

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。

2020
秋号

仲間づくり・共済推進グループからのお知らせです。



CO・OP共済は
たくさんのママ・パパたちの想いがつまった保障です！
《たすけあい》ジュニア20コース
子ども向け共済 契約数 No.1*

★『共済年鑑 2020年版』より。
★各共済によって、子ども向け保障商品の加入年齢・満期年齢・保障内容等は異なります。
《たすけあい》ジュニア20コースは、加入年齢0歳～満19歳・満20歳満期の商品です。
他の共済ではジュニア20コースよりも加入年齢・満期年齢が低い商品があります。

「たすけあい」ジュニア20コースには
こんな声が寄せられています。



組合員からの声を ご紹介します！

ジュニア20コースに加入してます。
病院受診で行き帰りの交通費が高くつくこともあるので、助かりました。



子どもを保障に、と考えていた頃に知人に紹介してもらい加入しました。手続きもスムーズに出来、振込も短期間のうちにしてくださり、とても助かっています。転んでちょっと深い傷ができた病院に通った時も保障されて「助かった」と思ったのを覚えています。書類を郵送して下さる中にはいつも、折り鶴が入れてあり、なんだかほっこりしたりして。まだまだ、お世話になろうと思います。



※お支払い内容や共済金請求書類につきましては、ご契約内容・ご請求内容によって異なります。
※CO・OP共済に加入するには、出資金をお支払いいただき生協の組合員になることが必要です。



**コープ共済は
インターネットで
24時間申し込みOK!**

無料の資料請求は
こちらから↓



※対象商品:《たすけあい》、《あいぶらす》、《ずっとあい》、プラチナ85

契約引受団体 / 日本コープ共済生活協同組合連合会
[CO・OP共済ニュース]

コープ共済 検索

私もおすすめします！

「子どもは医療費がかからないからなあ」と言われることがよくあります。では、ちょっと想像してみてください。例えばケガをしたら車での送り迎えでガソリン代が増えたり、ゆっくり買い物できない分お弁当を買ったり外食したり…。入院だったらパジャマやおもちゃを買ってあげたり、お見舞いのお返し代が必要になったり…ね？意外と出費があると思いませんか？ぜひ一度、コープ共済の保障内容を見てみてください(^^)



仲間づくり・共済推進グループ
松岡明日香さん

みんなおいでよ！子育てひろば。

～ほっとひと息しましょ～

コープのお店を利用して開催しています。親子で自由に参加でき、お友達づくりや子育ての悩みなどの情報交換もできる場です。

時間内ならいつ来て、いつ帰ってもOK!参加無料!スタッフの先輩組合員さんが見守ってくれています。2月5日に開催された「ほっとスペース こじかのバンビ」(コープ総社東)には親子連れが訪れ、スタッフと触れ合いながら楽しい時間を過ごしました。



思い思いのおもちゃで遊べるよ!

スタッフとの触れ合いも!

県内9会場

子育てひろば TamTam	コープ大福 コープ大野社	子育てひろば あいあい	コープ北畝 コープ倉敷北
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	ほっとスペース こじかのバンビ	コープ総社東
		子育てひろば きらきら☆	コープ鴨方

※新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受け、当面の間「子育てひろば」を中止いたします。再開になりましたら、ホームページ、ウィークリーコープ、店頭掲示等で改めてご案内します。

にこにこ 絵本



『おかいもの』

前田 まゆみ / さく・え
主婦の友社 2020.4

バナナ、トマト、魚…さあ、なにを買おうかな?スーパーマーケットに並んでいるものが次々に出てきて、本当にお買い物に出かけているような気分が味わえます。実際に行った時のことを思い出しながら楽しむこともできそうで、次のお買い物が待ち遠しくなる作品です。著者の前田さんが書いた体験型絵本には、たんぼぼ、猫、犬など、身近な草花や生き物との出会いのある『おさんぼ』もあります。お家にいながらおさんぼした気分になるのも楽しいですね。(岡山県立図書館 児童資料班)



息子が2歳になりました。妊娠中に引越して来て、右も左も分からない中、必死にがんばった日々。私も息子も成長しています。2歳おめでとう♡

みいん



3歳の娘がいます。生後10カ月の頃、小麦アレルギー（アナフィラキシーショック）で入院しました。その頃からアレルギーに敏感になりました。新型コロナウイルスのこともあり、コープさんをお願いしました。アレルギーについて理解がある対応（アレルギー表示＆登録）でも助かっています。特にふあみゆのチラシはとて素晴らしいです。まだ0歳の息子もいるので離乳食でもお世話になります。ありがとうございます。

