

5月17・18日

「復興支援・地産地消フェスタ in 牧野林」開催



支援ライブ250回以上という「仮設の歌姫」奥野ひかるさん（大阪在住）も登場。パワフルで心に響く歌声と爆笑トークで大盛り上がり！

長い行列が！
沿岸直送のぼやや牡蠣に



「沿岸をはじめ、岩手のものをみんなで利用して復興支援を！」と、今年もベルフ牧野林で地産地消フェスタを開催。沿岸からの27団体を含む72団体が出店し、2日間で1万8千人が来場し大いに賑わいました。9月にコープアテルイ、10月にコープ一関コルザでも開催する予定です。



沿岸の商品を買って食べて復興を支援！



いわて生協の復興支援活動

グループ活動の費用を補助

4・5月度は24グループに 39万6千円

おしゃべりしたり、何か活動することが、気晴らしや生きがいづくりにつながるように…。

年数回のお茶会では、「みんなで食べるおもしろいね」と話も弾みます。



パッチワーク作品の数々。秋の山田町芸術祭へ初出展をめざします。

支援に感謝しています

「後楽女会（山田町）」のみなさんより

震災から一年が過ぎ、「苦しみから脱出できるのでは…」と始めたパッチワーク。針一本さえ不足している状態から、回を重ねてご支援いただき、用具や布などを少しづつ揃えることができました。楽しく語り合いながら創る喜びを味わうことができ、会員一同感謝しております。



- ①被災された方々（内陸に避難された方も含む）が5人以上集まって行うサークル活動やお茶会、一日講習会などが対象。
- ②材料費・会場費として、1回に付き2,000円を上限に、1か月3回まで補助。
- ③代表者は、いわて生協組合員に限る（ほかの参加者は組合員でない方もOK）。
- ④2015年3月20日までの予定。
- お問い合わせ・お申し込み先
組合員活動チーム☎019-603-8299（月～土曜 9～18時）

3行レシピ集③を発行♪

「被災地でくらす方々に、食べることを大切に、健康に過ごしていただきたいね」と、手軽に作れるレシピをこ～ぷ委員会から募集し、昨年「3行レシピ集」①②を発行。合わせて5,500部をふれあいサロンなどで配布し、よろこばれています。このたび第3集が完成し、沿岸のコープ総代会で400部を配布。今後、「にこちゃん号」や「ふれあいサロン」でも配布していきます。



「本当に簡単！男の人にも立つね」と、けせんコープ総代会後に、けせんコープのみなさん。

2014年
4・5月の
活動報告



おたより紹介

前号特集「東日本大震災から3年」に寄せられた120通もの感想の中から3通をご紹介します。

被災も多かったけれど、これから！



山田町 小成涼子さん

いわて生協の支援活動が多方面からいろいろな形でされていることをあらためて知り、心に深く残りました。震災後に温かい食事を支援していただいた写真に、

温かい食事で一瞬でも笑顔になれて、「食の力ってすごいな」と思いました。

私は、避難所や知人の家などで1週間ほどお世話になったのち、九州の実家へ帰りました。半年後に山田町に戻り、仮設住宅に入居しました。「ひなまつり」や「クリスマス」には、心のこもったメッセージ付きカードをいただき、うれしかったです。

これから岩手県のために、県民が一丸となって盛り上げ、「今までの岩手以上に発展・復興していけたらいいな」と思いました。被災も多かったけれど、このこともからの“力”にしながら、みんなでがんばっていきましょう！

私も前向きに！

二戸市 大崎睦恵さん

復興には、まだまだ時間がかかると知り、自分がままでできる事を協力させていただこうと思いました。前を向いて歩いているみなさんの様子に、私も前向きに取り組まなければと反省してます。子どもが大好きなお魚を食べられるのは、沿岸地域のおかげです。ありがとうございます。

