

お母さん集団が創る子育てフリーペーパー

いいね新聞

2022年8月号



むわっとした空気も、はるが高い場所にある大きな雲も夏ならではのですね。ちょっと開放的な気分になるのも夏ならでは。この夏はあなただけの「ならでは」を是非大事にしてみてください。

今月の目次

- オススメお店紹介 2021年8月号～2022年7月号
「ダイジェスト！このお店さん取材しました！」
- 子育てニュース 「いいねいいねドットコム Youtubeスタート！」
- ママの子育て記事 「ルールを敷くのではなく、先の景色を想像させてあげる。」
- くずはせんた～ぶろぐ 「夏休み学習の強い味方です！」
- BOSSはつづくよどこまでも 「今年こそやってみよう！“夏らしいコト”」
- Tamotoのちょっと一息 「珈琲と健康について」

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

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



イズミヤ交野店さん

建物全体が大規模なリニューアルをしたじゃんぼスクエア内にあるイズミヤ交野店さん。京都の有名パン屋「シズヤ」をはじめ、まほろばの大仏りんや富美屋うどんなど、催事販売を非常に多く開催されています。「まずは何事もチャレンジ」をモットーに元気に営業されています！

おおさかパルコープながお店さん

おおさかパルコープの名物「西川店長」がおられるお店さんです。部門ごとに食材を使用した調理のアレンジ見本を置いておられ、安心安全なパルコープさんの商品と共に料理のアイデアに大変役立ちます。スタッフみなさんに慕われている店長さんの元、明るい店内が印象的なお店です。



阪急OASIS箕面船場店さん

「本当に質の良いもの」を「誇らしく」販売されているスタッフさんばかりです。おおきなお魚まるごと一匹やキラキラ光る海鮮丼。阪急オアシスさんの鮮魚は一味違うと評判です。熟成牛も見逃せませんが、ワインやシャンパンの品揃えも圧巻でした。お父さんのような存在の店長さんをはじめ、とても良い雰囲気でお仕事をされていたのが印象的です。



コロナ感染拡大の渦中の時期から減少傾向にある昨今まで、たくさんの店舗さん取材しましたが、どんな情勢でもお店さんの「お客さんに喜んでもらいたい」という思いは同じでした。それぞれのお店さんの工夫など安さだけではないお店さんの売りをもっと知っていただけるようこれからも頑張ります！

2021年8月号～ 2022年7月号に掲載した スーパーさんをご紹介！

いいね注目のお店！

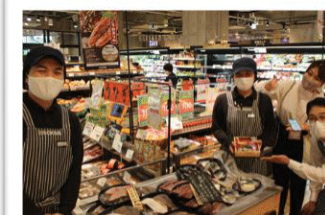
ライフ寝屋川店さん



ライフさんで行っている殆どの取り組みを実現されている店舗さんです。入口の黒板や、鮮魚コーナーの大きなまぐろのディスプレイなど、至る所に工夫がされています。「店長いち押し」のポップは、寝屋川店さん独自のラインナップで本当に「店長のおすすめ」だけにつけられているとの事でした。

阪急オアシス茨木駅前店さん

店長さんをはじめスタッフの皆さんがお店の人としてだけでなく、純粋に「この商品が好き！とっても美味しいんです」と教えてくださるお店さんです。木目調の店内で美味しい食材に出会え、地下では絵本が置いてあるレストスペースもありました。所謂「テンションのあがる売場」は展覧会を見ているようなワクワクする気持ちにさせてくれました。



アル・プラザ枚方さん



平和堂のプライベートブランド「E-WA！」をご紹介します。お客様の「こんな商品あったらいいわ！」にお応えする平和堂さんのこだわりブランドです。広い店内にはたくさんのE-WA！商品が。アル・プラザ枚方さんの1階にはフードコートがあり、ちびっこ席も用意されているので親子連れでのお昼も気兼ねなく休憩できます。

フレスト寝屋川店さん

お買い得商品はもちろんですが、「値段が安い」だけではなくちよっと自分へのご褒美・家族での贅沢に使える食材や商品がたくさん揃っているのがフレストさんです。定期開催の青空市も見どころのひとつ！「こないだの美味しかったよ！」など、地域の方々が話しやすい雰囲気づくりをされているのも印象的でした。



