

とらいあんぐる

4

2024

Vol.289

2月17日(土) 珠洲市での避難所への物資輸送支援



特集

令和6年能登半島地震
コープいしかわが
取り組んだこと

特集

ナッツパワー

産地・メーカーをたずねて

吉田ピーナツ食品株式会社

みんなのレシピ

パスタアレンジレシピ

令和6年能登半島地震 コープいしかわが取り組んだこと

このたびの地震で被害に遭われた皆さまに心よりお見舞い申し上げます。コープいしかわが組合員のため、職員のため、そして地域社会の一員として全国の生協とともに取り組んだことを報告します。
(3月12日現在)



宅配事業 どこにいても、安心して利用が続けられるように

のと北部センターからの配送再開

輪島市 能登町の一部で配送再開

2月12日(月)から輪島市門前町の組合員33名の配送を再開し、2月26日(月)からは輪島市 能登町の一部での配送を再開しました。



▲ 2月4回企画で954名にカタログを配布できました

「注文書書いたよ〜。生協の注文書書いてたら少しだけ普通の生活に戻れた気がするね」と組合員さん。そんなこと言ってくださると思ってもおらず、とても嬉しく思いました。今までと同じ日常に早く、でも少しずつ近づくといいなと思います。
(のとセンター 西村 武博さんの2月22日(木)の振り返りシートより)

珠洲市で配送再開

2月26日(月)から珠洲市で再開希望組合員へカタログを配布し、3月11日(月)から配送を再開しました。



▲ のと北部センター職員と応援職員

カタログと一緒にお届けした支援品▶

一人暮らしの高齢の組合員さんで地震が発生した後、避難所にも行かず、ずっと一人で自宅で生活していたと言われました。今までのように生協の配送を再開させていただくことをお伝えすると、「久しぶりに人と話をした」と喜んでいただきました。
(のとセンター 徳木 守さんの2月29日(木)の振り返りシートより)

コープ共済 お見舞い訪問

2月12日(月)から全国の生協とコープ共済連の職員による20チーム(2名1組)体制で、羽咋市や志賀町での再訪問も含め七尾市と穴水町を中心に、コープ共済を契約している組合員のお見舞い訪問活動を実施しました。避難している組合員を探して輪島市で29か所、穴水町で26か所の避難所を訪問しました。



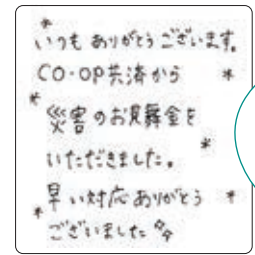
▲ 避難所となっている穴水町の集会所に案内を掲示させていただきました



▲ 輪島市の避難所の掲示板にも「宅配利用の組合員様へ」の案内と一緒に貼らせていただきました

訪問した職員の感想

行政や他の保険会社の人、普段近くにいる人などには話せないような被害の状況や心情などを伝えていただくことが多く、お見舞いだけでなく、このような話を聴くことが訪問の意義なのだと考えました



▲ 注文用紙に付けて出された組合員からのメッセージ



広がる支援で心をひとつに コープいしかわの組合員と職員のために

コープいしかわ職員がのとセンター、のと北部センターで配送同乗支援

2月13日(火)より毎日13名のコープいしかわ職員がのとセンターとのと北部センターの配送同乗をしています。宝達志水町以南の地域を配送する担当者だけでなく店舗事業や本部職員が、能登の組合員や職員と接する中で感じたことや考えたことを自部署で他の職員へ発信し、今後の仕事の中で能登のために何ができるかを考えるためです。これは、全国の生協職員に能登以外の4つの配送センターの配送を担っていたことで実現できています。



▲ 同乗するコープこまつの岡山店長

地域とともに 地域の一員としてコープいしかわができることを

仮設住宅入居者へコープの調味料をセットで

2月29日(木)、能登町の応急仮設住宅に入居する66世帯へコープの調味料が入った商品セットを日本生協連のご協力を得て提供しました。少しでも安心して生活を始められるように、暮らしの必需品である調味料をセットにしました。能登町以外にも仮設住宅の建設を進めている自治体と調整を進めています。



▲ 袋詰めは特例子会社ハートコープ いしかわで行っています



▲ 調味料のセットを入居前のお部屋にメッセージを添えてお届け

珠洲市で避難所までの物資輸送支援

物資拠点となっている珠洲市健民体育館から避難所への物資輸送支援を継続しました。2月13日(火)から3月8日(金)までコープいしかわ職員と日本生協連の物流子会社シーエックスカーゴ社員が配送トラック2台で対応しました。



▲ 朝8時の集品作業から始まります

組合員とこども食堂による 応援ボランティアで炊き出し

3月2日(土)、輪島市からの避難者が過ごす額谷ふれあい体育館(金沢市)で、コープいしかわ組合員による応援ボランティアと笑顔のこども食堂ネットワークGOHANさんと協力して炊き出しをしました。

組合員ができることから復興支援に取り組む応援ボランティア登録募集中! 現在145名(3月15日現在)が登録



▲ おにぎりやみそ汁、野菜炒めを150食程度調理しました

輪島市で約4,000食分の朝食用食品をお届け

2月26日(月)から輪島約2,300食、門前町約1,300食、町野町約400食、合計4,000食のパンや野菜ジュース、インスタントスープといった朝食用の食品を毎日お届けしています。今後、牛乳や無調整豆乳などバリエーションを増やしていきます。