子育てをしているみんなでつくる
にこにこ
ひろば

さあや

Cコレ商品の
ある風景



#大山ヨーグルト



#ミックスキャロット

おいしい！



私は幼い頃から生協牛乳一筋！もちろん結婚、出産しても変わらず愛飲しています。他の牛乳を飲んできた夫も今では生協牛乳ファンで真っ先に飲んでしまいます。2歳の娘も「おいしー！もう1回！」とおかわり！宅配の登録本数が順調に増えています。これからも一筋！生協牛乳が一番！

「生協牛乳が一番！」りんご



Cコレの
素敵なエピソード

「わいわいスティックゼリー」食が細いうちの孫ですが、けはいつでもおいしそうに食べられます。冷凍したものがお気に入りです。うちの冷蔵庫の常備おやつになっています。パッケージもかわいいですね。

ひーちゃん

Cコレ
Wキャンペーン
応募作品紹介!!

詳しくはこちら→



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。

すこやか育児テレホン TEL:086-235-8839

メールアドレス sukoyaka@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。

聞きたい話したい
『わが家のお気に入り
コープ商品』

～素敵なエピソードとともにお寄せください～
事務局より



投稿募集 感想やおしゃべり、イラスト、お子さんの自慢写真などをお寄せください。
[e-mail] kumikatu@okayama.coop 件名に、「にこにこ」と入れてくださいね!

【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

このカードや
会員サイトでも受付中!

岡山県からの食育のお知らせ
秋の野菜で元気いっぱい!



岡山県マスコット「ももっち・うらっちと仲間たち」

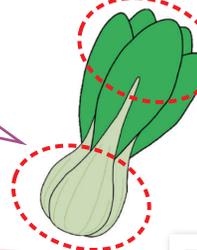
今回は「チンゲン菜」を紹介します。年間を通して、店頭で見かけることが多い「チンゲン菜」ですが、秋に旬を迎える野菜のひとつです。離乳初期から使用することが可能で、アクがなく食べやすい野菜です。旬の「チンゲン菜」を食べて、元気いっぱいにご過ごしましょう。

調理のポイント ～チンゲン菜～

【やわらかくなるまで加熱する】

離乳初期～中期(生後5～8カ月)は、やわらかい葉先を使用しましょう。離乳後期(生後9～11カ月)から、茎の部分も使用できますが、固いので、やわらかくなるまで加熱しましょう。

【茎】
生後9～11カ月から
使用できます。
(離乳後期以降)



【葉先】
生後5～6カ月から
使用できます。
(離乳初期)

牛乳を入れることで、
ふわふわとした
食感になります。

チンゲン菜のお手軽レシピ

【チンゲン菜のオムレツ】

材料 (1人分)

- ◎チンゲン菜 …… 20g
- ◎にんじん …… 10g
- ◎卵 …… 1/2個
- ◎牛乳 …… 小さじ2
- ◎粉チーズ …… 小さじ1/2
- ◎食用油 …… 少々

作り方

- ①チンゲン菜とにんじんを、やわらかくなるまで茹でて、粗みじん切りにする。
- ②溶いた卵に、牛乳と粉チーズを入れて混ぜる。水気を絞った①を入れて、さらに混ぜる。
- ③フライパンに少量の油を入れて中火で熱し、②を入れて、焼く。(半熟部分がなくなるまで、火を通す。)

生後9～11カ月頃
からのレシピです。



◎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 http://www.pref.okayama.jp/soshiki/36/



【黒みつ×きな粉の豆乳プリン コーヒー風味】

材料 (ココット皿4個分)

- ◎粉ゼラチン …… 5g
- ◎CO・OP国産大豆の豆乳飲料
麦芽コーヒー …… 400ml
- ◎砂糖 …… 30g
- ◎きな粉 …… 小さじ2
- ◎黒みつ …… 小さじ4

作り方

- ①粉ゼラチンは大きじ2の水(分量外)で混ぜ合わせ、レンジ600Wで20秒加熱する。
- ②小鍋にCO・OP国産大豆の豆乳飲料麦芽コーヒーと砂糖を入れ、火にかける。
- ③沸騰直前に火からおろし、ゼラチンを加えてよく混ぜる。
- ④③を器に4等分に流し入れ、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑤④が固まったら、きな粉と黒みつをかけていただく。

