

とらいあんぐる

2020

10

Vol.247

特集

総代

そうだ!「総代」になろう

産地・メーカーをたずねて

株式会社米心石川

第2回 わたしとSDGs

みんなのレシピ

コープ商品を使ったレシピ

産地・メーカーをたずねて

米心石川のご飯



株式会社
米心石川
(金沢市)

金沢市



▲精米検査室では、機械分析の他、手分析や官能検査、実際に炊飯して行う食味試験などを通して品質やおいしさを監視と維持に努めています。

最先端の精米工場 石川のお米を製造

米心石川は「コープこしひかり」の製造会社。産地を能登以北に限定したこしひかりを安全安心な食品としてコープいしかわの組合員に届けています。本社を訪問し、柳生利裕社長にお話を伺いました。

品種による食味の違い

※じわもーで取り扱いのある米心石川のお米



豆知識

米袋の空気穴について

お米の袋は、輸送中の衝撃や圧力によって破れてしまうことを防ぐために、小さな空気穴が空いています。完全に密封された状態ではありませんので、周囲の湿気や袋に付着した水分が空気穴から入り込み、お米の変色や、カビの原因になることがあります。また、お米は虫の食害を受けやすく、空気穴を食い広げて袋内に侵入した事例も確認されていますので、保存の仕方が重要です。

※実際の穴はとてもし小さく、商品により穴の場所や形状は異なります。イラストはイメージです。



コープこしひかり (5kg) (次回10月2回)じわもー 1,900円(税抜)
(10kg) (次回10月3回)じわもー 3,600円(税抜)

お米を美味しく食べるために

✓1カ月を目安に消費しましょう

気温が高くなる夏場は精米から30日、気温が低くなる冬場は45日を目安に消費することをおすすめします。

✓使い切れる量を購入しましょう

お米には2kg、5kg、10kgなどさまざまな量の規格品がありますが、1カ月程度で消費できる量の商品をご利用ください。

✓購入後はすぐに密封容器に移し替えましょう

保存容器はこまめに清掃し、お米は湿気足さず、使い切ってから、新しいお米を入れてください。



米離れから需要が落ち込んでいた頃、東日本大震災が起きました。被災地はもちろん、備蓄意識の高まりから関東圏での米の需要が急激に増加し、フル操業しても生産が追い付かない日々が続きました。この時を振り返って柳生社長は、どうしてこの仕事に就いたのか感じる事ができたと言います。「やっぱりお米は日本人の主食。主食に携わる仕事に就けていることに誇りが持てました」

コープいしかわは県内の各自治体と災害時支援協定を結び、要請に応じて避難所へおにぎりなどの調達・運搬を担っています。それを支えているのがおにぎり製造している米心石川です。「災害時には既存の取引先を断つても避難所支援を最優先にしよう。人の命に関わることだから取引先も分かってくれるよと社員には言っています」と柳生社長。「苦境時に救われた東日本大震災の時の恩返しです」力を込めて語りました。



柳生社長

災害時支援協定を支える米心石川

コンベアなど従来の米自体を移動させる搬送と比べ米のダメージを最小限に抑え、さらに異物混入・異品種混入を防ぐことができます。

米心石川では、全ての工程を食品安全に関する国際規格「FSSC22000」に基づいて管理しています。米飯業界の中でこの厳しい規格の認証を取得している会社はまだ数少ないのですが、国際的に通じる規格を取得することで石川県の米がよりグローバルな競争力をもてるよう認証取得をしたそうです。

徹底した品質管理の下で

米心石川は年間約2万2000トンの精米を販売しています。JAグループや生産者から仕入れた玄米は水濡れや虫害のないことを確認し、15℃以下に保たれた低温倉庫で保管し、品質の劣化を防ぎます。

精米は品種・製造ロットごとに1トン(10kg)の米袋(100個分)のステンレストンクに入れられ、クレーンを動かしたタンクごと移動させます。これは世界初の米の搬送システムで、ベルト



低温倉庫で保管される玄米



教えて! 「総代」ってなに? 先輩総代さん

2019年度に総代を経験した2人の先輩総代に聞きました。



Q 総代ってなにをするの?

