

とらいあんぐる

2020

4

Vol.241



特集

コープいしかわ20周年企画①

コープいしかわ
二十歳の歩み

産地・メーカーを訪ねて
今川醸造

生協10の基本ケア その5

みんなのレシピ
おうちで中華

コーサけとコボ丸

コープいしかわ20周年



今川醸造 (金沢市)



今川さんの酢の種類と使い方



純米酢

原材料は米だけ。素材の味を引き立てるので、酢の物などにぴったり。石川県産コシヒカリに舟木屋の麹を加えてお酒を造り、それをベースに酢を造ります。

純米酢と米酢の違い
酒に穀物アルコールを少し入れて発酵を促し、手頃な価格にしたのが米酢です。

ミックスキャロットに少し入れて飲むと、さっぱりとした感じになりますよ

純米酢(500ml)〈毎週企画〉284円(税抜)



三杯酢

米酢に舟木屋のしょうゆと味の母と砂糖を加えたもの。

金沢発の三杯酢(360ml)〈次回4月3回〉じわもーる 435円(税抜)



すし酢

米酢に砂糖と塩を入れたもの。お寿司はもちろん、なますなどにも手軽に使えます。

今川さんのこだわりのすし酢(360ml)〈次回4月4回〉じわもーる 620円(税抜)

酢にはクエン酸や、ロイシンなどのアミノ酸が含まれているので、酸っぱい感じがとろいんですよ



すし酢にミニトマトやきゅうりなどの野菜を漬けてピクルスにしています。お弁当のすき間埋めにもなりますよ。



「私たちがおすすめ!酢の使い方!」
今川社長と機関紙企画検討委員

ごはんを炊く前に酢を少し入れ、お弁当の食中毒予防をしています。

焼き魚に酢を少しかけて食べています。さっぱりしておいしいです。

大根おろしに三杯酢をかけて食べるのにはまっています。



静置発酵の特徴である酢酸

酒造りから始める 伝統的な静置発酵法



純米酢(500ml)〈毎週企画〉284円(税抜)

今年がコープいしかわ創立20年。それより前の旧石川生協創立時からずっと組合員に愛されてきたいまから今川醸造の酢。昔ながらの醸造法をひたすら手間ひまかけて守っています。

仕込みから3カ月。酒(もろみ)ができるまでと機械で絞り、酒と酒粕に分けます。酒は管を通して酢の蔵へ運ばれ、種酢と湯を加えます。発酵が始まると40度前後になり、冷えないようタンクにむしろや毛布を巻いて大切に保温します。1週間程で表面に酢膜が現れ、毎日その様子を見守ります。ここから約4カ月。蔵の中にすみついた菌も加わり、まろやかでおいしい酢になります。そしてさらに1カ月、熟成させてあげます。「発酵って不思議や。菌ってすごいなと思うね」。この感動が、手間ひまかかる伝統的な静置発酵法を今も続ける原動力なのかもしれません。

種酢を加えて発酵



い香りも漂っています。朝4時半から晩の7時頃まで「權(かい)」と呼ばれる長い棒を使って何度も酒をかき混ぜ、発酵を促します。「会合で飲みに行っても、帰ってくると權を使ってるね。プチプチと生きているのを見ると使ってるやらないとね。自分だけの都合ではまずいし」と今川社長。



まずは酒造りから
国産うるち米、米、水を原料に米を蒸すところから酒造りは始まります。訪問したのは2月17日。1月に仕込んだ酒がタンクの中でプチプチと音を立てていました。日本酒の

静置発酵とは

酢の製造法には速醸造法、準速醸造法、天然醸造法などがあります。「速」としているものは1週間から20日間程の短期間で製造できます。一方、天然醸造法は静置発酵と呼ばれ、約4カ月かけてタンクでゆっくり発酵させます。その中でも今川醸造は、まず酒を造ってから酢を造るといって日本でも数少ない造り方をしています。時間と手間がかかりますが、うまみと香りのあるまろやかな酢ができます。

昔は薪や石炭を使って釜でお米を蒸していました



創業は大正12年(1923年)
初代が酢造りを学び、河北郡八田町(現金沢市八田町)で事業を起したのが大正12年。その後、昭和16年にかけて酒造会社があった野町に移転します。現在も築170年の蔵で、3代目今川英雄社長に受け継がれ、酢が造られています。

～共済～ 助け合いの輪が ひろがって

組合員同士が暮らしを助け合う目的で生まれたコープ共済。「もっと暮らしに必要な保障を」という組合員の切なる願い…。その願いに応じて、コープ共済は加入者の輪をひろげて、充実した保障を実現してきました。

CO・OP共済《たすけあい》にずっと加入しています。加入している間に、保障内容が見直されてどんどん良くなっているのがすごいなと思います。みんなでつくる助け合いの輪なんです。

