

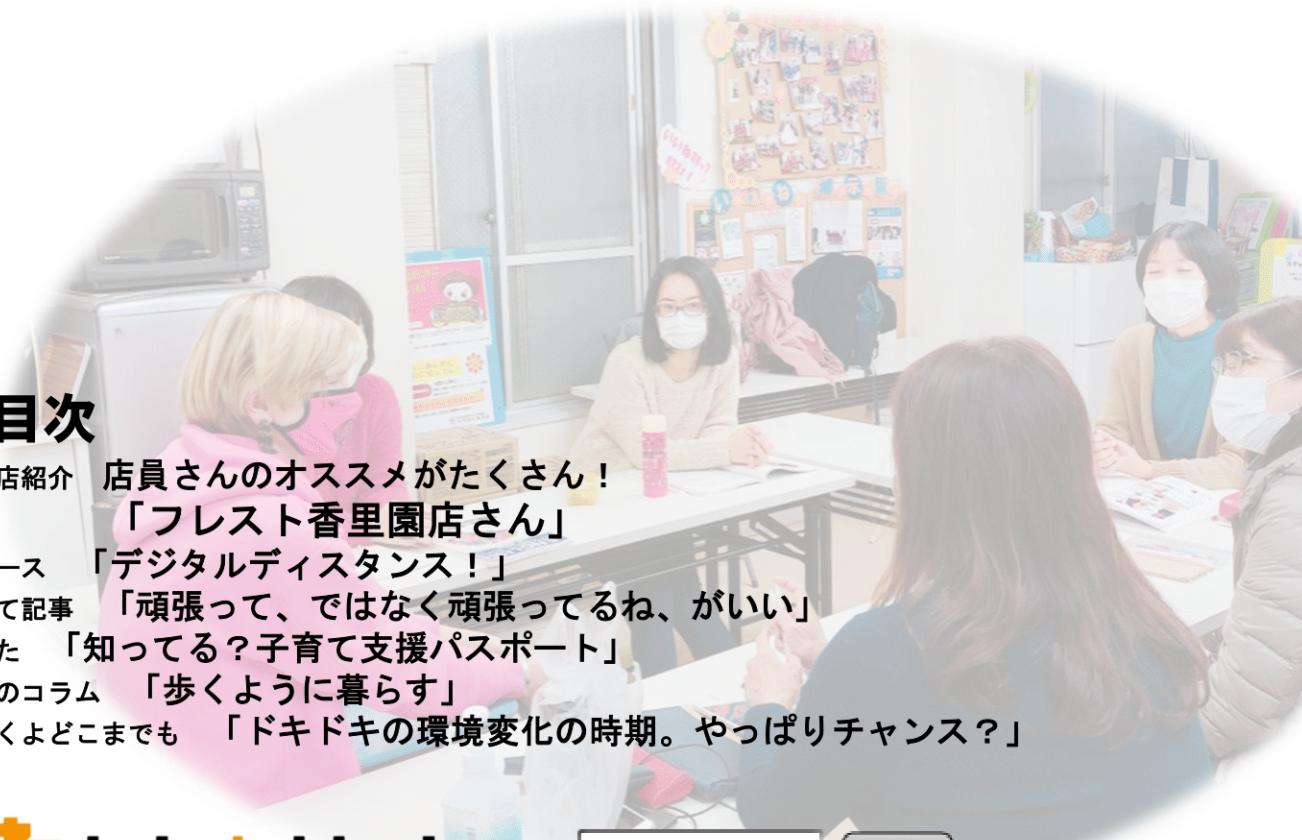
お母さん集団が創る子育てフリー ペーパー

# いいね! 東洋

2021年3月号



ようやく暖かい日が続くようになりました！  
日が暮れるのが遅くなり、道端に咲くお花を見かけると  
「あ～いよいよ春だなあ」と思います。  
こたつを仕舞おうかどうしようか・・・?  
何気ない毎日の出来事を味わいながら、たまにはのんびり  
とした日を過ごしましょうね！



