

お母さん集団が創る子育てフリーペーパー

いいね新聞

2021年11月号



夏の暑さが残ると思いきや、あっという間に秋です！
運動会や体育祭、いつもと違う開催も、2年も続けばそれが
新しい普通の形になっていきますね。
子ども達は本当に逞しく、変わりゆく状況の中でも精一杯
今を楽しんでいます。
大人も見習わないとですね！

今月の目次

オススメお店紹介 地元の皆様に愛されるお店さん！

「フレスト寝屋川店さん」

子育てニュース 「子育て支援講座が開催されます」

ママの子育て記事 「長子の意外な一面。現代病も考えようによっては・・・」

おかん調べた 「USAコットンって何？」

おしえて！ますだ先生！ 「子は親の鏡」

BOSSはつづくよどこまでも 「迎えるのです！最強のスタートシーズンを！」

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

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
株式会社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

いいね注目のお店！

地元の皆様に 愛されるお店さん

フレスト寝屋川店さん(寝屋川市早子町16)



スーパーさんであまり見かけることのない「すくな南瓜」。濃厚な甘みとホクホク感がウリです。子どもに見せたいお野菜のひとつです。



お勤め品コーナーが立派なのは安心安全なお店の証拠です！二軍と考えると、その品質は十分すぎるほどなので、お得ですね！

もちろんそれだけでなく、定番のお野菜も質が良く見た目も綺麗なものを取り揃えておられます。必然的にお勤め品コーナーもまだまだ立派な商品がたくさん並んでいるんですよ。

まだまだ暑さが残る晩夏の頃、取材にお邪魔させて頂いたのは京阪寝屋川市駅下にあるフレスト寝屋川店さん！フレストさんと云えば、置いてある商品が少し他とは違うとお母さんの間で話題を集めているお店さんです。



その時にとれる旬のお魚達を余すことなく陳列されているこの売場は、とても見応えがあります。調理も無料で気軽に頼むことができますよ！

鮮魚コーナーでは新鮮な海の幸がたくさん並んでいます。水曜日・日曜日以外は毎朝早くから市場に赴かれ、実際に見て仕入れておられます。「同じ魚でお客様に飽きられないよう気持ちを込めて、しっかりと見定めて仕入れています！」と自信を持ってお薦めされていました。



「今日はお寿司が食べたいからフレストさんに買い物に行こう」となるお母さんも多いんですよ。家族も満足間違いなしです。

お魚売場の横にあるお寿司売場は、どれも見た目から新鮮だとわかります。お寿司のネタのボリューム・切り身の厚さなど、他とは一線を画すフレストさんです。



亜麻仁由来の成分を配合した飼料で育てているご自慢の「なかやま牛」。売場の上部に部位の詳しい説明が書かれています。

「お肉はカットする時の愛情で味が変わります。」とフレストイズムに溢れた店員さんがお待ちしております。



西山店長おすすめの牛の赤身肉！実はお肉が苦手な店長さんですが、フレストさんの赤身肉は好きだそうです。



スタッフさんおすすめの「やわらかヒレカツ」。お肉や揚げ物があまり多く食べられないご年配のお客様も、好んで買っていかれる一品です。



お弁当に入っているフレストさんの魚の切身は他のスーパーさんに比べて大きく、身も厚いとBOSSが熱弁していました。確かに！

売場の真横に店内調理場がガラス越しに見えるようになっていて、出来立てのお惣菜を購入する事ができます。

鶏むね肉の唐揚げは、モモ肉のものに比べてしまいがちですが、フレストさんのむね肉の唐揚げはジューシーで子どもから大人まで家族みんなで美味しく食べることができます。



「美味しいので寝屋川店にも仕入れちゃいました！」と売場スタッフさん。ご自身のお気に入りをお店に仕入れてほしいというお店愛に溢れています。

「おすすめ教えてください！」の問いに迷わず売場に案内してくださったスタッフさんもおられます。「子どもがこれならよく野菜を食べるんです。」とご自身の体感を売場つくりを生かされています。



その時の旬のお野菜をお店の外で販売されます。この日はお野菜の他に、ピーマン・梨・マスカット・ざくろなどもたくさん販売していました。

毎週月曜日と土曜日は午後二時からお店の前で青空市を開催されています。店員さんが用意をされている時から次々とお客様が来られて、「こないだのちようだい！」「〇〇今日は入荷しましたよ。」などと、地域密着な様子を実際に感じる事ができました。