金沢市 Tさん



2005年 コールセンターができました

それまで各配送センターで受けていた電話をコールセンターで受けることでサービスの向上につなげました。



生協に電話をすることが度々あります。おたたく挿していただき、そぐれに勉強をしっかりとておられるなあと感心しております。

わが家のつばきより



2005年 葬祭事業「コープ葬やすらか」

価格体系がわかりにくいなど葬儀に関する疑問や不安をなくしたいという期待に応えて葬祭事業がはじまりました。オリジナルのエンディングノートも作成しました。



コープ葬の学習会(2019年)

コープいしかわ 二十歳の歩み

2000～
2009

特集

コープいしかわ
20周年企画
①

2020年度はコープいしかわ設立20周年。みんなで歩んだ20年をコボ丸と一緒に振り返ります。今月はその第1弾! コープいしかわ誕生からの10年間をたどってみましょう。



2000年
コープいしかわ
誕生!

組合員数も約2倍に!!

2020年
15万9,657人
(2020年1月末現在)

2000年
8万3,357人

今では石川県内で
3軒に1軒が
加入しているよ



(世帯加入率34.0% 2020年1月末現在)

<p>2000年 介護保険制度開始</p> <p>コープいしかわ誕生</p> <p>個人別仕分け・カタログ回収開始</p> <p>有償ボランティア「暮らし助け合いの会」設立</p>	<p>2001年 米同時多発テロ</p> <p>インターネット注文 eフレンズ開始</p>	<p>2002年 食品偽造事件</p> <p>8週間宅配手数料が無料になる「赤ちゃん宅配」導入</p> <p>当時の個人宅配手数料は350円</p>	<p>2003年 鳥インフルエンザ発生</p> <p>リサイクルのため通い箱内袋・注文書袋の回収開始</p>	<p>2004年 新紙幣発行</p> <p>牛乳・卵の定期登録開始</p> <p>受発注システムトラブル発生</p>	<p>2005年 愛・地球博開幕</p> <p>コールセンター開設でサービス向上へ</p> <p>高齢者向けの「ほほえみ宅配」導入</p> <p>葬祭事業開始</p>	<p>2006年 携帯用地図アプリ「ワンセグ」開始</p> <p>ケアセンター金沢を開所し訪問介護事業など開始</p> <p>おしゃべりコープ開始</p> <p>子ども安全パトロールの取り組み開始</p>	<p>2007年 能登半島地震発生</p> <p>子育て世帯向け「すくすく宅配」導入</p> <p>居宅介護支援事業開始</p>	<p>2008年 冷凍ヨーグルト事件 リーマンショック</p> <p>金沢豪雨災害 ボランティア実施</p>	<p>2009年 裁判員制度開始</p> <p>デイサービス「こーぶあいあい」開所</p>
--	---	--	--	--	---	--	--	--	---

20周年記念ロゴできたよ!

20年の感謝を込めて20周年記念事業が続々!! とらいあんぐるでも20年を振り返るシリーズ企画が6月から始まります。

これから始まる! 20周年記念事業

6月	宅配	ご利用感謝ポイント還元、コボ丸を探せ!、川柳募集
7月	店舗	夏休みわくわく体験教室、子ども店長体験など
秋	店舗	ラブコープ総選挙 20周年記念セール
10月	宅配	ご利用感謝ポイント還元、コボ丸を探せ!、写真募集

2000年 不要なカタログ回収 2003年 通い箱内袋・注文書袋の回収がはじまりました

個人別仕分けによって増えた通い箱内袋や注文書袋を回収してほしいという声に応じて回収がはじまりました。これからはご協力をお願いします。

カタログ回収率 **74%**
内袋回収率 **26%**
(2020年2月末現在)



2018年からはエコセンターで回収したカタログや袋をリサイクルするために加工してるよ

2001年 いつでも、どこでも注文! eフレンズスタート

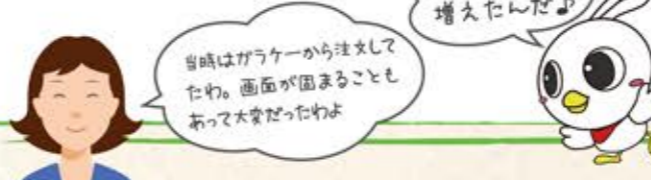
それまでは、注文用紙と電話でしか注文できませんでしたが、パソコンや携帯電話からでも注文できるようになりました! eフレンズなら配送翌日の締切時間まで注文でき、注文履歴も残ります。「お気に入り登録」をした商品は買い忘れがなくて便利です。

お気に入り登録件数 **第1位**

冷凍 きざみうす揚げ

注文方法が増えたんだよ

当時はガラケーから注文してたわ。画面が固まることもあって大変だったわよ



2000年 念願の個人別仕分け開始!

