

# とらいあんぐる

2018

9

Vol.222

特集

## コープの子育て応援

産地・メーカーを訪ねて

株式会社 セイアグリーシステム

くらし@マーク

教えて!みんなの防災対策

みんなのレシピ

ご飯がすすむおかず

コープの子育て応援  
はじめてばこ



## 卵のミニ知識

### 赤玉の卵は白玉より栄養がある?

一般的に親鶏の羽が褐色だと、殻が褐色の卵を産みます。栄養価は変わりません。また、卵のサイズは鶏の日齢によって変わり、日齢が経つにつれ、大きいサイズの卵を産むようになります。

ちなみに、鶏が生きて初めて産んだ卵を新玉しんぎょくといい、生きる力を凝縮した卵として重宝されてきました。



左から新玉(SS)、S、MS、M、L、LL、二黄卵で、新玉(SS)を産んだ鶏は2週間ほどでSサイズの卵を産むようになります。

### 黄身の色が濃い方がおいしいの?

濃い・薄いは餌の違いによるものです。おいしさは変わりません。トウモロコシやパプリカ、カニの甲羅などを食べさせると色が濃くなりますが、セイアグリーシステムでは、卵黄の色を調整するための餌は与えていません。

### ひよこが産まれるとき、殻の向きが正しいのはどっち?



卵のとがっていない方には気室があるため、ひよこの頭の位置になります。

「セイアグリー健康卵」を使ったベーキングパウダー不使用のシフォンケーキ。セイアグリーが運営するレストラン&ティールーム「フェルヴェール本店」では、バームクーヘンなどのスイーツとともに人気の高い商品です。ちなみに、この黄色い建物は、18世紀の 아일랜드 で「マナ・ハウス」といわれた貴族の館をモデルにしていて、建材や家具も当地から輸入したそうです。生協の産地工場見学コースの1つにもなっています。



吉田理事、伊勢会長、加賀理事

# 卵は健康な親鶏からの贈り物!

昨年「じわもーる」に登場した「セイアグリー健康卵」。ひとつの生命をつくるための栄養がバランスよく入った健康卵への想い、安全・安心へのこだわりについてお話を伺いました。

セイアグリー健康卵 (10個)  
〈次回9月3日〉じわもーる 322円(税込)

## 子どもの頃から卵に縁が

1933年酉年生まれで、小学校時代に「イセトビヨコ」と名前を間違えて書いたため「ひよこ」というあだ名を付けられたという会長。農林省時代は鶏の育種や改良に励んだり、配合飼料から薬品や合成添加物を排除することを唱え、組織的に実験を始めたり、調査・研究のためにたびたび米・渡欧したこともあります。その経験を生かして1978年に郷里の富山県福岡町(現、高岡市)でセイアグリーシステムを設立。セイは「誠」、アグリーは「農業」を意味するそうです。



伊勢 豊彦会長

## オールイン・オールアウト方式

セイアグリーシステムではオールイン・オールアウトという飼育方法をとっています。これは、自社の雛育成場で120日飼育した若鶏を一斉に採卵農場に移し、15カ月間飼育した後、全て鶏舎から出す方式です。空になった鶏舎を高温のスチームで丁寧に清掃・消毒し、1カ月の遊休期間を持つことで病原菌が常在しないようにします。一般的な養鶏場は鶏舎ごと鶏を入れ替えることはありません。このオールイン・オールアウト方式によって、セイアグリーシステムでは創業以来、サルモネラ菌が検出されたことはないそうです。親鶏自身のサルモネラ菌検査もしているので、生卵も安心して食べられます。



## 卵は命の源

採卵農場は自然豊かな里海山に囲まれた能登町にあり、開放型鶏舎になっています。1つのケージに5羽ずつ入っていて、会長によると、鶏は集団の中で序列をつくる習性があるので4〜5羽くらいで飼育するのがストレスの少ない環境となるそうです。鶏の立場から考えることを常に大切に、餌は、トウモロコシ、魚粉、大豆、牧草、かき殻などの原料が配合された、ひとつの生命をつくるための、栄養バランスのとれた安全なものを与えています。鶏を健康に育て、健康な卵を産んでもらうことにこだわるセイアグリーシステム。健康な親鶏からの贈り物。それが「セイアグリー健康卵」です。



## 卵が届くまで

前日に採卵された卵は、光を当ててひび割れや血が混じっていないかを検査し、自動的にサイズ別に分けてパックに入られます。その後、生協のセンターに運ばれ、翌日には組合員に届きます。

セイアグリーシステムでは洗卵していません。卵は、空気は通すがカビや細菌を通さないクチクラという膜でおおわれていて、洗うとかえって卵の品質が落ちてしまうからです。それはサルモネラ菌のいない農場だからこそできることです。