あらためて、心せねば 宮古市 西澤昭子さん

震災後、3年が経ち、電気や水の大切さがあろそかになってきた気がします。あらためてあの日の事を思い出し、心せねばと思いました。

今年度の「東日本大震災支援募金」
142万8,258円（3月21日～5月20日）

●今年度の「復興支援基金」活用状況（3月21日～5月20日）

支援内容	費用
被災地でのふれあいサロン	185万9,616円
バスボランティア	43万4,167円
グループ活動補助	45万9,979円
リフレッシュツアーバス代	22万2,210円
被災地での自主企画	5万5,711円
その他	1万6,963円
計	304万8,646円

- 2013年度までの3年間に寄せられた募金は7,554円で、2011年5月に2,000万円を岩手県へ義援金として贈呈し、残りを「支援活動基金」として支援活動に活用してきました。この3年間で支援活動に活用した「支援活動基金」は6,786万円でした。
- 2013年度は、1,160万円の募金が寄せられ、2,046万円を支援活動で活用しました。

「ふれあいサロン」継続のため、
身近にできる支援“キット作り”

沿岸6市町村と内陸2市で毎月54回開催している、お茶飲みと交流の場「ふれあいサロン」。中でも人気の活動は“手芸”で、材料キットの準備もサロソリーダーやこ～ぷ委員がしています。今後もサロン活動を続けるため、「キット作りに協力いただけるボランティアを募集しよう」と説明会を開催。内陸の7会場に79人が参加し、「沿岸まで出向くのは時間的にむずかしいけど、これなら手伝える」という方もいて、一関コープでは「くらぶ」として活動がスタートしました。あなたも身近にできるボランティア、始めませんか？



5月19日、盛岡会場では13人が、ティッシュカバーなど3品のキット作りを体験。「これなら私もできるね！」と。

キット作りボランティア募集！

- 布の裁断、パーツの仕分け、材料のセットなど。
- 「くらぶ」での活動、コープ企画への参加、自宅での作業など、ご都合のいい形でご参加ください。

「くらぶ」って？

- ①組合員4人以上で集まり、くらしの願いにそって自主的に活動するグループ。年6回以上開催が条件。
- ②「くらぶ登録書」を提出すると、活動費（年間8,000円）の補助を受けられます。

お問い合わせ・お申し込み先

組合員活動チーム

☎ 019-603-8299（月～土曜 9～18時）

引き続き、支援活動を支える募金にご協力ください！

店舗 店内に設置している「募金箱」へ！

共同購入 1口100円



●OCR注文書での募金

注文書の左上の募金欄に口数を記入すると、その週の商品代金といっしょに募金ができます。

●募金の「利用登録」もできます！

毎週 2 5 1 9 9 9 隔週 2 5 2 9 9 9

共同購入注文書の6桁番号記入欄に、上記の番号と口数を記入すると、来年3月20日まで自動的に募金に協力できます。

「コープアクション募金」から2,299万円いただきました

日本生協連が全国の生協に呼びかけた「コープアクション募金」から2,299万円を、この4月にいただきました。この募金により、今年度の支援活動の費用のメドが立ちました。しかし、今後も何年間か支援活動を継続していくためには、まだ資金が必要です。引き続きみなさんの募金へのご協力をお願いいたします。

原発の“再稼動”あなたはどう思う？

政府は今年4月、民主党政権の「2030年代に原発ゼロ」の方針を転換し、「原発の再稼働・推進」を決定しました。福島の事故はいまだに収束の見通しが立たないなど、原発には多くの問題があります。原発の“再稼動”、あなたはどう思いますか？

政府は「原発推進」を明言

政府がこの4月に閣議決定した「エネルギー基本計画」では、原発を「重要なベースロード電源（電気を安定的に供給する電源）」と位置づけ、「原発の再稼働をすすめる」と明記。原発の新・増設も盛り込まれています。一方、原発の重要な代替手段である「自然エネルギー」については、具体的な計画が示されていません。

