

とらいいんくる

2021

8

Vol.257

特集

平和
学童疎開船「対馬丸」
～平良 啓子さんのお話を聞く～

産地・メーカーをたずねて
株式会社イートアンドフーズ

教えて!コボ丸 コープの商品 安心のヒミツ
第2回 ヒスタミン検査ってなに?

みんなのレシピ
夏に食べたい!レシピ

産地・メーカーをたずねて
大阪王将 羽根つき餃子

「佐藤さんに聞きました!」大阪王将 餃子アレンジ

たくさん焼いて残った餃子もリメイク!たれを使ったレシピは8ページ。

餃子ドッグ

ボリュームたっぷり!



材料(2人分)

大阪王将 羽根つき餃子 …… 4粒 レタスなどお好みの野菜 …… 適量
ホットドッグ用のパンまたはバターロール …… 2個
マヨネーズ・ケチャップ(お好みでタルタルソース) …… 適量

- 1 羽根つき餃子を焼く。
- 2 パンをトースターで約3分焼き、レタスなどお好みの野菜をはさみ、餃子をのせ、上からマヨネーズ・ケチャップまたはお好みでタルタルソースをかけて完成。

餃子と彩り野菜のマリネ

残り餃子におすすめ!



材料(2人分)

大阪王将 羽根つき餃子 …… 6粒 ピーマン …… 1/2個
玉ねぎ …… 1/4個 ポン酢 …… 大さじ1
パプリカ(赤・黄) …… 各1/2個 食べるラー油 …… 少々

- 1 玉ねぎ、パプリカ、ピーマンは千切りにして、耐熱皿に入れて電子レンジ(500W)で1分加熱する。
- 2 ポン酢と食べるラー油を加え、焼いた餃子にマリネをかけ、冷蔵庫で冷やす。

餃子の柳川風どんぶり

意外にさっぱり!



材料(2人分)

だし汁 …… 300ml
大阪王将 羽根つき餃子 …… 6粒 ごぼう …… 1/2本
しょうゆ …… 大さじ1・1/2 卵(溶いておく) …… 3個
みりん …… 大さじ1・1/2 三つ葉 …… 適量

- 1 鍋にだし汁、しょうゆ、みりんを入れ中火で煮立て、ささがきにしたごぼうを加える。
- 2 ごぼうに火が通って煮立ってきたら、羽根つき餃子を加え、弱火で5分程煮込む。
- 3 溶き卵を回し入れ、半熟になったらご飯を盛ったどんぶりに盛り付ける。お好みで三つ葉を散らす。

トレーに入れて蒸した後凍結します

実際に「大阪王将」のお店で販売されたこともあるんだって! おいしさはお墨付きだね。



大阪王将 羽根つき餃子(生協専用)
ぎょうざ735g、たれ8g×3袋
(次回8月4回) 538円(税込)

オンラインで
産地メーカー
をたずねて

株式会社
イトアンドフーズ
(大阪市)



おなかいっぱい幸せと。

「大阪王将」の味が家で楽しめる人気の商品「大阪王将 羽根つき餃子」やチャーハンを製造する(株)イトアンドフーズ。冷凍の中華総菜を製造し、全国の生協・量販店へ販売する他、外食向け食材の製造・卸を担っています。営業本部 広域営業部 佐藤隆志さんにお話を伺いました。

冷凍餃子の販売、始まりは生協の宅配

(株)イトアンドフーズは1969年に大阪・京橋に構えた5坪の餃子専門店「大阪王将」が発祥です。生協との取り引きが始まったのは1993年、コープこうべの宅配からでした。もともと、外食店舗用に製造していた冷凍餃子を家庭用商品として普及させることは外食店舗の売り上げの妨げになるのでは、という不安もありました。しかし「お店で食べるような本格的な味を家でも楽しみたい」といったニーズに答えて、大阪王将の餃子のおいしさを家庭にお届けしたいとの思いから、生協の宅配での取り扱いを決めました。「当時はまだ、全国的に知られていなかったため挑戦でしたが、商品に見合った価格で販売できる生協でやってみようということになりました」と佐藤さん。今では北海道から沖縄まで、ほぼ全国各地の組合員にお届けしています。



営業本部 広域営業部 佐藤 隆志さん

最後は家庭で焼いて完成

「大阪王将 羽根つき餃子」は餃子の具材となる豚肉・しょうが・キャベツなどは全て国内産。全国の生産者と契約し、季節によって産地を変えることで実現しています。香料・甘味料・着色料・保存料・化学調味料に頼らず食材のおいしさを生かす商品づくりを大切に、「何度でも食べたいと思える味」に仕上げています。