ライフ枚方T-S I T E店さん



2021年12月に枚方T-S I T Eにオープンしたライフさん。枚方市駅前・T-S I T E内という立地から特にお惣菜には大変力を入れています。お弁当はもちろんお魚惣菜も他店ではあまり見かけないほど豊富です！駅からの帰路に立ち寄りやすい毎日のお買い物に利用しやすい売場となっています。

フレンドマート高槻美しが丘店さん

とにかく「店内をいかに盛り上げて楽しい気持ちでお買い物をしてもらえるか」を大事にされているお店さんでした。装飾品が多いだけではなく、売場全体で「知らなかった。買ってみようかな。」と新たな発見のお買い物ができるお店さんです。献立のマンネリも解消できるアイデアがたくさん散りばめられていました！



ちよっと見つけた！ 子育て役立つニュース

いいねいいねドットコム Youtubeはじめました！

いいねいいねドットコムのYoutubeチャンネル「いいねいいねドットコム公式チャンネル」が登場！お母さんはどう過ごす？何を考える？をすこしご紹介しています。「そうそう！わかるー！」って思っているながらも、「なるほどー！そんな事を考えるのかー！」って思いながらも、はたまた動画を見て「我が家はこんなですよー」って思った是非教えてください！お母さん達の日常・・・世間は気になっっていますよ！



ママのリアル子育て体験記

ルールを敷くのではなく、先の景色を想像させてあげる。

私には6年生の娘がいますが、とにかく勉強が嫌いで時間があれば動画編集や工作をしたり好きなことばかりしているような子でした。そんな娘が今、毎朝5時半に起きて勉強をしています。勉強を避けて、楽しいことばかりする様子を見て、「このまま行くと、こんな感じの人生になりますよ」と娘に対してフローチャートで示してみました（笑）彼女には児童心理士になりたいという夢があるのですが、そのためにはこういう大学に行かないといけないくて高校にも当然行かないといけないらしいよ、とゴールから遡るイメージで具体的に伝えると「・・・勉強するわ。過去の教科書ある？」と。突然のやる気スイッチ発動です（笑）どう人生を歩もうがそれは彼女の自由ですが、夢を叶えるためのT O D Oを示してあげることも親として出来ることの一つかなと思いました。



いいねスタッフ
Hさん

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♪**

2022年7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が一緒に遊べる場所！

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！



いいね座談会

お母さんならではのあんな事こんな事、みんなで一緒に話すそんなひと時いかがですか？

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！

【日時・場所】

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：2022年8月10日(水) (毎月11日・休日の場合は前平日)10:30～12:30

お申し込みは
コチラ！



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



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。

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！



町内留学が叶う英会話教室

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

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。
未就学児から小学校高学年まで、耳で学ぶ英会話を！
中学生以上の方はより実践的な英会話を学べます。

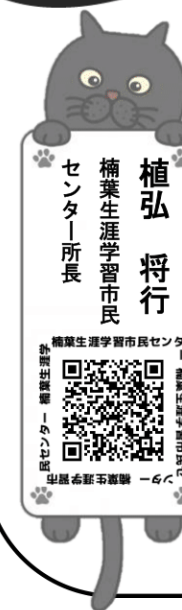
クラス編成・曜日・月謝		
クラス	曜日	月謝
幼児	毎週月曜 15:00～15:40もしくは 毎週金曜 15:00～15:40 いずれかの時間の開催となります。 詳細お問い合わせください。	6000円/4回
小学生	低学年(1年～3年) 毎月曜18:00～19:00 高学年(4年～6年) 毎月曜18:00～19:00	
中学生・高校生	毎週水曜 18:00以降(時間応相談) 希望者有の場合合講	
大人	夜の部：第2・第4月曜 19:30～20:30 昼の部：第2・第4木曜 11:20～12:20 ※全時間帯可能な時は、昼夜どちらの時間も参加できます。	5000円/2回 昼・夜計4回の参加でも同額