金沢市内みなし仮設用生活必需品「くらしと生協」で調達

3月1日(金)から金沢市内の賃貸型応急住宅(みなし仮設)への避難者のために金沢市が給与する生活必需品を日本生協連通販本部(くらしと生協)で受注し宅配便でお届けしています。肌着や寝具、衛生用品や鍋、皿といった台所用品、掃除洗濯用品や電気ストーブなどで、約400世帯を想定しています。

能登町で活動するNPO・NGOへ寄付

発災直後から避難所や被災者支援をしているNPO法人リエラ(大分県)と災害NGO結(沖縄県)に日本生協連の嶋田統括専務とともに各100万円を寄付する目録を贈呈しました。この2団体は、これまでの被災地支援活動で日本生協連とつながりがあり、コープいしかわから寄付金の一部を拠出しています。



▲ 目録を渡す大谷理事長 2月20日(火)旧西岸小学校にて

※3月号にコープえひめの記載漏れがありました。

支援いただいた生協 (2月12日~3月22日)

いばらきコープ、いわて生協、エフコープ、大阪いずみ市民生協、おおさかパルコープ、大阪よどがわ市民生協、おかやまコープ、京都生協、コープあいち、コープあおもり、コープあきた、コープえひめ、コープぎふ、コープぐんま、コープこうべ、コープさっぽろ、コープしが、コープデリにいがた、コープデリ連合会、コープながの、コープみえ、コープみらい、コープみらい(埼玉)、コープみらい(千葉)、コープみらい(東京)、生活クラブ神奈川、生活クラブ東京、生協共立社、生協しまね、生協ひろしま、東都生協、とくしま生協、鳥取県生協、とやま生協、トヨタ生協、ならコープ、パルシステム茨城 栃木、パルシステム神奈川、パルシステム群馬、パルシステム埼玉、パルシステム千葉、パルシステム東京、パルシステム連合会、福井県民生協、みやぎ生協、ユーコープ、ララコープ

全国の生協からの支援

1月には、全国の生協職員にのとセンターで配送応援をしていただきましたが、2月13日週より、湊、古府、鶴来、小松センターの計14コースの配送をしていただいています。



▲ 生活クラブ東京の職員が2名体制で小松センターの配送応援

全国の生協さんから来てくださっている配送応援の方々に感謝! ありがとうございます。
(野々市市 H.Oさん トラいあんぐるおたよりより)



産地・メーカーをたずねて

吉田ピーナツ食品
株式会社
兵庫県神戸市

素材を生かしたおいしさをお届けします

「**co-op** 食塩不使用ミックスナッツ」は食べ切りサイズの個包装で、手軽に4種のナッツがいつでも食べられる!と日本全国で人気です。2012年の発売以降、年間出荷数はなんと120万個以上。作っているのは吉田ピーナツ食品株式会社。営業部の菅原裕也さんにお話を伺いました。



110周年を迎える老舗

吉田ピーナツ食品株式会社は加工豆のメーカーとして大正3年に創業し、今年で110周年を迎える老舗です。神戸市の2つの工場、フライドピーナッツ、フライ(揚げ)ピンズなどの豆菓子やミックスナッツなどを製造しています。原料の仕入れから焙煎などの加工や包装、出荷までの全工程を全て自社で行っています。アーモンドやくるみが健康や美容に効果があると言われ始めた10年程前のナッツブームのときに、地元の生協のためのアーモンドの大袋を開発したことがきっかけとなり現在は全国の生協で利用されるコープ商品を製造しています。「一番の人気商品であるミックスナッツも当初は6袋入りでしたが、箱入りの20袋入りとしたことでさらに大人気商品に。箱入れ作業が追いつかなくなって専用の機械を導入した程なんです」と菅原さん。



まずは原料選びから

原料の豆やナッツは世界中から安全・安心なものを選んでいきます。毎年、素材ごとに数種類のサンプルを輸入し、大きさや焙煎した後の味を吟味してそれぞれ産地を選んでいきます。「加工の工程がシンプルだからこそ原料の品質がおいしさに直結するんです。産地や畑によっても品質は変わるので良いものを選ぶことが大切になってきます。良いナッツは素炒りで食べると甘みとコクがあるんですよ」と菅原さん。

仕入れた原料は15℃の定温倉庫で保管し鮮度を保ち、焙煎する前には適切な水分量かのチェックも行います。水分が多過ぎると炒ってもカリッとした食感にならず、また少な過ぎると焦げやすくなるからです。

1袋にこれだけ入っています!