乳幼児向け素材型冷凍食品

### きらきらステップ



きらきらステップは「離乳食は手づくりしたい。でも、一から作るのは大変！」そんなママとパパの声から生まれました。月齢に合わせてすりつぶしたり、家にある食材と組み合わせたりできる素材型冷凍食品です。冷凍庫に買い置きしておけば、下ごしらえなしですぐに使える魚や肉の加工品、主食などが揃っています。

ベテランママにも好評です

お気に入りの商品は「白身魚のほぐし身」です。野菜もたくさん食べて欲しいので、茹でたブロッコリーなどのみじん切りを混ぜて使っています。素材の味が良いのか味付けしなくても、パクパク食べてくれます。買い置きして冷凍室には必ず常備しています。

金沢市 東藤さん (4児のママ) せいな 正奈ちゃん (9カ月)



ママ&パパの声に応じて コープならではの こだわりがいっぱい!

### きらきらステップは 隔週で掲載

コープファミリー 36ページ下段に掲載。(前後する場合があります) 注文番号824~827です。



### ベビー用品の保存版カタログ

### にこにこほっぺ

紙おむつ・おしりふきなど、消耗品を中心にベビー用品を取り揃えたカタログ。3カ月に1回発行。期間中は毎週注文ができるので、必要な時に必要な分だけ届いてとても便利です。カタログがなくてもeフレンド(インターネット注文)なら、パソコンやスマートフォンでWebカタログを見ながら注文ができます。



次回配布は 10月1日

### プレミアム・パスポート

【宅配】 利用するたびに宅配ポイント 3ポイント進呈。事前に登録が必要です。

【店舗】 コープカード(組合員証)とプレミアム・パスポートを提示の方に、2,000円以上のご利用で10ポイント進呈。毎月第1土曜日は、コープカードとプレミアム・パスポートの提示で3%オフ(10ポイント進呈はありません)。



### 子育て応援行事

コープいしかわでは託児付の行事や親子で楽しめる多彩な行事を開催しています。行事の案内は毎週の「おすすめ情報便」に掲載されています。



10月26日(金) 石川西地域協議会主催 ベビーマッサージで親子のスキンシップ

詳しくは10月2回のおすすめ情報便でお知らせします



10月27日(土) 里山で自然散策& さつまいも掘り体験

詳しくは10月1回の単独チラシと10月2回のおすすめ情報便でお知らせします

子育てを応援しているよ!



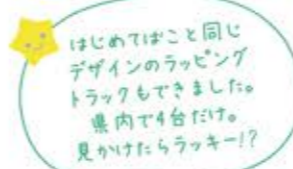
## コープはママとパパと赤ちゃんの味方

子育て生活の笑顔をもっと増やしていきたいという想いで、コープは子育てを応援するさまざまな取り組みを進めています。石川テレビの記念事業「はじめてばこ」への協賛や宅配での乳幼児向けの商品カタログなどコープの子育て応援について紹介します。

石川テレビ創立50周年記念事業に協賛

### はじめてばこ

はじめてばこは初めての肌着や初めて描いた絵など子どもの大切な「はじめて」の記念品を保管する箱です。応募のあった0歳の赤ちゃんがいるお宅へコープいしかわがお届けを担っています。石川テレビ特製石川さんスタイ(よだれかけ)のほか協賛企業からの贈り物が入っています。



はじめてばこと同じデザインのラッピングトラックもできました。県内で4台だけ。見かけたらラッキー!?

はじめてばこをお届けする宅配支援部 廣川さん(左)と組合員の櫻井さん(2児のママ) 赤ちゃん(2カ月)(右)

### はじめてばことは?

フィンランドで生まれてくる全ての赤ちゃんに国から赤ちゃんグッズなどが入った「ベビーボックス」がプレゼントされることに由来します。日本でもこの風習にならった取り組みが広がっています。はじめてばこに赤ちゃんの思い出の品を保管しておくことで、子どもが大きくなったとき、素敵なタイムカプセルになります。

中身はお届け時期によって変わります



届いたよ! はじめてばこ

- 【応募資格】 2018年4月1日~2019年3月31日までに生まれ、石川県に住民登録している赤ちゃん。(組合員世帯でなくても応募できます) お1人につき1箱お贈りします。
- 【応募期間】 2019年4月30日まで
- 【注意事項】 応募者全員にお届けします。応募フォームに掲載されている「応募規約」をご確認の上、お申し込みください。

### 詳しい情報・申し込みはこちらから

石川テレビ はじめてばこ で検索

石川テレビのホームページ <https://www.ishikawa-tv.com/hellobaby/>



特集

コープの子育て応援



# 教えて! みんなの防災対策

東日本大震災をはじめ豪雨や噴火など各地で自然災害が発生しています。自然災害など非常時の準備はできていますか?とらいあんぐるの機関紙モニターさんにアンケートを行い、家庭での防災対策についてお聞きしました。これを機会に今一度、わが家の防災について考えてみませんか?

