

とらいあんくる

2020

11

Vol.248

特集

迎春商品

誌上で!迎春学習会

産地・メーカーをたずねて

北海道ぎよれん

(北海道漁業協同組合連合会)

くらし@マーク

あなたは大丈夫?

正しい消毒・除菌の方法

みんなのレシピ

おいしく食べて健康な体をつくらう

産地・メーカーをたずねて

北海道ぎよれんほたての水揚げ

オンラインで
産地
メーカー
をたずねて

北海道ぎょれん
(北海道漁業協同組合連合会)
(北海道札幌市)



1 産地加工場で手作業によって
素早くむき身にします

ほたて貝柱の製造工程



2 ヒモなどを取って形を整え、
洗浄後、トンネルフリーザーで
急速冷凍します

解凍したときに残っている
表面の氷はグレース
だったんだ!

3 選別し、乾燥を
防ぐために氷の
膜(グレース)を
かけます

4 計量して袋詰めし
出荷されます



冷凍ほたて貝柱のおいしい食べ方

解凍の仕方



冷蔵庫内で半日程かけて自然解凍します。
急ぐときは、ポリ袋に入れて口を閉じ、流水で解凍する
または直接、海水程度の塩水に浸します。

ポイント

解凍したときに残っている表面の氷はグレースです。
水で洗い流し、キッチンペーパーで拭き取ると、
水っぽくならず濃厚なほたてが味わえます。
電子レンジでの急速解凍は良くありません。

切り方で変わる?! 味と食感



貝柱の繊維に沿って縦
に切ると、歯ごたえと強
い甘みが感じられます。
お刺身や海鮮丼に
おすすめ。



横に切ると見栄えが良
く、ドレッシングやオイ
ルがからみやすくなり
ます。カルパッチョや
サラダにおすすめ。



ほたて貝柱(生食用)
お徳用パック(300g)
(迎春早割4回・5回)1,280円(税抜)

新鮮なほたての旨みを
そのまま冷凍

北海道の海の幸を食卓に届けてくれる北海道ぎょれん。ほたて貝柱は迎春には欠かせない商品の
一つです。ほたての生産や加工方法について、北海道ぎょれんの伊東さんと濱名さんに聞きました。

北海道の水産物を世界へ

北海道ぎょれんは、全道の漁業協同組合(漁協)が
出資して1949年に組織されました。漁協と連携
し市場運営の健全化、衛生管理に取り組み、ぎょれん
ブランドの加工品を徹底した衛生管理のもと関連会
社、会員漁協、提携工場で製造しています。各漁協と
連携して燃油や漁業資材を仕入れるほか、漁業者の
ニーズに合わせ機器の開発にも取り組んでいます。
生産者、漁協、北海道ぎょれんが一つになって、豊かな
北海道の水産資源を守り、新鮮で安全な水産物を日
本のみならず世界へと広めていくことをめざしてい
ます。

ほたての生産方法

ほたて貝は5〜6月に産卵し、
専門の漁師が1年間かけて日本海
で稚貝へと育てます。稚貝となった
ほたては噴火湾とオホーツク海に
放流され、それぞれの海域に適し
た方法で育てられます。

噴火湾では稚貝をかごに入れ
て海中につるし、1〜2年かけ
て成長させてから水揚げする垂
下式が行われています。貝の耳
に穴を開け、海中につるして育
てられ柔らかい貝になります。
冬が最盛期で砂をかんでいない
のでポイルほたてやベビーほた
てに加工されます。



ほたての水揚げ

オホーツク海では海底に稚貝を撒き、4年の歳月
をかけて自然の中で成長させる地撒き式で生産され
ます。オホーツク海で育つほたては初夏から秋が最
盛期で貝柱の食感を楽しめることから、「ほたて貝
柱」など生食できる冷凍貝柱に加工されます。



地撒き式によりオホーツク海で
育てられるほたての稚貝は、天敵
であるヒトデなどの危険にさらさ
れながら海底を動き回って育ちま
す。稚貝は流水がもたらす豊富な
プランクトンによって甘みをたっ
ぷり含み、歯ごたえの良いプリプ
リとしたほたてに成長します。海底の砂地で成長し
たほたては、八尺という爪のついた大きな網で海底を
引っかくようにして水揚げされます。
地撒き式では、漁業区域を4つに分けて稚貝を放
流し、4年後に水揚げします。区域で放流する年を分
けることで育った貝だけを水揚げすることができ、
持続的に生産ができる漁業として注目されているそ
うです。