政府は原子力規制委員会で安全性が確認されれば、再稼働を認める方針です。しかし、原子力規制委員会の規制基準は活断層の基準が甘いなど「抜け穴」だらけ。さらに「基準を満たしても安全が保障できるわけではない」と、規制委員会の委員長は繰り返し発言しています。



生協花子さん

使用済み核燃料を再処理して使う「核燃料サイクル」についても推進を明記した。六ヶ所村や高速増殖炉「もんじゅ」の再処理工場もトラブル続きで動いていないのにね。2011年までの45年間で、「核燃料サイクル」に投じられた費用は少なくとも10兆円と言われているよ。

原発事故は終わっていない

原発事故から、3年が過ぎても福島では汚染水の処理もままならず、事故収束の見通しも立っていません。いまだに13万人以上が避難し、帰還のめどが立たない地域もあります。岩手の県南地域でも、除染後の放射性廃棄物の処理がほとんど進んでいません。

いわて生協は、脱原発・自然エネルギーへの転換を求めています

2011年9月の定例理事会で決めた「原発問題とこれからのエネルギー政策」の見解を、今年5月の定例理事会で見直し、以下のように決定しました。

- ①原発事故を二度と引き起こさないためにも、「エネルギー基本計画」を撤回し、原発の再稼働、核燃料サイクル推進は中止すべきです。
- ②原発に代わり、自然エネルギーの急速な普及・拡大を求めます。
- ③私たち自身も、過度に電気に依存した生活を見直し、低エネルギー社会への転換をすすめていくとともに、自然エネルギーの活用をすすめるための取り組みにも協力や努力をしていきましょう。



原発は発電コストが安いし、再稼動しないと電力不足になるのでは？

「原発は発電単価が安い」と言われています。しかし、福島原発事故の損害費用などが少なく試算されており、今後も上がり続けると言われています。原発を再稼働したからと言って、電気料金が上がらない保障はありません。

■1キロワットの発電コスト (2012年12月の政府のコスト等検証委員会の報告より)

発電施設	原発	石炭火力	天然ガス	風力
発電コスト(円)	8.9	9.5～9.7	10.7～11.9	9.9～17.3

現状の試算ではすでに12円を超えていて、今後も事故費用の増加で上がり続けると言われています。



昨年の秋以降、48基の原発すべてが運転を停止しているけど、電力はまかなえているわ。電力需要が最も高まるこの夏も、なんとか電力はまかなえることが経済産業省の委員会でも報告されているよ。

■世界の発電施設では再生可能エネルギーが急速に拡大！ (2002～2013年)



2009年からの4年間で、風力の発電のコストは53%、太陽光も25%も低下。逆に、原発や火力のコストは増加しています。

「反対の声」を岩手県・国会議員へ届けよう！

前号に寄せられた声 「声」を伝えよう 立花静枝さん(盛岡市)

前号で田老町漁協組合長の小林昭榮さんが「残念なことは風評被害」と話されていましたが、放射能被害はまだまだ続いている以上、風評ではなく実害だと思います。福島の原発事故が解決していないことを忘れてはいけません。原発廃止を求める声は、政府に伝えていく必要があると思います。

声カード の入手方法

店舗 特設コーナーにて

共同購入 各センターへ連絡

ホームページ PDFをダウンロード

締切
7月末日

提出は「店舗サービスカウンター」または「共同購入班担当」へ。





㈱クラブコスメチックス
コーパス化粧品担当
齋藤真理さん

考えたいね！ 子どもの紫外線対策

紫外線って？

太陽光線のうち、波長が短くエネルギーの高い光が紫外線(UltraViolet)で、地上に届くのは「紫外線A波(UVA)」と「紫外線B波(UV B)」の2種類。どちらも日焼けなど肌に悪影響を与え、一年中降り注いでいます。紫外線対策は「夏に限らず一年中」行なうことが大切です。

