

組合員さんの趣味を紹介!!  
**わたしの趣味**

今月の組合員さんは?  
土岐市 みきさん  
趣味 一眼カメラ

父の影響で好きになりました。設定を変えると同じ被写体でも違った感じに写るところや、携帯のカメラでは出せない色味や雰囲気があり面白いと思います。



テーマパークにて「夕方のゴンドラ」

光った水面の上を、ゴンドラが進む光景が綺麗だったので撮りました。まるで、イタリアに来たような雰囲気の1枚です。



「初節句を迎えた息子」

現在4ヶ月の息子です。袴風ロンパースを着ておめかし、小さな鯉のぼりを振り回して遊んでいました。すくすく大きくなってほしいです。



クイズに答えてプレゼントをもらおう!  
**おたより募集中!!**

＜募集中の投稿テーマ＞

しゃべっChao! (P.10)  
あなたのアンチエイジング

お肌だけでなくココロ・食事・生活習慣などの、年齢に合ったカラダのケア方法を教えてください。

料理 (P.5-6)  
缶詰を使った料理

9月1日は防災の日ですね。家庭の保存食にもピッタリな缶詰を使った料理を教えてください。

クイズ 組み立てるとできあがる二文字熟語は?

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。

6月号の答え **梅雨**



漢字パズル 今月のプレゼント

ポジティア  
スカルプバイタル  
エッセンス  
30ml



商品について詳しくは  
今日の巻頭特集をご覧ください。

コープぎふのホームページからも応募できます

●はがき・FAX・メールでのご応募

- 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募集中のテーマへの投稿
  - ⑤郵便番号・住所・氏名・年齢(差し支えなければ)・電話番号
- ※当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。  
※②身近な話題、④投稿は紹介することを前提にさせていただきます、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。

●スマホ・パソコンでのご応募

- コープぎふホームページ「DEKO クイズ応募フォーム」より
- 右記のQRコードより ▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶



宛先はこちら  
はがき 〒509-0197 各務原市鵜沼各務原町1-4-1  
コープぎふDEKO編集部

FAX 058-370-6860  
e-mail takako.anai@tcoop.or.jp

**応募締切 2018年7月9日(月)到着分**

※投稿、応募の際にご記入いただいた個人情報は、プレゼント発送等の目的の為に利用させていただきます。

組合員さんの  
**ねえねえおしえて**  
最近「腸活」という言葉をよく聞きますが、みなさんは何かお腹に良いコトをしていますか?  
(瑞浪市 お花いっぱいさん)

にお返事が  
届きました!

- オイルコーティングしていないコープのカルフォルニアレズンに、生協で購入したはちみつレモンとリンゴを混ぜて、タッパーに入れて冷蔵庫に保管しています。それを毎日コーヒースプーン1杯分を食べています。  
(中津川市 田口さん)
- 夕食後にR-1を飲んでます。就寝3時間前くらいにお腹に入れるのが一番効果的らしいですよ。  
(岐阜市 きつちゃん)
- 腸によいヨーグルトや発酵食品、オリゴオイルを摂るようにしています。肉を食べるときはよく噛むようにしています。  
(美濃加茂市 みかんさん)
- もち麦をゆでてパックに入れて冷蔵庫に常備しています。自分のご飯に二口分くらい入れて、ご飯と一緒に食べているだけで、腸の動きがいいです。  
(各務原市 とも母さん)

- 冷たいものをあまり飲まないようにしています。夏も常温が多いです。朝起きて50℃くらいの白湯を飲みます。  
(大垣市 すまっちゃん)
- 納豆をよく食べます。キムチを混ぜて食べる事も。ぬかづけ、オリゴ糖もよく摂取します。  
(本巣市 おはぎさん)
- 納豆1パック+ヨーグルト1カップ+きざみめかぶ1握り+水100ccこれをよく混ぜてめかぶを十分にふやかしたもの毎朝食べます。  
(可児市 あらいぐまーまん)
- 塩麹を取り入れてあります。肉や魚をつけておくと柔らかくなります。塩の代わりにオムレツやスープにも。  
(多治見市 ままりんさん)
- 水分摂取。1日1ℓから1.5ℓ飲んでます。  
(山県市 ももさん)
- ごぼう茶を飲むことです。  
(中津川市 あんこさん)
- 夜にはちみつ漬けの梅干を食べるといいと聞いたので実行しています。(恵那市 こあらさん)
- 朝、起きる前に布団の中でおなかを「の」字マッサージ。便通に◎。(岐阜市 はるるん♪さん)

次号の  
**おしえて**  
1歳の子ともがいます。お出かけする時に手作りのおやつを食べさせたいのですが、何を持っていったらいいでしょうか?  
(岐阜市 くるねさん)

**第20回 通常総代会を開催しました**

2018年6月12日(火)、岐阜グランドホテル(岐阜市)において、第20回通常総代会を開催しました。496名の総代(本人出席266名、代理人出席129名、書面議決101名)の参加のもと、5つの議案が審議され、全て賛成多数で可決されました。



**議案採択**  
5つの議案が賛成多数で可決されました。



**楽しく実感コーナー**  
メーカーさんと交流しながらの試食や展示等で生協の商品を楽しく実感していただけの機会となりました。

**パネル展示**  
会場では組合員活動を紹介するパネルが並びました。

- 議案提案の後、13名の組合員さんが生協の取り組みや、暮らしの中で感じたことなどを発言されました。
- 第1号議案** 2017年度みんなですすめてきたこと、及び2018年度みんなですすめていくこと
  - 第2号議案** 2017年度事業報告及び決算関係書類等承認の件
  - 第3号議案** 2018年度事業計画及び収支予算案決定の件
  - 第4号議案** 役員改選の件
  - 第5号議案** 役員退職慰労金支払いの件

総代会についての詳しい報告は7月中旬にお配りします、DEKO特別号をご覧ください。

DEKO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 (フリガナ)

実名の掲載を希望されない方はペンネーム

ご利用形態

おなまえ [ ]

〒

ご住所

電話番号

庭にカモミールがいっぱい咲いたので、カモミールティーにして夜、寝る前に飲んでます。ぐっすり眠れます。| 可児市 スイカさん |

**わたしのひとこと**

DEKO 11