

コープを通じて皆さんの生活が「にこっとなったらいいな」という願いをこめて

NICO LIFE

ニコライフ

2023
5

知っトク

忙しいママに
ひとり時間の
ススメ

ネクスト
ブレイク!
CO・OP商品

水切れがよく、
ゆたかな泡立ち

キッチン
ソフトスポンジ

我が家の
こどもの日
フォト
大募集

子どもの日カレープレート

簡単でも、お子さんがよろこぶ

子どもの日プレートが作れます♪

カレープレート
作りの動画は
こちらから!



使った商品

- ソースのいないハンバーグ生協限定品
- CO-OP サクッとプリプリレンジえびフライ
- CO-OP 国産具材のビーフカレー
- CO-OP スライスチーズ
- CO-OP 焼のりおにぎりもち用
- 春巻きの皮
- にんじん
- 赤ウインナー
- うずらの卵



NICO ROOM OPEN!

ニコルーム

生協ホームページ内に NICO ROOM が
オープンしました♪

NICOLIFE で募集した写真や皆さんの
声を紹介しています!

NICO ROOMへのアクセスは
富士フイルム生協ホームページより

皆さん見に来て
くださいね〜♪





納得便利で
人気!

CO・OP水切れがよく、ゆたかな泡立ち キッチンソフトスポンジ

次に輝く商品はこれだ! 知らないなんてもったいない!

「ネクストブレイク!CO・OP商品」って?

2020年に開催した「CO・OP商品60周年総選挙」。集まった声から商品の良さを発見、共感を広げる取り組み「ラブコープ2021〜声からの新発見」を2021年から始めました。その中で組合員から長く愛されているCO・OP商品を30品選定しましたが、取り上げ切れなかった商品の中から、特に“熱い声”が集まっていた約40品を、「ネクストブレイクCO・OP商品」として2021年秋から展開しています。

ウレタンの3層構造が、 使いやすさの秘密♪

① 空気が通りやすいため洗剤が泡立ちやすく、水切れもよい目の粗い網状のウレタン層。柔らかいのでグラスなども挟みやすく、優しく洗えます。② 真ん中の目の細かいウレタン層で泡を保持し長持ちさせることで、水切れのよさと泡立ちのよさ両方を兼ね備えた使いやすさを実現しました。③ 汚れが落としやすい圧縮ウレタン層で、耐久性も高まります。



声からの評価

BREAK POINT 1

泡立ちがよい!

少しの洗剤でも豊かな泡が立ち、細かい目と粗い目を使い分けて食器や調理器具が洗えます。

BREAK POINT 2

水切れがよい!

粗い目からスッと水が切れやすい構造になっています。食器を洗い終わって保管するときも衛生的です。

BREAK POINT 3

へたりにくい!

へたりにく丈夫で、スポンジ自体が長持ちします。使い終わってもシンクなどのお掃除用として代用しているとの声が、多数寄せられています。



あまりに丈夫でへたらないので、いつ交換したらいいのか迷うほど(笑)。

(50代 生協加入歴5年以上～10年未満)

握りやすく使いやすい。水切れがよく衛生的! 値段が手頃なので、買い置きしてあります。古くなったら掃除に使って、ピカピカに♪

(40代 生協加入歴5年以上～10年未満)

長持ちします! だからコスパがいいのでは。泡立ちのよさに、息子がびっくりしました。

(50代 生協加入歴10年以上～20年未満)

組合員のおすすめ POINT

しっかりしていて、泡立ち、泡切れがよく、わが家では必需品です。台所で使ったあとは捨てないで掃除用に……。

(50代 生協加入歴10年以上～20年未満)

本当に、水切れ、泡立ちがよく、何度も購入しています。

(60代 生協加入歴30年以上～40年未満)

動画はこちら



日本生協連発行「CO・OPnavi」2023年3月号より一部編集

富士フイルム生協 公式SNSやってます!

TwitterとInstagramで広報担当のふじこ・ふじこ・ふじりんが、お買物めもで気になる商品についてつぶやいています。ぜひフォローお願いします♪



Instagram



FUJICOOP_OFFICIAL



twitter



YouTube もやってるよ!