北海道ぎょれんからの
メッセージ

北海道は日本全国の魚の
生産量の約1/4を担う水産王
国です。
今回ご紹介したほたてはも
ちろん、他にもおいしい水産
物がたくさんあり、コープファミ
リーでご紹介させていただ
いております。
ぜひ、いっぱい食べてほし
いです。



濱名さんと伊東さん

1本ずつ丁寧に、遠赤外線ですっきりと焼き上げました

赤身が多く脂身の少ないもも肉の中でも特に柔らかな「うちもも肉」を使っています。お肉の筋目に注意しながら丁寧に整形し、ネットに入れて食塩や香辛料をつけ、遠赤外線炉ですっきりと焼き上げます。原料のオーストラリア産牛肉は抗生物質や抗菌剤の残留検査済みです。



タケダハム株式会社 森川 学さん



ローストビーフブロック
(220g、ソース2袋&西洋わさび付)
(迎春早割4回・5回) 980円(税抜)
※350gもあります。

添付の特製ソースにはバイン果汁やおろしりんご、甘味を出した玉ねぎが入り、酸味と甘さがちょうど良いフルーティーな味わいです！ローストビーフに欠かさない西洋わさび付き

こつも注目!!

上手に切るには半解凍で薄く！冷蔵庫に移して表面が柔らかくなっていれば半解凍状態。表面のネットを外して、肉の線維に対して直角に、薄く切りましょう。断面をしばらく空気にさらすと鮮やかな赤に！

いただきました♪

しっとりして肉の臭みが少ないですね。筋がなく、肉っぽくて満足できます。ソースもおいしい。



遠赤外線ですっきり焼き上げ

誌上で! 迎春学習会

今年は春からいろいろなことで大変でしたが、もうすぐ新しい年です。迎春商品の早期割引も始まります。例年なら11月には各地域で開かれていた迎春試食学習会も今年は開催が難しい状況です。メーカーさんから商品のお話を聞くことができる迎春学習会。誌上の迎春学習会で、おいしいものを選んでみませんか。

※「いただきました♪」は過去の学習会参加者の感想です



北海道産無着色酢だこ(水だこ) (200g)
(迎春早割4回・5回)
1,180円(税抜)

いただきました♪

真だこ酢だこといえばかみ切りにくいと思いましたが、これはとても食べやすかったです。水だこ酢の感じがちょうど良く、おいしい。



国産無着色酢だこ(真だこ) (200g)
(迎春早割4回・5回)
1,380円(税抜)

酢だこのスライスに生野菜を添えて残った調味液を振りかければマリネ風!

無着色が安心 風味・旨味・食感を最大限に引き出しました

水だこも真だこも、木製樽の中でじっくりと時間をかけて身を引き締めています。調味液がよく染み込むように昔ながらの窯煮製法でゆでているんですよ。水だこは水分が多くしっかりとした弾力があります。真だこは表面は弾力、芯には歯ごたえがあります。



石川県漁業協同組合 株式会社ジェファ 酒井 裕介さん

こつも注目!!

味付けは砂糖と醸造酢を合わせたコクのある味わい。酸味を抑えて食べやすくあっさり仕上げています。ロングセラーの理由はなんといっても合成着色料不使用だから。



ゆであげられたたこ

めでたさ実感 むっちりとした歯ごたえ

高級魚であるグチのすり身を魚肉の40%配合することで小田原蒲鉾らしいむっちりとした弾力や旨味、きめ細やかな食感が生まれます。弾力を楽しんでいただくためにぜひ、厚めに切ってください。鈴廣のおすすめの厚さは12mmです。互い違いに並べるだけで飾り切りなしで市松模様になりますよ。



鈴廣かまぼこ 菅原 研一さん

こつも注目!!

板からかまぼこをスルッと外すには、包丁の刃ではなく背を使ってください。板にかまぼこを残さず、きれいにはがすことができます。

いただきました♪

もちもちとしておいしい。味、弾力とも申し分なく、見た目も最高! 1本買えば紅白にできて便利です。



高級魚のグチを40%配合したすり身



紅白2本は多いという組合員の声にお応えして紅白を1本にしました

小田原蒲鉾一本で紅白 (230g)
(迎春早割5回) 768円(税抜)



いただきました♪

食感も味もちょうど良い具合でした。塩抜きする必要がないので手軽。

解凍はじっくりと冷蔵庫で。急速解凍をするとパリパリ食感がなくなるからNGです!

