

組合員さんからの投稿コーナー  
そしあめ〜る

\* 今月のテーマ \*

「レッツ、チャレンジ!」

ゆまま 30代

2歳の娘の手洗いやうがい、寝かしつけ、オムツ替えはお母さんじゃないとダメ。そろそろお父さんでもできるように頑張ってほしい!とお父さんとの「うがい」に、レッツ、チャレンジ!この世の終わりぐらいに泣いて、初日は失敗に終わりました。(笑)

みどり 40代

今年こそ、10年分ちかかたまった、子ども3人分の写真を整理します!少しずつでも手をつけることをここで宣言します!

XJR400 30代

40代目前で、4月から中型バイクの免許をとり、教習所へ通います。きっかけは昨年夫が亡くなり、彼が大事にしていたバイクに乗ってみようという気持ち

ちになったからです。まずは、近場に出かけてみたいです。

あずき 40代

長年レッスンを受ける立場だったエアロビクス。年齢が上の方にも楽しんでもらえるスロウエアロビクスというのがありました。講師の資格を取りました。今度はリードする側にチャレンジします。

ホームズ 60代

70代目前!これからは自分を磨き、きれいな70代を過ごしたい。まずは鏡を見る事。

2児のママ 40代

今、断捨離にチャレンジしています。だんだん捨てること快感になってきました。(笑)

ちゃんみ 30代

夫が海外出張に行く事になり、夫婦で英語の勉強を始めました!私は中学生英語の超初級からですが...(笑)

はな 40代

お菓子やパン作りに挑戦してみたいです。手作りのお菓子は、

慣れてきたら砂糖を控えめにするなど、自分流にアレンジして、オリジナルのレシピを完成させたいです。

シクラメン 70代

髪を栗毛色にしてみたい...というのが夢でした。紫とかピンク系で楽しんでおられる方もいて、羨ましい限りです。すっかり白髪となってしまいました。暖かくなったらチャレンジしてみたいです。

けいたん 80代

(運転免許更新のため)「認知機能検査」の通知が届きました。ちょうどハピ・デリ!に「運転の認知機能を鍛える本」が載りましたので、早速求め、現在特訓中です。

しのさん 50代

昨年は体調が優れない時があり、年齢のせいばかりにはしてられない!と奮起して今年は体に心にもいい事をいっぱいやるうと思えます。

ゆつくんママ 30代

昨年子どもを出産し、支援センターへ通う日々ですが、初

めていく場所は、どんなママがいるのかなー、など思い、いつも緊張します。重い腰を上げて飛び込んでみると、皆さん良い人ばかりで育児の悩みが共有できたり、とても参考になります。何より、自分の気分転換が出来るのがよいです。

さくらこ 50代

ずっと勉強したいと思ってる簿記に今年こそはチャレンジ!問題集もテキストも準備万端。あとは「やる気」のみ。

ちろる 30代

子どもが4月から保育園に入るので仕事を始めます。仕事と子育ての両立は大変そうだけど、やらねばならない。レッツ、チャレンジ!です。

けいぞう 60代

今春で現役を退職し、地域老人クラブのグラウンドゴルフにチャレンジです。先輩方、新入部員をよろしく願います。

ももちゃん 20代

昨年娘が生まれ、ついに離乳食にチャレンジです。コップの

きらきらBaby&Kidsを見ながら、ワクワクドキドキ。きらきらステップも上手に使いながら好き嫌いなく何でも食べる子に育って欲しいな。なんて思っています!母、頑張ります!

フリートーク

見習いたい味覚

はくまる 30代

4歳の息子の最近のお気に入りのおやつは、昔懐かしいものばかり。ポン菓子に干し柿、甘味噌をぬった苺せんべい、カリカリに焼いたパンの耳に砂糖をまぶしたもの。身体に優しいものばかりで見習わなければと思っています!

巻き違

たなちゅー 40代

節分の日、学校給食で恵方巻きが出たそうです。小学3年生の次男が、「今日の給食はハチマキが出たよ。ん?アホウ巻き?」。爆笑してしまいました。

## コープの利用を再開したら…

**サササン 60代**  
食品以外の物がやたらと目について、いつきに何千円も買ってしまった…爆発したみたいで。小さな爆買い？

## コープのチラシで楽しむ方法

**みかんゼリー 40代**  
コープのチラシの中にチケツトサービスのチラシを見つけたら、すぐに4歳の息子にとられてしまいます。これ行きたい！あ、ここ行つたよね！と、くまなくチェックをしては、1人で興奮しています。「暖かくなったら行こうね〜」が合言葉です。

## 病院あるある

**松下睦 60代**  
夫がカテーテル検査を受けるため、家族も来るように言われ病院へ。だけど健康な私まで病人になった気分でした。

## わが家のお気に入り

### ミニワッフルドッグ

**アキ 40代**  
15年ぶりの離乳食作りに、きらきらBaby & Kidsの商品が重宝しています。1歳2カ月の次男はミニワッフルドッグブレーンが大好きで、うまーうまー！と言って大喜び。手づかみ食への練習にもなっています。

### おさかなだけのパラパラミンチ

**りっくんママ 60代**  
CO・OPおさかなだけのパラパラミンチをよく買います！8カ月の息子にブロックコリーとおさかなだけのパラパラミンチを混ぜたものやスープに少し入れたりと、ちょい足しでお魚の栄養がとれるので良いと思います！よく食べてくれるのでうれしいです！

### スクワラオイル

**メイ 50代**  
スクワラオイル オススメで

す。顔や全身、そして髪にも使用しています。特に冬は大活躍！もちろん、ベタベタしないので、冬だけでなく一年中愛用しています。

## 海の宝のり

**たあちゃん 40代**  
年中の息子は、「海の宝のり」が大好きです。カタログに載っていないか一緒に探しますが、ページを開く前に「魔法かけるから待ってて！」と宝のりが載っていて欲しいと謎の魔法をかけています。載っていない時は、残念…と肩を落としています。(笑)

## 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！

6月号テーマ

## 傘にまつわるエピソード

●投稿の締め切りは4月11日(土)です。  
※当日消印有効

## ★ Quiz ★ 家族で挑戦 クロスワード

### 【タテのカギ】

- ②絹豆腐よりもしっかりとした食感
- ③本番のように実施「〇〇テスト」
- ④鎖国前のポルトガルなどとの貿易「〇〇〇〇貿易」
- ⑤これの墨でパスタやパエリアが作れます
- ⑧昔の出来事を学びます
- ⑨呪文や杖を使ってかけます
- ⑩一人の味方もいないこと「四面〇〇」
- ⑪絶体絶命！必死に挑みます「背水の〇〇」

### 【ヨコのカギ】

- ①根拠がありません「〇〇〇〇〇〇噂」
- ⑥銀で作られたお金
- ⑦アルゼンチン発祥のダンス
- ⑧たくさん経験し鍛えられました「百戦〇〇〇」
- ⑩ゴミを吸ってきれいにします
- ⑫この時季つらい人も多いアレルギー

## 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：サラダにしたりスープに入れたり万能野菜

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

●締め切り 4月11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おります(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。

携帯・スマホからも  
メールを送れます。  
(リンク先は  
応募フォームです)



2月号の  
クイズの答え

「ジ・ユ・ケ・ン」  
応募総数 629通 正解数 625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。  
※投稿文章は場合により内容を変えない範囲で修正させていただきます。

🎁 抽選で2名様に今月の「おすすめ！コープの商品」詰め合わせを差し上げます。クイズ応募の際、その旨を書き添えてご応募ください。