

とらいあんぐる

5

2023

Vol.278



特集

コープの トイレットペーパー 徹底比較!

産地・メーカーをたずねて

明神水産株式会社

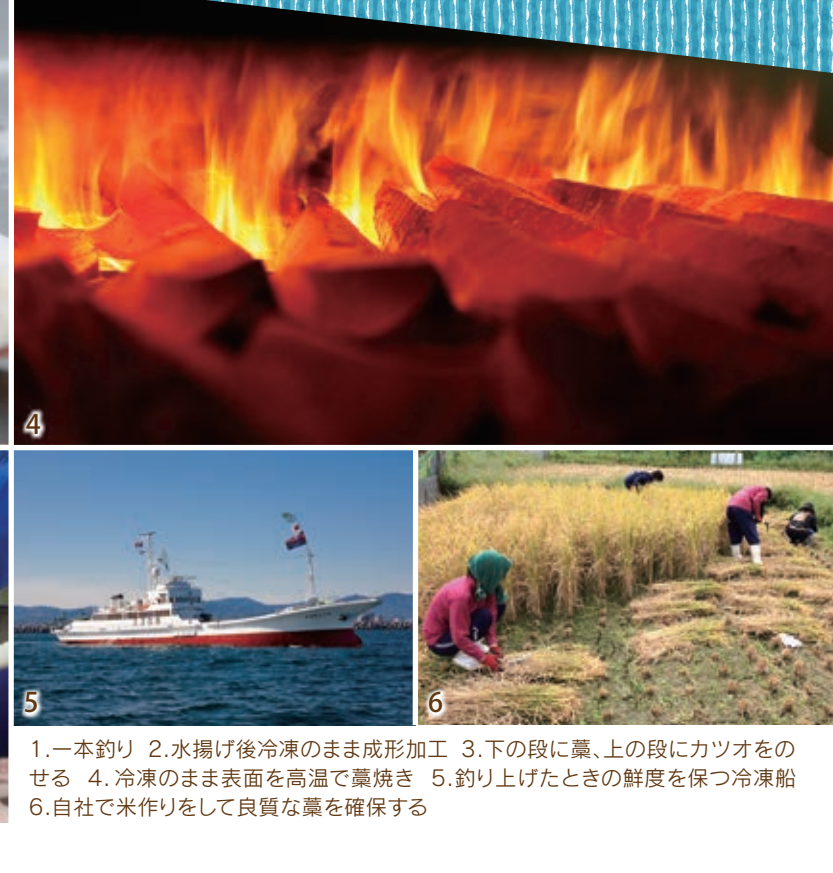
食の安全情報シリーズ 第12回

食品安全コミュニケーター育成講座

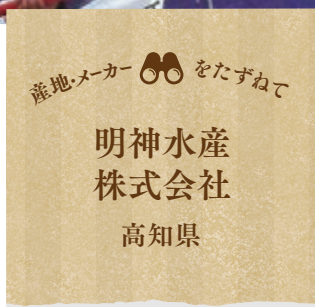
私たち学んでいます その2

みんなのレシピ

フライパンでササッとおかず



1.一本釣り 2.水揚げ後冷凍のまま成形加工 3.下の段に藁、上の段にカツオをのせる 4.冷凍のまま表面を高温で薫焼き 5.釣り上げたときの鮮度を保つ冷凍船 6.自社で米作りをして良質な藁を確保する



釣りたての鮮度を食卓に

一本釣りのカツオのみを使った「わら焼きかつおタタキ」。「食べてみたらおいしかった!」と食わず嫌いからリピーターになる人も多い人気の商品です。カツオ漁から製造、加工、販売までを手掛けるのが明神水産株式会社。漁船も所有する水産会社で、米作りや飲食店の経営も。営業部の涌井流さんにお話を伺いました。

episode 1 漁業から農業まで

一本釣りカツオ漁の会社として昭和32年に創業。高知の薫焼きカツオのタタキのおいしさを広めたいという思いから、昭和61年に水産物の加工販売も始めました。「高知では昔からカツオのタタキは薫焼きが主流です。炭火焼きはじっくりと焼くので身が白っぽくなりますが、薫焼きは表面だけを焼き、身はほとんど生の状態なのでおいしいです」と涌井さん。薫焼きに適した藁を確保するために自社で農業事業を立ち上げ、米作りをすることで良質な藁の確保にも取り組んでいます。また、収穫したお米は自社の飲食店で提供。薫焼き後の灰は田畑の肥料として使っています。

episode 2 釣り上げたままの姿で瞬間凍結

カツオの漁獲時期は10月から5月頃。南方カツオを追って赤道付近まで漁に出ます。一本釣りのカツオは、文字通り一匹ずつ釣り上げるため、魚体の傷みが少なくきれいなのが特徴です。釣り上げられたカツオは頭上高く跳ね上げられると針が外れ、そのまま船上のベルトコンベアにのって筒状になった凍結槽に送られます。「中は-20℃の冷凍溶液で、カツオはヒレがぴんと立ち、口を大きく開けたまま瞬間凍結されます」と涌井さん。水揚げ後は凍結したまま-50℃の冷凍庫で保存。1年間変わらない鮮度を保つことができます。加工時も凍結した状態で切り分けられ、そのまま専用の薫焼き機へ。



