

とらいあんぐる

6

2022

Vol.267



特集～歯の健康～

大切な歯を
守るために

産地・メーカーをたずねて 株式会社西脇水産

くらしぶらす

失敗しない

アイスティー&アレンジティーの作り方

みんなのレシピ 魚介類を使ったレシピ



産地・メーカーをたずねて

株式会社
西脇水産
輪島市

代表取締役社長 西脇 美保さん

とめばあちゃんの味を 受け継いで

株式会社西脇水産は輪島で加工した干物を全国に向けて発送しています。コープのギフト「わじまの朝」や輪島のレジェンド行商人だったとめばあちゃんの味を受け継いだ「赤魚半身醤油干し」などを製造しています。代表取締役社長の西脇美保さんにお話を伺いました。

episode 1 とめばあちゃんの味に出会って

「能美市で包材の会社を経営していた父が輪島を訪ねたときに、行商人のとめばあちゃんが作る赤魚の醤油漬けに出会いました。そのおいしさに感動した父が、たくさんの人に食べてほしいと小さな加工場を作ったのが始まりです」と西脇社長。とめばあちゃんに作り方を教わり販売すると、おいしいと評判になり、生協や百貨店に広がっていきました。「西脇水産として独立し30年経ちました。使っている醤油の色が濃くて辛そうに見えると言われて、10年かけて見直し、やさしい色にしましたが味は変えていません。ずっととめばあちゃんの味を引き継いでいます」。

episode 2 いつ食べても必ずおいしいものを

甘めの醤油味で身に厚みがあり、焼いたときに表面はパリッ、中は柔らかいと人気の「赤魚半身醤油干し」。赤魚は、脂の乗った時期に船内凍結したものを限定して仕入れます。仕入れ前にサンプルを取り寄せて実際に漬け込み、とめばあちゃんの味になるかを確かめています。下処理した赤魚は醤油だれに1時間漬け、1枚1枚裏返してさらに1時間。「これは手間も時間もかかりますが、絶対に変えてはいけません!この工程をなくすと、とめばあちゃんの味ではなくなりますから」。漬けた後は乾燥室でじっくり乾燥。赤魚の乾燥度合いは熟練の目だけでなくデータで管理し、安定した品質をめざしています。「いつ買ってもがっかりしない安定のおいしさじゃないと」と社長はにっこり。

episode 3 歳をとっても楽しく働ける場所を

西脇水産で働くのは40～50代を中心に22名。そのほとんどが地元の女性です。長く働いている方も多く、主婦の視点を生かして皆で商品づくりをしています。また、職場がもうひとつの家族のような存在になっていて、子育てや介護など家庭のことで忙しく働けないときにも助け合っています。「先日もお子さんの受験が終わった従業員に、お母さん頑張ったねと職場の皆でケーキでお祝いしたんです。女性が歳をとっても働ける場所を提供したい、それが私が会社を続ける理由です。働くことを楽しみながら製品を作るからこそ、おいしいものができるのです。将来は皆で自家製の野菜を使って子ども食堂のようなものを作りたいねと話しています。誰でも来て楽しく話せる、そんな元気になる場所を作れたらいいですね」と社長は嬉しそうに話しました。

— Memo —

輪島から全国へ
「わじまの朝」

朝市で売られているような魚介の干物の詰め合わせ。生協や全国の百貨店、スーパーまで幅広く、取り扱いのないところはない!というくらいの人気のギフト。「輪島の代表として“わじまの朝”という名前で出しているの、ギフトをもらった方に“おいしい!”と思っていただける商品を作っています」。



私たちが作っています

漁師町輪島で魚に精鋭した人たちが1枚1枚手作業で加工しております。丁寧かつ迅速に加工することで魚の劣化を防ぎ、また郷土の味を守り、皆さまにおいしいものを提供できるように努めております。



部長
西脇 猛史さん



表 雅美さん



高地 直子さん

社長は常に従業員のことを見て明るく、楽しく、ときには厳しく、いつも元気に大声で指示をしてくれます。従業員は皆元気で楽しく働ける職場です。

西脇水産の干物の中で私たちが1番自信を持ってご紹介できるのは醤油漬けです。輪島ならではの味を守り、心を込めて作る醤油漬けはほんのり甘く魚の脂とマッチした干物です。私が1番好きなのは、さば醤油漬けです。

大切な歯を守るために

6月4日～10日は歯と口の健康週間です。おいしく食べることができ健康に過ごすためには、丈夫で健康な歯を守りたいですね。毎日のスキンケアを行うように、口のケアもとても大切です。

教えてくれた人



サンスター(株)リテール統括部
コープ営業部 西日本営業グループ
清水 知美さん



あなたは大丈夫?それ歯周病かも?

