組合員さんの趣味を紹介!!

わたしの趣味

今月の組合員さんは?

多治見市 m's mamaさん

趣味 バランスボール

以前から興味があったバランスボール。教室を見つけたので通い始め、1年ほどになります♪

ボールを使って弾んだり、音楽にあわせて身体を動かすので、楽しみながら運動不足を解消できます☆身体だけでなく頭も使って動くので、頭の体操(脳トレ)にもなりますよ。

二の腕と腹筋を鍛える体勢

いろいろな体勢で身体全体を鍛えます。

子どもといっしょにできるのもうれしい!

応募・おたより募集中!!

テーマ

しゃべっCHAO!のテーマ

運動会の思い出

学生生活の一大イベント、運動会。うれしかったことや悔しかったことなど、運動会にまつわる思い出をお聞かせください。

料理のテーマ

りんごを使ったレシピ

果物の美味しいこの季節。スイーツに、おかずに…りんごを使ったおすすめのレシピを教えてください。

クイズ

漢字の部品を二文字の言葉になるよう組み合わせて下さい。

クイズに応募いただいた中から、抽選で10名様にコープ商品をプレゼントいたします。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

7月号の答え 短冊

漢字パズル

今月のプレゼント

co-op 果汁だけを使った氷果用キャンデー(100%果汁使用) 700ml(70ml×10)

キリトリ

応募・おたよりシート

①〜⑤を明記の上、ハガキに貼って送ってください。

①今月のクイズ　完成した言葉は?

⑤郵便番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号

(フリガナ)

おなまえ

実名の掲載を希望されない方はペンネーム [　　]

ご利用形態

〒

ご住所

電話番号

コープぎふのホームページからも応募できます

スマホで簡単応募!!

●はがき・FAX・メールでのご応募

以下の項目をご記入のうえ、下記宛先までお送りください。

①クイズの答え(クイズのみの応募も可)

②身近な話題　③面白かった記事名とその感想

④しゃべっCHAO!と料理への投稿

⑤郵便番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号

※②の身近な話題、④の投稿は紹介することを前提にさせていただくため、採用に際して投稿者への連絡は行いません。ご了承ください。

●スマホ・パソコンでのご応募

■ コープぎふホームページ「DEKO クイズ応募フォーム」より

■ 右記のコードより ▶▶▶▶▶▶▶▶▶

宛先はこちら

はがき 〒509-0197 各務原市鵜沼各務原町1-4-1 コープぎふDEKO編集部

FAX 058-370-6860

e-mail takako.anai@tcoop.or.jp

応募締切　2017年8月11日(金・祝)到着分

※投稿、応募の際にご記入いただいた個人情報はプレゼント発送等の目的の為のみに利用させていただきます。

組合員さんのねえねえおしえて

にお返事が届きました!

夜の花火は音も出るし子ども達が騒ぐもの。何時までなら迷惑になりませんか。皆さんの家は何時まで?また、ご近所さんがしていたら何時までなら許せますか? (岐阜市 きーちゃさん)

●わたしの家:20時　ご近所さん:21時
21時過ぎには就寝される方もみえると思うので、他人の生活ペースも考えてあげる事がお互いを思いやるマナーだと思います。(岐阜市 みずたまさん)

●わたしの家:21時
毎日のことではないので気にしない。(山県市 ステンドママさん)

●わたしの家:20時　ご近所さん:21時
相手の方の年齢にもよりますが、お風呂に入る時間を考えて小学生なら20時まで。大人はモラルで21時かな?(関市 めんちゃんさん)

●わたしの家:20時　ご近所さん:20時
お互いに嫌な思いをしないように、20時までに全ての片づけを終え、楽しかったという思いで打ち止めにします。(岐阜市 chococoさん)

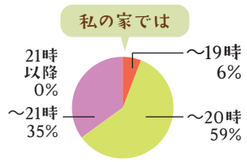
●ご近所さん:22時
花火はやっていても見ていても楽しいもの。あまり遅くは迷惑ですが、22時くらいまでなら迷惑とは思いませんね。(大野町 たかちゃんさん)

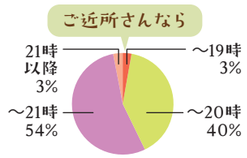
●ご近所さん:20時半
20時半くらいまでお願いしたいです。子どもの声はやっぱり響くものです。(八百津町 さっちゃんさん)

●私の家:20時
うちでは20時までと決めています。もちろん、あんまりキャーキャー騒ぎすぎるのは良くないと思います。大人も一緒に騒ぎまくるとか、住宅密集地でロケット花火をするなど、時間内であっても最低限のマナーは守るべきです。(岐阜市 あやちんさん)

●私の家:20時　ご近所さん:21時
夏は日の入りも遅いため、19時ではまだうっすら明るい気がします。20時くらいまでなら、許容範囲かなと思います。(中津川市 はな。さん)

許容時間アンケート





次号のおしえて

6歳差姉妹を育てています。遊びが全く違うので、どうしても上の子が我慢しているような…。何かいい方法はありますか? (各務原市 るかりこさん)

くらしのエッセンス

日常にちょっとしたエッセンスを加えて、くらしに小さな幸せを

フードコーディネーター・テーブルコーディネーター　池村 晃子

August テーマ

涼しげな食卓

氷のワインクーラー

氷のワインクーラーの完成♪模様は取り出してからのお楽しみ。しっかり冷えますし、ハーブの香りで癒されます。あくまでも氷なので、溶けるのには注意しましょう。

大きい容器に水をはり、その中に重しを入れた小さな容器を入れます。水の中にハーブや花、フルーツなどを入れて一晩凍らすと…。

氷のお皿

大小のバットを重ねてつくります。冷製パスタやお刺身をのせて、目にも涼しくいただきましょう。

グラスサラダ

いつものサラダもワイングラスに入れてみましょう。カラフルな色を組み合わせると、かわいらしくなります。

蒸し暑い夏、テーブルの上で涼しさを演出してみましょう。夏のおでんは、冷やしていただきます。白い鍋に盛れば夏野菜の色も映えてきれいです。からしや味噌だけではなく、色々なハーブ、ブラックペッパー、オリーブオイルともあう、洋風おでんにしてみてもいいですね。

わたしのひとこと

うちの子どもは高校生ですが、毎日弁当持ちなのにいまだに弁当を持っていくのをよく忘れます。いちいち「お弁当持った?」と注意していますが、それでも忘れます。なんでかな??　|岐南町 蛍さん|