



組合員さんのおしゃべり場

今月のテーマ

わが家のゲン担ぎ

2月は受験シーズンですね。あなたのゲン担ぎを教えてください。

● やっぱり神社へのお参りです。お参りにいかなかった年に車をぶつけられたので、それからはきちんと行くようにしています。(高山市なのさん)

● 受験(試験)当日のお弁当は毎回リクエストをきいて『好きな物』つくし。メモに『がんばれー』のメッセージを添えています。(岐阜市ごーさん)

● お弁当のおかずはカツでした。受験の年に買ったお守りをじゃらじゃらすべて持って受験に行かせました。買ってきてくれたみんなの気持ちも一緒に。(飛騨市あさがおさん)

● うちの次男は試合の前、トイレ掃除をしていました。(関市山田さん)

● 受験の日のお弁当には福神漬を必ず入れます。(飛騨市 rinrinさん)

● 受験には関係ないかもしれませんが、朝、玄関先を掃くとき心の中で福の神様お入りくださいと唱えています。(美濃市きんぎょさん)

● 受験に付き添ったのは夫です。私が付き添った時は、なんかよい結果、出なくて。(郡上市ヌマちゃんさん)

● 大切なことを始める時や、大事な物を買う時など、日の良い日を選んでいきます。極力仏滅を避けています。(多治見市ハリーさん)

● 試験前日の夕食：カツ丼(勝つ)に鯛の塩焼き(めでたい)昆布の煮物(よろこぶ)タコ型に切ったウインナー(オクトパス=試験にパスする、ウインナー=winner)(可児市元祖チャコちゃんさん)

● いつもどおり生活できるように心がける。栄養つけて早く寝る。風邪をひかない等、いつもどおりです。特別な事をする、余計に緊張してしまうので。(大垣市はなはなさん)

● 恵那峡スケートリンクの入場券は、スケート靴を履いて滑る人と付き添いでリンクに入らない人の2種類があり、付き添いの方のチケットには「すべらない方」と書いてあります。ある年それがメディアで取り上げられて突然受験のお守りになり、妹が娘にプレゼントしてくれました。別売りのお守りケースに入れるとぐっと利益がUPする感じです。(多治見市ままりんさん)

● 「甘いものを食べると集中力が増す」と聞いてからは、子どもに試験の前にはチョコレートを一粒食べさせてます。(海津市こつゆさん)

● トイレ掃除したり、ゴミを拾ったり、小さいことをして後は神頼みでした。受験生のみなさん、がんばれ!!(大垣市ハイテンションさん)



ミキサーを買ってはみたけど、料理にどう使うのか分からず、全く活用できていません。活用法やレシピを教えてください。(可児市 たけちゃんさん)

● 野菜スープをよく作ります。子どもが苦手な野菜もポタージュ系にするとよく食べられるので。また、離乳食のつぶし粥は面倒でしたので、ミキサーでガーッとやってみたりしました。(大垣市いぬきさん)

● 子どもが人参が苦手なので、ミキサーで細かくしてパウンドケーキの生地に混ぜると美味しく食べてくれます。また、食パンが余ってしまったら、ミキサーにかければ生パン粉になり、美味しいフライが作れますよ。(大垣市ちーもさん)

● 果物を一口大に切ったものを凍らせておき、ミキサーに牛乳と一緒に入れてスムージーにして飲みます。今ハマっているのは、夏に凍らせておいたモモと甘酒とヨーグルトを入れてスムージーにするととてもおいしいです。(各務原市ピースさん)

● 今の時期、完熟(どろっとしているもの)になった柿と牛乳または生クリームをミキサーにかけて冷やせば柿プリンができますよ。ゼラチンなしで柿と牛乳で固まります。(岐阜市によきさん)

● 千切り大根を軽くミキサーにかけると、大根おろしより粗めで味が爽やか、水分も出なくて気に入っていますよ!(岐阜市らむこさん)

● かぼちゃのペースト、生クリーム、卵黄、砂糖をミキサーで混ぜてタルト生地に流し、オーブンで焼いて、かぼちゃタルトの出来上がりです!ミキサー1つで洗い物も少なく済みますし、オススメです。(高山市ほそみさん)

● 焼肉のタレを作ります。たまねぎ、林檎または梨、しょうゆ、酒、みりん、さとう、洋風だしを全部入れて混ぜます。味はお好みで。水分を多めに入れるのがポイント。(多治見市トムちゃんさん)

● 赤身肉をミキサーにかけて脂の少ないハンバーグを作ります。市販のミンチは脂っぽいので自分でミンチから作ります。(山県市ふみこさん)

次号のおしえて

5歳と1歳の子どもの違いはおもちゃを出しっぱなしで片付けが出来ません。子どもにお片付けを習慣づけさせるためには、どんなことをしたらいいですか?(岐阜市 ゆーしよーママさん)

発信往来 はっしんおうらい

● 振り返れば地球環境の変化により、風水害が多発し心を痛めています。今年の課題はなんと、つても地球温暖化防止。コープと共にムダを省いていきたいと考えております。(可児市 大平さん)

● 「20周年記念トラックもいいけど、乗っている運転手さんが若くて対応が優しくて、好感度抜群よね!」共同購入のおばあちゃん達の声でした。(岐阜市 仲井さん)

● 今年引いたおみくじは大吉でした。大吉を引いたということだけですごく嬉しかったのですが、先日、昨年応募した懸賞の当選賞品が届きました!「こういうのはめったに当たらないのでビックリ!」(岐阜市 あるあさん)



おとなの健康大学 OTONA'S HEALTH UNIVERSITY

本誌 DEKO でも連載中の岩木先生や、管理栄養士の馬場先生によるみなさまの健康づくりを応援するセミナーです。

第1部 楽しく気持ちよく動けるようになる! 頑張りない運動術! 岩木 博美先生

第2部 しっかり食べて元気に長生き! 元気に長生き食事術! 馬場 美穂先生

生活協同組合 コープぎふ 「コープぎふ おとなの健康大学」事務局 TEL.050-3553-0100

主催:生活協同組合コープぎふ 協賛:CO-OP共済 後援:岐阜県・大垣市・岐阜県保険医協会



今年がオリンピックイヤー。うるう年の2月29日は結婚記念日です。まだ7回目ですよ(笑) | 可児市 かめちゃんさん |



2020年、オリンピックイヤーであり大河ドラマも岐阜が舞台。何か新しいことに挑戦してみたいです。| 各務原市 アクアミユさん |