

とらいあんぐる

3

2023

Vol.276



特集

気にしたことありますか？ 災害時のごみ問題

産地・メーカーをたずねて 株式会社センティア

食の安全情報シリーズ 第11回

食品安全コミュニケーター育成講座 私たち学んでいます その1

みんなのレシピ 具たくさん食べるスープ



1.常時25品種を栽培 2.収穫作業場 出荷時期になったプランターを移動させて収穫。収穫した後は後ろに下げる 3.可動式のプランターで栽培 プランターはレールで移動する 4.球根ごと抜いて収穫 5.球根の裁断から選別まで自動化されている

産地・メーカーをたずねて
株式会社
センティア
富山県砺波市

いろいろな願いを込めた “花”のある暮らしを

「きれいで長持ちする!」とファンが多いチューリップを栽培する株式会社センティアは富山県砺波市でチューリップの切り花、球根、水稲、小菊、シャクヤク、ダリアなどを栽培しています。出荷先は東京や大阪の大きな花き市場がメインですが、生協にはコープいしかわととやま生協にだけ出荷しています。代表の伊藤仁嗣さんにお話を伺いました。

episode 1 チューリップ先進国 オランダに学ぶ

センティアの設立は2008年。代表の伊藤さんは実家の農家を継ぐことを決め、大学卒業後オランダに研修に行きました。富山県の球根生産農家はオランダで数カ月間の研修を受けることはよくあるそうですが、伊藤さんは2年半滞在。「農業の場合1年で1サイクル。1回見るのと2回見るのでは全然違います」と伊藤さん。「オランダでは栽培も機械化され生産性が高く、花全般の店頭価格も日本の5分の1くらい。生活の中に常に花があることが実感できました」。また、生活文化や技術を吸収できただけでなく、今もオランダで培った人脈があることで新しい品種や設備を輸入できています。

episode 2 元気な花に育て、 生産効率も上げる

それまではビニールハウス内の土に直接植えていましたが、帰国後には移動式ベンチ栽培へ切り替えました。可動式のボックスに入れたプランターで栽培することで、生育中の管理や収穫時の作業効率が格段に上がり、生産量を増やすことができました。プランター栽培では、保水性が良く栄養も豊富なピートモスに球根を植え、砂はその上にかける程度。球根は10月から植え始めます。元気な花を育てるポイントは「花が光合成しやすい環境をつくってあげること」と伊藤さん。発芽したら室温は17℃、1日2～3回に分けてのこまめな水やりで湿度を75%に保ち、光合成の速度が上がるようにします。出荷は主に12月から3月まで。つぼみの状態で収穫し箱詰めします。「一般的には花屋さんに並ぶまで4～5日かかりますが、組合員さんに届く花は収穫後2日目なんですよ」。

家に花が届いたら

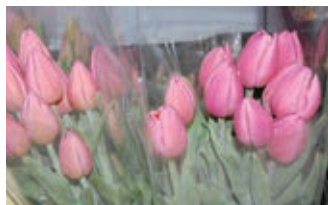
お届け後は15℃前後に

お届け後に低い気温だと咲きづらく15℃前後できれいに色が出ます。



花が咲いたら

花が咲いた後は、玄関などの寒いところで保管すると、長持ちします。



株式会社センティア
代表取締役 伊藤 仁嗣さん



チューリップ花 うす桃桜色
(バルセロナビューティー)
5本
〈次回3月5回〉じわもーる
3月1回 八重ピンク 528円(税込)



チューリップ花 黄色
(ストロングゴールド)
5本
〈次回3月5回〉じわもーる
2月1回 八重黄色 528円(税込)



花を飾るということ

「花の良さを多くの人に知ってもらいたい、まずは花を買う習慣のない人にも手に取ってもらえるようにしたい」と伊藤さん。オランダでは花は気軽に買えるもので、友人宅への手土産には欠かせないものとか。花屋で改まって買うものではなく、スーパーで気軽に買うことが多いそうです。「日本では花をよく買う人は、珍しい品種やよりきれいな花を求めます。しかし多くの人は花を買うときは願いを込めていることが多いのではと思います。花を飾ったら気持ちが変わった、親子の会話が増えた、家が明るくなったと言う方もいて暮らしの中に花を取り入れることで、今よりも何かが良くなることを願っているのではないかと思います。花農家としてこれからは花をつくるだけでなく、暮らしの中に花があることの良さを伝えていきたいですね」と語りました。