## 自宅での防災対策は?

### リビング

● 棚やテレビを固定している。吸盤のようなシールの上に置いて固定。  
● 倒れる物自体を置かないようにしている。(背の高い棚や観葉植物は置かない)  
● 地震で物が散乱しないように常に整理整頓を心がけている。  
● 壁側にくっつけて、真ん中にスペースを空けている。

### キッチン

● 食器棚や冷蔵庫は、天井と突っ張り棒で固定している。  
● リフォームした際に棚などは地震対策にもらった。  
● 転倒ないように背の高い食器棚を置かず、引き出し式のものにしている。  
● 食器棚の扉にストッパーを付けている。  
● 収納扉をいつも閉めておくようにしている。

### 寝室

● ラジオ、懐中電灯を近くに置いている。  
● 天井とタンスの間を突っ張り棒で固定している。  
● ベッドしか置いていない。  
● 出入り口を塞がないようにベッドの配置に注意している。  
● スリッパを置いている。

### その他の箇所

● 防災袋を玄関と反対側のリビング2箇所に置いている。  
● 玄関ドアに懐中電灯をかけている。  
● 外に出られるようにドアや玄関へのルートを確認して、大きなものを置かないようにしている。  
● お風呂の残り湯は翌日までぬかないようにしている。  
● リュックに水、非常食、タオル、パックのトイレなど防災グッズを詰めて置いている。

## 防災のこと、家族で話していますか?

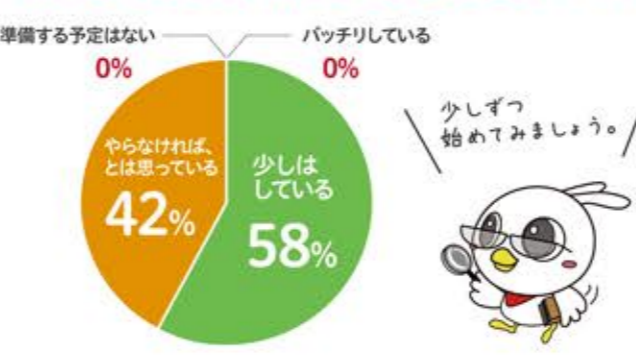
自然災害発生時に家族で連絡先や集合場所を決めていますか?

決めている 33%  
決めていない 67%

**災害時、わが家の決め事モニターさんのおうちでは?**

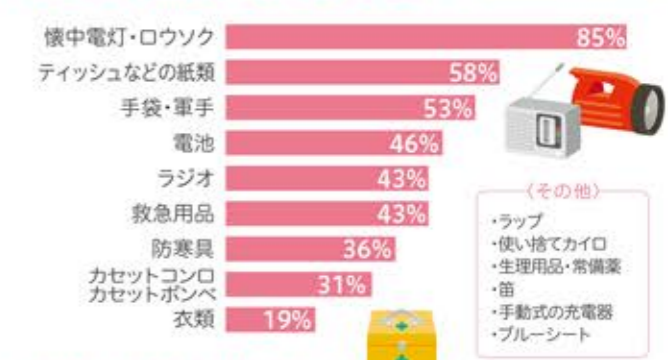
- まず、生きること。安全を確保したうえで連絡を取る。
- 携帯会社の災害用伝言板を使うこと。
- 子どもには指定避難場所を教えて、家族の携帯番号を書いた紙を持たせている。
- 携帯会社の災害用伝言板を使うこと。
- 災害用伝言ダイヤル(171)・災害用伝言板(web171、各携帯会社) 毎月1日と15日、防災週間などに体験ができるので、いざという時のために使い方を確認しましょう。

## 防災グッズ、準備していますか?



「やらなければ、とは思っている」のほとんど準備をしていない人がなんと4割です。準備をしていない理由には「実際に何を準備したらいいかわからない」「時間やお金がかかる」がありました。

## 何を準備していますか?



●私はこれを準備してます  
・梱包資材のプチプチ(防寒やクッションに使える)。能美市 池田さん  
・空のペットボトル(湯たんぽ、救命具、食器にもなる)。能美市 加藤さん

## 水・食料品の備蓄は?

一応用意はしてあるけど、賞味期限の確認などを先延ばしにしている。 白山市 宮川さん

水と野菜ジュースは箱買いして、消費しつつ常備しています。食品は「えいようかん」やクラッカーなどお菓子が主です。これで足りるのかわかりません。 野々市市 Dさん

「えいようかん」とは…5年間の長期保存が可能なお菓んです。

覚えておこう! 最低3日間、できれば7日間

水 1人3ℓ × 3日分 × 家族人数  
食料 1人3食 × 3日分 × 家族人数

水の備蓄の必要量は災害時に生活用水として使用する分を含め、1人1日3リットルを目安にストックがあれば安心です。アンケート結果では、「備蓄なし」という人が12%、「1~2日分」が47%、と足りていない人が多いようです。