UVA 肌の奥深く真皮まで届き、皮膚の老化を引き起こす。雲やガラスを透過するため、くもりの日や室内でも肌に影響を与える。

UVB 皮膚の表面に届き、皮膚に炎症を起こす。日焼けを起こし、シミや皮膚がんの原因になる。

どんな影響があるの？

以前は「日焼け＝健康的」とされていましたが、この20年で紫外線の量が増え、特に子どもへの影響が懸念さ

れるようになりました。母子手帳の『日光浴のすすめ』という項目も、1998年に削除されています。

急に日焼けした場合、炎症を起こし、やけどのようになる場合もあります。また、日焼けを繰り返すと、将来的に皮膚がんを引き起しだしたり目を痛めることも。若いころに紫外線を浴びるほど、大人になってシミやシワ(光老化)が出やすくなるので、若いうちから紫外線対策が必要です。

対策はどうするの？

特に、子どもの皮膚は薄く、バリア機能も弱いため、右のような対策をとりましょう。「紫外線を気にして外で遊ばせない」のではなく、「紫外線が多少あっても十分に遊べる工夫」をしっかりと。子どもにも「紫外線を浴びないようにしようね」と教え、家庭全体で意識を高めていきましょう。

紫外線対策はコレ！

①肌を露出する際は必ず日焼け止めを!



「コーパスUVベーススクリーム」は、無香料・タルク系色素・紫外線吸収剤無配合で、親子で使えます！

②日陰の紫外線量は日中の半分。外で遊ぶときはできるだけ日陰を選ぶ。

③日差しの強い10時から14時までの時間帯は、外での活動を控える。

④必ず帽子をかぶる。洋服の素材は、編み目が詰まった綿やポリエステルがおすすめ。



⑤しっかり保湿して肌状態を整える。

「コーパスキンローション」なら、植物性保湿成分でうるおいたっぷり。親子で使えます。

㈱クラブコスメチックスさんより特別プレゼント！応募方法は14ページをご覧ください。



呼吸法を意識しながら集中…。



短時間でも
ポーズは
バッチリ！



レッスン後はティータイム♥

■ハピママコーブのお問い合わせは、組合員活動チーム
☎019-603-8299（月曜～土曜 9時～18時）へ。

■今後の企画は、「子育てブログ」を見てね！

いわて生協 ハピママ

検索



0歳から3歳児を子育て中のママたちにハッピーな時間を届けたいと、4月にスタートした新企画「ハピママコーブ」。ボカボカ陽気に包まれたこの日、「太陽と月のYoga」代表の田村佳世さんを講師に、「産後ママのためのヨガ」を開催しました。10組の親子が参加し、無理なく楽しくヨガを体験しました。

呼吸を意識しながら、頭から肩、足、背骨をストレッチ。参

加者の半数以上はヨガ初心者でしたが、心地よく体を伸ばすことができました。妊娠中は胎児に圧迫され呼吸が浅くなりがちですが、産後はゆっくり深い呼吸を意識することで、心のざわつきもコントロールできます。「授乳で丸くなつた背中を伸ばして気持ちよかつた」「体がスッキリした」と、産後ママたちも大満足の一日となりました。



「産後ママのためのヨガ」

5月14日 ベルフ青山2階にて



イニフォメーション

商品のお知らせ

「食品産業もったいない大賞」で受賞

バイオマス資源総合利用促進協議会による「第1回食品産業もったいない大賞」で、いわて生協が、審査委員会審査委員長賞を受賞しました。岩手県産の食材を「地産地消」「産直」として積極的に開発・利用することで輸送・保管エネルギーを削減し、地域振興にもつなげていることなどが評価されました。

後列左から2人目が、環境事業推進室室長の丹野俊一。



「マイバッグ持参の日」の レジ袋節約率は93%！



いわて生協では、日ごろから「レジ袋節約（マイバッグ持参）」を呼びかけており、2013年度のレジ袋節約率は全店平均で54%でした。6月5日の国連が定める「世界環境デー」にさられるレジ袋節約をめざして取り組み、昨年の81%を大幅に上回る93%とすることができました。ご協力いただきありがとうございました。

