

とらいあんぐる

2

2022

Vol.263



特集～子育て～

子どもの気持ちを
上手に受けとめる

産地・メーカーをたずねて

イトウ製菓株式会社

くらしぶらす

角質ケアで

冬も潤いのある肌に

みんなのレシピ

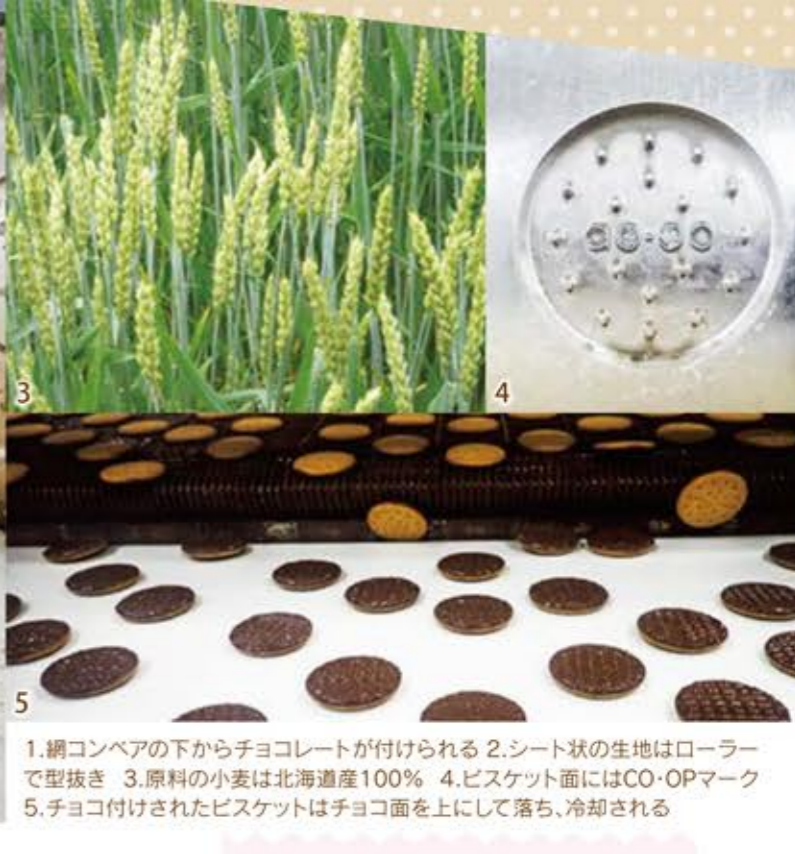
心ほっこりおうちスイーツ



通称
“ミルチ”って
呼んでます



イトウ製菓株式会社 豆田さんと北村さん



1.網コンベアの下からチョコレートが付けられる 2.シート状の生地はローラーで型抜き 3.原料の小麦は北海道産100% 4.ビスケット面にはCO・OPマーク 5.チョコ付けされたビスケットはチョコ面を上にして落ち、冷却される

産地・メーカーをたずねて
イトウ製菓
株式会社
東京都

組合員に愛され続ける ロングセラービスケット

ザクザクした食感にミルクチョコレートの甘みが絡む「全粒粉ミルクチョコビス」。発売以来、組合員の声を取り入れながら進化し、幅広い世代に支持されています。2021年10月には健康志向の高まりを受け、全粒粉の配合割合を20%に。商品開発部の北村明夏さんと営業本部生協課の豆田尚子さんにお話を伺いました。

episode 1 **クッキー・ビスケットの
専門メーカー**

イトウ製菓株式会社の創業は1952年。パン屋から転身し、クッキー・ビスケットの専門メーカーとなって70年。イトウ製菓でコープ商品を初めて作ったのは1975年で、その後「全粒粉 どうぶつビスケット」など多くのコープ商品を作り続けています。「全粒粉ミルクチョコビス」の発売は1977年。当時はやっていた全粒粉のビスケットにチョコレートをかいたイギリス生まれのビスケットを「生協組合員にも届けたい」と日本生協連の商品担当者から製造を依頼され誕生しました。40年以上経った今も愛され続けています。

episode 2 **ザクザクの食感が
たまらない！**

ザクザクの秘密は全粒粉。「全粒粉とはお米で言えば玄米をすりつぶしたようなもので、栄養価が高く、食物繊維や鉄分が豊富です」と北村さん。よりザクザク感を高めるためにザラメを配合。隠し味には黒蜜糖を使用し、まろやかでコクのある深い味わいになっています。2013年には組合員の声を受けて原料の小麦を100%北海道産に見直しました。「ミルチ」だけでなく、当社で作るコープ商品は全て国産小麦100%です」と豆田さん。おいしさや健康を求める組合員の声に応えながら進化してきました。

