

組合員さんの知りたい! 伝えたい! が いっぱい!

機関誌
デコ

TAKE FREE

DEKO

2019
vol.257

9



笑顔あふれる協同の暮らし
生活協同組合コープぎふ



巻頭特集

家族の“もしも”に備える わが家に必要な保障って? P1・2

● 子どものころからの減塩で 健康的で美味しいおふくろの味に P3・4

- 使ってみて! わが家のいち押し 20周年記念企画 コープの
おいしい思い出エピソードより 5
- 商品検査センターから 食品の「保存」について 6
- 教えてみんなのうちのごはん さんまを使った料理 7・8
- LPAの井戸端会議 暮らしの見直し講演会のご案内 9
- 教えて先生! 健康講座 頑張らない運動術
- 脇しめて、腕プラプラ肩楽体操 - 10

- しゃべっChao 本当にあった!
迷惑電話・迷惑ハガキ・メール 11
- 20周年記念企画 ~未来へつなぐ~ 13
福島・宮城スタディーツアーを開催します!
- 今月のクイズ フルーツビネガー 14
ぶどうとブルーベリーの酢をプレゼント!

Follow me!



がんぽう 東日本大震災からの
日本 復興を支援します

