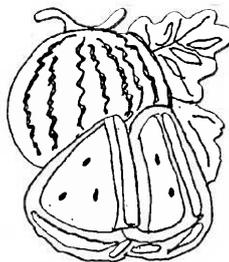
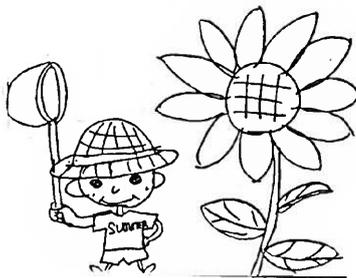
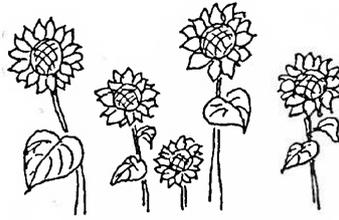
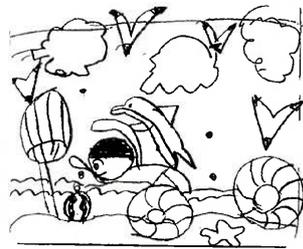
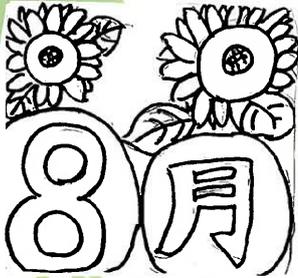


ふれんずクラブ通信

NO.41

2024年



Facebook



Instagram



※ それぞれにコープかがわの ページがあるので、ぜひ見てね☆



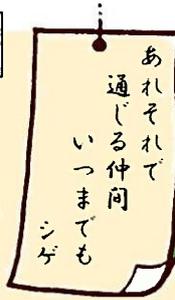
たくさんの「おしゃべり」が広がりました！



祝 卒寿・還暦

●今回は3人が還暦を迎えたということで順次赤いちゃんちゃんこを着て写真撮影をした。7人中6人が還暦越え、長い付き合いに感謝。夫も定年を迎える。

【いちご大福】



●先日母が卒寿を迎え、久しぶりに親戚一同で集まった。母が90才ならば、自分たちは還暦を迎えた事に気付いた。ホテルでパーティーをしたので、ホテルの方に話しをして赤いちゃんちゃんこを借りることになった。卒寿の紫色、還暦の赤色を着ての記念撮影は本当にいい記念になった。親孝行できたかな。

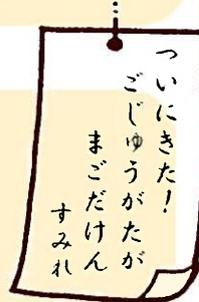
【ゆめゆめ】



母の秘密

●つい先日、私が握った三角おにぎりを見た卒寿の母がポツリと言。「私、三角おにぎり上手のようにぎらんのやー」え、え〜〜ツ!! そんなこと今初めて知ったわ! 子どもたちが子どもだった頃(今は全員大人です)好き嫌いせず何でも食べる子にと自分の苦手な食材も料理して食卓に並べていました。ある日の夕飯の時、高校生だった娘が「えっ? お母さん、牡蠣嫌いやったん!? 知らなかった〜!!」別に隠していたわけじゃないんだけど…。

【アフタヌーン】



丸亀がアツい!!

●丸亀城で泊まれる。天守閣からは海が見える。マルタスの夜が明るいので、たまり場になっているらしい。

【レインボー】



小豆島がアツい!!

●『からかい上手の高木さん』の映画が公開されたので今年は忙しくなるのではないかな等話題にあがりました。

【土庄 華望月】



●星城レディース2回目の開催で〜す。月に1度たっぷり時間を使って、今周囲で起きている事から政治の話まで有意義な時が流れます。小豆島で新しくできたお店の話など、あつという間に時が流れました。

【星城レディース】

香川は何でも天ぷらにする?(笑)

●タウン誌に…あんこの天ぷら えっ!! って思いもあつたが少し食べてみたい気持ちも…◎あんこ大好きでやってみた。まるめたあんこに天ぷら粉を水にといて(少なめな水)揚げてみた。思いがけず美味しい!! あんこ好きな人やってみて!!