「水なし油なし」で焼き上げることができる羽根つき餃子はフライパンに凍ったままの餃子を並べて火にかけるだけ。誰でも簡単においしく作ることができます。「製造過程で、餃子を100℃の蒸気で蒸し上げからマイナス40℃で一気に凍結しています。工場でおいしさをギュッと詰め込んでいるので、家庭では『焼く』という最後のひと手間をかけてもらえれば完成です。お店で食べるようなパリパリの羽根が付いた餃子が再現できるんです」。

(株)イトアンドフーズの理念は「おなかいっぱい」の幸せと。「冷凍食品を利用することで調理時間が短縮できますよね。家族団らんが増えるなど、食を通じた付加価値は無限大にあると思っています。私たちがおいしい商品だけではなく、人生に彩りを提供し笑顔につなげたい。創業から大切に受け継いできた、私たちの理念です」と佐藤さんは笑顔で話しました。



大阪王将 羽根つき餃子 失敗しない焼き方のコツ

「商品の表示通りに焼くこと」

油は使いません

- 1 火をつける前に並べる
凍った餃子を並べてから火をつけ、焼きムラを防ぎます

水は使いません

- 2 フタをして蒸し焼き
中火 約5分
中火の目安
フライパンの底に火の先が当たる程度

フタを取って

- 3 焼き色をつける
弱火 1~2分
餃子の周りがキツネ色になってきたら様子を見ながら調整します



学童疎開船「対馬丸」 ～平良 啓子さんのお話を聞く～

3月にオンラインで開催された「第38回沖縄戦跡・基地めぐり」には、コープいしかわの組合員をはじめ全国で500名以上が視聴参加しました。その中で、平良啓子さんは、米国潜水艦の魚雷により沈没した学童疎開船「対馬丸」での壮絶な体験と平和の思いを話されました。その一部を紹介します。

対馬丸事件とは

昭和19年7月、沖縄が戦場となる危険が迫り、子どもたちを本土へ疎開させるため、子どもを含む約1,700名を乗せた対馬丸が那覇から長崎に向かいました。出航翌日の夜、米国潜水艦の魚雷攻撃を受け、対馬丸は10分ほどで沈没。多くの人々が海底へと沈み命を落としました。対馬丸事件は緘口令が敷かれ、終戦後も長い間語られませんでした。約半数が命を落とすと言われていますが、正確な人数は今も不明です。



対馬丸

日本郵船歴史博物館所蔵

乗船、そして沈没

当時、平良さんは国民学校4年生(9歳)。対馬丸には兄と姉、従妹の時子ちゃんと祖母、兄嫁の6人で乗船しました。母親は心配していましたが、「やまと(本土)に行ったら雪が見られる」と楽しみにしていました。事件の夜、船倉で寝ていると大きな音の後、船が傾き、気付いたときには体が水に浮いていました。重油や死体が浮かんで身動きできない海で流れてきた醤油樽につかまりましたが、一緒にいた従妹の時子ちゃんは大波に流されてしまいました。平良さんは真っ暗な海の上で、2畳ほどのいかだに乗りたくさんの人が群がっているところに向かいました。いかだに乗りとうする平良さんの両足を大人が後ろから引っ張ります。

私はもう死ぬと思っていました。大人に引きずられているもんですから。でも、生きたい。死にたくない。それを思わせたのが母の言葉でした。「来年3月きっと会えるからね。それまで頑張るんだよ。我慢するんだよ。泣くんじゃないよ」と言って別れて、さよならした母のことを思い出して…。来年3月、お母さんが必ず会うと言っていた。だからお母さんに会うまで死にたくない、死にたくない、と思いつつ私を引きずって(いかだから落とそうとして)いる人の手を足で蹴って、はがしたんですね。



ピースアクションinオキナワ
～第38回沖縄戦跡・基地めぐり～で
対馬丸の体験を語る平良 啓子さん

参加者感想より

夜の海の中での戦い、壮絶な状況を想像すると本当に戦争がひどく恐ろしいということ、平和の大切さを痛感しました。
(コープいしかわ 40代)



なんとかいかだにしがみつきのよじ登った平良さん。睡魔と闘いながら漂流し、夜が明けると1人減り、2人減り、6日目に無人島に流れ着きました。生存者は対馬丸が沈没したという事実が世間に知られないよう1か所に収容され、平良さんが母に会えたのは翌年の2月でした。

平良さんの思い

戦後、平良さんは小学校の教師となりました。退職後も対馬丸での体験を語りついでいます。

戦争っていうのは本当に大変だな。何のために人を殺し合うのかな。どんなことがあってあんなことをするか考えられないし、子どもたちにも平和な世の中をつくるために学問をしてほしい。学問は何のためにするのと言え、**「平和な世の中をつくるため。そのためにぼくは勉強をします」**となってほしい。これからのみなさんにはどうしても平和で安心な世の中をつくるってほしい。人間っていうのは心を合わせて、協力してお互いに平和をつくるっていうのは、どうすれば良いかというのを研究してほしい。
(平良さん談)