春の総代会議

総代会で提案する「1年の振り返りと次年度のすすめ方」について報告を受けます

通常総代会

1年間の報告と次年度の方針を決定

秋の総代会議

総代会で決まったことがどのように進んでいるかの報告を受けます

総代の任期は1年間
会議に参加するときは
お手当や交通費も出るよ

みんなが参加しやすいように託児もあるし

ふーん、1年間に3回の会議に出るだけなのね

Q 総代会議って難しくない?

総代会議では県内10か所くらいの会場に集まって、提案や報告をスライドや動画でわかりやすく説明します。会議の半分は総代同士の交流です。

※新型コロナウイルス感染状況により託児は実施しない場合があります
※重要な協議・報告事項がある場合は臨時で会議を開催することもあります



みんなのおすすめ商品を聞くことで、緊張もほぐれ話はずみ、楽しかったです

コープの中でどういうふうに物事が進んでいるかを、わかりやすく知ることができました。和気あいあいとみなさんと話ができる楽しい場です

Q 通常総代会に参加してみてどうでしたか?

通常総代会は6月に石川県全域から総代が集まり、1年間の振り返りと次の1年間の方針を決定します。通常総代会で決まったことに基づいて事業や活動を進めていきます。



会議を進行しているのも私たちと同じコープの組合員。私たちがわかりやすいように説明してくれました

Q 総代になってみて良かったことは?



子どもと離れて自分のための時間を持つことができるのが嬉しいです。いろいろな年代の方の話も聞けてとってもためになります。まわりの人の意見をコープに伝えるし、コープにダイレクトに届いていると感じられます

コープでは宅配の利用だけをしていましたが、総代になってコープの活動が社会や地域に役立っていることが感じられたし、意識が変わりました

貴重な体験ができそうだね

応募方法は14ページ! 気軽に資料請求をしてみよう!

そうだ! 「総代」になろう

コープの総代ってご存知ですか? 「こんな商品が欲しいな」「もっと便利なサービスだったら」そんな暮らしの中の「ねがい」をコープに伝え、一緒に考えるのが総代です。



1 最近、家族以外としゃべってないなあ
山本さん、コープに入って2年

2 山本さん、いっぱいおしゃべりできる場所があるよ!
おしゃべりはしたいけど、知らない人ばかりのとはちょっとね...
トリさん、しゃべって...

3 知らない人でも共通の話題があると話はずむよね
そういえば、昨日の晩ごはん、コープの商品に驚いてなかったっけ?
そう! さんまの骨がなかったの! 子どももぼくぼく食べたし
あとりんごジュースもコープのじゃないと飲まないの~!
2~3本で買えたらいいんだけどね~!

4 総代になったらそれもコープに伝えられるよ
「総代」ってなに?! 私まだ生協利用して2年しか経ってないのに...

5 「総代」ってのはね...
コープは組合員が主人公。組合員みんなの意見で方針や計画が決まるんだよ
コープいしかわには組合員が15万人! でも、みんなが集まって何かを決めることはできないよね
そこで、400名の組合員に代表になってもらうんだ!
総代になると、意見や要望を直接コープいしかわの役職員に伝えることができるんだよ
総代の意見で実現したこと
小さいお子さんのいる世帯や高齢世帯の個人宅配の宅配料が無料に
班利用の組合員も嬉しい「班で山分けお楽しみプレゼント」実施
他にも班が2名から結成できるようになったりと総代の意見で改善されたことがたくさんあるよ

6 しかも総代はコープの組合員なら誰でもなれるんだ!
へえ、私の思っていることを直接伝えられるのね!
山本さんと同じように子育てしながら、総代をしている先輩総代さんにも聞いてみよう!

わたしとSDGs

エス・ディー・ジーズ

第2回 環境を守る

全世界の人が2030年までに達成をめざす17の目標SDGs。今回は「環境」に関わる4つの目標から、私たちの暮らしの中でできることを考えてみましょう。組合員さんが実際に取り組んでいることやコープがお手伝いできることを紹介します。



6 安全な水とトイレを世界中に

安全な水とトイレを世界中に

世界では水不足や劣悪な衛生状態が原因で毎年数百万人が命を失っています。また2050年までに4人に1人以上が水不足の環境に陥ると言われています。(※)すべての人々が安全な水をこれから先もずっと使えるようにするには？

私たちがしていること・できること

- 水は出しっぱなしにしない(Yさん)
- 油で汚れたお皿は拭き取ってから洗う(Sさん)
- コアノンロールを使用してユニセフに募金する(Nさん)