富士フイルム生協 検索

ある日のふじおの つぶやき

お料理は大好きだけどクレープづくりは初体験! ふじこ、ふじみ、ふじりんが見つめる中、ド緊張でフライパンへ生地投入～♪

ところが!!

クレープってこんなに簡単に作れるのぉ～(´▽`) っていうくらいキレイにおいしく出来たのはふじおの才能?

今度はツナやハムでお食事クレープにチャレンジ!

動画も見てねえ～



ふじおの才能
あふれる
動画はこちら



ふじお

忙しいママに ひとり時間のススメ

小さなお子さんがいる家庭では、トイレの世話に離乳食の準備。そして寝かしつけに30分、1時間…。小学生以上のお子さんがある家庭では、習い事の送迎、満足できるだけの食事、さらに「宿題をしなさい!」の怒号…。ひとり時間でもないやっつけられない!というのが本音ではないでしょうか!



子育てママこそひとり時間は必要!

子育て中はどうしても子どものことが優先され、ママは我慢してばかりになりがちです。子どものためだとわかっていても毎日のこととなるとあっという間にストレスは限界を迎えてしまいます。その結果、子どもに優しくできずに自己嫌悪に陥ってしまった経験はママなら誰しもあるのではないのでしょうか。自分の気持ちが満たされない状態が続くと、子どもに優しく接することもなかなかできませんよね。ママのひとり時間はママのためだけでなく、家族みんなのためにも必要なものです。ぜひ積極的にひとり時間を作ってリフレッシュしましょう!

ひとり時間のタイミング

ひとり時間をどれだけ、いつ確保できるのかは、家庭やライフスタイルによって異なります。その中でも、比較的ポピュラーなひとり時間のタイミングが、「子どもが寝た後」「パートナーや親に面倒を見てもらっているとき」などではないでしょうか。ただし、子どもと一緒に寝落ちをしてしまう人や、パートナーの帰宅が遅くほぼワンオペで子育てをしている人、実家が遠い人にとっては難しいかもしれません。その場合は、「朝活」「子どもが友達のとこに遊びに行っているとき」「子どもがTVやゲームに夢中になっているとき」このようなタイミングで時間を確保するのも手です。



ひとり時間を楽しもう!おすすめの過ごし方

体力回復に徹する

夜眠れない分ひたすら寝て睡眠を取り戻す、だらだらソファでひっくり返ってスマホをいじるなど、わずかなひとり時間を休息にあてる、というママは多いことでしょう。子育ては体力仕事!エネルギーチャージは何においても欠かせません。



趣味の時間にする

映画鑑賞や読書、編み物やアクセサリー作りをしたりと、子どもがそばにいないとなかなかできない趣味、というのもあるでしょう。ひとり時間は、自分の好きなことに没頭してみたいかがでしょうか。

お出かけする

カフェで1人でゆっくりお茶をする、ショッピング、美術館に行く等、時間に余裕があれば、1人でゆっくり外の空気を楽しむのも◎。小さな子どもがいると入りにくい場所も、ひとり時間なら堪能できます。



自分磨き

毎日忙しいママの自分磨きは後回しになってしまいがちです。美容院やエステに行く、ジムでトレーニング等、自分磨きにひとり時間を使うのもおすすめです。

子育て中のママの一日はほとんどが子どものペースで進み、気づくと「自分のことは何もできなかった」なんてことも多いもの。そんな日が続いてストレスが爆発してしまう前に、ひとりの時間を確保し、自分の心身をいたわってあげましょう。

<たまちっぶすより参考>

第69回 青少年読書感想文全国コンクールの課題図書が発表されています

夏休みの課題といえば読書感想文。小学生時代、苦しんだ皆さんも多いのではないのでしょうか。公益社団法人 全国学校図書館協議会主催の「青少年読書感想文全国コンクール」では、毎年課題図書を設定しています。自分ではなかなか選ばない本もありますので、読書の幅を広げるチャンスでもあります。ぜひお子さんに読ませてみてはいかがでしょうか。

公益社団法人 全国学校図書館協議会ホームページはこちら
<https://www.j-sla.or.jp/>



※画像は低学年(1・2年生)向けです。ホームページでは中学年、高学年、中学生、高校生まで紹介しています

e-honなら本・雑誌・CD・DVDが10%OFF!