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！



ちょっと見つけた！ 子育て役立つニュース

楠葉図書館・生涯学習市民センター合同企画 子育て支援講座が開催されます

「おはなしおばさん」藤田浩子さんが枚方・楠葉にやってくる！前向きに楽しく子育てができるヒント、一緒に知りませんか？
感染対策を万全にし、会場収容人数の半分を定員としますので安心して参加できます。

【日時】令和3年10月21日（木）14時～15時半
【場所】枚方市立楠葉生涯学習市民センター・図書館 3階第5集会室
【定員】25名
【申し込み】10月1日（金）9時～楠葉図書館窓口
又は電話（050-7102-3113）
【参加費】無料

楠葉図書館
TEL：050-7102-3113
mail：kuzuha@hira-manatsuna-library.jp
開館時間：午前9時～午後9時まで（日曜、祝日は午後5時まで）
休館日：毎月第4月曜日（祝日の場合は開館）
年末年始 蔵書点検日

ママのリアル子育て体験記

長子の意外な一面。現代病も使いいようによっては・・・

先日、中一の長女が1枚の折り紙を持って、「この折り紙に悪い言葉を書いて」とと弟妹に見せました。悪い言葉が出てくると長女は手にした折り紙を少しずつ丸めていきます。これ以上丸められない所までくると「じゃあ今度は謝ったり良い言葉を言ってみて」と。弟妹が良い言葉を言う度に、今度は丸めた折り紙をゆっくり広げていきます。広げきった後、机の上でしわを伸ばし2人に「どう？折り紙元通りになったかな？」と。見るとしわ一つ無かった折り紙はしわしわの折り紙になっていました。2人も「元通りにはなっていない」と答えます。それを聞いて長女が「これが人の心だよ。」と話しました。

一度傷つけられた心は元通りにはならない。だから周りの人への言葉使いや態度に気を付けようと言っていました。

どこでそんな事を知ったのか尋ねると「SNS！」と。スマホ時間が長くなってきた事に頭を抱えていました。が、あながち悪い事ばかりではないようです。



いいねスタッフ
Kさん

比べてみたらおもしろい！世の中とママの検索ワード！（9月調べ）

世の中の関心ごととは？

- ・シルバーウィーク
- ・岸和田だんじり
- ・台風情報
- ・iPhone13
- ・地震
- ・藤井聡太
- ・9.11
- ・緊急事態宣言延長

ママ達は何を調べた？

- ・成人式準備
- ・2022年手帳
- ・漢検会場
- ・大阪府公立高校入試過去問
- ・敬老の日
- ・リモート運動会
- ・子どもワクチン副作用

がっつり貯めて！がっつりもらおう！ 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おう！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10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・メール回答・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(〇十代)」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、参加費無料ならぜひ試したい！
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！

オンライン参加絶賛募集！
広場まで来なくても、お家にいながらみんなで
ワイワイ楽しくお話してみませんか～？



【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
枚方市牧野阪2丁目2-18

日時：10月11日(月)

(毎月11日・休日の場合は前平日)10:30～12:30

●北摂エリア

日時：10月25日(月) 詳細はInstagramにて！

※現在は一部内容を変更して開催する場合がございます



おかんコレめっちゃ気になってます 株式会社 高見澤 なめ茸 志賀の郷 なめたけ

とことん信州産にこだわった品。

長野県産えのきを100%使用し、味付けで重要なお醤油は、えのき茸と同じ長野
県中野市のマル耳醤油さんの丸大豆醤油を使用しているそう。

一番の特徴である、瓶いっぱいぎっしり詰まった中身は、一般的なとろとろと
したなめたけとは違い、えのき茸と調味料のみで煮込んでいて、1本の瓶の中身
を割合で表したときに、90%以上はえのき茸だそうです。

ぎっしり詰まったえのきと、濃縮されたその味を是非食べてみたい！



おかん 調べる！

USAコットンて何ぞや？

(この記事はただのおかんの知識です)
最近衣料業界で耳にするUSAコットン。
アメリカのコットンって事はわかるけど、詳しくは何？
おかん調べてみました。

USAコットンとは？

アメリカ合衆国のコットンベルトと呼ばれる地帯で栽培されている
綿花の事を指します。

綿花とは、花が咲いた後にできる実がはじけ、中から出てくる白い
ふわふわの綿繊維のことです。

実は綿花生産は天候の影響を受けやすく、日本ではほとんど栽培さ
れていません。

あの有名な今治タオルにも使われているコットンです。

USAコットンの魅力って？

最新の技術を活用し、安定した品質の綿花が供給出来ることです。

また経済や環境、社会的責任を思案し綿花生産を行い、サステナビ
リティも心掛けていく点が魅力です。

特徴は？

通常のコットンに比べ、毛羽立ちが少なく光沢に優れ、肌触りが良
く耐久性に優れて丈夫な点がUSAコットンの特徴です。

なぜ、近年日本で好まれるのか

USAコットンは肌触りや耐久性が重要視さ
れていますが、最近特に話題に上がって
くる環境に配慮したサステイナブルな農法で
栽培されているという点が好まれ、注目され
ている理由のひとつです。