小袋に入ったナッツの割合にブレはほとんどありません! 4つの素材をそれぞれ量り、決まった配合率でミックスしています



重量での比率だから粒数はバラバラだよ



おいしさを引き出す焙煎法

素材によって焙煎方法を変えることでおいしさを引き出します。アーモンドやカシューナッツは直接熱風を当て加熱することで熱がムラなく伝わり、均一に焙煎できます。素材本来の風味を生かすため、熱風の温度や量までもナッツの種類や原料の状態を見て調整します。ピーナッツは遠赤外線焙煎機で表皮から芯まで均一に加熱することで、焦げが少なくふっくらときれいに煎り上がります。ゆるやかに加熱されることで甘みと香り、香ばしさを引き出します。焙煎後は人の目で割れや欠け、虫食いなどが無いか細かくチェックします。「組合員さんから『美容と健康のために毎日欠かさずナッツを食べています』という声をたくさんいただいています。食べ切りサイズの個包装や素材のおいしさが人気の理由です。これからも声を反映した商品作りをしていきたいと思っています」と菅原さんは話しました。



4

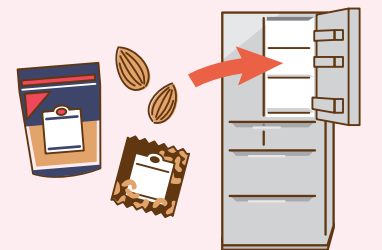
5

6

1.ガスバーナーで温められたクリーンな熱風で加熱されるカシューナッツ 2.平釜で遠赤外線焙煎されるピーナッツ 3.種類別に量り均等に袋詰めをする 4.検出装置だけに頼らず人の目で確認 5.風味、水分などの検査をし、合格したものだけ商品化 6.定温倉庫 常に15℃に保つよう管理

--- Memo ---

開封後は冷蔵保存!



包装時、窒素ガスを充てんし、酸素を減らし品質を保っているの一度封を開けると酸化や湿気が進み、風味が失われてしまいます。ナッツは光にも弱いので直射日光を避けた冷蔵庫が最適。20℃以下にすることで、ナッツが酸化して油っぽい風味になるのを遅らせることができます。冷凍保存も可能ですが固くなるので、フライパンやオーブントースターで、低温でじっくり素炒りするとカリッと香ばしくなります。

今回の特集は…

ナッツパワー

健康や美容の面からその栄養価が注目されているナッツ。種類、効能、食べ方はさまざま。

教えてくれた人

吉田ピーナツ食品
菅原 裕也さん



ナッツとは…

固い殻や皮に包まれた食用になる木の実。
種子の中の「仁^{じん}」といわれる部分をナッツとして食べています。

ナッツ 図鑑

ナッツは1日25g程度が適量といわれています。
「1日の摂取量の目安」は25gを1粒当たりの平均重量で割って算出。

マカデミアナッツ

Macadamia nuts



- 原産地** オーストラリア、アメリカ、南アフリカ
- 特徴** 「ナッツの王様」といわれ、サクサクとした歯ざわりと芳醇なナッツの香りが口いっぱいに広がる。
- おもな栄養素** マグネシウム、食物繊維、鉄分
- 1日の摂取量の目安** 約5粒

いろんな種類があるんだね！



ピーナッツ(落花生)

Peanuts



- 原産地** 中国、アメリカ、インド
- 特徴** 香ばしくカリッとした食感と素材本来の旨みがクセになる。
- おもな栄養素** 食物繊維、ビタミンE、鉄分、マグネシウム
※うす皮には抗酸化作用のあるポリフェノールが含まれる
- 1日の摂取量の目安** 約30g(約30粒)

アーモンド

Almond



- 原産地** アメリカ
- 特徴** 素材本来の自然な甘さと香ばしい風味でカリッとした食感。
- おもな栄養素** ビタミンE、食物繊維、鉄分
- 1日の摂取量の目安** 約25粒

くるみ

Walnuts



- 原産地** アメリカ、中国
- 特徴** やわらかな食感と、くるみ本来のコクと旨みが特徴。
- おもな栄養素** オメガ3脂肪酸、マグネシウム、鉄分
- 1日の摂取量の目安** 約10粒

カシューナッツ

Cashew nuts



- 原産地** インド、ベトナム
- 特徴** ほんのりとした甘みとやわらかな歯ざわりが特徴。
- おもな栄養素** ビタミンB1、マグネシウム、鉄分
- 1日の摂取量の目安** 約10粒

ピスタチオ

Pistachio



- 原産地** アメリカ、イラン
- 特徴** 「ナッツの女王」といわれ、他のナッツに比べてしっとりとした食感と濃厚な風味が特徴。
- おもな栄養素** マグネシウム、食物繊維、鉄分
- 1日の摂取量の目安** 約25粒

ピーカンナッツ

Pecan nuts



- 原産地** アメリカ
- 特徴** 甘くまろやかな風味と香ばしさがあがり、くるみのように渋みがないため食べやすい。食感はサクサクと軽い。
- おもな栄養素** マグネシウム、食物繊維、鉄分、不飽和脂肪酸
- 1日の摂取量の目安** 約10粒

ヘーゼルナッツ

Hazelnuts



- 原産地** トルコ
- 特徴** 独特の風味と香りが特徴で、菓子の材料の中に使用されることも多い。しっかりとした歯ごたえ。
- おもな栄養素** オレイン酸、食物繊維、ビタミンE
- 1日の摂取量の目安** 約25粒

意外と知らない！まとめ知識

ピーナッツは木の実じゃない!?

ピーナッツは食用になるマメ科の植物で大豆、小豆、黒豆などの仲間。毎年夏ごろに咲く花が落ちたあと、子房の下部分が地中に潜り地中で実らせることから「落花生」とも呼ばれています。



ナッツを食べると太る?

