

組合員さんからの投稿コーナー
みんなのひろば

* 今月のテーマ *

「やめて
スッキリしたこと」

毎朝のパンを

東京都葛飾区 ラピ 30代
朝ご飯のパン食を、物価の上昇などもあり、米食にしてみたら朝からお腹はいっぱい、腸も動くようになったのか、スッキリした1日をスタートできるようになった！また、たまに食べるパンはとてもおいしく、特別な感じで楽しめるようになった。

夜ふかし

東京都杉並区 みつまめ 30代
夜ふかしをやめて、娘と一緒に布団に入ったタイミングで寝るようにしました。今まで寝坊してばかりだった毎日でしたが、朝すっきりと起きられるようになり、とっても良かったと思っています。

ながら勉強

東京都江東区 わかちゃん 11歳
ながら勉強です。宿題をするとき、テレビを見たり、動画を見たりしながら勉強していましたが、ながら勉強をやめてからは、集中して勉強できるようになりました。これからも続けていきたいです。



埼玉県戸田市
藤野麻奈美 30代

一喜一憂

千葉県柏市 めぐる 30代
ダイエットや体重を計るのをやめました！人には言わなげやわからない数字で一喜一憂するのがバカらしくて思い切っちゃめました。見た目やいつも着ている服で体型管理するようになってストレスフリーになりました。やっぱり細かい事を気にするより一度きりの人生、おい

見守ると決めて

東京都江戸川区 あんぼろ 30代
子どもへの干渉をやめました。新6年生となる息子。宿題もせず夜ふかしをして、案の定、朝寝坊。宿題が終わってないと毎朝慌ていますが、私は手を貸しません。初めは何もしない息子にイライラしていましたが、今は見守ろうと決めて私の心は晴れやかです。いつか自分で気づいて行動できる日を信じて。先は長そうですが。

フリートーク

宅配スタート



東京都豊島区 大工原愛唯 12歳

楽しい投稿をお待ちしています

テーマトーク、身の周りの話題やくらしの知恵、お気に入りのコープの商品、簡単レシピ、誌面の感想、8月号掲載用のイラスト、写真など、皆さんの楽しいお便りをどしどしお寄せください！

投稿を掲載させていただいた方と、クイズ正解者の中から抽選で50人に、コープオリジナルほべたん図書カード(500円分)を差し上げます。

8月号テーマ
夏の必需品

● 締め切り

2023年6月10日 当日消印有効

※投稿文章は、内容を変えない範囲で修正させていただきます。
※お寄せいただいたご意見などは、ご本人への確認なく「ハピ・デリ！」など他媒体に掲載させていただく場合があります。
※写真・イラストは返却いたしません。
※他の媒体への同時投稿はご遠慮ください。

応募方法

①郵便番号・ご住所・電話番号 ②お名前(匿名、ペンネームを希望される方はそちらもご記入ください) ③年齢(掲載を希望されない方は無記入でお送りください) ④投稿またはクイズの答え ⑤今月号で良かったコーナーを下記より一つ選びアルファベットで明記し、今月号の感想を添えて、郵送・Webのどちらかで応募してください。

A.表紙 B.おすすめ！コープの商品 C.コーププラス×SDGs
D.こえにこたえてQ&A E.人と人 つながりの物語
F.コープで広がる、つながる G.みんなのひろば H.今月のレシピ

Web

こちらから簡単に投稿・応募できます！▶



Eメール：
mirai_kouho@coopdeli.coop

郵送

〒336-8523 埼玉県さいたま市南区根岸1-5-5
コープみらい 広報誌編集係

※商品や配達に関するお問い合わせについては、10ページ下段をご参照ください。