明神水産株式会社
営業部課長 涌井 流さん



わら焼きかつおタタキ(南方かつお) 180g、タレ20ml×2
(次回5月3回)ゆとりぎ+ 754円(税込)
炭焼きかつおタタキ 180g、タレ20ml×2
(次回5月4回)前回5月2回 754円(税込)

episode 3 冷凍のまま薫焼き

薫焼き機の中の下の段には長い藁が燃え上がり、上の段には冷凍カツオが流れます。藁は中が空洞になっているので炎は一瞬で800℃の高温になり、カツオの表面だけを瞬時に焼き、旨みを閉じ込めるのです。焼いた後も中の身は凍ったまま。真空パックの後、瞬間凍結で再び-50℃で保管されます。「カツオは鮮度の劣化が早く、血液が多いことが生臭さの原因になりがちです。冷凍で鮮度を保ちつつ、藁で焼くことで皮には燻製されたような良い香りと焦げ目が付き、カツオが苦手な方でもおいしく食べていただけます」と涌井さん。そのためには解凍の仕方も大切です。「必ず流水解凍で!少し中が硬い状態で切ってください。お皿に並べて食べるときも釣り上げたときと同じ鮮度です。冷凍でお届けできる宅配の商品だからこそ味わえるおいしさですよ」と、さわやかな笑顔で話しました。

— Memo —

MEL認証商品

日本発の世界に認められる水産工コラベルです。一本釣りの原料にのみ使用され、どの船で釣って、いつ加工されたのかというトレーサビリティが可能になります。昔からの一本釣り漁法を維持することは、群れを根こそぎ一網打尽にすることなく一定の節度を持って漁をすることにつながり、海洋資源の持続可能性を維持します。



おいしく! おしゃれに! 明神水産おすすめレシピ

カツオには、コレステロール値を抑えるのに有効とされるタウリンの他、鉄分、カルシウム、EPA、DHAなど美容や健康に良いとされる栄養素が豊富に含まれています。

冷製パスタ

カツオのタタキは3mmの薄切りにし、湯むきしたトマトと一緒に好みのドレッシングに漬けておく。ゆでたパスタを水洗いし、水気をしっかり切って和える。



カツオのポキ丼

カツオのタタキは1.5cm角に切り、しょうゆ大さじ3、みりん大さじ1、ごま油小さじ1に漬けておく。汁を切りアボカドと合わせて、好みの薬味と一緒にご飯にのせる。



明神水産直伝!おいしく食べるワザ!

必ず流水解凍で!

釣りたての鮮度を味わうためにも短時間で流水解凍してください。ゆっくり解凍すると鮮度が落ちて旨みが逃げます。また、中心部が凍っているくらいがきれいに切れます。

切るといつもボロボロに…どうしたらいいの?きれいに切る方法

- ① まな板の手前にサクの低い方、奥に高い方を置きます。
- ② 刃を平面に当て、包丁を少し前後させながら火が通った表面に刃を入れ、引きながら切る。5~8mmの厚さがおすすめ。



NG!
ここから刃を入れるとボロボロに



コープの

トイレトペーパー徹底比較！

ゴミになる紙芯を省いた画期的な商品コアンロールが誕生したのは1983年。その後、「専用芯がいらないものを」「もっと柔らかく」といった組合員の声を受け、技術革新によってさまざまな種類が登場してきました。今では驚くほど超長尺のものなども登場して多様なラインナップに！



定番の11商品を機関紙企画検討委員で徹底比較しました

商品名	1 やわらか コアンロール シングル	2 やわらか ワンタッチ コアン ロール シングル	3 やわらか ワンタッチ コアン ロール ダブル	4 ワンタッチ 芯までロール シングル	5 1.5倍巻き パルプロール シングル	6 1.5倍巻き パルプロール ダブル	7 めっちゃ 巻いてるパルプ ロール シングル	8 めっちゃ 巻いてるパルプ ロール シングル	9 トイレト ロール シングル	10 トイレト ロール ダブル	11 &ダイオー 吸水力が2倍の トイレトペーパー ダブル
商品特徴	コアノンスマイル スクール プロジェクト ※専用芯が必要です 再生紙 100% 細穴 紙芯 なし ミシン目 あり	コアノンスマイル スクール プロジェクト 定期登録 再生紙 100% 太穴 紙芯 なし ミシン目 なし	コアノンスマイル スクール プロジェクト 再生紙 100% 太穴 紙芯 なし ミシン目 あり	FSC認証 再生紙 100% 太穴 紙芯 なし ミシン目 なし	定期登録 FSC認証 6月1日から リニューアル パルプ 100% 太穴 紙芯 あり ミシン目 あり	定期登録 FSC認証 6月1日から リニューアル パルプ 100% 太穴 紙芯 あり ミシン目 あり	FSC認証 パルプ 100% 太穴 紙芯 なし ミシン目 なし	定期登録 FSC認証 再生紙 100% 太穴 紙芯 なし ミシン目 なし	定期登録 再生紙 100% 太穴 紙芯 あり ミシン目 あり	定期登録 再生紙 100% 太穴 紙芯 あり ミシン目 あり	定期登録 パルプ 100% 太穴 紙芯 あり ミシン目 あり
1ロールの紙幅 直径・重量 ※ロールにより 個体差があるため 直径・重量が異なる 場合があります	 113mm 105mm 265g	 113mm 105mm 268g	 113mm 105mm 250g	 113mm 114mm 315g	 114mm 109mm 195g	 114mm 109mm 147g	 119mm 106mm 350g	 119mm 106mm 362g	 105mm 105mm 125g	 108mm 105mm 115g	 114mm 114mm 102g
1ロールの長さ	130m	130m	65m	150m	90m	45m	200m	200m	60m	30m	25m
入 数	6ロール	6ロール	6ロール	6ロール	8ロール	8ロール	4ロール	4ロール	12ロール	12ロール	12ロール
税込価格	471円	438円	438円	504円	504円	504円	504円	438円	361円	361円	581円
1mの価格	0.60円	0.56円	1.12円	0.56円	0.70円	1.40円	0.63円	0.55円	0.50円	1.00円	1.94円
利用組合員のお気に入り ポイント	芯がなく、幅も狭くて経済的。流れやすい。 (金沢市 Nさん 70代)	省スペース、交換頻度が少ない、芯がないことに加え、ユニセフにも寄付できる。 (金沢市 Aさん 40代)	家族がダブル好み。色柄のないシンプルなのがよい。 (かほく市 Kさん 70代)	150mはスーパーでも見かけない。紙質もほどよい。 (津幡町 Gさん 60代)	厚すぎず薄すぎず、ちょうどよい厚さ。 (加賀市 Iさん 50代)	ほどよいソフトな肌触り。丈夫で使いやすい。 (金沢市 Mさん 70代)	肌触りが良く、長くて芯がないのに最後まできれいに使える。 (小松市 Tさん 70代)	めっちゃ長いので交換が少なく助かる。毛羽立ちが少なく、お掃除が楽。 (白山市 Hさん 40代)	値段がお手頃。紙が硬すぎず使いやすい。 (野々市市 Kさん 20代)	柔らかくて丈夫。皮膚にも残らない。 (小松市 Iさん 60代)	厚さやミシン目間の長さがちょうどよい。デザインもおしゃれ。 (津幡町 Mさん 70代)
委員の感想	①～③の「やわらかコアン」の中では少しごわつきを感じた。	①より柔らかく肌触りが良い。コスパが良い。	①～③の中では一番柔らかくちょうどよい肌触り。ダブルでも65mあるのでたっぷり感がある。	少し硬いけどしっかりしていて引っ張っても破れにくい。	ふんわり柔らかく！お肌にやさしい。白くてきれい。	ふんわりと肌触りがとても良く厚さもあり使いやすい。	大きいので外袋から出しにくい。存在感がある。⑧と比べて柔らかくゴワゴワしていない。	少し硬めで肌触りはやや落ちるが価格の安さが魅力！	再生紙でも柔らかくて肌触りが良い。かなり薄め。	シングルよりも柔らかい。ダブルなのに安価なのが嬉しい。	とても柔らかくてティッシュのよう。水に強くてシャワートイレには本当に良い。