ナッツは高エネルギー、高タンパク質、高脂質の食べ物ですが、血糖値の上昇を抑える働きがあるため、脂肪をため込むのを防ぎます。また、食欲を抑える働きもあるため、おやつに最適です。他にもコレステロールの排出を促す食物繊維や、ビタミン、ミネラルも含まれます。大量に摂取し過ぎると肥満につながるため、1日の摂取量は気を付けましょう。

ナッツを食べるとニキビや肌荒れの原因になる?

ナッツのおよそ半分は油でできています。油の摂り過ぎはニキビや肌荒れの原因になるといわれていますが、はっきりした根拠はありません。ナッツに含まれる脂質は不飽和脂肪酸なので体にとって良質な油です。

野菜サラダなどにドレッシングをかけた上から、くるみなどやわらかいナッツを砕いてトッピングするなど食事にナッツを取り入れてみよう！



ナッツを使ったアレンジレシピ!

ナッツをほんのり色付くまで炒めてから!

ごろっと丸ごとミックスナッツを使った野菜炒め

【材 料】(2~3人分)
食塩不使用ミックスナッツ……………90g
ベーコン……………80g サラダ油……………大さじ1
野菜…100g(キャベツ、玉ねぎ、ピーマンなどお好みで)

酒……………小さじ1
A 塩・こしょう……………少々
しょうゆ……………小さじ1/2

【作り方】
油を引いてミックスナッツを炒めた後、他の食材を炒め合わせAで味付けする。



ミックスナッツのマンディアン

【材 料】(10~15枚分)
板チョコ……………2枚
ミックスナッツ……………適量
ピスタチオ……………適量
ドライフルーツ……………お好みで

【作り方】
① カシューナッツは半分に割り、板チョコを細かく刻んでボウルに入れ、湯煎をしながら溶かす。
② チョコの温度が40℃になったら、冷水が入ったボウルで冷やし、チョコの温度を30℃程に落とす。
③ パットのの上にクッキングシートを敷き、②のチョコをスプーンですくって落とす。
④ チョコの形をならしたら、固まらないうちにミックスナッツ、ピスタチオ、ドライフルーツをのせる。
⑤ 冷蔵庫でチョコが固まるまで冷やす。



組合員から寄せられました

みんなの
レシピ

パスタアレンジレシピ



しじみの豆乳クラムチャウダー風スープパスタ

レシピ投稿者 金沢市 スノウさん

25分 683kcal(1人分)

【材料(2人分)】
 青森県産冷凍しじみ …… 160g 玉ねぎ … 1/2個 豆乳 …… 300ml スナッPEndウ …… 適量
 オリーブオイル …… 大さじ1 ベーコン … 50g 固形コンソメ …… 1個
 すりおろしにんにく …… 小さじ1 薄力粉 …大さじ1 スパゲッティ … 200g

【作り方】
 ①.玉ねぎは薄切りに、ベーコンは1cm幅に切る。
 ②.鍋にオリーブオイル、①、すりおろしにんにくを入れて炒め、しじみを加えて火を通す。
 ③.玉ねぎがしんなりしてきたら薄力粉を入れて混ぜる。
 ④.コンソメ、豆乳を入れて15分程煮込む。
 ⑤.鍋に湯を沸かし、スパゲッティとスナッPEndウをゆでる。
 スパゲッティは目安のゆで時間より1分程早く取り出し、④に加える。

青森県産冷凍しじみ
160g
(次回4月3回)ゆとりぎ+
397円(税込)

20分 390kcal(1人分)

【材料(3人分)】
 co-op イタリア産あらごしトマト … 300g
 co-op 国産豚みそステーキ …… 8枚
 トマトケチャップ …… 大さじ2
 スパゲッティ …… 150g
 えのき …… 300g 粉チーズ …… 少々
 パセリ(粗みじん切り) …… 少々

co-op 国産豚みそステーキ
120g(4枚)
(次回4月3回)430円(税込)

【作り方】
 ①.えのきは石づきを切り落として半分にし、根元をほくしておく。
 ②.解凍した豚みそステーキを食べやすい大きさに切る。
 ③.鍋に湯を沸かし、スパゲッティをゆでる。えのきも一緒にゆでておく。
 ④.フライパンで②の両面を焼き、あらごしトマト、トマトケチャップを入れて混ぜる。
 ⑤.③の水気を切り、④に加えて混ぜ合わせる。(味をみて足りないようならケチャップで調える)
 ⑥.器に盛り付け、仕上げに粉チーズとパセリをかける。

豚みそステーキで
スパゲッティ

レシピ投稿者 金沢市 coop母さんさん

パスタを減らして
えのきでかさ増しして糖質カット



おおきな肉だんごパスタ

レシピ投稿者 内灘町 春&ママさん

15分 649kcal(1人分)

【材料(1人分)】
 スパゲッティ …… 100g
 co-op おおきな肉だんご …… 1袋(125g)
 粉チーズ …… 適量
 パセリ(粗みじん切り) …… 適量
 小松菜 …… 20g

