

組合員さんからの投稿コーナー
みんなのひろば

* 今月のテーマ *

「あつ〜い夏の
乗り切り方」

冷や汁

埼玉県春日部市

あきおじさん 40代

サバ缶を使った冷や汁をよく食べます。きゅうりをたくさん切って、いっぱいのみょうがで食べるのが最高。おそばで食べてもいいしくて、暑い日もモリモリ食べちゃいます。

足湯で温活

東京都中央区

なにわのエリック 40代

クーラーで冷え切った身体は血行が悪くなるので、足湯でじっくり温めると全身の血流が良くなり、今のところ夏バテ知らず！ お気に入りのアロマオイルを入れていやされています。

図書館で勉強

東京都江東区 若にゃん 13歳

冷房が効いていて、静かですし、周りの人も勉強しているのでやる気が続きます。勉強に飽きたときは、本を少し読んで気分転換ができます。

アイスが欠かせない

千葉県袖ヶ浦市

りいちゃん 30代

我が家では子どもと自家製アイスを作っています。好きなフルーツと牛乳を入れて冷凍庫にIN!! 次の日には冷え冷えのおいしいアイスが出来上がり。子どもたちも自分で作ったのでいつも以上に喜んでいて、おいしく食べて楽しく夏の暑さを乗り切っています。

布団を冷感素材に

埼玉県さいたま市

あおいろ 30代

パジャマ、枕、敷き布団パッド、そして掛け布団とすべてを冷感素材のものにします。動かないと冷たくないのです、寝相が悪い私にはピッタリです☆

せんすが手放せない

埼玉県草加市 すずらん 60代

いつでも、どこでもさっと使えます。外出先でもバッグの中に。電気も電池もいりません。パタパタ♡

夏こそ運動を!

埼玉県さいたま市 なおぼん

春の運動会をきっかけに、ラジオ体操が気に入った小学生の娘。家でもやりたいと言い、朝学校に行く前にラジオ体操をするようになりました。私もできるだけ一緒にやってみると、心も体もすっきりするように。いりフレッシュになります。暑い夏は、家の中でも手軽にできるラジオ体操で、健康を維持していきたいと思っています。



埼玉県富士見市 ゆーま

楽しい投稿を
お待ちしております

テーマトーク、身の周りの話題やくらしの知恵、お気に入りのコープの商品、簡単レシピ、誌面の感想、10月号掲載用のイラスト、写真など、皆さんの楽しいお便りをどしどしお寄せください!

応募方法

①郵便番号・ご住所・電話番号 ②お名前(匿名、ペンネームを希望される方はそちらもご記入ください) ③年齢(掲載を希望されない方は無記入でお送りください) ④投稿またはクイズの答え ⑤今月号で良かったコーナーを下記より一つ選びアルファベットで明記し、今月号の感想を添えて、郵送・Webのどちらかで応募してください。

A. 表紙 B. おすすめ! コープの商品 C. コーププラス×SDGs
D. こえにこたえてQ&A E. 人と人 つながりの物語
F. コープで広がる、つながる G. みんなのひろば H. 今月のレシピ

Web

こちらから簡単に投稿・応募できます! ▶



Eメール:
mirai_kouho@coopdeli.coop

郵送

〒336-8523 埼玉県さいたま市南区根岸1-5-5
コープみらい 広報誌編集係

※商品や配達に関するお問い合わせについては、6ページ下段をご参照ください。

10月号テーマ
笑える勘違い

● 締め切り

2025年8月10日 当日消印有効

※投稿文章は、内容を変えない範囲で修正させていただきます。
※お寄せいただいたご意見などは、ご本人への確認なく「ハピ・デリ!」など他媒体に掲載させていただく場合があります。
※写真・イラストは返却いたしません。
※他の媒体への同時投稿はご遠慮ください。