

ほけっと

子育て応援
フリーペーパー

2025
10
take free

第8号 養父市・朝来市・豊岡市配布

特集

“イライラしない子育て”ってなあに？

回付地：おおやキャンプ場（養父市）

地元発信！子育て世代向けのフリーペーパー 「ぽけっと」

たじまつ子の健やかな成長と、
パパママをはじめの子育てライフを
応援する気持ちから誕生しました。

忙しい子育ての中でも、
身近な情報に触れられるように。
楽しい！と感じる
なにかを

保じていけるように。

あってもなくても気にならないかもしれないけど、
あつたら嬉しい「ぽけっと」。

そんな想いをこめて名前をつけました。

「今日のぽけっとには、なにが入っているんだろう？」
わくわく！ドキドキ！
お子さんといっしょに、
ぽけっとをのぞいてみてください。

ここは、
夏はキャンプ場、
冬はスキー場に
なるんだよ。



ロケ地：おおやキャンプ場（養父市）

ぽけっと編集部

もくじ



編集長・デザイナー
大森ゆか



カメラマン
あおちゃん



ぬりえ
アンちゃん

担当
変わりました！

- 02 地域情報
- 03 聞いてみた！
“イライラしない子育て”って
なあに？
- 05 地域情報
- 10 募集のお知らせ
- うら レッツゴー！ぬりえランド

秋の

入場無料!!

大人から子どもまで
いらっしやい!!

縁日

10月18日(土)

17:00~20:00

会場：山のレストランC's
(養父市ハチ高原ファミリーゲレンデ横)



TIMETABLE

17:00 開場

20:00 閉場

19:30ラストオーダー

スーパーボールすくいやワークショップ
など、楽しいイベントを多数ご用意して
います!ぜひ参加してね!

- ◆イベントは変更になる可能性があります。
- ◆参加はチケット制です。当日販売の
チケットをご購入ください。
- ◆チケットは余ったら次回店舗で
使える割引券に!



FOOD

- ① 焼き立てピッツア各種
- ② 縁日ポテト
- ③ からあげ
- ④ 自分で作れるカラフルわたがし
- ⑤ てづくりスイーツ
- ⑥ ドリンク各種

(自家製ドリンクや生ビールなど)

◆お越しの際はグーグルマップで検索ください。◆お車を
運転されるお客様へのお酒類の提供は控えさせていただいて
おります。◆10月のハチ高原の夜は気温が下がることが
予想されます。体温調節できる服装でお越しください。

最新情報は
こちらから!



スーパーボールすくい
1回無料券

【300円券】
★切り取らずに
お持ちください

山のレストランC's - シーズ -

ADDRESS
TEL

〒667-1124 兵庫県養父市丹戸899-1
079-667-7101

マップ



聞いてみた!

ぼけっと編集部がゆく。

“イライラしない子育て”ってなあに？

平成27年から毎年開催される養父市の「イライラしない子育て講座」。
受講者アンケートで、いつも満足度が高いとのこと。
どんな子育てか聞いてきました!



「イライラしない子育て法」とは、

子育てでイライラして、暴力・暴言などの強制的な力によって子どもをしつけるのではなく、**親のコミュニケーション力を高めることによって、親子の良好な関係を保ちながら、効果的にしつけを行う子育て法。**

「子育て」の仕方

✕ 手探りで慣れていく

○ 学び、練習し、上達する

講座の中身を少しご紹介…

☒ こんな言い方していませんか？

- ☐ ちゃんとしなさい!
- ☐ いい加減にしなさい!
- ☐ さっさとしなさい!
- ☐ 何度言ったらわかるの!
- ☐ お兄ちゃんらしくしなさい!
- ☐ いい子にしててね!



あいまいな表現で分かりにくい

10歳までは言語能力は発展途上
抽象的表現、比喩的表現は理解が難しい



伝わりやすい表現をしよう

具体的な行動を
「見たり」「聞いたり」「数えたり」
できる言葉で
簡潔に表現したもの





受講したらもっと分かる！

養父市開催

イライラしない子育て講座



令和7年度日程

5/10 <small>土</small>	11/15 <small>土</small>	伝え方で変わる子育て① 環境編
6/15 <small>日</small>	12/7 <small>日</small>	伝え方で変わる子育て② 言語編
7/12 <small>土</small>	R.8 1/10 <small>土</small>	超簡単すぐに使えるほめ方のコツ
9/20 <small>土</small>	2/8 <small>日</small>	リフレーミングで笑顔育児
10/19 <small>日</small>	3/7 <small>土</small>	知るだけで変わる 子どもとの接し方

