

とらいいんぐる

2019

3

Vol.228

特集

コープのバナナ

産地・メーカーを訪ねて

異製粉株式会社

「ブラウンサーブロール」

くらし@マーク

春のお肌とお手入れ

みんなのレシピ

春のお祝いメニュー

産地・メーカーを訪ねて

ブラウンサーブロール



ブラウン
サーブロールが
できるまで



小麦粉、イースト、仕込み水などをこねて発酵させた後、塩、砂糖、油脂その他の材料を入れてこねる。



生地のを分割して1個分にする。



ベルトとネットの間を通り抜けるとロール状に!



発酵後の生地をベルトコンベアへ並べてオープンへ。



温度38℃、湿度85%で発酵させる。



生地の形をチェックする。不良なものは取り除きます。

こんなにおいしいパンがあるなんて驚きでした

よい焼き加減で、ブラウンサーブロールがめっちゃおいしかった

焼きたてアツアツがとってもおいしかった。これから購入しようと思います

石川東地域協議会 商品学習会参加者の感想より

家庭で焼きたての味を ～ブラウンサーブロール～

外はカリッと香ばしく、中はふんわりの焼きたてパンが、家庭のトースターで2分でできる。それが「**CO-OP** ブラウンサーブロール」のファンが多い理由の一つです。生協の宅配でしか取り扱っていません。作っているのは、「めっちゃめっちゃ!ぶどうぱん」や「**CO-OP** 熟仕込み食パン」を製造している異製粉です。



組合員のために生まれた商品

ブラウンサーブロールとは、食べるときに焼きたての「褐色(ブラウン)」になるように「提供(サーブ)」されるロールパンのこと。アメリカでは一般的な商品ですが、日本で製造されるようになったのは30年ほど前。当時アメリカ視察でブラウンサーブロールを知ったならコープの職員が「組合員に手軽に焼きたてパンを食べてほしい」と、異製粉に製造を依頼したので。異製粉は三輪そうめんの原料である小麦を製粉する会社として1877年(明治10年)に創業。1973年(昭和48年)にパン部門と手延べそうめん部門ができました。依頼を受けて、長い歴史の中で培った経験から、パン作りには高タンパクのカナダ産とアメリカ産の小麦が適していると判断。アメリカでは冷凍商品でしたが、冷蔵保管ができるようにし、子どもも完食できる大きさにするなど改良を重ねて2年後に商品が完成しました。今ではコープ商品として全国の生協で愛されています。

製造中は慎重に、丁寧に

ブラウンサーブロールは、家庭で焼いて仕上げる前提で作っているため通常のパンに比べて低温で焼き、中まで火を通して焼き色は付けない半焼成の状態でも焼き色は付けない半焼成の状態でも焼きます。製造工程では、生地がとて柔らかく、少しの衝撃で崩れてしまうので、人の手で慎重に丁寧に扱います。また、ふわふわ感を持続させるために、小麦粉



製パン事業部 石井さん

待ち望まれた復活

実は一昨年の2月に工場で起きた火災のため、製造ラインが止まり、昨年11月ようやく再開しました。「あのときはご迷惑をおかけしました。心配してくださったコープいしかわの組合員の方から直接、「がんばってね」とお電話いただくこともあり、大変励まされました」と、最後に大堂事業本部長が感謝の気持ちを語りました。



大堂事業本部長

現在、
ブラウン
サーブロールは
5種類あります



4月から「全粒粉入り」が新登場!
小麦を丸ごと粉にした全粒粉を20%、小麦粉を80%使用し、健康に配慮しました。



今日のバナナ、どれにする？

バナナにもいろいろな味や食感がありますが、どのようなバナナがお好みですか？
現在、コープファミリーで取り扱っている8種類のバナナについて紹介します。
新商品もありますよ。 ※味覚の感じ方は個人差がありバナナの熟度によっても大きく異なります。

甘熟王プレミアムリッチ

3月登場
NEW!