【作り方】
 ①.小松菜はゆでて、食べやすい大きさに刻んでおく。
 ②.鍋に湯を沸かし、スパゲッティをゆでる。
 ③.おおきな肉だんごをパッケージの表記通りに加熱する。
 ④.①と②を和えて器に盛り付け、③をのせる。
 ⑤.仕上げに粉チーズとパセリをかける。
 お好みでめんつゆなどを加えても。

co-op おおきな肉だんご
125g×2袋
(次回4月3回)462円(税込)

みんなのレシピ大募集

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 「発酵食品・腸活レシピ」
 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

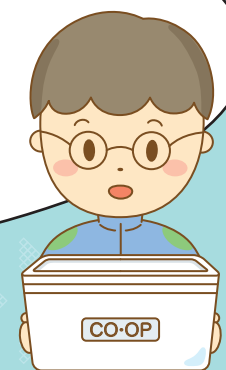
あんあんニュース

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。

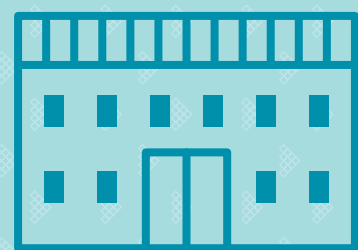
生協では安全な商品をお届けするため
品質管理を徹底しています！

今回の
テーマ



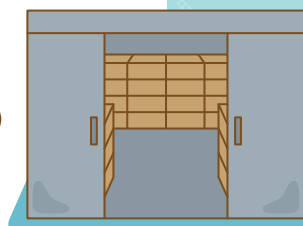
生協では気温や湿度が高くなる5月～8月の4ヶ月間を「品質管理強化月間」として
食中毒やお申し出の発生を防ぐため、特に以下のポイントに注意して品温管理・農産物の品質管理などを行っています。

メーカー・取引先



チェックポイント1 入荷時

入荷した商品を3つの温度帯
(常温・冷蔵・冷凍)に保たれた場所へ
仕分けします。



冷蔵・冷凍品が
基準の温度を超えていないかチェック！

チェックポイント3 農産物の袋詰め

規格に合わせて袋に詰めていきます。
結露が生じたり土埃などの混入を防ぐため
農産品に応じて作業エリアを分けています。



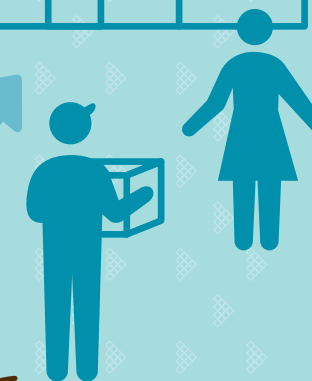
傷みや腐り、カビが生えていないか
などをチェック！



組合員



組合員の
お宅へ出発！



物流センター・青果センター



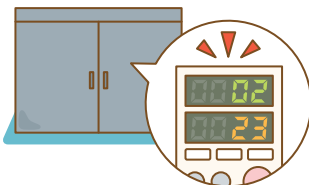
各生協の配送センター



いろいろな方法で
厳しく管理して
いるんだね

チェックポイント2 一時保管

冷蔵・冷凍品は温度が管理された部屋
(冷蔵室・冷凍室)で保管。また農産物はそれぞれが
適温で保管できるよう工夫しています。



寒さに弱い
農産物は毛布を
かけることも



冷蔵室や冷凍室の温度設定が適切か
どうかを定期的にチェック！

チェックポイント4 仕分け

組合員ごとにそれぞれの温度帯で注文
分け、つぶれないよう重いものや大きな
順番にシッパ（保冷箱）へ詰めていき
蓄冷剤は気温に応じて入れる
枚数を調整しています。

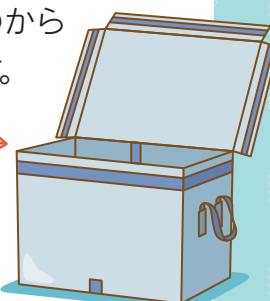
冷凍品は仕分け後、Zパックと
よばれる大きな保冷箱に入れる



商品を詰める前に通い箱やシ
ッパ・蓄冷剤に
汚れ・破損がないかをチェック！



商品を
ものから
ます。



チェックポイント5 お届け

冷凍品はシッパ（保冷箱）に移し替えます。



冷凍品を移し替える際に
溶けていないかをチェック！

不在置きの場合には
帰宅時間に合わせて蓄冷剤や
ドライアイスの量を調整



生協からのお願い

- 1 いつもより帰宅時間が遅くなる
ときは生協へ連絡を。
- 2 冷蔵・冷凍品は早めに冷蔵庫へ。
- 3 常温品でも熱源の近くや湿気の多い場所に置かない。

各生協の
連絡先は
こちら



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！

これから

今回の地震で自分も周りも今までとは変わりました。これまでも割と買い置きをしていましたが、より一層、非常時のことを考えるようになりました。コープは便利な品や買い置きに適した商品があるので活用していきたいです。まだ大変な思いをされている方もいる中で、自分に何ができるか考えながら、でも自分や子どもの日常も大切にしながら毎日を過ごしていこうと思います。

羽咋市 とまと

必ず！

被災地に寄り添っていただいた県外の生協職員の方々に感謝しかありません。ありがとうございます。能登は、負けません。必ず復活します。

羽咋市 さと

非常口

3歳の息子が「非常口」にハマっています。いつでもどこでも、いきなり非常口のピクトグラムのまねをし、出先では必ず非常口がどこにあるか探します。非常口には「避難口誘導灯」と「通路誘導灯」の2種類があることをご存じですか？私は息子のおかげで知りました。本当に子育ては予想外で学びが多いと実感する今日この頃です。

