

組合員さんからの投稿コーナー
わいわい広場

* 今月のテーマ *

「わたしの
夏バテ防止策」

吾妻郡 さくら

私の夏バテ防止に大いに役立っているのがしそジュースです。きれいなピンク色のおいしいそうな色で、毎晩お風呂上りに一杯飲みます。すっきりした甘さに仕上げているので、ごくごく飲めます。皆さんにもおすすめですよ。

前橋市 石ちゃん

1日3回食事の時に、牛乳をコップ一杯飲むことです。栄養補給、水分補給、そして快適な便通に恵まれます。最近では牛乳の値段が高くなりましたが、飼料高騰と乳余りに悩んでいる酪農家の人たちの思い、牛乳の消費拡大に協力しています。

桐生市 みさちゃん

冬の飲み物だと思ってた甘い酒。ところが、夏に飲むと「飲

む点滴」と言われるくらい栄養価が高い事を知りました。今年の夏は、甘酒で夏バテ防止をしたいと思います。

高崎市 ぼん

昔から、夏になると食欲がなくなり、勉強や仕事に手につかなくなる。そんな私に母が毎年作ってくれたのが「豚しゃぶサラダ」でした。豚肉とトマト、レタス、きゅうりが大盛りで「栄養たっぷりだからね」と言われて食べると、何だか自然と食欲が湧いてきたものです。私は今年の夏に、第一子が産まれます。わが子の健康を心配する母の気持ちに少し分かってきました。お腹にいる赤ちゃんのために栄養バランスの良い食事をして、夏が来たら母に元気な孫の顔を見せたいです。

高崎市 もんちゃん

自家製梅ジュースです。7年前たまたまコップの手作りコーナー記事で自家製梅ジュース、梅酒の作り方を見かけてノートにスクラップ。いつか作ろうと思っており、今の土地に越して来たら、なんと庭に立派な3本の梅の木が。亡くなった祖父が

昔に植えたものだそう。それから毎年梅を収穫しては、コップと梅ジュースを作り続けています。家族みんな大好きで、子どもたちもソーダ割りにしてガンガン飲むので、今年ももう一瓶追加で作ろうかな！意外と簡単なので、オススメです。

フリートーク

ベルマーク

吾妻郡 ちいず

大学生の子どもたちが小学生の頃、学校でベルマークを集めていました。親である私も本気になり、お菓子などのベルマークを探しては切り取るのが楽しみになりました。今でもその習慣が続いていて、集めたベルマークは隣の家の小学生に渡して喜ばれています。

ペットボトルキャップ

藤岡市 シッコちゃん

ペットボトルキャップがワクワクに寄付されるのは知っていましたが、買い物カゴにもなることは知りませんでした。今ま

りーちゃんの
できるかな

とうふプリン

材料 (4~5人分)

- ・co-op国産大豆絹豆腐
ダブルパック…200g
- ・牛乳…200cc
- ・粉ゼラチン…6g
- ・水…大さじ2
- ・砂糖…20g

【下準備】ゼラチンを水でふやかしておく



つくりかた



で以上になるべくリサイクルできる物が増えるといいと思います。

ほっと

高崎市 こけ玉

「ほっと」を久々に手に取り、なつかしくて投稿しました。宅配を長く続けていましたが、近くにコープデリのお店ができたので、今はお店で買物をしています。コープでしか購入できない商品があるので、定期的に行きます。これからも色々な商品を楽しみにしています。

マスクットと梅

前橋市 まちなゆっこ

高校生の長男は、重いものを買に行く時は一緒に来てくれます。先日、「お弁当にマスクットを入れて欲しいなあ。」と持ってききましたが、「これは梅だよ。」と言うと恥ずかしそうにしていました。また長男とマスクットを買いに行こうと思います。

理事会だより 第13回 2023年6月2日(金)

- ①「第68回通常総代会関連事項」の件について承認されました。
- ②「常勤理事年俸体系変更」の件について承認されました。

- ③「2022年度常勤理事業績評価結果承認」の件について承認されました。
- ④「2023年度役員人事委員会委員選定」の件について承認されました。
- ⑤「2023年度社会貢献委員会委員選定」の件について承認されました。
- ⑥「コープデリでんき電気需要約款改定」の件について承認されました。
- ⑦「執行役員選任」の件について承認されました。

私たちの生協の概況《5月度決算》

組合員数	34万8,383人	5月度経常剰余	8,121万円 (予算差 5,203万円)
5月度全体供給高	27億8,122万円 (予算比 98.7%)	(年度累計経常剰余	1億7,319万円 (予算差 7,492万円)
店舗供給高	8億717万円 (予算比 101.1%)	出資金額	61億7,916万円
宅配供給高	19億7,288万円 (予算比 97.7%)	1人当たり出資金額	17,737円 (前月差 + 22円)
(年度累計供給高	57億8,153万円 (予算比 97.9%)	《たすけあい共済給付実績》 (5月度)	1,217件 51,018,400円

募金の取り組み報告(5月度)

内容	募金額
ユニセフ募金	55,023円
平和募金	45,816円
ふくしま復興応援募金	35,668円
奨学金応援サポーター募金	526,845円
ハッピーミルクプロジェクト募金	1,400円
トルコ・シリア地震災害緊急支援募金	247,600円

※上記以外にも募金の取り組みを行っています。
※トルコ・シリア地震災害緊急支援募金は受付を終了しています。

リサイクルデータ(5月度)

内容	牛乳パック	食品トレイ	ペットボトル	カタログ	レジ袋辞退率
店舗	1,960kg	1,637kg	2,950kg		83.1%
宅配	2,728kg	1,403kg	3,353kg	188,158kg	

※上記以外にもリサイクルの取り組みを行っています。
※現在、店舗・宅配で回収した資源はコープデリ連合会エコセンターでリサイクルしています。

ご協力ありがとうございます。今後もよろしくお願いします。

★Quiz★ まちがいさがし

クイズに答えて
ほべたん図書カード
を当てよう!

クイズ正解者の中から抽選で20名様にほべたん図書カード(500円分)を差し上げます。右の2つの絵を比べて、5カ所の間違いを探してください。違うところに当てはまる枠内のアルファベットで教えてください。

A	B	C
D	E	F
G	H	I

クイズの応募方法は右記をご覧ください。



投稿・クイズの応募方法

皆さんの楽しい投稿をお待ちしています! / 「まちがいさがし」の当選者、「わいわい広場」「りーちゃんのできるかな? レシピ」に採用された方にはほべたん図書カード(500円分)を差し上げます。

【応募方法】

①クイズの答え ②名前 ③ペンネーム ④郵便番号・住所 ⑤電話番号 ⑥差し支えなければ年代 ⑦「ほっと」の感想、わいわい広場への投稿内容を明記し、下記の方法のいずれかにてご応募ください。

【締め切り】8月10日(木)当日消印有効

- 郵送 〒376-8523 コープぐんま「ほっと8月号」係 ※郵便番号とあて先だけで届きます。
- Eメール gunma_hot@coopdeli.coop
- FAX 0277-54-1270



- 6月号の答え B.E.F.G.I
- 11月号のテーマ 「やってみたい習い事」

当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
※投稿文章は場合により、内容を変えない範囲で修正させていただきます。
※イラスト・写真は返却しませんので、ご了承ください。
※お寄せいただいたご意見は、ご本人の確認なく、「ハピ・デリ!」等に掲載される場合があります。
※いただいた個人情報はプレゼントの発送以外に使用しません。