※画像は 旧商品です

※組合員・委員のコメントは 旧商品のものです

まとめ

全11種類を実際に触って使ってみた委員が選んだ1位は…

やわらかワンタッチコアン ロール シングル



理由

再生紙100%で環境にやさしい。肌触りもそんなに悪くない。長くて交換頻度が少ない。芯なしでゴミが出ない。価格が安い。コアノンスマイルスクールプロジェクトの対象になっていることも良い。

Q ダブルってシングルの2枚重ねじゃないの？

A 一般的にはシングルよりも薄い紙を2枚重ねにして、紙と紙の間に空気の間を作り出すことでふんわり感を出しています。

Q 再生紙はカタい？

A 再生紙は硬く使い心地が悪いという声もありましたが、メーカーの技術革新により使用感は大きく改善されました。



エコマークとは

資源の採取から、製造、流通、使用消費、廃棄、そしてリサイクルまでの商品のライフサイクル全体を通して環境への負荷が少なく、環境保全に役立つと認められた商品に付けられるマークです。



コアノンスマイルスクールプロジェクトとは

コアンロールを1パック購入すると1円、ユニセフを通じてアンゴラ共和国の「子どもにやさしい学校づくり」に寄付されます。



FSC® 認証とは

適切に管理された認証林やその他の責任をもって調達された原材料で作られた製品に認証ラベルを付けて消費者に届ける仕組みです。

Refresh Time

リフレッシュタイム

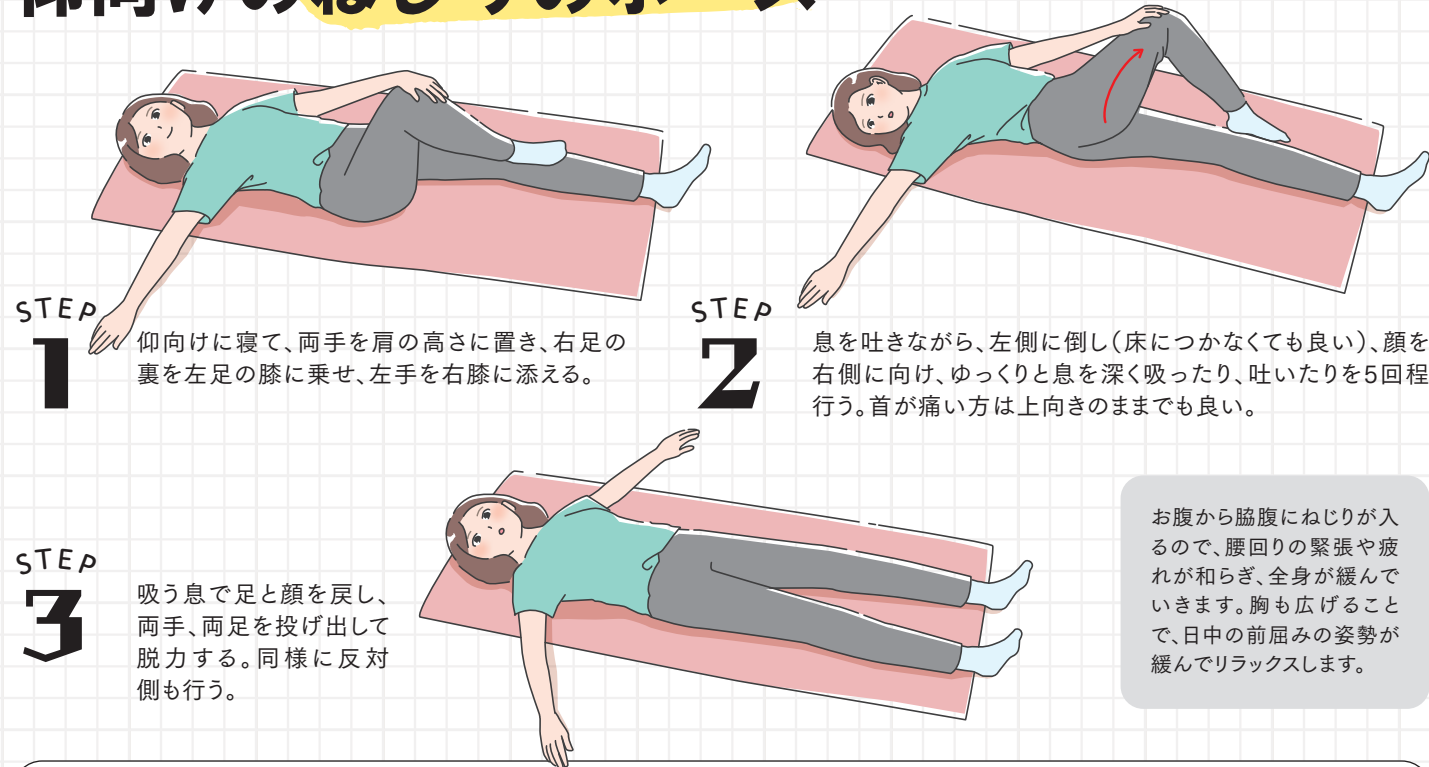
おうちでできるワンポイント体操

安田 詔子さん



なかなか寝つけない、ぐっすり寝た感じがしないなど、睡眠に関する悩みはありませんか。そんな人は、寝る前に3分でも1分でもいいので、丁寧に呼吸と脱力をやってみましょう。1日頑張った体の緊張感を緩めてから睡眠に入ると質の高い睡眠につながります。コープいしかわの教え合い講師、安田詔子さんに教えていただきました。

寝る前に緊張感を取る 仰向けのねじりのポーズ



STEP 1 仰向けに寝て、両手を肩の高さに置き、右足の裏を左足の膝に乗せ、左手を右膝に添える。

STEP 2 息を吐きながら、左側に倒し(床につかなくても良い)、顔を右側に向け、ゆっくりと息を深く吸ったり、吐いたりを5回程行う。首が痛い方は上向きでも良い。

STEP 3 吸う息で足と顔を戻し、両手、両足を投げ出して脱力する。同様に反対側も行う。

お腹から脇腹にねじりが入るので、腰回りの緊張や疲れが和らぎ、全身が緩んでいきます。胸も広げることで、日中の前屈みの姿勢が緩んでリラックスします。

ベッドの上で行うと、そのまま眠りにつくこともできます。腰痛がある方も、腰の緊張を取ってから眠りに入ると良いですよ。

今月の花
May

みんなの画像投稿コーナー

ラナンキュラス ラックス

志賀町 かもかもさん

最近人気が急上昇中のお花です。花びらがピカピカ光って綺麗です。暑さや寒さに強いので育てるのも楽です。

あなたの写した
お花の画像
募集中!

7・8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