10名様に特別プレゼント



13ページ「楽育しましょ！」の㈱クラブコスメチックスさんより、UVベースクリーム30gとスキンローション（しっとり）150mlをセット（1,700円相当）で。

17ページ下の「応募方法」「あて先」を参照の上、ご応募ください。応募締切は8月5日。

いわて生協の現況
(14年5月20日現在)

組合員数	班員数（個人宅含む）	出資金	供給高	ユニセフ募金
22万 132人 (14年3月20日から2,742人増)	7万3,445人 (14年3月20日から537人増)	77億2,219万円 (14年3月20日から8,185万円増)	61億2,888万円 (14年3月21日からの累計、計画比100.4%)	3万4,843円

環境関連データ
(14年5月度の店舗・
共同購入の回収量、
レジ袋節約)

牛乳パック 「洗って開いて乾かして」	発泡スチロールトレイ 「バキンと割れるもの」「洗って乾かして」	ペットボトル 「すいでラベルを取って」「キャップも回収」	卵パック 「底とフタに切り離し、重ねて」	透明トレイ・ふた 「洗って乾かし、シールははがすか切り取って」	レジ袋節約 「お買い物はマイバッグで」
25万9千枚 (前年比96.1%)	145万4千枚 (前年比77.5%)	25万4千本 (前年比101.2%)	19万9千枚 (前年比101.2%)	3.2トン (前年比75.8%)	107万9千枚 (5月度節約率53.8%)

新発売(5月21日)

coop 餃子

20g×6個

本体 128円 (税込138円)



改善(5月21日)

coop 餃子

20g×16個

本体 255円 (税込275円)

※本誌17ページをご覧ください。

新発売(5月22日)

coop 赤魚醤油麹漬

1切 本体 145円 (税込156円)



coop 目抜醤油麹漬

1切 本体 155円 (税込167円)

製造委託先は「佐勇水産（石巻市）」。一関コープ「つくってみる会」が開発に参加しました。「アイコープ特級醤油」の「㈱内池醸造（福島市）」の醤油麹を使用。利用して復興を応援しましょう。

供給再開(5月1日)

coop 手揚げ

1枚

本体 110円 (税込118円)

岩手県産大豆を100%使用。製造委託先は平安商店（盛岡市）。

アイコープ県産もめん・きぬごし豆腐も製造しています。

再開発(4月29日)

coop 焼肉のたれ

240g

本体 369円 (税込398円)

量目変更(5月1日)

coop ゆきちから冷し中華
スープ付2食

めん240g+
スープ160g

本体 218円
(税込235円)

1食当たりのスープの量目を、100g→80gの適量に変更し価格を維持。

改善(5月12日)

coop おいしい食パン香醇

こうじゅん
6・8枚 本体 170円
(税込183円)

3枚 本体 95円
(税込102円)

小麦粉原料をグレードアップし、価格は維持しました。

製造中止

coop 盛岡じゃじゃ麺 2食入

coop じゃじゃ味噌 35g×2

coop 手揚げ (そふと仕上げ) 1枚

盛岡 しも の ガイド

暑くて食欲がないときの一品。冷やした豆腐を水切りしてご飯に乗せ、ごまやのりなどの葉味と醤油をかけ、豆腐をつぶしながらご飯と混せて食べます！（釜石市 大岡剛次さん）

文化鑑賞会クオレ



第48回例会

桂文珍 独演会

古典から新作落語まで、抱腹絶倒！
あの文珍師匠がクオレに登場です！

8/26(火)
14時～、18時30分～
岩手県民会館大ホール

第49回例会

ANÚNA Concert アヌーナコンサート



浄化と安らぎを与える神秘のケルティック・ヴォイス。

12/3(水)
14時～、18時30分～
岩手県民会館大ホール

☆当日の午前中に、会員限定のワークショップを開催予定。メンバーと一緒にステージで歌えるかも！

- 毎月の会費1,500円（+税120円）で、様々なジャンルの演目が楽しめます。
- 入会はいつでもOK（入会金は1,000円）。
- 託児あり（子ども1人500円・要予約）。
- 宮古・釜石地域からは「例会バス」を運行（有料）。