「最近、歯を磨くと血が出る」「かむとたまに痛い…」こんなことはありませんか?もしかすると、それ歯周病の症状かも?

✓ 歯周病セルフチェック

- | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|
| ☐ 歯ぐきが赤くなっている | ☐ 歯ぐきが下がっている | ☐ 歯が動く |
| ☐ 歯ぐきが腫れている | ☐ 歯がしみる | ☐ かむと痛い |
| ☐ 歯ぐきを押すと血が出る | ☐ 口臭が気になる | ☐ 膿が出る |

1つでも当てはまるものがあれば一度歯科医院で検診いただくことをおすすめします



歯周病ってどんな病気?

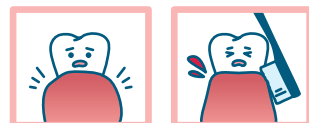
歯周病は「歯肉炎」と「歯周炎」を合わせた歯ぐき周りの病気で、歯周病菌の感染によって起こります。歯の間や歯ぐきとの境目など、磨き残しのあるところに細菌の塊、プラーク(歯垢)がこびりつきます。プラーク1mg中には1億以上もの歯周病菌が潜んでいます。



歯肉炎 → 軽度な状態

歯周病菌により歯肉(歯ぐき)が炎症を起こします。

症状 歯肉が赤く腫れる、ちょっとしたことで歯肉から出血する



歯周炎 → 重度な状態

炎症が歯肉だけでなく、歯を支えている骨(歯槽骨)にまで広がります(歯槽膿漏とも言います)。

症状 口臭がひどくなる、冷たいものがしみる



歯周病が進行すると、歯肉や歯槽骨などの歯周組織が破壊され、歯が揺れてかめなくなり、最後には歯が抜け落ちてしまう怖い病気です!

歯の健康は体全体にも影響します

歯周病は手遅れになると歯を失う原因にもなる怖い病気です。歯の病気にすぎないと思われがちですが、歯を失うと食べ物をよくかむことが難しくなり、栄養摂取がうまくいけなくなることも。おいしい食事には歯が必要不可欠です。歯周病を予防し、口の健康を維持・改善することで、健康寿命を延ばし元気に過ごしましょう。



歯周病を防ぐにはどうしたらいいの?

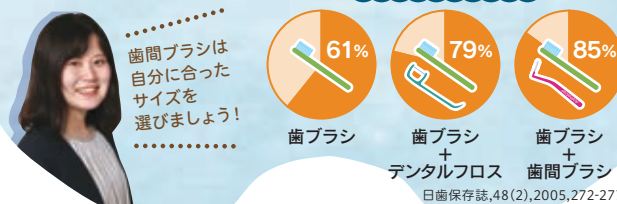
毎日のホームケアと歯科医院での定期的な検診で、歯周病菌を殺菌したり、歯垢を除去することが大切です。

毎日のホームケア 正しい歯みがきに加え、デンタルフロスや歯間ブラシの使用、さらには洗口液での仕上げがおすすめ。



Q 歯ブラシだけではダメなの?

歯と歯の間は歯ブラシの毛先が届きにくく、プラークが残ったりしやすい場所です。フロスやピック、歯間ブラシを使ってしっかり取り除きましょう。



Q 洗口液だけでもいいの?

洗口液だけでなく、歯みがきの後に使用してください。歯ブラシでは届きにくいところまで液が届くのでスッキリ感が持続します。特に就寝中は口の中の細菌が増殖するので、寝る前の使用がおすすめです。細菌の増殖を抑えるので、朝起きたときの口の粘つきが少なくなりますよ。



症状が無くても歯科医院で定期的な検診・メンテナンスを

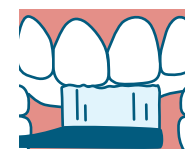
プラークが固まってできる歯石はホームケアでは除去できないので、歯科医院でクリーニングしてもらいましょう。定期的な検診は歯周病の早期発見にもつながります。



正しく歯みがきしましょう!

歯を磨く時間は毎食後3分以上が基本ですが、なかなか難しいですよね。1日に1回でもいいのでゆっくりと時間をかけて磨きましょう!私はテレビを見ながらなど…“ながら磨き”をしています。

歯ブラシの選び方



ブラシの大きさの目安は前歯2本分、または指2本分。ヘッド(磨き部分)は小回りの利く小さめ、ブラシの硬さは普通～柔らかめ(歯ぐきに違和感がある場合は柔らかめ)がおすすめです。

持ち方はペングリップ



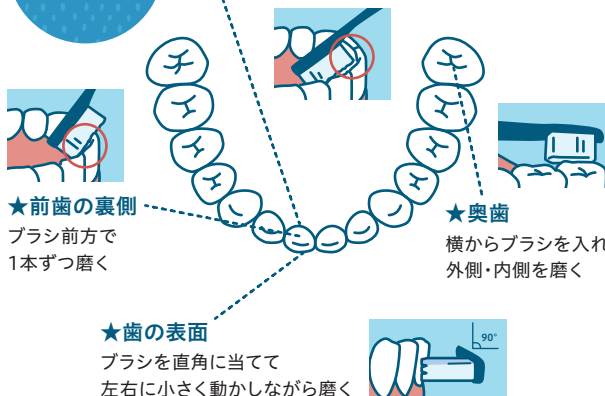
余分な力が入らない、ペンを持つようなイメージで!