こつも注目!!

市販の数の子のほとんどは過酸化水素水で漂白して色を揃えています。これは無漂白。塩だけで加工するので味や歯ごたえを保ち、本来の味が生きています。

歯ざわりこそが数の子の醍醐味 数の子本来のおいしさを味わってほしい

「数の子は耳で食べる」という言葉があります。北海道産の数の子はその言葉通り、心地良いパリパリとした歯ざわりが特長です。一般的に流通しているものはカナダやアメリカ産が多く、北海道産の数の子はサイズが大きく希少な原料なのです。



北海道ぎょれん大阪支店 伊東 良純さん



ニシンの水揚げ風景



北海道産味付数の子 (100g・約3~7本)
(迎春早割4回・5回)
1,280円(税抜)

配送担当者がおすすめる迎春商品動画配信中!

迎春商品の学習動画を配信しています。

コープいしかわの配送担当者がとっておきの迎春商品をおすすめる動画をつくりました。ぜひご覧ください!



大木文香アナウンサーと 荒井さん

三田屋赤ワイン煮込みを 紹介する土井さん

組合員さん親子が おせちを盛り付け

※撮影のためマスクをはずしています。感染予防に留意してすすめています。

あなたは大丈夫？ 正しい消毒・除菌の方法

手や指をはじめ、共有スペースの机、身の周りのものの消毒・除菌が気になる毎日ですね。お家での新型コロナウイルス対策として正しい知識を学びましょう。

その消毒・除菌、間違っていますよ！

「昨日のマスク、カバンに入れっぱなしで取り替えるのを忘れちゃった！アルコール除菌スプレーで消毒すれば大丈夫よね？」

✗ 消毒用スプレーはマスクには使用できません。鼻や口に直接触れるマスクに噴霧すると、薬剤を吸引してしまうので危険です。

「布用の消臭スプレーでも、除菌って書いてあるから効果あるよね」

✗ 布製品を消臭・除菌して爽やかに保つためのものなので、消毒や殺菌の効果も確認できていません。手やドアノブや机など、固い表面や空間に使用するものではありません。

「アルコール、もったいないからちょっぴりつけて両手に延ばせばいいよね」

✗ アルコールはつけてすぐ乾くようでは効果はありません。ポンプを押し切るまで出しましょう。

「次亜塩素酸水も新型コロナウイルスに有効だと認められたのよね。アルコールと同じようにシュッとするだけでいいってことね」

✗ アルコールのように少量かけるだけでは、効果はありません。次亜塩素酸水は酸性で強い酸化作用を持ちます。一定濃度以上のものが新型コロナウイルスを減少させることが確認されました。

次亜塩素酸水を使った消毒・除菌方法

《対象：物》

- 目に見える汚れをあらかじめ落としてから、机など除菌場所を十分な量の次亜塩素酸水でヒタヒタに濡らします。
- 少し時間をおき(20秒以上)きれいな布やキッチンペーパーで拭き取りましょう。



※拭き掃除には有効塩素濃度80ppm以上のものを使いましょう。

次亜塩素酸ナトリウムを使った消毒・除菌方法

※家庭用の塩素系漂白剤(ハイター、ブリーチなど)でアルカリ性で強い酸化作用を持ちます。

《対象：物》

- 机など除菌場所を0.05%に薄めた次亜塩素酸ナトリウムで拭きます。
- 約10分間おき、水拭きします。



原液を素手で触ったり、噴霧器などを使うと目に入ったり、吸入するので危険だよ

※金属は腐食する可能性があります。
 ※家事用手袋を着用してください。
 ※他の薬品とは混ぜないでください。換気をしてください。
 ※商品によって濃度が異なりますので、商品表示をご確認ください。

▲ 次亜塩素酸水と次亜塩素酸ナトリウムは全く異なるものです ▲

消毒用アルコールを使った消毒・除菌方法

※濃度70%以上95%以下のエタノール。

《対象：手指》

- 乾いた両手にアルコールをたっぷりかけ擦り込みます。
- 爪の間も意識して、指先、しわの間にもよく擦り込みます。(3~4ml程度擦り込みを行う15~30秒の間に乾かない量が適量になります)