まずは
無料体験！
お気軽に
お問い合わせ
ください。



くずはせんたー ぶるぐ

夏休み学習の強い味方です！



夏本番！
お子さんは夏休みでウキウキ・ソワソワしている頃でしょうか？楠葉生涯学習市民センターでも、子ども向けのワークショップなどのイベントを用意してお子さんの受け入れ態勢はバッチリです。今からでもお申込みできるイベントがあるかもしれませんので、是非センターのホームページをのぞいてみてください。
ところで皆さん、子どもの時の「夏休みの思い出」というのを思い浮かべますか？旅行に行ったり、遠くにお出かけしたりした思い出でしょうか？私はといいますと、結構地元で過ごした思い出が残っています。何を隠そう私、枚方っ子、しかも楠葉っ子として、夏休みは淀川沿いの花火を見て、近所の神社の盆踊りに参加するのが恒例行事でした。
あと、夏休みはよくセンターの1階にある図書館に通っていました。夏休みの宿題をクリアするのに、図書館は強い味方です。ね。読書感想文用の本だったり、夏休み工作用の本だったり、自転車のカゴいっぱい本を借りて帰ったのを思い出します。2階に上がればセンターの口のビーで自習もできますし。
懐かしい思い出ですね。
皆さんも、もしお子さんの夏休みの宿題がはかどっていないさそうでしたら、「図書館に行っておいで」と声をかけてみてください。
あつという間に宿題が終わってしまう・かも！？

世の中の「お母さん」って8月は何が気になるの？

ご飯(火を使わない料理・夏期講習時の弁当・簡単・時短) バスツアー
花火大会・夏祭り開催の有無 カーシェア 台風 帰省(可能か・手土産)
部活動予定 タ立 夏バテ対策 光熱費 ガソリン代 習い事大会予定
お盆混雑状況 日帰り温泉 宿題 施設プール運営状況 虫よけ剤 クエン酸 BTSの今後



**BOSSは
つづくよ
どこまでも**

やった！
やったじゃー！！
夏だじゃー！！…の8月
やっぱり嬉しいこの季節、
どうぞよろしくお願いいたします

今年の夏こそは？？？！
皆様皆様暑中お見舞い申し上げます！
お人によっては残暑お見舞い申し上げます！
夏です！夏です！夏です！
→うるさいと言いました？
暑いのが好きな人にもそうでない人にも…
青い空白い雲にテンション上がる人にもそうでない人にも…
等しくやってくる「時」、「季節」、「そう」、「夏」
→もはや言いたいだけ。
去年も一昨年も夏らしく過ごすには厳しかったと思うので今年は何か1つでも「しつかり夏」を感じたいですね！
例えば例えば…
「あつうううー！！！！」「暑いやなああ」なんて誰かと言いつつ炎天下の中を歩く機会さえ夏らしいひと時と言えは言える…
→危ないじゃ、とかも言われそうだが…
たたり、と首筋から汗を垂らしながらちめたいアイスコーヒーなどをば（ワタスキ珈琲のオリジナルアイス、めっちゃ美味！）
いっす！と宣伝宣伝…笑
ぐくぐくっと飲み干す機会さえ夏らしいひと時と言えは言える。



そう！何でもありません！
かー！
今年はプールに行こうか、海に行こうか、いやいや山に行こうか、キャンプに行こうか…
花火をしよう、浴衣を着よう、暑中お見舞いを出そう、かき氷を食べよう…
蚊取り線香とかたいてみるのもあり、向日葵と記念撮影つーのも良いよね…
そう！何でもありません！
かー！
→2回目です…
得休のしれないコロナのおかげで「その時その時を感じる」事の楽しさ改めて知る事できた気がする今だから「夏を感じる」レッツらドンです！
皆さんの夏、どんなにか又聞かせてくださいまし！

あたしはあたしは…
私くしくしくはあゝ
まずは「めっさ暑い」ところ目掛けて行きたい…行つてやる笑！！
知る人ぞ知る、知らない人は知らない…あたしや寒いの大嫌いで、でも暑いのが好き。
なので…暑さビシビシ感じるゴルフ場からバシバシ感じる「すぐ近くの公園」…そしてそして「いいねいいねドットコム」まで…笑
「あつうううー！！！！」って言いながら、「そのそもそもそ」過ごそうって思ってます！
そうそう…今月も晴れた日の木曜日…京阪牧野駅すぐの「いいねいいねドットコム」で叫んでると思うのでそきに來てくださいな！