お問い合わせ・お申し込み先●いわて生協組合員活動チーム
☎019-603-8299（月～土曜 9～18時）

「産直米普及キャンペーン」開催中（7/1～8/31）

親子で参加できますよ♪



千葉星子の

お料理教室

産直品を使った
「ご飯(産直米)にぴったり
あうレシピ」

岩手の旬の野菜&お肉を使った
おかずと、簡単小鉢も作ります。
しかも、デザート付きです！

盛岡	7/25(金) 定員 25人	いわて県民情報交流センター（アイーナ） 6階調理実習室 盛岡市盛岡駅西通1-7-1
北上	7/28(月) 定員 20人	北上市生涯学習センター 調理実習室 北上市大通り1-3-1 (おでんせプラザぐろーぶ3階)
渋民	7/29(火) 定員 20人	渋民公民館（姫神ホール）調理実習室 盛岡市玉山区渋民字鶴塚55
水沢	7/30(水) 定員 20人	常盤地区センター（常盤公民館） 調理実習室 奥州市水沢区台町2-12

時間／10時30分～13時30分

参加費／ひとり 500円（材料代）

料理をつくって・
食べて・交流し、
後片付けまで

※小学生以上のお子さんは参加可能です！

※定員になり次第、受付を終了します。

お問い合わせ・お申し込み先●いわて生協事業本部

☎019-687-1441（月～水・金曜 9～18時、木・土曜 9～17時）

南昌荘だより



あなたの
ステージ発表の場に

涼やかな風を感じながら、約30畳の板の間で
歌や楽器の演奏、朗読、踊りなどのステージ発表をしてみませんか。

約30畳の板の間を無料でお貸しします

- 歌や楽器演奏、踊りなどの発表の場として、昨年は6組の利用がありました。
- 発表なさる方もご覧になる方も、入園料のみご負担いただきます。

期間 7月30日(水)～8月31日(日)
10時～17時（月・火曜日の休館日を除く）

※詳細は、南昌荘までお問い合わせください。

7/11(金)～13(日)	第9回 木夷展(木工展) 呉服展示会～着物美術展～(初日13時から) マルダイ21
7/17(木)～20(日)	第25回 ひつじ工房アドナイ・エレ展 カナンの園 小さき群れの里
7/25(金)・26(土)	古道具きやりこの今昔着物と古裂 こぎれ
7/25(金)～27(日)	雲の夏休み七年目 高橋昌子 白い器展 クラフトマンスタジオ冬扇 玉もたり・とんぼ玉展 西村里美 裕美
8/30(土)・31(日)	古道具きやりこの今昔着物と古裂 こぎれ
9/4(木)～7(日)	刺子の世界～半纏・ハンチング・袋物～ 工房 芳純

南昌荘は、盛岡市の保存建造物・保護庭園で、
いわて生協が所有・管理しています。



四季
彩
弁
当

老舗そば処・東家特製
1,404円(税込)
(そばまたはみそ汁付)
※前日午後3時までに要予約

- 入園料／大人200円(税込)
小・中学生100円(税込)
- 抹茶・コーヒー・アイスコーヒー／各410円(税込) ※いずれもお菓子付
- りんごジュース・みかんジュース／各205円(税込)
- 開館／10時～17時
(最終日の催し物展示は16時まで)
- 休館日／月・火曜日