1か月に1度は交換を



歯ブラシは毛先が開いてきたら交換…と思っている方が大半だと思いますが、見た目は変わらなくても毛先のコシが無くなってきます。洗浄力も落ちてくるので1か月使用したら交換しましょう。最近の歯ブラシは毛先が開きにくいように作られているものもあります。

正しくブラッシング



「ソルテージII」

4種類の薬用成分で歯周病予防に!

塩化ナトリウム…歯ぐきを引き締め、丈夫な歯ぐきに
ビタミンE…歯ぐきの血行を促進し健康な歯ぐきに
生薬当帰…生薬トウキエキスが歯周組織の炎症を抑える
塩化セチルピリジニウム(CPC)…殺菌剤CPCが歯周病の原因菌を殺菌し細菌の増殖を抑える

口臭・歯肉炎・歯槽膿漏を防ぐ

薬用ハミガキソルテージII

販売名:ソルテージα
<次回6月3回>
くらしのパートナー
968円(税込)

ソルテージIIソフトピック

<次回6月3回>

ソルテージIIハグキケアブラシ

<次回7月1回>

生協との共同開発品だよ!





失敗しないアイ스티ー&アレンジティーの作り方

じめじめした梅雨の季節にぴったり合うのがアイ스티ー。さわやかな香りとすっきりした飲み口が気分をリラックスさせてくれます。茶葉に限らず、ティーバッグでも手軽においしいアイ스티ーができます。コープいしかわ教え合い講師の田上理恵さんに教えていただきました。



コープいしかわ教え合い講師
田上 理恵さん
Suciela Tea認定講師
Salon de R主宰

お湯出しアイ스티ー (2人分)



1 ポットに熱湯を入れ、温める

POINT
あつあつの熱湯を使いましょう。沸騰して泡がぼこぼこしているくらいです。そうするとえぐみが出ません。



2 お湯を捨て、茶葉を4~5g入れて熱湯200ml(ホットティーの1/2)を注ぐ



3 ふたをして約2分蒸らす(大きめの茶葉は2~3分、小さめの茶葉は2分弱)

中で茶葉が行ったり来たりジャンピングして、成分が抽出されます



4 サーバーに注ぎ出す(茶こしなどで茶葉は取り除く)



5 氷を入れた別のサーバーに一気に注ぎ、素早くかき混ぜる

冷やす速さが大切。ゆっくり冷やすと紅茶のタンニンとカフェインが結合し、結晶化して白く濁ってしまいます。これをクリームダウンといいます。③の後、グラスに直接氷を入れて一気に注いでもOKですが、濁りやすくなることも。風味や品質は変わりませんが、紅茶は色も楽しみたいですね。その場合、熱湯を少し注ぐと濁りが取れます。熱いうちに甘みをつけておくと濁りにくいですよ。



アイ스티ーのアレンジ

セパレートティー



1 グラスの1/3にジュースを注ぐ



2 氷を入れる



POINT
氷をクッションにして静かに注ぎましょう。一気に注ぐと下のジュースと混ざってしまいます。

紅茶をマドラーづたいで氷に当てながらゆっくり注ぐ

下は甘いもの、上は甘くないものを。下を紅茶にしたい場合は、紅茶が温かいうちに甘みをつけてからグラスに注ぎ、氷を入れて上に炭酸水などを注ぐとティーソーダに。甘さの濃度で何層でもできるので、チャレンジしてみてくださいね。

冷凍の果物やクラッシュゼリーを入れて豪華に

冷凍のマンゴーやベリー、カットしたオレンジを入れるとおいしくなります。特にオレンジは紅茶との相性が◎。最後にレモンの輪切りやミントを添えると、さらにおしゃれでかわいく。見た目も大事です。



グラスに注いでできあがり

水出しアイ스티ー (1ℓ)

- 1 茶葉を8gピッチャーに入れ、水1ℓを注ぐ
- 2 常温で4~7時間、冷蔵庫で8~10時間(一晩)置いておく。
気温が高い日は冷蔵庫で作るのがおすすめ
- 3 茶葉をこしてできあがり