【大川ストロベリー】

●天ぷらの具についてが話題になりました。☆一度煮付けて味付けしてから天ぷらにする。

ex) たけのこ、ゴボウ、じゃがいも

ひと手間だけど、やっぱりおいしい!! 香川に来て初めて知った人もいました。

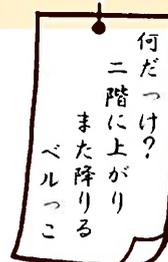
☆じゃがいもの天ぷら→衣にも少し塩味を付けると美味しい。フライドポテト風に切ると、子どもウケがいい。

☆高野豆腐の天ぷら

☆ソース派、天つゆ派、しょうゆ派

県や地域によっても違うし、それぞれの家庭でいろんな天ぷらがあつておもしろい! でも、なぜか天ぷらをするとなついつい作りすぎてしまうのはみんな同じでした(笑)

【な〜みんず】



芋天粉も大好評!
【リョウナンオバラ班】

案山子の力を借りて

●十数年前から、市道に捨てられる空カン、瓶、ペットボトル(いつも同じメーカー)、時にはスーパーの袋に入った食材…。昔、子どもの頃の通学路、周りは田畑が続くが人気が無いためか連日誰かが捨て、拾って歩く日々が続いていました。「監視カメラ有」の立看板を立てたが効果無く、日増しに「拾えよ!」と言わんばかりのゴミに腹が立っていました。近所の仲間と「案山子」を作り、道のそばに座らせました。すると、その日から嘘のようにゴミが無くなりました。まだゼロとはいきませんが、こんなに変わるとは。私たちも半信半疑。皆初めて見た時は「びっくり!」したそうです。

【かしましい】



いざという時にあなたは…

- 夜の8時過ぎ、風呂に入っていると突然電気が消えて真っ暗に。雷も鳴っていないのになぜ？ 停電？ 慌てて外を見ると隣の家も電気が付いていない！ とりあえず懐中電灯を取りにいくと、置いていたはずの場所に無い。やっと見つけたと思い、スイッチを入れるとつかない!! 焦ってスマホの電気で小さい懐中電灯を見つけ、事なきを得ました。ほんの40分くらいの停電でしたが、日頃の防災への準備の必要性を感じました。と同時に電気のありがたさにも気付きました。

【はびねす】

- 地震の避難場所がよく分からん。行くまでの道路が危ない。

【楽しもう】

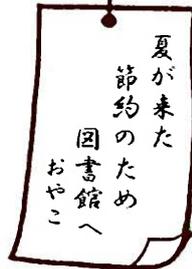
- 雨の降り方が熱帯みたいになってきて怖いね。

【石坂かなこ】

幸せを感じるタイミング♡

- 年増してふと思えばいいなあ…。自分の人生は案外いいものだった。忘れていただけでこの世って悪くない。

【星城レディース】



エミュー通信

- 結局、今年おとつちやま(エミュー♀の名前)は40個も卵を産んで、孵卵器であたためています。52日という長い間あたため、最後の卵の孵る日はなんと7月後半の予定。ちびっ子でもエミューひなは思ったより力が強くて、くちばしでつつかれると、とっても痛いんですよ〜。

【アフタヌーン】

作ってみよう、やってみよう

- 帰省する孫達の毎日の食事メニュー。いつも頭をかかえるのですが、学校給食の献立を参考に昼食は作ろうと考えています。これ便利です。悩まなくてよく栄養面もバッチリ!!

【y'sハウス】

- きゅうりを冷凍保存できるのを知っていますか？ 1本まるごとラップに包み数本ジップロックに入れて保存するだけです。流水3分で食べることができます。

【やまだっこ】

絶賛発売中

- 共購でCOOP冷凍野菜レシピの料理本を買いました。他の本と違って生産地や工場が載っているのがおもしろいなと思いました。「冷凍食品を使うのは手抜きではなく『手間抜き』だと考えてください。」と冷凍王子の言葉が心強いです。

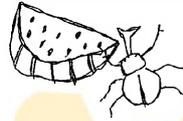


【ぴんくのネクタイ】

素敵な男子高校生

- コープ観音寺で最近よく高校生を見かけます。ほほえましいです。おやつを食べたり、カップラーメンを食べたりしつつ、勉強したりおしゃべりしたりして。男子グループが帰る時に自分たちがいたのとは別のテーブルのイスも直してほっこりしました。

