

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

June 2024

NICOLIFE (ニコライフ) は富士フイルム生協が発行するマンスリーニュースレターです。

富士フイルム生協は宅配事業の他に福祉・介護事業や共済事業、シニアサービス、富士フイルムヘルスケア商品販売など、組合員の皆さまの心豊かな暮らしをサポートする様々なサービスを提供しています。NICOLIFEではそれぞれの最新の情報や取り組み、コープ商品の紹介、イベント案内など、組合員の皆さまの暮らしに役立つ情報をご紹介します。



事業紹介

REPORT

いまよりもっと。暮らしの中に生協を

生協には宅配以外にも便利で魅力的な事業やサービスがあるのはご存知ですか。今年4月から福祉介護や共済の担当職員が宅配トラックに同乗して、組合員さんに生協の取り組みを伝え、ご意見やご要望をお聞きする取り組みを始めました。今後は「にこのわっか」や「生協まつり」などでも生協の取組みを存分に伝え、皆さんからいただく声に応えていきます。組合員さんにとって、いまより更に使いやすく、気軽に相談出来る、暮らしの中になくてはならない生協になる様取り組みを進めています。

※にこのわっか…組合員さんとコープ商品を試食しながら情報交流する懇談会です。お気軽にご参加ください。

※生協まつり…生協の取組みを紹介するイベントです。昨年は1,260名にご参加いただきました。今年は11月9日(土)に開催予定です。

事業紹介

宅配だけじゃないんです

富士フィルム生協は宅配だけでなく、暮らしに関わる様々な事業・サービスを行っています。宅配を利用されている組合員さんは、すべての事業・サービスをご利用いただけます。

福祉介護事業



シニアサービス



共済事業



富士フィルムヘルスケア商品



福祉介護事業

介護が必要になった時、近くに相談できる人はいますか。生協にはケアマネージャーやヘルパーの他、福祉用具の専門員もいます。今すぐ必要じゃないけれど、将来の為に聞いておきたいことがある、そんな方も気軽に声を掛けてください。

■生協の福祉介護事業

- ・介護用品のレンタル・販売
- ・デイサービス
- ・ケアマネージャー
- ・ヘルパー派遣

共済事業

月々 1,000 円からの手頃な掛金で、加入条件がゆるやかなコースもあるのでとても始めやすい。0 歳から満 85 歳まで幅広い年齢を保障します。インターネットでも加入出来るから、ご自身の都合に合わせていつでも申込みいただけます。

宅配事業

人と人をつなぎ
心豊かな暮らしを
実現する！

シニアサービス

シニアの組合員さんから暮らし中の困りごとをお聞きし、ご要望の多かった「食と移動」に関する新たなサービスをスタートしました。暮らしに不便を感じ始めたら無理をせず、まずはご相談ください。住み慣れたご自宅でいつまでもイキイキと暮らすためのお手伝いを致します。

■生協のシニアサービス

- ・シニア専用宅配
- ・送迎サービス
- ・お弁当宅配

富士フィルムヘルスケア商品

富士フィルムの化粧品、サプリメントがいつでも10%OFFで購入できるって知ってましたか。WEB注文も出来て、コープの宅配でのお届けなら5,000円未満でも送料無料。始めてみたい！使い方教えて！どんなことでもお気軽にご相談ください。

それだけじゃないんです

布団がふっくらよみがえる宅配布団クリーニングは引取りとお届けが無料だったり、紳士服の AOKI やコナカの割引があったり、引越やエアコン洗浄、住宅リフォーム、白アリなどの害虫駆除も組合員特典があったりと、暮らしにお得なサービスがいっぱいです！これらのサービスや加盟店を掲載した「サービスガイド 2024」を便利に、お得に活用してください。

サービスガイド
電子版2024は
こちらから



私たちが窓口です

富士フィルム生協には 17 名の営業員と 37 名の宅配ドライバーがいます。生協の「顔」となり、組合員と生協をつなぐ大切な役割です。

お困りごとやご相談があれば、まずは毎週お伺いする宅配ドライバーに声を掛けてください。

宅配ドライバー 柵山さん

介護や共済、化粧品のことなど、どんなことでもまずは私に声をかけてください。責任をもって営業担当につなぎます！



営業担当 尾崎さん

小さなくらしのお悩みもご相談ください。個々の暮らしに合った宅配および介護サービスをご案内させていただきます。



お問い合わせ窓口：カスタマーサービスセンター TEL:0120-0465-00(平日9時~18時) 何でもご相談ください



つるっとした食感の太麺に、11種類の具材とうま味豊かなスープがマッチ！ CO・OP 長崎風ちゃんぽん

コクのあるスープ、シャキッと色よく炒め上げた香ばしい野菜、ぷりっとしてなめらかな食感の麺、一度食べたならまた食べたい「CO・OP 長崎風ちゃんぽん」。ゆでたて麺の食感と具材のシャキシャキ感を楽しめる人気の冷凍麺です。麺・具材・スープどれをとっても、おいしさの理由が詰まっています。



