

子育てくらぶ

にこにこ 便利

おかやまコープで
もっと子育て

2022
冬号

にこにこ レポート

子育てひろば ~みんなでハロウィンを楽しもう~

10月26日、コープ大野辻にて「子育てひろば~みんなでハロウィンを楽しもう~」が開催され、親子10組が参加しました。ハロウィン仕様に飾り付けられた壁の前で参加者はカチューシャなどの仮装グッズを身につけ撮影会を楽しみました。

藤田センターの仲間づくり・共済推進グループによる、コープの幼児食シリーズ「きらきらステップ」の紹介ブースも設けられました。

お友達と一緒にパズルで遊んだよ!



*

シッポをつけて
クロネコに変身!



お母さんも仮装して
仲良くパチリ♪



サプライズ登場したコープすけは
子ども達に大人気♪

※コープのお店では、全店できらきらステップときらきらキッズの商品を取り扱っています。毎月5のつく日は2割引になります。(一部商品除く)ぜひご利用ください。



きらきらステップの商品を使えば
離乳食作りも簡単ですよ!

子育てひろばのお知らせ

新型コロナウイルス感染が拡大している状況を受け、「子育てひろば」は不定期開催となっています。詳しくはホームページ・ウィークリーコープ・店頭掲示等でご確認ください。

| | | | |
|---------------|--------|---|--------|
| 子育てひろば TamTam | コープ大福 | 子育てひろば あいあい | コープ北畝 |
| | コープ大野辻 | | コープ倉敷北 |
| 子育てひろば すくすく | コープ東川原 | 子育てひろば こじかのパンビ | コープ総社東 |
| | コープ西大寺 | 子育てひろば きらきら☆ | コープ鴨方 |
| | コープ山陽 | 現在再開している会場: コープ北畝・倉敷北・総社東・鴨方 (2022年11月時点) | |

子育てひろば あいあい ~親子で一緒につくって楽しもう!!~

6月28日、コープ北畝にて「子育てひろば あいあい~親子で一緒につくって楽しもう!!~」が開催されました。

センサリーボトル、紙コップ風鈴、かえるちゃんスティック(うちわ)の工作などの作品づくりを楽しんだ後、子育てスタッフによる大型絵本読み聞かせや「おおきなかぶ」のエプロンシアターが行われました。

参加者からは「子どもたちと一緒に工作をすることがなかなかないので、よい経験ができた」、「読み聞かせがとてもよかったので、家でも絵本をしっかり見せたい」といった感想が寄せられました。

紙コップ風鈴をお母さんと
いっしょに作ったよ!

かえるちゃんうちわ、
かわいいね!



みんなで力を合わせて
「おおきなかぶ」をぬくよ!

このどうぶつはだれかな~?



『にっこりに〜』

にへいたもつ/作 わたなべさとこ/絵
KADOKAWA 2022.8

パンダちゃんはごろんごろん、パパといっしょにごろん、にっこりに〜。げんきのないこいぬちゃんも、ママがにっこり笑うといっしょに、にっこりに〜。歩きつかれてへとへのぞうちゃんもママに抱っこされて、にっこりに〜。かたづけいやいや、えんえんとぐずるあかちゃんもママのにっこり笑顔につられて、にっこりに〜。「にっこりに〜」と繰り返しているうちに、つられて笑顔になれる絵本です。

(岡山県立図書館 児童資料班)



ミックスキャロットがいつの間にかプラから紙パックになっていました。これもプラ削減になるのでしょうか。うちではこの紙パックも開いて牛乳パックと一緒にコープのお店や宅配でリサイクルに出します。家から出るゴミが増えないように。

