組合員さんの趣味を紹介!!/

夫婦でボルダリングをしています。子ど もが幼稚園に入園して空き時間が増えた ことから、身体を動かせる趣味がほしくて はじめました。力だけでなく柔軟性も必要 で、なおかつ頭も使わなくてはならないス ポーツです。そのため女性でも男性に勝つ ことができるという点も魅力です。誰でも 楽しめるスポーツなのでおすすめですよ。

今月の組合員さんは? 🏂

岐阜市 かにゃさん

趣味 ボルダリンク





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.12) もし変身するなら何になりたい?

ハロウィンといえば仮装ですが、あなたがもし、まるごと変身できる としたら何になってみたいですか?その理由も教えてください。

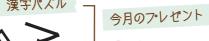
料理(P.7-8) かぼちゃを使った料理

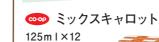


秋はかぼちゃのおいしい季節ですね。秋にピッタリなかぼちゃのレ シピを教えてください。

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10名様にコープ商品をプ レゼントいたします。 7月号の答え 風鈴







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)

おなまえ

ご住所

実名の掲載を希望され ない方はペンネーム

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。

● 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

058-370-6860

takako.anai@tcoop.or.jp

応募締切 2018年**8月10**日(金)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のみに利用させていただきます。 持ち歩いていました。食べれるアレンジパンを食べれるアレンジパンをと疲れてしまうので、「 ロ サ で焼い

・など、

た。でも、

、頑張り

ロク

ガットフがり過ぎる

おにぎり、

ッイズに切って焼いた大人も

費できません。 (北方町 さっちゃんさん) しいです。贈答品でいただきますが、お茶漬けの素の活用方法を教えて

のです に出来ます にす

し、卵やハムにムを変えるだけ 前の通り『くるくる』してラップで巻くだけ るく えがせ けで た ばランチにもなります。色々飽きずに楽しめま 。外では周りを汚さな \mathcal{O} はどうで んで持 関ママ か?ジ 行

ました。 させたりして させたりして がナナや 焼き芋。 こぼれな してまし いたパン ケ ス キのようなも のを食 地に めます 名

も1番楽なの表しれ かの持 るご 上手くできます るごはんせんべい○半らにして両面をはずらにして両面をはずる。 生協の「むし れ ば買っ たように割れ を入れるとおいの出来上がこと焼くと、小さ ズン、 、小さい手で 片栗粉を おり。 塩抜

のは…バナナー本まるごとバン。レンジで手軽に出来ます クス」。きれ 、さつま 目もで き もを 結構 ・ナナ お な少

た蒸しパンが大好評です。います。ウチでは米粉と甘酒います。ウチでは米粉と甘酒

届きました!

^{*}。ウチでは米粉と甘酒とココアで作菓子なら保存にも困らないし、いいと



「2018年7月西日本豪雨緊急支援募金 | にご協力ください!

7月5日より降り続いた豪雨は、岐阜県と西日本の各地に 甚大な被害をもたらしました。

き

も持て

被災された皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

コープぎふは、被災された方々の一日も早い生活再建を願い 緊急募金に取り組みます。



1歳の子どもがいます。 ですが、何を持つて行った。

行ったらいいて

いでしょ

す。お中、寝

ぎ

寝て しなく

時間が

なくて ۲١

を持て

こぼ

片手で食べ

れるの

途

とまぜ、ラップ

コと青の

など

、好みのロ

具材をご飯

外出先 が良

へ。食

市

ろねこさん)

ホ ッ 1

キミッ

クスを使っ

たココ

ア

to

な

ま

の

夏だったら、茹でたとう

もろこし。秋・冬は



◆ 募金箱の設置

コープぎふの店舗に設置しています。 期間:7月13日(金)~8月5日(日)まで。

◆ 募金の活用

お寄せいただいた募金は、岐阜県内と西日本の 被災者・被災地域の支援として送金します。分 配に関しては、日本生協連の募金方針や情報も 参考にして、コープぎふとしての分配を決めて いきます。

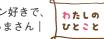
◆ 共同購入注文用紙(OCR)での募金方法

商品注文受付時に募金いただけます。 下記の注文番号と口数をご記入・ご入力ください。

期間:8月1週31号(7月16日)~8月3週33号(8月4日)まで。

注文番号	募金名		
3 8 9 1	18年7月西日本豪雨緊急支援募金	1 🏻	1,000 円
3 8 9 2	18年7月西日本豪雨緊急支援募金	1 🗆	100円

※4桁・6桁注文番号欄に注文番号と数量をご記入ください。





昔、息子と一緒にクッキーを焼いたことがよい思い出です。今33歳になった息子はワイン好きで、 おつまみ風のクッキーを自分で焼いています。 | 岐阜市 雪だるまさん |