昔はグループ(班)単位で商品が届けられたので、班の中で商品を仕分けする必要があったんだよ。

商品を並べて仕分け(2000年)

コープいしかわと同級生! おばあちゃんの代から生協に入っていました。小さい頃からコープ牛乳が大好きです。人の役に立てる仕事をしたくて、コープの職員になりました。

コープおめか 平澤さん(19歳)



※商品の取り扱い状況、パッケージデザインは、変更になる場合がありますのでご了承ください。

生協10の基本ケア その5

「生協10の基本ケア」とは、生協の福祉事業において、その人自身が生活の質(QOL)を高めることを最終目的としたケアで、10項目の方針があります。今回は第6章「座って会話をする」、第7章「町内におでかけをする」について紹介します。

座って会話をする

座って会話をする目的と効果

「座って会話をする」は認知症の理解とケアを目的とする章です。高齢者や認知症の方と接するときに、目線を合わせて話すことを指しています。

- 目線を合わせることで相手に威圧感を与えません。
- 高齢者や認知症の方は視野が狭くなる、認知機能の衰えによって近くのものに気付きにくくなるという特徴があります。そのような認知機能の変化に合わせ、視線をしっかりとつかみ、意思疎通をすることが大切です。



生協10の基本ケア

- 第1章 換気をする
- 第2章 床に足をつけて座る
- 第3章 トイレに座る
- 第4章 あたかい食事をする
- 第5章 家庭浴に入る
- 第6章 **座って会話をする**
- 第7章 **町内におでかけをする**
- 第8章 夢中になれることをする
- 第9章 ケア会議をする
- 第10章 ターミナルケアをする

コープいしかわの福祉サービスでは

ベッドで横になっていたり、座っていたりする高齢者・認知症の方に話しかけるときは、なるべく目線を合わせて話す姿勢を心がけるようにしています。また、認知症の方は不安や疎外感を感じやすく、冷たい態度にも敏感です。「あなたの味方ですよ」という気持ちを込めてほほえみかけるようにしています。ゆっくりと丁寧に話しかけ、ときには手や肩などにやさしく触れるスキンシップも心がけています。



職員都合ではなく手をとめて利用者さんと向き合い寄り添うケアを心がけています

福祉事業部 執行役員 木倉 正規さん

町内におでかけをする

町内におでかけをする目的と効果

町内におでかけをして、社会性を取り戻すことを目的としています。家や施設の中だけの生活ではストレスがたまってきます。町内におでかけすることは生活リハビリの達成に大きな効果を発揮します。



コープいしかわの福祉サービスでは

1 自立意欲の回復

家だけの生活ではすべての機能が衰えてしまいます。下肢の筋力づくりのリハビリとトイレでの排泄ができれば、でかけることができます。おでかけすることによって自立意欲が回復します。



2 買物、外出で生活の再建をする

買物に行くことが生活習慣だった方から役割を奪うと、認知症が進んだり外にでかける機会が減って身体の機能が低下したりします。買物に行くことは、生活をとり戻す重要なケアです。



3 地域につながりと居場所ができる

地域にでかければ顔なじみになります。地域とのつながりをつくることで会話も増え、落ち着ける居場所ができます。



肩こり解消体操

ちょっとひと息

Refresh Time

リフレッシュタイム



4月は何かと「新」のつく行事が多く、緊張して肩が凝っていることがあります。簡単な体操で肩周りをほぐしましょう。コープいしかわ教え合い講師、体力メンテナンス協会体力指導士の池田由衣さんに教えていただきます。



肩こりは血流が滞っているために起こります。気が付いたら、この体操をしてみてください。

炭火 やきとりもも串 (振り塩) (540g・20本) (次回4月4回) 898円(税抜)



そのままはもちろん、ゆずこしょうのせ、わさびマヨネーズのせ、梅マヨネーズのせ、アボカドと一緒に丼と、いろいろな味で楽しんでいます。 金沢市 いっちゃんさん

おおきな肉だんご (125g×2) (次回4月3回) 274円(税抜)



1個が大きいサイズのため食べごたえがあり、忙しいときの強い味方です。ホットサンドや、おにぎりの具として丸々1個中に入ると子どもたちも喜んで食べてくれます。 中能登町 ゆかぼんちゃん

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!

国産牛すじ煮込用 (250g) (次回4月3回) じわもーる 538円(税抜)



大根との相性がバッチリで、主人や娘、2歳の孫も喜んで食べてくれます。 能美市 中本 孝子さん

国産豚ロース

しゃぶしゃぶ (300g) (次回4月3回) 498円(税抜)

豚ロースを1枚ずつ丸めてマヨネーズ(小麦粉と卵の代わり)とパン粉を付けて揚げ焼きにすると、子どもたちもやわらかくて食べやすいようです。息子から「また作って!」とリクエストも! 内灘町 どんさん

くつつかないホイール (25cm×10m) (次回4月4回) くらしのパートナー 298円(税抜)



フライパン、ホットプレート、オーブントースターで料理するときに敷くと、くつつきにくく、片付けも楽で愛用しています。

羽咋市 春の足音さん



みんなのレシピ大募集

お好きなCOOP商品を使ったレシピを教えてください。採用された方には500ポイントを進呈！レシピは一部変更することがございます。予めご了承ください。採用されたレシピの著作権はCOOPいしかわに帰属します。

