

# 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 コープぎふとわたし

S.Tさん投稿

能登震災から7か月。今年はスタートから大変な厳しさを感じました。2月、主人が84歳の誕生日を前に旅立ち、いろいろな想いを馳せております。私が生協の注文用紙を記入すると、最後は必ず主人がチェック。そして自分の好きなものを追加してくれと言うものですから、毎月の金額がすごいことに。子どもや孫には良いものを食べてほしいので、生協で注文してはたくさん持たせて帰らせることも。83歳まで主人が生きてくれたのも生協のおかげだと思っています。会話も少なくなり口はさみしく、心もさみしくなりましたが、生協商品を見て癒されたり、主人を思い出したりして日々過ごしています。

今は、生きるため、生協の冷凍お弁当を1品オーダーして、チーンしていたんでいます。年を重ねてたまには手抜きしてもよいかなあと……!!

(8月号のおたよりシートにて投稿いただきました)

### ＼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。



今回ご登場いただいたのは…

郡上市 S.Tさん(80代)  
生協の冷凍のお弁当はバランスが良く、商品が届いた日に仕分けしたり忙しいときは、すぐにレンジでチンして食べてしまうそうです!

### 組合員と ⇄ 組合員の情報交流



夕食の後、皆さんはどのように時間を使っていますか?  
わが家は、旦那はリビングでテレビ、私と娘はダイニングでおしゃべりしています。この食後のおやつタイムがどうしてもやめられません。  
(岐阜市 さと・みさん)

最近小5の息子に、学校で UNO をやっているから買ってほしいと言われ、何十年ぶりにUNOを買いました。やってみるととても楽しくて久しぶりに小学生のころを思い出しながら家族で楽しんでいます。(40代/中津川市 いもちゃんさん)

朝が早いわが家。夕食後は私は片付け、夫は布団敷きと風呂の準備。入浴まで居間でテレビ、新聞、タブレットしています。2人で戸締り確認して9時半までには就寝のリズムです。(70代/岐阜市 たんぼぼさん)

ピアノの練習。50歳にして始めた趣味だから、毎日ご飯を食べた後の日課にしたいとセットにしています。(50代/各務原市 ベタ次郎さん)



わたしのひとこと

8ヶ月になる娘がママと言ってくれました♡(多分…笑)(30代/多治見市 つむつむさん)

夕食後はやっと自分だけの時間になります。今年目標である「本を40冊読む」に向けて 20~30分は読書します。主人はその間は私に声をかけません。きりのよい章まで読んだ後は録画してあるテレビ番組と一緒に見ます。  
(60代/笠松町 シナモンさん)

わが家は夕食が終わると、天候が悪くなれば家族全員で夜ランニングに出かけるのが日課になっています。天候が悪くランニングなしの日は、家族で近くの温泉に行きます。  
(50代/高山市 GOGOようようさん)

子どもが小さいので夕食後は、歯磨き・お風呂・寝かしつけとゆっくりする暇もまだまだ忙しいです。娘さんとおやつとおしゃべりタイムなんて素敵な時間で羨ましいです。何年後かにそんな日が来ると良いですが、息子たちはきっと部屋にこもってゲームしてるんだろうな…。(30代/関市 とーしんさん)

フルタイム勤務なので、わが家も夕食の後が子どもと話をしたりする貴重な時間です。いつかこの時間も成長とともになくなっていくと思うので楽しんでます。  
(40代/大垣市 ゆかたんさん)

### 次回のおしえては

皆さん自身は何か習い事されていますか? 参考にしたいです。(瑞穂市 くみグミさん)

# 発信往来

はっしん



0歳の息子、祖母と一緒にプール開き。冷たい水が気持ちよくて、はしゃいでいました。  
(関市 はるさん)

昨年から孫が2人生まれ抱っこしていたら、いつの間にか猫の方が軽くなっていました。猫に「夏痩せした?」と声かけている所です。  
(岐阜市 ビクさん)



今朝虹を見ました! ウキウキ気分でした。夕方仕事帰りにまた虹が…こんな日もあるんだとるんるん気分の1日でした!  
(美濃市 あんぱんさん)



クイズに答えてプレゼントをもらおう!

## おたより募集中!!

### 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10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

わたしのブレンドレギュラーコーヒー 300g

9月号の答え

初秋

### 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 各務原市鷺沼各務原町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10月18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の発送及び回答が必要な場合に利用させていただきます。

### 募集中の投稿テーマ

しゃべっChao! (P.09)  
初夢エピソード

新年を迎え最初に寝た日の夜に見る初夢。どんな初夢を見たことがありますか?

料理(P.05-06)  
クリスマスレシピ

12月といえばクリスマス! 料理やデザート、飲み物などクリスマスにピッタリなあなたのレシピを教えてください!

## 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