小ぶりにサイズで上品な甘さ
フィリピン産 (次回3月3回)

標高600m前後の高地栽培。育成期間は14ヵ月。土づくりからこだわり、土壌分析の結果をもとに、栽培に適した園地を選び定植。有機質肥料を中心に施肥しています。

おいしいバナナを少しでも食べたいという声に応えた食べ切りサイズ。



約12cm

レギュラーバナナ(エコ)

3月登場
NEW!

さわやかな甘さのさっぱり系
フィリピン産 (毎回企画)

できるだけ有機肥料を中心に使い、農薬を極力抑えるため害虫が嫌う植物を植えるなど除草剤をしません。農園周辺の山里での植林、プラスチックの通い箱の使用など自然との共存を意識した環境で栽培しています。



バナナの洗浄水は、ろ過装置できれいな水に戻し、園地内の排水路に流しています。



インドネシア産バナナ

さわやかな香りとコクのある甘み
インドネシア産 (毎回企画)

赤道直下のスマトラ島を中心に、熱帯雨林地帯で栽培。さっぱりした味わいが特徴の、台湾バナナを起源とする台蕉種。さわやかな香りと、酸味が少なく滑らかな舌触りが特徴。2018年から生産量が増えてきた新しい品種です。



パッキングハウス

バナナ豆知識

硬めが好き？
熟したのが好き？

バナナにはカリウムが豊富

食後のデザートに食べることで塩分を排出することができます。

熟度で変わるバナナの栄養

バナナは、熟成するに従い青から黄色を経て茶色へと皮の色が変化していきます。実は熟度によってバナナに含まれる栄養素も変わってきます。

・「青めバナナ」は整腸作用に期待!

まだ熟しきっていない青めバナナには、食物繊維と同様の働きをする難消化性デンプンが多く含まれている分、特に「整腸効果」が期待できます。難消化性デンプンは熟成するにつれて分解されて糖化されていきます。



・「黄色バナナ」は美肌効果に期待!

ビタミンB群の中でもB2やナイアシン(B3)、B6は、「美容ビタミン」とも呼ばれ、体内の脂質や糖質、たんぱく質などのエネルギー代謝に欠かせません。黄色バナナはこの3つの含有量が果物の中で抜群に高いと言われています。



参考 バナナ大学 <http://www.banana.co.jp/index.html>

機関紙企画検討委員会で 食べ比べをしました



バナナは種類によって少しずつ味が違うことを発見できました。バナナ選びの決め手がなくて困っている人は「フェアトレード」「有機質肥料」などを手がかりにしてもよいですね。
丸川さん



小さめ1本
(100gあたり)
86kcalだよ。



朝ごはんやおやつに ホットバナナ

バナナを加熱すると糖分がUPします。バナナの皮をむき1本丸ごと、もしくはザク切りにし、電子レンジで30~40秒加熱します。

コープの 高原バナナ

園地指定

もっちりしてほのかに甘い
フィリピンミンダナオ島産 (毎回企画)

標高450メートル以上の高地で栽培。昼夜の気温差が大きいので、低地で栽培したものよりベタベタの量が多くなるので、甘くてコクがあります。栽培法はコープのフィリピン産バナナと同じです。



同じ産地でも
標高によって
甘さが違うんだね



コープの フェアトレード 有機バナナ

園地指定

さっぱりした甘みでよい香り
コロンビア共和国サンタマルタ産 (毎回企画)



カリブ海に面した自然環境を大切にしている地域の指定園地で栽培。有機栽培を基本にして、化学合成農薬、化学肥料は使いません。生産者が熱帯雨林・野生生物の生態系保護にも取り組んでいます。フェアトレードに認定された公正な取引先に基づくバナナで、一袋につき約4円を奨励金として現地の労働者の生活環境の改善に役立てられています。

コープの 田辺農園バナナ

園地指定

濃厚な甘みともっちり食感
エクアドル産 (毎回企画)

日本人の田辺正裕さんが標高約300mとエクアドルのバナナ産地ではかなりの高地で、赤道に近い場所にある田辺農園で栽培。甘さとコクに加え、酸味もあるのが特徴です。規格外のバナナや茎や葉などから作った堆肥を肥料として活用する「循環型農法」です。