参加者感想より

これほどむごいことを小さな子どもが体験せざるを得なかったこと、その後ずっとその傷を背負わせてしまっていることに胸がいっぱいになります。二度と起きるはずのないことです。
(東京都生協連 60代)



参加者感想より

何の罪もない子どもたちが一番の被害者。戦後長い年数が経った今でも昨日の出来事のように話されている姿に悲しさ、つらさの深さを感じます。この声を子どもたちにつないでいきます。
(コープおきなわ 50代)



平良さんのお話を動画で聞き、いま平和を考えよう ピースアクションinオキナワ～第38回沖縄戦跡・基地めぐり～

「沖縄を知ろう!そして平和を考えよう」をテーマに開催された「ピースアクションinオキナワ」。平良啓子さんのお話を動画で直接聞いてみませんか。

見逃し動画配信は
8/31(火)まで!

他にも...

- 琉球大学 教育学部 山口 剛史准教授の講演
沖縄の歴史や基地問題についてクイズを活用して歴史・基地問題の概要を分かりやすく説明
- 全国大学生協連の平和の取り組み報告
- 沖縄戦跡・基地めぐりガイド動画



山口 剛史准教授



全国大学生協連の平和の取り組み報告

詳細はこちら



2021ピースアクションin ヒロシマ・ナガサキに視聴参加しよう

ライブ企画や公開動画を用意しています。ご都合のつく時間にぜひご覧ください。

※申込方法の詳細は8月3回おすすめ情報便をご確認ください。

詳細はこちら



ピースアクションinヒロシマ (8/4(水)～8/5(木))

- 被爆の証言・サダコと折り鶴の話 ● 虹のひろば
- デジタルアーカイブによる学習会 ● 被爆詩の朗読会

ピースアクションinナガサキ (8/7(土)～8/8(日・祝))

- 被爆の証言・平和の紙芝居 ● 被爆体験記の朗読会

平和募金にご協力を!

平和に関する学習会などの平和活動へご協力を。募金方法:OCR(注文書)の6ケタ番号記入欄に、下記の注文番号と数量(口数)を記入。eフレンズも同様。

★平和活動募金(今回のみ募金)

372684 1口:100円

★平和活動定期募金(毎週自動で募金)

348798 1口:10円

374580 1口:100円

いつでも
募金可能
です



教えて! コボ丸 / コープの商品 **安心** のヒミツ

ヒスタミン検査ってなに?



生協で取り扱う商品に関わる検査の一つにヒスタミン検査があります。ヒスタミン検査って? 何のために検査するの? そんな疑問についてお知らせします。

1 毎月とらいあぐるの13ページに商品検査数って載ってるよわ! よく見てるわ!

2 実際どんなことを調べてるんやろ〜? 例えばこの『ヒスタミン検査』ってなに?

検査名	検査実施
新商品事前	215品
残留農薬検査	11品
ヒスタミン検査	3品

3 じゃあ今回は7種ある商品検査の中からヒスタミン検査について説明するよ!

ヒスタミンってなに?

1. 鮮度が落ちると生成される

- ヒスタミン生成菌(細菌)の働きで、マグロ、カツオ、サバ、イワシ、ブリなどの赤身魚に多く含まれるヒスチジン(アミノ酸の一種)がヒスタミンに変化して生成されます。
- 漁獲後に常温で放置するなど保存状態が悪いとヒスタミンが生成されます。
- ヒスタミンを多量に含んだ食品を食べると、じんましん、頭痛、嘔吐、下痢などアレルギー症状に似た症状が出ます。



2. 煮ても焼いてもなくなる

一度、ヒスタミンができてしまうと加熱しても冷蔵・冷凍しても消えることはありません。



豆知識

家庭でのヒスタミン中毒予防方法

- 鮮度が低下した恐れのある魚は食べないようにしましょう。
- 食品中にヒスタミンができていても、外見の変化や腐敗臭はありません。舌に「ピリピリ」と感じた場合は食べるのをやめましょう。
- 魚は速やかに冷蔵・冷凍保管し、常温での放置時間を最小限に。また、冷蔵でも長期間の保存でヒスタミンの量が増えることがあります。できるだけ早く食べましょう。
- 冷凍した赤身魚を解凍するときは、冷蔵庫内など可能な限り低温で短時間のうちに。凍結と解凍の繰り返しはNG。

ヒスタミン検査ってなに?

検査で分かること

その商品の原料が、新鮮なもので適切な保存状態であったことが確認できます。

Q どこで検査しているの?