## 今月の目次

- オススメお店紹介 店員さんのオススメがたくさん！  
「フレスト香里園店さん」
- 子育てニュース 「デジタルディスタンス！」
- ママの子育て記事 「頑張って、ではなく頑張ってるね、がいい」
- おかん調べた 「知ってる？子育て支援パスポート」
- 建築家 匠のコラム 「歩くように暮らす」
- BOSSはつづくよどこまでも 「ドキドキの環境変化の時期。やっぱりチャンス？」

いいねいいね！ドットコム [いいねいいね](#) [検索](#)

【本部】〒573-1146 大阪府枚方市牧野阪2丁目2番18号

TEL : 072-866-1300

MAIL : [info@11ne11ne.com](mailto:info@11ne11ne.com)

【北摂支部】〒566-0001 摂津市千里丘2丁目9-32

【大阪市南部・東部支部】〒545-0021 大阪市阿倍野区阪南町2-7-12

地域のスーパーさん情報  
ママのリアルなご意見は  
いいねいいねドットコムで！



Facebook

(株)いいねいいねドットコム



Instagram

「11nenohiroba」



LINE

「いいねいいねドットコム」



Twitter

@11ne11ne\_staff



あまり飲めない店長さんがご自身の奥さんにオススメするアシードブリュー。いつもと違うお酒を試してみては？



取材の様子はいいね  
ホームページでもご覧いただけます！



数量限定・土日限定で販売されているので、是非チェックしてくださいね。

いいねのお母さんの中でフレンチ里園店さんはワインなどのアルコールも豊富と評判です。家飲みが主流になりつつある今、新しいお酒を見つけるのも楽しめますよ。美味しいお酒と肴。フレストさんでは揃っています！

かわいい店員さんおすすめのスイーツはコチラ！フレストオリジナルの京阪ザ・リッヂロールです。

2020年の12月から販売されている堂島ロールの会社と京阪さんがコラボしてできたこのロールケーキ。ふわふわしっとり感は価値あります！

買い物に行くとひとつ変わった商品がある。新しい発見がある。フレスト香里園店さんはそんなお店です。

スーパー内外にはたくさんの専門店があり、ケーキ屋さん・ドラッグストア、買い物後の休憩に力フェエやランチも叶います。

「おすすめは何ですか？」の問い合わせすぐさま答えてくださる店員さんがたくさんおられます。電車ではもちろん駐車場も完備しているので、車での買い物OK！是非フレスト香里園店さんで「おすすめ」を感じてくださいね！

買い物に行くとひとつ変わった商品がある。新しい発見がある。フレスト香里園店さんはそんなお店です。

平成二十一年に宮崎牛の指定店に認定されたフレスト香里園店は、宮崎牛は産まれも育ちも宮崎です。他の銘柄のお肉は产地は県外から、というのも少なくないのですが、宮崎牛は正真正銘宮崎つ子！

肉質も折り紙付きで、どの部位でもハズレのない、味わいの深い精肉部門担当ですが、実はお肉をあまり食べないという（笑）宮崎牛です！

2020年12月から販売されている堂島ロールの会社と京阪さんがコラボしてできたこのロールケーキ。ふわふわしっとり感は価値あります！

## 店員さんの おすすめ商品がたくさん！

### フレスト香里園店さん(寝屋川市香里南之町19-17)



「いろいろな銘柄ビーフを食べてきましたが、宮崎牛が一番美味しいんです！」とニコニコしながらお肉について熱く語っていました。

月は京阪香里園駅すぐのフレスト香里園店さんにお邪魔しました！電車を降りて外に出すにお買い物ができるので、大変便利ですね！

たくさんおすすめ商品がありますが、その中でもこれ！という商品をご紹介いただきました！

まずは精肉部門。「おすすめは宮崎牛です！」と話してくださいました！



巷ではなかなか取り扱えない種類のあぐ~豚も、フレスト香里園店さんはお魚の調理のお願いをしゃべり込んで商品だそう。



去年から販売を始めた沖縄産のあぐ~豚。4社9ブランドの中からJ.A.沖縄がイチオシするあぐ~豚を販売しています。年1回の協議会の中で、ダントツに味の良いあぐ~豚です。