甘熟王バナナ ややもっちり系の凝縮した甘み

フィリピンミンダナオ島産 (毎回企画)

標高700m前後の高地で栽培。昼夜の気温差が大きいので育成期間が通常の約10ヵ月に対し、甘熟王は約14ヵ月前後と長く、この差により、多くのデンプン質が蓄えられ、甘くなります。土壌バランスがよく、水はけ、陽当たりが良好な畑で、土壌にあった有機質肥料を中心にたっぷり栄養を与えています。





春のお肌とお手入れ

春は気温の上昇とともに皮脂や汗の分泌が多くなり、毛穴も開きやすくなります。春の正しいスキンケアを知って、トラブルに負けない美肌を作りましょう。

機関紙企画検討委員会のみなさんがスキンケアを教えてくださいました。



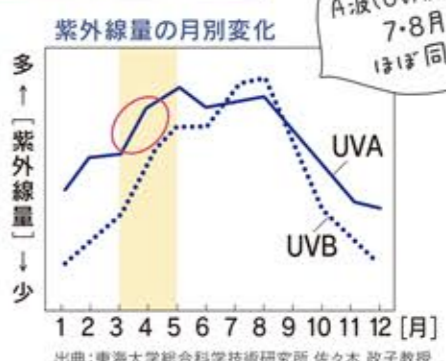
教えてくれた人!!



クラブコスメチックス 河本晏奈さん

春のお肌は不安定 紫外線にも注意!

春の肌は乾燥もするけどベタつきがち。そんな肌にホコリや花粉などの汚れが付着すると菌が繁殖しやすくなります。また、ストレスや気温変化によるホルモンバランスの乱れから、肌の生まれ変わるサイクルが低下し、くすみやくまがでやすくなります。紫外線量が急増するのも3月。春の紫外線(A波)量は7・8月とほぼ同じ。紫外線対策を怠ると、ある日突然シミやソバカスとなって現れます。



紫外線A波(UVA)の量は7・8月とほぼ同じ!

春のスキンケア3つのポイント

特に春は毛穴の汚れをしっかり落とし、シミ対策として美白効果のある化粧品を使うのがおすすめです。正しいスキンケアを知りベストコンディションで春を楽しみましょう♪



① クレンジングマッサージ

クレンジングはおもにファンデーションや口紅などの油溶性の汚れを落とし、毛穴の奥の汚れを落としてくれる効果があります。「CO-OP コールドクリームB」はマッサージクリームとしても使える一石二鳥のクレンジングアイテム。マッサージ効果で血行が良くなりお肌のトーンアップも期待できます。週に2~3回くらいを目標に!

マッサージにはこれがおすすめ!



CO-OP コールドクリームB (150g) (次回3月4回)

使用量は適量。少ないと摩擦や刺激の原因になり肌に負担が! (CO-OP コールドクリームの場合はさくらんぼ大が目安)



- 【step1】ほほのたるみを防ぐ
- 1 あご先からラセンを描きながら引き上げ、耳下腺を押さえる。
 - 2 あご先からラセンを描きながらこめかみを押さえる。
- 【step2】額の横じわを防ぐ
- 3 額の中心から大きくラセンを描き、こめかみを押さえる。

- 【step3】目の周りのしわ・くすみを防ぐ
- 4 目頭から目尻を通り、円を描くように目頭に戻り、目の下を通してこめかみを押さえる。
- 【step4】鼻の横じわ・小鼻の皮脂づまりを防ぐ
- 5 鼻筋は上から下に向かってなでおろし、小鼻は下から上に円を描くようにマッサージする。鼻の下、唇の下も小さく円を描くように。小鼻の周りは毛穴が詰まりやすいので丁寧に!
- 【step5】口元のしわ・口角が下がるのを防ぐ
- 6 下唇の中心から口角を持ち上げる。
 - 7 あごの中心から口角に向かってラセンを描く。
- 【step6】フェイスラインを引き締める
- 8 あご先からフェイスラインを通り、額の中心へ。額から鼻筋にそって下した後、鼻先から上に持ち上げる。



こんなにやさしいタッチですわー

時間に余裕のある時に、定期的に取り入れてみてくださいね



中指・薬指の指の腹全体を使ってこすらず、優しく行います。力を入れすぎるとしわの原因に!