応募要項 ●料理名 ●作り方 ●使用するCOOP商品 ●商品またはレシピについてのコメント

応募方法 本誌裏表紙の「お便り記入欄」に記入し、宅配担当者または店舗までお渡しください。

募集テーマ 「北海道の食材を使ったレシピ(アスパラガス・乳製品など)」
上記以外のも、「おすすめのレシピ」も募集します！

ホームページからは



クックパッドに
「コボ丸キッチン」登場



「みんなのレシピ」がクックパッド内にある「コボ丸キッチン」に掲載されています。過去のレシピも季節にあわせて少しずつ紹介していきます。



からあげ入り 中華風野菜炒め

30分 329kcal (1人分)

材料/2人分

鶏もも肉 …… 1枚	ごま油 …… 大さじ1
片栗粉 …… 大さじ3	しょうが汁 …… 小さじ1
ピーマン …… 2個	A しょうゆ …… 大さじ1
赤パプリカ …… 1/4個	酒 …… 大さじ1
しめじ …… 50g	塩・こしょう …… 少々
玉ねぎ …… 1/4個	
COOP 中華料理の素 …… 大さじ1	

作り方

- 1 ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
- 2 食べやすい大きさに切った鶏もも肉を1に加えて揉み込み15分程置いて下味を付ける。
- 3 2に片栗粉をまぶし170℃の油(分量外)で3分半程揚げる。
- 4 フライパンにごま油を熱し、5mm幅に切ったピーマン、赤パプリカ、玉ねぎ、石づきを取り除き小房に分けたしめじを炒め、中華料理の素を加えて味付けする。
- 5 3を皿に盛り付け4をのせる。

COOP 中華料理の素(200ml)
〈次回4月4回〉350円(税抜)

レシピ提供: 白山市 マヤコババさん



ご飯を炒めない 卵とほうれん草の チャーハン

10分 630kcal (1人分)

材料/1人分

COOP 料理用スティックベーコン …… 30g	しょうゆ …… 小さじ1
塩・こしょう …… 適量	サラダ油 …… 大さじ1
卵(溶いておく) …… 1個	温かいご飯 …… 茶碗1杯分
ほうれん草 …… 30g	

作り方

- 1 フライパンにサラダ油(大さじ1/2)を熱し、溶き卵を流し入れスクランブルエッグを作り、ボウルに取り出しておく。
- 2 1のフライパンに残りのサラダ油(大さじ1/2)を熱し、スティックベーコン、1cm程にざく切したほうれん草を炒め塩・こしょうで味付けする。
- 3 1に2と温かいご飯を混ぜ合わせ、しょうゆを加えてさらに混ぜ合わせる。
- 4 器に盛り、お好みで青ねぎ(分量外)を散らす。

COOP 料理用
スティックベーコン(190g)
〈次回4月4回〉368円(税抜)

レシピ提供: 金沢市 彩っちさん

おうちで中華

組合員から
寄せられました

みんなの
レシピ



レシピ提供: 機関紙企画検討委員会

サンラータン

15分 103kcal (1人分)

作り方

- 1 にんじんは短冊切り、白ねぎは5cmのななめ切り、チンゲン菜は茎は細切り、葉はざく切りにし、しいたけは石づきを取り除いて薄切りにする。
- 2 鍋にAを入れ沸騰したらチンゲン菜の葉の部分以外の1を入れ、ひと煮立ちさせる。
- 3 食べやすい大きさに切った豆腐と水溶性片栗粉を2に入れ、とろみがついたら溶き卵とチンゲン菜の葉の部分を入れる。
- 4 3に酢を加え、仕上げにお好みでラー油をかける。

材料/4人分

COOP 中華料理の素 …… 大さじ3	
A 水 …… 800ml	
チンゲン菜 …… 1株	卵(溶いておく) …… 1個
にんじん …… 1/2本	酢 …… 大さじ2
豆腐 …… 1丁	水溶性片栗粉 …… 大さじ1
白ねぎ …… 1本	ラー油 …… 適量
しいたけ …… 3個	

純米酢

純米酢(500ml)
〈毎週企画〉284円(税抜)



アルミホイルで簡単! 中華ちまき

80分 448kcal (1合分)

材料/3合分

もち米 …… 3合	しょうが …… 1片
豚肉(ブロック) …… 120g	ごま油 …… 大さじ2
にんじん …… 1/4本	しょうゆ …… 大さじ1
しいたけ …… 3個	酒 …… 大さじ1
白ねぎ …… 1/3本	COOP 中華料理の素 …… 大さじ1
たけのこ水煮 …… 50g	A 砂糖 …… 大さじ1/2
ごぼう …… 1/3本(60g)	オイスターソース …… 大さじ1
水 …… 400ml	