全粒粉ミルクチョコビスのおいしさの秘密

型抜きの穴
表面に小さな穴を開けることで水分が抜けやすく生地がふくらみがよくなり、サクサクとした食感になります。

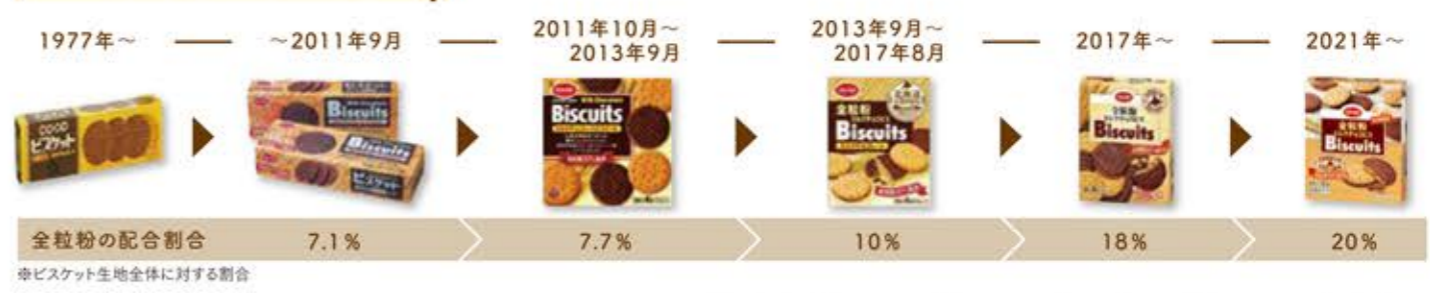


高温でさっと焼く
30mのオーブンで約9分かけて焼き上げます。

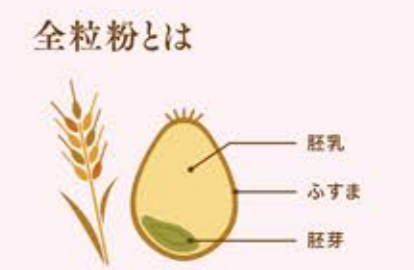


“ミルチ”の歴史

声に応じて全粒粉が増え続けています



--- Memo ---



小麦の粒を胚芽・ふすまも丸ごと粉砕した小麦粉のこと。ビタミンやミネラル、タンパク質が豊富。食物繊維や鉄分は小麦粉の3倍。

パッケージにも工夫が

「ここから押し開くと箱がたためます」を押すと、空箱が簡単にたたまるようになっています。また、3枚ずつの個包装の袋にもアレルギー表示がされています。そして、環境保全のために木を切りすぎないように管理された森林の木を使っているというFSCマークが付いています。



子どもの気持ちを受けとめる

子どもの気持ちを受けとめるって大切だけど難しいですね。
「子ども夢フォーラム」代表の高木眞理子さんを講師に迎え、機関紙企画検討委員がお話を聞きました。

「子ども夢フォーラム」を立ち上げて今年で22年目。子どもたちが夢や希望を持って生きていけるよう、子ども専用電話「チャイルドライン・いしかわ」、大人へも子どもとの関わり方を考えてもらう「パパ子育て講座」などを行ってきました。実際に寄せられた「子どもたちの声」から感じたことを子どもたちの目線に立て、大人に向けて発信しています。

子ども夢フォーラム代表
高木 眞理子さん



1 子どもを見る・声を聴く

幼児期の兄弟げんかの場合、おもちゃの取り合いなどが起こると、取られた、貸してくれなかったなど両者の言い分がありますが、泣いている弟を見てつい兄を叱ってしまいがちです。「いつも僕ばかり叱られる」兄の口からは当然、そんな言葉が出ます。(そうか、お兄ちゃんばかり叱ってたな)大人が気づくべき大きなサインです。「そっかそっか」「そのときどう思ったの?」「どうしてこうなったの?」まずは声を聴き、感情を否定せずに受けとめることが大切です。

子どもの気持ちを受けとめ認めることで、子どもは安心して感情を表現できるようになります。そして、言葉だけじゃない表情やしぐさからも発している気持ちがあることに気づいてあげてください。子どもたちが大人に求めていることは、自分を見てほしいということです。「ここにいるよ(存在するよ)」と、命そのものを見てほしいのです。



3 こんな言葉は子どもからのサインです

「僕はこの家にいない方がいいんだ」「どうせ私なんか…」こんな言葉は自己肯定感が下がったときのサインです。「気づけなくてごめんね」「大事だよ、大切な子どもなんだよ、大好きだよ」そうした言葉かけによって、子どもの気持ちは楽になります。

