

# 子育てくらぶ

おかやまコープで  
もっと子育て

## にこにこ 便り

「にこにこ 便り」は会員さんに春・夏・秋・冬の年4回、お届けします。

2024  
夏号

### 「にこにこ」レポート

#### 子育て応援プロジェクト 倉敷エリア あいあいスタッフが実感! 「きらきらキッズ」

子育てひろばあいあいの託児スタッフメンバーで、「きらきらキッズ」商品の試食を行い、「良さ」や「こだわり」を実感しました。ぜひ参考にしてくださいね。



5種国産野菜のふっくらプチ肉まん (8個入)

商品の見栄え

- 丸っこくてかわいい♡
- 子どもが手で持てる大きさ

原材料の中で気付いたこと

- 発芽玄米粉使用でからだのことが考えられている
- 国産野菜がたくさん入って安心
- 豚肉も国産で安心

味・舌ざわり・歯ざわり・色・香り

- 皮も甘くて具材にもしっかり味がついておいしい
- あんがやわらかく生地もきめが細かくて食べやすい
- にんじん、とうもろこし、キャベツが入っているどりが良い
- 香りが強くなく子ども向け

アレンジ方法

- チーズをかけるとおもしろそう
- キャベツをゆでて巻いて食べてもおもしろそう



国産小麦・かぼちゃミニワッフルドッグ かぼちゃクリーム (4本入)

商品の見栄え

- 焼き色がキレイ
- かわいいサイズでおもしろそう

原材料の中で気付いたこと

- 卵・小麦・かぼちゃ、国産原料使用
- 脱脂粉乳使用
- 生地にもかぼちゃ入りで良い

味・舌ざわり・色・香り

- かぼちゃの甘さがあって食べやすい
- かぼちゃクリームがしっとりなめらか、色もきれい
- 生地もやわらかく、口あたりが良い
- 甘い香り

アレンジ方法

- ホイップクリームやフルーツでトッピング
- チーズをかけてオーブントースターで焼いてもおもしろそう



子ども用にいる工夫されていることが分かった  
子どもだけでなく、大人でもOK!  
クオリティの高さに驚きました  
丁寧に作られた商品ですね!愛情を感じました  
安心して買えると思いました

#### 子育てひろば きらきら☆ 井笠エリア

毎月第3水曜日、コープ鴨方にて「子育てひろば きらきら☆」を開催しています。

時間内ならいつ来て、いつ帰ってもOK!参加費は無料です。スタッフの組合員さんが見守ってくれているので安心してご参加いただけます。

ぜひお気軽にお越しください♪



お友達と仲良く遊べるよ!



ボールプールで思いっきり遊んじゃおう!



新しいトランポリンを買いました!



スタッフが見守ってくれているので安心!

### 子育てひろばのお知らせ

定期開催している会場では、時間内ならいつ来て、いつ帰ってもOK!参加無料!スタッフの組合員さんが見守ってくれています。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。

不定期開催

子育てひろば TamTam	コープ大福
	コープ大野辻
子育てひろば すくすく	コープ東川原
	コープ西大寺
	コープ山陽

定期開催

子育てひろば あいあい ※先着10組限定	コープ北畝	毎月第1火曜日
	コープ倉敷北	毎月第1金曜日
子育てひろば きらきら☆	コープ鴨方	毎月第3水曜日

※「子育てひろば こじかのパンビ(コープ総社東)」は、当面の間休止させていただきます。



### 『くだものころん』

彦坂有紀・もりといずみ/作  
講談社 2024.3

真っ赤なイチゴがころん。黄色いバナナの皮をべろん。ピンク色のももがぷりっ。赤いスイカをぱく!じゅわー。ページを開くたびに色鮮やかなくだものトリズミカルな擬音語が登場します。木版画で描かれたくだものは、どれも本物そっくりで、とってもおもしろそう。食卓でよく見かけるくだものに赤ちゃんも大喜び。食べるまねっこ遊びをしながら親子で楽しく読める赤ちゃん絵本です。

(岡山県立図書館 児童資料班)



# 子育てをしているみんなであつくる 「にこにこ ひるばこ」

まる

出産してからコープさんのありがたさをさらに痛感しています。離乳食作り、日々どうしようと悩むことなく、「なめらかキューブ」や「国産大豆で作った納豆ペースト」などたくさん使わせてもらっています。

特に娘はしらすごはんが気に入っています。私だけではないかなか難しかったと思います。コープさんのおかげで育児もサポートしていただいています。ありがとうございます!!