《対象：物》

- 汚れをあらかじめ落とし、水分をしっかりと拭き取ります。
- アルコールをスプレーまたは、シートで拭きます。水分が残っていると、アルコールが揮発しにくくなり、除菌力が薄れてしまいます。

※アルコールに過敏な方は使用を控えてください。
 ※引火性があります。空間噴霧は絶対にやめてください。喫煙やコンロなど火気の近くでの使用はやめましょう。
 ※フローリングや家具などの塗装面、皮製品、樹脂塗装など材質により変色や溶解、亀裂などすることがありますのでご注意ください。

家庭用洗剤などを使った消毒・除菌方法

洗濯や台所用などの家庭用洗剤などにも新たに有効性が確認されました。

※経済産業省「新型コロナウイルスに有効な消毒・除菌方法(一覧)令和2年7月6日版」

《対象：物》

- 洗剤薄め液(500mlの水に5g(小さじ1杯))を作り、布やキッチンペーパーなどに溶液をしみ込ませて、液が垂れないように絞り、対象の表面を拭き取ります。
- 5分後にキッチンペーパーや布などで水拭きして洗剤を拭き取り、最後にキッチンペーパーなどで乾拭きします。



9種類の界面活性剤に有効成分が確認されました!



詳しくはこちら

○出典：厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページ「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について」
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku_00001.html
 ○上記の「次亜塩素酸水を使った消毒・除菌方法」は、2020年6月26日現在の知見に基づいて作成されたものです。修正されることがあります。
 出典：厚生労働省・経済産業省・消費者庁特設ページ「次亜塩素酸水」を使ってモノのウイルス対策をする場合の注意事項」
<https://www.meti.go.jp/press/2020/06/20200626013/20200626013-4.pdf>
 ○監修：(株)アルプ

みんなのレシピ大募集

お好きなコープ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コープいしかわに帰属します。

応募要項 ●料理名 ●作り方 ●使用するコープ商品 ●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 「食パンを使ったレシピ」
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



クックパッドに掲載中
「コボ丸キッチン」

「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。



おいしく食べて

健康な体をつくらう

組合員から
寄せられました

みんなの
レシピ

きのこたっぷり
免疫力アップ

鮭と舞茸の炊き込みご飯

レシピ提供：羽咋市 フーさん
「娘が里帰りのたびに作ってくれます」

作り方 20分 1899kcal (3合分)

(下準備) ※米の浸水時間、炊飯時間は除く。

米を洗って30分浸水させた後、ザルに上げておく。

- 1 鮭を焼く。
- 2 舞茸としめじを小房に分ける。ごぼうはさがきにして水にさらす。
- 3 炊飯器に米とAを加え、3合の目盛りまで水を注いで軽く混ぜる。昆布と1、2をのせて炊飯する。
- 4 炊き上がったら鮭を取り出し、骨などを取り除く。昆布は細かく刻む。
- 5 4を戻して混ぜ合わせ、小口切りにしたねぎを散らす。

材料/3合分

鮭(北海道産塩秋鮭切身).....2切
米.....3合 ごぼう.....1/2本
舞茸.....1パック 昆布...10cm角1枚
しめじ.....1パック ねぎ.....少々
A しょうゆ...大さじ2 みりん.....大さじ2
酒.....大さじ2



北海道産塩秋鮭切身
(275g・5切)
(次回11月3日) 580円(税抜)

発酵食品パワー

簡単大根寿司

15分 184kcal (1人分)
※二晩寝かせる時間は除く

材料/4人分

大根.....1/2本 麴甘酒(糖液).....150ml
にんじん.....30g 唐辛子.....少々
塩.....小さじ1 柚子の皮.....適量
COOP しめさば...半身

作り方

- 1 大根を5mmの厚さのいちょう切りにしてポリ袋に入れ、塩を加えて一晩寝かせる。(塩加減は大根の重量の3%が目安)
- 2 にんじんを千切りにしてサッと湯通しする。柚子の皮も千切りにする。
- 3 1の袋の水分を抜き、2とスライスしたしめさば、麴甘酒、輪切りにした唐辛子を加え、冷蔵庫で一晩寝かせる。



COOP しめさば(2枚)
(140g・2枚)
(次回11月4日) 288円(税抜)

レシピ提供：野々市市 より子さん

緑黄色野菜がたくさんとれる

ニラのもっちりチヂミ

20分 454kcal (1枚分)