## ご存知ですか? ローリングストック

ローリングストックとは普段の生活の中で食べ慣れた食材を備蓄し、食べたらずき足すことで緊急時に備える備蓄法です。アンケートでは「知っている」、「聞いたことがある」40%、「知らない」60%という結果でした。まだまだ、定着はしていないようです。



## 循環するコツ

- 食べ慣れている食品で備蓄する。
- 主食、主菜、副菜、などの栄養のバランスを考えて各種食品を揃える。

食材例 缶詰、乾麺(ラーメン・パスタ類)、フリーズドライ食品(スープなど) レトルト食品を活用します。



## みんなのレシピ大募集

好きなコープ商品を使ったおすすめレシピを教えてください。採用された方には薄謝(500円分のポイント)をプレゼント!お寄せいただいたレシピは一部変更させていただきます。ご了承ください。

**応募要項** ●料理名 ●作り方 ●使用するコープ商品 ●使用するコープ商品、またはレシピについてのコメント

**募集テーマ** 「クリスマスの食卓に」上記以外のも、「おすすめのレシピ」も募集します!

### 応募方法

- ①本誌裏表紙について「お便り・わたしのお気に入り・みんなのレシピ」など記入欄にご記入いただき、宅配担当者または店舗までお渡しください。
- ②コープいしかわホームページからも応募いただけます。
- ③携帯電話・スマートフォンをご利用の方はこちらの二次元コードからも応募いただけます。



## タマネギとさばのみそ煮

材料/2人前

さばみそ煮缶…1缶 水……………250ml  
玉ねぎ……………1個 みりん……………少々  
にんじん……………2cm しょうゆ……………少々  
いんげん……………4本

30分 293kcal (1人分)

### 作り方

- 1 玉ねぎは半分に切り、厚さ7~8mm程度に切る。
- 2 にんじんは1cm幅にカットして花型でくり抜き、いんげんは半分にカットして湯がいておく。
- 3 鍋に水を入れ煮立ったところにさば缶を汁ごと入れ、ひと煮立ちさせ、みりん・しょうゆを入れさらに煮込む。
- 4 3に2を入れさつと煮る。



さばみそ煮 (190g(固形量140g)×2缶)  
(次回9月4回) 322円(税込)

レシピ提供: 穴水町 れんこんさん



## いなりぎょうざ

材料/2人前

豚ひき肉……………150g ごま油……………大さじ1/2  
ニラ……………1/2束 塩・こしょう……………適量  
いなり用あげ……………2枚 大葉(飾り用)……………適量

30分 257kcal (1人分)

### 作り方

- 1 ニラは小口切りにする。
- 2 ボウルに豚ひき肉と1・ごま油・塩・こしょうを入れよく混ぜ合わせる。
- 3 あげは三角になるように半分に切って中を開き2を入れる。
- 4 熱したフライパンに3を並べ中火で1分程焼く。
- 5 その後、水30ml(分量外)を加えふたをして弱火で5分程蒸し焼きにする。
- 6 水分がなくなったら、表面を焼き、パリッとさせる。
- 7 皿に大葉を敷き、盛り付ける。

国産豚餃子焼売ミンチ (バラ凍結)(450g)  
(次回9月3回) 462円(税込)

レシピ提供: 金沢市 マッチャーさん



## ご飯がすすむおかず

組合員から寄せられました

みんなのレシピ



## カラフルチンジャオロース

20分 596kcal (1人前)

### 作り方

- 1 しょうがはみじん切りにする。
- 2 ピーマンなどの野菜は太めの千切りにする。
- 3 熱したフライパンにごま油、1と牛肉を入れ、酒をふりかけよく炒める。
- 4 3に2を入れ炒め、オイスターソース・しょうゆを入れ水分を飛ばす。

材料/2人前

国産牛こま切れ肉……………180g  
カラピーマン(赤・オレンジ・黄)…各1/4個  
オイスターソース……………大さじ1  
ピーマン……………2個 酒……………大さじ2  
玉ねぎ……………1/2個 しょうゆ……………大さじ1  
しょうが……………小1片 ごま油……………適量



オイスターソース (広島県産かき使用)(230g)  
(次回10月1回) 354円(税込)

レシピ提供: 内灘町 サッコさん  
「お弁当のおかずにもなるし、わが家のおつまみです」



## れんこんのきんぴら

材料/2人前

れんこん……………100g  
すき焼きのタレ……………大さじ2  
金ごま……………適量  
オリーブオイル……………小さじ1  
糸とうがらし……………適量  
酢水……………適量