お兄さんがおいしいって言うから

配達時、組合員さんに自分の好きな「紅茶のシフォンケーキ」の話をしました。後日、そのケーキを注文されていたので「これ、おいしいですね!」とお声掛けしました。すると組合員さんが「初めて注文してみても。お兄さんがおいしいって言うから食べるの楽しみやわ!」と書いていただきました。自分の好きな商品を知ってもらえるのは嬉しい、これからは多くの組合員さんと商品の話をたくさんしていきたいです。

古府センター 駅西・長田・戸板地域担当 澤村さん



『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。



食の
安全情報
シリーズ
第12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2



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ター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。今回は第3回の講座で行われた講義の内容と講義後に行ったグループワークについて報告します。

今回は… 情報の読み解き方について

講師：内閣府食品安全委員会リスクコミュニケーション官 藤田 佳代氏

より学んだこと



講義のポイント 情報に迷わされないために

現在、いろいろな情報があふれる世の中で情報に迷わされず正しい情報を選択することが大切です。科学的情報の確かさには実証できない疑似科学と実証可能な科学があります。例えば、食品安全行政に用いられる科学は、基準値以内の農薬であれば、毎日一生食へ続けても健康に影響がないことが基本とされています。しかし、科学的技術はゆるぎないものではなく、状況の変化によって変わりうるものです。

情報を読むときに注意すべきポイントとしては、画像などを用いたインパクトの強い情報に惑わされず、冷静に受け止めることが大切というお話でした。

あなたなら、表現1、表現2それぞれで 対策A 対策B どちらを選びますか? //

同じ内容でも情報の利益や報酬を伝えるか、損失や罰を伝えるかで印象は大きく異なります。

米国政府が特殊なアジア由来の疫病に対する対策を検討している。
対策をとらないと600人の死者が予想される。対策AかBを選びたい。

【表現1の場合】
対策Aをとると200人が助かる

対策Bをとると
1/3の確率で600人が助かるが
2/3の確率で誰も助からない

【表現2の場合】
対策Aをとると400人が死ぬ

対策Bをとると
誰も死なない確率が1/3あるが
600人死者が出る確率が2/3ある

石川ひろの著「ヘルスコミュニケーション入門」をもとに改変

受け止め方はみんな違います。年齢層、職業などの属性、どのような立場の人々に関心の程度とその内容、関与の程度とその内容など、相手の状況を把握することが受け手に対する理解を深める基本となり「みんな違ってみんないい」と多様な考え方を許容することにつながります。