ペットボトルにティーバッグを入れておくだけ。ティーバッグは1袋が2~2.5gなので、500mlのペットボトルなら2~3袋入れると良いです。

※できあがったアイ스티ーは早めにお召し上がりください

お茶パックに茶葉を入れて作ると便利



お湯出しと水出しの違い

お湯出し

茶葉の成分がしっかり出ているので、濃くてきりっとした味になる。

水出し

茶葉の繊細な香りがしっかり感じられ、やさしい味。渋みや苦みが出にくく、カフェインも少なめになる。色は薄め。

ティーバッグで/おいしく入れる紅茶(カップ1杯分)



1 温めたカップに熱湯を注ぎ、ティーバッグを入れてソーサーでふたをして蒸らす

POINT
カップに入れるのはお湯が先。後からお湯を注ぐとティーバッグが浮き上がってしまい、うまく抽出されません。



2 約1分後、そっと取り出す(絞らないで!)





魚介類を使ったレシピ



お手軽梅酢たことサーモンのカルパッチョ

レシピ投稿者 白山市 マダムベこちゃんさん

30分 131kcal(1人分)

- 【材料(3人分)】
- | | | | |
|---------------------------|--------------|-----|-------------------------|
| ● co-op 梅酢たこ …… 1袋 | 刺身用サーモン…100g | A { | 梅酢たこの調味液 …… 大さじ2 |
| 玉ねぎ …… 1/2個 | ベビーリーフ…適量 | | エキストラバージンオリーブオイル … 大さじ1 |
| 大葉 …… 5枚 | | | おろしにんにく …… 少々 |
| | | | 塩 …… 少々 |
| | | | ブラックペッパー …… 少々 |

- 【作り方】
- ①.玉ねぎは薄くスライスしてしばらく水にさらし、水気を絞る。大葉は千切りにする。
 - ②.梅酢たことサーモンは薄めの削ぎ切りにする。
 - ③.器に①とベビーリーフを盛り付け、②を彩りよく並べる。
 - ④.Aを混ぜ合わせてソースを作り、③にかける。お好みでいちよう切りにしたレモンを飾る。



40分 581kcal(1人分)

- 【材料(3人分)】
- | | | |
|--------------------------------|------------------|-------------|
| ● co-op パクパクさんま開き …… 3枚 | もやし …… 100g | にんじん …… 80g |
| 小松菜 …… 150g | 大根 …… 80g | |
| ご飯 …… 3膳 | ごま油 … 大さじ2 | |
| キムチ …… 適量 | 卵黄 …… 3個 | |
| A { | 豆板醤…小さじ1 | 水 …… 大さじ1 |
| | 鶏がらスープの素 …… 小さじ2 | |



- 【作り方】
- ①.熱したフライパンにごま油大さじ1を入れ、パクパクさんま開きの両面を焼く。火が通ったら取り出し、食べやすい大きさにカットする。
 - ②.にんじんと大根は長さ4～5cmの千切り、小松菜は4～5cmのざく切りにする。
 - ③.熱したフライパンにごま油大さじ1を入れ、にんじんと大根、小松菜、もやしの順に炒めAを加えて味を調える。
 - ④.器にご飯を盛り、①と③を盛り付ける。
 - ⑤.キムチや卵黄をトッピングし、食べる際によく混ぜる。

レシピ投稿者 金沢市 カズチャンさん



パクパクさんまでビビンバ

45分 280kcal(1人分)

- 【材料(2人分)】
- | | | |
|---------------------------------|----------------------|------------|
| ● co-op 脂ののったさば一夜干 …… 2切 | バター …… 10g | しめじ …… 30g |
| えのき …… 30g | 舞茸 …… 30g | |
| 玉ねぎ …… 1/4個 | ピーマン … 1/2個 | |
| にんじん …… 20g | | |
| A { | 味噌 …… 大さじ1 | |
| | しょうが(すりおろし) … 小さじ1/2 | |
| | ごま油 …… 大さじ1/2 | |



- 【作り方】
- ①.アルミホイルにバターを塗りさばを置く。
 - ②.きのこ類は石づきを取り除き、食べやすい大きさにほぐす。玉ねぎは薄くスライスし、にんじんは薄めの輪切り、ピーマンも輪切りにして種を取り除く。
 - ③.①に②をのせ、混ぜ合わせたAをのせる。
 - ④.アルミホイルを包み、フライパンに並べる。水を少し入れて(分量外)ふたをして15～20分蒸し焼きにする。
 - ⑤.さばに火が通っているか確認して火を止める。

