

みんなのVOICE

～見てほっこり♪組合員のくらしのたね～



第5号 2020年9月
コープ自然派おおさか
理事会VOICE

編集メンバー7名で

勝手に...
商品ランキングww



VOICE劇場
イケメン×くん配達員
リンクススタッフウ～編
作:しみず 画:まっちい



1
位

同率で2商品!



さぬき夢うどん

コシはあるけど、程よい太さで、ツルツルみんなが食べやすい。香川県産うどん用小麦を使用した本格さぬきうどんの美味しさを自宅で味わえます!



焼そば麺(赤池食品)2食入

もっちり太麺にソースがよくからみます!太麺焼きそば派のマストにして究極!意外と給食風ナポリタンにしても美味しい!

麺もイロイロ～
ぜひお試しください

“あなたの推し麺はどれ!?”



北海道味わいパスタ

調味はシンプルに!バター、粗挽き黒胡椒、粉チーズだけで充分。簡単すぎる、夫担当の定番メニュー♪

2
位

同率で2商品!



奥出雲生そば(2人前)

夏はザル、冬は釜あげで年中活躍。インスタント並みの手軽さで、風味豊かなお蕎麦がいただける幸せ☑

3
位

同率で3商品!!



味まろやか冷やし中華

スープの量がたっぷりあるので、麺のみ2食入りも一緒に注文すれば4人分作れます。添付のごま油がアクセント♪



自然派Style北のパスタ
もちっ、プリッと食感で
どんなソースにも合う!



自然派Style小豆島手延べ素麺

我が家の常備品。
夏でも冬でも♪

今日のいただきま～す

まだまだ暑い!.. “担々風そうめん”

残暑厳しい今日この頃、坦々風そうめんはいかが?
ひんやり冷たくてお肉も野菜もたっぷり!少しだけピリッ!と。お箸が進みます。(まっちい)

〈作り方〉

- 1.そうめんを茹で、水で洗い、氷水で冷やしておく。白ネギも細めに切って水にさらしておく。
- 2.ナス、ピーマンを一口大に切ってミンチと炒め、麻婆の素を入れて混ぜ火を止める。
- 3.茹でたそうめんに2をかけて、白髪ネギをのせて完成!

*お好みでラー油をかけるとさらにピリ辛に

〈材料〉約3人前

- 自然派Style小豆島手延べ素麺3束、
ヒカリ麻婆の素一瓶、自然豚ミンチ
250グラム、白ネギ1/4本、ナス3個、
ピーマン3個



有機しょうが、有機にんにく、有機たまねぎ、有機米酢、魚醤(いかに含む)、唐辛子、オイスターエキスなどなどたくさんスタミナ材料が入ってるので夏バテ防止になりますよ!

オバチャンの癒し系アイドルが爆誕するのであった..:



組合員の投稿コーナー

※敬称略

「私の癒されるモノorコト」



「私の癒されるモノorコト」
 毎週1回水曜日にディケアセンターへ(16時～19時)
 ボランティアへ行っていました。が、コロナ
 情勢になって中止になってしまいました。
 そこで70歳になって2年間通学して
 認定証を 取得して心身統一気功道に
 基づく健康法の『気圧法』と友人に週一度
 しています。「とても気持ちがいい……」と癒さ
 れるのどういふか……友達の健康増
 進を願って続けたいと思っています。
 私自身の健康の薬にも……
 (吹田市 中川清子)

10万円頂いた感謝感謝に
 天婦屋高良にばかり手紙つけて
 感謝行々
 お墓参り(参りの日)は祖先塔参り
 宿願以脚布舞
 などに使われてもらおうと思っ
 (海南市 出口瑞子)



「10万円の特別給付金 なにに使用しますか or 使いましたか」

2人前のはのまな板を買った。とても軽か
 った。だが私の不自由な手には使
 げらかった。たいした料理も出来ない
 でも毎月使うものだ。思案の末エラスト
 マーの640号のまな板を買った。手に
 やさしい。買って良かった。手に
 かけたけれどコロナ給付金を使
 った。まだ使える。次は何を
 古いと病の身自分で。此は電
 子レンジの先も快適で自立した生活が
 送る専ら月目標にして「みん
 な」の皆様の
 (和歌山市 千日紅)

時々つぶやいています

お便り・投稿お待ちしております



[みんなのVOICE]
 Instagram
 @shizenhaosaka_voice



[みんなのVOICE]
 編集部宛メール
 voice07@shizenha.co.jp



編集後記

様々な投稿をいただき、編集メンバー皆で喜んでいます。ありがとうございます！気づきあり、笑いあり、、、元気をいただいています。組合員みなさんのくらしに寄り添う「みんなのVOICE」でありたいなあ〜□お便りお待ちしております!!! (つんぼよ)



気まぐれ本の部屋

「嫌な人がいたら、どうするといい？」
 「出席番号順は不公平か？」
 「教科書はなぜ無料なの？」



など、小学生に身近な話題から、表現の自由、平等権、教科書無償化などについて語っています。大人も子どもも、気軽に読みながら、憲法の真髄に触れることができる、オススメの一冊です♪

時々出てくるシュールなマンガにつられ、小4娘がハマって読んでいます。(シバ)



『ほとんど憲法』上・下
 著：木村草太



投稿募集中！締切10月2日

あなたの「〇〇の秋」をおしえて！



投稿用紙(切り取って配送便にてお送りください/コピーも可)

組合員ID: _____ 名前(ペンネーム): _____

住所: _____

宛先: 組織企画部 理事会 自然派VOICE「みんなのVOICE」係