問題行動などのサインを出さないからといって悩みや不安がないわけではありません。親に心配をかけないようにいつも笑顔でいる場合もあります。いろんな目を持った人のネットワークを子どもを中心としてつくっておくことで、子どももいろんな人に相談してもいいという意識が育ちます。



2 気持ちを声に出して伝える

気持ちをたずねてもうまく言葉にして表現することができない子もいます。子どもが感情を豊かに表現できるようになるためには、乳幼児期から喜怒哀楽の感情を育み、感情の表現方法を教えることが大切です。

そのためにはまず、大人が子どもに気持ちを表現する言葉を日常的にたくさん発してほしいのです。赤ちゃんの頃から、「うれしいね、気持ちいいね、寂しかったね…」たくさんの声かけをすることで言葉の引き出しが増えます。自分の気持ちを言葉で表すことができると、気持ちが軽くなっていきます。



5 ほめられると、み～んなうれしくなる

人前で子どもと一緒にいるときに、「ウチの子、全然ダメなのよ」と子どもを否定するような言葉を使うのは絶対に止めてください。そのまま子どもに伝わり、自己肯定感が低くなります。子どもにとって、「愛されている」「守られている」という安心感には自信につながります。子どもの行動を見て、うれしそうな顔をしたら、「やったね!」「できたね!」と、子どもの達成感に共感してあげることが大切です。また、できたことだけをほめるのではなく、子どもの存在自体を「丸ごと大好きだよ」「ありがとう」と伝えましょう。



高木さんに質問!

Q. 兄弟げんか、良い仲裁の仕方ってありますか?



孫たちの兄弟げんかが激しくて…。話して納得させようとしても無理なときは、つい、おいしいもの食べよう!と甘いお菓子で止めさせていますが…。

A. おやつでは解決になりませんよ(笑)。これは、お母さんとおばあちゃんでは対応が違ってきますね。甘いお菓子を与えていたら、別の意味でお母さんから苦情が来ることになりやすいよ。おばあちゃんは心に余裕がある分、お孫さんたちの話もゆっくりと聴けるといいます。甘やかすのではなく、十分に甘えさせてあげてください。そして、お母さんにはいつも大変だよ、怒りたくなるよね…と声かけすることも忘れないでくださいね。



機関紙企画検討委員の感想



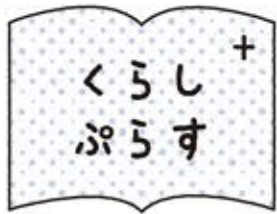
私も小さい頃、親に人前で、ウチの子ダメなのよ…と言われて嫌だったことを今でも思い出します。人前でも子どもに大好きだよと言えることは大切だと実感しました。

子どもの良いところを見つけることで、自己肯定感が高くなり、自分に自信が持てることは大事ですね。お母さんも、今日はこれを頑張った、えらいぞ私!と思ってもいいのでは。お母さんが元気だと子どもの笑顔にもつながりますね。



《子ども夢フォーラム》
18歳までの子どもを応援する(チャイルドライン・いしかわ)
毎日 16:00~21:00 TEL 0120-99-7777
(ババママ・ホットライン)
火曜~金曜 10:00~15:00 TEL 076-214-5666

子ども夢フォーラムはコープいしかわ地域活動助成金採択団体です。



角質ケアで冬も潤いのある肌に

コープのふきとり化粧水で冬のスキンケア

冬になると肌トラブルが増える、乾燥して肌の調子が安定しないと悩む方も多いのでは？
気温や湿度の変化に加えて、マスク生活も肌にさまざまな影響を与えています。
肌トラブルの原因やお手入れの仕方を教えていただきました。



教えてくれた人
ナリス化粧品
田邊さんと
青木さん

冬の肌トラブル、それ古い角質が原因かも

Check 冬の肌の悩みチェックリスト

- 秋・冬になるとなんとなく肌がくすんで見える
- メイクのノリが悪い
- 化粧水のなじみが悪い
- 毛穴の黒ずみが目立つ

1つでも当てはまったら、古い角質がたまっているかも！



田邊さん ※角質層まで

乾燥する季節はしっかり保湿することももちろん大事ですが、ただ保湿しても肌に浸透しません。古い角質を取り除いてから必要なものを与えるのが正しいスキンケアです。



青木さん

角質とは…

肌の一番表面にある角質層の細胞で、水分を保持し皮膚を守る役割を持っています。肌のターンオーバー（新陳代謝）によって古くなった細胞は角質層にたまっていき、最終的にはがれ落ちていきますが、加齢によってこの周期は段々と遅くなっていきます。

