

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12月号



コロナ禍にオリンピック・パラリンピック、政権交代などなど
目まぐるしい2021年が終わりを迎えようとしています。
今年が何かの「終わり」だった人も、今年が何かの「始まり」
だった人も、等しく2022年はやってくる！
清らかな気持ちで新年が迎えられよう、小さなことから準備して
いきましょう～！

今月の目次

オススメお店紹介 クリスマス・お正月はお家でパーティー！

「スーパーさんで揃うケーキ&おせち&ごちそう！」

子育てニュース 「子育て企画！集まれ！くずは子育て広場」

ママの子育て記事 「オススメ！お子さんとはじめてみませんか？」

おかん調べた 「なぜ必要？コロナワクチンの3回目接種」

おしえて！ますだ先生！ 「風邪をひきにくくなる子どもの育て方」

BOSSはつづくよどこまでも 「些細な事でも見つけれたら素敵な事」

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
携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

2021
クリスマスケーキ
2022 おせち
&
オードブル

年末年始

年末年始もお家でホームパー

パーティー特集

ティーしませんか？スーパーさんで大満足な商品が揃います！

クリスマスケーキ2021

おおさかパルコープさん
大山乳業 クリスマスアソート
4つの味が楽しめる贅沢なケー
キ。大山乳業のケーキは「とに
かくクリームが美味しい！」と
評判です。



ライフさん
オリジナル
ノエルピスターシュフレーズ
香ばしいアーモンドタルト・コ
クのあるピスタチオクリーム・
フレッシュな苺やラズベリーが
たくさんのケーキです。



平和堂さん
オリジナル X'masスペシャル
(生デコケーキ)
ブランド苺「あまおう」を6個も
使用した贅沢なホワイトクリ
スマケーキ。(天候により変更が
有ります)



ラッキーさん
自社工場 幸月
タルトフレーズモンターニュ
クリームダイヤモンドを絞って焼き
上げたタルトにあまおう苺を使用し、純生クリームと粉糖で仕
上げたタルトです。



イズミヤさん
ケーニヒスクローネ
お菓子のお城(サンタパレーン
付。)
生ケーキにチョコケーキを重ね、
クッキーやシュークリームをデコ
レーションしたケーキです。



オードブル などなど

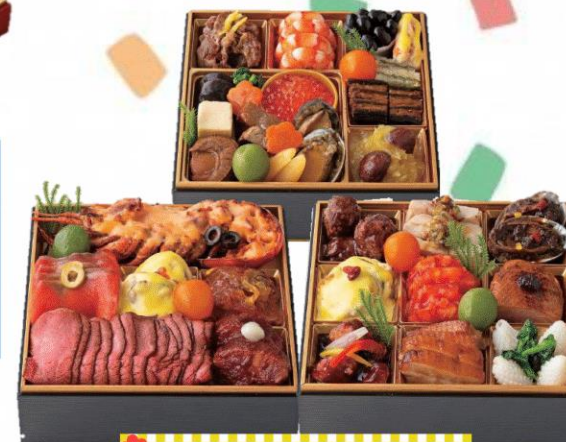
サボイさん
大人も子どももみんな美味しく
食べられるオードブルやお寿
司・お刺身のご予約受付中！
ケーキやおせちと一緒に年に一
度のイベントを豪華な食卓にし
ましょう！



おせち2022



関西スーパーさん
おせち「宝春」三段重
フジッコと関西スーパーの共同
開発のおせちです。製造後に冷
凍せず、できたての味を鳴尾工
場からお届けします。



阪急オアシスさん
興十郎監修 おせち
和洋中3種類のお重を1段ずつ
販売したおせち。人数に合わせ
てお好みの量で用意できます。



**イオンフードスタイル
byダイエーさん**
オリジナル 和風三段重「祝慶華」
京都祇園料亭「和山」監修のおせち。
多様な味を楽しめるよう、美しい彩り
に拘り盛り込んであります。



フレストさん
「芦かり」オリジナル和風おせち
海の幸、山の幸を豊富に盛り込
み、おせち本来の伝統的な味に
こだわり続けた京阪オリジナルの
自信作です。

三杉屋さん
去年の三杉屋さんはオードブル
に必須のハムが盛沢山！クリ
スマグッズやおでんネタも豊富
に揃っています。
(画像は去年の12月の売場)

アートタウンさん
去年のアートタウンさんはクリ
スマスやお正月にぴったりな
肉や果物が盛沢山に販売して
いました。
今年も期待大！
(画像は去年の12月の売場)