20分 87kcal (1人分)

### 作り方

- 1 れんこんを半月切りにして薄くスライスし酢水にさらす。
- 2 フライパンにオリーブオイルを熱して1を炒めすき焼きのタレを入れる。
- 3 金ごまをふり、お好みで糸とうがらしをのせる。

加賀れんこん(不揃い)(450g)  
(次回9月3回)じわもーる  
430円(税込)





# 組合員さんの声 Q & A



**Q1** 冷凍庫に保管していた冷凍食品の袋が膨らんでいたけれどどうして？

**A1** 昇華現象(しょうかげんしょう)によるものです。

冷凍食品が温度変化を受けると、食品の表面にある細かな氷の粒(固体)が水にならずに水蒸気(気体)へと変化することがあります。これを昇華現象といいます。ご家庭の冷凍庫では開閉の頻度にもよりますが温度変化の影響を受けやすいため昇華現象が起こり、空気の体積が増えることで、写真のように袋が膨張したと考えられます。商品の品質には問題ありません。



**Q2** 冷凍食品に添付されているスープやタレは凍っていないことがあるけれど大丈夫？

**A2** 凝固点が冷凍庫の温度より低い場合、凍りにくくなります。

スープやタレには、しょうゆや発酵調味料、砂糖などの塩分・糖分が含まれていることで凝固点(液体が凍り、固体になる温度)が低くなり、凍らない場合があります。凍っていない場合、-18℃以下(家庭用冷凍庫の標準温度)で保管していただければ、品質には問題ありません。



## 生協からのお願い



### 商品のお届け箱(青い箱・保冷箱)について

お届け箱は回収後、再利用しています。配達用器材は組合員のみなさんの財産です。大切に取扱い、できるだけ綺麗な状態で返却をお願いいたします。



蓄冷剤も忘れずに！

### 保管のポイント

- 箱をぬれたまま保管しておくとかびが発生する原因になります。十分に乾かしてから保管しましょう。
- 汚れ防止のため、なるべく屋内での保管をお願いします。



お届けシールをはがす

汚れた場合は洗って

しっかり乾かす

### 班(グループ)配達をご利用いただいている方へ

- 商品を取り出した後は、すぐにフタを閉めましょう。中の蓄冷剤やドライアイスが溶けないようフタがきちんと閉まっているかの確認も忘れずに。
- 商品が残っている場合は、蓄冷剤やドライアイスは取り出さずそのまま入れておきましょう。



蓄冷剤やドライアイスは箱内を冷やす役割をしています。

※特に留守班の方は注意！



コープ北陸より安全・安心 情報をお届け

# あんあんニュース

ANAN NEWS vol.57 後編

制作:食品安全推進委員会 監修:コープ北陸事業連合

コープ北陸は、富山・石川・福井の3生協で取扱う商品を企画する事業連合です。商品の仕入れや仕分けなどの事業機能を協働し3生協の力を結集することで、より安全・安心で、より安い商品の供給をめざしています。取扱い商品の安全確認業務も担っています。

食品安全推進委員会とは  
組合員、字讀者、役員からなる委員会です。コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

## 食中毒を防ぐ ~お買い物編~

食品を購入してから鮮度を落とさず持ち帰ることができるように、買い物時の温度管理のポイントをおさえましょう。

スーパーマーケット

買い物は  
①常温品、②冷蔵品、③冷凍品の  
順番で

消費期限を確認して  
購入する

氷などで温度管理

店舗にある  
保冷用の  
氷を利用

行くとき

保冷バッグを準備する

しゅっぱーつ

帰るとき

寄り道せずまっすぐ帰る

車を利用した場合は置き忘れに注意する

あんあん 第55話





「身近な出来事やイラスト」「テーマトーク」募集中!

### 平和への願い

数人の仲間と千羽鶴を折り、長崎へ届けてもらうように生協にお願いしました。70代〜80代の仲間ですが今の平和がいつまでも続くようにと話し合いながら願いをこめて折りました。

羽中市ノグク

### 米寿まで

先日、夫の喜寿のお祝いを高校生の孫が渡しながら、「米寿まで長生きしてね。そのときは僕があげるね」と。ぜひあと11年元気でいてほしいです。

金沢市川島晶美

### 気をつけて行きまっし

孫が小さい頃、外出時に私は、「気をつけて行きまっし…」と言って送り出していました。中1になった孫が毎朝出勤する両親に必ず「気をつけて行きまっし…」と私の口調そのままを送り出します。今ではその言葉がわが家の合言葉になっています。

小松市しょうちやあちゃん



小松市 KANTENらぶ 10歳

### 孫の笑顔

毎日の食事の献立に助かっています。「ばあちゃん今日バスケットに行くからチャシューメンでいいよ」といきなり言われても「はいはい」と言いながら孫の好きなねぎをいっぱい入れて「はいどうぞ」。おいしそうに口いっぱい食べています。