細かいところは特に丁寧に!

② ふわふわ泡洗顔

洗顔で古い角質や汗、ホコリ、花粉などのおもに水溶性の汚れを落とします。クレンジングと洗顔料では、落とせる汚れが異なるので両方行うことをお勧めします。



- 1 泡立てネットを使って、弾力のある、もっちりとしたふわふわ泡を作り、きめ細かい泡を毛穴に滑り込ませるようなイメージで優しく洗う。
- 2 体温以下のぬるま湯で洗い流す。
- 3 タオルで軽く押さえるようにして、優しくふく。

NG 熱いお湯は必要な皮脂も流してしまいます。



しっかり泡立てると指が肌にあたらない!



CO-OP フェイスソープB (120g) (次回3月4回)

③ 洗顔後はたっぷり保湿

日焼けしにくい肌づくりとして化粧水をコットンに浸した『コットンパック』がお勧めです。潤ったお肌は日焼けしにくく紫外線ダメージを受けにくくなります。

- 1 コットンに化粧水をたっぷり浸して、額、ほほ、鼻、あごなど日焼けしやすい位置に置き、3~5分パックする。
- 2 コットンをはがし手でゆっくりと押さえてしっかりと肌に浸透させる。
- 3 乳液やクリームなどで潤いを逃さないように保護する。

NG 長くやりすぎると逆効果。コットンが乾いてしまうと肌の水分が奪われます。



肌がやわらかくなった気がする。こんなにゆっくり肌をさわったのは久しぶり。肌が明るく見えるわ。

※個人の感想です

春・夏に特におすすめ! 「CO-OP 薬用ホワイトニングシリーズ」

美白と保湿が同時にケアできるシリーズです。美白有効成分のビタミンC誘導体配合(薬用ホワイトニングゲルを除く)。メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぎます。また、新成分として、和漢植物エキスの他、肌の保湿機能やバリア機能をサポートする成分「浸透型セラミド」や、皮膚表面だけでなく肌の奥まで浸透して高い保湿力と持続性をもつ「浸透型ヒアルロン酸」を配合しました。 ※角質層まで

3月よりリニューアル



3月4回暮らしのパートナーをご覧ください。

薬用ホワイトニングラインナップ
左から 薬用ホワイトニングゲル/薬用ホワイトニングローション(しっとり)B/薬用ホワイトニングローション(さっぱり)B/薬用ホワイトニングミルクB/薬用ホワイトニングエッセンスB/薬用ホワイトニングUVベースクリームB/薬用ホワイトニングクリームB (医薬部外品)

みんなのレシピ大募集

お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。予めご了承ください。

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 「バラバラミンチを使った料理」
上記以外のもので、「おすすめレシピ」も募集します!

応募方法

- ①本誌裏表紙についている「お便り・わたしのお気に入り・みんなのレシピ・イラストなど記入欄」にご記入いただき、宅配担当者または店舗までお送りください。
- 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ホームページからも応募いただけます。

春のお祝いメニュー

組合員から寄せられました

みんなの
レシピ



あさりのクラムチャウダー

材料/4人前
あさり水煮缶……1缶 ベーコン……80g
じゃがいも……2個 ニンジン……1/2本
玉ねぎ……1個 セロリ……適量
牛乳……200ml 水……500ml
バター……10g 塩・こしょう……適量
クリームシチューの素……60g

30分 312kcal (1人分)

作り方

- ①ベーコン・じゃがいも・ニンジン・玉ねぎ・セロリを1cm角にカットする。
- ②鍋にバターを溶かし①を炒める。
- ③あさり缶を汁ごと入れて、水を加え、煮込む。
- ④シチューの素を加えてよく混ぜる。牛乳を加えてさらに煮込み、塩・こしょうで味を調える。

レシピ提供: 機関紙企画検討委員会
「シチューのルーを使って簡単クラムチャウダーに!」

コープ ベーコンスライス(80g×2)
(次回3月3回) 408円(税込)