「僕のおすすめはコレ！」と出ました！店長さん！値段がとても良心的な食べ応え満点の、のり弁当です。白身魚のフライと鮭がとっても美味しいんです！」と高評価です。



お刺身もたくさん！まさに「宝石箱」です！フレストさんのお刺身はご家庭でのお祝い事など、「ここぞという時」に食卓に並べたいお料理ですよね。質が良くて美味しいんだもの！



ちらし寿司も具材がたくさん入っています。おひな祭りのメインに、卒業シーズンのお祝い膳にいかがでしょうか？



最近は若いお母さん達にも注目されている和菓子。子どもと一緒に選べるのが楽しいですね。

「冗談抜きでイチオシ。今日の昼はこれ食べるねん。買うから中見せようか？」とおすすめ弁当お披露目してくださいました！

我が家上の子は体を動かすのが好きで、寝返りも歩き始めもすべてが早く、1歳になる前には走っていました。なので、言葉が通じず、止まらなければいけないところで止まらず、手を繋いでもり抜けで、事故に合わないようにすることで毎日ピロピロしていました。

そんな中、通りすがりの人に色々注意されたり、何気ない一言で傷ついたことが多々ありました。

そんな彼も現在は中学二年生。運動神経はやはり良かつたようで、短距離走やマナーも、今ではきっちり守る子に育ちましたし、あの時期の私たちは学年一速いですし、スポーツ全般得意です。守れなかつた社会のルールやマナーも、今はきちんと守る子に育ちましたし、あの時期の私の気持ちは彼に届いていたんだな、と実感しています。

子どもをほつたらかしにするのはダメですが、もう少し世の中が温かい目に見てくれるといいな、と思います。そして、今現在頑張ってるママ自身を非難するのではなく、共感し、誉めてあげてほしいです。「ママ頑張ってるね」その一言が、多くのママの励みになると思います。



### 比べてみたらおもしろい！世の中とママの検索ワード！(2月調べ)

- 世の中の関心ごとは？？  
 ・チックコリア スペイン ピアノ  
 ・川渕三郎 チェアマン バスケ  
 ・大阪なおみ ランキング

- ママ達は何を調べた？？  
 ・マグニチュード 震度 違い  
 ・ワクチン 接種 筋肉注射  
 ・フォーマル スーツ 子ども



(この記事はただのおかんの知識です)

子育て支援パスポートってご存じですか？  
地方自治体が、地域の企業・店舗に働きかけ、協賛を得た企業・店舗において子育て世帯に対して各種割引・優待サービスや乳幼児連れの外出支援・応援サービス等を提供するというものだそうです。  
大阪では「まいど子でもカード」という名称で存在しています。

一言でいえば、このパスポートは

【子育て世代が協賛店や施設などで割引などの特典を受けられる会員制度】

大阪では1万7千件あまりの協賛店・事業があるみたいです。  
え！そんなに！？と思いますが、内容は、コンビニでは「乳児のミルクのお湯を提供」

塾やその他スクールなどでは「〇〇円引き」

飲食店や美容院などでは「入会金無料、もしくは半額」

金融機関では「金利優遇」

などなど本当に様々なものがあります。

会員登録は無料で、対象の店舗や施設にて

シンボルマーク（携帯電話の画像やあるいは紙カード・ハガキ）

を提示するだけ。特典の中には子どもの年齢で対象でないものなどもありますが、ありがちな小さな子どもがいる家庭のみと

いうわけでもありません。

中にはえー！これはお得やん！と思うものもあります。

まだ知らないおかんの皆様、一度検索してみてはどうですか？

## おかん調べる！

### 子育て支援パスポート知っています？使っています？

・初めて知りました。対象店舗でもっと積極的に誘導して欲しいし、利用させて欲しかった。もっと認知されるべき。

・名前だけは知っていました。子育てのいろいろな制度を検索していた時に見つけました。が、実際にお世話になれるようなものはなさそうだったのでそのまま。

・周りのママ友もみんな知りませんでした！でも、内容知つても特にもっと早く知つたら～ってなりませんでした。

・我が子はまだ小さいですが、塾などに通う必要ができた時は特典も参考にしていきたいと思います！

(いいね調べ)

歩くように暮らす  
歩いていると、春を告げるタンポポのつぼみを見つければ、一年連載させていたいたコラムも今回が最終回です。ということで私たちが家づくりにおいて大切にしていることをお伝えします。