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。 |



クックパッドの「コボ丸キッチン」にも掲載



毎月更新

掲載レシピを実際に作ってみた人のコメント「つくれば」も見られるよ!
◀ ホームページからは

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。



どうして起こる？ 食中毒の原因を知ろう！



1年のうち6～10月にかけては特に細菌性食中毒の発生が
さまざまな種類があり、それぞれ特徴も異なり

多くなりますが、食中毒の原因は「細菌」や「ウイルス」以外にも
ます。食中毒の原因を正しく知って予防しましょう。

ピックアップ

2021年の発生件数344件、患者数354人 アニサキス症

サバやサンマ、カツオ、サケ、アジ、イカなどの刺身や寿司、
またこれらの魚の冷凍・加熱処理が不十分な食品などを
食べることで発症する。

症状

数時間～数日後にみぞおちの激しい痛み、吐き気、嘔吐、激しい下腹部痛
腹膜炎症状、じんましん・アナフィラキシーなどのアレルギー症状など

予防方法

- 購入の際は新鮮な魚を選ぶ
 - 60℃で1分以上加熱
 - 20℃で24時間以上冷凍
- 一般的な料理で使う酢や塩では死滅しません。



＼特に気を つけたい／ 種類と原因を ピックアップ！

食中毒の発生件数、患者数は

厚生労働省 食中毒統計資料より

寄生虫
食中毒



細菌性
食中毒



自然毒
食中毒



ピックアップ

2021年の発生件数154件、患者数764人 カンピロバクター腸炎

生や加熱不足の肉（主に鶏レバーや鶏刺し、鶏のタタキなどの
鶏肉料理）、生の肉に使用した調理器具に触れた食品を
食べることで発症する。

症状

1～7日後に下痢、腹痛、発熱、吐き気、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感など
上記の症状以外にも、ギラン・バレー症候群（筋力低下の進行から
手足の麻痺、呼吸困難など）を発症することがあります。

予防方法

- 中心部を75℃以上で1分以上加熱
- 肉を扱うときは他の食品と調理器具や容器を分ける
- 肉を扱った後の手や調理器具はしっかり洗う



症状や
発症までの時間は
原因物質により
異なります。



ピックアップ

2021年の発生件数27件、患者数62人^(※) スイセン・イヌサフラン などによる中毒症

(※) 植物性自然毒による発生件数と患者数

スイセンの葉をニラ、イヌサフランの葉をギョウジャニンニク、
球根を玉ねぎなどといった有毒の植物を食用の植物や
野菜と誤って食べてしまうことで発症する。



注意！

- 家庭菜園や畑などで野菜と観賞用の植物を一緒に栽培しない
- 食用と確実に判断できない場合は「採らない」、
「食べない」、「人にあげない」



最悪の場合
死に至る
ことも！

食中毒は飲食店や
施設で発生する印象ですが
家庭内でも発生します。
しっかり対策をしましょう！



クイズに答えて
ポイントをもらおう！！

あんあん クイズ

今回紹介した「食中毒」に関する内容について間違っているのはどれでしょう？

- ① カンピロバクターは高温が苦手
- ② アニサキスは目に見えないほど小さい
- ③ 野菜と観賞用の植物は一緒に栽培しない

前回
(4月号)の
クイズ

Q. 原料原産地表示について間違っているのはどれでしょう？

- ① 2022年4月1日以降に製造された輸入品以外の商品でも原産地の表示はなくても良い
 - ② 原産地が表示されるのは1番重量の多い原材料
 - ③ 原産地の表示は原則「国別重量順表示」
- 正解は「① 2022年4月1日以降に製造された輸入品以外の商品でも原産地の表示はなくても良い」

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
方法

官製はがきもしくはパソコン、携帯電話
注文用紙から応募できます(何回でも応募可能)。

応募
締切

2022年7月22日(金)
(注文用紙は6月2回～7月4回)

はがきでのご応募の場合

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(当日消印有効)。

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

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

携帯電話
からの
ご応募は
こちら▶



注文用紙でのご応募の場合

6桁注文番号欄に
応募番号【355992】を、
注文数欄にクイズの答え(番号)
をご記入ください。

※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。



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!

まだまだ頑張ります!

この春で86歳になりました。「みんなのレシピ」を参考に、ときどき台所に立たせてもらい、家族のために作っています。まだまだ頑張ります。

金沢市 キヨリン

毎週の楽しみ

毎週生協の商品が届く日を楽しみにしています。自分で注文してるはずなのに「わあ～こんなの頼んでたのね?」と自分好みの商品が届くので…。ボケてるわけじゃないはずだけど、これって私だけなのでしょうか。

七尾市 ちーちゃん

知って得した気分

とらいあんぐる4月号の特集「植物油を知って上手に使う」がとても参考になりました。揚げ油を長持ちさ

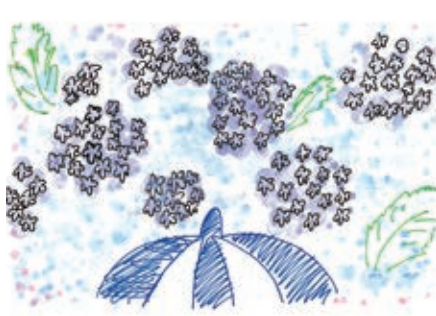
せるコツで、差し油をすることで使用回数を増やすことができるとあり、早めに捨てた方がよいのかな?と思っていたので、そのことを知って得をした気分です。