スーパーさんのPBブランドにも取り入れら
れているUSAコットン、内容を知ると商品
への見方が変わってきますね。

国産に拘る時代も変わってきているのもし
れません。



おしえて！！ますだせんせい！

子は親の鏡

今日はドロシー・ロー・ノルト氏の著書「子どもが
育つ魔法の言葉」より抜粋した言葉を紹介します。

けなされて育つと、子どもは、人をけなすようになる

とげとげしい家庭で育つと、子どもは、乱暴になる

不安な気持ちで育つと、子どもも不安になる

「かわいい子だ」と言われて育つと、子どもは、
みじめな気持ちになる

子どもを馬鹿にすると、引込み思案な子になる

親が他人を羨んでばかりいると、子どもも人を羨むよ
うになる

叱りつけてばかりいると、子どもは「自分は悪い子な
んだ」と思ってしまう

励ましてあげれば、子どもは、自身を持つようになる

広い心で接すれば、子どもは、子にはならない

誉めてあげれば、子どもは、明るい子に育つ

愛してあげれば、子どもは、人を愛することを学ぶ

認めてあげれば、子どもは、自分が好きになる

見つけてあげれば、子どもは、頑張り屋になる

分かち合うことを教えれば、子どもは思いやりを学ぶ

親が正直であれば、子どもは正直であることの大切さ
を知る

子どもに公平であれば、子どもは、正義感のある子に
育つ

やさしく、思いやりをもって育てれば、子どもは、
やさしい子に育つ

守ってあげれば、子どもは、強い子に育つ

和気あいあいとした家庭で育てば、
子どもは、この世の中はいいところだと思えるように
なる

ママやパパの今その時その時はしんどくても、子ど
もは日に日に成長します。

振り返れば子育てはあっという間の出来事です。

子育てや仕事など色んな事が重なり心に余裕がなく
なった時、この言葉を一読下さい。

少しでも支えになればと思います。

増田 美加(ますだ みか)

認可外保育園「がじゅまる木保育園」を経営。月極利用・一時保育と利用者のニーズに幅広く対応。子どもを預かる
だけに留まらず、1人1人の目標を立案し、英会話教室やそろばん教室などその子のペースに合わせた学習を遊び
を通じて提供されています。

おかんのチョコット豆知識

とろろ昆布のネバネバが中性脂肪の吸収を抑える

とろろ昆布のネバネバに含まれているアルギン酸には中性脂肪の吸収を抑える効果があるのだそうです。
脂肪の吸収を抑えるわけですからダイエット効果も期待できそう。





BOSSは つづくよ どこまでも

いーーーーーよいよ11月…。11月～～～。
11月というとまさに…まさに
「今年もあと…」っていうあの枕詞がやってくるタイミ～ング。
ひえええええ。ちょっと怖い。ちょっとびっくり。
でも！！焦らず見落とさず1日1日しっかり進みましょう！

とは言え…あれ？？
今迄何してたっけ？
え？？今更何しよっか？
考えてしまいますねー
うん…。やっぱりコロナって
コロナってー？！なんて言っ
てる間に過ぎてしまった時間も
感じてしまっ二〇二一年。
残り二ヶ月やでって改めて思
うとちよいと「あわわわわ」
十二月なんてきつと今年ラス
ト月だあれだこれだあつ
て言ったら終わってしまっ
そっだし…。
なんて思うとやっぱりやは
り「あわわわわ」。
あと一ヶ月二ヶ月で何がで
きるの、何をしたら良いの、そ
んな気持ちになったりしてし
まいませんかー？！
空元氣も強がりもパツン
パツンの私めも確かに「こ
の期間中に達成」っていう形
は意識しづらいです…。
でも！実は…！
私くしくし、思っていたので
す。もう随分前から…めさめ
さ思っていたのですいのの
す～～～。
「今年…きつちり来年の準備
するしええええ。」って…。



グランピングっていう楽しみ
も知りまして…！



え？！言い訳して？？
え？！何それって？？！
だってよ。だってね？！
わさわざぎやーぎやー報告さ
せてもらって来た通り去年か
ら続く「今まで通りにはいか
ない生活」の中で
珈琲の楽しみ知りまして…



