

## おたより広場

### 「おすすめ！コープの商品」を読んで

**上越市 みいーなつつさん**  
 ●しらすは健康のために毎日食べています。ごはんにはもちろん、パンにのせて一緒に焼いてもおいしいです。

**三条市 ロッキーママさん**  
 ●しらすの炊き込みごはんもおいしいですよ。納豆に入れたりするのも☆5つ。

### 「コーププラス×SDGs」を読んで

**燕市 まんまんさん**  
 ●ひとり当たり毎日お茶わん約1杯分の食べ物が捨てられている記事を読み、考えさせられました。私も買い物に行った時に安いとつい買ってしまう…。

買い物に行く回数を減らしたり、きちんと冷蔵庫などを確認したりしてから、ともう1度考えようと思いました。

**新潟市北区 カイちゃん**

●子どもが結婚して家を出たり、自分たちも年齢を重ねて食べる量や好みに変化が出てきたりと、毎日の食事作りのメニューや量も変わってきました。できるだけ食品ロスを出さないように、買すぎや作りすぎに注意したいと思います。

### 「人と人つながりの物語」を読んで

**新潟市東区 まぐちゃん**

いつもお風呂で読んでいます。嫌なニュースが多い世の中ですが、こちらを読むと心が温かくなり、人って本来こうあるべきだと励まされています。

### 「編集委員会発」を読んで

**柏崎市 ぶつちよさん**

●中越沖地震での被災の経験から、災害の備えはしておくに越したことはないと思っています。あると便利な物や備蓄品は

1カ所にまとめておくとう便利です。防災の日の前後にはいろいろな情報が出されるので、新しい便利グッズや情報があれば書きするようにしています。

**新潟市西区 はーさん**

●「コープヌードルしょうゆ」が水でも食べることができるとは知りませんでした。コープで購入した防災トイレと共に試してみようと思います。今回のこのページは常に見える冷蔵庫に貼っておこうと思います。

**新潟市中央区 ジュンちゃん**

●毎月楽しく読んでおります！減災対策の、あると便利です。「すべての電池に対応できる懐中電灯に替えたらLEDライトで明るくなること」や、心構えや工夫で「防災アプリを入れておく」と安心、「この2点は私にとってとても参考になりました！台風や地震に備え、日頃から減災について家族と話したいと思います！」

### コープのイベントを 楽しみました！

**新潟市東区 えいせいおーりーさん**

「宅配センターの秘密を探れ!!

&親子 de パックとんぼ作り」のイベントに小1の双子と参加しました。冷蔵庫に入ったり、宅配トラックに乗って写真を撮ったり、牛乳パックで竹とんぼを作ったりと、夏休みの最高の思い出になりました！(^^)遠出がすべてじゃないですね!!!



### 助かっています

**長岡市 ムスカリさん**

●お米やトイレットペーパー、ドリンクの箱買いなど重くてかさばるものを玄関前まで配達していただき、ありがたいです。1週間の献立をたてて注文するので無駄がなく、スーパーで週1回買い足すくらい。本当に助かっています！

**小千谷市 りくママ**

●いつもありがとうございます。

「はじめてばこ」をいただいたことがきっかけになり、その後コープを利用していきます。小さい子どもがいるとゆっくり買い物が出不来ないので、すごく助かっています。毎週、カタログと商品が届くのを楽しみにしています。これからもお世話になります。

### お弁当の強い味方！

**南魚沼市 はつちゃん**

「コープふつくら卵のオムライス」が大変心強い存在です！この夏も小学生の子ども達が学童へ毎日通っていたので、毎日のお弁当作りにヒーヒー言っていました。でも、このオムライスのおかげでお弁当は見栄えよく、食べ応えもあり、簡単に仕上げる事ができ、子どももすごく喜びました！オムライスだけでなくお弁当に使えそうな冷凍食品を、休み前から買い込むので冷蔵庫がとんでもないことになりませんが、支えられています。ありがとうございます！

**P.12の投稿用紙にて、たくさんの投稿をお待ちしています。**

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