8月号の

ねえねえおしえて

にお返事が届きました

自分磨きのためにどんなことをしていますか?

養老町 ハンドメイドふくちゃんさん

美容院にマメに行くようにしています。行くまでは面倒ですが、やっぱり気分転換になります。

● 多治見市　ぶるさん ●

資格取得です。「資格をとるぞ!」と家族に宣言してがんばると生活にもメリハリができます。まず自分の好きなものからチャレンジすればいいと思います。

● 可児市 三宅さん ●

週に2~3回、ラジオ体操に真剣に取り組んでいます。インナーマッスルにもなるとのことで、体脂肪も多少は減ってくれたかな。

● 多治見市 M・Mさん ●

昨年11月から水彩画教室へ。二人とも年金生活に入ったばかり。お金があまりかからないことをと。もともと絵を描くのが好きな二人ですが、主人のほうがグングンいい絵になるようで焦っています。

● 美濃加茂市 ガキさん ●

休みの日の、上手な時間の使い方を教えてください。

神戸町 ポキナちゃん

前日までにやりたいことをリストアップします。いつもはできない家の細々したことや、お菓子づくりなど、書きながら優先順位をつけていきます。

● 可児市 のんままさん ●

休日は素敵な空間でゆったりモーニングをしたり、夫婦でまったり家事をすませたらお出かけします。

● 岐阜市 林さん ●

やろうと思っていることを午前中にすませて、午後は自分のための時間として好きなように過ごします。

● 郡上市 ぽんでこさん ●

休日は一日1回は「初めて」を経験することにしています。行ったことのない道をドライブするとか、入ったことのない店に入ってみるとか、食べたことのない食材を試してみるとか。そして必ず結果をメモしています。

● 大垣市 抹茶パフェさん ●

主人が今年も、家庭菜園をがんばってくれています。北あかり、アンデスレッド、北海こがねなど、珍しい品種のじゃがいもが所狭しと並んでいます。今年初めてコロッケに挑戦してみたいと思います。

● 神戸町 ももさん ●

娘の姑さんは80歳くらいですが、一人暮らしです。同居の話しもしたのですが、今の所がよいと。買い物も毎週では大変だからと、生協に頼んでなんとかやっておられるようです。助かっています。

● 八百津町 Y・Sさん ●

先日、新茶が届きました。お饅頭もいただき、ラッキーです。一人こっそり3時のおやつに食べました。夕食後、家族で初めて食べた顔でもう一度おいしくいただきました。本当にラッキーな一日でした。

● 海津市 伊藤さん ●

ねえねえおしえて 来月のお題

Q 防災用品はどのくらい備蓄して、どこに置いていますか?

● 可児市 あいあいキッズさん ●

Q 小3、小1の母です。みなさんは子どもと何歳までいっしょに寝ていましたか? 腰痛持ちなので1人で寝たいのですが、なかなか踏み切れません。

● 本巣市 たぬりこさん ●

発信 往来

● お散歩もずっといっしょ。仲良しです。
岐阜市 さくらりんさん ●

DEKOデコ 写真館

可児市 ゆちさんのおすすめの本

いつも忘れないで

浅見帆帆子著
ダイヤモンド社

若い時、友人に薦められて読み、自信を取り戻すことができました。イラストがかわいくて女性向きです。いま読み返して、またカツが入りました!

私のおすすめ本・DVD

◇ おすすめ商品 ◇
コープ　チークカラー
PK３０１ピンク
内容量3.2g
定価 838円(本体価格)
税込価格 905円

今年はふんわりとした、やわらかいメイクが流行りです。今どきメイクで、流行りの顔を簡単に手に入れるポイントはチーク。いつもとは違うチークの入れ方で、新しい自分にチャレンジしましょう。

キレイのエッセンス

ガーリーでカジュアルなメイク方法が知りたいです。

ガーリーメイクに欠かせないアイテムといえば、ピンク色のチーク。ピンクのチークをふんわりと丸く入れることで、可愛らしい雰囲気に仕上がります。チークはワンポイントとして取り入れやすいので、ぜひ挑戦してイメージチェンジを楽しんでみては?

ガーリーチークの入れ方

① チークをブラシに取り、手の甲で１度なじませる。
② 頬の１番高い部分を中心に、外側に向かって円を描きながらクルクルと広げていく。
③ 円の１番外側をパフやスポンジで軽くなじませる。

Point

チークをつける時は、にっこりと笑顔をつくり、頬の１番高いところからつけていきます。楕円ではなく丸くつけることで、ガーリーな印象に。

＊ガーリー … 女の子っぽく、かわいらしいこと

株式会社クラブコスメチックス 小山 怜美

今月のクイズ　漢字パズル

漢字の部品を二文字の言葉になるよう、組み合わせて下さい。

クイズに応募いただいた中から、抽選で10名様に粗品をプレゼントいたします。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

8月号のクイズの答え　**花火**

11月号

しゃべっCHAO!のテーマ
「もしも一度だけ魔法が使えたら…」
もしも一度だけ、あなたが魔法を使えるとしたら、どんなことをしたいですか?

料理のテーマ **「お酒の肴にもなるおかず」**
秋の夜長に、家飲みもオツなものですね。お酒の肴にもなる、おかずのレシピを教えてください。

DEKO編集部行き

ご意見・ご感想・身近な話題・クイズ回答などお寄せください

今月のクイズ　完成した言葉は？

(フリガナ) おなまえ　実名の掲載を希望されない方はペンネーム［　　］	ご利用形態
〒 ご住所	電話番号

キリトリ

ハガキに貼れる大きさです

今月号の応募締切　2014年9月10日

宛先

〒509-0197　各務原市鵜沼各務原町1丁目4番地1
コープぎふDEKO編集部
FAX　058-370-6860
E-mail　yohtubo@tcoop.or.jp

応募・おたより募集

コープぎふのホームページからも応募できます

スマホからもOK!!

・はがき・FAX・メールでのご応募は以下の項目をご記入のうえ、左記宛先までお送りください。
①クイズの答え(クイズのみの応募も可) ②身近な話題 ③面白かった記事名とその感想 ④しゃべっCHAOと料理への投稿 ⑤〒番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号
・インターネットからはコープぎふホームページ「DEKO クイズ応募フォーム」よりご応募ください。
※②の身近な話題、④の投稿は紹介することを前提にさせていただくため、採用に際して投稿者への連絡は行いません。ご了承ください。