

1月号の

ねえねえ  
おしえて

2016

にお返事が  
届きました

おすすめの絵本、教  
えて下さい。おすすめ  
のポイントや感想も教  
えて下さい。  
(北方町 ひまわりさん)

「人間にとって  
成熟とは何か」  
成瀬 冬舎 曾野綾子



表紙に「まわり」に振り回さ  
れ、自分を見失いがちな人間に  
贈る1冊」とありましたので、  
読む気になりました。読んでい  
ると元気ができました。  
(岐阜市 浅野さん)



「みをつくし料理帖」  
角川春樹事務所 高田郁  
単行本のシリーズで9冊出  
ています。一度テレビで北川景子  
さん主演で見てから、この本に  
夫婦ではまりました。時々出て  
くるお料理も美味しそつ。  
(各務原市 ぼっちゃんさん)



「にっぽんの図鑑」  
小学館 藤森 裕治  
子ども向けの図鑑なので  
が、日本の文化、心を改めて知  
ることができ、大人もじっくり  
見ることが出来ます。日本はす  
ばらしいです。  
(高山市 るんるんママさん)



「ありがたうの  
神様が教えてくれたこと」  
SBクリエイティブ 鎌田洋  
とにかく心がほっこりとし  
て暖かい気持ちになります。  
(土岐市 うーたんさん)



「神去ななな日常」  
徳間書店 三浦しん  
都会の若者が山仕事をする  
日々の生活の様子を書いた本。  
おもしろかったです。  
(池田町 くみさん)



「海の鳥」新宿書房  
アニカ・トール著 菱木晃子訳  
第二次世界大戦時、ユダヤ人  
の子どもを受け入れたスウェー  
デン政府の史実を踏まえた小説  
です。別れた両親といつか会え  
ることを夢見ながら学校生活を  
送る姉妹の日常が描かれていま  
す。平和で平穏な毎日がいかに  
大切かということを感じさせら  
れます。若い世代の方にも読ん  
でほしいと思います。  
(垂井町 古希さん)

今日の  
おしえて

冷え性、しもやけ対策を教  
えてくれたわ。  
(瑞浪市 伊藤さん)

物を落としたり凹み、擦れた  
キズなど、フロリングにつ  
いたキズ、隠す方法ありませ  
んか？  
(中津川市 いもちゃんさん)

### パズ信 往来

整理・整頓下手はごうしましよ  
う。とりあえず散らかってはいませ  
んが、押入れ、引き出しは満杯です。  
捨てるべきだと思いますが、何時の  
日か必要になるかな？と考えてし  
まいます。貧乏性だと子ども達は言  
います。(大垣市 ポッチさん)

今年は結婚、出産したのでいつ  
もより年賀状作りに気合を入れて  
います！(中津川市 長谷川さん)

長谷川さん  
おめでとうございます！  
(編集部より)

私には7人の小人ならぬ7人の  
孫がおります。小学校6年生から1  
歳3ヶ月、毎月のように誕生会を  
しています。全員集合するときは家全  
体が揺れます。いつまで皆が集まっ  
てくれるか、楽しい日々が続きます  
ように。(羽島市 大ママさん)

地域の人たちと犬山城へ出かけ  
ました。私がお城の中へ入るのは初  
めて。急な階段を上って最上階へ。  
それは360度のパノラマ、遠く  
は御嶽山も見え、絶景でした。近く  
ても素晴らしい観光地ってたくさ  
んあるなと感じました。  
(白川町 ちいちゃんさん)

### DEKO 3月号のテーマ

しゃべっCHAO! のテーマ  
背中を押してくれた「ひとこと」  
迷っていたとき、一歩が踏み出せず  
にいたとき、あなたの背中を押して  
くれた忘れない「ひとこと」を教  
えてください。

料理のテーマ  
「春を感じるデザート」  
待ち遠しかった春。ウキウキ気分  
をさらに盛り上げる、「春を感じる  
デザート」レシピを教えてください。

### 今月のクイズ 12月号の答え 師走

漢字の部品を二文字の言葉になるよう組み合わせさせて下さい。  
クイズに応募いただいた中から、抽選で5名様にコープ商品をプレゼント  
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。



…… 今月のプレゼント ……



### 応募・おたよりシート

①～⑤を明記の上、ハガキに貼って送ってください。

①今月のクイズ 完成した言葉は？

⑤郵便番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号

おなまえ  
〒  
ご住所

### 応募・おたより募集 コープぎふのホームページから応募できます

- 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、下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
- ※ 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。
- 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。

宛先  
はがき 〒509-0197 各務原市鷓沼各務原町1-4-1  
コープぎふDEKO編集部  
FAX 058-370-6860  
e-mail yohtubo@tcoop.or.jp

応募締切 2015年1月8日(金)到着分

### キレイのエッセンス

寒い時期、髪をすくまくとめるには

株式会社クラブコスメテックス 小山 悦美

空気が乾燥する季節は、肌だけでなく髪も乾燥しがちになります。乾燥した髪はまとまりがなく、広がり気味に。髪の水分が失われると、表面のキューティクルも剥がれやすくなり、枝毛や切れ毛の原因にもなります。

この時期は髪用クリームで潤いを与え、パサつきのない、しなやかな髪質をキープするようにしましょう。コープのヘアクリームは乾いた髪にも使用できるので、スタイリングの前に使用すると、上手にヘアスタイルがまとまりますよ。

潤っている髪とは？

キューティクルに保護された、健康な髪の水分量は約12～13%。しかしキューティクルが傷んでいると水分や油分が逃げてしまい、髪は乾燥してパサついてしまいます。

【髪の断面図】\*イメージ図

水分  
キューティクル

簡単ヘアケアの行い方

髪を擦らすタオルで押さえるように

STEP.1 洗髪後、タオルで水分を拭き取る。  
STEP.2 ヘアクリームを2～3cm取り、手の平にのばす。  
STEP.3 根元を避けて毛先を中心に、髪全体にまんべんなくなじませる。  
STEP.4 根本から毛先に向かい、ドライヤーで乾かす。

コープヘアクリーム  
内容量 120g  
本体価格 680円  
税込価格 734円

毛髪補修成分のセラミド2を配合した、のびとなじみのよいヘアクリームです。ドライヤーの熱や乾燥、紫外線から髪を守り、しなやかでまとまりのよい髪に。