グループワーク テーマ「健康食品の広告を作る」

各グループでアイデアを出し合い、消費者が飛びつきそうな架空の健康食品の一つを作ります。今回はワークショップなので広告の文章に使う言葉に法律上のルールは一切ありません。前半の講義で学んだ「情報を読み解くために必要な注意すべきポイント」を逆手にとり自由な発想で広告文を考えます。まずはターゲットを絞って販売する健康食品を何にするか決めました。次に科学的根拠に基づいたデータ、効果を示すグラフ、不安をあおる画像、推奨する専門家の意見、利用者の声などをもっともらしく並べ立てれば魅力的な売れる商品広告の出来上がりです。どのグループの広告も人の心理をうまく利用したアイデアが満載だったので、思わず購入したくなる健康食品ばかりでした。

今回のグループワークでは言葉の選び方次第で簡単に魅力的な情報を作り出せることを学びました。私たちが情報を受け止めるときには決して感情的にならず、冷静に読み解く力が必要だと実感しました。

コープいしかわ
組合員理事
木村 映子さん



コープいしかわ組合員理事
前田 由香里さん





組合員から寄せられました

みんなの
レシピ

フライパンでササッとおかず

柳川もどき

20分 233kcal(1人分)

レシピ投稿者 加賀市 みずたまりさん

- 【材料(2人分)】
- | | | | |
|-------------------|------------|-----|----------------------|
| ささがきごぼう(冷凍) … 70g | 溶き卵 …… 2個分 | A { | めんつゆ(3倍濃縮) …… 大さじ3 |
| 豚こま切れ肉 …… 100g | 三つ葉 …… 適量 | | 水 …… 130ml 料理酒 …大さじ2 |
| 長ねぎ …… 80g | | | 砂糖 …大さじ1 |
| | | | |

- 【作り方】
- ① 長ねぎは斜め1cm幅に切る。
 - ② フライパンにAを入れて熱し、ひと煮立ちさせる。
 - ③ ごぼう、長ねぎ、豚こま切れ肉を入れ、沸騰したら落としぶたをして4～5分程煮る。
 - ④ 豚肉に火が通り、味がなじんだら落としぶたを取り、沸騰した状態で溶き卵を回し入れる。
 - ⑤ 蓋をして、弱火で1分程卵に火が通るまで加熱したら、火から下ろす。
 - ⑥ 仕上げに三つ葉をのせる。



九州産ささがきごぼう
200g
(次回5月3回)279円(税込)

20分 192kcal(1人分)

- 【材料(2人分)】
- | | | |
|---------------|-----|------------------------|
| あわなま麩 … 30g | A { | めんつゆ
(3倍濃縮) …… 25ml |
| よもぎなま麩 … 30g | | 水 …… 80ml |
| ごまなま麩 … 30g | | |
| 片栗粉 …… 適量 | | |
| 大根おろし …… 適量 | | |
| サラダ油 …… 適量 | | |
| おろししょうが …… 適量 | | |

よもぎなま麩 75g
(次回5月3回)じわもーる
246円(税込)

- 【作り方】
- ① Aを合わせて加熱し、天つゆを作る。
 - ② なま麩を一口大に切り、全体に片栗粉をまぶす。
 - ③ フライパンにサラダ油を熱し、全面カリッとするまで揚げ焼きにする。
 - ④ 器に盛り、大根おろし、おろししょうがをのせ、天つゆをかける。

なま麩の揚げ出し風

レシピ投稿者 津幡町 かびさん



20分 270kcal(1人分)

- 【材料(1人分)】
- | |
|--------------------------|
| co-op 早ゆでミニスパゲッティ … 100g |
| コンソメ(顆粒) …… 小さじ1 |
| ベーコン …… 4枚 |
| 玉ねぎ …… 1/2個 |
| しょうゆ …… 小さじ1 |
| 水 …… 300ml |
| 梅干し(ほぐしておく) …… 1個 |

co-op 早ゆで
ミニスパゲッティ
(300g(太さ1.6mm))×2袋
(次回5月5回)
前回5月2回 505円(税込)

- 【作り方】
- ① ベーコンを幅1cm、玉ねぎはざく切りにする。
 - ② フライパンに水、コンソメを入れて中火で熱し、沸騰したら co-op 早ゆでミニスパゲッティを入れる。
 - ③ 再度沸騰したら①を加え、混ぜ合わせる。
 - ④ 柔らかくなったらしょうゆで味を調え、火を止める。
 - ⑤ 器に④を盛り、ほぐした梅干しをのせる。
お好みで刻んだ大葉を添えても◎。

梅パスタ

レシピ投稿者 金沢市 南さん



みんなのレシピ大募集

募集テーマ 「食欲アップレシピ」
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。



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。

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。

コープ北陸 安全政策部からお知らせ

あんあんニュースが **ここから**
Webでいつでも読める!



ポイント①

スマートフォンに
対応!

ポイント②

紙面以外の情報も
掲載!