金沢市 ともま

春休みの強い味方

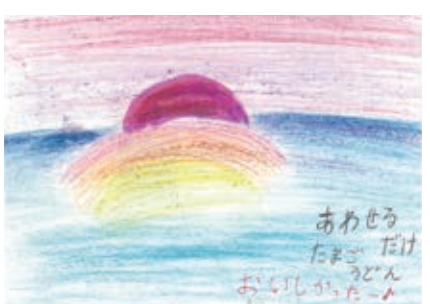
もうすぐ春休み。子どもの幼稚園の春休み期間は給食がないのが悩みの種…。そんなときコープさんの冷凍食品が強い味方です。今年もコープさんの力を借りて乗り切りたいです。

かほく市 ゆきママ

絵本

「はるさんと1000本のさくら」（作・ただのぶこ）という絵本を読みました。はるさんを含め、10人のおばあさんたちが植えた1,000本の桜の苗木。そして、100年後に広がる景色。目先のことにとらわれてしまう日々だけど、もっともっと先のことを考えよう…とメッセージをくれた絵本です。

金沢市 パンプキンママ



金沢市 ライオン丸

自分のできることを

テレビで能登半島地震のニュースを聞くことが少なくなりました。時間の経過とともに、段々と日常生活に戻っている自分。今なお大変な毎日を過ごされている方々がいることを忘れず、自分にできることを少しずつでもできればと思います。

加賀市 りんご

ありがとう

1月10日（水）、12月末に注文した品が届きました。わが家への道路状況は一時通行止め状態だったので、配達職員の方は大変なご苦労をされ、感謝でいっぱいでした。その後も毎週届くありがたさに、心より事故のないようにと祈りました。能登、石川、皆、笑顔の花が咲く日もそろそろかと思ひ、感謝と皆さまの健康をお祈りします。

七尾市 みいばあ

ケーキ作り

昨年末、6歳と4歳の息子と一緒にケーキ作りに初めてチャレンジしました。生クリームを絞る際、お店のケーキのようにはうまく絞れず、長男は悔しくて泣き出してしまいました。先日リベンジしてみましたが、スポンジがうまく膨らまず私が落ち込んでいると、長男は「お母さん、ケーキおいしいよ」と励ましてくれました。ケーキ作りで笑ったり泣いたり、息子の成長を感じることができます。3月は私の誕生日。息子たちのどんな姿が見られるのか楽しみです。

金沢市 苺ママ



中能登町 山ばあば

早く普通の生活に

1月の大地震。隣近所は全壊、停電、断水。今も避難所から、仕事や家の片付けの日々。その中でも運営をしてくれる方、県内外の支援の方々には感謝の毎日です。私たちもいつまでも甘えてばかりではられません。配膳、掃除と動き出し、会話や笑顔も弾むようになりました。コープの宅配も個人で続けることにしました。もうしばらく避難所暮らしですが、1日でも早く普通の生活にと願っています。

七尾市 ノエル

生協のカatalog

輪島市の実家が倒壊し、両親が私たちの家に避難してきました。家がなくなったショックや慣れない同居生活で気を遣いながらの生活で元気がなかったけど、今では生協のカatalogと一緒に見て注文して、「これおいしいよ、また注文しようね」など食欲も出てきたようで良かったです。コミュニケーションのきっかけが生協のカatalogだったので感謝です。

羽咋市 ちょびすけ

新幹線

最近、よく新幹線を見かけます。見ただけで心がウキウキします。いくつになっても心ときめくって幸せだなあ。春って季節のせいかなあ。

加賀市 ちょこひ



シールの活用

私は生協のシッパー袋に付いてくるシールをきれいにはがして、コロコロ粘着テープの代わりに使っています。コロコロより小さいので、細かな所のゴミが取れて便利です。

小松市 ゆかりん



金沢市 すー(10歳)

歩数を数える

私は歩いているときに無意識に数を数えてしまう癖があります。ゴミを捨てに行くとき、家からゴミステーションまでは180歩。仕事場までは1,800歩。家の階段は13歩(13階段)。その日その日のコンディションで違いが出るような気がします。結果、歩数が少なく到着するとヤッターと自己満足。私がこんな発見をしたのは、民舞、マーチング指導などの足さばきで数を数えることが始まりのようです。1人で歩くときに無意識に数を数えるのって、私だけ？

金沢市 Y.S



かほく市 まーさん

冷たいご飯

硬くて冷たいご飯が大好きです。ほかほかのご飯もおいしいけれど、冷えて硬くなったご飯の歯応えや味が大好き！でも、誰も共感してくれませんか(笑)。おいしいのになー。冷たいご飯に冷たいカレーは最高！冷たいご飯にコープのごま昆布も最高！お試しあれ(笑)。