石川県立大学の中にあるコープ北陸の商品検査グループで行っています。コープ北陸では残留農薬検査やヒスタミン検査などを石川県立大学との共同研究で進めています。



自分たちでやってるんだ!

Q どんな商品が検査対象?

初めてコープファミリーで取り扱う商品の中で、原料に赤身魚を使用しているものから選択します。ツナ缶などの加工品や赤身魚の切り身や一夜干しなどが対象です。

原料の状態ではなくお届け前の商品になった状態を検査しているんだ



Q もし、ヒスタミンが検出されたら?

専門の機関でヒスタミンの確実な数値を確認します。製造元・取引先や商品担当者と連携し、今後の商品の取り扱いについて検討します。ちなみにこれまで検出されたことはありません。

ヒスタミン検査は新しく商品を取り扱うときに実施する安全確認業務の一つ。商品仕様書の点検や産地や原料の確認と同じく、安全・安心な商品をお届けする責任としている検査だよ



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

表情筋トレできれいな笑顔

ちょっとひと息

Refresh Time

リフレッシュタイム



マスク生活で無表情な顔になっていませんか。表情筋を鍛えてたるみを解消し、きれいな笑顔を取り戻しましょう。コープいしかわ教え合い講師で笑いヨガ講師の田辺起久子さんに教えていただきました。

こめかみマッサージ

POINT

口はゆるく開き、リラックスした状態で。



耳の後ろに親指を当て、残り4指で耳をふんわり包むように置き、シャンプーをするように上下・左右にずらしながら揉む(10回)。

田辺さんからのメッセージ

手当という言葉があるように、そこに手を持っていくことで脳のモードが切り替わります。こめかみマッサージでストレス解消、口角を上げる「へほ体操」できれいな笑顔習慣ができるといいですね。

口角を上げる「へほ」体操

POINT

「へ」のときは歯がしっかり見えるように、「ほ」のときは口をすぼめる。



小鼻の横の1から6のツボを中指で順番に「へー」「ほー」と言いながら押さえる(各10回)。

わいわいスティックゼリー(徳用)

512g(32本)
〈次回8月3日〉408円(税込)
96歳のおばあちゃんが喜んで食べています。細長いゼリーは安心して食べることができ、水分補給にも良いと思います。かほく市 エッチーさん



毎日鉄分 すもも&プルーン味

125ml×12本
〈次回8月3日〉646円(税込)
リピ買いしています!おいしいし、鉄分もとれるので!お友だちも喜んでくれます。加賀市 ふみちゃんさん



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!

麺きわざるそば

100g(めん80g、添付つゆ1袋)×10食
〈次回8月4日〉1,000円(税込)
大のそば好き。一番大切なのはそばの食感。初めて食べたときの「うまい!!」の感動は忘れられません。おいしいおそば屋さんで食べているかのような味わいです。金沢市 N・Kさん



越前白胡麻豆腐

60g×2個(みそたれ付)
〈次回9月2日〉108円(税込)
つるんとした食感とたれがとてもおいしく大好きです。加賀市 なでしこさん



国産ローストレバー

200g
〈次回9月5日〉279円(税込)
袋のまま湯せんができて、ニラともやしを炒めて一緒に合わせます。扱いにくいレバーが簡単に食卓に上がります。金沢市 トコちゃんさん



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 「味の母」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。



夏に食べたい！ レシピ

組合員から
寄せられました

みんなの
レシピ



さば缶と夏野菜の そうめん煮

25分 214kcal(1人分)

材料/4人分
 そうめん……………2束
 なす……………2本
 オクラ……………4本
 みょうが……………4個
 水……………400ml
 A しょうゆ …… 大さじ2
 酒 …………… 大さじ2
 みりん………… 大さじ2
 塩 …………… 小さじ1/2
 さば水煮缶 …… 1缶
 大葉(千切り) …… 5枚

作り方

- 1 なすはヘタを取り、縦に四つ切りにして5分程水にさらしザルに上げる。オクラはヘタを取り、みょうがは縦半分に切る。
- 2 そうめんは二つに折り、たっぷりの湯で表示通りにゆで、冷水で締めた後、水気を切る。
- 3 鍋に分量の水を入れ、沸騰したらなすの皮目を下にして2分ゆでる。A、オクラ、みょうが、さば水煮缶を汁ごと加え、中火で3分程煮たら火を止める。
- 4 3の具材を取り出し、煮汁に2を入れ、3分煮る。
- 5 器に4を盛り、具材を盛り付け、煮汁をかける。仕上げに大葉をのせる。

小豆島手延そうめん
50g×6束
〈次回8月3回〉322円(税込)

レシピ提供:金沢市 中村 麗子さん
「大好きななすそうめんの栄養価を高めたく、さば水煮缶を利用しました」



簡単!明太クリームうどん

10分 409kcal(1人分)