材料/2枚分

ニラ.....50g ピーマン.....1個
にんじん.....1/4本 玉ねぎ.....1/4個
かぼちゃ.....1/8個 乾燥わかめ...小さじ2
ごま油.....大さじ2
A 小麦粉.....70g しょうゆ.....大さじ1
米粉.....70g 塩.....小さじ1
水.....250ml

作り方

- 1 乾燥わかめを水で戻し、食べやすい大きさに切る。
- 2 ニラを4~5cmの長さに切る。にんじん、かぼちゃ、ピーマン、玉ねぎは4~5cmの長さに千切りする。
- 3 ボウルに1と2とAを入れて混ぜ合わせる。
- 4 フライパンにごま油を熱して3を半量入れて広げ、中火で5分程焼き、裏返してヘラで押さえながら5分程焼く。(もう1枚も同様に焼く)
- 5 お好みで食べやすい大きさに切る。



北海道の栗系かぼちゃ
(180g以上・1/4玉)
(次回11月4日) 128円(税抜)

レシピ提供：能美市 中村 恵美子さん

海藻類で食物繊維!

ねばねば和え

10分 63kcal (1人分)

材料/2人分

切り干し大根.....30g
めかぶ(きざみめかぶ(タレ付)).....1パック(40g)
COOP ロイヤルカリブ.....2本

作り方

- 1 切り干し大根をサッと洗って5分程水で戻し、2~3等分に切る。
- 2 ロイヤルカリブを細かくほぐす。
- 3 ボウルにめかぶと付属のタレ、1、2を入れて混ぜ合わせる。



きざみめかぶ(タレ付)
(40g×4、タレ4g×4)
(次回11月3日) 348円(税抜)

レシピ提供：七尾市 みけねこさん
「ねばねば&パリパリの食感が楽しいサラダです。味付け不要なのでお留守番食、手強いレシピに重宝しています」

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

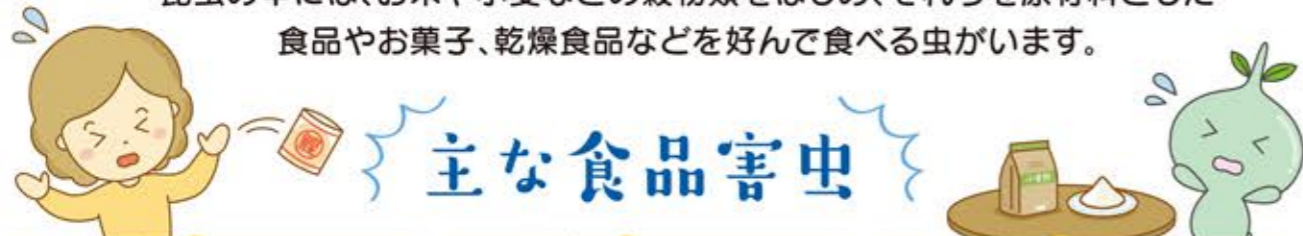
コープ北陸は、富山・石川・福井の3生協で取扱う商品を企画する事業連合です。商品の仕入れや仕分けなどの事業機能を協働し3生協の力を結集することで、より安全・安心で、より安い商品の供給をめざしています。取扱い商品の安全確認業務も担っています。

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。

私たちの食べ物は虫にとってもごちそう! 食品害虫のお話

昆虫の中には、お米や小麦などの穀物類をはじめ、それらを原材料とした食品やお菓子、乾燥食品などを好んで食べる虫がいます。



主な食品害虫

Attention

カツオブシムシ
かつお節や煮干しなどの乾物、ペットフードなどを食べる



幼虫…体長約4~5mm
成虫は食害しない

Attention

コクゾウムシ
お米、麦、トウモロコシ、パスタなどの乾麺を好む



体長約3mm
カブトムシの雄に似ている

Attention

ノシメダラメイガ
様々な食品を食べるが特に小麦粉などの穀粉を好む



幼虫…体長約10~12mm
成虫…体長約10mm

詳しくはコチラ

食品害虫が中に入り込むと、食品が早く腐ってしまったり健康被害を及ぼす可能性があります。

食品害虫の侵入を防ぐポイント

① 食品やお米は丈夫な密閉容器に入れる

袋では食いつぶされてしまう恐れがあります。



② 保存容器や保管場所は清潔に

虫は卵が残っていると繰り返し繁殖します。



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!

Q 未開封の乾物に、イモムシのような虫が入っていました。袋を開けていないのにどうして?