ポイント③

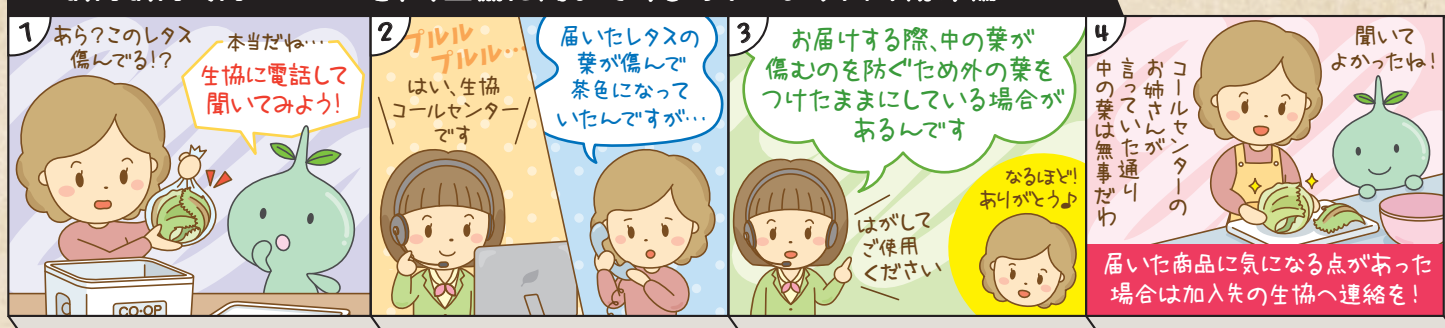
クイズへの応募が
可能!

ポイント④

動画で
詳しい内容がわかる!



あんあんくん 第83話 それ、生協に聞いてみよう!～レタスの傷み編～



食品安全コミュニケーション 育成講座を開催しました!

12月20日(火) 第4回講座(オンライン開催)

講義 食品ロスの現状を学ぶ

消費者庁 消費者教育推進課 食品ロス削減推進室 内藤 瑞絵氏

日本の
食品ロスは

522万トン。そのうち事業系は275万トン、
家庭系は247万トン廃棄している。
(農林水産省・環境省「食品ロス量(令和2年度推計値)」)

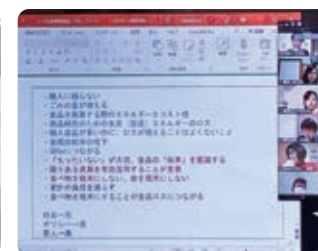
食品ロス
削減のために

消費者庁・環境省・経済産業省・農林水産省・
厚生労働省・文部科学省が連携しとりくんでいる。

「食品ロス」とは
食べられるにも
かかわらず捨てられる
食品のことです



をはじめ、食品ロス削減のとりくみ事例などについてお話をいただきました。



グループワーク 本日の学びの整理と発表

「食品ロス削減についてできることを考える」を
テーマに食品ロス削減はなぜ必要なのかを考え
自分でできること・地域活動の中でできることを
話し合い、重要性を共有しました。

感想

とやま生協
桃井委員



組合員活動の中で今回使用したシートを使わせていただ
いて、少人数からでもグループワークをして、それぞれの意
識を呼び起こしたいと思っています。

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「食品ロスの現状を学ぶ」の参加者によるレポートを
7月号「食の安全情報シリーズ」コーナーに掲載予定です。



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！

祖母のチューリップ

北海道の祖母。チューリップが大好きで、毎年、砺波の球根を仕入れて庭に植え続け、だんだんと数は増えていき1,000球を超えました。毎年レイアウトを考え、地味な作業を続ける。ときには球根を盗まれ…という残念なこともありましたが、チューリップ愛は絶えることはありませんでした。

金沢市 ワテ



金沢市 えががすき(7歳)



かほく市 Y・Y

サンドイッチ

小松にコープが開店して、ときどき買い物しています。娘が気に入ったようです。先日パン屋さんでサンドイッチ用にパンを切ってもらって作りましたが、おいしくでき、大好評でした。

能美市 Y・I

チューリップフェア

富山育ちなのでチューリップを見ると懐かしい春を感じます。子どもの頃、母に連れられて何度もチューリップフェアに行きました。あの頃大きく感じた花は今は小さく可愛らしいのでしょうか？

金沢市 ちびま

災害時のごみ

とらいあんぐる3月号の特集「災害時のごみ問題」を読んで、ニュースで大変だなと見ていましたが実際のごみの出し方までは気にしていませんでした。とても具体的で参考になりました。このページは保存版です。

金沢市 H・K

ままごと

5歳の息子は最近、スーパーマーケットのままごとが好きです。おもちゃのお野菜や果物をずらりと並べ1つずつ値段を書いて置いていくのですが、値段設定がお高め。値段を見るたび、目玉が飛び出るくらいの高級スーパーにドキドキしながら、私もままごとを楽しんでいます。

金沢市 春うらら

ホットケーキミックス

最近、ホットケーキミックスを使ったお菓子にはまり、いろいろ試しています。孫が「おいしい」と言ってリクエストをしてくれたり、甘い物が苦手な主人から「結構いけるね」と言われたり、調子に乗って作るうち、体重が増えてガーン！それでもめげずに、今日も挑戦しています。そんなに手を加えなくてもいいので、お菓子作りにホットケーキミックスは強い味方で、優れものです。

能美市 MS



穴水町 レンチャン



小松市 そらとさすけ

エレクトーン

60歳でエレクトーン教室に申し込み、2年が過ぎました。夜中にメロディーが出てうなされるくらい大変です。先生からは「こんなに練習される方はいませんよ」と言われているので、指が動く限り続けたいです。

金沢市 まさちゃん

孫の俳句

テレビで俳句をやっていたとき、4年生の孫が「ばあちゃんは料理ができない煮しめだけ」と詠み、大笑い。若い子たちに料理を作るときは時間をかけて煮物をしたときだけだから、それしかできないと思ったのでしょう。私が「ばあちゃんは料理もできるサラダもね」と詠んだら、孫は「？」でした。

