

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

「いくらでも食べられる、
大好きなもの」

ゆあママ 40代

牛タン大好き。40代になって
もモリモリ食べられますが、ど
んどん値上がりしてきて財布に
優しくありません。今では頻繁
に食べられません(悲)

有賀陽子 60代

私の大好物はフルーツです。
春はイチゴ、夏はブルーベリ
ーやスイカ、秋はブドウ、リンゴ、
そして冬はミカン：季節ごとに
楽しめ、なくてはならないもの
です。ブルーベリーは毎年摘み
取りに出かけ、ジャムにもして
いますよ。

白まゆ 40代

杏仁豆腐です。つるつとなめ
らかなのごとしと、独特の甘い
香りが最高です。以前何かの本
を読んでいたら、桶で出てくる
杏仁豆腐が紹介されていました

た。それ以来、桶でおなかいつ
ぱい杏仁豆腐を食べてみたくて
たまりません。一人でペロリと
食べてしまうといます。コー
プの杏仁豆腐の素もおいしくて
大好きなので、今度自分で桶
いっぱい杏仁豆腐を作ってみよ
うかなと考えています。

らんらん 30代

餃子です。私が小さい時から
わが家の餃子は水餃子！一度に
200個くらい作ります。何
個食べたか競って正の字をつけ
ていました。今はわが子がそれ
をしています。

堀米きみ子 70代

漬け物です。四季を通じてい
ろいろな漬け物を作って味わっ
ています。春は秋は自家製の
キュウリ・ナスなどのぬか漬け、
冬には野沢菜漬け、たくあん漬
けが欠かせません。塩分を摂り
過ぎてしまうので、食べすぎ注
意ですが…。

バーバまこ 60代

種ぬきプルーンです。そのま
ま食べてもよいですが、朝ヨー
グルトに入れて食べるのが日課
です。持ち歩いて、小腹が減っ

た時にも…ついつい食べ過ぎて
しまいます。

チョコもち 30代

やっぱりチョココレートです！
ほぼ毎日食べていると思いま
す。甘いのもよし、ビターなの
もよし、チョコがないと生きて
いけません！

尻子 60代

私は焼きそばが大好きです。
おなかがいっぱいでも、焼きそ
ばを見るとまたすぐに欲しくな
ります。だから焼きそばを常備
しています。

まっちゃん 30代

20代の頃は、お菓子やアイス、
ケーキなど、甘い物ならいくら
でも食べられる！と思っていた
のですが、30代も後半になり、
いつの間にかやらないものを欲し
なくなっていました。チョココレ
ーも一個食べたなら充分だし、
ケーキはひとつ食べるのにも一
苦労…。代わりに、うなぎに山
椒をかけられるようになったら
り、山菜をおいしく食べられる
ようになったりと、前までは分
からなかったおいしさが分かる
ようになってきた気がします。

ひろこちゃん 60代

いくらでも食べられる大好き
なものは、生協の沖繩太もずく
です。太くてしゃきしゃきとし
た歯触りがたまりません。キュ
ウリ、長芋、タコやいか等々、
何とでも相性が良くて、たくさ
ん入っているのが大満足です。

まなちゃん 30代

りんごです。子どもの頃から
1番好きな食べ物を聞かれる
と、答えるのは「りんご」の一
択。つらいつわり中も助けられ
ていました。この秋も楽しみに
しています。

チャコ 60代

おかきやお煎餅。食べたすと
止まらない。だから最初に食べ
る分だけ器に入れてます。

えーん 50代

パン1斤、チョココレート大袋
1袋など、若い頃は食べていま
した。今も大好き。でも今、気
持ちは食べたたくても食べられな
い。食べた後お腹をこわす。若
いと違ってあつという間ですね。

吹田まり 60代

とうもろこしです。旬の頃は

高原にある道の駅まで買いに行
きます。焼きとうもろこしが一
番好きですが、コーンバター、
サラダ、ラーメンのトッピング、
ポタージュ、ポトフ、おみそ汁、
炊き込みご飯：コープ商品のも
ろこしあげや、旬の時期以外は
冷凍とうもろこしも常備。一年
中私のそばにはとうもろこし
が。しかし、さすがにこの年で
は食べすぎは厳禁です(汗)

すずなぼ 40代

落花生があると、ごはんの
後、お腹がいっぱいでもポリポ
リ食べちゃいます。殻をむくの
を面倒くさがる小1の娘は、私
が殻をむく度に横から手を伸
ばすので、気がつくとなくなっ
ています(泣)

みやましババ 60代

夏の好物、ピーマンとナス
の油味噌炒め！朝昼晩と三食で
も良いくらいです。あゝ夏が来
た、暑さを乗りきるぞと意気込
みます。

ゆづあさ 40代

シャインマスカットです。巨
峰など、他のブドウも好きです
が、シャインマスカットはさつ

ぱりとした甘さでいくらでもい
けます。もちろん体のことを考
えて食べ過ぎないように注意し
ています。

安曇野の初ちゃん 60代

孫娘達が遊びにくると、夕飯
のメニューは手巻き寿司になる
ことが多いです。孫達は「いく
らでも食べられる！」と好きな
寿司ネタのお寿司をほおぼって
います。じじもお寿司は好物な
のですが、歳を重ねるにした
がって大食いができなくなり、
最近は孫達の食べっぷりをニコ
ニコしながら見えています。

フリートーク

最近ハマっていること

かわピー 30代

最近、家族でパズルをするの
にハマっています。ピースが少
ないパズルは、完成するまで
かかる時間の勝負をし、ピース
が多いものは家族で分担しなが
ら完成を目指します。難しくて

ケンカになることもあります
が、ピタっとハマった時の感動
はやめられません。

おとなの手づくり時間

ピンクのバラ 60代

コープデビューしたばかり
で、カタログとチラシのあまり
の多さにビックリしています
が、手の空いた時間に見ていま
す。その中に『おとなの手づく
り時間』というチラシを見つけ
ました。手づくり大好きな私は
興味津々！初級、中級とか制
作時間の目安も表示されてお
り、二次元コードでは動画も見
れるようなので、いろんな作品
作りにチャレンジしてみようと思
います。

わが家のお気に入り

CO・OP国産若鶏の
スティックナゲット

ひなまま 30代

もうすぐ2歳になる息子のお
気に入りです。他のお肉はあま

り喜んで食べないのですが、な
ぜかこれだけは自らパクパク食
べてくれます。手掴み食べの練
習にもなるので、一歳半の頃か
ら常備しています。

CO・OPフローズン
ヨーグルト

みっち 60代

初めて食べた時には冷凍の
ヨーグルトなのにアイスクリー
ムみたいでびっくりしました。
今では夏の定番のおやつになり
ました。さっぱりとしているの
も気に入っています。

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！

11月号テーマ
秋からの贈り物

●投稿の締め切りは9月12日(木)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
で教えてください。
(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
9月12日(木) ※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)



7月号の
クイズの答え

「B・D・K・L・M」
応募総数 457通 正解数 452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。
※商品や配達に関するお問い合わせについては6ページ下段をご参照ください。