コアノンスマイルスクールプロジェクト「コアノンロール」1パックにつき1円をユニセフに寄付し、学校づくりを支援しています。学校にはきれいな水やトイレが必要です。



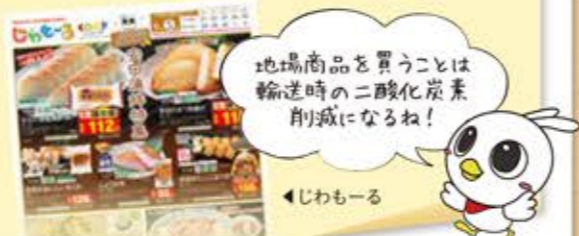
13 気候変動に具体的な対策を

気候変動に具体的な対策を

温暖化による海面の上昇や異常気象による災害が世界各地で続出しています。その主な原因は二酸化炭素などの温室効果ガス。二酸化炭素排出を減らす対策がすぐに必要です。二酸化炭素を減らすには？

私たちがしていること・できること

- なるべく車を使わず、徒歩か自転車にする(Nさん)
- グリーンカーテンで涼しくする(Kさん)
- じわもーで地場商品を買う(Nさん)



14 海の豊かさを守ろう

海の豊かさを守ろう

捨てられたプラスチックが海に流れ、それを食べた魚の命を奪っています。また、密漁による乱獲などによって漁業資源はいずれ枯渇しかねません。海の豊かさを守り、これから先も使い続けていくには？

私たちがしていること・できること

- コンビニのプラスチックスプーンはもらわない(Nさん)
- プラスチックは資源ごみに出す(Dさん)
- 「MSC認証」の商品を選んで買う(Yさん)

海のエコラベルといわれる「MSC認証」商品を購入すると、水産資源や海洋環境に配慮した漁業の応援につながります。



15 陸の豊かさを守ろう

陸の豊かさを守ろう

世界では毎年約1,300万ヘクタールの森林が喪失。(※)砂漠化や土地の劣化により農地も失われ続けています。多くの生き物が絶滅の危機にさらされる中、森や動物、豊かな自然を保つには？

私たちがしていること・できること

- 家の周りには花や野菜を植える(Yさん)
- 割り箸は間伐材のものを使う(Kさん)
- コープのカタログは返却してリサイクルしてもらう(Sさん)

不要になったカタログは配送時に提出すると新聞紙やボール紙となって再利用されます。



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

ぽっこりお腹を解消し、二の腕、背中も鍛える

おへそ
のぞき腹筋

ちょっとひと息

Refresh Time

リフレッシュタイム



食欲の秋、「ちょっと食べ過ぎたかな？」そんな日が続くと、いつの間にかお腹がぽっこり。毎日続けられる腹筋運動を習慣にして、お腹周りを鍛えましょう。コープいしかわ教え合い講師、神戸市陸上競技協会 障がい者スポーツ指導員の坂上春美さんに教えていただきました。



STEP

1

両足を腰幅くらいに開き膝を立てて座る(膝の角度は90度くらい)。両腕を前に伸ばし肩幅くらいに開き、ラップの芯(硬めのもの、タオルでも可)などをしっかりと握る。

STEP

2

両腕を前に伸ばしたまま、ゆっくりと口から5~6秒かけて息を吐きながら、おへそをのぞき込むようにして上体を後ろに傾ける。息を吐き切ったら、鼻から息を吸いながらゆっくりと①の姿勢に戻る。10回繰り返す。

ワンポイントアドバイス

- 1セット10回を1日に3回に分けて行うのがベストです。続けて2セット以上行う場合は必ず1分程度の休憩をとりましょう。
- なるべく空腹時に行いましょう。食後の運動は消化のため血液が全身に流れないので、良い効果が期待できません。

冷凍讃岐カレーうどん

(600g・2食)
〈次回10月2回〉
358円(税抜)



わが家の手抜きカレーうどんとは大違いのプロの味！カレースープは程良いトロミでもっちり。ツルツルの麺によく絡んでおいしいです。手軽にお店の味を堪能できるなんてありがたいです。金沢市 ミッチェルさん

山彦 酢豚セット

(430g)
〈次回10月2回〉
648円(税抜)



