

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 \*

「私の  
ナイトルーティン」

### 夜のアイス

千葉県鎌ヶ谷市 コミ 20代  
子どもが散らかした部屋中のおもちゃを片付けて掃除し、夕食の皿を洗ったら、コープデリ宅配で注文しているMOW3(アイス)を1つ食べて休憩します。毎日このルーティンですが、食べ終わった頃に、夜泣きで起きた子どもに呼ばれます……。

### 床そうじまで

千葉県東金市 たいやき 30代  
どんなに疲れていてもリビングのリセットをすること！ 共働きで子どももまだ小さく、部屋は散乱しがち。翌朝起きた時、今日も頑張ろう！という気持ちになれるように、フロアワイパーも毎晩かけています。

### 明日のお弁当

東京都中野区 みっちゃん 30代  
「お弁当づくり」です。私は早起きが苦手なので前日の晩に作っています。朝、慌てないでいいし、晩御飯を作るのに出した調理器具を使うので楽です。

### 家庭内会議

埼玉県さいたま市 匿名希望 40代  
子どもを寝かしつけた後、配達日の前日は、夫と宅配カタログを見て、何を注文するか会議をするのが週に一度のルーティン。あれもおいしそう、これも食べてみたい、こんな商品あるんだ、と相談するのが楽しみです。届いたときには、そう注文した！となるものもいくつかありますが……。

### 資格取得のために

東京都武蔵野市 ちょこ 30代  
ずばり、勉強です！ 育休中に以前から興味を持っていた社会保険労務士試験の勉強を始めました。子どもが寝たあとの夜の時間は、静かに勉強ができる

とっておきの時間。昨年も今年も試験は不合格でくやし涙を流しましたが、来年こそ合格できるように続けたいと思います！

### 3行日記と徒然草

東京都西東京市 枯れ落ち葉 60代  
夜、寝る前に1日の主な出来事を箇条書きで3項目ノットに記入し、『徒然草』を一段ずつ読むのをルーティンにしています。歳を取ったせいか、徒然草には、ああそうだったのか、と気づかされるが多くなりました。



東京都三鷹市 さくらもち 16歳



埼玉県富士見市 みお 8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、1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。

1月号テーマ  
2024年に始めたいこと

● 締め切り

2023年11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.コープの職員 料理にチャレンジ！ G.コープで広がる、つながる  
H.みんなのひろば I.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。