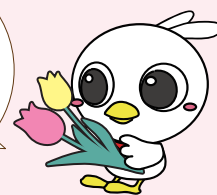
— Memo —

球根のおはなし

球根のほとんどはオランダから輸入します。良い品質の球根は世界中の切り花生産者と取り合いになるので品質の良いものは3～5年分を確保します。夏の間には自社で球根の栽培もしており、年間で約300万球生産します。そのうち自社で切り花に育てるのは15万球。砺波で栽培した球根はオランダ産のものに比べて早く花をつけることから、12月に出荷できるように自社栽培の球根を使用しています。



じわもーる
掲載の
お正月用の
チューリップだね



長持ちさせるには

大切なのは水をこまめに交換することです。チューリップに限らず植物は茎の先から老廃物を出します。それによってバクテリアが発生して水が濁ります。腐敗した水を吸い上げることで茎が詰まり、必要な水を吸えなくなり日持ちが悪くなります。毎朝、きれいな水に交換するだけでもずいぶん違いますよ。



気にしたことがありますか？

災害時のごみ問題

地震や水害などの災害で被災したら、壊れたり泥だらけになったりして使えなくなったものはどうしますか。全てまとめて「災害ごみ」として出せば大丈夫!と思いませんか。実は違います!災害時の分別こそが早期の復旧復興につながる大事な一歩なのです。

阪神・淡路大震災や東日本大震災など、各地の被災地で災害ボランティア活動を継続。2022年8月の南加賀を中心とした大雨災害の際にも現地でボランティア活動の傍ら、調整役を務める。活動の中で見えてきた「ごみ」問題について、小学生対象の防災減災学習会も行っている。

北村 裕一さん

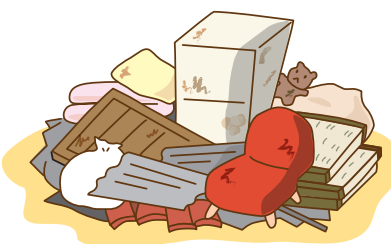
日本赤十字社石川県支部
ボランティア
防災ボランティア・リーダー
赤十字救急法指導員

教えてくれた人



災害「ごみ」とは言いますが…

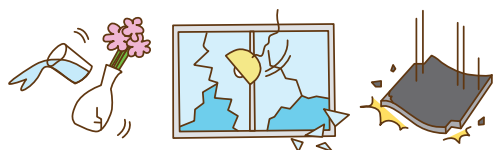
使えなくなってしまったものでも、被災された方にとってはそれまで生活や思い出の一部だったもの。「ごみ」とか「がれき」などと呼ばれるのはつらい気持ちになるかもしれません。片付けをするために便宜上「災害ごみ」と表現することもあります。できるだけ被災された方の前で安易に「ごみ」や「がれき」と呼ばないようにしています。



どんなものが災害ごみになりうるか、想像してみましょう

地震だったら…

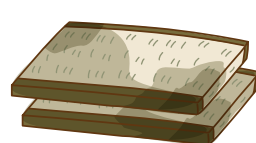
ものが壊れる・割れる・潰れる
衝撃を受ける(倒れる・落下する・ぶつかる・挟まれる)など
家具、柱、瓦、食器、ガラスなど



さらに

水害だったら…

濡れて重たくなる・泥だらけになる
腐る・悪臭がする・錆びるなど
泥まみれの畳、布団、家具、流れ込んできた自分のものではない家財など

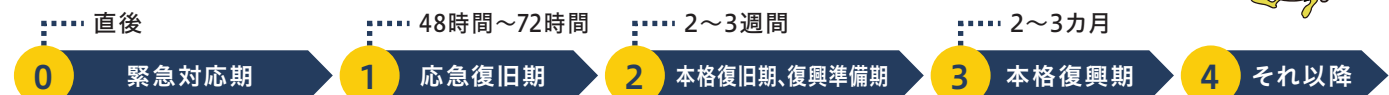


水に浸かった畳は
1枚約100kgに



災害時のフェーズとごみ問題

フェーズとは、時間の移り変わりに伴う環境・情報・方針・手段・行動・心理などの変化のこと。被災者・行政・公的機関・ボランティアやインフラ・物流・システムなどが、フェーズの変化に伴いそれぞれの状況が変わっていきます。同様に災害ごみを取り巻く状況も変化します。



水害の場合

泥まみれの廃棄物が散乱。畳、布団、家具など処分に困る。自分の所有物ではない廃棄物が流れ込んでくる場合もある。

食事や排せつに伴う生活ごみが出る。ペットからも。

水分を含んだ廃棄物が積み上がり、悪臭や腐敗のもとになる。さらに、被災していない人が便乗して廃棄物を持ち込むようなこともある。

※フェーズ①~フェーズ④までの時間区分は一例です(災害によってフェーズが変化するタイミングは異なります)。



災害ごみはどうやって片付ける？

災害時には普段のごみ集積場所とは別に、行政(場合によっては町内会)が災害ごみの仮置き場を設置することがあります。そこでもエリア分けされ、廃棄物を分別して出せるようになっています。