金沢市 かずばあば

落花生を育てています

落花生が土の中で育つという衝撃的な事実を知り、今年は落花生を育ててみたいと思っていました。そんな矢先、知り合いから落花生の苗を1株いただき、とても感激しております。大事に育てて花が地中に潜り、実を結ぶ様を見届けろーと今からワクワクしております。

かほく市 はるきゅん



津幡町 K

時計を見たはずが…

先日の習い事でのこと。いつも3時半に終わるのでその時間に片付けをして帰る準備をし、先生にお礼を述べて教室を出る前に時計を見たらまだ3時前。「しまった!」と思ったが戻

るに戻れずそのまま帰った。周りを見ると「どうして?」という不思議そうな顔をしていた。2時半と見間違えていた。

金沢市 モリリン



かほく市 こしょう

外でお弁当

晴れの日が続くと心もウキウキして外でお弁当が食べたくなり、近くの公園で自然を満喫しながら食べました。気持ちも晴れ晴れとなりました。外で食べると、よりおいしく感じますよね。次はちょっと散歩も兼ねて遠出をしてみたいと思います。

金沢市 はれる屋

どこの商品?

年を重ね体力も落ちて、買い物へ行くのもおっくうになってきました。生協での注文はとても役に立っています。いつもと変わったものが食卓に並ぶと、主人は決まって「どこの商品?」と聞きます。「生協から」と会話がはずみます。

金沢市 ゆうこりん

テーマトーク

今月は

歯みがき

獅子頭も磨いた!

息子が幼い頃、自分の歯みがきついでに、置物の獅子頭を磨いてびっくり!少し金箔ははげたけど、年月を経た今はまだらくすんで紛れています。獅子頭を飾るたびに思い出して懐かしいです。息子は年を取ったけど、何とか歯は大丈夫。自分の歯はもちろん自分で磨きましょう。

金沢市 ももたろう



能登町 毛chan

罰が当たった!

歯みがきが苦手です。結局、まじめに取り組まなかった罰が当たってインプラントすることに。すごいお金がかかりました。皆さん、歯みがきはまじめに取り組みましょう。後悔先に立たず。

金沢市 あんず酒

歯みがき始めます

娘の口にこんにち歯してから数ヵ月。とうとう上下4本揃ったので、そろそろ本格的な歯みがきを始める予定です。顔まわりを触られるのが嫌いな娘。悪戦苦闘するんだろうなあと思いつつ、自分でできるようになるまでしっかり歯の健康を守ってあげなきゃと思っています。

金沢市 こん

歯みがきで感じる時代

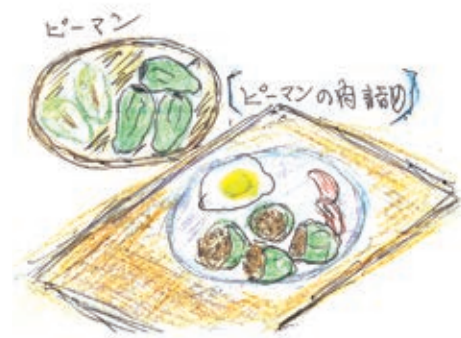
私の子どもの頃(50年前)は、歯みがきは適当でした。娘にはきちんとさせていたので、小学生の間は虫歯無しでした。孫は2歳でフッ素や歯石などの検査に行っているようです。時代を感じます。

金沢市 まさちゃん

夜は時間をかけて

夫にすすめられ、電動歯ブラシを使っています。短時間で歯がきれいになりますが、歯科検診で磨き残しを指摘されることが…。最近、夜だけはデンタルリンス、舌磨きブラシ、歯間ブラシにフロスを駆使して、時間をかけて磨きます。終わった後、とてもすっきりしますよ。

輪島市 大ちゃん



七尾市 H・T

80歳まで20本!

50歳で、市の歯科検診に行ってきました。虫歯が1本見つかり、治療したり歯みがきの仕方を教わったりしました。80歳まで20本以上残すように頑張らないと。ちなみに乳歯がまだあります(汗)。

輪島市 親知らず2本

次回のテーマトークのお題は

平和



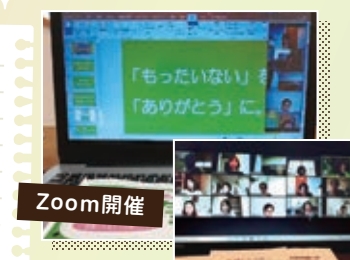
くみかつレポーターによる活動報告

石川西地域協議会 コープゼミナール
「知っておきたい!!食品表示制度」



開催日 3月29日(火) 参加者 33名
講師 消費コンサルタント 森田 満樹氏

南加賀地域協議会 フードドライブで
「もったいない」を「ありがとう」へ!