材料/1人分

COOP 冷凍讃岐うどん……………1玉
 明太子……………小1/2本(20g)
 温泉卵……………1個 大葉(千切り)……………2枚
 A 麺つゆ(2倍濃縮)……………大さじ1
 コーヒーフレッシュ……………2個

作り方

- 1 明太子の皮を取り除き、ほぐしておく。
- 2 Aを混ぜ合わせておく。
- 3 冷凍うどんを表示通りにゆで、冷水で締めた後、水気を切る。
- 4 3を器に盛り、明太子、温泉卵、大葉をのせ、食べる直前に2を回しかける。

レシピ提供:津幡町 N・Eさん
「コーヒーフレッシュの甘みとめんつゆの塩味が絶妙にマッチします。うどんはキンキンに冷やすのがポイント!」



COOP 冷凍讃岐うどん
1kg(5食)
〈次回8月3回〉268円(税込)

餃子のたれ利用! 中華風サラダ

15分 165kcal(1人分)

材料/2人分
 COOP ミニパック緑豆春雨……………30g
 きゅうり……………1/2本
 ハム……………3枚
 卵(溶いておく)……………1個
 A 餃子のたれ……………大さじ2
 ごま油……………小さじ1
 煎りごま……………適量
 サラダ油……………小さじ1/2

作り方

- 1 乾燥春雨を表示通りに戻し、食べやすい長さに切る。
- 2 きゅうりを斜め薄切りにし、2~3mm幅の千切り、ハムは3mm幅の千切りにする。
- 3 熱したフライパンにサラダ油を引いてスクランブルエッグを作り、皿に移して冷ます。
- 4 ボウルにAを入れて混ぜ、1、2、3を加えて混ぜ合わせる。
- 5 器に盛り付け、仕上げに煎りごまを散らす。



COOP ミニパック緑豆春雨
(40g×4パック)×2袋
〈次回9月4回〉410円(税込)

レシピ提供:加賀市 ベコさん
「気付くとたまっているたれの活用法です」



食欲アップ!牛キムチ

15分 167kcal(1人分)

材料/4人分

COOP 韓国直輸入キムチ……………200g
 にんにく……………1片
 糸こんにゃく……………200g
 牛こま切れ肉……………200g
 ごま油……………大さじ1
 A 酒……………大さじ1
 鶏がらスープの素……………小さじ2
 煎りごま……………適量
 青ねぎ(小口切り)……………適量

作り方

- 1 糸こんにゃくを食べやすい長さに切り、熱湯で3分程ゆで、ザルに上げる。
- 2 フライパンにごま油大さじ1/2と薄くスライスしたにんにくを入れ火にかける。香りが立ったら、1、キムチ、牛肉を入れて炒める。
- 3 Aを加えて味を調える。
- 4 仕上げにごま油大さじ1/2を鍋肌から回し入れ火を止める。
- 5 器に盛り付け、青ねぎと煎りごまを散らす。



COOP 韓国直輸入キムチ
330g
〈次回8月3回〉311円(税込)

レシピ提供:金沢市 あんず酒さん

気温が高い時期に届く 常温品や農産物が心配



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。

コープ北陸のとりくみ① / 検査で安全性を確認!

商品の取扱いを始める前に「コープ北陸微生物指針(*)」で定められた商品には「恒温試験」を行っています(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

恒温試験

35℃に保たれた機械の中で保存



約2週間後

状態確認や微生物検査



常温品は冷蔵
冷凍マークがついて
農産物は主に青果マー
商品のこと



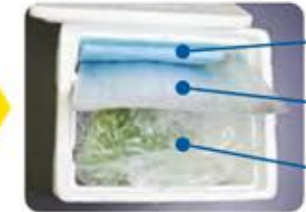
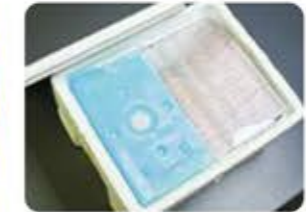
マーク・
いない商品
クがついている
だよ!



コープ北陸のとりくみ② / 農産物は温度管理を徹底!

気温が高い時期は配送トラックの庫内が高温になるためシッパー(保冷箱)でお届けしている葉菜類・果菜類などは蓄冷剤を入れて品温を管理しています。

箱の中の様子



蓄冷剤
アルミシート
農産物



常温でお届けしている農産物も気温によっては蓄冷剤が入ったシッパー(保冷箱)に入れてお届けすることがあります

家庭での取扱いや保存にも要注意!

