

組合員さんからの投稿コーナー

## Mail Box

\* 今月のテーマ \*

「どんな1年に  
したい？」

## 仕事の集大成

下妻市 PNソーラーパワー

40年以上も勤めた仕事はラスト1年の予定です。その集大成として、自分ができる精一杯の仕事をして悔いのない1年にしたいです。人と接する仕事なので、相手の立場や気持ちを考え共に成長したいです。

すめられて気をつけるようになりました。今年も日々の小さな積み重ねで、健康維持をがんばりたい！

## 整理整頓

取手市 PNまるまる

不要な物を廃棄し、整理整頓を心がけて、スッキリとした空間を作りたいです。

## 笑う門には福来る1年

石岡市 PN伊達巻食べたい

笑うことは、免疫力アップやストレス軽減などに効果があるそうです。笑う門には福来る1年にしたいです！

## 運動の習慣化

日立市 PNつんつん

## 家庭菜園をがんばる

坂東市 PNみるみる

働き方を見直してワークライフバランスを整えて、仕事以外の時間をもっと大切にしたいです。昨年は、夏の猛暑で体調を崩したり、散歩中につまづいて転倒したり、ギックリ腰になつたりしました。毎日、健康で過ごせることは決して当たり前のことではないと身に染みました。コツコツと筋トレやストレッチを継続して、痛みのない身体を手に入れたいです。

楽しい投稿をお待ちしています

## 3月号テーマ 好きな言葉

エピソードをお寄せください。  
写真やイラストを募集中！

●投稿の締め切りは1月10日(土)です。



小美玉市  
PN花だいこん

## 笑顔で平和な年にありますように

茨城町

PNはなはな

両ひざの手術をして、ちょうど1年。今年は、大好きなガーデニングを思いっきり楽しみたいです。どんな花を咲かせようかと、今からワクワクしています。

## ガーデニングを楽しむ

石岡市

PN伊達巻食べたい

笑うことは、免疫力アップやストレス軽減などに効果がある

## QUIZ まちがいさがし

クイズに答えて賞品をもらおう！  
図書カード(500円分)が当たります。

2つの絵を比べて、5カ所の間違いを探してください。違うところに当てはまる枠内のアルファベットで答えてください。(イラストの汚れは、当てはまりません)

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P



### ●11月号の答え

TB, D, I, L, NJ

### ●応募

264通 (正解 259通)

### ●当選者 (敬称略)

青山時枝、須山祥子  
鈴木麻友美、平松すゑ  
浮辺まりえ、小野清枝  
鈴木三津子、松下明子  
月沢あゆこ、岡野誓子

### ●締め切り

1月10日(土)必着

クイズの応募方法は  
右記をご覧ください。

## 投稿・クイズの応募方法

- ① 答え
- ② 住所
- ③ 氏名 (住所・氏名は必ずお書きください。ペンネームをご希望の方はそちらもお書きください)
- ④ 電話番号
- ⑤ 投稿または「コープスマイル」の感想を明記の上、郵便、Eメール、FAXのいずれかでお送りください。商品についてやコープのしきみ等のご意見は「こえのポスト」でお寄せくださいようお願いします。

投稿掲載者の方と、クイズ正解者の中から抽選で10名の方に「ほぺたんオリジナル図書カード」(500円分)をプレゼントします！

※投稿文章は場合により、内容を変えない範囲で修正させていただくことがあります。

※イラスト・写真は返却しませんので、ご了承ください。

※お預かりした個人情報は、投稿掲載、プレゼント発送以外には使用しません。

※お寄せいただいたご意見は、「ご本人への連絡なく、「ハピ・デリ！」などに掲載させていただく場合があります。

## 投稿・クイズの宛先

郵便 〒319-0102 小美玉市西郷地1703  
いばらきコープ「コープスマイル」係

FAX 0299-48-4458

メールアドレス

ibaraki\_coop@coopdeli.coop

携帯・スマホからもメールを送れます▶

