

スマートシニアの
コミュニティサイト

シニア世代の日々のくらしの交流や、ちょっと
役立つ情報をご紹介します。

今月のテーマ | 日々のくらしの様子 | よこづなさん投稿

私の家の裏庭に嫁が植えたさくらんぼの木があり、今はひよどりが飛んできて
その実を啄んでいます。まあ、この木は囲いのない大きな鳥かごとと思い、そっと見
守っています。私は今年卒寿、妻は来年卒寿、2人合わせて179歳です。昔のよう
に若い者に負けん気でごんばることはできませんが、夫婦とも若さを保持しよう
と工夫しながら毎日過ごしています。

(1)毎日近所や旅で3,000歩を目安に歩く。1人で歩くこともあれば夫婦で歩く
こともあります。

(2)「酒は百薬の長」を信じ、毎晩、焼酎2：お湯8に少々の大根おろしの汁を加え、
大きなコップを分け合っていたいただいています。おかげで体の調子は上々です。

今回ご登場
いただいたのは…

関ヶ原町 よこづなさん(90代)
近所を歩くことと一人旅が趣味で、北海道や九州にも
船でよく行かれるそうです！

＼ お便り、お待ちしております!! /

皆さんからエッセイや感想を募集しています。
投稿していただいた方に粗品をプレゼント!!

組合員と ⇄ 組合員の情報交流

“ねえねえ”おしえて

娘が仕事復帰して、夕食を私が用意することになりました。
毎日となると娘家族4人分の食費の出費もばかになりません。
こんな場合、皆さんはどうしてみえるのでしょうか？
(多治見市 ハリーさん)

私も6年間、認知症になった義母から食費をもらえず、完
全に自己負担で食事の準備をした経験があります。身内だか
ら…と気持ちを抑え我慢しましたが、**嫌な思いを引きずるく
らいなら最初にルールを決めたら良かった** と今になって思
います。(50代／高山市 GOGOようようさん)

実の娘となると、力になりたい、助けたいと思うでしょう
が、仕事として引き受ける方がお互い割りきれると思います。
材料費、調理代金を月額で決める というのはどうでしょう
か？(40代／美濃加茂市 ろれいさん)

①はしっかりお金の事なので娘さんに言う。②生前贈与と
思い割り切る。どちらかでしょうね。
(50代／坂祝町 トトロさん)

毎日の夕食の準備お疲れ様です。毎日の用意はハリーさん
の方から申し出られたのでしょうか？私も娘さん側なの
で、親が「やってあげる」と言ってくれたら「ありがとう、本当に
助かる！」で終わってしまうかもしれません…。時折お礼はす
ると思いますが、単純に、目の前のことでいっぱい
いっばい、お金のことで考えられていないのでは？**負担になるよ
うなら率直に言ってみてはいかが** でしょう？私なら裏で親が
負担に思っていたと後から知る方が寂しいです。
(30代／岐阜市 かかさん)

私は数年前、孫の世話で、浅草で1年程娘夫婦と一緒に暮
らしました。**買い物のレシートを取って置いて1週間ずつ請
求しました**。私の分は手間賃として負担して貰いました。婿
さんも納得していました。ハッキリさせた方がイライラしなく
て済むと思います。(70代／岐阜市 たっくんのグランマさん)

近くに娘がいると、どうしても頼られてしまううちと似てま
す。**全部を作るのではなく、娘さんも冷食や作り置きなどし
て、補助する** 方が良いと思います。**かかった食費はきちんと
請求** すれば良いと思います。(60代／関市 もふもふさん)

次回のおしえては

皆さんの家の子どものおもちゃの収納方法が知りたいです。
(岐阜市 まかろんさん)

わたしの
ひとこと

ゆで玉子を漬け汁に浸して作る「味玉」作りにハマっています。しょうゆ味だけでなく、鶏塩味、カレー味と、色々な味で楽しんでいます。
まとめて作って、朝ご飯やお弁当のおかずにもできて便利です。
(40代／岐阜市 らっこばんさん)

発信往来

各務原市 モリビさん

ミニトマトの栽培を始めました。
子ども達にとっては初めての家
庭菜園です。夏にはたくさんトマ
トを収穫できますように！

関市 ポポロンさん

朝から昼過ぎまでしか咲かない花。育て始めて7年目。初
めて花が咲きました！直径7cm程。大きな頭をぐっとお
日様に向けてカッコイイ！なのに色は見ての通り可愛い
ピンク色。嬉しかったです。後4つ咲きます。楽しみです。

多治見市 ひでちゃんさん

最近ワンコを飼い始めま
した。

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。

今月のプレゼント

3種ナッツの抹茶リーフ(7枚入・個包装)

朝顔

漢字パズル
大目

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 各務原市鵜沼各務原町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 2025年8月8日(金) 到着分

※ 投稿、応募の際にご記入いただいた個人情報は
プレゼントの発送及び回答が必要な場合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.09)
今も覚えている文化祭・学園祭
学生的一大イベントとも言える文化祭。
忘れられない思い出を教えてください。

料理(P.05-06)
ハロウィンパーティーレシピ
ジャック・オー・ランタンやおばけなど、ハロウィンを
モチーフにしたパーティー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	

09 DEKO.2025.8

DEKO.2025.8 10