

## おたより広場

### 「おすすめ！コープの商品」を読んで

三条市 チコリンさん  
「コープミニワッフルドック（チーズ）」は私も大好きで食べていますが、このように作られてるんだなあ〜と勉強になりました。

### 「コーププラス×SDGs」を読んで

湯沢町 ナオコロさん  
1週間で食べきる量を購入し、金曜日の配達前には冷蔵庫をカラっぽにすることを心がけています！物であふれていた時よりも、気持ちよく生活できるようなってきていると思います。でも、まだ雑貨やおもちゃなどはすぐに壊れたり飽きてしまったり、結果的にゴミになってしまうものが多い我が家です。購入する時

に、思いつきではなく、1回考えてから買うよう親子で話していきたいです。それが未来に繋がっていくことを心がけて。

### 「コープレポート」を読んで

佐渡市 フジイさん  
アルビレックス新潟を通じてフードバンクへ寄贈して生活困窮者などにお米を配付してよいプロジェクトだと思いました。

### 「編集委員会発」を読んで

南魚沼市 ゆのばあさん  
●あなたの食品ロス削減アイデア、とても参考になりました。特に子どもたちに参加させることはとてもよいと思います。

新潟市北区 キムラーさん

●日頃から食品ロス削減には気をつけている私ですが、皆さんのアイデアを知り、さらにがんばろうと思いました。とくにクッスと笑えたのは「今ある材料で名もない一品を作る」です！

新潟市中央区 ジュンちゃん

●料理編の「キャベツの外葉は天ぷらやお好み焼きに使う」と

いうアイデアは知らなかったの  
で、とても参考になりました！  
買った物編の「ほべたんポータル  
アプリの冷蔵庫チェック」も  
知らなかったもので、期限が近い  
食品を知ることができて便利だ  
なあと思いました！様々なア  
イデアを知ることができたの  
で、実践してみたいです！！

### 「レッツクック」を読んで

胎内市 坂上さん  
●先日、「冷めてもおいしいサ  
クふわ豆腐入りナゲット」を、  
肉が得意でない私も食べられる  
ようにと娘が作ってくれました。  
2歳の孫と同じものを一緒に  
に食べられて楽しかったので、  
このレシピは保存しておきま  
す。ありがとうございました。

十日町市 こんかさん

●毎回楽しみにレシピを参考に  
させていただいています。5月号  
の「りんご酢で作るまるやかピ  
クルス」もさっそく作ってみま  
した！簡単でおいしいレシピをこ  
れからもよろしくお願いします。

新潟市中央区 りっちゃん

●いつも、こーぷふるを愛読し

ています。裏面のレッツクック  
にチャレンジして、自分のレパ  
トリを増やしています。どん  
な食材を調理するのが具体的  
なので、とても助かっています。



佐渡市 長三郎の嫁さん

### 毎年お世話になっています

佐渡市 おみつさん  
毎年コープでカーネーション  
を注文し、実家の母に送って  
います。5月で90歳になりました。  
これからも長生きして親孝行さ  
せてほしいです。

### 助かっています

村上市 はのさことにさん  
牛乳が大好きな我が家の子  
どもたち。1日1本牛乳パッ  
クが空きます。「魚沼牛乳」を  
毎週3本注文しています。買  
い出しの回数が減って助かっ  
ています。

### 楽しみにしています

燕市 金子さん  
ひとりで買い物に行けないも  
のを自宅に配達していただける  
ことはとてもありがたいこと  
です。「ほべたんみくつけた！」  
で見つけたときのワクワク感も  
楽しいです。「コープクオリ  
ティ」の商品を買うのも楽し  
みで、おいしい物は大好きです。

### ほべたん大好き！

十日町市 春灯さん  
先日友人宅でコーヒータイ  
ムをとった時に、彼女がほべた  
んのマーク入りコースターを  
使ってくれました。「ほべたん  
ど〜こだ？」で当たったコー  
スター。私も家にあるので、とっ  
てもうれしかったです。コー  
ヒーも一段とおもしろかった  
です。見つけから苦しみも今  
ありますが、ほべたん探しは今  
後も続けます。

P.8の投稿用紙にて、たくさんの  
投稿をお待ちしています。

※こーぷふるのバックナンバーは、  
コープデリにいたのホームページで  
ご覧になれます。