炊飯器ケーキ

材料/1ホール(8人前)
卵……2個 バナナ……2本
砂糖……30g バター……20g
ホットケーキミックス……200g
プレーンヨーグルト……50g

10分 177kcal (1人分)
※調理時間(炊飯時間は含まれていません)

作り方

- ①ボウルにバナナを入れてつぶし、卵・ヨーグルトを加えてよく混ぜ合わせる。
- ②バターを500Wの電子レンジで30秒程加熱して溶かす。
- ③①に②・砂糖・ホットケーキミックスの順に混ぜ合わせる。
- ④炊飯器の内釜に③を流し入れ、炊飯スイッチを入れる。竹串を刺して生地が付いてこなければ粗熱を取り、生地を取り出す。生地が付いてくる場合はもう一度炊飯スイッチを入れ、様子を見ながら加熱する。
※炊飯器の種類によって加熱時間が異なります。

レシピ提供: 能登町 きのこさん
「アレンジで、チーズ、ウインナー、ピーマン、きのこ、玉ねぎ、さつまいもなどを入れると「ケーキサレ」にもなります」

コープ ホットケーキミックス
(200g×4袋)
(次回4月3回) 268円(税込)



手まり寿司

30分 447kcal (1人分)

作り方

- ①ラップに寿司ネタを置き、その上に酢飯をのせ丸く包む。
- ②酢飯をラップで丸く整え、解凍したむきえび、いくら、きゅうりやラディッシュなどを飾り付ける。
※ピンクの酢飯は桜でんぶを酢飯に加えて作る。
※薄焼き玉子を作ってリボン風に。

レシピ提供: 機関紙企画検討委員会
「カラフルでかわいく春の食卓を彩ります」

材料/2人前
酢飯……400g 桜でんぶ……適量
お好みのお刺身……適量 卵……1/2個
ブリッとむきえび……2個 きゅうり……適量
ラディッシュ……1個 菜味……適量
大葉……1枚



コープ そのまま食べられる
ブリッとむきえび(120g)
(次回3月4回) 410円(税込)



春の山菜の和え物

材料/2人前
山菜ミックス……20g ふきの水煮……30g
菜の花……100g ニンジン……1/8本
塩昆布……適量

15分 26kcal (1人分)

作り方

- ①山菜ミックス・ふきの水煮はさっとゆでる。
- ②ニンジンは細切り、菜の花は2~3cmにカットしてゆでる。
- ③①・②・塩昆布を加え、和える。

レシピ提供: 加賀市 橋口 由紀子さん
「塩昆布と山菜がマッチします」

国産ふき水煮(200g)
(次回4月1回) 300円(税込)

商品情報はホームページで
第58話

1 この商品、美味しそう！
食べてみたい！

2 でも、どんな材料で作られて
いるのかしら？

3 コープファミリーに掲載している
商品の原材料名や栄養成分などの
情報を確認できるよ！

4 トップ画面にある
このボタンから商品名などを
入力して検索してね

検索にするわ！

コープファミリー
商品情報検索

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.60-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、字通り、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。



組合員さんの声 Q & A

実際に安全政策部に寄せられた質問にお答えします！

Q1 さつまいもの一部が黒くて気持ち悪い…。これは何？

A1 「ヤラピン」と呼ばれる成分です。

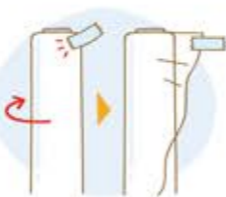
「ヤラピン」とはさつまいもに含まれている栄養成分で、切り口や葉・茎から出た乳液(ヤラピン)が、空気に触れることで酸化し、黒ずんで固まったものです。食べても問題はありませんが、気になる場合は取り除いてお召し上がりください。



Q2 ラップの端をうまく引き出すことができずぐちゃぐちゃに…。
何かいい方法はないの？

A2 セロハンテープを使うと簡単に引き出すことができます。

本体をまわしながらラップの隅をセロハンテープで軽くベタベタと触れていき、端を見つけたらゆっくりと引き出してください。このとき、爪や刃物でひっかいてキズをつけてしまうと、ラップがさらにくっつき、引き出しにくくなりますので、ご注意ください。