バッタバタしゅのしゅ…



目指していた沖縄×大阪半々
生活の意味や目的、改めて考
え直ししゅしゅ！！！！
いいねとしての新しい取り組
みにジタバタしゅのしゅ…

そう…！
環境を変える事大の苦手な私
が生活のリズムも仕事のペー
スも強制変更されてしまっ…
迎えるのです「最強のス
タートシーズン」を！！！！
来るその時に、
「イエッサー！！！！！！」と
スタートするしゅえ、と…
気持ちも体も、皆も私自身も
しゅかり整えていく…しゅか
り整えていく…、そう思っ
てきた今年、今もそう思っ
ています！



信頼できる安定のスタッフに
…新しいメンバーがぞくぞ
く加わってくれ…
まさに家族の様に支えてくれ
るリーダー達は増々まーす
ます頼もしさ一〇〇倍増…
そんな皆に囲まれて…

「今じゃないのかい！！」
と言われても…
いやいや、これが、
それが「今でしょ！！」なのさー。
新しい発見改めでの発見、大事な仲
間達に新しい仲間達、卒業する事と
新たに積み上げていくもの。それら
とこんなに向き合える今、「ずい
とジャンプする」為の準備する期間
にしか思えない…本当に思えない！
新しい考えも新しい取り組みも、コ
ロナでの不自由を感じる今の間にしゅ
かりしゅかり整えますー！！！！
まだ残る今年の時間もしゅかり見
つめ直し、積み上げて…新しい挑
戦期に向かって楽しんでいきまっす！
「今を見送る」のではなく「次に繋
げる」そんな時間。
そう思ったら今年のあと数ヶ月も
まだまだあれもできる、これもでき
るって思いませんかー？？！
私はただ今、新学期前に新
しい鉛筆新しいノート、新し
いスケジュールを整えていた
子供時代に近いわくわく感を
味わっておりまっすー
皆、皆、皆様、皆々様の…
「まだある今年数ヶ月」予定
も是非是非教えてください！
二〇二一年十一月…絶賛よろ
しくお願ひいたしますー！！

東部大阪支部情報(枚方・交野・寝屋川・八幡・松井山手エリア)

選べる参加システム！来場orオンライン

広場でもお家でも親子で一緒に遊びましょう♪

10月22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と一緒に遊べる場所！

ダンスの先生と一緒に広場でも、お家でも親子で体を動かそう！

お母さんは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！

北摂支部情報(高槻市・茨木市・吹田市・摂津市・島本町・箕面市エリア)

こんにちは！いいねいいねドットコム北摂支部です。
毎月北摂各地でワークショップや参加無料の座談会など
開催しています。北摂ママさん、是非ご参加ください！
エリア拡大中の為スタッフ募集中！

高槻、茨木、他北摂エリアのママさん
一緒に地域の情報をお届けしませんか？
TEL：072-866-1300
MAIL：info@11ne11ne.com



北摂支部のSNSはコチラ！



REAL TALK ENGLISH

ネイティブ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
本格ネイティブ英会話教室です。
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)

全クラスWebオンライン
英会話教室開校！
無料体験が気軽に
お問い合わせください！

◆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月曜日 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



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



2021
10
OCTOBER



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	27	28	29	30	1 友引 衣がえ	2 先負
3 仏滅	4 大安 Perfect!	5 赤口 Perfect!	6 先負	7 仏滅	8 大安	9 赤口
10 先勝	11 友引 いいねの広場 座談会 Perfect!	12 先負	13 仏滅	14 大安 Perfect!	15 赤口	16 先勝
17 友引	18 先負 Perfect!	19 仏滅 Perfect!	20 大安	21 赤口	22 先勝 ゆったり 広場	23 友引
24 先負	25 仏滅 北摂支部 座談会 Perfect!	26 大安	27 赤口	28 先勝 Perfect!	29 友引	30 先負
31 仏滅 ハロウィン	1	2	3	4 スケジュールはコロナ感染拡大防止により 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。	5	6

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
11
NOVEMBER



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	1 大安 Perfect!	2 赤口 Perfect!	3 先勝 文化の日	4 友引	5 仏滅	6 大安
7 赤口 立冬	8 先勝 Perfect!	9 友引	10 先負	11 仏滅 Perfect!	12 大安	13 赤口
14 先勝	15 友引 いいねの広場 座談会 Perfect!	16 先負 Perfect!	17 仏滅	18 大安	19 赤口	20 先勝
21 友引	22 先負 北摂支部 座談会 Perfect!	23 仏滅 勤労感謝の日	24 大安	25 赤口 Perfect!	26 先勝 ゆったり 広場	27 友引
28 先負	29 仏滅	30 大安	1	2	3	4

スケジュールはコロナ感染拡大防止により
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