※もち米は洗ってザルにあげておく。

作り方

- 1 豚肉、にんじん、白ねぎ、たけのこ水煮、ごぼう、石づきを取り除いたしいたけを7mm程の角切りにする。
- 2 フライパンにごま油を熱し、みじん切りにしたしょうがと1を加えて炒める。油が回ったらもち米を加えて米が透き通るまで5分程炒める。
- 3 2にAを加えて全体に味をなじませたら水を加え汁気がなくなるまで炒めて火を止める。
- 4 粗熱が取れたら3を小分けにしてアルミホイルに包む。
- 5 蒸気の上上がった蒸し器に4を並べて中火で20分蒸し、火を止めて10分蒸らす。



もち米(ヒヨクモチ)(1.4kg)
〈次回4月4回〉680円(税抜)

レシピ提供: 金沢市 ひろちゃんさん
「簡単で豪華な一品です」



あんあんニュース

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、学識者、コープ北陸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。

食材別のポイント

食材を扱う前や調理中、お弁当を食べる前などはしっかり手を洗いましょう。また、まな板・包丁などは食材ごとに使い分けたり、度よく洗ってから次の食材を扱うようにしましょう。

卵・肉・魚など

- 十分に火を通す
(卵料理は全体が固まるまで)
- ハムやちくわなどの加工品は傷みやすいため必ず加熱する



中心部が75℃で1分以上!

肉汁が透明 / O

中が生焼け / X

魚は塩鮭など水分の少ないものをおすすめ!



冷凍食品

- 必要な分だけを取り出す
- 自家製のものには必ず再加熱する
- 電子レンジを使う場合は全体に熱がいきわたるよう食品を平らにする



加熱方法については取扱説明書をご確認ください

抗菌シートの活用もおすすめ



ごはんやおかずなどは十分に冷ましてからフタをする

その他のおかず

- 揚げ物や炒め物など水分が少ないものを選び汁気のあるものは避ける
- できるだけ当日に作る



前日に作りおきする場合は冷蔵庫で保存し当日再加熱を



お弁当の中身は...

詰めるときはおかず同士が触れないようにバラやカップなどを利用しよう!

生野菜・果物

- ヘタがついている場合は取りしっかり洗って水気を切る
- 別の容器に入れるなど他のおかずと分ける



ごはん

- おにぎりにする場合はごはんを冷ましてから1個ずつ新しいラップで握る
- のりはごはんが冷めてから巻く
- 梅干しは抗菌作用が確認されていますが触れている部分しか効果がありません



具は水分が少ないものを!

保存のポイント

- 保冷剤や保冷バッグを利用する
- 涼しいところで保管する
- 夏場の車内は温度が高くお弁当の放置は大変危険です



食べるまで油断は禁物!

クイズに答えてポイントをもらおう!!

あんあんクイズ

お弁当による食中毒の予防で正しいのはどれでしょう?

- 食材を扱う前や調理中、食べる前などはしっかり手を洗う
- おにぎりを握るときはラップを使う
- ①も②も正しい

前回(2月号)のクイズ

Q. 食品表示法の完全施行はいつから?
 ① 2020年10月1日
 ② 2020年 5月1日
 ③ 2020年 4月1日
 正解は「③ 2020年4月1日」

正解者の中から抽選で20名様に500ポイントを進呈します。当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。

応募締切 2020年5月22日(金) (当日消印有効)
 応募方法 官製はがきもしくはパソコンや携帯電話から応募できます。

はがきでの応募の場合 宛て先 〒920-0362 金沢市古府2丁目188番地 コープ北陸事業連合 安全政策部 「あんあんクイズ」係
 ①クイズの答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤電話番号 ⑥ご所属の生協(コープいしかわ)を明記して右記の宛て先までお送りください。

パソコンや携帯電話からのご応募の場合 ホームページの応募フォームから必要事項を入力してご応募ください。
 ホームページ [あんあんクイズ](#) 検索 携帯電話からのご応募はこちら▶



※お預かりした組合員個人情報は、あんあんクイズ、その他ご本人への通知で利用させていただきます。

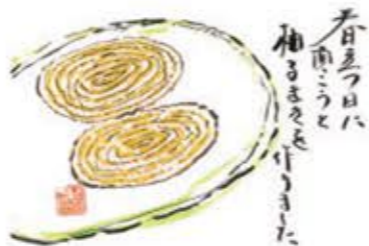


「身近な出来事やイラスト」「テーマトーク」募集中!

昔の生協

2月号の「おしゃべりコープをしました」を読んでとても懐かしくなりました。義母が生協に入った数十年前、いつもお金を封筒にしっかりと入れている姿、1円を一生懸命探している姿を思い出しました。

金沢市 みいちゃん



中能登町 狭間 秀子

ハムが安心して使えます

ハムの発色剤「亜硝酸ナトリウム」の記載をいつも「薬品が使われているやだなあ」と思っていたのですが、2月号の特集を見て安心しました。ハムを使うことにためらいがありませんでしたが、これからは安心して使えることが分かり良かったです。

白山市 白山プリン



野々市市 ことつねこ

育休中の大きな味方のコープ!