……… コープの配達でお届け ………

登録に関するお問い合わせは
TEL: 0465-70-1200
カスタマーサービスセンター
(平日9:00~17:00)

こちらから
登録してご利用
ください➡



回答者全員ポイントプレゼント 皆さんの声聞かせてください!

我が家の冷蔵庫にぜったい入っているもの募集!

「家族全員分の辛子明太子がいつも必ず入ってる」、「健康と滋養に、にんにくの醤油漬け」「おばあちゃんの手作り味噌が入っている」など、**あなたのご家庭の冷蔵庫に欠かせない、ぜったい入っているもの**をおしえてください♪

特に興味深いものを
教えてくれた方の中から
3名に以下の特典を
プレゼントいたします。



特典

金賞1,000ポイント 銀賞500ポイント 銅賞300ポイント

応募方法

右のQRより入力、または「NICOLIFE」と一緒にお届けする「皆さんの声聞かせてください」の用紙にご記入ください。

専用
フォームは
こちら



5月のQuiz 謎解き問題に挑戦!

4匹の動物の尻尾を取るとどうなる?

サイ
豚
モモンガ
猿

答え〇〇〇〇(ひらがな)

ヒント
文字通り
尻尾を取って
みるニャ

ちよっと
かわいそうか
ニャ...



★正解者全員に10ポイントプレゼント!

応募期間 4月24日(月)～5月5日(金)
※フォーム申込みの場合は5月7日(日)まで可
応募方法 応募専用QRより入力または「NICOLIFE」と一緒にお届けする「皆さんの声聞かせてください」の用紙にご記入ください。

応募特典 正解された方にはコープの宅配ポイントを
もれなく10ポイントプレゼント!
獲得ポイントは5月29日(月)～6月2日(金)に
お届けするご利用明細に記載いたします。

4月のQuiz のこたえ

イラストをひらがなに直すと
「さくら」→「さら」、
「くすり」→「くり」と、
真ん中の文字を消す法則に
なっています。
「くるま」の真ん中の文字を
消すと、
答えは「くま」でした!

応募専用QR
はこちら →



イベント案内

無料送迎サービスをご利用頂けます
イベント当日は無料送迎車を運行します

●大雄山線和田河原駅
●小田急線開成駅



5/23(火) 肩こり予防セミナー

肩こりになるメカニズムは?
肩こりにならない生活習慣・運動習慣
について運動法をアドバイスします。

開催日 5月23日(火) 10:00～11:00
場所 ふれあいセンター
(南足柄市竹松741)
参加費 500円
募集 10名
講師 健康運動指導士 金盛氏
締切 5月15日(月)

5/24(水) 富士フィルムアスタリフト ビューティーセミナー

アスタリフトをご自身のお肌でご体感いただけます。
夏の強い日差しからお肌を守りましょう! スキンケアの基礎を
アドバイザーが丁寧に説明します。
参加費無料! ぜひお待ちしております。

開催日 5月24日(水) 10:00～12:00
場所 ふれあいセンター
(南足柄市竹松741)
参加費 無料
募集 10名(限定)
講師 富士フィルム生協
ビューティーケアアドバイザー
締切 5月15日(月)
持ち物 ご自身のメイクアップ用品(ファンデーションなど)



※メイク落とし、基礎化粧品は
ハリ・うるおいケアシリーズ・
アスタリフト赤シリーズを
ご用意しております。

5/31(水) ピラティス体験イベント ～膝・股関節の動かし方、使い方を知ろう～

「膝・股関節がなんとなく気になる」
年齢を重ねた女性の悩みのひとつではないでしょ
うか。この機会にピラティスを体験してみませんか。
※運動制限を医師から受けてない方対象

