

あなたの子ども頃や、
今子どもたちと遊んでいる
「冬遊びのエピソード」を教えてください！



寄せられた投稿をご紹介します！

とあけ、南天の実や石を飾っておまごをしてみました。今年も子どもと雪遊びを楽しみます。

●自分か子どもの頃は、今よりも防寒具は少なく手袋も薄いものでしたが、なぜだか外遊びをして雪玉を作っても、手がズンズンあつたかくなる位でした。雪まみれになって、自分も友だちも雪だるまになって、体中がびしょびしょになっても、心も体もあつたかい時代でした。



●私が子どもの頃は、山あいということもあり、雪玉を作った雪合戦でしたね！雪を足で踏み固めて木に当てたり、山の斜面でスキーをしました。

●子ども頃は、冬になるとおたよ本を読んだり、テレビを観たりしていました。今、子どもはゲームかな？

●雪国生まれなのにスキーが苦手でしたが、歩くスキーを体験した時あまりの爽快感にうれしくなりました。孫たちはソリ遊びが大好きです。

●今からもう40年程前の話になります。小学生時代、知り合いの家で花

札を覚えてはまってしまい、寒くて外に出たくない時は家族に相手してもらい花札をやりました。楽しかったです。

●子どもの頃、トランプ・かるた・雪遊びが楽しかったです。

●子どもが小学生の時、楽しいことが大好きな校長先生が、グラウンドにたくさん降った雪を掘って迷路を作ってくれました。子どもたちはとても喜んでいました。

●子どもが冬休みで学校から持ち帰ってきた絵具を使って、色水の氷を作っていました。色水を空きカップに入れ

●大雪の降った日には三角の山と階段を雪で作って、滑り台を作ります。牛乳パックをお尻に敷いて、子どもは何度も何度も滑って楽しそうでした。おとなには嫌な大雪ですが、子どもには楽しみなんですよね。



「おすすめ！コープの商品」を読んで

新潟市東区 まぐちゃん
「コープ無着色ひとくち至幸明太子(一切子)」の記事を読んで、一つひとつ手作業でカットしているのびびりしました。それと高橋さんの「自分たちが買いたいと思うものを作りたい」という言葉にぐっときました。コープの品物は本当に信頼できるよいものだ改めて感じます。これからも利用し続けていきたいです。

「コーププラス×SDGs」を読んで

新潟市東区 とりささみさん
ペットボトルキャップをコープで集めていることを初めて知りました。我が家にもたくさんあるので、スーパリーに持って行かなきゃなあ...と思っていたところ、ついついスーパリーには持って行き忘れるので、コープで回収していただけるの助かります！

「編集委員会発」を読んで

柏崎市 サンキューさん
こーいぶるを見せていただきます

した。今回の「腸活してみませんか?」、すごく分かりやすく孫にも見せてあげたいです。ありがとうございました。

●「体内に入る」とは、てっきり口に入った瞬間かと思いきや、違うの?!と驚きました。今まで考えたこともありませんでした。体内の入口が腸と言われてもあまりピンときていないのですが、そのくらい腸が大事な仕事をしてくれていることを意識して、食生活を見直そうと思いました。

●「腸は脳より賢い」と言われていて、悪いものは下痢として出してくれる役割を持っている」に共感しました。年齢を重ねるとつれ腸の動きが悪くなり、常に便秘傾向です。お腹が不快であると生活にも支障をきたすことが多く、認知症やがんにならないためにもますます腸内フローラを増やす食事・運動をがんばりたいと感じました。昔から言われている発酵食品の味噌や麹を、これからは食事の中に取り入れたいと思いました。

湯沢町 油揚げさん
「腸は脳より賢い」と言われていて、悪いものは下痢として出してくれる役割を持っている」に共感しました。年齢を重ねるとつれ腸の動きが悪くなり、常に便秘傾向です。お腹が不快であると生活にも支障をきたすことが多く、認知症やがんにならないためにもますます腸内フローラを増やす食事・運動をがんばりたいと感じました。昔から言われている発酵食品の味噌や麹を、これからは食事の中に取り入れたいと思いました。

「レッツクック」を読んで

三上市 えみりんさん
いつもおもしろいと思いつながら実際に作らないで「レッツクック」。今回は、私の大好きな明太子とそばだったので少し気になっていました。初めて作ってみようかなあ。



新潟市中央区 カトちゃん

私のお気に入り

小千谷市 てんとうむしさん
●「コープ北海道アチコロッケア・ラ・カルト」は弁当の隙間をつめるのに最高。種類も多く、子どものおやつにもいいです。

長岡市 ネフライさん
●子どもが卵、乳、小麦のアレルギーがあります。コープで日本ハムのアレルギー対応商品が買えるので助かります。特に、

米粉の肉まんがお気に入りです。今後、米粉ピザや米粉フォカッチャなども買えるとうれしいです。楽しみにしています。

●93歳になった実家の母は、「チヤヤス・ハニーヨーグルト」が大好きです。食欲がない日もこのヨーグルトを食べると元気が出るそうです。もちろん私も大好きです。いつも注文しています。

うれしいな

上越市 かつへちゃん
組合員になりもう10年近くになりますが、コープ利用者が増えていてうれしい限りです。この度、病気に伴い歩行が困難な知り合いに加入を薦めたところ、利用したいということで仲間が増えました。少しでも買物の負担が減ったらいいなと思いました。

いつのまにか

新潟市 パチママさん
ひよんなどからコープさんを知って、お試し期間だけ利用してみようと思っていたら、あまりに

★ コープデリ Quiz ★

11月号のクイズの答えは、5名様プレゼント

問題 毎年、酪農家の皆さんにお届けしている、コープデリにいがたの「まごころタオル」。2024年に組合員さんから集まった枚数は、**〇,〇〇〇枚**です

クイズの答えをお寄せください。投稿・イラスト・本誌への感想なども大歓迎。

●締め切り 1月15日(必着)
●応募方法【配達時に提出】【FAX: 025-260-3265】
【MAIL: nilgata_hiroba@coopdeli.coop】
※投稿内容は内容を変えない範囲で修正させていただくことがあります。また、ご本人への連絡なく「ハピ、デリ」など他媒体に掲載させていただくことがあります。

11月号のクイズの答え 「日和見菌」
応募総数 196通 ※クイズの当選者の発表は、賞品の発送をもってさせていただきます。



おたより広場
投稿用紙
2025/1

お名前 () 組合員コード ()
ペンネーム () お住まいの市区町村名 ()

断髪式!

新発田市 ちゃんむぎさん
ヘアドネーションをするために、2年半前から髪を伸ばし始めました。この度ようやく可能な長さになりカットしていただきました。乾かすのが大変で何度も心が折れそうになりましたが、どこかで誰かに喜んで使ってもらえることだけを励みにがんばりました。コープの担当者さんからも「すっきりしていいですねー」と言われ、とってもうれしくなりました。



新潟市西区 まあさん

P10の投稿用紙にて、たくさんの方の投稿をお待ちしています。
※11月号のクイズの答えは、コープデリにいがたのホームページでご覧いただけます。