

あ  
る  
し  
～  
そ  
め

今月のテーマ  
「私の一押し  
地元の名物」



林美紀 40代

出身が高森町ですが、市田柿が一押しです!! 本当においしいし、伝統の食材です。地元を離れると、余計に良さが身にしみます。

田中美佐子 30代

諏訪の出身です。昔からある豆菓子の「諏訪湖豆」が大好きです。ぼりぼりの豆が白いお砂糖で包まれていて、素朴なおいしさ。袋いっぱい入っていて400円くらいと安く、お土産にもおすすめです。

小林聖子 70代

松本には鶏肉を大きいまま切らずに醤油・酒・んにくに浸して味をつけ、カラリと揚げる「山賊焼」というグルメがあります。とてもおいしいです。

中川竜介 30代

「蕎麦」です!! それと梅林堂の「くるみやまびこ」です。

蕎麦も美味しいよ 40代

安曇野の空気が清冽な水や、北アルプスから降りてくる、緑の匂いを含み澄んだ風は美しく、地元そのものが名物だなあと感じます。

りまれら 30代

地元の名物は、やっぱりおやきですよね!! 娘たちも大好きです。

キンチャン 50代

竹風堂の栗おこわが私の一押し。一人前が多いように見えて、気が付いたらペロッと食べている。お店で食べるのもまた格別です。

たすつむママmio 30代

昔からある、小諸市の風味堂。その梅が入っているお餅の和菓子が絶品!

くう 40代

やっぱり佐久といったら「鯉」ですか…。特に私は鯉こくが大好きです。でも食べやすいのは、

骨も内臓も食べられるうま煮です。佐久に来たらぜひ味わってみてくださいませ。

匿名希望 30代

一般的に売っているわかさぎの唐揚げは、甘辛いが多いですよね。諏訪地方の川魚屋さんには、塩味のわかさぎの唐揚げがあるんです。これが、後引くおいしさでお気に入りです。お酒にもよく合います!!

花かつば 40代

上田名物、追いダレ焼き鳥です。花見、夏祭りなどでよく売られていますし、追いダレは瓶詰でも売っています。家で肉料理をするとき、このタレは特に鶏肉とよく合います。

小木曾真由美 30代

夫の転勤で塩尻に引っ越してきて感じたことは、小学生や中学生がいつも元気に挨拶してくれるということ。そんな元気がいっぱい礼儀正しい小中学生が塩尻の名物だと思います。

ババ1年生 50代

世の中に雪がなくなると春

と思いきや、飯山の北の端の山にはまだまだ雪が…。その雪の下からとれる「スノーキャロット」。冬の間雪の下で耐えただけあって、抜群においしいです。

ヤマザクラ 30代

小県の「にじますのからあげ」。カラッと揚げたにじますが、甘いタレと絡みあい、ご飯のおともには最適な一品です。ぜひ一度味わってみてください。

「プルーン」



匿名希望 10代

フリートーク

コドモ語録

マイマイ 30代

連日大雨が降り、川の流水量が増えたのを見て、年少の息子が驚きながら「お母さん!!

川が沸騰してるよ!!!」と、一言。子どもの表現力は無限大だなあと感じました。

どう作ったら食べてくれる?

元氣ママ 70代

野菜を食べない人に食べさせる難しさ…。今は子どもに食べさせたように細かく刻んでわからないように入れていきます。いつまでたっても子どものような夫です。

2018・春

じいじ 60代

孫がピカピカの1年生になりました。今年は入学式の前から桜が咲き、こんな入学式は初めてだねって喜びました。元氣な1年生になってほしいなと思います。



中村道子 70代

無駄なく環境にやさしく

キーバあば 70代

今年の冬は野菜の価値が続  
ぎ、困りました。いつもなら捨  
てるキャベツの外葉から、中の  
芯まで大事に大事に使いきり、  
我ながら満足です。

マイブーム

カタクリの花 60代

今、カライモにはまっています。  
炒めたり、漬物や酢の物にした  
りと、とてもおいしいです。カリ  
カリとした食感がいいですね。

味覚ミラクル

匿名希望 50代

若い頃は、どこがおいしいの  
かわからなかったフキノトウ。  
この歳になったら、食べたたく  
食べたたくて…毎日食べていま  
す。不思議です。



佐藤香織 30代

わが家のお気に入り

炭焼珈琲寒天

笹古節子 70代

生協で注文した炭焼珈琲寒天  
がとてもおいしく、やみつきに  
なりそうです。

コープのウーロン茶

あくあママ 40代

初めてコープのウーロン茶を  
買いました。ウーロン茶に抵抗  
があり、なかなか購入に至りま  
せんでしたが、これからは頻繁  
に買いたくなるほど、渋みが少  
なくさっぱりしていておいし  
かったです。早く試してみれば  
よかったです。

産直根しようが  
(特別栽培)

りんご 40代

産直の根しようが(特別裁  
培)をいつも注文しています。  
品質・風味がとてよく、しか  
もスーパーより安いです。オス  
スメです。

コープの宅配

レナ 20代

コープの配達、すごく便利で  
す。時間の節約になりました。

いもけんぴ

山岸康子 40代

生協の「いもけんぴ」が大  
大・大好きです^\_^



山岸沙由里 30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  
お待ちしております！

8月号テーマ

暑さに負けない！プチ工夫

- 投稿の締め切りは6月16日(土)です。  
※当日消印有効

Quiz クロスワード  
家族で挑戦

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：砂糖や食塩、お酒で漬けたりします

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

【タテのカギ】

- ①夫婦と書いてなんと読む？ [○○茶碗]
- ②「○○を張る」「○○になる」  
「○○でも頑張る」
- ③平等院があり、お茶で有名な京都の市は？
- ④富士山は文化枠で登録されました
- ⑤はんこのこと
- ⑥⇒長袖
- ⑩傘や合羽など。雨の季節に活躍します
- ⑪君主。「○○様」

【ヨコのカギ】

- ①太陽系の第9惑星から除外されたのは？
- ⑥両親の兄弟にあたる人
- ⑦時計で確認します
- ⑨吸血鬼を英語で言う？
- ⑫宛名の個人名の後につけます
- ⑬結婚式の際に着るのは？  
「○○○○○○ドレス」

●締め切り 6月16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。

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〜る」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@coopdeli.coop  
※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】

「キ・ヤ・ベ・ツ」  
応募総数 500通 正解数 497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〜る」への掲載は抽選とは関係ありません。