Q3 飲み残したペットボトルのお茶を部屋に置いておいたら、
数日後に白く濁ったものがフワフワと浮いていた。
これは何？寒い時期でも品質に影響はあるの？

A3 白く濁ったものの正体は、カビです。

寒い時期でも
油断は禁物！



一度開封してしまうと空気中の微生物、カビなどの影響を受けてしまいます。保存温度などによって差はありますが、微生物やカビの増殖、品質の劣化を避けることはできません。開封後は季節を問わず冷蔵庫に保存し、なるべく早くお召し上がりください。

なるほどザ商品

こんな声がありました！
チョコレートに
白い粉が
ついてます…

白い粉の正体は？



もしかして
カビ？

「ブルーム現象」によってできた 脂肪分の結晶です

「ブルーム現象」とは、チョコレートに含まれているカカオバターが高温で溶けて表面に浮き出し、冷えて固まった際に白い粉がついたように見える現象です。カビと間違えられることもありますが、チョコレートは水分が少ないため、カビが発生することはありません。食べても問題はありませんが、チョコレート本来の美味しさが失われており、風味や食感も異なって感じられます。

「ブルーム現象」を防ぐために…

カカオバターは28℃前後で溶け始めます。
以下のポイントに注意し、冷暗所で保管しましょう。

- ポイント
- 高温・多湿を避け、直射日光にあてない
 - 暖房の効きすぎた部屋に置かない
 - 火のそばやストーブ、ヒーターなどのそばに置かない



豆知識 他の食品でも

ブルーム現象はチョコレートだけでなく、
カレーやココア、脂質の多いクッキー
などでも起こることがあります。

ブルーム現象の
由来は「花が咲く」
「蠟粉(ろうふん)」という
意味の単語
「bloom」から





「身近な出来事やイラスト」「テーマトーク」募集中!

娘の旅立ち

4月から娘が東京に就職します。コープのチラシを見ながら、娘と商品を選んでいたので、話し相手がいなくなり寂しくなります。残りの期間、おいしい食事を作ってあげたいと思います。

かほく市うりぼう

パパの楽しみ

コーヒーが大好きなうちのパパ。「あ〜スタバに行きたい!」と叫びながら、休みの日は、2人の息子たちと体をはって遊んでくれて助かっています。そんなパパも子育ての隙を見つ

うちの家内

結婚して48年。若い時はつらい時も多々あったが、定年後は2人仲良く毎日ランチなどいつも出歩いています。しかし、70代に入ったら2人とも足腰が悪くなり、いつまで仲良く出歩いているのが続くやら。

加賀市リクじい

買い置き

ポイント5倍デーに使命のように買い物する妻。「要るときに買えばいいのに」と思っても言えない気の弱い自分。ああ、無駄に増える買い置き。

七尾市こくろうさん

わが家のお茶

うちの娘は現在26歳。約20年以上前からコープのルイボスティーを飲んでます。わが家のやかんの中には一年中ルイボスティーが入っています。今でこそスーパーに置いてあるのが当たり前になりつつありますが、わ

けて、小川珈琲を自分で淹れて楽しんでます。また箱買いしなくっちゃ! ホツとひと息の時間は大切ですね。

羽咋市まゆりんた

曜日感覚

仕事を辞め曜日がわからなくなつた今日この頃。生協の日だけは頭に入っているから良かった。

能美市若いオバちゃん



金沢市 みほっこ

冬のスイカ

冬に北陸新幹線に乗った時のこと。「お客様の中心にSuica(電子マネーカード)を落とされた方がいらつしやったら車掌までご連絡ください」と車内放送。隣のおばさん「あらあ、こんな冬に西瓜持つて乗ってたんやね。割れたやろね……」と。

金沢市のりじい

子育て卒業?