お鍋ひとつで4、5分で完成するので、忙しい日の昼食や夕食にも便利！ぜひご家庭にストックしてみたいはいかがでしょうか♪

CO・OP長崎風ちゃんぽん(293g×2) **冷凍** -18℃以下で保存してください

賞味期限:365日 アレルギーマテリアル:小麦、乳、えび

原材料名:めん(小麦粉(国内製造)、食塩/着色料(クチナシ黄色素))、具(野菜(キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、コーン、きぬさや、ねぎ)、ポイルイカ、ポイルえび、きくらげ、揚げかまぼこ(大豆を含む)、植物油、焙焼小麦全粒粉、食塩、こしょう/加工でん粉、pH調整剤)、スープ(ガラスープ(乳成分・牛肉・鶏肉・豚肉を含む)、しょうゆ(小麦を含む)、動物油脂(大豆を含む)、食塩、米発酵調味液、植物油(ごまを含む)、野菜エキス、たん白加水分解物、魚介エキス、こしょう/調味料(アミノ酸等)、アルコール、酸味料)

※2024年4月現在の情報です。内容に変更が生じる場合があります

CO-OP長崎風ちゃんぽんを使った 豆乳カレーちゃんぽん



材料(1人分)

CO・OP長崎風ちゃんぽん……………1食
CO・OP国産大豆の無調整豆乳
(フクユタカ)……………160ml
サラダ油……………少々
にんにく(みじん切り)……………1/2片
しょうが(みじん切り)……………1/2片
カレー粉……………小さじ1
水……………160ml

作り方は
こちら♪



作り方

- ① 鍋にサラダ油を弱火で熱し、みじん切りにしたにんにくとしょうがを入れて炒める。
- ② ①にカレー粉を加えて炒める。
- ③ 水、「CO・OP国産大豆の無調整豆乳」「CO・OP(長崎風)ちゃんぽん」のスープを入れ火を強め、沸騰する直前まで温める。
- ④ ちゃんぽんの具付き麺を加え、吹きこぼれないように火加減に注意しながら強火で具材に火が通るまで約3分加熱する。

富士フィルム生協 アンバサダーさん Instagram紹介

@misa_76_misaさん

【ふんわり今川焼(ミルク仕立てのチョコクリーム)315g 5コ】をおやつで食べました♡
パッケージの写真を見ても、チョコクリームがたっぷり入って美味しそうだったので、このままでも十分美味しいだろうけどたまには特別なおやつもいただきたいので、チョコ生クリームを作ってトッピングしました♡

次男は自分で好きなように飾ってました🍓私は茶色といえばクマさんと思いチョコクッキーを耳にしました。

フォンダンショコラが私は大好きで、北海道産の生クリームを使用したミルク感たっぷりのチョコクリームが美味しかった😊

ナイフとフォークでそんな感じのケーキのように頂けました。

簡単ケーキができたので、こういうバレンタインチョコ、お誕生日ケーキも良いかも★

この投稿は
こちらから



富士フィルム生協の公式Instagramをフォローして、「#富士フィルム生協アンバサダー」で検索してみてくださいね！



Event information

生活習慣や適切な運動によって
ロコモを予防することが大切です

参加費
無料

6/27(木)

ロコモ予防セミナー

場所・時間 ふれあいセンター(南足柄市竹松741)
10:00~11:00

定員・締切 10名 6月17日(月)締切

講師 健康運動指導士 金盛氏



お申込みは
こちら



テストを実施し、自身のロコモ度をチェックしていきます。
テスト終了後、ロコモティブシンドロームについての正しい理
解と生活習慣による予防のための運動を実践していきます。

Event report

<動画配信中> ぜひご覧下さい♪



4/25(木)膝痛予防セミナーを開催しました



運動で予防できる膝痛のしくみを知り、正しく体を使った
実践を体験していただきました。



講義の様子



講師の指導のもとトレーニング



正しい運動によって得られる効果を学びます

お申し込みは 富士フィルム生協 広報販売促進グループ

TEL: 0465-20-5699 営業時間 9:00~17:00 (平日のみ)

- ・各イベントはく最少催行人数・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場合がございます。

イベント当日は無料送迎車をご利用いただけます

- 大雄山線和田河原駅
- 小田急線開成駅

行きも帰りも
ラクラク♪

ふれあいセンター

お気軽に
お電話ください



“いざ”というときに役立つ防災まめ知識

防災知っ、とこ

■必要な食糧を台所にストックしておこう■

長いあいだ非常時のための食糧の備蓄は「3日分でよい」とされてきました。
しかし東日本大震災以降は「1週間分以上の備蓄が必要」に変更されました。
大規模災害は、流通にも大きな影響が出ます。「日持ちのする食品」を、日常的
に多めに買っておくだけで、防災になります。備蓄品がいざというときの「非常
食」となるのです。

消費しながら備蓄する方法は、「日常備蓄」または「ローリングストック」と呼ば
れています。非常時こそ、「食べ慣れた味」でほっとすることが大切なのです。



「4コマですぐわかる 新 みんなの防災ハンドブック」草野おる著(ディスカヴァー・トゥエンティワン刊)



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

「あれもこれも値上がり!」
驚いたことと工夫したこと」教えて

じわじわと値上げがあり、気がつけばこんな
価格に!また内容量が減って、あまりの少な
さにびっくり!こんな体験を募集します。
それによって工夫したことや、エピソードも
教えてください。たとえばニラの代わりに豆
苗を使って嵩ましたら家族に不評だったと
か、炒め物の肉に厚揚げをプラスしたら、か
えって健康的になったとか…ためになるお話
をお待ちしています。

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