友人が訪ねてきたときなど一品足りないな~と思ったらあつという間にできてしまい、友人もびっくりです。津幡町 とんちゃんさん

十和田 パラ焼き

(250g)
〈次回10月4回〉
498円(税抜)



豆腐や糸こんにゃく、白菜を用意すればすき焼きが手軽にできます。簡単に豪華な一品がすぐに作れます。金沢市 しらさん

国産小麦の野菜バー

ミニタイプ (18g×6袋) 〈次回10月3回〉
248円(税抜)



おいしさ、安全ともに子どものおやつに最適です。特に小分けタイプは外出時に良いです。金沢市 ぼんさん

炊き込みパエリアの素

(180g・3食用) 〈次回10月3回〉
278円(税抜)



パエリアの素とえびたっぷりシーフードでパエリアを作りました。ちょうど良い味でリピートしたいです。金沢市 かずこさん

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！

※出典：国際連合広報局「我々の世界を変革する：持続可能な開発のための2030アジェンダ」https://www.unic.or.jp/files/UNDPI_SDG_0707.pptx

みんなのレシピ大募集

好きなCO-OP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ポイントを贈呈し、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CO-OPいしかわに帰属します。

- 応募要項** ●料理名 ●作り方 ●使用するCO-OP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送りください。

募集テーマ 「あったかレシピ」
上記以外いつもの、「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「コポ丸キッチン」登場
「みんなのレシピ」がクックパッド内にある「コポ丸キッチン」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。



彩りに
イタリアンパセリ
などのグリーンを
添えて



全国で
第20位
総選挙



CO-OP とろけるスライスチーズ
(126g・7枚)
(次回10月2回) 189円(税抜)

レシピ提供: 金沢市 まくらめさん
「わが家のおやつに好評です」

むきえびとブロッコリーの春巻き包み

30分 387kcal (1人分)

材料/4人分

- ブロッコリー …… 1房 むきえび …… 190g
- 春巻きの皮 …… 10枚
- CO-OP とろけるスライスチーズ …… 5~6枚
- 小麦粉 …… 大さじ1(水 大さじ1で溶く)

作り方

- ブロッコリーを小房に分け、沸騰した湯に小さじ1の塩(分量外)を加えて2~3分程ゆで、ザルにあげる。
- むきえびは背ワタを取り、酒(分量外)を振りかけて5分程置き、沸騰した湯に酒ごと入れ火を止める。1~2分余熱でゆでた後、キッチンペーパーに取る。
- 春巻きの皮に①、②とちぎったスライスチーズをのせて包み、水で溶いた小麦粉で端をとめる。
- ③を170℃の油(分量外)できつね色になるまで3分程揚げる。

なんちゃって黒酢あんの天津飯

10分 621kcal (1人分)

材料/1人分

- CO-OP 鹿児島黒酢ドリンク …… 1本(125ml)
- 鶏がらスープ(顆粒) …… 小さじ1
- A 砂糖 …… 小さじ1/2 ごま油 …… 小さじ1/2
- B オイスターソース …… 小さじ1/2
- 片栗粉 …… 小さじ1(水 大さじ3で溶く)
- 卵 …… 2個 青ねぎ …… 少々
- カニカマ …… 3~4本 サラダ油 …… 大さじ1
- ご飯 …… 丼1杯分

作り方

- (あんを作る)
- 黒酢ドリンクに鶏がらスープを加えて溶かす。
 - 鍋に①を50mlとAを入れ、よく混ぜ火にかける。ひと煮立ちしたら、水溶性片栗粉を加え、とろみがついたら火を止める。
- (カニ玉を作る)
- ボウルに卵と①の残り、ほぐしたカニカマと斜め切りにした青ねぎを入れて混ぜ合わせる。
 - 熱したフライパンにサラダ油をひき、③を流し込みざっくりとかき混ぜながら丸く成形する。
 - 器に盛ったご飯の上に④をのせ、②のあんをかける。

レシピ提供: 白山市 まゆみさん
「黒酢ドリンクは酢の物を作るときやドレッシングに少し混ぜると味にコクがあるので、ちょっと料理に使って残りを飲んだりしています。ポテサラにも混ぜます」

全国で
第27位
総選挙



CO-OP 鹿児島黒酢ドリンク
(125ml×24本)
(次回10月2回) 1,180円(税抜)