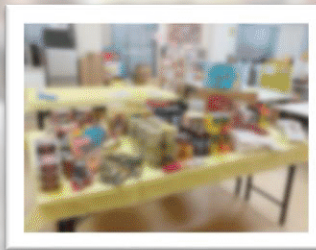
がっつり貯めて！がっつりもらおう！ ながま会員 ポイント大交換会スタート！

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！
ながま会員になると貯められる「ながまポイント」で
いいねの広場で商品と交換しましょう！
次の開催は**2022年1月**！登録してポイント貯めてくださいね！



ながまポイントってど～やって貯めるん？

はい！お答えします！
なが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・なが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「おながま」に～！

なが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。



子育て役立つニュース 子育て役立つ！

子育て応援企画 集まれ！！くずは子育て広場

子育て中の方とお子様(未就園児)対象の、親子でできる手
遊びや子育てママの座談会を開催します！
当日はいねいねいねドットコムで第4金曜日に開催している
ゆったり広場にて、子供向けの楽しいダンスや遊びを教えて
いる「シュンデル先生」を講師に迎え、親子で体を使った遊
びを体験しましょう！

【日時】令和3年11月29日(月) 10時～11時
【場所】枚方市立楠葉生涯学習市民センター第一集会所
【講師】いねいねいねドットコム
【対象】保護者とお子様各一名ずつ(未就園児/0～3歳児)
【定員】6組(先着・事前予約制)
【参加費】無料 【持ち物】飲み物
【申し込み】11月3日(水・祝) 10時より窓口・電話受付



楠葉生涯学習市民センター
TEL: 050-7102-3131
FAX: 072-855-4971



ママのリアル子育て体験記

お子さんとはじめてみましたか？
今みたいにスマホがなかった時代。お友達との交流手段といえば「交換日記」
そんなママも多いのではないのでしょうか？
最近の子はすぐにLINE交換をしたがりますが、抵抗のある親御さんも多いはず。
うちの小3の娘は最近、習い事は同じだけと学校が違ってお友達と交換日記を始めました。
いざ書くとすると、結構難しいですね。まだ特にこれといった話題は書いていませんでした。
これをLINEとすれば、写真を送ったりできるんだらうなあ。
アナログな交流手段を持つことで、ライティング力や言語化力が付くので私はいい試みだと
思っています。この交換日記。親子でもいかがでしょうか？
我が家では「自分のいいところ」を書いてママに提出すると
ママからも「〇〇ちゃんのいいところ」を書いてもらえるということをしています。
自分を見つめる作業にもなり、自己肯定感も上がる！
書いて嬉しい、もらって嬉しい交換日記。
とってもオススメです！是非試してみてくださいね。



いいねスタッフ
M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！(10月調べ)

世の中の関心ごととは？

- ・あつまれどうぶつの森
- ・バンクシー
- ・ドコモ
- ・魅力度ランキング
- ・サッカー
- ・ドラフト
- ・JR東日本

ママ達は何を調べた？

- ・岸田内閣
- ・黒枝豆2021
- ・日帰り温泉
- ・コロナワクチン〇〇歳
- ・ドラえもんダンス
- ・有観客ライブ
- ・10月新番組

おかん 調べる！

なぜ必要？ コロナワクチンの3回目接種

(この記事はただのおかんの知識です)
少し感染減少が見られた昨今のコロナ事情。
まだまだ油断はできませんが「ワクチン難民」と言われる人々
が殆どいなくなってきた中で叫ばれている「3回目の接種」。
何故必要か、おかん調べてみました。
現在行われている2回接種は「セット接種」と言われるもので、
3回目の接種は「ブースター接種」になるのだそうです。
何故3回目の接種が必要なのか。
研究の結果、接種から半年程度で抗体量がピーク時の4分の1
に低下する場合がある事が判明したと発表されたことが原因で
す。
期間は現時点では2回目から8か月後以降の接種が検討されて
いるようです。
医療従事者の方々は年内接種の可能性があるそうですね。
ワクチンの種類も、3回目と1回目・2回目は同じ会社のワク
チンとなる模様です。
気になるのが副反応ですね。
軽かった・無症状だったという方もいれば「とても大変だっ
た」という方もおられます。
日本ではまだ3回目接種が行われていませんが、既に3回目接
種をしているイスラエルでは接種者の88%が「(2回目と)
同等・または軽い」と回答したそうです。
ワクチンを接種した事による行動制限の解
除なども検討されていますが、体質的や年
齢的にワクチンを接種できない人には動き
づらい状態になりそうです。
PCR検査も手軽にできるものというわけ
ではありませんし、何かある度に陰性証明
書を提出しないといけないのも不便です。
国民全員が平等に安心安全な生活ができる
環境づくりを、新政府には期待します。