早く日常に戻るためには分別が
大切なんだね



POINT

できるだけ分別の境界線をまたがないように、間をあけて置きましょう。誰かが無秩序に置き始めたことで、後の人も分別して置けなくなります。



POINT

家の前に廃棄物を出しておく場合も分別して置きましょう。スムーズに回収されます。無造作に置くと、通行の妨けになってしまうことがあります。



災害ごみと生活ごみは分ける

災害時の避難生活でも、食料の包装や使い捨ての食器類、おむつなど、生活ごみは必ず出ます。避難所や自宅、車中などどこに避難していても、生活ごみはいつも通りに分別し、衛生環境を保つため、袋の口をしっかりとしばるなどして、決められた集積場所へ出しましょう。



機関紙企画
検討委員からの
質問

Q 大きな家電や畳、自分で運べない人はどうしたら？

A 災害ごみの仮置き場が近くにある場合は、隣近所で助け合って運び出す場合があります。軽トラックなどを所有している人は、自宅の運び出しが終わったら、近所の方々の運び出しにもぜひ手を貸してあげてください。

Q 仮置き場の設置はどうやって周知されるの？

A 基本的に町会長さんや区長さんを通して周知されます。掲示板などで周知されるので、こまめに確認するようにしましょう。

Q 平時から行政は災害ごみの集積場所や周知方法は決めているの？

A 各市町の地域防災計画に定められている場合がありますが、災害の種類や規模によって、行政と地域の代表が話し合って決めていくことが多いようです。

北村さんからのミニ情報
災害時に役立つ!
ラップの使い方

- 食器に敷く(水が使えなくても洗わなくてすむ)
- 枕に巻いて、汚れやほこりの防止
- 他にも!
- 体に巻いて防寒に
- 食品を包む
- 包帯にする
- 細くよってひも代わりに
- 丸めてクッションに使用
- 窓ガラスに貼り、油性マジックで書き込んでホワイトボードに



最後に

災害時であっても、まずは各家庭で「しっかり分別して出すぞ!」という意識が大切です。普段はしっかり分別していらっしゃると思いますが、混乱した災害時でもその習慣をしっかりと活かしてください。一人ひとりが心がけることで廃棄物の処分がスムーズに進むようになります。