昨年春、末っ子が社会人となり、子育て卒業と思いきや、仕事ができているのか、毎日自炊できているのか心配で心配で……。子育て卒業はまだです。

中能登町メイプルちゃん



加賀市 宮本 美知子

次回のテーマトークのお題は「母から教わったこと」



お弁当作りからの卒業

74歳になり、いつ白髪染めから卒業しようかと思っている今日この頃です。白髪では老けて見えちゃうから、その分おしゃやれでなくてはならないと思ひ、なかなか決断できません。

かほく市マコばあちゃん

結婚後、初めて作った主人のお弁当は玉子焼き、とり照り焼き、

春になると

春になると、新しい環境へと一歩を踏み出す人があちこちで見られます。わが家の娘も、5年前に県外で一人暮らしを始めました。親の心配もどこ吹く風で、娘は水を得た魚のように生き生きと学生ライフを送っています。時折、自作の料理や友人との写真が送られてきて楽しい話を聞かせてくれます。その反面、学生証とクレジットカード入りのお財布を落とした事。風邪をひいて何とか病院を探して歩いて行った事。寝坊してギリギリで講義に間に合った事などヒヤヒヤした話も聞きました。そばにいと、何かと世話を焼く私も駆け付ける事はできません。困難を乗り越えるたびに成長する姿を頼もしく感じました。その度に、家族のありがたさも実感したようです。気付かぬうちに私たちは、親離れ子離れを経験しました。春は、誰にとっても新しい扉を開ける季節。自分の決断で未来は良い方向に輝くと信じています!

よし! 今日張り切って行きましよう!



機関紙モニターによるエッセイ

書き人 高井美紀子

ウインナー作り

日程 1月17日(木)
場所 小松センター
主催 南加賀地域協議会
講師 (株)鎌倉ハムクラウン商会
参加者 13名



親子で豆まき&リズムあそび

日程 1月28日(月)
場所 金沢市教育プラザ富樫
主催 石川西地域協議会 参加者 大人32名 子ども29名



CO-OP 掲示板

コープいしかわの ホームページリニューアル! & 公式Facebook開設!

ホームページ

パソコンでもスマホでも見やすくなりました!



画面はイメージです

もっと暮らしに役立ち、コープが身近に感じられる、そんなページをめざしてコープいしかわのホームページが新しくなりました。リニューアル&Facebook開設を記念して、Facebookでお披露目クイズを実施します。



コープいしかわ 検索

新企画 生協男子×生協女子 宅配ブログ

配達担当者と組合員さんのほっこりエピソードなどを紹介



これまでのホームページをお気に入り登録している場合でも新ホームページへつながります。お使いのパソコンやスマホなどによっては、旧画面を表示する場合があります。その場合「更新」ボタンを押す、「Shift」+「F5」ボタンを押す(パソコンの場合)などして最近の情報を読み込んでください。

New!

フェイスブック



画面はイメージです

コープいしかわの最新情報のほか、宅配やお店のお得情報も発信。組合員レポーターによる地域協議会行事の報告もあります。

お披露目クイズに答えてポイントGET!

コープいしかわ公式Facebook内でクイズを発表します。クイズ専用フォームから解答を入力して応募すると、

正解者の中から抽選で **200** ポイントを進呈!

出題予定週

3月11日～15日・3月18日～22日
3月25日～29日

※当選発表…当選者のみハガキにてご案内します。

出題予定期間や回数、応募・発表方法は予告なく変更になる場合があります。詳しくはコープいしかわ公式Facebookをご確認ください。

引越し予定の組合員の方へ

県外の場合 コープいしかわの脱退手続きが必要です。出資金をお返しいたします。

県内の場合 転居先をお知らせください。新しい配達曜日や時間をお知らせします。

ご連絡はコールセンターまで **0120-759-853**

転勤などで引越しされる場合は、お早めに生協までご連絡ください



理事会だより

2018年度 第9回 1月30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. 12月度事業・経営報告承認の件

- 東京大学大学院教授佐々木敏氏を講師として「食と健康～健康は自分を知ることから～」を開催し80名が参加しました。参加者は食生活に関する自己診断の結果を基に、栄養摂取量や改善方法などの解説を通して、食習慣を知り食生活を見直す大切さについて学びました。
- 新任総代セミナーを県内4会場で開催し、新しく就任した総代79名が総代の役割や活動内容、生協の歴史について理解を深めました。

