

Mamasta Life!



「ママスタLIFE!」はママが輝く!、私のスタイルという意味の他にありのママのという意味をこめています。ありのママのママ、パパを応援する情報誌です。

幼稚園・保育園・学校に うちゅうをお届け！

あいフラネット

宇宙の話／出張フラネタリウム／うちゅう・かがくあそび



Take Free

ご自由にお持ちください

『夜、寝る前に読みたい宇宙の話』

野田祥代著 (あいフラネット代表)



アツい熱い夏にしよう!



ゆるバース
にエントリーしたにゃべ!

8/1~9/27で
投票できるのでぜひ
「毎日一票」
「キャベッツさん」
に投票してにゃべね♪

決戦イベントは
9/27,28 墨田区隅田公園
でやるにゃべー!
速はびにきてにゃべね。

キャベッツさんの出演のご依頼は
ホームページのお問い合わせ
フォームからお願いしますにゃべ

キャベッツさん
kyabettsusan @kyabettsusan
https://www.facebook.com/kyabettsusan

ワンちゃんの / デンタルケア

お家での歯磨きが出来ない
お口の匂いがきになる
色々な事を試したが効果を感じられない など

before
after

お悩みの方、
お待ちしております!

m.n.heart
090-3215-3052 mnheart.info 検索
with.moka.1997@gmail.com

レンタル
シェアスペース **place JIN**

ダンススタジオ、
シェアキッチン、
カフェスペース
などをそれぞれ
1時間924円(税込)
からレンタルでき
ます

①午前9時~午後9時まで

ママ会やオフ会、レッスンやお教室など、小規模な
集まりから多人数で利用いただいております!
もちろん貸切でご利用できますので、気兼ねなく落
ち着いて過ごせる空間です。

お気軽に
ぜひお気軽にお問合せくださいね! お問合せください

place JIN 事務所(東仁学生会館)
042-463-3921
https://placejin.com

見学
無料

Instagram

ハッピーキックボクササイズ

元フライ級日本チャンピオンが教える
ボクササイズで、3か月で体質改善!!

お子さん連れも歓迎です。
-10kgのダイエット成功者10人以上の実績。
20代~50代の女性が中心に楽しく頑張る教室です。

音楽に合わせてパンチやキック、筋トレをミックスしながら汗
をかくので、あっという間にレッスン終了♪ ダイエット効果、
体力作り、腰痛肩こりなどの体質改善にも効果抜群です!!

開催日 毎週土曜日
開催時間 19:00~20:30
月会費 5,000円(月4~5回)
開催場所 きらっと、フレンドリー、市民文化プラザ

1回レッスン
90分レッスンです!

体験今だけ無料!!
ハッピーキックボクササイズ
080-3399-8448
https://happy-kick.jimdofree.com

期間限定
特別価格

表紙掲載店
出張 **プラネタリウム**
キャリングプラネタリウム®

PTA行事・特別活動・理科
ピアノ生演奏のコンサートコラボも!

宇宙の話
夜、寝る前に読みたい
宇宙の話
(草思社/草思社文庫)
「宇宙を知る、は究極の
術鑑術でもあるのです」
(あとがきより)

宇宙と地球は面白い!
うちゅう・かがくあそび
いこいの森公園で開催中!

個別支援
対応クラス
あり

あいプラネット
http://aiplanet-sky.net

応募締切

8/31

ママスタを見た人に限り、
締切を延長いたします！

~~7/31~~

西東京市 アーティストオーディション 2025

「いつか誰かに届く音をつくりたい」

「パフォーマンスで世界を魅了したい」

そんなあなたの“才能の芽”を、今 西東京市から育てたい。

音楽部門



濱田貴司(作曲家/音楽プロデューサー)

NHK時代劇「薄桜記」や、2025年4月クール
のフジテレビ「パラレル夫婦」などの劇伴を手がけ
映画や舞台、JPOPの楽曲も多数プロデュース。

パフォーマー部門



RYON RYON (ダンサー/振付家/プロデューサー)

安室奈美恵の振付をはじめ舞台・映像を中心に
国内外で活躍。次世代を担う表現者の発掘にも
尽力。

西東京市 アーティストオーディション2025

オーディション概要

本プロジェクトは、西東京市に所縁がある、または強い思い入れを持つアーティストの育成を目的としています。市民の明るい未来を牽引し、暮らしに寄り添う存在となることを目指します。主催者は、西東京市内における発表・表現の機会を積極的に創出・提供するとともに、日本全国および世界の音楽・エンターテインメント・アート業界での活躍を支援していきます。

音楽部門

歌、作詞作曲、楽器演奏、サウンド制作などを中心に活動するアーティスト

パフォーマー部門

歌って踊れる活動を見据えたアーティスト(審査対象は主にダンス)

応募資格

年齢:30歳以下 性別・国籍:不問 ジャンル:不問
活動歴:プロ・アマチュア不問(未経験者歓迎)
契約事務所やレーベルに所属していない方
西東京市における活動を継続的に進める方

合格者特典

- 賞金30万円(活動の為に使途内容に限定。専属契約等の条件あり)
- 楽曲制作・演奏及び歌唱指導・レコーディングなどのバックアップ
- 音楽出版社・メジャーレーベル所属への支援
- 西東京市内のプロモーション活動支援

応募方法

下記の応募書類・データを専用フォームで提出

・エントリーシート

(指定フォーマットをダウンロードして記入)

・御自身を表現している音源または動画・画像データ

(3点以内、音源・動画は5分以内)

・自己PR文

(400文字以内)

応募締切

2025年7月31日 23:59まで

募集要項詳細・応募はコチラ！



主催:合同会社ブランコ お問合せ:info@blanco.love

協力:東仁学生会館、エフエム西東京、田無神社、株式会社 R2 CREATIVE



西東京市を中心に約700室の学生会館を管理運営。
希望と夢を持って東京に上京される学生の皆さん
に食事付きの住まいを提供し、サポートしています。



Nishitokyo



ママスタLIFE!設置場所

- | | | |
|-----------------|----------------------------|------------------|
| 1 アスタ | 8 なっちゃんち | 15 セブンイレブン |
| 2 まちテナ | 9 Comodo Coffee Roasters | 16 ombres douces |
| 3 OK西東京 | 10 place JIN | 17 Sea.7 |
| 4 Ripple西東京 | 11 LIFE MEDICAL CARE いづみ | 18 フレスポひばりが丘 |
| 5 レイル | 12 チコナーサリー&チコネイル | 19 ひばりテラス118 |
| 6 ケーキファクトリースマイル | 13 DecafCoffeeStand to Me. | 20 ロクトショクドウ |
| 7 ビッコロ広場 | 14 パルコ | |

次回10月発行です!

掲載広告
募集中!



Mamasta Life!

西東京エリアのババ・ママを応援する
情報誌ママスタライフ!

発行:2025年7月10日
制作: Mom's design
協力: 株式会社帆翔 / chamomile /
OK 西東京 / キャベッツさん 他



プランコ presents ①

和太鼓

見学
募集中!

経験豊富なプロの
講師が丁寧に指導

西東京市の田無神社を
拠点に活動する和太鼓グループ

あまかける 天翔

詳しくはHPから /
あまかける 太鼓 検索

プランコ presents ②

レコーディング体験 & オリジナル曲制作

弊社プロデューサーが娘と
遊びで歌作りをやってみたら、
なんてステキな作品が!

視聴はこちらから
※プライバシーに関
わる部分は処理をし
ています

オリジナル歌詞制作〜完成まで
スタートアップ特別価格7万円から
(オプションあり)

お申込みは
こちらから▶