小松市ばあばあ

### アイデアのタマゴ

夫は食卓の上にメモした紙を散らかすので文句を言うと「これはアイデアの元になるタマゴなんだ。だからサンランしてる」とふざけたことを言うので、ある日全て片づけてしまった。それ以来私のことをウワバミと呼んでいます。

(注)ウワバミ…卵を飲み込むへじ  
金沢市 ゆきばあ

### 誕生日

4年前に主人に先立たれ自分自身もガンにかかり、毎日落ち込んでいました。少しずつ畑に行ったり友人とランチに行ったり何とか過ごして来ました。ところが70歳の誕生日の朝、息子から今日居酒屋でお祝いすると言われビックリしました。娘、息子、孫6人全員で楽しい一夜でした。今度はひ孫の顔を見るまでは長生きしようと思いました。

加賀市あさちゃん



小松市みにおん

### あれから半年

今年もあつという間に半年が過ぎてしまいました。1月、2月のあの大雪。車が通ることのできる道のありがたさがわかりました。また半年で冬が来るのかと思うとゾッとします。

加賀市ねこうさこ



七尾市 ふうばあちゃん

### 息子の興味

私が毎日お米をといでいるのを見て、4歳の息子が「やりたい！」と興味を持ちましたので、やらせてみることに。今ではタイミングが合えば息子の仕事になりつつあります。たこ飯を作っているCMを見て、「次はこれっ！」と。作るのが楽しいのか食べるのが楽しいのか、どどんぱりエーションが増えるのが楽しみです。

金沢市たむさん

### 氷まくら



熱くて寝苦しい日が続き、エアコンも付けませんが、家族みんな氷まくらや保冷剤を体にあてて「キモチい〜」「キヤ〜」と言いながらベッドに入ります。これも夏の楽しみのひとつなのかな?と思うようになりました。

加賀市 YJ

### ゴーヤ

縁側に沿ってゴーヤを植えます。1本植えるのですが、脇芽がたくさん出て良い日陰ができます。市に写真を撮って提出するとエコポイントももらえて一石二鳥です

かほく市桑名正乃

### 家電に頼らない

わが家の省エネは「電化調理器具の排除」です。電気ポットは邪魔。電子レンジは重いしいらん。冷蔵庫、洗濯機、エアコン、サーキュレーターはいるけど他はなくても生活できるから。「飯鍋とおひつでお米が黄ばまずおいしくなりまし

### 早寝早起き

わが家の省エネの基本は早寝早起き。朝は涼しいし気持ちいいし。でも主人が夜遅くまでテレビでサッカーを観ているのもつと省エネに協力してほしい!

金沢市ガゼルさん

### お風呂場で水遊び

夏は暑いので浴槽にお湯をはるのは週に2日ほどに減らしています。子どもたちは遊びたい様子で物足りなさそうなので、少しだけお湯を入れてあげてお風呂場で水遊びも同時に開催しています。汗もスッカリ流して遊び疲れてよく寝てくれます。

小松市こみママ

今回のテーマトークのお題は「勘違いしていたこと」



### 組合員活動アルバム Palette ぱれっと

白山しらみねの大自然で遊ぶ!学ぶ!食べる!  
日程 7月21日(土)  
場所 白峰クロスカントリー競技場  
共催 白山しらみね薪の会  
参加者 大人20名 子ども20名



加工用トマトの収穫体験& 国産トマトピューレでケチャップ作り  
日程 7月29日(日) 場所 小松市瀬領町圃場、小松センター  
主催 南加賀地域協議会 参加者 収穫体験・ケチャップ作り 各大人25名 子ども16名

### 楽しい時間

書き人びーま



機関紙モニターによるエッセイ

何か一つ楽器の演奏ができたらいいなあ、そう思い始めたのは10年以上も前です。しかし、いざ楽器屋さんへ行くと、これは難しそう、こちらは高価で買えない、などと理由を探しては諦めてきました。ところが今年のゴールデンウィーク、楽器屋さんでウクレレを眺めていると、「買ってあげるからやってみれば!」と夫の一言。店員さんにも薦められ、思い切って挑戦することにしました。さらにタイミングよく、近くの公民館で初心者向けのウクレレ教室があることを知り、早速参加させてもらうことになりました。今はコード演奏の練習中ですが、指が思うように動かさず苦戦していますが、次の教室までにはもう少し上手くと、毎日家でも練習します。1日に30分位ですが、日々の色々なことを忘れ集中できる楽しい時間です。「お母さん、上手になったね!」と息子に言われ、嬉しくなりました。頑張っています。



