

ねえ！  
これがええんよ！



お肉がな〜と思うほど！



CO-OPお肉のような大豆ミートのハンバーグ  
宅配予定 9月2回

(光市 匿名さん)

大豆ミートのハンバーグ、お肉で作っていると間違えるくらいおいしいです。身体にもいいし、我が家のいちおしです。

時短になる！

北海道ポテトサラダベースを使うとポテトサラダが最高においしいになります。何より時短です！

(柳井市 M.Kさん)



十勝めむろポテトサラダベース  
宅配予定 9月2回

使ってるもの

これからの時期、酢の物に入れても良いし、ごはん(青じそ(刻み)と一緒に混ぜても美味しく召し上がれます。冷凍保存が可能なものGoodです。

(防府市 パルママキさん)



ふっくらしらす干し  
宅配予定 毎週取扱 店舗 取扱い

苦手な私でも

ひきわり納豆がおいしいです。あまり納豆が好きではないのですが、これは良いです。おいしいです。

(周南市 Y.Kさん)



国産ひきわり納豆  
宅配予定 9月2回 店舗 取扱い

いちおし商品レポート  
「フローズンヨーグルト」



今回は7月のいちおし商品「フローズンヨーグルト」に寄せられた声を紹介します。



至福のひと時

アイスクリームほど甘くなくヨーグルトの風味がしっかり感じられるのは、やはりアイス。お風呂上りに食べるのは、最高の美味しさです。

(山口市 K.Fさん)

おいしいかわり

今まで味わったことのないものです。甘ったるくなく、後味すっきり。でも余韻(?)があります。2個目も食べてしまっています。孫もひ孫も大好きな商品です。

(下松市 Y.Yさん)

ふわふわフワフワ

フローズンヨーグルトとCO-OPフルーツポンチを使ってフロートを作ってみました。フローズンヨーグルトとフルーツポンチの汁で味付け、ただの炭酸水を入れたら、とてもさわやかで美味しかったです。またお家でも試したい！

(中部地域 上郷コープ委員会)



お便りから



やってみよう、下げるだけダイエット

業「もり生活で、運動不足を自覚する毎日ですが、先日テレビで「下げるだけダイエット」というのを紹介していました。とにかくゆっくり(20〜30秒)身体を動かす筋力、しかも各部位1回だけでいいらしいのです。「これならできそう」とさっそく始めてみました。

(山口市 ふくろうママさん)

夏野菜づくりに励んでいます

91歳ですが、まだまだ畑仕事を頑張っています。夏野菜のキュウリ、ナス、トマトが今盛んにできています。娘や近所の皆さんに差し上げると喜んでくれます。

(山口市 テーちゃん)

23kgの減量に成功！



ダイエットに励んだ半年間、23kgの減量に成功できた理由はいろいろあります。が、コープ商品もそのひとつ。これからの体重を維持できるようにコープを活用しながらダイエットを続けていきます。

(山口市 A.Sさん)

習字教室にチャレンジ

この春から小学生以来のお習字を習い始めました。とても年配のおじちゃん先生が「ゆっくりと楽しんでいきましょうね」と励ましてくださいます。先輩の生徒さん方もウエルカムでありたい！おばちゃんだけど、これからも色々挑みます！

(下松市 K.Dさん)

娘へ、おめでとう

娘が3人目を授かったことがわかりました。毎日仕事を頑張りますが、2人の子育て中。3人目!?とうれしい気持ちと同時に大変さを思い心配にもなります。でも、今の若い方々は旦那様も協力的。きつと上手に子育てすることでしょう。そう信じて、楽しみにしています。

(光市 kooさん)

我が子の成長が嬉しい

入園して初めての行事！盆踊りがありました。入園当初は大泣きだったのに、泣かずに元気に踊る姿に成長を感じ、嬉しく思いました。コロナ禍の中、対策し、開催してくれた園に感謝です。

(岩国市 まっぴーさん)

発表会出場に向けて



バイオリンを習い始めて2年になりますが、なかなか上達しなくて…。先日、先生から発表会に出ませんかと言われたのですが、自信がなくて迷っています。とにかく一曲でもいので、一生懸命練習して、人前でも弾けるレベルまで上達出来たら発表会出場したいです。

(周南市 かなぶんさん)

モモを揚げちゃおう...

コープのチラシを見ていた時のことです。小学1年生の孫が串カツの写真の横に、「モモ揚げ」と書いてあるのを見て、「ばーばーモモあげちゃうの...?おいしいの...?」と聞いてきました。初めは何のことか言っているのか?と悩みましたが、解決しました。果物の桃と勘違いしていたのです(笑)

(光市 K.Mさん)

まちがいさがしに答えてコープ商品券(又は図書カード)プレゼント!!



下の2枚の写真には4カ所のまちがいがあります。さあて、どこでしょう?

必要事項、ご意見・あなたのいちおしを記入し、切り取って配達担当者又は店舗サービスコーナーへお渡ください。(クイズは回答しなくても構いません。)

正解者の中から抽選で10名の方にコープ商品券(又は図書カード)500円分をプレゼントします。



キリトリ線

フリガナ	ご住所 ( )市・町
お名前	TEL ( ) -
【本名・イニシャル・匿名で掲載(ペンネーム)】	年齢 性別 男・女

<p>今回は</p> <p>“CO-OP国産大豆の調整豆乳(フクユタカ)”のいちおしポイントや、血液さらさら効果が期待できる商品を大募集!いただいた声は、「わが家のいちおし活動」でご紹介させていただきます。</p>	<p>いちおしポイント</p> <p>※今回の商品以外でも、お気に入り商品の「いちおしポイント」や、アレンジレシピがあれば教えてください。</p>	<p>ご意見(おたよりだけでもOK!)</p> <p>※身の回りの出来事や、子育てや暮らしのアイデア・コープレターを読んだ感想などをお聞かせください。</p>
---	---	---

※個人情報クイズ対応とアンケート集約の他には使用いたしません。応募は9/17(金)です。