



**お弁当にも入れられるギョーザ**

ねえ！  
これが ええんよ！

にんにく入りではないので、弁当に入れてもOK。生姜の香りが効いてやみついです。



しょうがギョーザ(30個入)  
宅配予定 1月2回  
\*店舗では12個入を取扱い  
※次々回は2月2回

**子どもが苦手な克服！**

野菜が苦手で、すすんで食べない娘が、コープのロールキャベツと野菜をコンソメスープにすると、美味しいと言ってパクパク、きれいに食べてくれました。それからはリピートしています。コープのおかげです！



国産豚で作った  
ロールキャベツ(5個)  
宅配予定 1月2回  
店舗取扱い  
※次々回は1月4回

**スイーツのおとも**

実家で出された紅茶が、香りが高くて美味しかったので、「これどこ？」と聞いたらコープのものでした。さっそくマネして買いました。美味しいスイーツのおともにぴったりです。



コープアールグレイ紅茶  
宅配予定 1月2回  
店舗取扱い  
※次々回は2月2回

(田布施町 のりこさん)

**野菜も一緒に摂れて助かります**

あと一品というときによく食べます。2歳と10ヶ月の2人子どもたちも大好きです。10ヶ月の息子には、刻ん

で食べやすくしています。野菜も摂取できて助かっています。

(山口市 ユキルクさん)

**気にかけてもらえるありがたさ**

11月に入ったある日、水道局から「先月より2,000円ほど少ないですが、何かありましたか？」と気にかけていただき、びっくり。主人が入院したことを知らせると、「そうだったんですね。トイレや洗濯等々、違ってきますよね。お大事になさってください。」と言ってくださり、ありがたいことだと安心しました。

(下関市 N.Oさん)



調理焼ビーフン  
宅配予定 3月1回

**手入れも楽しい鉄フライパン**

ついに!!鉄フライパンデビューをしました。お手入れが大変と聞いていましたが、意外と楽でした。鉄フライパンでの料理は楽しく、またお手入れも楽しんでいきます。フライパンに愛着が湧いてきます！

(岩国市 まーちゃんさん)

**主人のプチ家庭菜園**

最近、主人がネギや春菊を庭の隅に植えるようになりました。ちよっと汁物に入れるときに大助かりです。子育てが終わると植物を育てるようになるんですかね〜？

(山陽小野田市 ミドリリンさん)

**スリルのあるやりくり**

食材はほとんどコープの店舗で購入しているワタシ。一ヶ月分の食費を「ここカード※」に入れ、何とかそ

**今月のピックアップ!**

みんなで取り組もう!

**組合員さんのエコアイデアご紹介!**

**靴下の再利用**

以前アームバンドに活用されているおたよりがありました。私は机や椅子の足にカバーとして再利用しています。(萩市 美月さん)

**捨てるタオルを掃除用に**

捨てるタオルは、台所掃除など一度何かに使ってから捨てました。おかげで家もキレイになりました。(下関市 K.Yさん)

**エコは家族団らんにもつながります**

最近「テレビ消そうか」と声掛けが増え、家族団らんの時間が増え、子どももコミュニケーションが増えて嬉しそうでした。良いこと尽くです(^^)(山口市 M.Yさん)

**リサイクル 回収データ 10月分**



回収品	回収量
カタログ・チラシ	215,648kg (約392,087セット分)
飲料用紙パック	2,307kg (約76,138枚分) 注文シート 3,551kg (約322,818枚分)
たまごパック(PET)	440kg (約31,428パック分)
仕分け袋	2,049kg (約256,125枚分)
発泡スチロールトレイ	451kg (約153,051枚分)
透明トレイ	320kg (約17,828枚分)
アルミ缶	507kg (約29,850缶分)
スチール缶	176kg (約3,750缶分)
飲料用紙パック	774kg (約25,545枚分)
ペットボトル	1,177kg (約35,682本分)
たまごパック(PET)	231kg (約16,500パック分)
買い物袋持参率	