食品を長持ちさせたり美味しく食べるためにも、それぞれに適した取扱いや保存を行いましょう。

商品が届いたら

- 傷みや変色、袋が膨張していないかなどを確認する
もしも「おかしいな」と思ったら加入先の生協へご連絡ください。
- 農産物が結露で濡れている場合は乾かす
シッパー(保冷箱)から取り出した際の温度差や農産物から発生する水分によって結露が起こる場合があります。袋を開け、表面が乾いてから保存してください。

各生協のお問い合わせ先はこちら▶



保存する際は

- 熱源の周りや湿気の多い場所は避け適切な場所へ
パッケージに記載の「保存方法」をご確認ください。
- 常温保存できる農産物は風通しがよく暗くて涼しい場所へ
ただし夏場は新聞紙やキッチンペーパーで包みビニール袋に入れ
冷蔵庫の野菜室での保存をおすすめします。



クイズに答えて
ポイントをもらおう!!

常温品の保存方法について 正しいのはどれでしょう?

- とりあえず冷蔵庫の冷蔵室に入れる
- パッケージに記載の「保存方法」どおりに保存する
- 日光がよく当たるところへ保存する

前回(6月号)のクイズ

Q. 今回紹介した食中毒リスクが高いところはどこでしょう?

- 水回り・調理器具・食器乾燥機
 - 水回り・調理器具・冷蔵庫や食器棚の取っ手など
 - 水回り・調理器具・冷蔵庫や食器棚の中
- 正解は② 水回り・調理器具・冷蔵庫や食器棚の取っ手など

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 2021年9月24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!

ごほうび

自宅でも過ごす時間が増えた今、体を動かすことも考え、家の周りの草むしりを始めました。毎日30分だけの短い時間ですがこれなら長く続けられそうです。終わった後のコーヒーと甘い和菓子のセットが楽しみです。これが私の頑張ったごほうびです!

金沢市おとと

新しい挑戦

ロックミシンの講習を受けてから洋裁にはまっています。編み物は若い頃から好きで家族や自分のための作品などは数多くあります。普通のミシンは持っているのですがロックミシンの購入は迷いました。でも、年を重ねてから新し

いことに挑戦すると認知症防止になるようなので大いに活用して楽しみたいと思います。

金沢市ようよう



宝達志水町 つむ

ミツキヤロで育った息子たち

私が公務員として共働きをしていた38年間の約10年、生協には本当にお世話になりました。仕事、家事、育児と、ただただ忙しくあつという間の38年間でした。ミツキヤロが2人の子供が41歳。それぞれ温かい家庭を築いてくれています。孫も5人になり、日々の成長が私たち夫婦の生きがいになっています。

小松市ヒマワリパーバ

新聞スクラップ

最近新聞のスクラップにはまっています。1日1記事切り抜きをして、ノートに貼っています。子どもに関する記事だったり、家事のこと、新型コロナウイルスが落ち着いたら行ってみたいお店まで、さまざまな記事を読み替えています。朝、子どもが起きてくる前に新聞を読むのが毎日のルーティンになっています。

七尾市レモン好き

生協の配達員?

宅配を利用して20年以上経ちます。子どもが小さい頃、カタログの欲しいものにたくさん丸を付けていました。「おかしいな、なかなか届かない...」とつぶやく兄の様子を妹が私に教えてくれる、そんな微笑ましい記憶もありました。今では人数が減り、注文数も減りました。遠地の子どもたちからリクエストがあり、荷物に入れて送ることもあります。あれ、いつの間にか私が配達員になっている...?(笑)

能美市ばるお

夫婦2人の生活で

子どもたちもそれぞれが親になっています。今は夫婦2人の生活。何十年も台所をしていた私は主人にお願

誰かに話したい

みんなの広場に何回か載せてもらっていますが、いまだに誰にも話したことがなく、自分だけで1人楽しんでいます。そのうち、誰かに話したいのですが...

七尾市孫ばあちゃん

自転車

私は自転車に乗れません。幼い頃、転んで、それから自転車に乗れなくなりました。恥ずかしくて皆さんには秘密です。

金沢市あんず酒

ミケと私のナイシヨ

8月で1歳になる猫のミケちゃん。リビングで一緒に遊んでいたとき、ちょっとしたすき間からお父さんの部屋に逃げ込みました。大切にしていたラジコン飛行機やヘリコプターを上手にハードルのように飛び越えていきましたが、飛行機の尾翼にミケの後ろ足が引っかかり、バリッと折れてしまいました。こりゃあアバイと思いきや、ポンドで目いっぱい貼り付け、なんとか形になったので、ミケと



白山市 T・M



金沢市 オバハン

私の「実はナイシヨにしていること」となりました。

白山市美川のまやちゃん

今回のテーマトークのお題は「コーヒーにまつわるエピソード」



いして、今では朝食づくりはパス。主人はそれなりに喜んでやっています。サンドイッチ、トースト、チャーハン、サラダ、卵焼き、コーヒー、みそ汁。私は洗濯から始められます。朝食ができたときには落ち着いて食べられ、私の1日が始まります。

