

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 *

「2021年
極めたいこと」

aya 30代

家事を要領よくこなしたい！
やることに追われ一日が過ぎて
しまいます。事前に家事をす
めておく『家事貯金』をして、
自分時間ができるといいなあ
と思います。

りんご 50代

アイロンがけです。夫が在宅
勤務になりましたが、仕事
モードになる為毎日ワイ
シャツを着るので、シワひと
つない状態に出来るようにな
りたいです。

かずえ 40代

極めたいことは「丁寧な暮ら
し」です。例えば、バック入り
のお惣菜をお皿に移し替えたり、箸置きを使ったり、トレー
やランチョンマット、クロスを

使うなど、生活に絶対必要では
ないけど心が穏やかになりそう
な手間をかけたかったです。

ツカカツ 50代

最近、ラーメン作りに夫婦で
ハマってます！チャーシューは
もちろん、醤油タレも自家製で
す！おいしくてお店のラーメン
屋さんのようです。2021
年は自家製麺にも挑戦する予定
です。

ちびたん 30代

2021年はクッキー作り
を極めたいです！お菓子作りが
好きで、最近クッキー作りに
はまってきました！いろんな
クッキーの種類があるので、子
どもにも食べてもらってお店と
同じくらいおいしいクッキーを
極めたいな！

まる 50代

お弁当作り！子どものために
作るのも限られた時間。栄養、
味、季節を感じられるワンラン
ク上の手作り弁当を目指し極め
ていきたいです。

わたん 30代

極めたいことは「適当」です。

いいかげん、という意味ではな
く、ちょうど良いという意味で
す。家事も仕事も育児も大変で
すが、すべてが適当になるよう
に、ちょうど良い塩梅を探した
いです。

たあさん 60代

今、小学2年、3年の女の子
の孫と3人で週1回お習字をし
ています。とても教えられる力
量はありませんが、共有できる
ひと時を楽しんで過ごせればと
思っています。私は小学2年生
から、(途中休みながら)書道
を続けています。40代の頃にす
ばらしい書の先生に出会い、書
の奥深さ、考え方、生き方等に
ほれました。なかなか上達しま
せんので極めるにはほど遠い
ですが、なんとか極められるよう
に努力を続け、孫たちにつなげ
ていきたいと思っています。

匿名 50代

パン大好きおばさんの私は、
いろんなパン屋さんを巡ってい
ますが、2021年は手作り
に挑戦し、自分好みのパン生地
に辿り着きたいなあと、密かに
考えています。

フリートーク

懐かしい香り

菊の花こ 60代

家の中を片づけたら、若い時
大切にひとつおいた石鹸や香水
が出てきました。捨てるのも
もったいないので、押入れや洗
面所の片隅に置くと意外と香っ
て気分が晴れました^^)

家族の人気もの

さぶろう 40代

ロボット掃除機が我が家に来
て2年ほど経ちます。家事負担
が減り、かなり助かっています。
名前もつけて家族みんながか
わいがっています。

子どもからうつつる風邪

ひろりんママ 30代

子どもからの風邪にうつらな
いように！どうして子どもから
うつる風邪ってあんなに強力な
んでしょう…気をつけていても
「食べる」「風呂」「寝る」全て
一緒だと防ぎようがなく。なん
とか自分は悪化しないように乗

り切れますように！

間違い探しは大得意！

のら子 70代

間違い探しは大得意、と言
うより特技です。二つの絵を並べ
て目を寄せ、絵を重ねて絵がボ
ヤけた所が間違いです。何秒か
で全部見つかります。

コープ生活

はじめました

スヌーピー 50代

初めまして！今週からコープ
の宅配をとりはじめました。配
達担当は娘と同年の若いお兄
さんです。これから毎週会うの
が楽しみです(笑)。初めての
注文は1万円を軽く超えてしま
いました…(笑)。これから毎週
の楽しみが増えて嬉しいです。

修学旅行のおみやげ

でんちゃん 60代

この間、小6の孫から『修学
旅行のおみやげ』と、飯田の水
引細工の根付をもらいました。
お小遣いの中から「あげる人の
ことを買って買ってくれたおみ

やげ」だと思うと、とても嬉しかった！そして修学旅行に行くほど成長した孫の姿に喜びを感じました。根付は『お守り』にしたいと思います。

夫婦でハマリ中

日向明美 50代

夫が定年になり、去年から一緒にトレッキングにはまっています。綺麗な風景を見ながら山頂で食べる梅のおにぎりがおいしくて、「生きてるっていいな」と至福の時を楽しんでいます。

わが家のお気に入り

ゆば巻き

木下悦子 60代

冷凍で8個入りのゆば巻きが大好きです。煮物、お吸い物、みそ汁などに使います。歯が悪い90代の母も「柔らかいし味もいい」と喜んでくれます。

おはぎ作りセット

てんてん 50代

もち米、小豆など個々に買

揃える手間が不要で、少人数の我が家で食べるのにちょうどよい量が作れます。

吉野家牛丼の具

おしゃれきつね 60代

大・大・大ファンです！他店にはなく、忙しい時・急な来客に大助かりで味も最高です！

白和えの素

酒井栄理子 70代

家族みんなが大好きで、ほうれん草を入れるだけで簡単にできておいしいです！我が家の常備品です。

さわやかブレンド茶

K・K 60代

体調を考慮し、ノンカフェインの飲み物を愛飲しています。「さわやかブレンド茶」はノンカフェイン、そしてクセがなくスッキリした味です。今年の猛暑の中でも大いに活用しました。箱買いしてもすぐ終わってしまいます。私にとって大切な飲み物になっています。

北海道 そのまま枝豆

きみちゃん 30代

私のお気に入りです！解凍して、そのまま出す↓「おやつだよ！」。炊いたご飯に豆を適量のせる↓「豆ご飯だよ！」。ピザトーストに豆を適量のせる↓「マルゲリータだよ！」。赤いソース、黄色いチーズ、緑の豆。ちょっと違うけど、きれいでおいしいです。

楽しい投稿をお待ちしています

テーマトーク、身の回りの話題や暮らしの知恵、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！

3月号テーマ
花より○○

●投稿の締め切りは1月9日(土)です。
※当日消印有効

★ Quiz ★ 家族で挑戦 まちがいさがし

クイズ正解者の中から抽選で20名様に図書カード(500円分)を差し上げます。

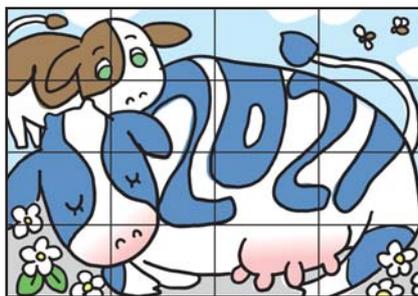
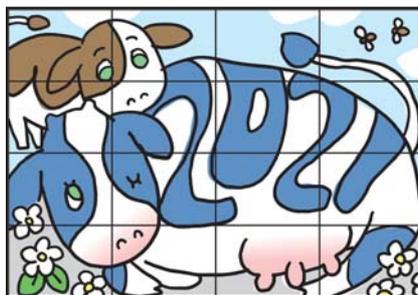
右の2つの絵を比べて、5カ所の間違いを探してください。間違いがある場所のアルファベットで答えてください。(イラストの汚れは、あてはまりません)

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P

●締め切り
1月9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。

クイズに答えて 図書カードを当てよう！



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。

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)



11月号の
クイズの答え 「C・D・I・J・K」
応募総数 466通 正解数 460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く場合があります。

🎁 抽選で2名様に今月の「おすすめ！コープの商品」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。