たぐみのけんさくぐんちく



## おかんコレめっちゃ気になつてます 伊那食品工業株式会社 かんてんぱぱ スープ用糸寒天

寒天由来の食物繊維のはたらきで、おなかの調子を整えお通じを改善する、機能性表示食品です。

あつあつのスープやお味噌汁にひとつまみ入れるだけ。不足しがちな食物繊維を手軽に摂ることができます。スープだけでなく、水で戻してサラダや和え物にもお使いいただけます。 内容量：30g(税込)432円 100g(税込)1130円

# がつり貯めて！がつりもらおう！ なかま会員 ポイント大交換会スタート！

コロナ渦による年2回のいいね会中止を経て・・・  
それでもお母さん達にはなんらかお得になってほしい。  
それならばやっちゃん！という事で、やっています！豪華賞品ポイント大交換会！  
なかま会員になると貯められる「なかまポイント」で  
いいねの広場で商品と交換しましょう！

次の開催は2021年4月！登録してポイント貯めてくださいね！

なかまポイントってど～やって貯めるん？

はい！お答えします！  
なかま会員さんに送るアンケート回答・イベント参加・SNS投稿・なかま会員さん紹介などなど獲得チャンスはたくさん！

ぜひ私たちの「おなかま」に～！  
なかま会員への登録は右QRコード またはnakama@11ne11ne.com  
に「お名前」「在住市(枚方市など)」「ご年齢(0代)」を書いて  
メール送信してください。

## いいね座談会

気になる商品食べてミ～ナ！！  
参加費無料！毎月各支部にて開催されているメーカーさんより依頼された商品を食べながらの意見交換や食べてみたかったあのスイーツも、参加費無料ならゼヒ試したい！  
そんなママさんいらっしゃい！素直な感想、聞かせてくださいな！

【各支部の開催日時・場所】

●東部大阪エリア  
場所：「いいねの広場」※京阪牧野駅前すぐ  
枚方市牧野2丁目2-18  
日時：3月11日(木)(毎月11日・休日の場合は前平日)10:30～12:30

●北大阪エリア  
場所：摂津市千里丘2丁目9-32  
日時：3月17日(水)(毎月第4水曜日(7月/12月/3月は第3水曜日)10:30～12:00)

●大阪市南部・東部エリア  
場所：大阪市阿倍野区阪南町2-7-12  
日時：3月11日(木) 10:30～12:00  
※現在は一部内容を変更して開催する場合がございます



## 我が家簡単レシピ 揚げない鶏肉のカレーせんべい焼き

材料

唐揚げ用の鶏肉 300g 片栗粉 大さじ3  
●白だし 大さじ1 ●醤油 大さじ1  
●しょうが 大さじ1 ●マヨネーズ 大さじ1 ●一味 お好み  
カレーせんべい 適量

作り方

鶏肉は●の調味料を入れて全体になじませ30分ぐらい漬け込む  
カレーせんべいは袋に入れて、少し粗めに碎く  
漬け込んだ鶏肉に片栗粉と碎いたおせんべいをまぶし、  
クッキングシートの上に並べオーブン180℃で20分程度焼くそして、裏返して5分焼いて出来上がり。





やってきました、3月…3月です！！  
 「3月」って言うだけで…既に春を感じてしまううう。  
 曆の上ではうんぬん…とは別の実際的に感覚的に感じる春。  
 まだまだ寒い日が続いても  
 「春に続く」この月…大事にして参りましょー！

お雛祭りにホワイドー、そ  
 して卒園卒業・ちょっとした  
 お別れがあつたりそれに伴つ  
 てセンチメンタルシーズンが  
 訪れたり…な3月。  
 幼少期・思春期時代の私め、  
 BOSSはこの3月がどーも  
 苦手だったんですねええ。  
 新しい環境変化が生まれ  
 本格的にそれを認めなくつ  
 ちゃいけない時期、いやあ  
 「じーにもこーにも嫌」でし  
 たああ。  
 新しい世界が良いとか悪いと  
 か嬉しいとか嬉しくないと  
 かつて事以前の問題やつたん  
 すよね…。