Refresh Time

リフレッシュタイム

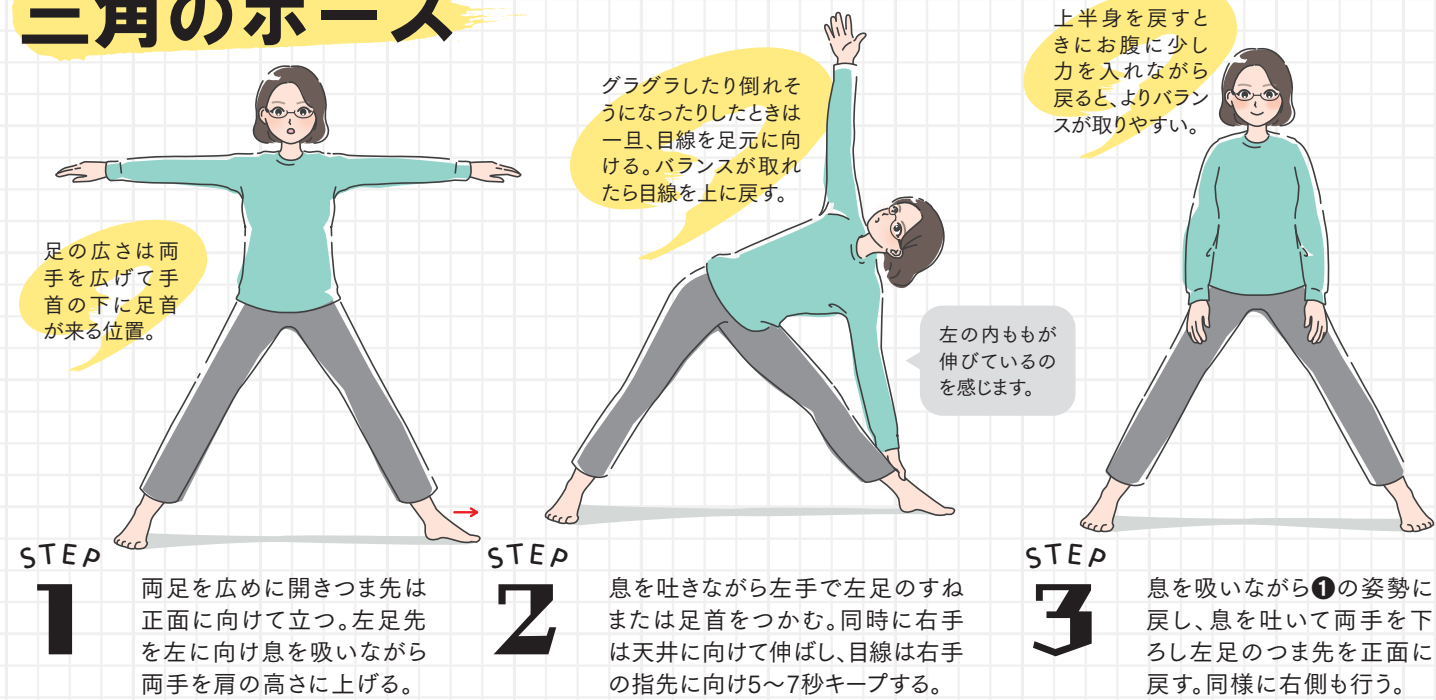
おうちでできるワンポイント体操

橋本 明子さん



3月は少しずつ暖かくなり春に近づくのを感じる季節。冬の体は寒さと運動不足で固くなりがちです。体も動き出す準備をすることが大切です。スペースを取らず、少しの動きでも「動いた！」感が味わえるポーズを紹介します。教えてくれるのはコープいしかわ教養会講師でJABCマタニティ・産後ヨガ体操指導者の橋本明子さんです。

体幹を強化して姿勢を改善する、三角のポーズ



先生からのアドバイス

- 足を大きく開くことで、より内ももの伸びが感じられ下半身の強化・筋力UPにもつながります。フローリングなどの床の上で、裸足で行うのがベストです。滑らないように気を付けてくださいね。
- 自然な呼吸でいいので、息を止めないように行いましょう。

食の安全情報シリーズ

第11回

食品安全コミュニケーション育成講座 私たち学んでいます

その1



コープ北陸主催、消費者庁・石川県が共催し、石川県立大学後援のもと開催している食品安全コミュニケーション育成講座にコープいしかわ組合員理事5名が参加しています。参加者が学んだことの中から役に立ったことや、知って良かったことを隔月でレポートします。

● 食品安全コミュニケーションとは

私たち(組合員理事5人)は、消費者庁のリスクコミュニケーション養成事業において食品の安全に関する正確な情報を発信できる人材を養成する『食品安全コミュニケーション育成講座』で2022年7月より学ばせていただいております。

講座は各専門分野の講師のもとで年に6回開催され、修了後には学んだことを最大限に活かし、生協や地域の活動で科学的根拠に基づいた正しい情報の発信や組合員からの疑問に答えるという役割があります。組合員の皆さまには私たちの学んだことを紙面に今後数回に分けてお知らせしてまいりますので、ぜひご一読ください。



コープいしかわ組合員理事 瀧能 由枝さん

今回は… 食品中化学物質のリスク評価について 講師：国立医薬品食品衛生研究所安全情報部 畠山 智香子氏

より学んだこと

講義のポイント 食品にゼロリスクはない。リスク分散はできる。

私たちが日々口にする食品ですが、食品とは「昔から食べてきたもので、食べてもすぐに明確な有害影響がなく、ビタミンなど構造がある程度分かっている物質もあるが未知の化学物質もあり、長期の安全性については基本的に確認されていないもの」。食品安全とは「作り方や食べ方を守るなどした上でリスクが許容できる程度に低い状態のことを指し、国や人によって違って来る」というお話を聞きました。

また食品はさまざまなものを含有し、食品添加物・残留農薬などの意図的に含まれているものはコントロールされていますが、土壌などの環境中に存在する重金属やカビ・病原性大腸菌などの非意図的に含まれてしまうものは、現実的な管理目標を設定し、管理されているということも聞きました。

これらのことから食品にゼロリスクはないということと、特定の食品(種類・産地・栽培方法など)に偏らないことでリスク分散になるということを学びました。



コープいしかわ組合員理事 齋藤 千絵さん

食品に含まれるものには

意図的に使われるもの

食品添加物、
残留農薬・動物用医薬品

意図せず含まれるもの

食品成分、病原微生物、汚染物質
(重金属や環境中汚染物質、カビ毒、
製造副生成物、容器等からの移行など)

コントロールされている
実質的ゼロリスク

現実的な管理目標を
設定して管理している

感想

バランス良く選んで食べていく！

今回の講演をお聞きして、食品に対する意識が大きく変わりましたし、食品安全についてより広い視野を持ち、さらにリスクの分散という視点からも考えたいです。また多様な種類の食品、産地や栽培方法などによって栽培された食品をバランス良く選び食べることもリスクを減らせる大きなポイントだと教わりましたので、今後実践していきたいと思いました。