開催日 3月26日(土) 参加者 14名
講師 フードシェア あつたらモン 北 智子氏

こんにちには◎南加賀くみかつレポーターのキツネです!フードドライブについて考える交流会をオンライン開催しました。北さんは活動内容をメインに話してくださいましたが、人から預かった食品と「気持ち」を、食品を必要としている方の「気持ち」に寄り添い、つなげる。その印象が強く残りました。あつたらもん。小松井で「もったいない」を意味する言葉です。「もったいない」を「ありがとう」に…という想い、大きく広がってほしいです!



Q 以前、あさりの産地偽装が報道されていましたが生協では大丈夫なのでしょうが？
調理されたものもチェックしていますか？

A 生協で取り扱うあさは、
産地の確認をしています。

1月末に熊本県産あさりの産地偽装の報道があり、熊本県が2月より2ヵ月間あさりの出荷停止を行いました。コープファミリーでの熊本県産あさは「活あさり」「冷凍あさり」で取り扱いがありましたが、これらの商品の表示についてはメーカー実施の遺伝子型判別検査や出荷漁協からの産地出荷証明を確認しております。しかしながら、今回の熊本県産あさりの出荷停止に伴い原料確保が困難になったため、2月2回企画以降は国産あさりの取り扱いを休止いたしました(7月1日より国内産冷凍あさが再開の予定です)。なお、「ゆとろぎプラス」に掲載している「北海道産冷凍あさり」は産地の確認もできていますので、継続して企画いたします。調理されたあさり使用の商品は、各具材の産地を管理しており、商品パッケージに「国産」や「中国産」と明記しています。例えば、「あさりたっぷり炊き込みご飯の素」のむきあさは中国産ですが、メーカーで現地での事前の海域検査や貝毒検査を行ったうえ製造管理を徹底して生産しています。



組合員の声

Q ミックスキャロットのペットボトルが紙パックに変更になりましたが、キャップが開けにくい、洗いにくいなど不便な他、資源ごみで出せません。パックを切り開くことも面倒なので、生協でそのままの形で紙パックを引き取ってほしいです。

A コープ商品のプラスチック削減の
取り組みの一環として変更しました。

ミックスキャロットのペットボトルから紙パックへの変更は、使用プラスチックの削減を目的に実施されました。この変更により1本あたり約7割のプラスチックが削減でき、CO・OP彩果菜園の容器変更と合わせて年間約34万トンのプラスチック削減につながります。環境負荷を減らす取り組みとしてご理解をお願いします。商品パッケージの回収は、行政の一般廃棄物取り扱いに関する法令の点から、現在は再資源化が容易な牛乳パックに限り行っております。ミックスキャロットの紙パックをそのままの形で回収するには許可が必要となり、さらに商品をお届けする配送車両での回収は衛生面でも実現は難しい現状です。ご期待に沿えず申し訳ございません。ごみに出す際には市町村の区分に従ってお出ください。



コープいしかわの姿

2021年4月1日～2022年3月31日

	予算	実績	前年
宅配事業供給高(億円)	147.4	151.2	153.3
店舗事業供給高(億円)	30.0	30.2	31.2
経常剰余金(億円)	3.1	4.9	5.3

出資金: 68億9,706万円(↓4億6,531万円)

組合員数: 160,011人(↓1,836人)

(カッコ内は前月比)

3月度安全確認情報
(2月21日～3月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	288品
定例企画商品	289品
残留農薬検査	8品
産地判別検査	1品

組合員の環境貢献度(4月度)

商品カタログ回収率

79.0%

注文書袋・保冷箱内袋回収率

20.8%

理事会だより

2021年度 第11回 4月28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

1.3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。
- ロシア軍のウクライナ侵攻に伴い、武力行為の即時停止、対話と外交による平和的解決に最大限努力することを強く望む緊急声明文を3月9日付でロシア大使館に送付しました。またウクライナ緊急募金を宅配、店舗にて取り組みました。
- 「COOP宅配アプリ」の魅力を多くの組合員に知っていただくため、登録キャンペーンを実施しました。