2歳の娘は、コープのさばの一夜干しが大好き! 保育園から帰ってきて、家でさばの香りがすると、やったく!! さばご飯!! と大喜び!! いつもは小食な娘ですが、さばご飯ならばパクパクと食べ、毎回完食です! コー

プさんいつもありがとうございます!! これからもお世話になります!!

白山市 ととん



加賀市 M.M

わが家の一杯

「お疲れさまの一杯」と言えば、「ビール!」と答える方もいらっしゃるかと思いますが、わが家では「コープのリフレッシュユ!」です。夫婦そろって、アルコールが苦手なので、炭酸をシュワーツと味わいたいときにピッタリの一品です。しかもノンカフェインだし、貧血気味の私には鉄分も入っているから、まさにリフレッシュできます。疲れているときには、子どもが気を利かせて、冷蔵庫でキンキンに冷えたりリフレッシュを渡してくれます。今夜も飲んで、明日も頑張るぞ!!

金沢市 きーこ

消えた海苔

娘が幼稚園のとき、ある日海苔を娘の名前の形に苦労して切り、白いご飯の上にのせました。帰宅した娘に「お弁当どうだった? びっくりした?」と聞いても「?」。気付いても見えなかったか? とがっかりしながらお弁当箱を洗おうとして見つけてしまいました。ふたの裏にピッタリ張り付いている海苔を...

金沢市 りずぼん

祖父のお弁当

理由は忘れましたが母親がお弁当を作れなかった日、同居していた祖父がお弁当を作ってくれたことがあります。白いご飯の上に半熟状に焼いた卵が一面にのっているだけのお弁当。友だちの前で食べるのはとても恥ずかしくなりましたが、お弁当なんて作ったことがない祖父が困惑しながら作ったのかな、と想像すると、とても愛おしい気持ちになりました。覚えていてくれます。

金沢市 すず

息子の言葉

「オカンのお弁当はサラリーマンのお弁当みたいだった!」と息子に言われたことがあった。要は色が今どきのキャラ弁とは程遠い「おとなしい?」お弁当だったという。息子が社会人になり、「夜勤しながらも色気ないお弁当を作ってくれとたんやね。ありがとう」と言ってもらえた。

能美市 おもちゃん

お弁当に煮物

昔、私のお弁当の中には必ず煮物が入っていました。嫌いではなかったのですが友だちと食べる時には少し恥ず

かしかった思い出があります。でも友だちの一言で恥ずかしさがなくなりました。その一言とは「いいなあ、〇〇のお弁当には必ず煮物入ってておいしそうだね」。その友だちは普段なかなか食べられなかった煮物がうらやましかつたそうです。

小松市 あゆうママ

お弁当作りで料理の腕磨き

学生時代、父と兄、そして自分のお弁当を作っていました。料理が好きだったことと、一食あたり数十円という小遣いを稼ぐためです。そのおかげで、料理のレパートリーや手際が磨かれて今に至っているのかも...。でもいまだに母の包丁使いの方が上手なような気がします。これからも毎日の料理で腕を磨いていきたいです。

金沢市 もものみ

今回のテーマトークのお題は「雨の日の思い出」



組合員活動アルバム



コープメッセin金沢

日程 2月19日(水)
場所 金沢市ものづくり会館
主催 石川東地域協議会
参加者 81名

コープメッセin七尾

日程 2月20日(木)
場所 矢田郷地区コミュニティセンター
主催 能登地域協議会
参加者 62名

コープメッセin野々市

日程 2月12日(水)
場所 野々市市文化会館フォルテ
主催 石川西地域協議会
参加者 84名

コープゼミナールin加賀

日程 2月15日(土)
場所 加賀市文化会館
主催 南加賀地域協議会
講師 中本農園 中本 弘之氏
参加者 59名

若さの秘訣はコープ

書き人 シェリ



機関紙モニターによるエッセイ

昭和・平成2つの元号を走り抜け令和に突入し2年目。私も還暦を迎えますが、元氣やねえとよく言われます。心掛けていることは何でも興味を持つことだと思います。いろいろな経験をする、多くの人と出会う、どこへでも行きたい。まだまだ欲を出して行動しています。

そんな私の欲を満たしてくれる大切なイベントにコープの組合員活動のお知らせがあります。数人の仲間に参加しています。毎週チェックし、応募して当選を楽しみにしています。私たち仲間にとってコープは若さを保つための大切なガイドなのです。衣・食・住にさらに楽しいイベントなど私のコープ歴十数年で得た経験は仲間とのコミュニケーションツールになっています。

将来の自分を考えるとき、もう出世欲はなくなり、元氣欲だけになりました。子どもたちには迷惑をかけずにピンピンコロリをめざし、コープを楽しみに過ごしていきます。

CO-OP 掲示板

田植えから稲刈りまでを体験! コープ農園水田コース 2020年度登録者募集

昨年参加者の感想

田植えや稲刈りをするのも、
田んぼに入るのも、
鎌を使うのも初めてで
良い体験となりました。

申込締切
4月11日(土)