その頃つてああどうだ考え  
 てるわけでも無くって…そん  
 んスキも無くただ「どよよよ  
 よおおん」だったわけですが  
 今大人になつて…超大人にな  
 つて…いや、もう大人にな  
 り過ぎて…

(注意・あくまでも大人。オ  
 バンや無く大人。)…  
 思うに「知らない世界」が不  
 安でしか無かつたんやろう  
 なあ、ど…。

知らないつて  
 不安だから…  
 知らないつて

その頃つてああどうだ考え  
 てるわけでも無くって…そん  
 んスキも無くただ「どよよよ  
 よおおん」だったわけですが  
 今大人になつて…超大人にな  
 つて…いや、もう大人にな  
 り過ぎて…

（注意・あくまでも大人。オ  
 バンや無く大人。）…  
 思うに「知らない世界」が不  
 安でしか無かつたんやろう  
 なあ、ど…。

お雛祭りにホワイドー、そ  
 して卒園卒業・ちょっとした  
 お別れがあつたりそれに伴つ  
 てセンチメンタルシーズンが  
 訪れたり…な3月。  
 幼少期・思春期時代の私め、  
 BOSSはこの3月がどーも  
 苦手だったんですねええ。  
 新しい世界が良いとか悪いと  
 か嬉しいとか嬉しくないと  
 かつて事以前の問題やつたん  
 すよね…。

新しいコト、モノ、ヒトに素  
 直にわくわくして見る人を見る  
 と心底羨ましかったし同時に  
 寂しかつたりもしてた…。

まさに取り残された感つづ  
 やつ。（きやーーーーーーーー  
 タシ、かわゆいーーーーーーー  
 空元気も元気のうちで、  
 毎年のようにやつて来るその  
 「どよよよおおおん」とした  
 3月）を当時の私はどうやつ  
 て乗り切つていたのか、つてそん  
 つー…自分の強情さで無理  
 矢理クリアしてた、つてそん  
 な感じでした…。

うん、そだそだ。実際心が  
 弱つてもそう見せたくない  
 「わっはっはーーー」と過ごし  
 たみたあいいなあく。

でもさ。でも？それで結局  
 乗り越えれたりもするんだ  
 ねえ…選択肢が無いつてい  
 うのは時に救いになつたりも  
 ねえ…。弱つてもそう見せたくない  
 「わっはっはーーー」と過ごし  
 たみたあいいなあく。

うん、そだそだ。実際心が  
 弱つてもそう見せたくない  
 「わっはっはーーー」と過ごし  
 たみたあいいなあく。

でもさ。でも？それで結局  
 乗り越えれたりもするんだ  
 ねえ…選択肢が無いつてい  
 うのは時に救いになつたりも  
 ねえ…。弱つてもそう見せたくない  
 「わっはっはーーー」と過ごし  
 たみたあいいなあく。

うん、そだそだ。実際心が  
 弱つてもそう見せたくない  
 「わっはっはーーー」と過ごし  
 たみたあいいなあく。

うつてパターンも…  
 どれもこれもありなんやと思  
 います！

知らないつて不安だけ  
 どうしても不安だけど  
 でも「知つてる事」って「想  
 像できる事」だったりするし、

積極的にならぬつても当然  
 でつしょ…。  
 でもこちら側に選択肢与えて  
 くれないその変化…やっぱり、  
 やっぱりチャンスなのかもし  
 れましょんじょーーーつ！

ポイント交換会、たくさん来てくれてありがとうございます！  
 皆又いつでもふらりと立ち寄りに来てねー

いいねいいね！ドットコム

## 東部大阪支部情報(枚方・交野・寝屋川・八幡・松井山手エリア)

### 3月26日(金)開催 ゆったり広場

時間：10:30～12:30 場所：いいねの広場(京阪牧野駅前すぐ)

