



岐阜県赤十字血液センター  
献血推進活動を  
応援します



東日本大震災からの  
復興を支援します

# DEKO



## 特集

### 新生活がスタートするこの時期に見直してみませんか? ライフプランとマネープラン

01-02

クローズアップ  
わたしの逸品

忙しい朝でも5分できちんと朝ごはん♪ コープ商品でアイデアメニュー ..... 03-04

うちではこうして使ってます! ..... 05

一緒に考えよう! 「危険だ!」に振り回されず  
食の安全 情報を吟味しましょう ..... 06

教えてみんなの  
うちのごはん

春を感じるスイーツレシピ ..... 07-08

理事会だより ..... 09

キレイのエッセンス 顔のたるみを解消 ..... 10

教えて先生! 「肩こり解消に  
健康講座 役立つ体操」 ..... 11

今月のクイズ ..... 14

コモの毎日クロワッサン プレゼント!