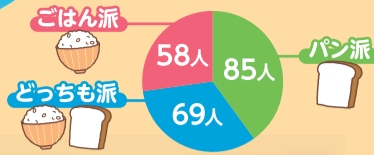


みんなのひろば



機関誌モニターカード113、お便りカード99、計212通の組合員さんの声を集計しました。

今日のテーマ

朝食は、ごはん派、パン派どっち?!



どっちも派

1年中かかせないみそ汁

主人はごはん、私は食パン(オリーブオイル塗り)です。おかずは同じもの。主人の釣った魚を塩干しやみりん干しにして、家庭菜園でとれた野菜とみそ汁です。みそ汁に小さじ1杯程アマニ油を入れます。主人71才、私70才です。一年中みそ汁はかかせません。

(さぬき市 田中さん 70代)

取り合いになるくらいお気に入り

基本的にはパン、時間に余裕があればごはんです。コープの80%焼きクロワッサンを、子どもたちとも取り合いになるくらい気に入っています。夫は毎日パンとおにぎり。3歳の長女は朝起きて開口一番「ヨーグルトいる〜」、切らすと大変です。目玉焼きも大好きでほぼ毎日食べます。

(さぬき市 はりこママさん 30代)

日替わりを楽しむ

子どもの給食がパンだと朝食はごはん(おにぎり)になるので日替わりです。パンやおにぎりの具を選ぶのも楽しいです。休日はパンが多いです。

(善通寺市 久保田さん 40代)

ごはん派

朝食の定番

我が家は「ごはん派」。黒豆20粒程と小梅2~3粒とヨーグルト(バニラ)が定番。毎日朝食に出します。味噌汁の中へきゅうりも小さく切って入れます。

(さぬき市 I.Aさん 70代)

腹持ちがいいごはん

立ち仕事なので腹持ちのいいごはんを食べて出勤しています。白ごはん野菜たっぷりみそ汁、塩味の卵焼きの3品と決めています。

(さぬき市 二川さん 30代)

最高の組み合わせ

若い時はパン派でしたが、60を過ぎてからごはんがよくなりました。炊きたてごはんになっとう、山芋、卵をまぜてかけて食べるのは最高です。ネバネバは体にいいのでとても元気です。コープの冷凍とろろがとても便利です。果物を必ずとり、もずくもよく食べています。

(三豊市 あいちゃんさん 60代)



パン派

健康のために

トーストした食パンにオリーブオイルを塗り、香りのついたお塩を少しふって食べています。健康のため1年ほど前からこの食べ方に。それまでバターを塗っていましたが、動物性の油から植物性のオリーブオイルに変えました。

(仲多度郡 森さん 60代)

意外に合います

毎朝かかせないのがCOOPのたまご。調理法を変えながら飽きないように食べています。味付けのりにマヨネーズをかけ食パンにのせてトーストすると美味しいです。意外に合います。

(高松市 チャコさん 60代)

ゆっくり朝食を食べる

主人が現役の頃はごはん味噌汁でしたが、退職後、パン食になりゆっくりした食べ方に。COOPロースハムはどのハムよりも美味しく、登録利用しています。旅行に出かけても朝食はやっぱりパン派。

(丸亀市 大西さん 70代)

次回11月号のテーマ

「からあげ」

様々な味や作り方がある「からあげ」。わが家のからあげ、買うならこの店!、お気に入りの冷凍食品からあげ、など、からあげ談大募集!



写真の投稿もお待ちしています。

左のQRコードを読み取り、写真を添付し、お名前を入力の上、送信してください。

何でもお便りコーナー

ラッピングトラック

シャイな次男が担当の中川さんと写真に。ビックリしました。母はすこしく嬉しかったですよ。今でも写真残ってますよ。



三豊市 ブーのママさん

値打ちのあるよしず

コープの通販で「よしず」を購入しました。二度目です。他の店とは値も3倍くらい高価ですがそれだけの値打ちがあります。涼しさも違いますし、見た目もきれいです。5年位は大切に使うつもりです。風鈴もつるしました。風も呼んでいます。丸亀市 エミちゃん

8才のネコの気を付ける点

8才になるネコを飼っています。8才といえばもうシニア?気を付ける点があれば教えていただきたいです。

三豊市 サブのんさん



機関誌7月号に寄せられたメッセージ

おたがいさま高松の記事

コープが51年、コープを利用しだして31年、人生の半分近くをコープに支えられた気がします。今は1人でも元気ですが、これから先、何があるかわからないので、「おたがいさま」があるのが心強いです。

仲多度郡 鈴木さん

観音寺市 みーちゃんのばあさんへ

私もなるべく暑くても常温のお茶を飲むようにしています。体にいいんですよ。会社では水に湯を入れてぬるま湯を作って飲みます。

三豊市 小野さん

クロスアップ

もずくの生産者さんの「命がけで作っています」という米須さんのことは、心に残りました。体力と熟練を要すること、そつたえうなと同感です。

東かがわ市 たくちゃんのお母さん

お知らせ

生協まつり

展示即売会&試食会

- 10月1日(日) 9:30~15:30
- サンメッセ香川 大・小展示場

入場無料

120を超える生産者、メーカーが出展!お買い得品、掘り出し品が満載です。ご家族お揃いでご来場ください!



▲昨年の「生協まつり」の様子

「しくピースアクションラリー

2017 inかがわ」開催! 7月1日(土)

四国の4生協が、平和の願いが込められた「横断幕」を繋ぎ広島へ届けます。

触って食べて、体験して、平和を学ぶ機会となりました

焼夷弾の音をBB弾で再現!



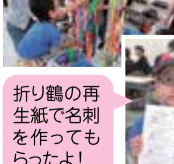
▲段ボール防空壕体験

「平和の折り鶴」選別



▲昔ごはんの「すいとん」試食

折り鶴の再生紙で名刺を作ってもらったよ!



広島から香川に来て、戦争や平和に触れる機会に懐かしく参加しました。高松市 Mさん

平和への願いを広島とともに!

◆8月4日(金)

広島で「市民平和行進」に参加。



◆8月5日(土)

「ピースアクションinヒロシマ」に参加。



「ヒロシマ」を肌で感じ、取組みに触れて学んだことはとても有意義でした。普段は話題に上りませんが、子どもと戦争・平和について話すことが出来ました。観音寺市 Kさん