次回の掲載は5月号です。

今月の花

March

みんなの画像投稿コーナー

君子蘭

—— 志賀町 るうおママさん ——

じいちゃんばあちゃんの家の君子蘭。4月に咲く花なのですが少し早い開花です！

あなたの写した
お花の画像募集中！

5・6月に咲く花の画像を募集します。掲載された方には500ポイント進呈。



生協男子 × 生協女子 宅配ブログ

地域担当者と組合員の
会話をもとにつづるほっこりエピソード

COOP宅配アプリ、頑張ってみる！

「先週注文するの忘れた～」とおっしゃっていた組合員さん(72歳)にCOOP宅配アプリをおすすめしました。その組合員さんは「アプリねえ、こないだも近所の人とアプリってなんやろうね?って話してたこと(笑)」とおっしゃって、最後には「わかった頑張ってやってみる!」とおっしゃって終わりました。すると今日の配達で「今回、アプリで注文してみたわ、できとるけ?」とスマホの画面を見せてくださいました。私「うん、いいがなるとるよ」。組合員さん「息子に聞いてみてやってみたん(笑)」。これからCOOP宅配アプリの便利な所を少しずつ教えてさしあげようと思います。

湊センター 諸江・鞍月・浅野川地区 松垣さん



『生協男子×生協女子 宅配ブログ』はコープいしかわホームページ・SNSで連載しています。



組合員から寄せられました

みんなの
レシピ

具だくさんの食べるスープ



かぼちゃの和風豆乳スープ

25分 127kcal(1人分)

レシピ投稿者 津幡町 C.Kさん

【材料(3人分)】
かぼちゃ……150g ベーコン……4枚 水………100ml みそ………小さじ2
小松菜………50g 玉ねぎ………50g co-op 国産大豆の調製豆乳(フクユタカ)……300ml

【作り方】
① かぼちゃは1.5cm角に切り、耐熱容器に入れてラップをし、600Wの電子レンジで約4分加熱して柔らかくする。
② 玉ねぎは薄切り、小松菜は3cm幅、ベーコンは1cm幅に切る。
③ 鍋に水を入れ中火で熱し、玉ねぎ、小松菜、ベーコンを入れる。沸騰したら豆乳、みそを加える。
④ 具材が柔らかくなったらかぼちゃを入れ、軽く煮る。



30分 165kcal(1人分)

【材料(3人分)】
ひき肉 … 200g 小ねぎ………1本
塩 … 小さじ1/2 みりん…大さじ1
A 片栗粉 ……大さじ1
おろししょうが ……小さじ1
しょうゆ ……小さじ2
チンゲン菜 ……50g
鶏がらスープの素 ……小さじ1
みそ ……小さじ2
鷹の爪 ……少々 水 ……450ml



ミニちんげん菜
120g(2〜4株)
〈次回3月4回〉149円(税込)

【作り方】
① チンゲン菜は3cm幅に切り、Aの小ねぎは細かく刻む。
② Aをボウルに入れて混ぜ合わせる。
③ 鍋に水を入れ中火で熱し、沸騰したら②をスプーンで丸めて落としていく。
④ 肉団子が浮いてきたらチンゲン菜を茎の方から入れ、柔らかくなった葉を入れる。
⑤ みそを溶かし入れ、鶏がらスープの素、鷹の爪を加えて軽く煮る。

レシピ投稿者 羽咋市 メーコさん



チンゲン菜と鶏団子の ガラスープ

お好みで小口切りにした
小ねぎを散らしても♪



レシピ投稿者 金沢市 スノウさん

30分 126kcal(1人分)

【材料(4人分)】
大根 ……90g
にんじん ……30g
薄揚げ ……1/2枚
白菜 ……100g
みそ ……適量
だしパック ……1個
甘酒 ……300ml
水 ……800ml



甘酒
ストレート
550g
〈次回3月5回〉じわもーる
前回3月2回 454円(税込)

【作り方】
① 大根、にんじんはいちょう切り、薄揚げは短冊切り、白菜はざく切りにする。
② 鍋に水を入れ中火で熱し、だしパック、①を入れてひと煮立ちさせる。
③ だしパックを取り除き、甘酒を加えて弱火で約10分煮る。
④ みそを加えて味を調える。

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 「パラパラミンチを使ったレシピ」
上記以外の、「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。

食品安全推進委員会とは

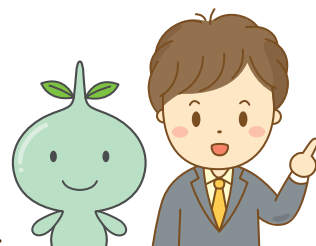
組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

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 届いた商品に不具合があった場合、どうすればいいですか?