A 調査の結果、ノシメダラメイガの幼虫であることがわかりました。この虫は広い食性を持っており、乾物、穀物、豆類、ココア、チョコレート、ドライフルーツやその加工製品などの匂いをかぎつけ、食べてしまいます。特に幼虫はかじる力が強く商品の袋を食い破って侵入し、糸を吐いて巣をつくりまわります。お米が繋がったようになつたり、成虫が部屋の中を飛んでいるのを見かけた場合は、ノシメダラメイガを疑ってください。

あんあんくん 第68話 塩が入っている?

1. あっ!? 牛乳って塩が含まれているの? 食塩相当量 0.18g

2. 「食塩相当量」=「食塩使用量」ではないんだよ。食塩相当量とは、食品に含まれる全ての「ナトリウム」を「食塩」として算出したもの。Na + Na = Salt

3. 「ナトリウム」は牛乳にも微量に含まれているから数値が記載されているんだ★。なるほど! 野菜や肉などにも含まれています。

4. これパパのおかずおいしいかも。ほっ! この商品が。正しく知って健康な食生活に役立ててね!



「身近な出来事やイラスト」「テーマトーク」募集中!

一石二鳥

コロナ禍の中、悪い事が休止に。夫婦2人、ゆったりすぎるくらいに時間を過ごすうちに体重もずんずんと。これはいかんと朝のラジオ体操。そして友だちに習って曜日を決め①トイレ掃除、②掃除機がけ、③廊下の拭き掃除をやり始めたら身体もシャキッ!家もきれいになり一石二鳥。いつまで続くかわかりませんが(2カ月続いている)頑張ります。

小松市 えつちゃん

残り物に福があり!

明日は生協さんから食材が届く日、という日は冷蔵庫、冷凍庫をチェック

してメニューを決めます。残り物で工夫して新しい一品にしたり、ネットで購入したもの、新型コロナウイルスの影響で買物に出かけない分、家にいながらいろいろ考えて楽しんでいきます。生協の前日はご馳走です。

金沢市 アイズム アイケダ



加賀市 M.M

戦争が世界からなくなる日

とらいあんぐる8月号の特集「平和」を読んで。私の両親はどちらもヒロシマ出身です。父は祖母におぶわれている頃に山のすつと遠く先で原爆が落ちた光を見たそうです。母は数年前

に初めてヒバク2世だと知ったそうです。祖父は学徒動員で原爆投下2日目から広島市内のガレキの片付けに行っていました。まだにその日の話を語りません。それ程15歳の少年の心に傷を残しています。戦争が世界からなくなる日が待ち遠しいです。

野々市市 カーブっ子

スマホに挑戦

6月にこの年(78歳)でスマホデビューしました。最初はチンパンカンパンで大変でしたが、孫や友だちに教えてもらい、やっと少し慣れてきました。慣れるととっても便利でパソコンと違い、どこでもすぐ検索ができ、とても重宝しています。新型コロナウイルスで出歩けないこの頃、スマホで無料クイズ(ナンプレ、難読漢字、スタンプ)などいろいろの特訓しています。友だちともLINEでやり取りができ、挑戦して良かったと思っています。

金沢市 マキッペー

動物の神様に導かれて

職場の前の用水路で溺れていた子猫を保護し、家で飼いはじめました。子猫が家に慣れた頃、長い間一緒に過ごした犬が亡くなりました。動物の神様

1冊読むぞー

GWに新聞の広告欄に本の紹介が。「涙涙なしでは語れない 入門 困難増版が決まる」が目にとまり、早速書店へ行きラスト1冊を購入できました。何度も1行で寝てしまいました。本をその辺に置いておく日々が。82歳の実母が読み始め、3時間で読んでしまいました。私はいつになったら1冊読めるかな?