ターンオーバーが乱れる原因

- うるおい不足
- 古い角質がたまる
- 食生活の乱れ
- 紫外線
- 冷え
- アルコール
- 睡眠不足
- ストレス など

肌が新しく生まれ変わるターンオーバーの周期は28日と言われていますが、年齢を重ねると周期は、年齢×1.5倍とも言われています。



古い角質を取り除くと…

- くすみを取り除くので肌の透明感がUP。
- 化粧水の浸透効果が良くなり、後に使う乳液やクリームなどもなじみやすくなる。
- 肌のキメが整うので、メイクのノリも良くなる。

肌のターンオーバーのリズムを整えるのが美肌への近道です！



古い角質を取り除くには

ふきとり化粧水は洗顔後、化粧水の前に使います。
コットンに適量(4プッシュ)を含ませ、リンパの流れに沿って顔の中心から外側に向かってやさしくふきとります。古い角質が柔らかくなり、コットンが絡め取ってくれます。朝・晩ともに毎日行いましょう。

注意!

- しっかりふきとろうと強くこするのはNGです。
- また、ふきとり化粧水の量が少なすぎたりすると、摩擦の原因にも。使用量は正しく！

組合員

Voice! 「こんな使い方をしています」

「顔だけでなく、ひじやひざにも。
顔をふきとった後のコットンでもOK」
「カサカサかかとの毎日のケアに使っています」
「首周りに使って、ワイシャツの汚れを軽減しています」



実はこの商品、組合員さんはいろいろな使い方をされています。



使用した商品はコレ!



フリーリア フェイスクリア

気になることを質問!

Q. 角質をふきとった後はもうしっとり感があります。その後のケアは必要ですか？

フェイスクリアは角質をふきとるのが使用目的なので、通常通り化粧水→乳液(＋クリーム)で水分と油分で保湿してくださいね。古い角質を取り除いた後は、化粧水のなじみが良くなりグングン吸収されるのが実感できると思います。



Q. マスクをしていると、マスク内は蒸れるくらい湿度が高いように感じますが、実は乾燥しやすいと聞きました。なぜですか？

マスクを外したときに蒸れた水分と一緒に肌の水分も蒸発してしまうので、乾燥が進みます。また、マスクを使用することで肌に摩擦が起こります。摩擦は肌の天敵!肌本来が持っているバリア機能が破壊されるので乾燥が防げなくなります。



国産生バラ使用のエイジングケアシリーズ

CO-OP フリーリア

- 専用バラ園で、丹精込めて育てたバラを手摘みし、原料化粧水から抽出した美容成分を全品に配合
- ナリスオリジナル技術で、やさしいモダンローズの香りをそのまま商品化!
- 全品香料・パラベン(防腐剤)無配合
香りは香料ではなく、バラ由来の美容成分によるものです



- (左から)
- クレンジングオイル 155ml (次回未定)
 - ダブルクレンジング 120g (次回2月4回)1,628円(税込)
 - フェイスクリア 180ml (次回2月4回)2,068円(税込)
 - モイストアップローション 150ml (次回2月4回)2,068円(税込)
 - モイストアップミルク 85g (次回2月4回)2,068円(税込)

組合員から寄せられました
みんなの
レシピ

心ほっこり おうちスイーツ



餃子の皮でアップルパイ

35分 130kcal(1個分)

- 【作り方】
- りんごは皮付きのまま4等分に切り、芯を取り除き薄くスライスする。
耐熱容器に並べ、混ぜ合わせたAを加えて600Wの電子レンジで5分加熱する。
 - 餃子の皮に溶かしバターを塗り、その上にもう1枚皮を重ね合わせる。
 - 粗熱の取れた①の水気を拭き取り、花芯となる様に1枚小さく巻き、その上に2枚3枚と薔薇の様に重ねて巻いていく。
 - ②をプリン型などの小ぶりの耐熱型に入れ、花の形になるように整え、③を詰める。
(型がない場合はアルミホイルで型を作ってもよい)
 - 1000Wのオーブントースターで5分程焼いた後、型を取り外す。上にアルミホイルを被せて再度1000Wで3分程焼く。

- 【材料(8個分)】
- 餃子の皮 16枚
 - りんご 2個
 - 砂糖 40g
 - レモン汁 大さじ1
 - 無塩バター 20g
 - シナモンパウダー お好みで
 - 溶かしバター 10g

レシピ投稿者 金沢市 スノウさん



50分 190kcal(1人分)

- 【材料(4人分)】
- 北海道のひとくちサイズ栗かぼちゃ... 150g
 - 無塩バター 30g
 - おからパウダー 50g
 - A 砂糖 35g
 - 塩 ひとつまみ
 - 牛乳(豆乳) ... 大さじ3
 - 溶き卵 ... 1個分