A 交換・返金などの対応を行います。お手数ですが、コープいしかわのコールセンター(下記)や配送担当者にお申し出ください(一部対応できないものもあります)。



コープいしかわへのお問い合わせ・連絡先はこちら

コールセンター

0120-759-853

(月～金 8:30～20:00/土 8:30～14:00)
携帯電話からもつながります



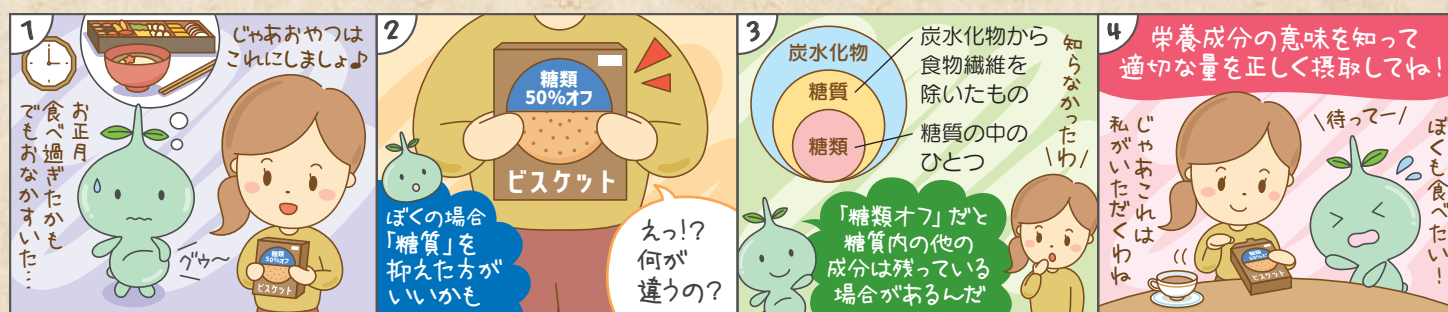
コープいしかわ 検索

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

受付時間など
詳しくはこちら



あんあんくん 第82話 糖質と糖類の違い

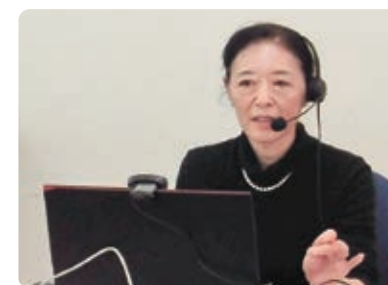


食品安全コミュニケーション 育成講座を開催しました!

10月25日(火) 第3回講座(オンライン開催)

講義 情報の読み解き方(様々な情報に迷わされない為に)

内閣府 食品安全委員会 事務局 リスクコミュニケーション官 藤田 佳代氏



- 疑似科学と科学の間に明確に線を引くことはできない
- 科学は変わりうる
- 情報を読むときに注意すべきポイント(画像優位、量の問題 など)
- 受け止め方はみんな違う、
誠心誠意伝えたら多様な考えを許容する
などについてお話いただきました。

グループワーク 本日の学びの整理と発表

「健康食品の広告を作る」をテーマに
法律や根拠を全く気にせず、魅力的と思う言葉
などを使って広告を作成することで情報発信の
簡単さを実感しました。



感想



福井県民生協
海岸委員

魅力的な情報は満ち溢れています。

それだけ歳を重ねると身体や容姿に不安が出てくるのです。

私たち素人でもいとも簡単に誇大広告を作れてしまいます。

感情に流されず、理性を働かせ惑わされない、関連性や結果は

本物が一旦立ち止まる癖付けをしていきたいと思います。

食品安全コミュニケーション育成講座とは

1年間(計6回)で「食品安全」を学び、正しい情報をみなさんにお伝えすることができる人材を育成する講座。
消費者庁・石川県と共催、石川県立大学後援のもと開催しているとりくみ。

食品安全コミュニケーション育成講座「情報の読み解き方」の参加者によるレポートを5月号「食の安全情報シリーズ」コーナーで掲載予定です。



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！

ほっこりこたつ

冬になると欠かせない生活の一部になり、1日中入っているくらい温かいこたつ。そこに家族が集まり、節電にもなります。みかんを食べたり、冷たいサイダーを飲んだり、手芸をしたり、パソコン作業をしたり、家族は思い思いの時間を過ごします。そんなこたつも家族の一員です。

