スマートシニアの

コミュニティサイト

シニア世代の日々のくらしの交流や、ちょっと役立つ情報をご紹介します。

今月のテーマ　日々のくらしの様子

岐阜市 Eさん投稿

いま一番大切にしていることは、笑うこと。

子どもたちも巣立ち、静かな毎日なのであまり大笑いすることはありませんでしたが、たまたまつけたテレビのお笑い番組にずーっと大笑い。こんな楽しい気持ちにさせてくれるなんて、ありがたいこと。

大人になると毎日大笑いすることが少なくなりますが、お笑い番組を見て大笑いした日は本当にぐっすりと眠れて、朝の目覚めも爽快。何が面白かったのか、記憶には残っていませんが（笑）笑う門には福来ると言いますが、その日あった嫌なことや大変なことすべて忘れてしまいます。笑うって、嫌なことも心配なことも吹き飛ばす力があるのですね。

今回ご登場いただいたのは…

岐阜市 Eさん（60代）
Eさんおすすめコープ商品はCO大豆ドライパック缶。カレーやサラダ、チャーハンなどいろんな料理に入れるそうです。箱買いするほどイチオシの商品とのことです！

＼ お便りや感想、お待ちしております!! ／

皆さんからエッセイを募集しています。エッセイをお寄せいただいた方全員に粗品をプレゼント!!

次のトークテーマからお好きなものを選び、200文字以上500文字以下でご応募ください。
①コープぎふとわたし ②日々のくらしの様子 ③最近気になっている事

応募方法　10ページでご案内している宛先にお送りください。

組合員と ⇄ 組合員の情報交流

“ねえねえ” おしえて

**部屋掃除はどれくらいの頻度でしていますか？
また、私はロボット掃除機を使い出したらやや手抜き気味になってしまっているのですが、ロボット掃除機を使っている方は普通の掃除機をどれくらいの頻度でかけてますか？
（中津川市 みゃぁこさん）**

ロボット掃除機 あり　汚れの頻度によりますが、**各部屋は2週間に1回。トイレは1週間に1回。玄関は1カ月に1回。リビングは土日祝を除く毎日** です。土日祝はロボットさんにおまかせ。（あまり綺麗にならない）　（40代／岐阜市 うさぱんださん）

ロボット掃除機 あり　私もロボット掃除機を使い始めたら、掃除機が壊れた事もあって **毎日ロボット掃除機** です。**部分的に汚れた所はハンディー掃除機** を使っています。空いた時間を有意義に使えば良いと思います。　（60代／土岐市 ウエストさん）

ロボット掃除機 あり　**ロボット掃除機さんが2階。私が普段の掃除機で1階。** 一緒にやってる感があり「大変だねー」と励ましあってやっています。　（60代／可児市 ごん太さん）

ロボット掃除機 あり　**平日の日中、家族全員が不在の時間にロボット掃除機に** 掃除してもらっています。**それ以外は基本的に掃除機を使用していません。** 今はそれで良しとしています。
（40代／美濃加茂市 ぴよよんさん）

ロボット掃除機 なし　掃除があまり好きではないので **3日から4日に1度掃除機をかける** くらいです。**その間にモップはわりと頻繁に** 使います。（簡単なので）　（60代／郡上市 みきママさん）

ロボット掃除機 なし　**フローリングワイパーにドライシートを付けて1日に1回** かけています。ものすごい量のホコリが取れるので、これだけは続けています。掃除機や水拭きはほとんどしていません…。　（30代／各務原市 雄大さん）

ロボット掃除機 なし　わが家にはロボット掃除機はありません。子どもがいない、夫婦2人の生活なので **汚れたらやる程度** です。
（60代／恵那市 くわじさん）

ロボット掃除機 なし　**掃除機がけは1週間に一度くらい** です。**日々はフローリングワイパーで** しのいでいます。（70代／大垣市 K子さん）

次回のおしえては

孫が生まれた新米ババです。遠くにいて年に数回しか会えませんが、お誕生日、クリスマス、お年玉、様々な行事の接し方など、皆さんどうされているのでしょうか？（岐阜市 らむここさん）

わたしのひとこと

田植えの季節です。我が家では父が稲を種から撒いて全部自分で作っています。
おいしいお米を手間ひまかけて作る父に感謝の季節です。
（50代／恵那市 東口さん）

発信往来（はっしんおうらい）

先日、タケノコ掘りに行きました。大きなタケノコがたくさん採れました。旬の味をおいしくいただきました。（美濃加茂市 まなみんさん）

最近、義家族と一緒になばなの里へ行ってきました。0歳と2歳の子どもたちを連れ疲れましたが、綺麗なイルミネーションに癒され良い時間でした。（関市 ゆいちさん）

先日、本栖湖に行ったときの写真。富士山が美しい！千円札裏の絵は、この風景です。
（可児市 さゆなおさん）

おたより募集中!!

クイズに答えてプレゼントをもらおう!

クイズ

組み立てるとできあがる二文字は?

クイズに応募いただいた中から、抽選で12名様にコープ商品をプレゼントいたします。

漢字パズル

今月のプレゼント

co-op ナッツ&セサミ（17g×6袋）

5月号の答え	若葉

募集中の投稿テーマ

料理（P.05-06）
麺レシピ
夏におすすめの麺料理を教えてください！

イチオシコープ（裏表紙）
わが家のレシピ
コープ商品を使ったレシピを募集します。写真掲載OKの方は右の二次元コードから投稿してください。

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　2024年6月14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。

キリトリ

DEKO応募・おたよりシート

①～⑤を明記の上、はがき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