白山市 コトコ

テーマトーク

今月は

自慢の〇〇

自慢の庭

門も塀もない家のわずかな場所を庭と呼んでいます。虫が苦手なので、できるだけ土に触れないように種をばらまいていたら、色とりどりの花が季節を彩ってくれて、通る人や知人に、ときには褒めていただいて…。クリスマスローズとラベンダーが見事かな？自慢とまではいなくても、嬉しい季節を迎えました。

金沢市 ももたろう

自慢の息子

4月から大学4年生になる息子。春先に所用で帰省したいとメールが来て、その流れで私が今、体調不良で休職中なことがばれてしまいました。そのため、彼の帰省中の要望を1つ諦めてもらうことになり、自虐的に「ポンコツなお母ちゃんでごめん」と返信したら、「全然そんなことないんで、冗談でもそんなこと言わんといてくれ」と返ってきて、ちょっと感動しました。だからといって、帰省中に風呂掃除以外家事を手伝ってくれたわけでもなく…(笑)。ただただ感謝！

金沢市 おサル

自慢の髪

わざわざ大量の髪。成人式では、地毛だけで日本髪が結えるほど。風が吹けばライオンのたてがみ。美容師さんから「まるで木綿糸だね」と。さらさらヘアなど夢のまた夢。しかし、還暦を過ぎても、ありがたいことに育毛剤不要。分け目に悩んだことがない。引け目しか感じなかった髪が、今では唯一の自慢になりました。もしかしたらコンプレックスって意外とラッキーポイントだったりするのかも。

加賀市 昭和のばあちゃん。

自慢の夫

昨年10月に第3子の長男を出産しました。妊娠初期は重度のつわりで、入退院を繰り返しました。夫は仕事を休んで上2人の子のお世話や家事を一生懸命にやってくれ、産後も変わらず朝食を作ってくれます。「買い物も大変やろう？」と気遣ってくれて、生協さんに加入しました。自分にはもったいないくらい、自慢の夫です。

輪島市 スプーンおじさん

今回のテーマトークのお題は

節電



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



能登地域協議会

「読み聞かせて
ほっこりしてみんけ？」



こんにちは。能登地域協議会のパンです♪
大人が本を読んでもらうって、なかなかないですね。なので、ちょっとワクワク♡
わらべうたと一緒に歌い、東北の昔話を聞き、ほっこりとした時間が流れていきました。参加者の皆さんからも、「語りが良かった」、「ほっこりした」、「感動しました」と感想をいただき、素敵なお話を過ごせたことに感謝です。

開催日 3月14日(火)
参加者 14名

場所 ラビア鹿島
講師 細川 律子氏

石川東地域協議会

「知っておくのに♪
電気のおはなし」



石川東地域協議会のバナナです！
久しぶりの参集型でちょっぴりワクワク。今回は、今後値上げされる電気代について、値上げの背景や普段の暮らしの中でできる節電のヒントをたくさんお聞きしました。そして、学習の後はプリザーブドフラワー作り。春らしいピンク×白のステキで優しい仕上がりになりました。

開催日 3月16日(木)
参加者 20名

場所 金沢市ものづくり会館
講師 北陸電力(株)石川支店総務部地域広報チーム

こんな声がありました！

いつもと違うにおいがした…。

「紙製品とにいうつりのお話」

ママ～!!
うちのティッシュ
新しく替えたの？

いいえ。
特に替えてないわよ。

ほんと!?
でもいつものと違う
においがするよ!

どうして
違うにおいが
するのかしら?

それは紙の構造に
秘密があるのじゃ。

紙製品は繊維の集合体で、小さな穴がたくさん空いています。空気中には微小でさまざまな「におい」の成分が漂っています。そのため、**周囲の空気中のにおいが穴に入り込んでしまう**ことがあります。また、ティッシュだけではなく、**トイレトペーパーや牛乳・ジュースの紙パック**などでも、**においがうつることがあります。**

POINT 紙製品を置く場所に注意!

- ・ご家庭で紙製品を保管する場合、**においの強いもののそばに置かない**ようにしましょう。
- ・保管する環境によっては、押入れやカビのにおいがうつる場合があります。
- ・包装用のフィルムはわずかに空気を通すため、**外袋の中に入れていてもにおいがうつる場合があります。**

拡大して見てみると
小さな穴がたくさん

ティッシュ

トイレトペーパー

周りのにおいがうつるのね!

コープいしかわの姿

2022年4月1日～2023年2月28日

	予算	実績	前年
宅配事業供給高(億円)	136.9	134.8	137.4
店舗事業供給高(億円)	35.6	34.6	27.7
経常剰余金(億円)	2.1	1.7	4.0

出資金:75億7,887万円(UP 5,311万円)
組合員数:167,209人(UP 312人)

(カッコ内は前月比)

2月度安全確認情報

(1月21日～2月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	242品
定例企画商品	322品
残留農薬検査	9品
DNA検査	1品
産地判別検査	1品

組合員の環境貢献度(3月度)