開催日 5月31日(水) 10:00～11:00
場所 ふれあいセンター
(南足柄市竹松741)
参加費 500円
募集 10名
講師 ピラティストレーナー、体育学士 大隅氏
締切 5月22日(月)
持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット、
動きやすい服装



お申込みは
こちらから



内容
アスタリフトについてのお話
メイクを落としていただき、洗顔からスキンケアを体験
お手入れやスキンケアのワンポイントアドバイス
ご自身でメイクを仕上げていただき終了
ミニパウチをプレゼント♪ご家庭でもぜひお試しください

お申込みは
こちらから



お申込みは
こちらから



お申し込みは 各QRコードを読み込んで頂き、専用フォームよりお申込みください。お電話でもお受けしております

富士フィルム生協
組合員活動グループ
TEL: 0465-20-5699
営業時間 9:00～17:00 (平日のみ)

・各イベントは最少催行人数・3名とさせていただきます。また、定員に対して応募者多数の場合は抽選となります。
・当選、落選結果は、締め切り日以降にメール・郵送・電話いずれかの方法でご連絡いたします。
・各イベント企画で撮影した写真を生協の広報紙やホームページに掲載させていただくことがございます。
・当日、無連絡のキャンセルにつきましては参加費をお支払いいただく場合もございます。

<動画配信中>
ぜひご覧下さい♪

YouTube



平和への願いを込めて! 折り鶴を募集します



富士フィルム生協では、戦争も核兵器もない平和な社会の実現を願い2016年より
神奈川県生協連主催のヒロシマ子ども平和スタディツアーに参加し「原爆の子の像」で
核兵器廃絶と平和への願いを込めた折り鶴を奉納しています。
折り鶴を折っていただける方を募集します。折りを込めた折り鶴製作に是非、ご協力
をお願いします。

折り紙(7.5cm×7.5cm 50枚入統一サイズ)をお送りします。
組合員活動グループまでご連絡ください。

お申込みは
こちらから



投稿 フォト紹介

お名前: ちひろさん

タイトル: 孫のひな祭り

コメント:
孫は1歳8か月になります。
食卓のお料理全てに興味を持
ち、何でも口に入れてしまいま
す。
宅配で購入したハマグリでお
吸い物を作り、殻付きかきの
コキールやから揚げ、握り寿司
などなど美味しく頂きました。
幼な子の一つ一つの仕草に皆
んなが笑顔いっぱい幸せを
噛みしめています。



お孫さんを囲んでのひなまつり。
とても幸せな食卓の光景が目につ
かびます

NICOLIFE3月号で募集した
「ひなまつりフォト」で投稿頂
いた写真を紹介します♪



我が家のこどもの日フォト大募集!!

5月5日はこどもの日ですね。男の子がいるお家はこいのぼりや兜などを
飾るのでしょうか。今回は、端午の節句で撮影した写真を募集します♪
募集した写真は生協のホームページやNICOLIFEで紹介させていただきます。

応募期間 2023年4月24日(月)～5月7日(日)
応募テーマ 端午の節句に関連した写真ならなんでもOK!
兜をかぶったお子様の写真や、お祝いのお料理写真など
賞品 金賞1,000ポイント 銀賞500ポイント 銅賞300ポイント
応募頂いた作品の中から3名様にコープの宅配ポイントを進呈致します。
獲得ポイントは5月29日(月)～6月2日(金)にお届けするご利用明細に記載いたします。

応募方法 QRコードもしくはInstagramのどちらかでご応募下さい。

●QRコードから応募
下のQRコードを
読み込んで頂き投稿
ください



●Instagramから応募
STEP1 パソコン・スマートフォンから、富士フィルム生協
「@fujicoop_official」のInstagramアカウントをフォロー!

STEP2 こどもの日の様子を撮影

STEP3 ご自身のアカウントを「公開」にする。①～④を記載し投稿してください。

①写真タイトル名
②コメント
③お名前(ニックネーム可)
④#こどもの日コープ

詳しい
応募方法は
こちらから