# CO-OP 掲示板

## 新発見がある！ もっとコープが 好きになる！

### 総代募集!! あなたも「総代」になってみませんか

企画コード93-Z 総代募集

知っている?  
「総代」



- 株式会社でいえば組合員は生協の株主にあたりますが、15万人の組合員が集まって何かを決めるのは困難です。そこで県内各地域から400名の方に「総代」になってもらっています。
- 会議に出席して「賛成」「反対」などの議決をするだけではありません。ふだん思っていることを伝えたり、「生協」をテーマに他の組合員と暮らしについておしゃべりします。その交流の中で出された、大事にしたいことや改善したいことをもとに生協の方針がつけられていきます。

コープいしかわは、自らが出資し組合員となり、利用と運営に参加し、たがいに「たすけあい」「ささえあい」「つながりあい」「みとめあい」、組合員と職員と一緒に暮らすの向上をめざす協同組合です。笑顔があふれ、誰もが安心して利用できる事業や暮らしを豊かにする活動をみんなで考えていきませんか。

### 総代になってよかった!と思う5つの理由

#### 1 みんなで楽しくおしゃべり!

他の組合員と暮らしのこと、生協のこと、お気に入り商品など楽しくおしゃべり♪



#### 2 生協が見える!

最新の生協の事業や活動を知ることができます。



#### 3 私の意見もみんなの意見も大事!



ふだんの暮らしから生まれる意見や要望でコープが改善されることを実感できます。

#### 4 試食や行動費・交通費も!



会議ではお手当てとして行動費や交通費の支給があります。試食品のお持ち帰りも。

#### 5 お子様連れでも安心!



全ての会議では託児を無料でご用意。安心して参加できます。

### はじめて総代になった組合員さんからは…

はじめての総代会議で何を発言すれば、ということからとまどいましたが、みなさんの熱意が伝わって話しやすい場になりました。

参加する前は正直特に関心もないし、面倒だなと思っていましたが、「こんなこともしているのかー!!」ととても興味深く話が聞けました。

(春の総代会議の参加感想より)

総代ってどういうもの?もう少し知りたい、と思ったらぜひ資料請求を!

資料請求締切 10月5日(金)まで

組合員であれば誰でも総代になれます

参加のお申し込みはお電話で(コープいしかわコールセンター)

☎0120-759-853



PC・スマートフォンでのお申し込みはこちら  
コープいしかわホームページアドレス

www.ishikawa.coop/

## コープマルシェ2018 能登 1日限りのお買い物市場がオープンです!

昨年南加賀で大好評だった企画の2回目です。カタログでおなじみの生産者・メーカーが能登にやってきます。事前申込制なので気になっていた商品やこだわり商品のお買い物をゆっくりとお楽しみいただけます。詳しくは、今週(9月3日)のおすすめ情報便をご覧ください。

日時 10月28日(日) 午前の部 10:00~11:30  
場所 宝達志水総合体育館 午後の部 12:30~14:00



## 理事会だより

2018年度 第3回 7月25日(水)開催

承認及び報告された主な議題は次の通りです。

### 決まったこと

#### 1. 6月度事業・経営報告承認の件

- 第19回通常総代会を6月13日(水)に石川県地場産業振興センターで開催し、全ての議案が可決承認されました。
- コープいしかわのエコセンターの落成式を6月14日(木)に澤山白山市副市長をお招きして開催しました。また、エコセンターで商品案内チラシの圧縮作業などを担う「株式会社コープいしかわ」では6月17日(日)からの事業開始に伴い新たに4名の障がい者を採用しました。

#### 2. コープいしかわ地域活動助成金運用規定改訂承認の件

### 報告されたこと

- 古府センター消防計画の策定について
- 2018年2月雪害を受けた災害時の対策強化(案)について
- 2018年度特定監事の選定、監事監査方針と監査計画について
- 第19期春の総代会議・欠席総代対応のまとめ
- 第19回通常総代会のまとめと次年度への課題
- 2018年度(第9回)コープいしかわ地域活動助成金選考委員の選任と今後の進め方について

### コープいしかわの姿

2018年4月1日~2018年6月30日

- 宅配事業供給高(億円)  
予算:32.6/実績:31.5/前年:31.7
- 店舗事業供給高(億円)  
予算:6.9/実績:7.1/前年:6.9
- 経常剰余金(万円)  
予算:837/実績:-563/前年:-171
- 出資金:60億5573万円(UP 4,962万円)
- 組合員数:154,271人(UP 562人)  
(カッコ内は前月比)

#### ■ 6月度安全確認情報 (5月21日~6月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
微生物検査	685品
残留農薬検査	8品
ヒスタミン検査	2品

#### ■ 組合員の環境貢献度(7月度)

商品カタログ回収率 **71.6%**  
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **37.8%**

おしえて!  
気になる!!