【すみれ】



世代よっての SNS感覚

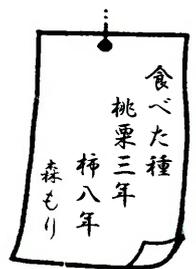
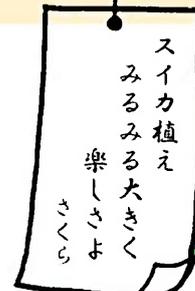
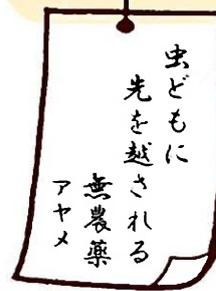


- 面識がないという感覚が世代によって違う。子どもたちは直接会ったことがなくてもSNSでつながっていると面識有りとなっている。すごい👍

【えいと】

- SNSがらみの事件が多く起きています。最近では小学生からスマートフォンを持っている子が多いと聞きますが、正しい使い方を学ぶ機会を増やしたいものです。

【なかよく】



- 今年初めて生にんにくを出荷しました。にんにくのはちみつ漬け、しょうゆ漬け、佃煮、にんにくチョンなどを作りましたが、はちみつ漬けが一番好評でした。生のを漬けるのではなく蒸してはちみつ漬けにした物はすぐ食べて臭いもなくおいしかったです。

【キャベ2】

- 差し入れのおはぎの作り方について雑穀米で作ったおはぎが珍しく、体にも良さそうなので今度作ってみようという事に。

【喜びにあふれて】

ちょっと教えてー

他のふれんずクラブさんに「伝えたいこと」や「聞いてみたいこと」のページです。関連するおしゃべりやアドバイスなどありましたら、ふれんずレターでお寄せください。

ぼうしの居場所は？

ぼうしの収納方法を教えてください。場所をとるので、困ってます。

【けんちゃん】

やめてよかったことは？

やめてみてよかったことはありませんか。私はキッチンのマットをやめました。

【hanazono】

着物どうする？

自分の着物ってどうしてます？なかなか捨てられなくて。

【稲木SAM】

ガンコな汚れに

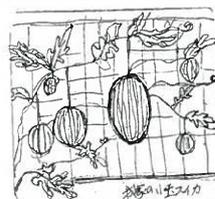
白いシャツの首の汚れ取り、強力なのないですか？主人と息子の首の汚れは最強です。

【亀ちゃん】

聞きたいなァ

ふれんずクラブの名前の由来やポリシー。

【アイフク〜♡】



ウチはこうしているよー 〈6月号のちょっと教えてーへの声〉

旦那さんのコレクション

【なかよしすずめ】さんへ

たくさんのご意見ありがとうございます

●アウトドア用品、スポーツ用品など。キャンプ用品のランタンは自分の部屋に飾り、1人キャンプ風を楽しんでいます。

【たい焼】

●うちの旦那は旅行等で行った先でそのオリジナルのクリアファイルをいつも買っています。場所もとらないし、実用的だし。

【サーパス西宝町】

●うちの旦那は自分が中学の時から、バスケの雑誌「月刊バスケ、DUNK SHOT、HOOP (現在廃刊)」を買い続けて、全部保管しています。

【キャベ4】

●クラシックのCD

●ゲーム

●懐中電灯

●ミニカー

●釣りの道具

●5円玉

●スニーカー

●インナーのシャツと靴下

●讃岐を代表する山の「山の日記念缶バッジ」

●ガンブラ

●多肉植物

●メダカの飼育

●本

●新聞

●フィギュア

●ビックリマンシール

●すみっこぐらしのグッズ



ウチはこうしているよー 〈6月号のちょっと教えてーへの声〉

わんことおでかけスポット

【有限会社倉本】さんへ

- 「BAUA CAFE」 三豊市山本町
昨年に山本町(大興寺の裏)にドッグランのカフェできてます。
「かんちゃんCAFE ～皆の居場所～」
観音寺市大野原萩原
今年の5月には犬OKのカフェもオープンしてますよ。西讃の方なので近いといいですが…。
【大原】
- 「オリビアン小豆島」
ベランダからワンコが出入りできて散歩に行きやすく、大きなケージやワンコ用の食器もあって外のドッグランもめっちゃ喜んでました。
【にこにこ】

