おすすめの本

生活保護を扱ったお話です。ドラマ化がきっかけで読みました。結末に近づくにつれて展開が気になり、一気に読んでしまいました。読後、落ち込むこともなく、すっきりとした気分になりました。

多治見市 くろぱんださん

パレートの誤算／
柚月裕子:著／祥伝社文庫

自分は、ただの子ウサギではないと思っている子ウサギの話です。9話に分かれているのですが、私は「なぞなぞかけうた」「チムラビットのあまがさ」「チムラビットとハサミ」の3つが特にお気に入りです。

高山市 ひなさん

チム・ラビットのぼうけん／
著者:アリソン・アトリー／童心社

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.11) みんな頑張った！自分を褒めよう

2020年もあと3か月を切りましたね。今年、どんなことを頑張りましたか？どんな小さなことでも自分を褒めて、来年の活力にしましょう。

料理(P.7-8) ちょっと豪華なパーティレシピ

今年のクリスマスは、おうちで過ごす方も多いのではないでしょうか。ホームパーティで楽しめるレシピを教えてください。

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10名様にコープ商品をプレゼントいたします。

9月号の答え **防災**

漢字パズル

今月のプレゼント

co-op 黒糖ドーナツ棒 16本(個包装)

キリトリ

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	年齢	ペンネーム
〒 ご住所		電話番号

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興味をも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。
※ 投稿はDEKOやその他コープぎふが発行する広報物で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　pr-coopgifu@tcoop.or.jp

応募締切 2020年10月14日(水)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。

時短 of 商品

ギョーザ
凍 690g
(標準30個)
本体価格 528円
税込価格 570円
次回予定 毎週

油、水いらずで簡単にフライパンで焼けるので、うれしいです。しかも美味しい。ギョーザを焼いた後のフライパンで、もやしなどの野菜を炒めると、フライパンもきれいになります。(白川町　スーちゃんさん)

co-op ソラチ 十勝豚丼のたれ 250g
本体価格 255円
税込価格 275円
次回予定 10月2週

野菜と、豚肉を用意するだけ。ちゃちゃっと作れて、めちゃくちゃ美味しい。BestPriceの時、2本買ってしまうこともあります。(笠松町　しりとりさん)

co-op 北海道のカットいんげん
凍 250g
本体価格 328円
税込価格 354円
次回予定 10月2週

さっと茹でて、すりごま、かけてみそで和える、いんげんの味噌和え。簡単で美味しいですよ。
(笠松町　ママイクコさん)

co-op 子持ち からふとししゃも
凍 180g
本体価格 358円
税込価格 386円
次回予定 10月3週

冷凍のままフライパンで調理できるので、買い置きしておくと便利です。　(各務原市　ぽっぽちゃんさん)

コープぎふ　食育推進グループ

野菜を使ったレシピ募集！

応募者全員に生協商品プレゼント

忙しい朝や夕食の「あと1品」にも助かる、簡単にできて、おいしい野菜のレシピを募集します。
美味しい！ 簡単！すぐできる！ 野菜たっぷりのレシピを教えてください♪

応募部門 1 岐阜県産の野菜を使ったレシピ(家庭菜園もOK)　**応募部門 2** 冷凍野菜を使ったレシピ

ルール
- オリジナルレシピ(いつも作っている料理)に限ります。
- 1人分の野菜は約70ｇ(調理前の重さ)使用してください。
  複数の野菜を使用しても大丈夫です
  岐阜県産野菜と冷凍野菜の両方を使用したレシピの場合、使用量が多い方の部門でご応募ください。
- ご応募いただいたレシピは、広報物等で紹介させていただきます。

応募方法
- Web
  下記のコードを読み取り、必要事項を記入して応募ください。
- 応募用紙
  応募用紙に記入し、料理の写真を添付して、配達担当者または店舗サービスカウンターへお渡しください。
  応募用紙はコープぎふ各店舗、もしくは下記までお問い合わせください。
  または、ご自宅の用紙(白紙)に、「お名前・組合員番号・電話番号・応募部門・お料理のタイトル・2人分の材料とつくり方・料理のエピソードやコメント」を記入して、写真を添えてご応募ください。
  ※料理写真は1人分に取り分けた写真を添付してください。

〆切 10月24日(土)
《お問い合わせ先》コープぎふくらしの活動部
058-370-6873 (加藤・錦見)　受付：9:00～17:00
※いただいた個人情報は、『野菜を使ったレシピ募集』以外での用途では使用しません。

裏見の滝が、岐阜県にもあるって知ってますか。
日本の滝100選、県名勝に指定されている阿弥陀ヶ滝(郡上市白鳥町)は、滝を裏側から眺めることができます。｜岐阜市 みずなさん｜

わたしのひとこと