



今回ご登場いただいたのは…

パパ・ヒロさん(70代)
岐阜市在住、組合員歴
43年の組合員さん

今月のテーマ

レシピ相談はチャットGPT

パパ・ヒロさん投稿

7月のある日、生協を利用している3人が集まる機会がありました。「夕食のメニュー何にしよう…」から始まり、毎日毎日いやになるワ!私が一番の年長。何と言っても主婦歴52年。夕食どころか、朝食と3人の子どものお弁当を作っていた頃もあり…。今考えると、どうやって毎日作っていたんだろう…。

最近の商品カタログでは、“簡単・便利・時短”のおかずがズラリと並び、中でも“コープのミールキット”コーナーは数を増している。「便利で味も良いし、いいですよ」と独身のMさんから聞いたので、それでは…と注文してみました。わが家は2人の夕食で、食前にビール有。この食卓ではボリューム的に足りない結果となり、もう1皿必要でした。

そう…。今話題の“チャットGPT”がレシピ相談まで受けるのか。たとえば、超便利な活用で「暑い毎日、スタミナをつけたいが味的にはサッパリ系で、野菜多めのメニューのレシピをお願いします」とこんな相談の答えが何と出るやらワクワクしませんか?明るい未来が待っています。

お便りや感想、お待ちしております!!

皆さんからエッセイを募集しています。
エッセイをお寄せいただいた方全員に粗品をプレゼント!!
次のトークテーマから好きなものを選び、
200文字以上500文字以下でご応募ください。

- ①コープぎふとわたし ②日々のくらしの様子 ③最近気になっている事

応募方法

郵便番号・住所・氏名・年代・電話番号をご記入の上、以下の方法でご応募ください。
[郵送] 〒509-0197 各務原市鷺沼各務原町1-4-1
コープぎふ DEKO編集部
[FAX] 058-370-6860 [メール] pr-coopgifu@tcoop.or.jp

おとなの健康大学
OTONA'S HEALTH UNIVERSITY

日時 9月2日(土)
13:00~15:30 (受付 12:30~)

会場 土岐会場 土岐市土岐津町土岐口 2121-1
土岐市文化プラザ (ルナホール)

定員 100名 (事前申込必要・先着順)

参加費 無料

野菜、足りてる?
ベジチェックなどの健康体験コーナーあり

※当日は軽い運動の実技がありますので、動きやすい服装でご参加ください。
※駐車場台数には限りがありますので、乗り合わせて頂くか、公共交通機関をご利用ください。
※イベントは中止になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。

1 お電話から コープぎふ おとなの健康大学事務局 (FM GIFU 内) までお電話ください。
0584-77-0606 (平日9:00~18:00)

2 パソコン・スマホから
コープぎふ おとなの健康大学 検索
専用フォームからお申込みください。

主催 生活協同組合コープぎふ
協賛: 日本コープ共済生活協同組合連合会
後援: 岐阜県・土岐市・岐阜県保険医協会・FM GIFU

※DEKO7月号「うちのごはん(P8)」にて記載に誤りがございました。お詫びして訂正いたします。

【誤】カラソウルス風バゲッティ → 【正】カラソウル風スパゲッティ

おすすめの本

ひろぼと暮らせば
三丁目いちこ:著/ワニブックス

認知症になった義父「ひろぼ」を、嫁目線で記録したマンガです。「ひろぼ」の理不尽さ、愛らしさに振り回されること受け合いです!(岐阜市 ちえりーねこさん)



クスノキの番人
東野圭吾:著/実業之日本社

クスノキというパワースポットのある神社の管理人を勤めることになった青年の物語です。何らかの願いを叶えるため、パワースポットに出かける経験がなく、理解できない面もありましたが、様々な価値観があることを痛感させられました。(羽島市 榎塚燦さん)



クイズに答えてプレゼントをもらおう! おたより募集中!!

クイズ? 組み立てるとできあがる二文字は?

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。

漢字パズル

「やぶ 夏」

今月のプレゼント

ドリンクゼリー マスカット味 (エネルギー) 180g×6本

7月号の答え

日傘

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 興味をもった記事名とその感想
 - ④ 募集中のテーマへの投稿
 - ⑤ 郵便番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号
- ※ 当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。
※ 投稿はDEKOやその他コープぎふが発行する広報物で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 各務原市鷺沼各務原町1-4-1
コープぎふDEKO編集部

FAX 058-370-6860

e-mail pr-coopgifu@tcoop.or.jp

応募締切 2023年8月14日(月) 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に利用させていただきます。

募集中の投稿テーマ

しゃべっChao! (P.11)
自分の誕生日に何か特別なことはしますか?
1年に1度の誕生日。あなたはどんな1日を過ごしていますか?
料理(P.07-08)
にんじんを使ったレシピ
おかずにもお菓子にも使える、にんじんを使ったレシピを教えてください!

DEKO応募・おたよりシート

①~⑤を明記の上、はがき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	年齢	ペンネーム
〒 ご住所	電話番号	