小松市 領介のおかん

夫婦で役者

夫婦で読書好き。図書館を利用してお互いの借りた本を読んだりしています。面白かった本の主人公など、自分たちで勝手に役者を決めて、誰が良いとか楽しんでます。

金沢市 おけこ



恋愛小説

小学生の頃はわりと読書が好きで自らも小説を書いたりしていました。ティーン向けの恋愛小説を真似た、今読むと多分顔から火が出る代物。そんなものを小学校卒業の際、担任の先生にプレゼントしてしまいました。なぜそんなものを渡したのか心底後悔しています…。先生が捨ててくれますように。

金沢市 ももんが

没頭する

わずかな1人時間

5月に初めての出産、慣れない子育てで読書の時間をなかなかとれませんでした。少しずつ心と時間に余裕ができ、久しぶりに図書館で本を借りてきました。金沢の刑務所を舞台にした本で、本の中の世界を想像しやすく、読み始めると没頭してしまいます。子どもを寝かしつけた後のわずかな1人時間の楽しみです。子どもがも



野々市市 ことこ

今回のテーマトークのお題は「忘れられないあの曲」



がきつと、「あのお家に行きなさい」と導いてくれたんだなあと思います。小さくはない命は、たくさんの方を教えてくれます。

金沢市 まうらう

やられた!!

またしてもやられた!!

今年で3回目。さつまいも50本。まるまるイノシシに掘り起こされてしまいました(涙)。しっかり周りにネットを張って絶対に入れないと思ってたのに、なんとネットと草の間から入ったようです。あーもう。今年も完敗でした(ショック)。

能登町 おじやま



金沢市 空木

天狗様の言う通り

書き人 えみごん

鞍馬山に行きました。理由は、天狗様に「お酒持ってきて来てね」と夢で言われたから。

正直：鞍馬山がどこにあるのかさえも知らない程無知なまま弾丸的に計画した。

前日、約束のお酒を購入しにコープへ。お土産なら地元北陸のお酒が良いと思い「立山」を見るも品切れ、諦めきれず店員さんにバックヤードに無いかどうか確認してもらったが、あいにくの在庫切れであった。少々残念に感じながら目に付いたのは「月桂冠」。製造元を見ると京都市。ああ、やっぱり京都が良くて京都に住み、京都のお酒が呑みたかったんだなあ納得した瞬間だった。



CO-OP 掲示板

とらいあぐる レシピ、おたより、イラスト大募集

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。

みんなのレシピ

日ごろ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。採用されたレシピの著作権はコープいしかわに帰属します。

応募要項

- 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「テーマトーク」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。

Webからも投稿できます。



今月の募集テーマ「忘れられないあの曲」

コープいしかわ 公式Instagramはじめました

コープいしかわ公式Instagramでは、コープいしかわの旬な話題やお得な情報、おいしいレシピなどのお役立ち情報を投稿しています。



アカウント名: @coop_ishikawa_official

フォロー&いいね、ぜひお待ちしております。



コープいしかわ 公式フェイスブックもよろしくね。



理事会だより

2020年度 第4回 9月23日(水)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. 8月度事業・経営報告 承認の件

- 新型コロナウイルス感染症の対応では、県内感染者数の増加に伴い事前に確認した移行基準を上回ったことから、事業継続計画の対応フェーズを小康期から県内集団発生に移行しました。その他、全職員に抜粋した携帯用感染防止マニュアルの配布、リモート会議用の機器を本部、のとセンター、小松センターに先行導入しました。
- 8月21日(金)よりWeb加入システムに出資金クレジット決済機能が導入され、非対面の加入対応が可能となりました。
- 将来の社会情勢を見据えた物流構築や組合員へのお届け品質向上などに向けて「未来の物流・配送センターを考えるプロジェクト」を立ち上げ議論を開始しました。

2. 2020年度第2四半期活動のまとめと第3四半期方針 承認の件

報告されたこと

1. 石川コープロジスティクス(ICL)の業務移管について
2. キャッシュレス・ポイント還元事業の対応報告
3. 給与規程の一部改定
4. 第22回新型コロナウイルス感染症拡大に伴う秋の総代会議運営について

コープいしかわの姿

2020年4月1日～2020年8月31日

- 宅配事業供給高(億円)
予算:53.8/実績:62.9/前年:53.2
- 店舗事業供給高(億円)
予算:12.4/実績:13.3/前年:12.3
- 経常剰余金(万円)
予算:-1,780/実績:18,338/前年:-866
- 出資金:65億6,201万円(UP 7,491万円)
- 組合員数:158,961人(UP 239人) (カッコ内は前月比)
- 8月度安全確認情報 (7月21日～8月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	148品
定例企画商品	258品
残留農薬検査	7品
ヒスタミン検査	1品
産地判別検査	1品
放射能検査	7品

- 組合員の環境貢献度(9月度)
商品カタログ回収率 64.2%
注文書袋・保冷箱内袋回収率 26.2%

こんな声がありました!