オリーブ



牛乳パックで子供のおもちゃ『パッチンかえる』を作りました。

にやん婆



仕方なく、買い物に行くことになって、不機嫌でもマイカゴ持参

こでババ

＊
エシカル
キャンペーン
2022
投稿作品
＊

子育てをしているみんなが活躍
にこにこ
はひるば

山口県の娘と孫は、おかやまコープのヨーグルトが大好きです。帰省時にはいつも食べます。娘宅に遊びに行く時はいつもたくさん注文してお土産で持っています。

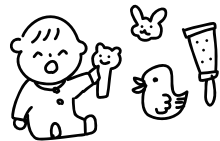


山口県の娘と孫は、おかやまコープのヨーグルトが大好きです。帰省時にはいつも食べます。娘宅に遊びに行く時はいつもたくさん注文してお土産で持っています。

やさい

くらぶ

こどもが使わなくなったおもちゃを、ご近所の赤ちゃんにもらっていただきました。おもちゃよ、第二の人生まだまだ活躍を。



ゆーちゃん

食パンの袋は重宝しています。匂いが漏れないので、こどもが赤ちゃんの頃はオシメを捨てる時に使っていました。今は納豆や三角コーナーのゴミ捨てに使っています。

Instagramからの投稿



＊

ペットボトルは捨てずにリサイクル。かわいい風鈴を作りました。

ごまごつ

＊
コープわいわい広場は
こもろから



子どもの急な病気に困ったら、まず ☎ #8000

急な子どもの病気に、小児科医師・看護師が相談にのってくれます。
[受付時間] 平日19時～翌8時 / 土日祝18時～翌8時
※つながらない場合(携帯電話以外、一部IP電話など)は、「086-801-0018」に。

総合相談窓口・すこやか育児テレホン ☎ 086-224-7110

メールアドレス sodan110@po1.oninet.ne.jp
育児で困ったとき、保育・教育経験者等が相談にのってくれます。
岡山県青少年総合相談センター：[受付時間] 8時30分～21時30分 / 年中無休(年末年始除く)

は〜と♡ふるネット ☎ 0120-378-502

産前産後の家事支援などを組合員さんが手伝ってくれます。(有償)
おかやまコープ生活支援サービス総合窓口：[受付時間] 9時～17時(月～金曜)

※ご利用の際は感染症対策へのご協力をお願いいたします。

聞きたい話、話したい
『子どもの質問に困ったこと』
～お子さんからの「〇〇ってなあに？」
「どうして？」に困ったことなどを教えてください～

投稿募集 感想やおしゃべり、イラスト、お子さんの写真などをお寄せください。
[e-mail] kumikatu@okayama.coop (件名に、「にこにこ」と入れてください)
【ハガキ】 〒700-0026 岡山市北区奉還町一丁目7-7 おかやまコープ「にこにこ便利」係
【FAX】 086-256-2585
おかやまコープ にこにこ 検索

岡山県からの食育のお知らせ
冬の野菜をたくさん食べよう!

まさに今、旬を迎えている冬野菜。旬の野菜は栄養価が高く、市場にたくさん出回るため、価格が手ごろなところも魅力です。

〈ほうれん草の特徴〉

鉄分の含有量は、野菜の中でトップクラスです！さまざまなビタミンやミネラル類を含むため、子どもにもたっぷり摂ってほしい栄養価の高い野菜です。妊娠中の女性も積極的に食べましょう♪
アクが強いことも特徴です。ゆでて水にさらすことで取り除くことができるため、子どもに与える場合は、しっかりとアク抜きをしましょう。



岡山県マスコット「ももっちゃん」と仲間たち



お手軽レシピ

生後7～8カ月頃からのレシピです。

【ほうれん草と鶏ひき肉のスープ】

材料(2人分)

- ◎鶏ひき肉……………20g
- ◎ほうれん草……………20g
- ◎にんじん……………5g
- ◎玉ねぎ……………10g
- ◎水……………80ml

作り方

- ①ほうれん草は、ゆでて水にさらしてアクを抜き、2～3mm四方に切る。にんじん、玉ねぎは、2～3mm大に切る。
- ②鍋に水、にんじん、玉ねぎを入れてやわらかくゆでる。
- ③鶏ひき肉を加えて、ほぐしながら火を通す(水分が減ったら、その都度足す)。ほうれん草を加え、火が通るまで煮る。

たぷりと出たスープがひき肉のうま味がたぷりと出たスープです☆



◎岡山県保健福祉部健康推進課健康づくり班 岡山市北区内山下2-4-6 岡山県庁5階
TEL:086-226-7328 FAX:086-225-7283 https://www.pref.okayama.jp/soshiki/36/



【甘酒と豆乳のプリン】 甘酒と豆乳が体にやさしいスイーツです♪

材料(4人分)

- ◎CO・OP調製豆乳(有機大豆使用)……………200ml
- ◎甘酒(米麹)……………200ml
- ◎粉ゼラチン……………5g
- ◎水……………大さじ1

作り方

- ①ゼラチンを水に振り入れてふやかす。
- ②「CO・OP調製豆乳」と甘酒を小鍋に入れて火にかけ、鍋肌がフツフツとしてくるまで温めて火を止める。
- ③①を②に加え、混ぜて溶かす。
- ④③の鍋底を氷水に当てながらかき混ぜ、とろみがついてきたら、器に流し入れて冷蔵庫で2～3時間以上冷やし固める。

※黒蜜やメープルシロップなどを好みでかけて♪