志賀町 ななちこ

湿気た煎餅

バリバリと食べる硬い煎餅も好きですが、もっと好きなのが湿気た煎餅！歯で引きちぎって食べる。これがおいしいのです。変ですか？

羽咋市 イナちゃん

次回のテーマトークのお題は

傘

3歳までずっと母ちゃんを独り占めしてきた息子に転機が訪れた。妹の出現だ。「赤ちゃん生まれるとき母ちゃんおらんくても大丈夫！」と張り切っていたものの、予定日より1カ月以上早くの出産となったため母子ともに心の準備もできなまま離れ離れに。ありがたことに娘は3時間のスピード出産、隣に息子がいない初めての夜は淋しいようで快適であった。一方息子も、始めは「母ちゃんに会いたい」と泣いていたようだが、アイスをくれる祖母が来るとあっさり泣き止んだ。順応性の高さは母親譲りだ。

退院後は、妹に「おっぱいあげるよ」と自分の服をまくりあげたり、「よだれふくね」とガーゼで顔中こしこしたり、思わぬお兄ちゃんっぷりを発揮してくれた。しかし、妹中心の生活に不満が募つてくると「お腹に戻れ」と暴れ出し、そのたびに息子を怒鳴ってしまい自己嫌悪の日々。

娘が寝た後に息子を抱くことになり微笑むので「なんでそんなに可愛いのか？」と聞くと、「母ちゃんに可愛がつてもらうためや」と一言。面白いのと愛おしいので、思わずぎゅっと抱きしめた。

母と子

書き人 さつまいも

まど

とらいあんぐる
モニターによるエッセイ

Q 玉ねぎを冷蔵で届けられると傷むのが早くなります。常温にしてください。



A 玉ねぎは、通常なら
常温管理で大丈夫なのですが、
新物が出回る春～夏にかけては
品温管理に注意が必要になります。

新物の玉ねぎは水分を多く含むため、少々の温度変化ですぐに中から腐ります。また貯蔵品と違い、低温で寝かせていない(仮死状態にしていない)分、原料そのものが元気でいきいきしており、芽が出やすい状態にあります。
そのような劣化をできるだけ防ぐために低温を保つ必要があり、新物を企画する4月～6月は保冷剤を入れてお届けしています。届いた商品は袋から出し、一度状態を確認するとともに外気にさらしてください。お届けまでは冷蔵保存されているため、外気温との差で出る水滴を放置しておくとかびが発生する原因にもなるので、袋から出して新聞紙などに包んで保管してください。新物なら冷蔵庫の野菜室での保管もおすすめです。

Q 「CO-OP ポークウインナー」が以前より油っぽく、もう少しヘルシーに改善できないですか？

A 肉質のあらびき感が増したことで油っぽく感じられたものと考えられます。

ポークウインナーは商品を製造していた工場の老朽化により製造が困難となったため、製造メーカーを変更して2023年の10月より商品リニューアルとなりました。リニューアルの内容は
●アレルギーの「卵」が無くなり、7大アレルギー不使用になりました。
●工場内で特定原材料を使用していないので、アレルギーが混ざる可能性「コンタミネーション」も発生しません。
●工場内の衛生管理レベルと製造技術の向上により、賞味期限が以前の15日から30日に延長されました。
●調味料(アミノ酸など)添加が無くなり、添加物表示が無くなりました。
などで、より品質にこだわった商品となりました。ご指摘はメーカーに伝え、改善や今後の商品開発の参考にさせていただきます。

コープいしかわの姿

2023年4月1日～2024年1月31日

	予算	実績	前年
宅配事業供給高(億円)	125.9	119.6	122.9
店舗事業供給高(億円)	33.7	35.4	31.6
経常剰余金(億円)	1.0	1.3	1.8

出資金:75億9,577万円(UP 2,977万円)

組合員数:168,139人(UP 188人)

(カッコ内は前月比)

1月度安全確認情報

(12月21日～1月20日 検査結果判明分)

検査名	検査実施数
新商品事前	188品
定例企画商品	191品
残留農薬検査	6品

組合員の環境貢献度(2月度)

商品カタログ回収率 **84.8%**
注文書袋・保冷箱内袋回収率 **31.3%**

理事会だより

2023年度 第9回 2月29日(木)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

1.1月度事業・経営報告 承認の件

- 1月1日(月)に発生した「令和6年能登半島地震」を受け、災害対策本部を設置し、役職員の安否を最優先に対応し、被害状況などの情報収集、事業継続や自治体向けの物資支援など、日本生協連のサポートやコーディネートを受けながら継続して取り組みを進めました。
- 組合員へ「被災者支援応援ボランティア」の登録募集について、1月29日(月)よりコープいしかわホームページにて事前登録の呼びかけを開始しました。また、配送中止によりお届けできなかった冷蔵商品や野菜、卵などの生鮮食品を、いしかわフードバンク・ネットを通して、こども食堂に全量お渡ししました。

2.コープ北陸事業連合への資金貸付の件

3.2023年度(第14回)コープいしかわ地域活動助成金採択団体及び助成金額 承認の件

報告されたこと

- 1.令和6年能登半島地震に関する対応について
- 2.第25回通常総代会運営方針について
- 3.第25期春の総代会議開催要項について
- 4.NPO法人 リエラ並びに災害NGO結への寄付について
- 5.所在不明組合員の整理に関する取り組み状況について