1回の単発参加も可能です

講 師

谷口 隆弘 氏

(一社) 青少年養育支援センター「陽気会」認定 CPA講師
不登校訪問支援カウンセラー

場 所

養父市やぶ保健センター

時 間

10:00 ~ 11:30

対 象 者

養父市在住で子育て中の方

参 加 費

無料

託 児

無料 先着8名程度 (託児は1週間前に申込みください
持ち物等詳細は申込み時にお伝えします)

申 込

電話またはオンライン申込み

申込締切

各回の3日前

お問合せ
申 込

養父市 子育て応援課 TEL 079-664-0315 (受付時間: 平日8:30~17:15)

体調不良などによる当日キャンセルの連絡先: やぶ保健センター TEL 079-664-2061



講師紹介

3男2女のパパ。
発達障害・不登校・
思春期の親として
日々子育て奮闘中。

オンライン申込はコチラ ▶



平山牛舗

いつもありがとうございます！

感謝祭

年に一度のお得なセール

牛肉全品

加工品・タン・ハラミ・サガリは除く

10/19 (日) ~ 10/26 (日)

ネット通販も 10%OFF セールを実施します！ クーポンコード:202510

ご注文の際にクーポンコードを入力してください。

通販サイトは
コチラ



20% OFF

- 割引商品のお支払いは現金でお願いいたします。ご了承ください。
- 発送商品のセール期間受付分は、翌週10月20日(月)~11月1日(土)発送となります。

11(土)は
「手づくりパン工房
こうめや」も出店します

2025 10/10 金
~ 18 土

12(日)は定休日

さらに! 11土・13月は
お肉の **無料試食**
100食限定

伯馬牛 黒毛和牛
平山牛舗

0120-80-4129

兵庫県養父市養父市場381

カーナビ用 079-665-0008

営業時間: 10:00~18:30 定休日: 日曜日



喜ばれる

平山牛舗の

お肉ギフト



各種のし 無料
名入れ

全国配送承り
(冷蔵・冷凍便対応)



ギフトラッピング (有料)



木目折箱

化粧箱

風呂敷

紙袋

オリジナル商品券

1,000円単位で贈りやすい。

お相手のお好きなタイミングで
お好きな商品をお選びいただけます。
(使用期限はございません)



10/19(日)～10/26(日)
通販サイトにて
10%OFFセール実施!

クーポンコード: 202510

ご注文の際にクーポンコードを入力してください。

予算や贈る用途から探せる
通販サイトはコチラから



キレイになるって、気持ちいい。

メイクをしたまま

お洋服を着たまま受けられる、

痛みのない小顔の施術。

眠ってしまうほどの気持ちよさと

目覚めた時の顔と身体と心の軽やかさ。

年齢と共に現れるお顔の悩みに

しっかりアプローチしていきます。

小顔たるみ専門サロン

JE M'AIME

こんな顔のお悩みに…

✓ エラの張り ✓ くすみ

✓ たるみ ✓ 肩こり・首こり

✓ 二重アゴ ✓ 頭痛

✓ ほうれい線 など…

メイク
したまま

洋服
着たまま

比べてみて！

あごのライン、
ほうれい線が
すっきり



はじめての方オススメ

MENU

眠れる小顔コース	(デコルテ、顔、頭)	70min	¥5,000
足元と整える小顔コース	(足、デコルテ、顔、頭)	90min	¥7,000
姿勢から整う小顔コース	(身体、デコルテ、顔、頭)	90min	¥7,000
スペシャル小顔コース	(足、身体、デコルテ、顔、頭)	120min	¥9,000