CO-OP商品60周年 総選挙 2020 で選ばれた CO-OP商品を使ったレシピ



総選挙の結果はこちらから！

全国で
第7位
総選挙



CO-OP 北海道のそのまま枝豆(250g)
(次回10月4回) 265円(税抜)



全国で
第3位
総選挙

CO-OP 野菜たっぷり和風ドレッシング徳用(500ml)
(次回10月3回) 458円(税抜)

レシピ提供: 白山市 おちよちよさん

組合員から
寄せられました

みんなの
レシピ



お好みで
ナッツを
トッピングしても
Good♪

レシピ提供:
加賀市 かっつーさん

野菜たっぷりホクホクサラダ

25分 116kcal (1人分)

※枝豆の解凍時間は除く

材料/4人分

- CO-OP 北海道のそのまま枝豆 …… 50g
- 紫玉ねぎ …… 1/4個
- さつまいも …… 小1本
- かぼちゃ …… 小1/4個
- 里芋 …… 3個
- にんじん …… 1/2本
- A 塩・こしょう …… 適量
- B マヨネーズ …… 大さじ2

作り方

- A(里芋は皮をむいておく)をそれぞれ3cm角程にカットし、柔らかくなるまでゆで、ボウルに入れてつぶす。
- 紫玉ねぎを薄切りにし、水にさらす。
- ①に水気を絞った②と解凍(包材の表示通り)してさやから出した枝豆を入れ、Bで味を調える。

野菜たっぷり和風ドレッシングで簡単唐揚げ

15分 511kcal (1人分)

※①の鶏もも肉を寝かせる時間は除く

材料/2人分

- 鶏もも肉 …… 1枚
- CO-OP 野菜たっぷり和風ドレッシング …… 大さじ4
- 片栗粉 …… 適量
- レモン …… 適量
- グリーンリーフ …… 適量
- ミニトマト …… 適量

作り方

- 鶏もも肉を一口大に切り、ビニール袋に入れる。野菜たっぷり和風ドレッシングを加えてよくもみ、1時間~一晩冷蔵庫で寝かせる。
- ①に片栗粉をまぶし、170℃の油(分量外)で3分半程揚げる。
- 皿に盛り付け、お好みでレモン、グリーンリーフ、ミニトマトを添える。



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。

こんな質問がありました

気温が高いと届いた「常温品」が傷んでいないか心配です。温度管理などされているのでしょうか？



「常温」とはどのくらいの温度？

一般的に「意図的に熱したり冷やしたりしない自然な温度」をさすことから10～30℃前後と考えられていますが法律では定義されていません。

ちなみに

厚生労働省の「常温保存可能品に関する運用上の注意」では「常温とは、外気温を超えない温度」としています。



安全性は検査で確認！

コープ北陸では、商品の取扱いを始める前に「コープ北陸微生物指針(*)」に基づき、必要と判断した商品には温度が上昇した配送トラック内を想定し35℃に保たれた機械の中で2週間保存する「恒温試験」を実施。その後、状態確認や微生物検査を行い取扱いの可否を判断しています。

恒温試験は年間約1,000件実施

(*)食品に対し、それぞれの特性などを踏まえ、微生物による危害性リスクに応じて検査項目を定めたコープ北陸独自の基準



届いた「常温品」、正しく保存できていますか？

「常温」での保存が可能な食品でも、それぞれに適した保存場所があります。特に暑い時季や暖房器具を使う時季は室内が長時間高温になりやすく、設定されている期限より早く風味が落ちてしまったり、形状が変わる(膨張など)可能性も！

保存の際はパッケージに記載されている「保存方法」をチェック！

名称	ますの寿し
原材料名	米(国産)、鰯(サケ類)、調味酢、植物油、食塩/調味料(アミノ酸等)、酵素、(一部に乳成分・さけゼラチンを含む)
内容量	2食
消費期限	裏面枠外右部に記載してあります。
保存方法	直射日光および高温多湿を避けて保存してください。
製造者	株式会社昔亭 〒930-0835 富山県富山市上富居1-5-8



