

あ
る
し
〜
め



今月のテーマ

「雨を楽しむ私の秘策」

伊藤美知 40代

清水の舞台から飛び降りるつもりで購入したお気に入りのインコートとアンブレラで気分上々です。

青バラ 50代

雨音を聞きながらお風呂に入るのが好きです。いつもより、ちょっと長湯になってしまいます。

チャム 30代

2歳半の息子は雨が大好き。雨降りの朝は、窓の外を見て「あめ↓かさ↓ながぐつ」とおしゃべりしながら嬉しそうに登園の支度をしています。「にじみえるかな？」と聞いてくる息子に「虹見れるといいね♪虹見たいね♪」と、私も雨上がりの虹を楽しみに雨の日を

過ごしています。

けるける 20代

家計がカツカツの我が家ですが、雨の日割引をしているお店へ出かけるのが楽しみです。ちよつと雨の日が楽しみになりませんか？意外とみなさんの身近にあるかも*探してください。

あーちゃん 50代

植物が雨で潤っているのを見ると、なんだか嬉しいです。冬は乾燥しているから、よけいに草木が喜んでるように思えます。私だけかな。

ねこさかな 30代

雨の日は洗濯しても外に干せないで、コインランドリーに乾燥機を回していきます。タオルがフカフカになって、気持ちもフワフワ♪

ニコニコ 20代

家の前の道路が小学生の通学路になっています。雨の日は小学生が色とりどりのカッパを着て登校しているので、通学時間はカラフルで見ていると元気が出ます。

ふうみん

晴耕雨読！まさしく一日中

ゆつたり本を楽しめます。時々coffee timeをいれて、目の疲れをとりながら。青空の日は、もつたいなくてなかなか一日中ゆつくりと読書はできませんから…。

フリートーク

ハマりました

おかき 60代

付録の長財布に惹かれ、普段買いたくない雑誌を買いました。これが当たり！色はいいし、オシャレなロゴもついていて安っぽくなく使い勝手も良く得した気分。パソコンを開くと、付録雑誌を検索している私です。

みや

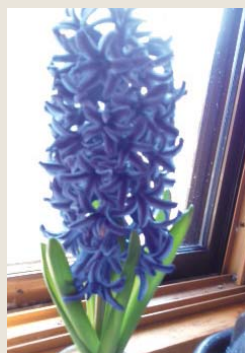


おいしい日々

たべすぎババ 70代

年と共に食欲が出てきて、自分でも「これはおかしい」と思うようになりました。消化器官は年をとらないのかしら？ウォーキングや体操くらいではカロリーは消費されませんね…これ、実感！

倉本明美 50代



気になるカタログ

大野田とも子 60代

孫ができ、生協の注文カタログの「ベビーちゃん用」のものが気になります。"きらきらBaby&Kids"こういうのもあったんだと、いまごろ目に入ってきました。新しいお母さんに向けての新生児用の衣類なんかもあったらイイな。(あるのかな?)

大好評メニュー

総代長 50代

妻が、生協のカタログに載っていた「玉ねぎの肉巻き」を作ってくれました。とても美味しく、子どもが帰省した時や親戚の人が来た時にも作り、大好評でした。

次号が楽しみ

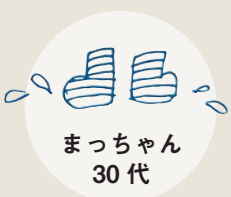
木村悦代 40代

新コーナー「食育こらむ」が続きが早く読みたいです。これからもアイデアいっぱい紙面に期待しております。

一石二鳥

森のくまさん 50代

車で10分ほどで行ける温泉にはまっています。入浴料が300円で安いので、温泉のお湯が飲めるので、ペットボトルにもらってきます。コーヒーやお茶がおいしく飲めますよ。



まっちゃん 30代

わが家のお気に入り

岩手県産わかめ

ムッチャン 70代

我が家ではわかめは「岩手産」と決めています。味噌汁にはもちろんですが、お気に入りには《きゅうりのスライス+岩手わかめ+青じそドレッシング+白ゴマ》の和え物です。お試しあれ！