2.2021年度決算(案)と剰余金処分案 承認の件

3.役員人事委員会答申 承認の件

4.第23回通常総会議案書(第1号議案) 承認の件

5.県外在住組合員の加入 承認の件

6.コープ北陸第26回通常総会代議員の選出および役員候補推薦の件

7.石川県生協連第57回通常総会代議員の選出および役員候補推薦の件

報告されたこと

1.コープこまつ開店の準備状況

2.役割グレード制度規程の一部改定について

3.新型コロナウイルス感染拡大に伴う「第23回通常総代会」および「春の総代会議」の対応について

平和の願いを 折り鶴にしてみませんか



一人ひとりの
想いを届けます…

CO・OP
掲示板

今年も千羽鶴を募集します!寄せられた千羽鶴は広島・長崎に献納し、平和活動に使用します。

千羽鶴を
作るに
あたって…

- サイズは7.5cm×7.5cm(一般的な折り紙の1/4サイズ)
- 学校関係や団体からも受付いたします ※ご提出の際は学校名・団体名を明記の上、ご提出ください
- 折り鶴は50羽で1本の糸に通します ●締切: 7月15日(金)
- ご提出は配送時(〈組合員活動部宛〉)とメモを添付してください、もしくは回収のご相談を組合員活動部 076-275-9871まで



千羽鶴のつなげ方



昨年はたくさんの折り鶴をお寄せいただきありがとうございました。
2021年度にお預かりした折り鶴は広島市、長崎市へ送り、献納していただきました。



県庁19階で開催された原爆パネル展で展示



地域とともに ~2021年度地域活動助成金採択団体紹介~

「ナチュラルリレーションズ」(金沢市)

見えにくくなったり、見えなくなったりして、日々の生活や仕事、そして将来に苦悩している人に対し、既存の医療・福祉・教育のシステムからでは支援が届きにくい状況があります。そんな方々に必要とされる情報を伝えることで、生きる力、未来への希望を提供したいと考え、昨年より県内の関係施設に書籍「見えない地球の暮らし方～見えない・見えにくい人のリアルな日常レポート集～」などの関係資料を寄贈配布し、ロービジョンケアの普及に努めています。今年度は本書籍の県内全中学校への寄贈を計画しています。オンラインによるヨガ教室やユニバーサルデザイン関連の講演会など、私たちはバリアの多い社会環境にあっても誰もが自然に生きる・暮らすことができる地域社会を願い、視覚障害に関わる視点から情報を発信しています。

ナチュラルリレーションズ 代表: 稲垣 和明
住所: 金沢市増泉2丁目2-16 電話: 090-5174-7424

フェイスブック▶



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。



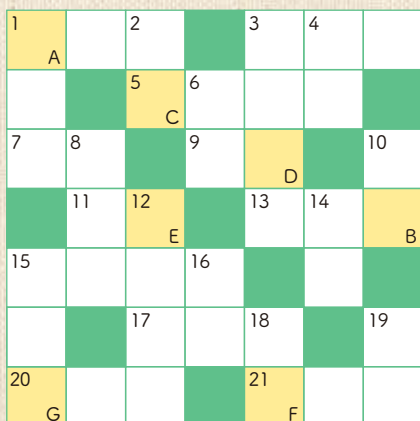
▲県内中学校に寄贈予定の
「見えない地球の暮らし方」などの書籍



▲オンラインで打ち合わせをしています

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



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 **6月26日(日)**

たてのカギ

- 飲み口に〇〇〇〇レモンを飾る
- たてがみが美しい動物
- ヘビの目から名付けられた模様
- お母さん。〇〇友
- 細長い棒状で、中心がくりぬかれた物体
- 魚の肉の赤い部分。マグロの〇〇〇
- とめばあちゃんの〇〇を受け継いで
- その日によって替わること。〇〇〇〇定食
- 人がたくさん集まって売買する場所
- 包丁やナイフ
- 渡来して野生化した〇〇植物
- 覚え書き
- 二十四節気の10番目。今年は6月21日

よこのカギ

- 「洋風」の対義語
- 自分で褒めて他人に誇ること
- 愛媛県の県庁所在地
- シェイクスピアの名作。〇〇王
- カタツムリが出すのは?
- 果物の皮
- 廃藩置県を行った〇〇〇維新
- 歯周病予防には?
- 「若布」と書く海藻
- 頭の中。〇〇〇に焼き付く
- 豆類などの種を発芽させた食べ物

応募総数 **837 通**

正解 **813 通**

4月号(4月4日発行)の答は「ショクヨウアブラ」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
コープいしかわ総合企画部



※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.267》機関紙とらいあんぐる 総合企画部行

パズルの答

ふりがな _____ ペンネーム _____
氏 名 _____ ()

※紙面に掲載する場合はペンネームまたはイニシャルに掲載。※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 ☐ みんなの広場
☐ 特集～歯の健康～ ☐ あんあんニュース ☐ 組合員の声Q&A
☐ くらしばらす～失敗しないアイスティー&アレンジティィーの作り方～

※記載された個人情報は、景品発送、紙面編集に使用します。

お便り・みんなのレシピ・イラスト(8月号掲載)など 記入欄

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 (9:30～21:00)

●コープおおぬか

076-220-6688 (9:30～21:00)

●コープこまつ

0761-46-5750 (9:30～21:00)