※枠外にも保存に関する情報が記載されている場合があります！

ますの寿しを美味しく召し上がっていただく為のお取扱い

- ◎消費期限内にお召し上がりください。
- ◎弊社の消費期限は、未開封状態で13℃～22℃の場所で保管した場合の、美味しく召し上がれる期限です。
- ◎冷蔵庫・冷凍庫での保管は御飯が硬く白化*しますのでお避けください。※白化とは、米に含まれるでん粉が変質し、ポロポロの状態になる事を言います。
- ◎笹の葉に白い粉がふく場合がありますが、鰯の身の漬け汁の乾燥したものです。品質・衛生上は問題ありません。笹の葉は身体に無害なものです。お召し上がりにならないでください。

※常温で保存すること以外に留意すべき事項がないものについては、「常温での保存が可能である」という旨の表示が省略されていることがあります(牛乳、乳飲料は除く)
※枠外表示には、他にも「開封・開栓後は保存方法が変更になる場合があります」となどと表記されている食品もあります

開封後は期限に関係なく早めに食べ切るようにしてね！



クイズに答えてポイントをもらおう!!

あんあんクイズ

①～③のうち間違っているのはどれでしょう？

- 「常温」で届いた食品はとりあえず冷蔵庫で保存する
- 「常温」の温度は法律では定義されていない
- 「常温」での保存が可能な食品でもそれぞれに適した保存場所がある

前回(8月号)のクイズ

Q. 食中毒の予防で間違っているのはどれでしょう？

- 加熱調理は十分に火を通す
- 冷蔵・冷凍食品は帰宅後すぐに冷蔵庫に入れなくても良い
- 調理後の食品は室温に長時間放置しない

正解は「② 冷蔵・冷凍食品は帰宅後すぐに冷蔵庫に入れなくても良い」

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11月20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

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、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!

人間って

新型コロナウイルスに災害。踏んだり蹴ったり、泣きつ面に蜂。だけど、みんな頑張ってる生きようとしている。人間って素晴らしい生き物ですね。

金沢市ワテ



金沢市 美魔女



おにぎり

子どもの頃、お盆やお正月など毎年何度か母の実家へ里帰りに行っていた。いまも、お寿司とかすき焼きとか、普段より豪華な夕食が決めりでした。でも、それ以上に私がとても楽しみにしていたのは、次の日の朝に祖母が作ってくれる「おにぎり」でした。塩だけのシンプルなものですが、握り方なのか塩加減なのか。とにかくおいしくて、思い出せば、絶対あの味!!とすぐに思い浮かべました。

能美市らんぼーちゃん

不思議な味

幼稚園の頃、ときどき園で食べたホットドッグのようなパンが忘れられません。コッペパンの切れ目にキャベツとハムが挟まっていたのですが、キャベツの味付けが食べたことのない味でとてもおいしかったのを覚えています。もう60年近く前のことなので確か

広島の中学生に感銘

とらいあんぐる8月号の特集記事は「平和」についてでした。広島の中学生在が語り継いでいることに感銘を受けました。平和が当たり前でないことを忘れないように、今回から平和活動募金を自動継続で募金することにしました。わずかですが資金の一部に役立ててもらえればと思います。なかなか広島には出向けない私ですが、子や孫たちの笑顔のためにも、いつまでも平和でありますように願っております。

白山市 白山プリン

子どもと話しました

少ない夏休みの中でも、家で過ごす時間は自然と増えて、子どもといろいろな話をしました。理屈っぽい母の話も聞いてくれる娘(小学2年生)と、戦争の話もしました。戦争のない地球で暮らしたいね!

小松市りなにゃんま

肩こり解消

小学生の頃、夏休みのラジオ体操に行くのがとても楽しみでした。今、この年62歳になって、ラジオ体操をやってみると、体が痛くてあんなにスムーズに動かさせていたのに肩を後

ろに寄せたり、腰を曲げたり、横に手を振るだけでもやっとなりました。とらいあんぐる8月号の「リフレッシュタイム」で肩甲骨を動かして肩こりを解消しました。

加賀市猫うさこ

夫婦のギャップ

生協を始めたらいっつの間にか主人がチラシに〇をつけていました。ゆっくりと選べるのと主人の意向も分かり厳選してお買い物ができると思います。自分が良いと思うものと主人とのギャップがすごく、スーパーではわからない発見を一つ一つ楽しんでいきます。