- 【作り方】
- 冷凍かぼちゃを耐熱容器に入れ、ラップをかけ600Wの電子レンジで柔らかくなるまで5~6分程加熱し熱いうちに潰す。
 - 常温で柔らかくなったバターにAを加え混ぜ合わせ、溶き卵を3回に分けて加え混ぜる。
 - ②に①を加えて混ぜ合わせ、型抜きできる固さに伸ばせるように牛乳を少しずつ加える。
 - ③をひとまとめにしたらラップに包み、めん棒で8mm程の厚さに伸ばし、お好みの形に型抜きする。
 - 170℃に予熱したオーブンで25分焼く。

レシピ投稿者 金沢市 ミミリンさん



ほっこりかぼちゃの おからクッキー

30分 152kcal(1人分)

- 【材料(4人分)】
- さつまいも(あれば五郎島金時) ... 300g
 - 豆乳 50ml
 - A 片栗粉 大さじ2
 - しょうゆ 大さじ1
 - みりん 大さじ1
 - B 砂糖 小さじ1
 - 水 小さじ2
 - サラダ油 大さじ1/2



- 【作り方】
- さつまいもの皮を剥き、1cm幅の輪切りにして5分程水にさらした後、水気を拭き取る。
 - ①を耐熱容器に並べ、600Wの電子レンジで柔らかくなるまで5分程加熱し熱いうちに潰す。
 - ②にAを加えて混ぜ合わせ一口大に丸め、軽く潰して形成する。
 - フライパンにサラダ油を引き、③を並べ両面をカリッと焼く。
 - Bを混ぜ合わせ、④に絡めて焼き上げる。
 - お好みで黒ごまをかける。

さつまいも餅

レシピ投稿者 羽咋市 メーコさん

今月の表紙

35分 407kcal(1個分)

- 【材料(5個分)】
- ホットケーキミックス ... 200g
 - 全粒粉ミルクチョコビス ... 6枚
 - 卵 2個
 - 砂糖 50g
 - サラダ油 70g



- 【作り方】
- ホットケーキミックスと砂糖をそれぞれふるいにかける。
 - ボウルに卵を割り入れて溶きほぐし、①の砂糖を加え泡立て器でよく混ぜる。
 - ②にサラダ油を少しずつ加え混ぜ合わせる。
 - ③に①のホットケーキミックスを3回に分けて加え、ゴムベラでさっくりと混ぜ、適当な大きさに割ったチョコビスを加えて軽く混ぜる。
 - カップケーキ型に④を8分目まで入れ、170℃に予熱したオーブンで20~25分程焼く。

チョコビス de マフィン

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。

募集テーマ 「コープ商品を使ったレシピ」
上記以外いつもの、「おすすめのレシピ」も募集します!

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渡しください。 ホームページからは▶

クックパッドの「コボ丸キッチン」にも掲載

掲載レシピを实际に作ってみた人のコメント「つくれば100件に」も見られるよ!



知って安心!

コープ北陸の安全確認業務について



安全・安心な商品をお届けするための5つのとりくみ

コープ北陸 安全政策部ではコープファミリーで取扱う商品に対し、さまざまな面から安全性が確保された商品であるかどうかを確認しています。

2 商品仕様書管理

商品仕様書^(※1)を事前に点検し、法律やコープ北陸の商品取扱基準に適合しているか確認しています。

- 商品パッケージに
原材料や食品添加物などの記載もれがないか
- アレルギー表示のもれ、見落としはないか
- コープ北陸の食品添加物基準に合っているか など

(※1)原材料や製造方法、商品パッケージの表示などが記載されている商品カルテのようなもの。

1 リスク予兆 管理

産地・原料偽装や商品トラブルを未然に防ぐため日々さまざまな情報収集やそれらから予測される事柄などの把握に努めています。



さらに 商品取扱 検討会を開催

月に1度コープファミリーへ掲載する前に商品部と安全政策部の合同商品取扱の可否判断を行っています。

取扱可否の判断基準

- HACCP^(※2)制度化に対応した製造工場であるか
- 全国の生協でお申し出が発生していないか
- 商品のパッケージ表示と同じ産地の原料を使用しているか(産地判別検査の実施) など

(※2)製造工程上の重要な管理ポイントを定め、連続的に監視し記録する衛生管理の手法。

3 商品検査

商品の特性に応じて各種検査を行い、食品衛生法などの法律やコープ北陸の自主基準に適合しているか確認しています。

- 微生物検査
- 理化学検査
(残留農薬検査
アレルギー検査・ヒスタミン検査
DNA鑑定検査など)