ヘッドリラクゼーション 受講生、随時募集！

深眠®タッチセラピー 1DAY 講座

講習時間：約3時間

¥38,800

- 自宅サロンやイベントに出店してみたい
- 手に職をつけたい
- 自信をつけたい
- 家族や大切な人を癒してあげたい

まずはご自身で体験から！

受講をご検討の方は1,000円にて
深眠®タッチセラピーが受けられます。

小顔たるみ専門サロン

ジュメーム

JE M'AIME

豊岡市城崎町（場所は予約時にお伝えします）

駐車場あり

OPEN/ 9:30 ~ 17:00

定休日/ 土曜日・不定休

ご予約は
コチラから



LINE 公式



Instagram

もういちど働きたい・・・
働き方を見直したい・・・
子育てママ必見！

子育てしながら働きたい
ママのための

お仕事 大相談会

朝来市外
からのご参加も
大歓迎！

2025年10月15日（水）

開催時間 10:00～11:30（15分前開場）

会場 さんとう緑風ホール（朝来市山東町楽音寺95）

対象 もう一度働きたい、働き方を見直したい子育て中の女性
子育てを卒業された方、これから子育てされる方も大歓迎！

短時間
or
少日数

子どもの都合に
応じて休みを
取りやすい

託児無料！
お子さん連れでも
大丈夫！

配布する
求人カタログを見て
ブースを回ろう！

子育て応援企業 10社 集合！

株式会社さとう

株式会社ニック

神戸聖隷福祉事業団

オクトー電器株式会社

日野金属産業株式会社

特別養護老人ホーム

ヒラキ株式会社生野事業所

いくの喜楽苑

医療法人社団 俊葉会

大植病院・あさご長寿苑

デイサービスセンターなごみの郷

株式会社和田山コーティングセンター

馬場内科医院

採用担当者と
気軽に話せる！



申し込み先

締切：10月10日（金）

右記フォームから申し込みください。 <https://logoform.jp/form/qL8q/1203556>

主催：朝来市産業振興部経済振興課

☎ 079-672-2816

共催：豊岡公共職業安定所



*は申込みが必要です



申込み受付・
最新情報は
図書館HPを
ご覧ください

【問い合わせ】

豊岡市立図書館

TEL 0796-23-6151

ミッション・イン・トッショブル
(図書館クイズ)

映像ライブラリー上映会

電子図書館使い方教室

図書館HP使い方のコツ講座*

子ども調べもの講座*

本のブッカーかけ体験*

図書館員体験*

図書館ツアー*

もしもかん まつい



ハロウィンイベント開催！
ミッションクリアでおかしゲット！
ぜひ仮装をしてきてね♪
*先着50名(小学生以下対象)

体験/遊ぶ

しおり作り
木エクラフト
アクティビティ

買う

フード
飲み物
雑貨

観る/聞く

13:30▶14:00
お笑いライブ
キングダムズ
ふじながおくら
ビブリオ
ゆるっとパトール

14:00▶14:30
こわいおはなし会
(子ども向け)

もしもかんにう！
ハロウィンマーケット

11:00▶15:30
こわいの庭/いいこの間
視聴覚・講演室

共催：としょかんへいこうマーケティング実行委員会・豊岡市立図書館
協力(敬称略)：ローソン九日市店(月城グループ)

2025年
10.26 (日)
豊岡市立図書館 本館
(豊岡市京町5-23)
(図書館は通常通り開館します！)

次号に向けて募集中！

お子さまモデルとアンケートプレゼントの応募〆切は2025年10月25日です。

お子さまモデル

モデル応募と
アンケート回答は
こちらから



バックナンバーも
見られるよ

今回のモデルさんは、いろはちゃんと、とうほうくん。暑い時期の撮影だったけど、元気いっぱい！山の中だと水分補給もおいしく感じるかな。



おこさまが未就学児までの

「ぽけっと」読者のかた。

LINEから写真を送ってください。

アンケートに答えてくれた方の中から

抽選で3名様に

平山牛舗（今号5-6ページ）の商品券¥1,000を

プレゼント！

アンケート プレゼント



A5サイズ1枚分のページ枠に
オリジナルの広告を掲載
してみませんか？



事業所さまへ

広告掲載募集しております

【ご掲載について】

- ・A5サイズ1ページ枠¥33,000（税込）
- ・配布エリアは養父市・朝来市・豊岡市です。
- ・ご掲載については下記よりお問い合わせください。

子育て応援フリーペーパー「ぽけっと」は、こども園・保育園・幼稚園から保護者のかたに配られています。ご協力ありがとうございます。

ぽけっと 10月号 2025年10月発行

編集・発行 小さなデザイン室キキトリ
〒667-0021 兵庫県養父市八鹿町八鹿 1472-1
事務所電話 079-661-9047

ホームページ <https://kikitori-design.com>
メールアドレス pocket.kikitori@gmail.com
編集長携帯電話 090-6662-0192



小さなデザイン室

レッツゴー!ゆりえランド “あきのまったりキャンプ”