野々市市 にゃんたろう1号



金沢市 グーちゃん

驚きのサンドイッチ

おいしくて大好きだけど、皆に言ったらビックリされるバナナサンドイッチを紹介します。マヨネーズを塗った食パン2枚を用意し、スライスしたバナナを間に挟んでできあがりです。私が子どもの頃に母がよく作ってくれ、つわりのときや病気で食欲がなかったとき、これならおいしく食べることができた私にとって思い出の食べ物です。簡単でおいしいので、ぜひ一度作ってみてください。

津幡町 みかん

筋トレ

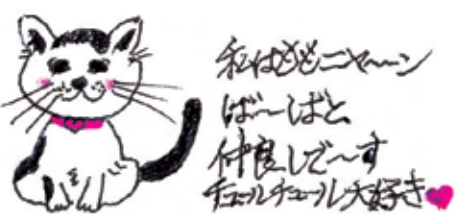
中学3年の息子は、毎日筋トレに励んでいます(勉強ではなく?)。親バカではありますが、良い感じの筋肉が付いてきました。春にはぜひ志望校に入学し、筋肉を活かした部活で活躍してほしいです。

能美市 筋肉大好き

将来は?

生後10ヵ月の娘がいつもコープのカatalogを見ていると近寄ってきます。とても興味があるようです。どんな主婦になるのか将来がとても楽しみです。

白山市 えてちゃん



金沢市 えこちゃん

孫のひと言

お正月に孫が来て、「サッカーが上手になった」と言っていたので、「大きくなったら日本代表選手になって、おばあちゃんに見せてね」と言ったら、「それまでおばあちゃん生きてるかね～」と言われて、思わず苦笑してしまいました。長生きしたいのに!

七尾市 黄色ばあちゃん

かたい子

2歳で反抗期真っただ中の息子。「早くこっちおいでー」と言えば「行かん!」と言い、「靴下はくよー」と言えば「はかん!」と反抗してきます。先日実家に行ったとき、祖母に「あんまりお母さん困らせたらだめやよ。かたい子にならんとね」と言われ、「ならん!やわらかくなる!」と答えた息子に大人たちは大笑い。「かたい」が「おりこうさん」という意味って分からなかったね。みんなが笑うので一緒に笑う息子が、なんともかわいらしかったです。

金沢市 おいもさん

テーマトーク

今月は
わが家の
備え

転倒防止

昨年6月、珠洲市を襲った地震で実家が被害を受けました。茶の間のサイドボードの扉が開き、中の食器が割れました。特にひどかったのは、2階の洋間の本棚が倒れ、床に本が散乱状態。夫が作ったヤワな本棚です。娘たちは「どうせまた地震が来るから、そのままにしておけば」と言いますが、せっせと元に戻して、転倒防止具を取り付けました。

金沢市 ゆきばあ

ツナ缶

わが家の引き出しには、家族みんなが大好きな「オイル無添加ライトツナフレーク」がびっしり入っています。全部でどれだけあるのか分からないほど…。もちろん普通の料理に使いますが、缶詰なのでいざというときの備えにもなっています。家族は口をそろえて、「パック飯とツナ缶がたくさんあるし、数日は大丈夫」って言っています。これからはツナ缶はずっとローリングストックですね(笑)。

小松市 mee

2階に備蓄

海に近いわが家では、2階でぐっすり寝ている間に1階が浸水した場合に備えて、ある程度の水と食料、トイレトーパーと災害用簡易トイレを2階に置いています。ゴムボートも欲しいけれど、そこまでは備えていません(笑)。

穴水町 ピーチ母

玄関に麦茶と水

コープのラベルレスの麦茶600mlと水2ℓを常時、玄関に1箱ずつストックしています。非常用を兼ねてローリングストックです。お茶の準備が間に合わないときに各自持ってくるので、自然と回っているし、置き場所もみんなが把握できています。ささいなことですが、やらないよりマシか…との一念です。

能美市 リえぼん



内灘町 よこえみ

マメに補充

災害対策のために備えなくてはならないものがたくさんあるのに、毎日の晩酌のビールのストックはちゃんとチェックして、マメに備えて「補充」にしてしまう自分に呆れてしまいます、トホホ。

小松市 ばんばんざい

納豆大好き

わが家の備えは納豆です。納豆は元々好きでしたが、朝食をパンからご飯に変えたので、毎朝食べるために何パックも冷蔵庫に常備しています。2歳になる息子も納豆ご飯が大好きで、買い忘れないよう生協で定期注文にしています。

