



もくじ

どこか懐かしい温もりに癒される 古民家カフェに行こう!



P6 今治エリア

P7 西条エリア

P8 新居浜エリア

P10 **春のトキメキ ヘアメイクレッスン**

春らんまん! 野菜をおいしく 食べられるレシピ集

P12 魔法のレシピで、子どもの苦手なグリーンピースを克服!

P13 子どもの好きなチキンライスで、苦手な野菜を楽しく食べよう!

P14 今が旬!みずみずしい春キャベツを堪能!

P16 **歯の健康を守ろう!**
~歯医者さんに聞く! 子どもの虫歯対策~

この春、読んでもらいたい! まちの図書館の司書さんおすすめの 「きもち」を考える絵本

P18 今治市立中央図書館

P19 西条市立西条図書館

P20 別子銅山記念図書館(本館)

P21 自分のオリジナル雑貨をつくってみよう!

P28 この春 親子で観たい映画情報

P22~25 春のおでかけ情報

P29 mama ネット配布先一覧表

P26 お悩み解決!! ママの^秘テクニク♪

P30 読者プレゼント&アンケート

P27 救急病院医療機関

※掲載されている内容は平成29年2月24日現在のものです。
その後、変更になる場合もありますので、予めご了承ください。