おしえて！！ますだせんせい！

風邪を引きにくくなる子どもの育て方
保育園に預けたりすると、たくさんのお友達と接する機会が
あります。まだウイルスに対して免疫がない間は感染して
しまうことはある程度は仕方ないことです。
でも体の強い子と弱い子では治り方や再発の頻度に明ら
かな違いが出てきます。
もちろん強い子どもの体作りには、日頃からの規則正し
い食生活や適度な運動、十分な睡眠は必要です。
でも今回ここでは風邪を引いてしまった時の対応につい
てお話ししたいと思います。
皆さんは子どもが鼻水が出始めた、熱が出た。こんな時
慌てて薬をもらうために病院に駆けつけていませんか？
症状が出る事イコール悪いことと誤解されている方が多
くいらっしゃると思います。
熱や鼻水がなんのために出るのか？
人は自分の力でウイルスをやっつけようとする力を持っ
ています。これが免疫力です。人はウイルスが体に入っ
てくると、熱を上げてウイルスと戦います。
ウイルスと戦うのに一番良い環境は体温が38度と言わ
れています。
熱が出たからとすぐに解熱剤で熱を下げてしまうと、い
つまでもウイルスが体の中に留まり、症状が長引くこと
が多くあります。また自分の力でウイルスと戦おうとす
る力も育ちません。解熱剤は安易に使用せず、冷やして
様子を見てあげてください。
もし、高熱で眠れないなどの苦痛が伴う場合はもちろん
苦痛の緩和を優先させてあげてください。鼻水や下痢も同
様です。体がウイルスと戦い、ウイルスを体の外に出そ
うとしている現象です。
鼻水や下痢を無理やり薬で止めようとするとかえって長
引く事が多くあります。身体の水分が奪われるため、こ
まめに少量ずつの飲水で様子をみてあげましょう。
判断は自分たちでは難しいです。
医師に診てもらったが、薬なしで出来たら様子見たい旨を
伝えて、どう変化したら再度受診するべきかアドバイス
を頂いておくとうれしいです。ウイルスに勝てる強い身体を
もつ子に育ってほしいですね。

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 缶詰の食べごろ

缶詰は材料と調味料を高温、高圧で殺菌しているので、製造直後はうま味混ざっていない場合がある。
なので魚介類は1年後、野菜や果物は半年程度経過した缶詰が一番の食べごろと言われている。





BOSSは つづくよ どこまでも

いやあああ〜いよいよ…いよいよー！！
…もう毎月言ってるやんって感じではありますが…
いやいや、いよいよホンマものの「今年も残すところあとわずか」
2021年を締めくくる大事な1ヶ月…
キラキラの12月です。思いっきりにかにかで過ごしましょー！

あれこれ言い続けてきた？
2021年でした〜…が
どんな1年でした？
って振り返り。
やっぱり必要ですー！！
誰もが不自由を強いられ続け
てきた「コロナ禍」という環
境からぬまま過ごした20
21年…。
やっぱり「あれがでなかつた」
「これもでなかつた」
そんな気持ちわさわさの1年
だったかと。
いや、もうそんな事さへ浮か
ばない…
「これどうなるのー？」と
流されているうちに時が過ぎ
ていたんだじゃええ風だった
かもしれない。

それでも！
それでもそれでもやっぱり振
り返りましょ、2021年。
小さな事でも始めた事、見つ
けた事、でもって出来なかつ
た事も含めて「思い返す」つ
てやっぱり必要ー！！
だってそれが…それが新しい
年に繋がっていく気がする
じゃないですか。（知らんけ
ど〜笑）



とか何とか言っちゃって…
そんな事、前月から言っちゃ
ますこのワタシ…自分ネタ
をば勝手に振り返り、今年は
こんな見つけたよ、こんな
ん知ったんよ、と聞いて（読
んで）もらっておりました。
でも聴こえてきました、
「そんなさえないですよ、
BOSS」
「来年に繋がりのうな？」
「今年を活かせそうなの？」
「いやあ…浮かばんわあ。」
の声。
「あつちじゃなくてこつち」
「思い浮かべてー？！」
思い返すこのワタシ…
いくつもの「あつちじゃなく
てこつち」してみたんすよ。
いや…実際は「してみた」つ
つより結果なただけ…。
ひと…つ。
鶏肉大好きな私、特にモモ肉
がたまらなく好き。そして
実はササミは大嫌い（笑）
ムネ肉も基本ノンノンノン。
ええ年してるんだからわだわ
ササミは勿論脂のりのりの部
位以外鶏肉ってほぼ食べずに
過ごしてきたんす。
ところが…動物性タンパク
質取らな過ぎー、という



