

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。

2025
春号

「にこにこ」レポート

「はろーべいびーせっと」をお届けします



おかやまコープでは、岡山中生まれ育つ赤ちゃん、ママ＆パパの子育てを応援するコープ商品の詰合せセット「はろーべいびーせっと」を無料でお届けしています。

岡山県内(玉野市を除く)在住で、親子(母子健康)手帳交付～2歳のお誕生日までのお子さんがあるご家庭が対象です。

このたび、「Hello Baby Set」が「はろーべいびーせっと」に名称変更し、箱入りに生まれ変わりました。

中身を取り出したら、お子さんの思い出のアイテムを入れていただけます。お申し込みがまだの方はこの機会にぜひ♪

はろーべいびーせっと

岡山中生まれ育つ赤ちゃん、ママ＆パパの子育てを応援するコープ商品の詰合せセットをお届けします。

もれなく全員にプレゼント!

詳しくはこちらから

<https://okayama.coop/mamaomoi/>



お申し込みされた組合員さんの声

メ野(しめ)さんご家族

箱に入っているの、受け取った時、「プレゼント」っていう感じがして、とてもうれしかったです。子どものおやつだけではなく、大人用のお菓子も入っていて、子どもを寝かしつけた後、コーヒーを飲むのが日課の私たち夫婦にとって、一日の終わりの楽しみをもらえたような気持ちでした。まだ知らない方にもぜひお伝えできたらいいなと思います。



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。

子育てひろば あいあい	コープ北畝	火曜日(月1～2回)
	コープ倉敷北	金曜日(月1～2回)
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。

子育てイベントに関する情報も発信中!



コープアプリの登録はこちらから

iPhone・iPadの方



Androidの方



「にこにこ」絵本



『いーれーて!』

ささき みお/作・絵 ひさかたチャイルド 2025.1

からっぽのお弁当箱さんに、おにぎりさんが「いーれーて!」と言うと、お弁当箱さんは「いーいーよ!」とお返事。おかずたちが次々にやってきて、最後に入るの、からあげさんとブロッコリーさんとミニトマトさん。ぎゅうぎゅうぎゅうと全部入ったら、なかよしべんとうのできあがりです。「いーれーて」「いーいーよ」のやりとりが楽しい赤ちゃん絵本です。

(岡山県立図書館 児童資料班)

「子育てくらぶ にこにこ」の登録がまだのお子さんがおられる方はこちらから!



初めての妊娠、出産で大変なこと、辛いことはたくさんあったけど、子どもに会えたことはこの世で自分より

えりんぎ

2025年7月にもう一人子どもが増える予定です。その際も離乳食でお世話になると思います。

しいちゃん

コープの「サーモンたたき身丼の具」は必ずストックを置くようにしています。仕事で帰宅が遅くなった時、祖母にお世話をお願いする時、簡単に作れて、子どもも喜んで食べてくれるので、本当にありがたい商品です！

まったま



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。

誕生日のお祝いにお菓子をありがとございます。お気に入り商品は、無塩せきのウインナー、ハム、ベーコンです。なかなか他では見つけれないし、子どもに食べさせるのに安心でおいしいです。

あら

にこにこ
ひろば

子育てをしているみんなであつくる



子どもを連れて買い物に行くのは想像以上に大変！生協の個配を利用するようになってからは、その時間を子どもと遊ぶ時間に使えるようになって、時間的なゆとりができました。絵本を読んであげたり、一緒に公園に行ったり：今は子どもと貴重な時間を過ごせていることに感謝、感謝です。

ミモザ



離乳食づくりでは「とろみちゃん」にとつてもお世話になりました。子育ての強い味方になってくれて、一番のお気に入り商品です。離乳食以外にも、あなかやスープなど、とろみをつけたい時に、わざわざ片栗粉を水に溶かす手間が省けて、時短になります。これからも愛用します。

とろみちゃん



も何よりも大切と思える存在ができたこと。私の人生最大の幸せです。「ママ」と言いながら甘えてくるわが子は世界一かわいいです。

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)

聞きたい話
『子どもを連れて行ったらここがおすすめ!』
～お子さんを遊びに連れて行けるおすすめスポットを教えてください～

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

QRコード

岡山県からの食育のお知らせ

岡山県では、「食の安全・食育推進計画」で『果物摂取量の改善(20歳以上)』を目標に掲げています。
1日200gまでの果物摂取は、高血圧、肥満、2型糖尿病の発症リスクが減少するとされています。これから暖かくなり、果物がおいしい時期です。果物を普段の食事に取り入れてみませんか？

おいしく果物を味わおう

果物は、おおそ離乳食中期(生後7～8ヶ月頃)から、食べられます。お子様の様子をよく観察しながら、食べる経験を増やし、家族みんなで食べてください。今回は、手に入りやすい果物の選び方や食べ方を紹介します。

りんご	バナナ	みかん
中くらいで重く、皮に張りがあり、軸がしっかりしたものがおすすめ	全体が黄色く、ふつくらと丸いもの。離乳食には、完熟バナナがちょうど良い固さです	あまり大きくなく、色が濃いもの。皮は薄く、浮いておらず、へたがあまり大きくないものがおすすめ
食べ方 食べやすい大きさに、薄切りにして、柔らかく煮る。 生をすりおろすのみだと、かけらが残って窒息の可能性もあるので注意。	食べ方 食べやすい大きさに切る。 加熱して、すりつぶせば生後5ヶ月頃から食べられます。	食べ方 薄皮までむいて、くし形に切る。(1歳頃から)

岡山県マスコット「ももっち・うらっちと仲間たち」

©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/

2025 春号 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

【ヨーグルトアイスのウェハースカナッペ】混ぜるだけの簡単アイスをカナッペ風に♪

材料(4人分) 作り方

◎CO・OP毎日鉄 & Caウェハース.....6枚
◎フルーツヨーグルト(ブルーベリー)小2/パック(150g)

①フルーツヨーグルトをチャック付きのポリ袋に入れ、平らにして冷凍室に入れる。
②30分冷やしたら、袋の上から手で揉みほぐす。この作業を2～3回ほどくり返し、1時間半～2時間冷やし固める。
③②を器に盛り、半分に切った「CO・OP毎日鉄 & Caウェハース」にのせる。