CO・OP ふっくら卵のオムライス

とっちゃん 50代

とても美味しくて、土・日の昼食に役立っています。

CO・OP 九州のカットほうれん草

とんちゃん 40代

我が家で必ず注文するものは、ズバリこれ！ほうれん草を洗って下茹でしてアクをとり、調理することは手間のかかることですが、このカットほうれん草は、そのままパッと味噌汁の具に、サツとおひ

たしに、チャチャツとほうれん草炒めにと、忙しい朝に大変重宝しています。

コープのお魚

J 30代

2歳の息子はお魚が大好き。パラパラしらすや骨とり魚の切り身、サイコロ白身魚など、冷凍で使いやすい無塩や低塩のものが助かっています。私は海のそばで魚をたくさん食べて育ったので、息子がお魚を美味しそうに食べる姿がとても嬉しいです。

CO・OPスライスタイプ 国産乾燥ごぼう

りりる 40代

国産乾燥ごぼう、とても重宝しています。豚汁やささがきごぼうなどの煮物はもちろん、カレーにも入れると子どもたちもどんどん食べちゃいます。

パラパラしらす

塩川美津江 60代

毎朝納豆にのせて食べています

す。便利でとても美味しいです。

CO・OPびよっちサブレ

鈴木涼子 40代

びよっちサブレが最近のお気に入りです。



松澤美香 20代

楽しい投稿をお待ちしています

テーマトーク、身の回りの話題やくらしの知恵、お気に入りのコープの商品、簡単レシピ、誌面の感想、イラスト、写真など、皆さんの楽しい投稿をお待ちしています！

8月号テーマ 夏の総決算！

●投稿の締め切りは6月10日(土)です。
※当日消印有効

投稿・クイズの応募方法

【賞品】抽選で図書カード500円分を20名様に

郵便またはFAX・Eメールで

①答え ②27 - から始まる10ケタの組合員コード

③氏名 ④年代のご記入を。

「そしあめ〜」への投稿もお待ちしています
(投稿は匿名・ペンネームも可)。

郵便 〒388-8555 長野市篠ノ井
コープながの ソシア係
※郵便番号とあて先だけで届きます。

FAX 026-261-1219

Eメール nagano_socia@coopnet.or.jp
※件名に「ソシア」と入れてお送りください。

【4月号のクイズの答え】

「ベ・ン・ト・ウ」

応募総数 321通 不正解数 2通

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※「そしあめ〜」への掲載は抽選とは関係ありません。

クイズに答えて 図書カードを当てよう！

□に入る文字を並べてできる言葉はなんでしょう？

ヒント：この時季、きれいです

1	2	3	4	5
	6			
7		8		9
10	11		12	
13		14		15
		17		

●締め切り 6月10日(土) ※当日消印有効

クイズの応募方法は右記をご覧ください。

Quiz クロスワード 家族で挑戦

【タテのカギ】

- ②春夏秋冬のこと
- ③メールアドレスはアルファベットや〇〇〇、記号で作れます
- ④「弁論〇〇〇〇」「マラソン〇〇〇〇」「選手権〇〇〇〇」
- ⑤時間がわかります
- ⑦々総論。全体を細かい項目に分けた意見のこと
- ⑨ローマ帝国やイギリスの産業革命などについて学ぶ科目です
- ⑩牛肉などの赤身の中に網目のようにある脂肪のこと
- ⑪肉や野菜などを煮た際、汁の表面に浮き出してくる白いものは？
- ⑫都は1、道も1、府は2。では43は？

【ヨコのカギ】

- ①仕事を補助する人のこと
- ⑥果肉が緑または黄色のフルーツは？日本ではニュージーランドから主に輸入しています
- ⑧自分の家で作ることや作った物のこと
- ⑩「道〇〇を食う」「〇〇むしり」「〇〇野球」
- ⑫「烏賊」と書いてなんと読む？
- ⑬ウォッカやマトリョーシカで有名な国は？
- ⑮松尾芭蕉の代表的な俳句「古〇〇や蛙背びこむ水の音」
- ⑰膝を曲げたり、伸ばしたり