各種検査は検査機関への委託や石川県立大学との共同研究で実施しています



4 工場点検

専門家や生協職員が商品を製造している工場に立ち入り全国の生協と共通の基準で点検しています。

- 殺菌や加熱の工程に問題がないか
- 異物混入の要因となるものがないか
- 各工程の製造記録などに問題がないか など

問題があった場合は工場とともに改善にとりくみます



5 組合員お申し出対応

お申し出があった場合、商品事故につながる可能性を早期に見極め被害の最小化に努めています。

- お申し出内容の確認と調査依頼・報告書の確認
- 同じ商品でのお申し出発生状況の確認
- 同じ工場で製造された他の商品に対するお申し出発生状況の確認 など

次月号ではお申し出の際に必要な情報について掲載します



5つのとりくみが連携することでより安全性の確かな商品をお届けするよう努めているよ



5つのとりくみを行い、コープ北陸の商品取扱基準を満たした商品をコープファミリーに掲載

商品の注文・お届け



もしも届いた商品がおかしい...と思った場合は生協へ連絡



読者のみなさんでつくる

みんなの 広場

「身近な出来事やイラスト」

「テーマトーク」募集中!

eフレンズに挑戦

eフレンズに挑戦し、コープの注文をスマホでできるようになりました。メモをとらなくてもスマホを見れば分かるし、合計金額も分かるので、便利です。何でも挑戦するまでに時間がかかる私ですが、できることが増えるのは楽しい!

加賀市 ひまわり婆ちゃん

登下校の見守り活動

町内の子どもさんたちの登下校の見守りを始めて4か月目に入りました。だんだん顔も覚え、「おはようございま〜す」と元気にあいさつする姿を見て、私も元気を貰っています。朝が待ち遠しく、いそいそと出かけています。

津幡町 ドラちゃん

冷凍魚に助けられ

娘の子育てに追われ、なかなか凝った料理ができなくなっているの、生協の冷凍食品にはいつも助けられています。海育ちでお魚を食べないとやってられないので、ついつい魚ばかり頼んでしまいます。

金沢市 こん



七尾市 ミルクキャラメル(9歳)

表紙にほっこり

12月号からページの向きが変わり、びっくりしました。表紙も色とりどりのドーナツですごくかわいかったです。子どもたちも嬉しそうに眺めていました。仕事が立て込み、クリスマスが頭になかったのですが、表紙を見て、おかげで気持ちがほっこりし、そろそろ用意したいな〜と思いました。

七尾市 あんぱんまん



かほく市 コッコ

わが家のお風呂当番

わが家の1歳7カ月の娘は、毎日のお風呂当番です。お湯張りのボタンを押して、水を流す栓を閉める。そして、パパに「でちたよ〜」と報告するまでが一連の流れです。「ちやぶちやぶいく」。お湯が張り終わるまで待てない、わが家のお風呂当番です。

七尾市 おはな

5歳の風紀委員?

5歳になった孫娘は、2歳の双子が悪いことをしたとき、必ず私に言ってきます。風紀委員のようで、「ありがとう。教えてくれて助かるわ!」と言うと、とても誇らしげにしています。お友だちに嫌われないか心配です。

金沢市 まさちゃん

テーマトーク

今月は
チョコレートの
思い出

包み紙も宝物

今では袋買いのできるチョコレートですが、子どもの頃はまだ少しぜいたく品で、お小遣いでは買えませんでした。お土産や誕生日に貰う特別な日のチョコレート。金や銀の紙の上に包装されていたすてきな包み紙。お花や風景、かわいい動物の絵がとてもきれいで、チョコレートを食べ終わった後もその包み紙を1枚1枚丁寧に箱に入れて、宝物にしては眺めていました。ときどき匂いもクンクンしたりして(笑)。昭和の懐かしい思い出です。

中能登町 じゅりまま

ペットをしのんで

チョコレートといえばバレンタインデー。その日は、愛犬ピーチの命日です。13年の生涯を終えたその瞬間を忘れることはありません。私に命が何かを教えてくださいました。その後、犬や猫を何匹も見送りましたが、バレンタインデーは家族でチョコレートを味わいつつ、動物をしのぶ会を開いています。

金沢市 まゆまゆこ

年2回の特別なお菓子

私は胃腸の弱い子どもだったので、チョコレートは普段は食べさせてもらえませんでした。ただ、年に2回、小学校の遠足のおやつとして買うことは親が見逃してくれたので、とても楽しみでした。今でもチョコレートは私にとっては特別なお菓子です。

金沢市 さくらぶんちょう

独り占め

長男が小学生の頃、誰かのお土産にどでかい板チョコをいただきました。「みんなで分けて食べるんだよ」と言ったのに、独り占めして食べて、ツウ〜と鼻血が。本当にチョコレートを食べすぎると鼻血が出るんや〜と納得しました(笑)。