現実を突きつけられた春先、
ひよんな事からサラダチキン
を食べてみる事に…。
本来だったら選ばないこつち（モ
モ肉）じゃなくこつち（あつ
さり簡単サラダチキン）食べ
てみる事にしたんすよねー。
今でも週2回は食べてます！
ふた…つ。
私ね…「香り」ってちよい
と避けるとこあつたんすよね。
いや、好きなんですよ？好き
なんす。
極限られた「自分が好き」つ
て知ってる系統の香りは、時
に求める事ありますし。
でも…長い時間その香りに触
れてる、感じてる、っていう
のがどうも苦手…。
でもねでもね。ある日ある時
ある瞬間又もひよんな事から
「ハーブ」の香りを選びしつ
かりゆっくり浸ったんすよね。



え？？知らなんだ…。
って事で時々お邪魔させても
らってまーすー

そーんな2021年経験した
「あつちじゃなくてこつち」思い
浮かべてみてちょー？！
そんなちっちゃな事何があります
でした？？
無かったなら：残る1ヶ月のうちに
やってみませんかー？！
「あつちじゃなくてこつち」。
やっぱりあつちだわって再確認がほ
ぼほかもある。うん、多分そう。
私めですわ、たまたま「それが
気に入った」ってなつた例をあげさ
せてもらっただけですもん。
それでも知らなかつた気づかなか
つた「あつち」を再確認できる機会に
はなるかも知れないし、
些細な事でも新しい「あつち」の良
さを発見できたなら…
それは来年のきらきらーん、に
繋がっていくかも知れないっちゃ
よー
是非是非…
ぜーひぜひこの1年を振り
返って…
まだある「今年」を楽しんで
大事に大事にこの時を過こし
てくださいませー。
2021年もホントありがと
うございました！
まだ残っている「今年」も…
そして間違いなく輝かしく登
場する新しい年もどうぞよろ
しくお願いいたしますー！！

いねいね! 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)

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♪

11月26日(金)開催 ゆったり広場

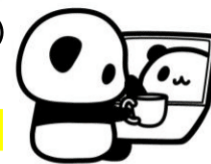
時間：10:30～12:30 場所：いいねの広場(京阪牧野駅前すぐ)

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！



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〜！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：11月11日(木)
(毎月11日・休日の場合は前平日)10:30～12:30

●北摂エリア

日時：11月22日(月)詳細はInstagramにて！



お申し込みは
こちら！

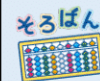


2021年11月新規開校！そろばん教室

★新規キャンペーン★

入会金5,500円免除 初月月謝→0円！

無料体験実施中！



週1回 4,400円/月 週2回 6,600円/月 (授業時間1回60分)

こどもそろばん教室 マナビスタ

0120-050-534

枚方市楠葉並木2丁目23-15 インディアン北ビル3F (個別指導学院ヒーローズくずは校 内)

年長さん(5歳〜)から
はじめられるそろばん教室です。
東大珠算研究会監修のオリジナル
テキストで指導します。
国際検定も受験できます。
是非気軽に
お問い合わせください！



2021
11
NOVEMBER



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	1 大安	2 赤口	3 先勝 文化の日	4 友引	5 仏滅	6 大安
7 赤口 立冬	8 先勝 パーフェクト	9 友引	10 先負	11 仏滅 いいねの広場 座談会	12 大安	13 赤口
14 先勝	15 友引 七五三	16 先負	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	23 仏滅 勤労感謝の日	24 大安	25 赤口 パーフェクト	26 先勝 ゆったり 広場	27 友引
28 先負	29 仏滅 くずは 子育て広場	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

2021
12
DECEMBER



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	1 赤口	2 先勝	3 友引	4 大安
5 赤口	6 先勝 パーフェクト	7 友引	8 先負	9 仏滅 パーフェクト	10 大安 いいねの広場 座談会	11 赤口
12 先勝	13 友引 北摂支部 座談会	14 先負	15 仏滅	16 大安	17 赤口	18 先勝
19 友引	20 先負 パーフェクト	21 仏滅	22 大安 冬至	23 赤口 パーフェクト	24 先勝 ゆったり 広場	25 友引 クリスマス
26 先負	27 仏滅 パーフェクト	28 大安	29 赤口	30 先勝	31 友引 大晦日	1

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