商品カタログ回収率

注文書袋・保冷箱内袋回収率

48.4%

29.4%

理事会だより

2022年度 第11回 3月29日(水)開催

承認及び報告された主な議題は次の通りです。

決まったこと

1.2月度事業・経営報告 承認の件

- 2月25日(土)に職員方針検討会を開催し、宅配・本部部門の職員215名が参加しました。
- 2022年度コープいしかわ地域活動助成金目録贈呈式を2月16日(木)に開催しました。
- 生産者や専門家を講師に招き食品の安全に関する正しい知識などを学ぶコープゼミナールを各地域協議会で開催しました。
- 2月19日(日)、フードドライブを南加賀地域協議会で開催し、56点、6kgの食品が提供され、いしかわフードバンク・ネットを通して地域の社会福祉協議会に寄贈しました。
- COOP宅配アプリ誕生1周年となる感謝企画を実施し、抽選でのプレゼント企画には8,379名の方の応募がありました。組合員活動部と連携してCOOP宅配アプリ未登録者を対象とした「COOP宅配アプリ学習会」を各地域で開催しました。
- 4月よりサービス開始を予定しているコープ宅配の緊急連絡先の事前登録を開始し、1,078名の登録がありました(3月1日時点)。

2.第4四半期活動のまとめと第1四半期方針 承認の件

3.2023年度事業予算 承認の件

4.第24回通常総代会議案書(第1号議案・第2号議案・第3号議案除く) 承認の件

5.所在不明組合員の「みなし自由脱退処理」承認の件

子育てにやさしい店 プラチナ賞受賞

コープいしかわはプレミアム・パスポートの優良協賛企業として「子育てにやさしい店 プラチナ賞」を受賞しました。「子育てにやさしい店 プラチナ賞」は、プレミアム・パスポート利用世帯を対象に実施する投票などにより、協賛している企業の中から選ばれる「子育てにやさしい店 金賞」を過去に4回受賞し、5回目の受賞となる企業に与えられます。



3月20日(月)、石川県庁にて執り行われた「プレミアム・パスポート優良協賛企業表彰式」では、馳 浩知事より受賞企業の代表者へ表彰状が授与され、受賞企業を代表して、コープいしかわの齋藤 千絵常任理事があいさつをしました。

コープいしかわではこれからも、子育てを社会全体で支えることを目的とするプレミアム・パスポート事業に賛同し、子育て家庭へのお役立ちを進めていきます。

クリーン・ビーチいしかわに特別協賛しています



クリーン・ビーチいしかわは石川の海岸線583kmをきれいにする海岸愛護運動で、身近な環境ボランティアとして1995年から展開されました。コープいしかわは、2015年から継続して協賛しており、県内各地の海岸清掃で使用されるゴミ袋にはコボ丸が描かれています。



2022年度 コープいしかわ地域活動助成金採択団体「みんなの居場所 ひまわり」からのお知らせ

みんな ひまわり 子ども食堂って?

子どもが1人でも来ることができる食堂です。子どもは無料、大人は300円でおかわりは無料。メニューは、季節の材料を活かした「きまぐれカレーライス」です。

パソコン・スマホなんでも相談

変な画面が出てきた、いつもとちがう、操作がわからない、など無料で診断・ご説明します。

子ども食堂 予定

2023 年		2024 年	
5/20(土)	9/16(土)	1/20(土)	
6/17(土)	10/21(土)	2/17(土)	
7/15(土)	11/18(土)	3/16(土)	
8/19(土)	12/16(土)		

毎月第3土曜日11時～13時
みどり集会所(金沢市みどり2丁目8)

予約不要
お気軽に
お越しください

「子どもにスマホを持たせたが心配」

お家でスマホのルール作りをしませんか。お買い物に便利に!「COOP宅配アプリ」の登録も応援しています。

修理など料金の発生するものは
アドバイスのみとなります

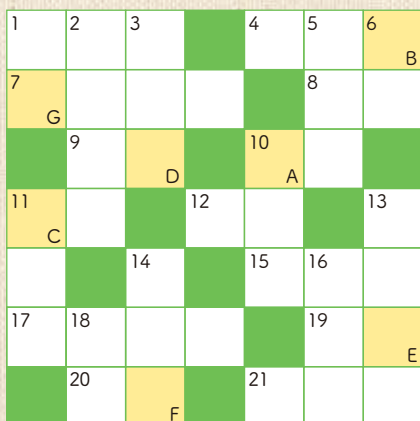
※当日お手伝いをしてくれる方も募集しています。

みんなの居場所 ひまわり(事務所)

金沢市専光寺町二29-2 TEL:080-6359-5541(津田)

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 **5月28日(日)**

たてのカギ

1. ワインなどを発酵させる木の容器
2. 亀を英語で言う
3. ある目的のために準備しておく資金
5. 商品を作るための費用
6. トイレトペーパーの太〇〇、細〇〇を間違えないように
10. カツオの一本釣りが有名な〇〇〇県
11. 野生のバラ
13. 母の日におしゃれな〇〇〇〇を贈る
14. 枕〇〇〇を洗濯する
16. 長崎県に属する、国境の島
18. 〇〇を張る

よこのカギ

1. カツオの〇〇〇〇を食べる
4. ミルク〇〇〇、まめびよ(〇〇〇味)
7. 新人。期待の〇〇〇〇
8. 千里浜は全長約8kmの〇〇浜
9. 〇〇カツ、ハン〇〇ライス
10. 古い都
11. うまい話に〇〇のは危険!
12. 百獣の〇〇
15. 心付けを英語で言うと
17. 競争相手
19. 〇〇と黒で楽しむオセロ
20. 5月19日から始まる〇〇7広島サミット
21. 辛抱すること。〇〇〇比べ

応募総数 **917 通**

正解 **898 通**

3月号(3月6日発行)の答は「チューリップ」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.278》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 ☐ 今月の花・生協男子女子 ☐ あんあんニュース
☐ 特集 コープのトイレトペーパー徹底比較! ☐ 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(7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 (9:30～21:00)

●コープおおぬか

076-220-6688 (9:30～21:00)

●コープこまつ

0761-46-5750 (9:30～20:30)