- 「La cachette de mémé」
仲多度郡琴平町五條
テラス席だとペットOKです。ドッグランもありますよ。
【菜の花】
- 「千疋の丘 ～空と風のテラス～」
綾歌郡綾川町千疋
おすすめですよ！ドッグランやカフェがありますよ～！
【チューチュー】
- 「PLAYA」 さぬき市津田町
ウッドデッキがあって、そこはワンちゃんOK。
【E. T. R】



靴の汚れ にいい洗剤

【フラワーズ1】さんへ

- ウタマロ石けん
- ブルースティック
- 歯磨き粉
- ダイソー靴下用洗剤
- オキシクリーン
- 白さが際立つスニーカーつけおき洗剤
- ウタマロクリーナー
- オレンジパワー
ズック用洗剤
- 台所用洗剤 JOY
- カネヨ ちびっ子
- クツピカ

オススメ カフェオレ

【カルテット】さんへ

- COOP無糖ブラックコーヒーとCOOP調整豆乳さっぱりと飲みやすいです。
【はあと】
- スターバックス
スティックタイプ
- 白バラコーヒー
- 大山乳業
- 高千穂牧場
- ブレンディスティック
- グリコ



猫のマーキング・ ニオイ対策

【平岡チェリー】さんへ

- 猫のおしっこの臭いはマイペット！
【金曜日の会】
- 早めに去勢してあげるといいですよ。僕の猫は去勢してからマーキングしなくなりました！
【郡家ココステ】
- 猫対策→酢をスプレーする。
センサーを設置する。
【&会】

夏のお弁当 オススメおかず

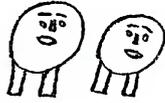
【とんかつ】さんへ

- 夏の暑い時期はきんぴら大根やきんぴらごぼうを入れてますよ。
【郡家T】
- 鳴門の「芋棒」
冷凍でそのまま入れてOK。
【うつわ】
- そうめん弁当がオススメです。つゆはペットボトルに入れ凍らせておけば保冷効果にもなります。
【久米山元気会 2班】

油の吸収パッド



- リサイクル原料を使用していて、環境汚染を軽減することになるということなので、しっかり活用したいと思います。



【古江3班】



- 以前から便利に使っています。簡単に油の処理ができるのと、1個当たり単価が約11円とお得感がある。油の温度が下がったら吸収パッドを投入し拭うように。下に溜まった油カスも取れるし鍋も簡単に洗える。