金沢市 るーちゃん

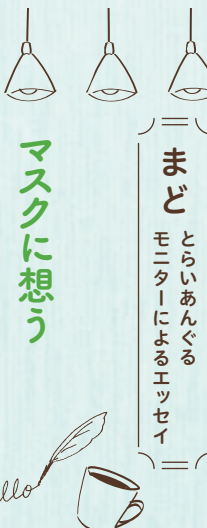
今回のテーマトークのお題は

自慢の○○



4年目になるウィズコロナの生活。少しづつ場面によつて緩和される気配だが、宅配便が来ても気を遣う。エプロンのポケット、カバンの中、車の中でマスクたちがスタンバイしている。マスク専門店も現れて選ぶのもちよつとワクワクしてしまふ。そんな私はマスクに随分助けられている。顔の3分の2を覆うマスクはシワやシミをほぼ隠してくれるし化粧無しでもちよつとのお出かけは大丈夫。今日のマスクは何色にしようかな、服に合わせてみようか、とか楽しみもあるというわけだ。でも食事となると外さないわけにはいかない。

小さな子どもたちと食事をする。とあると、何人かは決まって手を止めてじつと私の顔を不思議そうに見るではないか。どきどき! 私は苦笑いしながらも笑みでやりわり返して、さつさと食べてマスクをする。やつぱ、何かを感じているに違いない、うちのばあちゃんよりばあちゃん?とか(笑)フフやつぱりお顔の手入れはしっかりしないといけないですね。



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



石川西地域協議会

「フリーリアで薔薇のように美しく!」



開催日 11月29日(火)
参加者 12名

講師 (株)ナリス化粧品 青木 悠多氏

石川西地域協議会のサニーです。(株)ナリス化粧品様による化粧品学習会を開催しました!今回の講師は青木悠多さん!9月号のとらいあんぐる紙面にも登場されていましたが、画面越しでも分かるほど、とても美肌の持ち主!「フリーリア」は9月よりリニューアルされました!なんと、誕生から23年のフリーリア。専用バラ園で育った国産の生バラを手摘みし、原料化しているそうです!

石川東地域協議会

「笑顔が集う食卓はコープにおまかせ!」

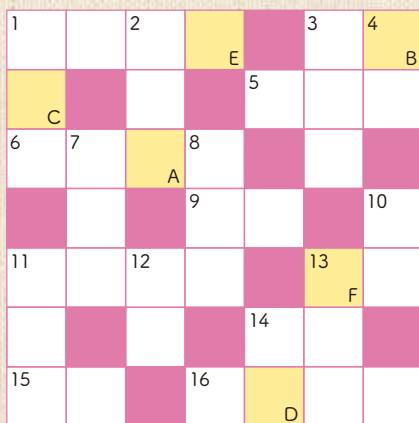


開催日 11月14日(月) 参加者 32名

石川東地域協議会のグレープです。昨年に続き今年も年末年始の早割注文企画回に合わせて、私たち地協メンバー各自のオススメ商品をYouTube動画で配信しました。今年はさらに、私たちメンバーの提案する手作りレシピ集も合わせて配布しました。今年もご覧いただいたたくさんの組合員の皆さん、本当にありがとうございました。

CROSS WORD PUZZLE

□の中の文字をA～F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 **3月31日(金)**

たてのカギ

- 花束。○○○トス
- 腰掛け
- 漢字では「蛹」と書く
- わけ。原因。それ○○に
- 外国。○○○情緒たっぷり
- 追加のテスト
- お彼岸にお参りする場所
- 旧暦3月の呼び名
- 円安○○高
- 人生の○○○を立てる
- スノーボードや○○で遊ぶ

よこのカギ

- 災害後もゴミは○○○○して
- 薬は水か○○で飲む
- 災害時のわが家の○○○
- 虫たちがはい出てくる頃。
今年は3月6～20日
- 何かをしようという気持ち
- 男性は25・42・61歳、女性は19・33・37・61歳
- トマト、○○ぜいたく
- 青い○○を見上げる
- 愛媛県の○○かん
- 食感ハマツタケ、アワビ?
セリ科のエリンジウムの枯れた根に
寄生するキノコ

応募総数 **968 通**

正解 **957 通**

1月号(1月9日発行)の答は
「パンノウワフウダシ」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.276》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で掲載。※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 | ☐ 今月の花・生協男子女子 | ☐ あんあんニュース |
| ☐ 特集 防災・減災 | ☐ 食の安全情報シリーズ | ☐ みんなの広場 |
| ☐ リフレッシュタイム | ☐ みんなのレシピ | ☐ こんな声がありました! |

※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(5月号掲載)など 記入欄

(全リトリ線)

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 (9:30～20:30)
※冬季(11/1～3/31)の営業時間

●コープおおぬか

076-220-6688 (9:30～20:30)
※冬季(11/1～3/31)の営業時間

●コープこまつ

0761-46-5750 (9:30～20:30)
※冬季(11/1～3/31)の営業時間