

組合員さんにお聞きしました
離乳食づくりに便利だったよ♪

バランスキューブにはよくお世話になりました。冷凍しておいたお粥と一緒にレンジでチンするだけで、彩りのよいおかずができあがります。日替わりで使っていました。
(大垣市 あっちゃんさん)



バランスキューブ(黄・緑)
凍 280g(140g(12粒)×2種)
本体価格 380円 税込価格 410円
次回予定 いつでも注文カタログ11月号

月齢にあわせてお湯でのぼしたり、マッシュしたり、そのまま食べたりなど、味つけも不要で大活躍。大人にはサラダに使いました。
(可児市 のんママさん)

離乳食づくりのお助け商品がいっぱい

北海道の栗かぼちゃ
凍 350g
本体価格 278円 税込価格 300円
次回予定 11月2週



新登場 子育て世帯を応援する きらきらステップ

離乳食以後向け、幼児向け、パパ・ママ向けの3方面で、毎日の食事づくりを応援します!

- point ① 使いたいときすぐ使える便利な冷凍食材が充実
- point ② 手づくり派にもうれしい「素材型」。下ごしらえ不要の素材で、ほかの食材と組み合わせアレンジいろいろ!
- point ③ 徹底した品質管理の原料を使用

煮込みいらず、レンジで約2分。お箸で簡単に切れるやわらかさです。



組合員さんの声

レンジでサッと用意ができて忙しい時に助かります。簡単につぶすこともできるので、離乳食にピッタリです。

きらきらステップ
やわらかいミニうどん
凍 480g(80g×6)
本体価格 298円 税込価格 321円

国産のスケソウダラをパラパラ凍結。そのままでもすり潰しても、使いたい分だけ使えます。



きらきらステップ
国産白身魚のほぐし身
凍 60g
本体価格 328円 税込価格 354円



先輩ママから応援メッセージ

わたしは2人の子育てをしています。周りやマニュアルに左右されすぎず自分にあった子育てをしましょう。楽ができるところは楽をする、全て1人で頑張りすぎないこと。自分が楽しむ時間を作りながら、一緒に子育てを頑張りましょう★脱ワンオペ育児!*

(羽島市 めたぼうさぱんださん)

*ワンオペ育児...ワンオペレーション育児。ひとりで子育てをすること。



子どもが元気に笑顔で幸せになってくれたら、それだけでいいんじゃないかな。そのためにもまずは、パパ・ママ自身が幸せになってください。両親が幸せそうにしていれば、自然と子どもも幸せを感じます。

(羽島市 どんぐりんさん)



(可児市 あいあいキッズさん)



(池田町 みにとまとさん)



(山梨市 Happy♪さん)



(可児市 ゆちさん)



(中津川市 伊藤さん)



(恵那市 トリックさん)

赤ちゃんサポート コープぎふの赤ちゃんサポート

赤ちゃんを抱っこしながらの買い物は大変...そんなときは、コープぎふの赤ちゃんサポートにおまかせください! 宅配料1年間無料や人気商品の割引など、お買い物をお手伝いします。くわしくはコープぎふホームページをご覧ください。



(可児市 たけちゃんさん)

(高山市 ハルアサママさん)

(垂井町 れいとんさん)

(大垣市 ゆっきーさん)



(大垣市 ひろっぺさん)



(可児市 ひろママさん)



(多治見市 トムさん)



(中津川市 いもちゃんさん)

組合員さんの子育てこうして乗り越えました

ママもイライラ

自分の時間が持てないことに、ずっとイライラしています。用事があって子どもを預けた時にちょっと寄り道をしたり、車の中で好きな曲をかけたりして息抜かしています。
(下呂市 温かい風さん)

子どもを寝かしつけるとき、布団に下ろすとすぐ泣くので家のことができずイライラしていました。初めての子育てで私も気がいらなかったのか、今思い返すと、家のことは手抜きをしてもよかったのだと思います。
(北方町 ひまわりさん)

夜泣き

夜泣きが3歳頃まで続きました。睡眠不足になると私自身もイライラ。夫に寝かしつけを交代してもらったり、お風呂に入れてもらったりしました。
(可児市 musicaoさん)

家族との関わり

フルタイムで働いていたので、子どもが体調を崩したとき、なかなか休めず切ない思いをしました。いっそ仕事をやめようかと思ったことも。母や祖母が面倒を見てくれたおかげで何とか乗り切れました。
(池田町 マコママさん)

義母との子育て観の違いに悩みました。切り出しにくかったのですが、昔と今の子育ての違いを話しました。
(加茂郡 あーたんさん)

子ども自身の成長に任せて

育児書の「成長の目安」にいつの間にか捉われてしまい、かなり悩みました。しかし、1歳半くらいから子どもの意思がわかるようになり、子ども自身の成長に任せることができ楽になりました。無理に友だちをつくらなくてもいいし、親子が相互に心地よければOKです。
(海津市 棚橋さん)

少しの工夫で離乳食・食事づくりを楽しく♪

朝早起きして子どもが寝ている間に朝昼夕食を8割くらいつくるようにしました。夕食は朝つくったものをチンしたり、焼いたりして時間を短縮。おかげで夕方に遊んだり、いっしょに過ごす時間が増えました。
(高山市 ゆうママさん)

離乳食をイチからつくるのは大変なので、野菜を煮たら、味つけ前に離乳食分を取りわけたり、ご飯を炊くとき、小さいコップに水と米を入れお粥を同時につくるなど、工夫して楽にできるようにしていました。
(恵那市 くわじさん)

施設の利用でリフレッシュ

児童館などを利用してよく外に出ています。ママ友や保育士の先生とお話は息抜きになるし、子どもも友達と遊べてよかったと思います。
(可児市 桜子さん)

託児付きの講座に積極的に参加していました。そこで出会ったママ達からいろいろ教えてもらっていました。
(関市 ゆいさん)

コープぎふも赤ちゃんと一緒に参加できる交流会があります!

子育ての先輩&仲間がいっぱい



各務原支所 離乳食交流会の様子

巻頭特集

新米パパ、新米ママへ贈る
子育て応援メッセージ

「わたしの子育てで、間違っていないかな?」と自信をなくしていませんか?子育てにはさまざまな悩み、不安がつきものです。そして、みんな同じように悩みを抱えています。どうか、ひとりで悩みを抱え込まないように子育てに悩むパパ、ママへ子育てを経験したみなさんから、心強いメッセージが寄せられました。コープぎふは子育てを頑張る家庭を応援しています。



(大垣市 すまっこさん)