

ちよつとひと息...



わたしの親子くらし

子どもとのくらしのなかで日々感じる「みんな、どうしてる?」の気持ち。このコーナーでは月1回、そうした育児や家事の悩み・アイデアなどを特集していきます。

これがわが家流!

子育てファミリーの パルシステムのあらくらし

パルシステムを始めてみたはいいけれど、みんな何をどうやって注文しているの? 上手に活用する方法が知りたい! 今回はそんな“ビギナーさん”へ、子育て中の組合員ファミリーの「パルシステム活用法」を紹介します。



パルシステム神奈川ゆめコープ/M.Y.さん、Rちゃん(7カ月)、Cちゃん(2歳10カ月)

「パルくる便」のフル活用で注文を時短!

2人目が生まれ、今とはにかく家事の時短が最大のテーマ! 買い物も効率化したいので、毎週注文するものは「パルくる便」[予約登録米(*)]で定期お届けに。残りは娘の昼寝中にパソコンでざっと注文し、あとから注文アプリ「ぼちパル」の検索機能を使って調整しています。時短注文だけど、産地を意識して選んだり、食生活はいいねになった気がします♪

※予約登録した米を1年間、4週に1回定期的にお届けする制度です。

パルくる便 登録はコレ!

朝食&離乳食のマストアイテムや、なくなると娘が怒り出すものを8品ほどチョイスしています。



『yummyum たれ・からしなし ひきわり納豆』

子どものために「たれ・からしなし」に。おとなは「白だし」をかけて

『こんせんプレーンヨーグルト』



離乳食に使えるプレーンにオリゴ糖や冷凍フルーツをトッピングして毎朝食べます

これも便利!

カタログを読み込む時間がないので、育児に便利な商品モニターなどの情報は「yummyum club」のメールでチェック。さくっと読めてありがたいです!



カタログのモデル応募やポイント付きアンケート、子育て情報を月2回配信

yummyum club

yummyum club 検索

わが家のお気に入り



『yummyum 産直うらごしコーン』

何と言っても「うらごし」シリーズ! 忙しい朝でも解凍してすぐ離乳食が作れるし、食べにくそうな野菜もこれであればとパクパク食べられます。うらごし野菜シリーズは全種類ストックしています!

「コーンきな粉がゆ」にするのが大好き♪



「常備菜&お料理セット」で心に余裕ができました



パルシステム東京/Kさん、Mくん(2歳3カ月)

カタログを読むのが好きなので、仕事が休みの日に息抜きも兼ねてじっくり読みながら、スマホで注文。カタログの表紙や特集、『コトコト』最後のページの素敵な雑貨ページ、子ども向けの公演やレジャーチケット探しにチラシの『caica』もよく読みますよ。ふだんの食事は、材料とレシピが届く“セット”を愛用中。これのおかげで夕食ときに時間がなくてイライラすることが減ってきました!

頼れるセットはコレ!

毎週お届けで安心! 「わが家の常備菜セット」

材料とレシピがいつでも届くのが便利だし、1品15分くらいで作れるのも魅力。仕事帰りでもパバッと作れるので、毎週お届け登録にしています。

※インターネット限定商品です。



『きのこ入りミートボール』

4月1回にはこんなメニューが!

「お料理セット」にも助けられています!

今まで注文したなかで印象に残っているのは「レバニラセット」。野菜もレバーも下処理済みで楽だし、おいしいのでレバーが苦手な私が自然に食べられるようになったんです。

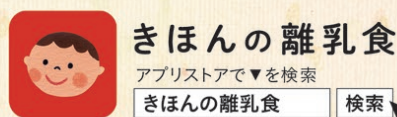
「簡単!レバニラ炒めセット」



調理時間約5分というのも気に入っています!

離乳食はアプリで検索

アプリ「きほんの離乳食」は、月齢や食材でレシピが探せるし、キッチンにスマホを置いて、見ながら作ることができたので、離乳期はよく使っていました。



きほんの離乳食

アプリストアで▼を検索

きほんの離乳食 検索

これも心強い!

実際にはまだ電話をしたことはないのですが、「子育て相談ダイヤル」を知ってからは、いざ育児に行き詰まったときには...という大きな心の支えになっています。

子育てアドバイザーが悩みにお答えします

子育て相談ダイヤル

☎ 0120-410-227

毎週火~金曜日(月・土・日・祝はお休み) / 10:00~16:30



スキマ時間でスマホ注文。アプリで「無駄買い」防止してます



パルシステム神奈川ゆめコープ/Yさん、Hくん(2歳4カ月)

注文は通勤中にスマホやタブレットで済ませます。インターネットで注文しつつ、買物がマンネリになりがちときは注文アプリ「webカタログ」でカタログの表紙や特集などを見ることも。チラシもチェックできていいですよ! あとは冷蔵庫管理にアプリ「まめパル」を使っています。野菜や冷凍食品の残りが分かって、無駄な買い物をしなくて済むようになり助かっています。

わが家のお気に入り

冷凍食品でもパルシステムのものなら頼っていいかな、と思い、キッズ用のものをいくつか常備しています。夕食にも朝食にも使えて重宝します。

形がかわいくて子どものテンションが上がります



『星とハートのオムレツ(野菜・チーズ入)』

冷凍なのがいい! 自然解凍もOKなのでお出かけにも便利です



『北海道牛乳仕込みのミルクパン』

これも助かった!

離乳食の頃はとにかく「何をどう食べさせるか」がわからず、時間もなくてイライラしていました。「子育て123」は専門家が答えるQ&Aも載っていて、色々検索するより落ち着いて読めたのがよかったです。

育児情報サイト

子育て123

パルシステム 子育て123 検索



・ INFORMATION ・

小学生以上の子どもがいる家庭向け「わたしの親子くらし junior」は、月1回お届け情報といっしょにお届けしています。ご希望の方は、190837を6ケタ記入欄にご記入ください。

今回は5月3回

「育児中のリフレッシュ法、大公開!」

何かと煮詰まる育児中のリフレッシュ、どうしてる? 「自分へのごほうび注文」商品も紹介します。

バックナンバーも見られます

これまでの「わたしのママくらし・親子くらし」誌面をwebですべて掲載しています。

バックナンバーはこちら▶