野々市市ぼんち



金沢市 プリ大根

た娘はその2倍の時間をかけて作ってくれました。味付けはマヨネーズだけの料理とは呼べないものでしたが、涙が込み上げるおいしさでした。

小松市 me e

母を想う

母が作ってくれたメギスのふかし。学校から帰ってくると家中に良いにおいがしていました。魚をさばいてミンチを作り、野菜を混ぜて油で揚げる。一つつまむとやめられなくなり母に叱られたっけ。結婚してから私の得意料理の一つになりました。農作業で忙しい中、手間のかかる料理を作ってくれた母の愛情と料理上手だった母を懐かしく恋しく思い出します。

金沢市ほがらかママ

今回のテーマトークのお題は「サンタさんの思い出」



津幡町 けいこ

自由

「自粛」で、今年のお墓参りもあきらめました。今まで行きたいときに、行きたいところへ行けたことが、いかに貴重だったか。「自由」のありがたさを、しみじみ感じています。

金沢市まり

至福の時間が...

美容院で新型コロナウイルス感染症防止のため、雑誌やドリンクサービスが中止になり、カラーの待ち時間にコーヒーをいただきながら雑誌を見るのが至福のときだったのに20分から30分、ただぼーっとしている時間の長いこと。せめて雑誌だけでも...

小松市 M.K

音と涙



機関紙モニターによるエッセイ

書き人 岩見博子

涙は無色透明に光ります。そんなきりに音楽会で出会いました。

ピアノとバイオリン、ピアノといった小さな編成で、演奏するのは地元出身の若き女性演奏家たちです。演奏曲も小品で、集まったのは近くに住む人20人程です。静かな場所できつろいだ雰囲気でした。

2・3曲演奏が終わった頃、ふとまわりを見ると、斜め前の席の人は肘をつき頭を支えてまるでうたた寝をしているような格好です。退屈して寝てしまっただのかなと、よく見ると頬に涙が伝わっています。はっとしました。泣きたい気持ちになったときに泣けないことにはありますが、美しい音楽を聞いて流れる涙はあるのです。言葉にならない感情を音楽は解放してくれるのかも。演奏された曲は初めて聞く曲でしたが聞いてみると、優しい音色でほっとしました。

会場は拍手に包まれ、椅子から立ち上がったときは新たな気分が家路につきましました。

CO-OP 掲示板


コープいしかわ 地域活動助成金 申請団体募集中

コープいしかわでは、社会福祉、環境保全、国際協力、まちづくりなどの社会貢献活動を行う各種団体を対象に助成を行っています。生協だけでは解決しえない地域の課題に取り組む団体と連携し地域とともに解決していくことを目的に2010年から取り組みを開始し、今年で11回目となりました。応募方法など詳細はコープいしかわホームページをご覧ください。

募集要項

- 募集期間** 10月31日(土)17:00まで
- 対象活動** 県内で2021年4月から行う1年間の活動
- 対象団体** 地域に貢献する活動を行っているボランティア団体や市民団体、NPOなど
- 助成枠** 1団体20万円を上限に5団体まで

応募方法 コープいしかわホームページより必要事項を入力し、申請用紙をご請求ください▶



昨年度の助成団体

- 明成こども食堂 いいじ〜
- 線維筋痛症慢性疲労症候群患者会「痛流」(tool)
- 能登の森里海研究会
- おおくわこども食堂
- ござっせ神子清水



総代募集!! あなたも「総代」になってみませんか

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、互いに「たすけあい」「ささえあい」「つながりあい」「みとめあい」、組合員と役員が一緒になって暮らし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

- 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♪
- 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。
- 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。
- 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。
- お子さま連れでも安心!**
託児を無料でご用意。安心して参加できます。
※新型コロナウイルスの感染状況によっては実施しない場合があります。

企画コード 93-B
新発見がある! / もっとコープが好きになる!

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9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/

理事会だより

承認および報告された主な議題は次の通りです。
※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため定数32条に基づいて対応しています。

決まったこと

1. 第22期総代定数および総代選挙区承認の件

確認・報告されたこと

1. 第21期秋の総代会議 開催要項
2. 第22期総代選挙管理委員について
3. 第22期総代選出の取り組みについて



コープいしかわの姿

2020年4月1日~2020年7月31日

- 宅配事業供給高(億円)
予算:43.7/実績:51.6/前年:43.1
- 店舗事業供給高(億円)
予算:9.9/実績:10.7/前年:9.8
- 経常剰余金(万円)
予算:241/実績:17,803/前年:1,275
- 出資金:64億8,710万円(UP 5,157万円)
- 組合員数:158,722人(UP 421人) (カッコ内は前月比)

■ 7月度安全確認情報
(6月21日~7月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	150品
定例企画商品	308品
残留農薬検査	4品
DNA検査	1品

■ 組合員の環境貢献度(8月度)

商品カタログ回収率 **84.5%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **19.2%**

おしえて! 気になる!!