南昌荘 盛岡市清水町13-46 ☎10台
☎・FAX 019-604-6633



○前号（春号）を読んで

笑顔に釘付け

表紙を見て、産直真崎わかめの生産者のみなさんの笑顔に釘付けになりました。背景の荒々しい海に対し、みなさんの笑顔がたくましさを象徴していました。

盛岡市 工藤真紀子さん

食べてみました！

「アイコープチキンナゲットが生きるまで」の写真を見て、安心して食べられると思いました。ふだん冷凍食品は利用しないのですが、このチキンナゲットを食べてみたら、産直若鶏のむね肉だけあって、おいしかつたです。紫波町のメーカーが製造する『地産地消』の商品であることに感心し、これからも利用したいと思いました。

盛岡市 川原智子さん

奥野ひかるさんに感謝♥

特集に、「奥野ひかるのライブ」の記事がありました。私も先日、近くの仮設住宅集会室で開かれた奥野ひかるさんのライブに行きました。パワー全開＆心温まる内容で感動しました。災害FMで耳にしていた歌声を生き生きと元気をいただきました。仮設住宅での250回を超えるライブを続けている奥野さんに、感謝♥

陸前高田市 須賀由紀子さん

あの時は、助かりました！

東日本大震災の時、幼い子どもをひとり抱え、買い物もままならず困り果てていました。あれほどの大変な状況にも関わらず、2週間ほどで共同購入が再開され、本当に助かりました。今では子どもたちも大きくなり、本誌の「5つのちがい」クイズを解いてくれるようになりました。

◆「特集」へ寄せられたおたよりは、本誌へ

一々紹介しています。ぜひご覧ください。

同感です

「理事会だより」、「秘密保護法など、『戦争ができる国づくり』に向かって動きに反対する声明をあげたとありました。私も同感です。いわ

て生協が平和と組合員のぐらしを守る立場であることを、ありためて認識できました。

盛岡市 梅津ますみさん

これだ！「わくわく便」

86歳になる一人暮らしの父に共同購入を薦めましたが、ピンとこないようす。諦めていたら、前号に「わくわく便」の記事を発見し「これだ！」。みんなが困っているところを力バーンしてくれる生協に感謝！

雲石町 河本裕子さん

◆共同購入の「わくわく便」は、離れて暮らす家族に、いつもの共同購入の商品を全国発送するサービス。詳しくは、共同購入名センターへ。

△ フリートーク

ちょっと後悔？！

先日いわて生協に加入し、初めてお店で買い物しました。品揃えが豊富でお店もきれい！地元の商品も置いてあり、安心して利用できます。なぜ、もつと早く加入しなかつたかと、ちょっと後悔しています（笑）。

八幡平市 佐々木春枝さん

おひこくなつたな♪

わが家は「アイコープ餃子」が大好き。最近ますますおいしくなつて、

応募方法・あて先は
左ページをご覧ください。

図書カード、コープ商品券、共同購入商品値引券
いずれか1000円分を、30名様にプレゼント！

5 クイズ つのちがい

2枚の絵には5つのちがいがあります。ちがうところにあてはまる5文字でできる言葉をお答えください。（ヒント／いろんな味があるね）

ゲ	ア	チ	ウ
ナ	リ	キ	ハ
キ	ガ	ビ	カ
ゴ	イ	レ	オ



楽しい♪
ためになる♪
組合員の活動

県内150委員会800人のこ～ぶ委員が楽しく活動しています。

講師の土屋春代さん（前列左から3人目）と参加者のみなさん。



幼児から中学生のママたち5人で活動している、3年目の委員会です。去年のバナナに続く2回目のフェアトレード学習会は、「ネパリ・バザーロ」代表の土屋春代さんをお招きし、ネパールのことや陸前高田での支援活動のお話を聞きしました。フェアトレード商品のお茶やお菓子を試食し、クーネ化粧品（陸前高田の椿油と真崎わかめが原料）なども試してみました。フェアトレード商品の優しさ・ぬくもり・つながりを感じ、楽しくためになるひとときを過ごしました。（藤田奈緒子さん）