ゆずりん

子どもが産まれた時に「Hello Baby Set」もいただきました。すぐに使えるものや少し大きくなってから使えるものも入っていてとても重宝しました。

「風味豊かな発酵バター」の「ショートブレッド」は、産後なかなか出掛けられず、自分のことまで頭が回らなかつたのでとてもうれしくて、ちよつと時間が空いた時に食べていました。仕事復帰してからも毎日一品はコープ商品を使っていて、とっても助かっています!

なぎ



少し年が離れて生まれた長男に長女、次女はもうメロメロ。小学校から帰って

きた長女は真っ先に長男のところに駆け寄り名前を呼んで顔をスリスリ♡ケンをかけていても、長男がニコニコするだけで2人ともいつの間にか笑顔に。わが家の癒し系アイドルです!

みさき

子どものお誕生日のプレゼント、ありがとうございました。朝食時に「5種国産野菜のふつくらチ肉まん」と「北海道産小麦のふんわりチ肉まん」がキの組み合わせで食べさせることができ、ありがとうございます。お気に入りのメニューです。野菜も手軽にとれて重宝しています。



るちゃん♡

うちの子は卵アレルギーですが、食べることが大好きで...いろいろなものを食べさせてあげたい!と思いつつなかなか苦労しています。

コープで見つけた「味の素冷凍ギョーザ」に卵が使われていなくて、食べさせたらニコニコ(\*^^\*)  
大人が食べても本当においしかったです!!  
ふだんのギョーザとそん色ナシ!!ポ酢を少しつけていただきました!



しーちゃん

離乳食をあげていた時、レンジ調理のみでできる商品があり、とても助かっていました。生後10カ月の時からフルタイムで働いていたので、大助かりでした!今回いただいたお誕生日プレゼント、栄養あるものばかりなので、たくさん食べさせます!



2歳・3歳プレゼント  
※プレゼント内容は変わる場合があります。

## 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。

## 岡山県青少年総合相談センター ☎ 086-224-7110

青少年や保護者のみなさんからの相談を受け付けています。LINEでも相談できます。  
[電話相談] 8時30分～21時30分 / 年中無休(年末年始除く)  
[LINE相談] 17時～21時 / 火・木・土曜(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。

## 『私のおすすめ離乳食!』

～離乳食作りによく使ったコープ商品も教えてください～

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「にこにこ便り」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

県で作成した「マイスタイル朝ごはん」から朝ごはん生活のコツ、また、5歳以下の子どもで注意すべき食品での窒息事故について「気をつけたい3つのポイント」をご紹介します。

暑い夏に備えて、朝ごはん生活で元気にすごそう!



©岡山県「ももっち」

### 朝ごはん生活のコツ

どんなに夜遅く寝ても朝は決めた時間に起きましよう

朝日を浴びて体内時計をととのえましよう

まず、早起き

早寝

朝ごはん

できることから少しずつ取り組んで1食で赤・黄・緑をそろえよう

出典:岡山県 令和3年3月「マイスタイル朝ごはん」

### 3つのポイント 気をつけたい

#### ① 硬い豆やそれらを含む菓子は、5歳まで控える

小さく砕いても、気管に入りこんでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。

#### ② 球状の食品は、丸ごと食べさせず、4等分する

調理して柔らかくするなどして、良くかんで食べさせる

#### ③ 姿勢を良くし、食べることに集中させる

歩きながら、会話しながら、テレビを見ながらの「ながら」食は、誤嚥・窒息のリスクがあります。

参考:消費者庁2021年「食品による子どもの窒息・誤嚥事故に注意!チラシ」

©岡山県保健医療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/



## 【ミルクと根菜野菜のゼリー】

材料 (対象月齢の目安:1歳～1歳6ヶ月)

- ◎国産野菜で作った  
なめらかキューブ 根菜……………4個
- ◎牛乳……………100ml
- ◎りんご……………15g  
※細かく切り、必ず加熱する。
- ◎砂糖……………小さじ1と1/2
- ◎粉ゼラチン……………小さじ1

作り方

- ①鍋に粉ゼラチン以外の材料を入れ中～弱火で加熱し、沸騰する直前に火を止める。
- ②①に粉ゼラチンを振り入れて混ぜ溶かし、器に入れる。
- ③粗熱が取れたら冷蔵庫で約1時間冷やし固める。



## 2024 夏号 「にこにこ」 聞きたい話

(お名前)

(組合員コード)

匿名希望 → ペンネーム( )

会員 → 配達担当者・コープステーション担当者・店舗のサービスカウンター → 組合員活動グループ