コープ農園 登録募集

トマトコース ご協力:JA小松市様/株式会社コーミ様

ケチャップやパスタソースなどの原料となる真っ赤な「加工用トマト」のプランター栽培に挑戦してみませんか？
8月に、収穫したトマトで、みなさん集まってケチャップ作り体験を行います。「JA小松市のとまとケチャップ」がどのようにしてできるのか、栽培とケチャップ作りを通して、商品ができるまでの楽しさや苦労、収穫の喜びを体験しましょう。

準備物 プランター(20ℓ以上のサイズ、深型タイプ推奨)、培養土(20ℓ以上)、支柱、ひも
※家庭菜園などの園芸農地がある方は、そちらでの栽培を推奨します。その場合は、「支柱、ひも」をご準備ください。
お届け 5/11(土)
トマトの苗・肥料セット(育て方資料付)

定員 30口(1家族1口まで) ※応募者多数の場合は抽選。
申込締切 4/13(土)
当落案内 4/15(月)週
※コールセンターからの受付はできません。

お申し込みはこちら



企画コード:42-N

お米コース

ご協力:株式会社ぶった農産様

コープ農園お米コースは、「水田体験コース」と「バケツ稲体験コース」があります。

「水田体験コース」は登録した組合員やその家族が田植えから稲刈りまでの農作業を体験し地元の食や農に親しむ取り組み、「バケツ稲体験コース」は自宅で稲の栽培を体験し、楽しさや苦労、収穫の喜びをおうちで体験できる取り組みです。

水田体験コース

会場開催

登録料 1口 3,000円(税込)
※宅配利用代金とあわせて8月に引き落としとなります。
※1口あたり5kgのゆめみづほを宅配します。(9～10月)
農園場所 野々市市上林町内 ※ぶった農産園地内。
予定 田植え 4/27(土) → 草取り 6/1(土) → 稲刈り 8/24(土)
※作柄や天候の影響により開催日を変更する場合があります。
詳細は4/15(月)週に当選案内と一緒に発送します。
定員 30家族 ※応募者多数の場合は抽選。
※お申し込み時に希望口数をお伝えください。
申込締切 4/13(土)
当落案内 4/15(月)週
※コールセンターからの受付はできません。

お申し込みはこちら



企画コード:34-L

バケツ稲体験コース

参加費 無料
準備物 バケツ(10～15ℓサイズ)、土(田や畑、庭、山などの土)
※土をホームセンターなどで購入の場合は、黒土、赤玉土(中粒)、鹿沼土(小粒)を購入し、6:3:1で混ぜ合わせてください。他にも代用できる土があり、詳細はバケツ稲セット内マニュアルに記載があります。
お届け バケツ稲セット
①種もみ・肥料 ②栽培マニュアル ③お名前シール
※4/22(月)週に当選案内と一緒に発送します。
定員 150口(1家族3口まで) ※お申し込み時に希望口数をお伝えください。
申込締切 4/13(土)
当落案内 4/22(月)週
※コールセンターからの受付はできません。

お申し込みはこちら



企画コード:34-M



コープいしかわ復興支援ロゴできました

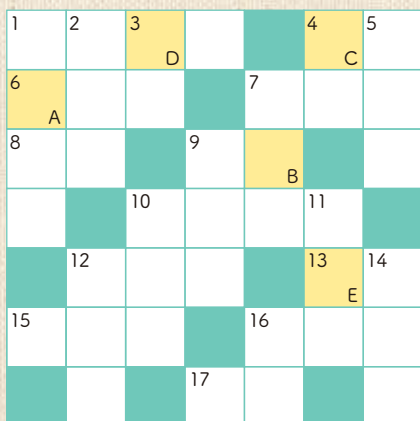
負けとられん! 能登を笑顔に

のとセンター職員がアイデアを出し、地元方言での石川らしさと災害から立ち上がる気持ちを表しています。

みんなでひとつになって能登を大事にしていくことを表して、コボ丸が能登半島を大事に抱きしめています。

CROSS WORD PUZZLE

□の中の文字をA～E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 **4月21日(日)**

たてのカギ

- 1個ずつ売ること
- カシューナッツの原産地は
〇〇〇とベトナム
- 家の裏口、後ろの方
- 〇〇と民で協力
- きれいな小川に泳ぐ小魚
- 〇〇〇ご飯を常備

よこのカギ

1. ナッツのおいしさを引き出す
〇〇〇〇方法
4. 鶴は千年、〇〇は万年
6. 土地。ニュージー〇〇〇。
スコット〇〇〇
7. 目の周りが黒くて丸々とした動物
8. 「独活」と書く山菜
9. 今年の干支
9. 2人で〇〇〇を組む
10. 民衆によって伝えられた話
11. しほ模様の甘い野菜
12. 「蜻蛉」と書く昆虫
14. ファッション〇〇〇
16. 「生〇〇、生米、生卵」を早口で

応募総数 **790 通**正解 **782 通**

2月号(2月5日発行)の答は
「アーモンド」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.289》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。

- ☐ 特集 令和6年能登半島地震 ☐ 特集 ナッツパワー ☐ みんなの広場
コープいしかわが取り組んだこと ☐ みんなのレシピ ☐ 組合員の声Q&A
☐ 産地・メーカーをたずねて ☐ あんあんニュース

※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(6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
Instagram・フェイスブック**



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 (9:30～20:30)