2. 第20回通常総代会招集に関する理事会決定事項承認の件

3. コープ共済連 臨時総会議案に対する組織判断承認の件

4. 2018年度(第9回)コープいしかわ地域活動助成金助成団体および助成金額承認の件

報告されたこと

1. 第20回通常総代会運営方針について
2. 第20期新任総代セミナーまとめ

コープいしかわの姿

2018年4月1日～2018年12月31日

■ 宅配事業供給高(億円)

予算:104.5/実績:101.0/前年:100.5

■ 店舗事業供給高(億円)

予算:21.4/実績:22.2/前年:21.3

■ 経常剰余金(億円)

予算:1.94/実績:1.75/前年:1.81

■ 出資金:63億4,171万円(UP 4,303万円)

■ 組合員数:157,219人(UP 392人)

(カッコ内は前月比)

■ 12月度安全確認情報

(11月21日～12月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	275品
定例企画商品	337品
残留農薬検査	7品
DNA検査	1品
産地判別検査	1品

■ 組合員の環境貢献度(1月度)

商品カタログ回収率 **63.5%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **30.9%**

おしえて! 気になる!!

スッキリ 解決!

組合員の声

Q & A

Q りんごの表面がぬるぬるしていました。ワックスなのでしょうか?

A これはワックスではなくりんご自体が出す成分です。りんごは熟してくると内部のリノール酸(密分の一)などを分泌し、りんごの表面の物質と溶け合い油を塗ったような状態になります。りんごが自ら水分の蒸散を防ぐ生理作用でもあります。リノール酸は不飽和脂肪酸の一種であり、害はありません。りんごが熟してきたという食べ頃のサインとなります。



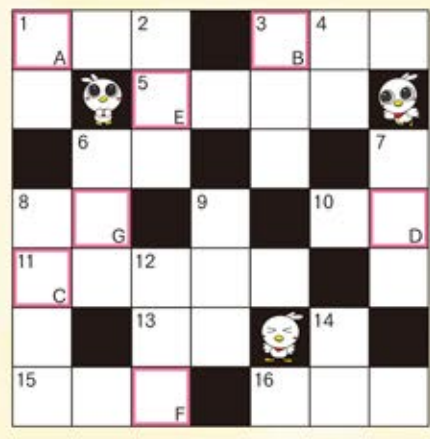
Q レタスの芯の切り口が赤茶色に変色していました。どうしてですか?

A 褐変(かっぺん)という生理現象です。レタスの断面が空気に触れると、ポリフェノール色素(レタスを切ると出る白い乳液中に多く含まれる)が酸化し、赤茶色に変色します。この現象は、切り口を守るレタスの自然の反応です。食べても問題ありませんが、気になる方は変色した部分を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～G順に並べて言葉を作ってください



志ての力ギ

1. 漢字では「鱒」と書く
2. 「○○○」追いつ、かの山…
3. ネットを挟んで行う球技で、球を打ち返し攻め合うこと
4. 1から9までの掛け算表
5. 中華の甘酸っぱい定番料理
6. 教えをうけ、世話になった先生
7. 好きな飲食物
8. 眠くなったら出るもの
9. 行儀、作法
10. ○○からばたもち

大この力ギ

1. 異製粉の「めちゃめちゃ!○○○ぱん」
2. オチが付く伝統的な話芸
3. 震災復興のシンボル、○○○○鉄道
4. ○○花粉の季節到来
5. 転んで額に○○ができる
6. ○○を天に任せる
7. 和歌に多く詠み込まれる名所・旧跡。天橋立や松島など
8. 車などを目的地にまで導くこと。また、導くもの
9. 観光旅行。小旅行。バス○○○
10. 南国からやってくる黄色い果物。

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



応募総数：859 通
正 解：852 通

1月号(1月7日発行)の答えは「コープクラブ」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室

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】3月16日(土)

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)

機関紙とらいあんぐる編集部 総合企画部行

【第228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。
在住市町 _____ 電話 _____
お便り・わたしのお気に入り・みんなのレシピ・イラストなど 記入欄 (5月号掲載)

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～コープのバナナ～	<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	