※こ～ぶ委員について詳しくは、組合員活動チーム
☎019-603-8299（月曜～土曜 9時～18時）へ。

6月6日、「フェアトレードを知ろう、食べよう、つながろう」を開催し、20人が参加しました♪

に「ヘコープ そよかぜこ～ぶ委員会

coop 餃子

新発売



20g×6個
本体 128円
(税込138円)



20g×16個
本体 255円 (税込275円)

改善

うれしいです。焼くのはもちろん、揚げ餃子がおすすめ。6個入りもできたので、ちょっと食べたい時にも便利でいいですね♪

盛岡市 西村英美さん

増税の大変さを実感

消費税が8%になり、これまで98円で購入できた商品が軒並み100円を超えた価格になりました。年金生活の身なので、収入は増えません。今まで以上に節約をしていかなければ大変だなど、実感しています。

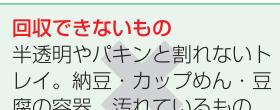
盛岡市 福島勝子さん

先日お店のリサイクルコーナーで、「回収できる発泡スチロールトレイは、パキンと割れるものですよ」と言っている人がいました。このこ

パキンと割れるもの！

とは、もつとお知らせした方がいいのでは？

盛岡市 大沼万里子さん



coop

産直生協びん牛乳
720ml

「朝配達」で
お届け！

個人配達

本体 215円 (税込232円)

量まとめ配達

本体 196円 (税込211円)



盛岡市 東野久美子さん

◆ 「朝配達牛乳」のお問い合わせ・お申しほみは、共同購入各センターまたは共同購入事業部へ。金曜9時～19時半、土曜9時～18時半。

72℃ 15秒間殺菌。
牛乳本来の風味や栄養をそのままお届けできる「びん入り」。

「ゴールデンウイークに帰省した息子。いつものように冷蔵庫から「びん牛乳」を出してコップに注ぐと、グイっとひと飲み。「美味しいんだよね～生協のびん牛乳!!」とんまり。毎回ワンパンターンだけど、今回もやっぱり言っちゃったね!!

美味しいんだよね～！

●抽選日 8月10日

●抽選日までに到着しなかったクイズのご応募は、次号分の抽選対象となります。

応募方法

- はがき、ファクス、Eメール、便せんやメモ用紙（はがきサイズ以上）などで下記のあて先へお送りください。
- 「クイズ」応募の方は、右の応募要件①～⑥を忘れずにご記入ください。
- 「表紙プレゼント」「特別プレゼント」応募の方は、右の応募要件③～⑥を忘れずにご記入ください。

●あて先 「クイズ」または「表紙プレゼント」または「特別プレゼント」の応募先

応募要件

- ①クイズの答え（5文字の言葉）
- ②希望賞品（A図書カード、Bコープ商品券、C共同購入商品値引券）
- ③名前（ふりがな）
- ④年齢または年代
- ⑤郵便番号・住所・電話番号
- ⑥本誌の感想・お店や共同購入への意見や要望・川柳（未発表の自作に限る）・おすすめのコープ商品・「スタミナ回復！若鶏むね肉の料理」のレシピなど。

その他

- ハローコープにいただいた個人情報は、賞品の発送またはご意見・ご質問へのお答えに使用します。
- おたよりの内容は、ハローコープなど生協の発行物に掲載させていただく場合があります（薄謝進呈）。また、そのためにご連絡を差し上げる場合があります。
- ※掲載を希望されない方は、お手数でもその旨をお書き添えください。

はがき	ファクス	Eメール	便せん・メモ用紙（はがき以上）
〒020-0690（住所記入不要） いわて生協広報室 ※郵便番号が変わりました。	019-687-1117	sn.i05797et@todock.jp 件名には「ハローコープ応募」とお書きください。	携帯電話の場合、こちらのQRコードから➡ アクセスできます。

●前号のクイズの答えは「ランドセル」で、応募総数543通、正解536通、当選者は30人でした。表紙プレゼントには143通の応募の中から5人が当選されました。当選者は、いわて生協のホームページ上で発表しています。