案内発送
4月16日(木)

コープ農園水田コースは、登録した組合員やその家族が田植えから稲刈りまでの農作業を体験し、地元の食や農に親しむ食育の取り組みです。農産物の日常的な管理は生産者が担うため、農業の知識がなくても米作りや栽培の要所となる作業を体験できます。小さなお子さまから高齢の方まで、自然と触れ合い、できる範囲の農作業を生産者と一緒に体験し、季節を感じながら旬を知り、食べ物を育てることの大切さを学びます。



- 登録料** 1口 3,000円(税別) 企画コード: 33-B
 ※1. 1口あたり5kgのゆめみずほをご希望の場所に宅配します(9~10月)
 ※2. 2口目以降は1口あたり2,800円(税別)となります。
- 農園場所** 野々市市上林町内 ※ぶった農産園地内
- 行事予定** 4月25日(土) 田植え | 5月23日(土) 草取り | 8月22日(土) 稲刈り
 全3回(いずれも土曜日の開催予定です)
 作柄や天候の影響により、開催日を変更する場合があります。
- 定員** 30家族(最少催行家族数10家族)
- 申し込み** お申し込み時に希望口数をお伝えください。口数の変更、追加は田植え後まで可能です。

- 田植え体験お試しコース** 企画コード: 33-C
 田植え体験に参加してから、コープ農園水田コースに登録できるお試しコースです。
- 日時** 4月25日(土) 9:30~11:30頃
 (少雨決行。荒天時4月26日(日)同時刻)
- 内容** コープ農園の説明、田植えの説明と田植え体験
- 場所** (株)ぶった農産 野々市市上林町内
- 駐車場** あり(無料)
- 持ち物** 長靴、着替え、タオル、飲み物
- 定員** 20家族
- 参加費** 無料
- 備考** 当選案内にて地図、詳細をお送りします。

※応募多数の場合は抽選となります。

電話でのお申し込みは
コープいしかわコールセンターへ **0120-759-853**

PC・スマートフォンでのお申し込みはこちらへ
コープいしかわホームページアドレス
<https://www.ishikawa.coop/>



とらいあぐる レシピ、おたより、イラスト大募集

みんなのレシピ

日頃利用しているおすすめ商品を使ったレシピをお寄せください。採用された方には500ポイントを進呈。

応募要項 詳しくは8ページをご確認ください

- 使用する商品名
- 料理名・作り方(分量などは正確でなくても可)
- 使用する商品やレシピについてのコメント

みんなの広場へのお便り・イラスト

読者のみなさんから寄せられたお便りやイラストを掲載する「みんなの広場」。身近な出来事や毎月お題の変わる「テーマーク」へのお便りをお待ちしております。

お便りやイラストなどが掲載された方にはコープの商品をプレゼント。裏表紙の編集室行お便り欄の空白スペースにご記入ください。

みなさんの投稿をお待ちしております。裏表紙の編集室行お便り欄の空白スペースに記入し、宅配の担当者やコープのお店のサービスカウンターへお渡しください。ハガキやWebからの投稿もできます。

Webからも投稿できます。



みんなの
レシピ



クロスワード
パズル
・お便り



わたしの
お気に入り
・テーマーク

今月の募集テーマ「雨の日の思い出」

理事会だより

2019年度 第9回 2月27日(木)開催

承認および報告された主な議題は次の通りです。

決まったこと

1. 1月度事業・経営報告 承認の件

- 1月25日(土)に職員方針検討会を開催し221名の役職員が参加しました。基調方針の説明や実践事例報告、グループ交流などを通して基調方針と実践事例の結びつきを共有しました。また昨年策定した「2030年ビジョン(最終案)」について、ビジョンに込められた思いなどについて理解を深めました。
- 1月29日(水)に新型コロナウイルス関連肺炎対策を検討するために緊急対策本部を設置し、第1回対策会議を開催しました。会議では季節性インフルエンザ対策を継続して励行することや衛生用品を手配し各事業所に備蓄することなどを確認しました。

2. 執行役員選任の件

3. 日本生協連第70回通常総会および コープ共済連第12回通常総会代議員選出の件

報告されたこと

1. 2020年度コープいしかわ業務機構および2020年度コープいしかわグループ管理職人事
2. 新型コロナウイルス感染症への対応状況について
3. 2019年度分野別活動のまとめと2020年度方針
4. 新たな監査法人の選任について
5. 21期 春の総代会議開催要項および欠席総代対応について

コープいしかわの姿

2019年4月1日~2020年1月31日

- 宅配事業供給高(億円)
予算:115.9/実績:110.9/前年:111.5
- 店舗事業供給高(億円)
予算:24.7/実績:25.1/前年:24.5
- 経常剰余金(億円)
予算:1.8/実績:1.1/前年:1.6
- 出資金:67億1,017万円(UP1億7,276万円)
- 組合員数:159,657人(UP287人) (カッコ内は前月比)
- 1月度安全確認情報
(12月21日~1月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	188品
定例企画商品	224品
残留農薬検査	2品
ヒスタミン検査	1品
アレルギー検査	3品

- 組合員の環境貢献度(2月度)
商品カタログ回収率 **85.7%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **20.0%**

おしえて!
気になる!!