能美市チャコ

母の畑仕事に尊敬

母の畑の草刈り専門の私が、生まれて初めてうね作りとマルチがけをしました。うねはウネウネ(笑)、マルチはでこぼこ。改めて85歳の母を尊敬いたしました。

能登町おじやま

ママのために

おばあちゃんの仏壇を

母が亡くなってもうすぐ1年が経ちます。実家は県外のため、あまり顔を出さず訪れる度に仏壇にお参りをしていました。石川の家には遺影も仏壇も飾っていませんが、それを気にした4歳の娘が「ママのためにおばあちゃんとの絵を描いて仏壇を作ってあげる」と、紙と空き箱で作ってくれました。嬉しいのか、さみしいのか、悲しいのか、悼んでいるのか。久しぶりに泣いてしまいました。

野々市市こぐま



機関紙モニターによるエッセイ

珍回答

書き人 K・U

私は携帯で子どもの珍回答の投稿を見るのが大好きです。子どもの珍回答もさることながら、先生の一言やお母さんのコメントも「粋」だなあと感心しながらも大笑。他人事とお叱りを受けるかもしれないが学歴社会や殺伐とした時代だからこそ、子どもらしくていいなあとおツクリした思っている。一例をあげると「マラカス」と答えなければいけないところ「マス増やしで「ウーマンボ」と書き、先生は「楽しいよね!!」とコメント。母は「プリノリヤんけ」と投稿。真面目であるべきと育った私には、ユーモアたっぷりの回答に三者の温かい笑顔が見えてくる。かわいいやら、おかしいやらで叱る気にもならないのではと想像する。そういえばわが家でも珍回答があったな。「石橋を一気に渡る」と答えた娘。「おおきい」の反対語を「いきおお」と書いた息子。余裕のない母は少し焦ったけれど今なら笑って「転ばないで」「本当に反対から読んだんだ」と。少しは粋な言い方をしてあげたいな。

CO-OP 掲示板

Instagram プレゼントキャンペーン実施中!

コープいしかわ公式Instagramでは、いつも見てくださっている方への感謝を込めて、抽選で人気商品が当たるプレゼントキャンペーンを実施しています!

プレゼントキャンペーン

第2弾

お知らせ日 8月2日(月)
応募締切 8月15日(日)

第3弾

お知らせ日 8月16日(月)
応募締切 8月29日(日)

※第1弾は終了しています

応募方法



1 コープいしかわ公式Instagramをフォローする。
※Instagramに登録していない場合、アプリをダウンロードして、ユーザー登録をする必要があります。



2 「メッセージ」で「組合員コード」と「組合員」「今回のプレゼント名」を送る。

応募条件 ※両方を満たしていること

- コープいしかわの組合員である
- コープいしかわ公式Instagramをフォローしている

注意事項

- 1 コープいしかわの組合員であることが確認できない場合は抽選の対象外となります。
- 2 1回のプレゼントの応募は1人1回までです(複数応募があっても当選は1回のみです)。
- 3 プレゼント品の交換、換金、返品および当選権利の譲渡はできません。
- 4 プレゼント品の発送日時の指定はできません。
- 5 いただいた個人情報は当選者への商品の発送、この企画に関する連絡のみに使用します(キャンペーン終了後削除します)。
- 6 メッセージ上ではこの企画に関する以外のお問い合わせは受け付けておりません。ご了承ください。

当選発表や発送方法などの詳細はInstagramの投稿をご確認ください。



プレゼント応募、お待ちしております!

コープいしかわInstagramはこちら



今からのフォローでも大丈夫!

地域とともに 2020年度地域活動助成金採択団体紹介



金沢インターバル速歩教室 (金沢市)

健康寿命を延ばす「インターバル速歩運動」は長野県の県民運動として医学的にも実証済みの効果のある運動で、短時間で自分の体力に合わせて、歩行のできる健康な人なら誰でも気軽にできる運動効率の良いウォーキングです。「金沢インターバル速歩教室」は一般市民が誰でも参加できるように開設した団体で、会員は100名を超えており、毎月定曜日に金沢市内の会場で多くの市民が参加しています。インターバル速歩運動を広め市民の健康寿命を延ばすために、教室の開講だけでなく、金沢市や教育委員会との連携も図っています。

3分間の「ゆっくり」と「速歩」を5回繰り返します。



金沢駅もてなしドーム地下広場では毎月第1・第3金曜日に、天神町緑地公園(金沢市)では毎月第2金曜日に教室を開催。見学・体験・参加申し込みは右記までご連絡ください。

金沢インターバル速歩教室

TEL 090-9442-4469
代表者 野村 碩志



ホームページ
<https://kisk2021.exblog.jp/31583404/>

※インターバル速歩については9月号で詳しく紹介しています

理事会だより

2021年度 第1回 6月24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. 5月度事業・経営報告 承認の件