能登町 おじゃま

初めてのチョコ作り

小学生の頃、友だちの男の子にチョコをあげようと思い、板チョコを刻んで湯せんに。そこまでは良かったのですが、当時はお菓子作りについて何の知識もなく、水がないと柔らかくならないのでは?と水を追加。できあがったチョコはカチコチで、渡した男の子には「キャンディ?」と首をかしげられました。今ならおいしく作れるのにな。

津幡町 ララ



金沢市 ゆつきーな

次回のテーマトークのお題は

つい見栄を
張ってしまうこと



くみかつレポーターによる活動報告



地域協議会行事の報告
「くみかつブログ」はコチラ



石川東地域協議会

「迎春商品マストバイ5選! 私のオススメこっそり教えます」



動画配信

石川東地域協議会のバナナです!今回はなんと!初めてのYouTube企画にチャレンジ!動画ではメンバーが厳選したオススメ商品5選をランキング形式でご紹介★

開催日 11月29日(月)~12月5日(日) 参加者 54名

南加賀地域協議会

「減塩座談会」



Zoom開催

南加賀くみかつレポーターのトコトコです。当日はたくさんの意見を交換し合い交流しました。減塩方法についてのお悩みや疑問、気を付けていることをお話しし、たくさんの気づきが生まれました。

開催日 10月29日(金) 参加者 16名



息子たちの進路

書き人 S・H

hello

わが家は、大学1年生の長男と高校生1年生の次男がいます。長男は第1志望の大学には入学できなかったけれど、憧れの国立大学へ現役合格し、他県で楽しいキャンパスライフを過ごしているようです。次男は不登校を経験しながらも、第1志望の高校に合格でき、今は楽しく通っています。将来、すでに行きたい大学も決まっています。2人とも弓道部に所属し、共通点があり、ずっと続けられる個人競技で良かったです。

昨年の今頃は、2人とも受験生で新型コロナウイルス感染症のこともありいろいろ大変でしたが、それを乗り越えた今は、本当に幸せを実感しています。金銭的には決して余裕はないけれど、家族みんな健康に過ごせていることに感謝しています。

数年後には長男の就活、次男の大学受験がありますが、息子たちの可能性を信じて応援したいと思います。私も今を精一杯生きます!!

Q 姫ほっけ・真ほっけ・しまほっけの違いや特徴を知りたいです。

A 真ほっけは身離れが良く、しまほっけは脂の乗りが多いです。

コープファミリーに掲載の「姫ほっけ」は比較的小さな魚体の「真ほっけ」を骨取り加工している商品です。「真ほっけ」は、北海道近海で獲れ、味がしっかりして身がしまっており、脂の乗りがほど良い感じで人気があります。皮が固くて身離れが良く、しっかりと身がまとまっているため魚を食べるのが苦手な人でも、きれいな食べ方ができるお魚です。「しまほっけ」は、ロシアのオホーツク海で獲れ、体にシマの模様があります。真ほっけに比べると脂の乗りが多く、身が柔らかいのが特徴です。白身で癖がなく、脂もたっぷりなので、焼き魚やムニエルなどにしてもおいしくいただける魚です。ほっけは傷むのが早い魚なので、干物として保存が効くようにしてから商品化される魚です。コープファミリーでは塩干品として掲載しています。



組合員の声

Q 最近、カロリーや塩分よりも糖質が気になります。カタログに糖質のグラム数を掲載してほしいです。

A 糖質は任意表示のためメーカーから情報提供されない場合が多く、生協では表示することができません。

加工食品では栄養成分の表示が定められており、その表示に基づいてカロリーと塩分をカタログに表示しています。炭水化物は栄養成分表示義務の対象ですが、糖質は炭水化物の内訳の一つのため任意表示となっています。そのためメーカー側で糖質の計測をしない商品が多く存在します。生協では取り扱う個々の商品の栄養成分を独自で計測できていない状況です。カタログに掲載する情報は、メーカー側から提供されるデータに基づき掲載していますが、糖質のグラム数についてはメーカーから情報提供されない場合が多いため、カタログに掲載する項目には選定しておりません。せっかくのご要望にお応えできず誠に申し訳ございません。

コープいしかわの姿

2021年4月1日～2021年11月30日

	予算	実績	前年
宅配事業供給高(億円)	95.3	96.2	98.9
店舗事業供給高(億円)	19.8	20.3	20.8
経常剰余金(億円)	1.6	2.6	2.9

出資金: 70億8,429万円 (UP 4,813万円)

組合員数: 161,001人 (UP 271人) (カッコ内は前月比)

11月度安全確認情報

(10月21日～11月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	263品
定例企画商品	346品
残留農薬検査	6品
DNA検査	3品

組合員の環境貢献度(12月度)