お母さんとちびっこが一緒に遊べる場所！

絵本読み聞かせや親子ダンス・巨大模造紙にお絵かきなど毎月違った遊びを用意しています。

お母さんはゆったり軽食やお菓子を食べながらわいわい楽しく子育ての事などをお話しし、情報交換の場にしましょう！

お申込みは右のQRまたは info@11ne11ne.com 072-866-1300まで！

参加で  
なかまポイント  
100ptゲット！



## REAL TALK ENGLISH

ネイティヴ英会話教室生徒募集中！

いいねの広場で開催しているアメリカ人講師による

本格ネイティヴ英会話教室です。小学校クラスは耳で学ぶ英会話を。

大人のクラスはより実践的な英会話を学びます。無料体験実施中！お気軽にお問合せください。

(TEL:072-866-1300 または info@11ne11ne.com)



◆小学校低学年(1年～3年)クラス◆ 毎週月曜日 18時～19時	月謝 6,000円/4回
◆小学校高学年(4年～6年)クラス◆ 毎週月曜日 18時～19時	
◆大人クラス◆ 第2・第4木曜日 19時半～20時半 第2・第4木曜日 11時20分～12時20分 (昼夜両参加も同額で可能)	月謝 昼：5,000円/2回 夜：5,000円/2回



## 頑張るお母さんを 応援します！

いいねいいねドットコムスタッフ募集！  
 ママのままで一緒にお仕事しませんか？  
 掲載エリア内在住のお仕事したい  
 ママさんお待ちしています！

小さなお子さんがいても大丈夫！  
 幼稚園や学校の帰宅時間に合わせてお仕事  
 していただけます。  
 主な仕事内容は在宅での入力や出勤不要の  
 ライターさんなど様々。  
 お気軽にお問い合わせくださいね！

株式会社いいねいいねドットコム  
 072-866-1300 または  
 info@11ne11ne.com

## Let's ウクレレ～ズ

毎月第1・第3火曜日の19時半～20時半  
 にいいねの広場(京阪牧野駅前すぐ)でウ  
 クレレ教室を開催しています！

一定数参加の月額制ではなく、1回

1,500円と通いやすい単発受講型にして  
 おります。  
 レンタルウクレレもありますよ～。  
 是非お気軽にお問合せください！



TEL : 072-866-1300  
 または  
 info@11ne11ne.com



新聞設置場所を提供  
 頂いたお店などのチラシ  
 はいいねの広場でも設置  
 可能ですよ♪



## いいね新聞設置場所大募集！

現在、エリア内いいね掲載各スーパーさん・地域図書  
 館・地域生涯学習センター・地域子育て支援センターな  
 どでも配布しています。他でも設置可能な場所を募集し  
 ています！ご連絡お待ちしています。

2021  
3  
MARCH



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	1 赤口	2 先勝	3 友引 ひな祭り	4 先負	5 仏滅	6 大安
7 赤口	8 先勝	9 友引	10 先負	11 仮滅 いいねの広場 座談会	12 大安	13 友引 大阪市 (南部東部)支部 座談会
14 先負 ホワイトデー	15 仏滅	16 大安	17 赤口 北摂支部 座談会	18 先勝	19 友引	20 先負 春分の日
21 仏滅	22 大安	23 赤口	24 先勝	25 友引	26 先負 ゆったり 広場	27 仏滅
28 大安	29 赤口	30 先勝	31 友引	1	2	3

スケジュールは急遽中止・変更を  
させて頂く場合があります。ご了承ください。

このカレンダーはウェブサイトで無料ダウンロードできます。© ハッピーカレンダー <http://happyprintable.com> イラスト : chokomaka

2021  
4  
APRIL



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	1 先負 エイプリル・フール	2 仏滅	3 大安
4 赤口	5 先勝	6 友引	7 先負	8 仮滅	9 大安 いいねの広場 座談会	10 赤口
11 先勝	12 先負	13 仏滅	14 大安	15 赤口	16 先勝	17 友引
18 先負	19 仏滅	20 大安	21 赤口 北摂支部 座談会	22 先勝 大阪市 (南部東部)支部 座談会	23 友引 ゆったり 広場	24 先負
25 仏滅	26 大安	27 赤口	28 先勝	29 友引 昭和の日	30 先負	1

スケジュールは急遽中止・変更を  
させて頂く場合があります。ご了承ください。

このカレンダーはウェブサイトで無料ダウンロードできます。© ハッピーカレンダー <http://happyprintable.com> イラスト : chokomaka