【かぼす】

- 軽くて持ち運びも簡単だから、キャンプなどの後片付けなどにも使えそう。

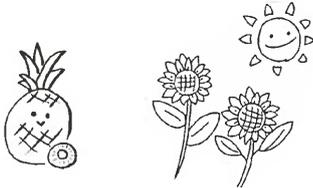
【ぐんげ たんぽぽ】

- お昼ご飯に手抜きご飯！カップ麺パーティー。飲み残したスープをパッドで吸収してゴミ箱にポイ。いつもは牛乳パックに新聞を入れますが、今日は楽に捨てられました。

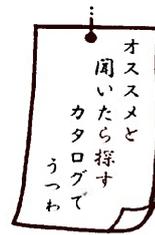
【親子三代】

- 30年近く愛用していて、使い勝手が良くて気に入っています。

【うしおな会】



これ、ええで！



☆ **ねじりん棒(ひねり揚げ)**

おいしいおやつ。夏はしょっぱい系が欲しくなる。

【ほくほく】



次回予定 8月3回

☆ **野菜たっぷり和風ドレッシングカロリーーフ**

最高でした。カロリーーフなので安心して使え、味も良くサラダや冷しゃぶにかけて食べました。

【ラッキー】



☆ **錦町農産加工 こんにゃくのそうめん**

初めて食べたけど簡単にでき、味も思ったよりよかった。結構いけるかも。ヘルシー食だね。

【プチドール】



☆ **CO・OP調整豆乳**

すっきりとして飲みやすいので、コーヒーに入れたり甘酒と混ぜて飲んでます。無調整豆乳も次回あったら購入する予定。

【はあと】



☆ **CO・OPLレーズンチョコ**

レーズンが得意でない私でもおいしく食べれた！

【サーパス西宝町】



☆ **CO・OP 3種のフチドーナツ**

ちょうどいい大きさでおいしい。これからはこれに決まり。

【にこにこ】



次回予定 8月4回

☆ **CO・OPパインジュース**

ケースで買ってるのに気づくとすぐ無くなって…。小さな妖精たちが集まっているのかも。

【S. I. Sクラフトママ】



☆ **麺きわ ざるそば**

やっぱり美味しいね。

【チーム崇】



☆ **CO・OPクオリティ 大山乳業の特選牛乳を使ったしっとりケーキ**

【郡家フロアチームA】



次回予定 8月2回

☆ **CO・OPスープ春雨ワンタン**

子どもが朝ごはんに食べたのですが完食でした。手軽だしおいしかったのでまた買いたいと思っています。

【ラッキー】



次回予定 9月3回

今月のお届け商品

乳酸菌



CO・OP九州産大麦若葉のフルーツ青汁

- 賞味期限 : 730日
- アレルギー : モモ、リンゴ

参考価格 : 930円
(税込1004円)

おすすめポイント

- 九州産大麦若葉と、5種の国産果汁末など(りんご、いちご、もも、みかん、メロン)を使っています。
- フルーティーで飲みやすい味わいです。



1クラブ5本ずつお渡しします

次回のお試し商品

CO・OPふんわりしたたまごのおみそ汁



参考価格 : 398円
(税込 430円)

※ お試し商品、及び通い袋(通信・レター等)は
ご指定の方法(宅配・店舗・ｺｽﾃｰｼｮﾝ)で、
8月5日(月)～8月9日(金)

の間でお受け取りください。

ふれんずクラブ事務局
なげうえ
武上のつばやき



とても暑い夏がやってきましたね。すでに夏バテ気味で、冷たい飲み物が手放せません。皆さんも熱中症に気をつけて、水分・塩分補給をしっかりしていきましょう！

最近では「かなべスポーツセンター」のプールで久しぶりにたくさん泳ぎました。適度な運動も心がけて、夏を乗り切ります！

皆さんからのふれんずレターを楽しみにしています！



くらしおもしろ委員会で つくりました♪

- ・握り寿司の天ぷら
- ・あんこの天ぷら
- ・さつまいもの天ぷら

あんこの天ぷらは「芋天粉」で作りました。たい焼みたいでカリッとおいしかったです！

ふれんずクラブで「あんこの天ぷら」のオススメがあり、香川県民はなんでも天ぷらにするという話をしました。委員さんのおばあちゃんは、握り寿司を天ぷらにしていた、とのこと！

チャレンジ精神で実際に調理してみました。すし飯が天ぷらと合う！美味しいぞ！目からウロコでした。



油で揚げるだけ！



みなさんが書いてくれた川柳・短歌を紹介!!



夏休み
宿題山積み
大変だ
リカちゃん

ババ三人
寄れば花咲く
健康談義
ミーちゃんクラブ

化粧品
いくら使えば
元とれる?
アイフクイ

エアコン格差
すずむ息子と
凍える母
やしまむら

スイーツ控えて
体も出費も
ダイエツト
仲良し会

孫の声
ただいまの次は
アイスある?
田・田サッチャン

歩いても
風呂上がりには
アイスたべ
やせたいレディ

ころもがえ
ひろげたままで
あきがくる(笑)
みかん

ぜひ来てね!

コープかがわからのお知らせ < 予告 >

生活協同組合
2024
まつり

11.10 SUN

9:30~15:30 入場無料

サンメッセ香川 大展示場・小展示場

食品・雑貨のお買い得品
掘り出し品が満載!

販売&試食

生活協同組合
コープかがわ

◎ お問い合わせ先



生活協同組合コープかがわ つながりづくり部

TEL : 087-835-6806

✉ : kumikatsu@kagawa.coop.or.jp

FAX : 087-835-6848