スッキリ 解決!

組合員の声

Q & A

Q 冷蔵で届いて冷蔵で保存していた「CO-OP パルメザンチーズ」ですが、固まっていて何度も容器をトントンたたいて箸でこすって、やっと出ました。こんなものでしょうか?

A 「CO-OP パルメザンチーズ」は、常温ではサラサラの状態ですが、冷蔵庫で保存すると、庫内から出し入れする際に生じる湿気や温度差により固まる場合があります。パルメザンチーズは常温でも保管が可能な商品ですが、乳製品という特性上、チーズ売り場が一般的であるため、季節に関係なく輸送時も他のチーズと同様に低温で輸送されております。そのため、ご家庭でも冷蔵で保管をされる場合が多いかと思いますが固まってしまった場合は、常温にしばらく置いていただき、容器を振りますと固まりはほぐれます。



Q コープ化粧品の製造日が1年以上前のものでした。肌に直接つけるものなので不安になります。

A 未開封で製造後3年以内であれば製造直後と品質は変わりませんので、安心してお使いください。化粧品を含む「日用消耗品」は、未開封で3年以上品質保持ができるように製造することが義務づけられており、使用期限の目安は製造後約3年としています。法律では使用期限の表示義務はなく、一部の使用期限を表示する必要のある化粧品を除いて使用期限の表示はしていませんが、コープの化粧品については「製造年月日」を記載しています。なお、化粧品類やハミガキ剤の製造は、1回につき数万個単位で生産を行うため、製造の間隔が大きく空く場合もあります。これは一般市場も基本的には同じような運用であり、出荷の際は基本的には1年以上の使用期間が残っていれば通常品として、製造日の古い順よりお届けしています。

CROSS WORD PUZZLE



応募総数：794 通
正 解：776 通

8月号(8月3日発行)の答えは「エスディー・ジーズ」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。

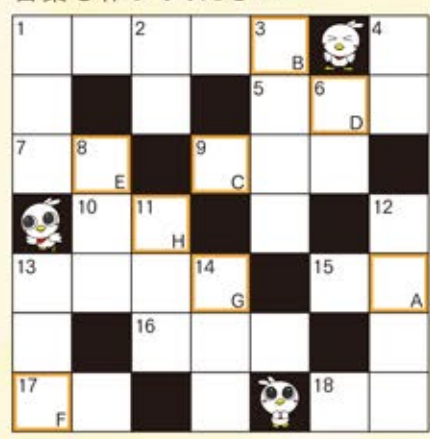


パズルの応募は下の編集室総合企画部行き用紙に答えを記入し生協店舗、宅配の担当者へお渡しください。ハガキやホームページ、下記の2次元コードからも応募できます。個人情報、景品発送、紙面編集に使用します。



【宛先】
〒920-2148 白山市行町西1
コープいしかわ機関紙編集部

□の中の文字をA~H順に並べて言葉を作ってください



たてのカタギ

1. 働き過ぎ
2. 秋を代表する花
3. 腰回り
4. 秋を代表する果物
5. 縦〇〇と横〇〇で布を織る
6. 雑魚を煮て干した食品
7. 生まれたての赤ちゃんにはえている髪の毛
8. 節約などをしてこっそり貯めたお金
9. アナグマの別名。
10. 同じ穴の〇〇〇
11. 『考える人』の制作者

よこのカタギ

1. 地球の〇〇〇〇〇を守る
2. やぶから〇〇
3. 幸水、豊水、二十世紀などあり
4. 鋭く強い気性。〇〇〇を養う
5. サウナ
6. 甘いものが大好きな小さな昆虫
7. とげだらけの海の生き物
7. 大豆が原料の調味料
8. ちり。ほこり。ごみ
9. 下の段

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

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】10月24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

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247号】機関紙とらいいんぐる編集部 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もありますので、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・メーカーをたずねて | <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～総代～ | <input type="checkbox"/> わたしとSDGs | <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 (12月号掲載)

とらいいんぐる