



【環境】地球の環境を守り続けることができたなら

サンゴ植え付け活動支援

もずくを食べてサンゴ保全活動に協力します。

エシカルってなあに？

エシカル消費は倫理的消費とも言われ、商品の購買を通して震災復興の支援、社会的問題の解決や寄付など「ちょっとだけ人や自分のためになる」ことを行うことができる消費のことです。あなたも知らず知らずのうちにエシカル消費者？今回は「COOP 味付もずくシリーズ」を利用することがサンゴを保護し育てることにつながるお話です。



サンゴ基金対象商品

サンゴ基金対象商品マークのある商品を利用すると、1パックにつき1~2円がサンゴ基金として積み立てられ、環境保全の活動につながります。



COOP 味付太もずく(個食パック)
(55g×4) (次回6月3日)265円(税込)

もずくの産地 沖縄県恩納村

「COOP 味付もずく」の産地である恩納村は、沖縄県中央部西海岸に位置する人口約1万人の細長い村です。遠浅のサンゴ礁の海が広がり、きれいな海水と安定した水温、豊富な太陽の光が良質なもずくが育つ環境に適しています。



恩納村

沖縄県

サンゴ植え付け活動

サンゴは海の生き物にすみか食べ物を提供し豊かな生態系を維持する役目を果たし、もずくの生育にも良い影響を与えます。しかし、近年の海水温上昇によりサンゴが白化し、貴重なサンゴ礁が減少しています。そこで、恩納村漁協ではサンゴ植え付け活動により親サンゴを育て、親サンゴが産卵することにより、サンゴの自然発生を促す事業に取り組んでいます。

白化したサンゴは光合成ができなくなり、やがて崩れてしまいます



白化したサンゴ



サンゴの植え付け



植え付けから約2年後のサンゴ

2018年度サンゴ基金の贈呈

2018年度分のサンゴ基金として、コープいしかわより124,559円を贈呈しました。基金は沖縄の海のサンゴ植え付け活動費用などに充てられます。

恩納村漁協にサンゴ基金を贈呈する安部常任理事 ▶



組合員どうしの教え合い おうちでできるワンポイント体操

心と体を整える

ちょっとひと息

Refresh Time

リフレッシュタイム



梅雨時はなんとなくだるくて気持ちがめいってしまいがち。姿勢を正し、鼻呼吸を意識し、肩甲骨や胸を開いて心と体を整えましょう。教えてくださいるのは教え合い講師であり、体力メンテナンス協会の体力指導士でもある池田由衣さんです。

POINT

骨盤を立てて、姿勢を正す
両手でお尻の肉をかき上げて座骨を安定させ、お腹に力を入れて骨盤を垂直にする



STEP

1 あぐらの姿勢になり、両手を前で組む。

POINT

肩甲骨を開く
手と体になるべく遠くなるように伸ばす



STEP

2 鼻から大きく息を吸い、口から「ふーっ」と吐きながら両手を前方に伸ばす(3秒)。

POINT

胸を開く
肩甲骨を寄せる



STEP

3 両手を後ろで組んで、鼻から大きく息を吸い、口から「ふーっ」と吐きながら胸を広げる(目線はやや上。3秒)。

起床時、リラックスしたい時、お風呂上がりなどに行くと効果的です。あぐらの姿勢がとれない人は椅子に座って行ってもいいですよ。

九州産 大麦若葉の粉末青汁

(3g×30本)

(次回6月4日) 950円(税込)



2歳になる娘が青汁好きで牛乳に溶かして飲んでみました。さっと溶け、甘みもあってとても飲みやすいのにびっくり！
金沢市 さっちゃんさん

北海道やまいものふわふわ豆腐ステーキ

(280g・4個)

(次回7月1日) 430円(税込)



豆腐嫌いの子どもも大好きでパクパク食べます。おかず一品増やすと喜びます。
加賀市 たくさん

My Favorite
わたしの
お気に入り

あなたのお気に入りの生協商品を教えてください！



五目汁なし担々麺

(566g・2食)

(次回7月2日) 430円(税込)

電子レンジでチンするだけなのに味は本格的。麺はモチモチで具はたっぷり。週末のランチにピッタリです。
金沢市 まあゆうママさん

もち麦

(800g)

(次回7月1日) 430円(税込)



もち米を食べているようにモチモチな食感。食物繊維もたくさん取れるところも嬉しいです。2歳の娘も大好きです。
羽咋市 もちさん



骨まで丸ごと甘酢味(さんま)

(240g・6~8切) 397円(税込)

お弁当にちょうど良いサイズ。主人が「味のアクセントになる」って喜ぶので冷凍庫に切らさないようにしています。
能美市 まさみさん