スッキリ
解決!

組合員の声



Q じわもーの「佐の川園のまいたけ」が、カサより軸の部分が多いことがあります。「ホクトのまいたけ」はそのようなことはありませんが、どうしてですか。

A 佐の川園では、まいたけのカサよりコリコリとした弾力のある軸の方がおいしいことから、水分量を細かく調整するなどして軸を大きく作る栽培にこだわり、1株のまいたけを切り分ける際は軸をなるべく多くするようにしています。「ホクトのまいたけ」に比べてカサの部分は少なくなりますが、自慢の軸の部分をたくさん食べていただきたいという思いからの商品作りとなっています。

「ホクトのまいたけ」と「佐の川園のまいたけ」は菌の種類も栽培方法も違います。「ホクトのまいたけ」は、ボトルを培地として菌を植え付け、まいたけ1株を出荷するサイズで育て、収穫後まるごとパックしています。「佐の川園のまいたけ」は、1個の培地で約600gのまいたけを育て、1株のまいたけを切り分けてパック詰めします。

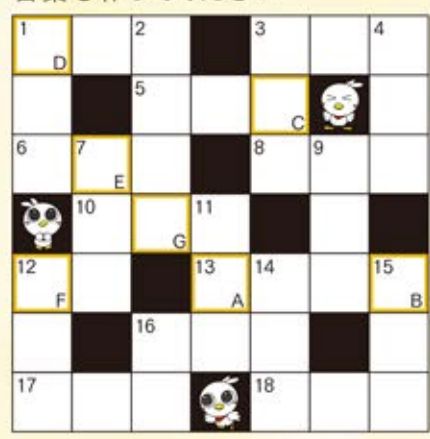
Q 「コープ牛乳」と「北陸のおいしい牛乳」はチラシの表示を見ると「製造メーカーが同じ」「成分も同じ」また北陸地域の生乳を利用しているなど、類似している商品となっています。どこが違うのでしょうか?

A 「コープ牛乳」と「北陸のおいしい牛乳」は同じメーカーで同じ仕様となっています。

経緯として、昨年「コープ牛乳」のメーカーが撤退することを受け、組合員モニターにより新しい「コープ牛乳」の製造メーカーとして「アイ・ミルク北陸」が選ばれました。コープいしかわでは以前よりじわもーにて「アイ・ミルク北陸」の「北陸のおいしい牛乳」を販売してきました。ただ「北陸のおいしい牛乳」という商品名に愛着を感じてご利用されている組合員も多数おられるため、「コープ牛乳」のリニューアル後も「北陸のおいしい牛乳」の販売を継続していくという判断をいたしました。今後は、紙面を見てどちらかを選んでいただければ大変ありがたく思います。

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



1. 20歳
3. 県庁所在地は盛岡市
5. 辛い白菜漬け。焼き肉と○○○
6. 正規の手続きを経ず、物品の輸出入を行うこと
8. 5種類の色の組。○○○生菓子
10. タイヤに○○○を入れる

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

充ての力ギ

1. 主に桜の花を見ること
2. 2005年に開催された「愛・○○○○博」
3. 赤くて甘いフルーツ
4. 2004年に牛乳と卵の○○○登録開始
7. 「土筆」と書くスギナの胞子茎
9. 2000年に個人別○○○○開始
11. ある人や物事がたどってきた跡
12. 2000年に○○○○いしかわ誕生
14. 5000年の歴史を有する広大な南アジアの国
15. 原因と結果。○○○関係
16. 親分。○○○猿

よこの力ギ

12. 一度使って不用となった紙
13. 形を整えて正常にすること
16. 寄付金などを広く一般から募ること
17. マイナスの反対
18. 動く画像

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】4月25日(土)

コープいしかわの「今」がわかる
コープいしかわFacebook
フォローしてね!



毎週、コボレの
おすすめレシピも投稿!
フォロー・いいね、大歓迎です



応募総数：914通
正解：904通

2月号(2月3日発行)の答えは「ムエンセキハム」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2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室

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 8:30～20:00/土 8:30～14:00)
- 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
0120-50-9431 (月～土 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)

【第241号】機関紙とらいあんぐる編集室 総合企画部行

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 _____ 組合員コード _____
または電話番号 _____

- 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"/> わたしのお気に入り | <input type="checkbox"/> あんあんニュース |
| <input type="checkbox"/> 特集～コープいしかわ20周年企画①～ | <input type="checkbox"/> 生協10の基本ケア | <input type="checkbox"/> みんなの広場 |
| <input type="checkbox"/> リフレッシュタイム | <input type="checkbox"/> みんなのレシピ | <input type="checkbox"/> 組合員の声Q&A |

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 (6月号掲載)