- 第22回通常総代会で提案する議案を事前に説明してご意見を伺う「春の総代会議」は、石川緊急事態宣言の発出などに伴い、会場での開催を中止し、全総代に資料とDVDを送付し議案に対する理解を深めていただきました。
- 新型コロナウイルス感染症の対応では、情勢や各事業などの状況確認を継続して進めました。石川県が実施するコロナ差別解消推進キャンペーンに賛同した取り組み内容、ケアセンター戸板で実施するワクチン接種の実施方法の確認を行いました。その他、この間の取り組みへの感謝として、コープいしかわグループ全職員・社員に感謝文とともにコープ夏ギフトカタログを送付しました。
- コープたまほこ、おおぬか合同周年企画として「おすすめ商品総選挙」を実施しました。

2. 2021年度第1四半期活動のまとめと第2四半期方針 承認の件

3. 役員人事委員会答申 承認の件

4. 2021年度理事報酬額 決定の件

報告されたこと

1. 第22回通常総代会報告(速報)
2. 加盟団体総会議案の組織判断(日本生協連・コープ共済連・コープ北陸)

コープいしかわの姿

2021年4月1日~2021年5月31日

■ 宅配事業供給高(億円)

予算:23.7/実績:23.7/前年:25.7

■ 店舗事業供給高(億円)

予算:5.1/実績:5.2/前年:5.6

■ 経常剰余金(万円)

予算:3,306/実績:5,017/前年:9,469

■ 出資金:66億7,557万円(UP 4,215万円)

■ 組合員数:159,231人(UP 222人) (カッコ内は前月比)

■ 5月度安全確認情報

(4月21日~5月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	199品
定例企画商品	320品
残留農薬検査	3品
ヒスタミン検査	1品
産地判別検査	4品

■ 組合員の環境貢献度(6月度)

商品カタログ回収率 58.1%
注文書袋・保冷箱内袋回収率 23.7%

おしえて! 気になる!!

スッキリ 解決!

組合員の声

Q & A

Q カタログには **CO-OP** と **CCOP** の2種類のCO-OPマークがありますが、違いは何ですか?なるべくこのマークのものを注文するようにしています。

A **CO-OP** は日本生協連開発商品で、全国の生協で利用されています。**CCOP** はコープ北陸開発商品で、北陸地域の3生協(富山県生協・コープいしかわ・福井県民生協)の組合員のために開発された商品でこの3生協のみでの取り扱いとなります。



日本生協連開発商品



コープ北陸開発商品

Q ごぼうを切ったら赤っぽくなって、中心にスが入っていることがあります。なぜですか?

A 変色はポリフェノールによるもの、スは肥大するときにできた空洞です。ごぼうに含まれるポリフェノールが、ごぼうの中の酸化酵素や空気中の酸素により酸化し、赤やピンク色に変色することがあります。また、ごぼうは空洞ができやすく、特に太い部分は肥大により空洞になりやすい傾向があります。



CROSS WORD PUZZLE

□の中の文字をA~H順に並べて言葉を作ってください



- たての力**
- 赤と白を混ぜてできる色の一つ
 - 緑側で○○○を食べる
 - 「○○顔やつるべ取られてもらひ水」(加賀千代女)
 - 日程、予定
 - 映画、映画館
 - 体や心に感じる苦しみや痛み
 - 奮迅の活躍
 - そう○○のアレンジレシピ
 - 太平洋戦争中に魚雷で沈没した○○丸
 - 失敗すること。返球を○○する
 - 風がやんで波がなくなり、海面が静まること
 - 笑い○○でほほの筋肉を鍛える
- よこの力**
- 耳たぶなどに穴を開けて取り付ける装身具
 - 二度漬け御免! 大阪B級グルメ
 - クリーム、○○○コーヒー
 - 戦争、戦い
 - 指し示すこと、○○を与える
 - そろそろ飲み頃手作り○○○
 - 餃子を○○○に缶ビール
 - 海辺の○○○に文字を書く
 - 屋だけでなく○○も熱中症に注意
 - 完全養殖の金大ニジ○○
 - 巨大な天体。○○○の里キゴ山

A B C D E F G H

応募総数：890 通
正解：870 通

6月号(5月31日発行)の答は「ラクチンジタンデリ」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

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

フェイスブック Instagram

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)
※現在は21:00閉店
- コープおおぬか
076-220-6688 (9:30～21:30)
※現在は21:00閉店

【第257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 わたしのお気に入り あんあんニュース
特集～平和～ コープの商品 安心のヒミツ みんなの広場
リフレッシュタイム みんなのレシピ 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
(10月号掲載)