商品カタログ回収率 **78.0%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **27.4%**

理事会だより

2021年度 第7回 12月22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. 11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、情勢や各事業等の状況確認を継続して進めました。事業継続計画が小康期のフェーズに移行したことに伴う組合員活動の考え方、年末年始に向けて職員間や取引先との会食などを伴う会への参加に対する考え方について確認を行いました。
- コープこまつ関連では、地元住民を対象とした説明会の開催や時間給職員の採用活動などに取り組みました。

2. 新店POSシステム投資について

3. 第3四半期活動のまとめと第4四半期方針 承認の件

4. 第8次中期計画 最終答申 承認の件

5. 2022年度基調方針 承認の件

6. 第23回通常総代会召集に関する理事会決定事項 承認の件

7. 第12期役員選任に伴う理事会決定事項 承認の件

8. コープ共済連臨時総会 代議員選出の件

報告されたこと

1. これからの福祉事業について

レシピ、お便り・イラスト、今月の花画像大募集

CO-OP
掲示板

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 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

裏表紙のお便り欄に記入し、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での投稿もできます。

みんなの広場への お便り・イラスト

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。

今月の花画像

あなたが写したお花の画像を募集。奇数月号掲載の「今月の花」コーナーに採用された方には500ポイントを進呈。

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

今月の花画像

テーマトーク
今月の募集テーマ
「つい見栄を張って
しまうこと」

2022年度とらいあぐる モニター募集

1. 機関紙とらいあぐるへの感想をWebアンケートに毎月入力いただきます。編集にあたりさまざまなアンケートにもお答えいただけます。

紙での回答もOK!

2. 「みんなの広場」のエッセイを執筆していただくことがあります。

期 間 とらいあぐる4月号から1年間

謝 礼 アンケートを8割以上提出して下さった方には、2,000ポイント進呈

応募方法 裏表紙の編集室行お便り用紙の「モニター応募欄」に○を付け、提出していただくか、右の2次元コードからお申し込みください。

締め切り 2月20日(日)

募集人数 50名(応募多数の場合は抽選とします) 当選者へは4月8日(金)までにご案内します。

お問い合わせ 総合企画部(竹内・坂本) 電話 076-275-9854



こちらからも
申し込みます



地域とともに ~2020年度地域活動助成金採択団体紹介~

コープいしかわでは、地域に貢献する活動をしている団体を応援しています。

「フードシェア あったらモン」(小松市)

あたららモンとは、小松弁で「もったいない」の意味。市役所など小松市内2カ所の公共施設で食品の受付および必要としている団体や個人の方に食品の受け渡しを行っています。また、寄付いただいた食品と既に提供された食品との物々交換も行いフードシェアも進めています。廃棄されてしまう食品を必要としている人たちに渡すことで、「もったいない」を「ありがとう」に変え、地域に笑顔の輪が広がってほしいと考えています。



代表: 北 智子
毎月第3土曜日: 小松サン・アビリティーズ
第4日曜日: 小松市役所1階ロビー
<https://www.facebook.com/food.attaramon/>



▲フードドライブの様子

▲寄贈もしています

CROSS WORD PUZZLE

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

□の中の文字をA～G順に並べて言葉を作ってください



たてのカギ

よこのカギ

- 英語で「雪」
- 小さな穴をあけるための工具
- 不思議で納得がいかないこと。
○○○な顔をする
- コープ北陸の
○○○○確認業務
- をあだで返す
- を重ねる
- ウサギと○○
- を折って数える
- も実力のうち
- 小麦をひいて粉にするときに残る皮のくず
- 欧米の大学などで卒業式に着用するアカデミック○○○
- 子育て

- 肌の手入れ
- 味付け○○、○○の佃煮
- 建物の出入り口
- 輸入品に課される税
- 子ども○○フォーラム
- 必要なものが十分に備わっていないこと
- 大学を卒業して大学○○に進む
- 学校の規則
- 節分の豆まきで使う四角い容器
- トレーニングのための屋内施設

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 **2月26日(土)**

応募総数 **941 通**

正解 **934 通**

12月号(11月29日発行)の答えは「**レイトウショクヒン**」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。



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、右記の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番地
コープいしかわ機関紙編集室

※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。

(Vol.263) 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。

- 産地・メーカーをたずねて みんなのレシピ 組合員の声Q&A
 特集～子育て～ あんあんニュース
 くらしぶらす～角質ケア～ みんなの広場

お便り・みんなのレシピ・イラスト(4月号掲載)など 記入欄

機関紙
モニターに⇒ ○
応募する

コープいしかわの「今」がわかる
コープいしかわ インスタグラム・フェイスブック



毎月不定期で
プレゼント
キャンペーン
実施中♪



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)



コープいしかわ 検索

<https://www.ishikawa.coop/contact/form/>
メールからもお問い合わせいただけます

●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ぶあいあい
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

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