冷凍食品の袋がパンパンにふくらんでいる。
「昇華現象ってなに?」

ママ! 冷凍庫開けてのぞいていたら、冷凍食品の袋がふくらんでるよ!

あら、またこっそりアイス食べようとしてたでしょ~!

Question. いいわ、じゃあクイズね! 正解したらアイスあげる。今見ていた冷凍食品の袋は、なぜふくらんだのでしょうか?

- 1 中の食べ物からガスが出たから
- 2 こっそりアイスを食べないようにママが仕込んだ手品
- 3 温度が急激に変化したから

絶対 2 だと思う!

答えは 3 温度の変化によって生じる「昇華現象」というものじゃよ。

冷凍食品に温度変化が加わると、食品の表面に付いた細かい氷の粒が、氷(固体)から水(液体)にならずに、水蒸気(気体)になる。昇華現象がおきることがあります。その結果、気化した水分の体積が増えてパッケージ袋がパンパンになることがあります。商品の品質には問題ありません。

BUT 中の食べ物のガスでふくらむことも。腐敗臭がする場合はご注意ください!

冷凍食品が解凍・腐敗していることでガスが発生し、袋が膨張することがあります。腐敗臭がする場合は召し上がらないでください。

冷蔵庫内の温度変化について

冷蔵庫内の適温とは?

冷蔵庫は、食品の保存に適した温度に設定されています。一般的には●野菜室は5~7℃ ●冷蔵室は1~5℃ ●冷凍室はマイナス22~マイナス18℃です。しかし、食品の出し入れのためにドアを開けると、庫内の温度はかなり上昇します。下は、その温度変化を調べたもの。一度冷蔵庫のドアを開けると、なかなか元の温度まで下がらないことがわかりました。

冷蔵庫のドアを15秒間開放した後の温度変化(2月に計画) ※室温19.0℃(凍庫中)

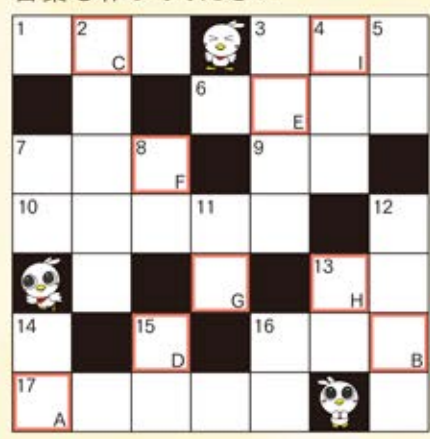
冷蔵庫のドアを1分間開放した後の温度変化(2月に計画) ※室温18.7℃(凍庫中)

※15秒・1分間開放の実績には空(から)の冷蔵庫を使用しており、温度が若干低めになっています。

【出典】エフコープ機関誌ふれあい2010年4月号より

CROSS WORD PUZZLE

□の中の文字をA~I順に並べて言葉を作ってください



- たてのカギ**
- 菌やウイルスを無毒化すること
 - 演劇で、幕をおろさず、舞台を暗くしてその間に場面を変えること
 - 歌舞伎俳優の社会
 - 浅い鉄鍋に肉や野菜などを入れる。〇〇焼き
 - 英語で「いくらですか?」〇〇マッチ
 - 刃物の身の部分を包む覆い
 - 郵便局で切手・はがきに使用済みのしるしに押す日付印
 - 四角い形の〇〇ボックスカー
 - キムチを入れた鍋
 - 油や脂肪
 - めったにない、珍しいこと。〇〇な才能

よこのカギ

- この魚の卵が数の子
- ルイス・キャロルの『不思議の国の〇〇〇』
- 風邪をひかないように〇〇〇〇カアップ
- 予定した距離を走り通すこと
- 松本清張の『〇〇と線』
- 動かすことができない財産
- コボ丸はイヌ〇〇の子ども
- 他の者を服従させる威力
- 冷凍食品の袋が膨らむのは昇華〇〇〇〇

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

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】11月28日(土)

応募総数：795通
正解：762通

9月号(8月31日発行)の答は「コープセフター」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

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、コボ丸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
(配達曜日当日 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こーぷあいあい
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248号】機関紙とらいあんぐる編集部 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。

産地・メーカーをたずねて みんなのレシピ こんな声がありました!
特集~迎春商品~ あんあんニュース
くらし@マーク みんなの広場

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
(2021年1月号掲載)

とらいあんぐる