スッキリ  
解決!

組合員の声



Q かぼちゃが苦くて、薬品臭がします。どうしてですか?

A かぼちゃが畑で育つ間に、高温や乾燥にさらされると「クリスタル症状」という生理現象が発生する場合があります。これはかぼちゃの成分である糖質やデンプン質が果皮と果肉の間に白く結晶化する現象です。安全性には問題ありませんが、調理して食べると、この「クリスタル症状」は薬品臭い匂いやカビ臭い匂い、苦みを感じ、味も良くないため食べるには適していませんのでお申し出ください。



Q パイナップルの果肉に黒ゴマのようなものがたくさんついています。これはなんですか?

A パイナップルの種です。パイナップルは、同じ品種間では受粉できないため、通常は種ができることはありません。しかし、蜂などの昆虫によって、遠くに植えてある異なった品種のパイナップルと受粉が行われると、種ができることがあります。パイナップルの種は、皮と実の間にできるので、皮を厚めにむくと気が付かない場合がほとんどです。気になる場合は取り除いてお召し上がりください。





# CROSS WORD PUZZLE

□の中の文字をA～F順に並べて言葉を作ってください



## たてのカタギ

1. 県が経営または設置・管理すること。
2. マルシェの参加者募集
3. とうふや牛乳は〇〇登録で毎週お届け
4. 自分の生まれた家。さと
5. つりあい。均衡
6. 髪の毛
7. 掃除・炊事・洗濯・育児など
8. ヒストリー
9. 〇〇なで声。〇〇にかつお節



## よこのカタギ

1. 「セイアグリー〇〇〇〇卵」
2. 〇〇高く馬肥ゆる秋
3. ゾウに次ぐ大型の動物で、ツノを1～2本持つ
4. ピラミッドで有名な〇〇〇〇・アラブ共和国
5. ほ乳類の犬歯や門歯が発達したもの
6. When
7. ビーフは〇〇の肉
8. 葉が枯れたもの
9. 衛生的なオール〇〇・オールアウト方式
10. 〇〇〇と狸の化かし合い
11. 女性。〇〇〇会
12. ごはんの原料

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

正解者の中から抽選で30名の方にコープの商品を差し上げます。  
【締め切り】9月22日(土)

応募総数：816通  
正解：814通

7月号(7月2日発行)の答えは「ナツヤサイ」でした。正解者の中から30名の方にコープの商品をお送りします。  
※当選者の発表は、景品の発送をもって代えさせていただきます。



パズルの応募は下の編集室総合企画部行き用紙に答えを記入し生協店舗、宅配の担当者へお渡しください。ハガキやホームページ、下記の二次元コードからも応募できます。個人情報、景品発送、紙面編集に使用します。



【宛先】  
〒920-2148 白山市行町西1  
コープいしかわ機関紙編集部

## コープいしかわ連絡先一覧

- お問い合わせは、コールセンター  
**0120-759-853** 携帯電話からもつながります  
(月～金 8:30～21:00/土 8:30～17:30)
- 電話でのご注文は、注文受付専用ダイヤル  
**0120-502-882**  
(配送曜日当日 12:00～21:00/翌日 8:00～11:00)  
※土曜日11:00～翌週月曜日12:00までは注文の受付ができません。
- コープ共済センター  
**0120-44-9431** (月～金 9:00～18:00)
- やすらかコール(24時間葬儀受付)  
**0120-275-580**
- ケアセンター金沢デイサービスコープあいあい  
**076-292-3390** (月～金 8:30～17:30)
- コープたまぼこ  
**076-292-3338** (9:30～21:30)
- コープおおぬか  
**076-220-6688** (9:30～21:30)



<https://www.ishikawa.coop/contact/contact.html>  
メールからもお問い合わせいただけます

## 機関紙とらいあんぐる編集部 総合企画部

### 【第222号】 パズルの答

ふりがな \_\_\_\_\_ ペンネーム \_\_\_\_\_ )  
氏名 ( \_\_\_\_\_ )  
※紙面に紹介する場合がありますので、匿名希望の方はペンネームを。小学生以下の場合は年齢も記入。  
班名 \_\_\_\_\_ 電話( \_\_\_\_\_ ) - \_\_\_\_\_

お便り・わたしのお気に入り・みんなのレシピなど記入欄

ミニアンケート とらいあんぐるを読んで、よかったもの・面白かったものに3つまで○をつけてください。

<input type="checkbox"/> 産地・メーカーを訪ねて	<input type="checkbox"/> みんなのレシピ	<input type="checkbox"/> 組合員の声Q&A
<input type="checkbox"/> 特集～コープの子育て応援～	<input type="checkbox"/> あんあんニュース	
<input type="checkbox"/> くらし@マーク	<input type="checkbox"/> みんなの広場	