Tamottoのちょっと一息

みなさんこんにちは。ワタスキ珈琲焙煎所・所長の田本です。
今回は「珈琲と健康」というテーマでお話しをしたいと思います。
突然ですが、珈琲が体に悪いと思う人手を挙げてください。おー、結構上がってますねえ。
では珈琲の成分の中で悪いものって何でしょうか？はい、皆さんが想像している通り、カフェインが考えられますねえ。ちょっと前のデータですが、カフェインの致死量は192mg/kgと報告されています。体重60kgの人なら一度に144杯のコーヒーを飲むと死に至るといふレベルです。一度に5杯飲むのも難しいと思いますので、まあ気にする必要はないレベルでしょうか。逆にカフェインは色々な薬にも配合されており、適応症としては倦怠感、頭痛、高血圧性脳症などが記されています。普通の量を飲んでいるのであれば健康に良い効果の方が高そうです。エナジードリンクにも珈琲と同じくらいのカフェインが含まれており、頭をすっきりさせて集中力を高める効果があるのは皆さんご存じの通りです。2015年5月に、珈琲にとって画期的な報告がなされました。国立がん研究センター予防研究グループは習慣的にコーヒーを飲む人は、心臓病、脳卒中、呼吸器疾患による死亡リスクが低下するという、コホート研究の結果を報告しました。この研究成果によりコーヒーの健康効果が一躍注目されるようになりました。炎症を予防する効果のあるカフェインと、酸化を防ぐ効果のあるポリフェノールの相乗効果によると考えられています。さらにさらに、リラックス効果、抗がん効果、老化抑制効果、肝機能障害の予防効果、ダイエット効果なども知られており、最近では健康飲料の性格の方が強くなっています。
科学的にいろいろ証明されてきている珈琲の効能ですが、私にとってはリラックスした時にのむと幸福感を与えてくれる「幸せ増幅飲料」だと思っています。



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！
今回の開催は**2022年12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。



掲載店舗一覧

- ・アートタウンCOHRI ・アル・プラザ香里園 ・アル・プラザ高槻 ・アル・プラザ枚方
- ・イオンフードスタイルbyダイエーくずはモール店 ・イズミヤ交野店 ・イズミヤ寝屋川店
- ・イズミヤ枚方店 ・イズミヤ八幡店 ・おおさかパルコープ粉浜店 ・おおさかパルコープ西くずは店
- ・おおさかパルコープながお店 ・おおさかパルコープ枚方公園店 ・おおさかパルコープ星ヶ丘店
- ・関西スーパー河内磐船店 ・関西スーパー西冠店 ・グルメシティ水無瀬店 ・KOHYO香里ヶ丘店
- ・サボイ香里ヶ丘味道館 ・セントラルスクエア北畠店 ・タイロン農園
- ・デイリーカナートイズミヤ岸里店 ・デイリーカナートイズミヤ天下茶屋店
- ・阪急オアシス茨木駅前店 ・阪急オアシス箕面船場店 ・ひらかたもより市 ・フレスト長尾店
- ・フレスト寝屋川店 ・フレスト松井山手店 ・フレンドマート交野店 ・フレンドマート岸辺店
- ・フレンドマートくずは店 ・フレンドマート高槻美しが丘店 ・フレンドマート高槻川添店
- ・フレンドマート高槻氷室店 ・フレンドマートニトリモール枚方店 ・フレンドマート東寝屋川店
- ・フレンドマート枚方養父店 ・フレンドマートビバモール寝屋川店 ・フレンドマート八幡ノ坪店
- ・三杉屋京都八幡店 ・三杉屋ホームズ南津守店 ・ライフ香里園店 ・ライフ御殿山店
- ・ライフ正雀店 ・ライフ出屋敷店 ・ライフ寝屋川黒原店 ・ライフ寝屋川店 ・ライフ牧野店
- ・ラッキー枚方店

(五十音順・敬称略)



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	1 仏滅	2 大安 	3 赤口	4 先勝 	5 友引	6 先負
7 仏滅 立秋	8 大安 	9 赤口	10 先勝 いいねの広場 座談会	11 友引 山の日	12 先負	13 仏滅
14 大安	15 赤口 終戦記念日	16 先勝	17 友引	18 先負	19 仏滅	20 大安
21 赤口	22 先勝 	23 友引 	24 先負	25 仏滅 	26 大安 ゆったり 広場	27 友引
28 先負	29 仏滅 	30 大安	31 赤口	1	2	3

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



SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	1 先勝	2 友引	3 先負
4 仏滅	5 大安 	6 赤口 	7 先勝	8 友引 	9 先負 いいねの広場 座談会	10 仏滅 十五夜
11 大安	12 赤口 	13 先勝	14 友引	15 先負	16 仏滅	17 大安
18 赤口	19 先勝 敬老の日	20 友引 	21 先負 ゆったり 広場	22 仏滅 	23 大安 秋分の日	24 赤口
25 先勝	26 先負 	27 仏滅	28 大安	29 赤口	30 先勝	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