



子どもが笑顔になる ＊遊びワザ＊

子どもとどんなことをして遊ぶのか悩むことはありませんか？ 保育園の先生に、おすすめの遊びワザをお聞きました。



社会福祉法人愛育会
愛育ホーム
(盛岡市)
副主任
照井洋美先生

子どもはともかく、年
わたりやすい場所に隠すなど、年

宝さがし

子どもの前に、四つ折りにした
ハンカチなどを頭にさせ、「こん
にちは」と言ってお辞儀をします。
ハンカチが落ちると、子どもはそ
れを見て大笑いします。「ものが
落ちる」のがとてもおもしろいよ
うです。

〇〇落とし

おすすめの遊びワザ

ふだんから家にあるもの、何
気ないものでも、工夫次第で十
分楽しむことができます。誰で
も、どこでも、子どもがすぐに
笑顔になる遊びをご紹介します。

遊びは工夫次第

子どもと遊ぶために、「おもち
やが必要」と思うかもしれませ
ん。でも、既製品は目新しさか
ら最初は喜んだとしても、何度
も繰り返し遊んでいると飽きて
しまいます。

遊ぶ時に大切なのは「ユーモ
ア」です。「宝さがし」なら、目
の前にあるのにわからないふり
をしておどけた顔をしたり、声
のトーンを変えて「あれれ〜」
と言ってみたり。子どもは、ママ
やパパの表情をよく見ています。
おもしろそうにしていると、つ
られてニコニコになります。笑
顔を忘れずに、いっしょの時間
を楽しんでください。



子どもにオススメです。

「抱っこ〜」と言って、突然子
どもを抱っこしてみましょ
う。子どもはみんな、抱っこが大
好き。たった5秒でも、満面の笑
みになります。3歳を過ぎる頃
から抱っこの機会が減る傾向が
ありますので、特に3歳以上の
子どもにオススメです。

いきなり抱っこ

年齢によって難易度を変えてみま
しょう。

ハピママスタッフ おすすめのコープ商品



岩手県産小麦粉(中力粉)

750g 価格 **268円**(税込289円)
風味豊かな岩手県産小麦
100%。うどん、すいとん、お菓子
作りなど幅広く使えます。製造は
株式会社小山製粉(奥州市)。



きんぴら風ごぼう飯の素

230g 価格 **298円**(税込321円)
国産のごぼうと人参をたっぷり使
用。素材の味・香り・食感を生か
した薄味仕上げです。炊飯器で炊
き込むほか、炊いたご飯に混ぜ込
んでもOKです。



3合用



ブライス千穂さん(花巻市)

岩手県産なので安心！薄力粉
と同じように使っています。一番
のお気に入り、夫がルウから
作るカレーです♡



〈調理イメージ〉さつまいも蒸しパン

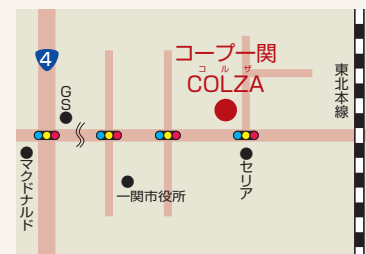


箱崎紗恵里さん(北上市)

炊飯器に入れるだけ。3歳の娘
も喜んで食べるのでハマってい
ます。刻んだ人参を加えて、おい
しさ&量もアップしています♪



〈調理イメージ〉



コープー関 COLZA

一関市石畑3-1
☎0191-26-3331
9:00~22:00 回 330台

生協店舗のほか、生花・クリーニング・
手芸店など6のテナントがある。



ご来店を
お待ちしております！

店長
杉本 和彦

コープのお店めぐり 20
お店のおすすめ情報を店長と地域の組合員さんがご紹介♪

コープー関 COLZA

農産 いわい農産研究会の 産直コーナー



毎月1日は、店頭販売します。
買いに来てね〜♪

いわい農産研究会
葛西 信昭さん

水産 鮮度が自慢。魚屋の寿司も品揃え



魚屋ならではの
新鮮なネタ！

対面コーナーでは、ご要望に応じて身下ろしを承ります。調理
用途にあわせて、半身、開き、切り身などをご用意しています。

惣菜 大人気! 398円弁当

(税込429円)



大きくて肉厚な
「アジフライ」。
おいしいですよ！

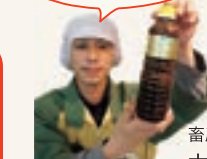


惣菜の揚げ物は国産のこめ油で揚げています。
「サクッとした食感」「胃にもたれない」と好評です。

畜産 地域一番の焼肉コーナー



地元メーカーの
焼肉のタレも人気です。



畜産担当
大鷲 光貴

牛タンは厚切りも！

品質・鮮度で地域一番！黒毛和牛や国産牛、部位や量目もさま
ざま取りそろえています。お得なセットも人気です。

コープー関COLZAのここもオススメ！

ベーカリー 恵屋



おすすめは
「巻き巻きフランク」！

おいし〜い！

店内で焼き立て。「巻き巻きフランク」
は食べ応えと持たせやすいのが魅力。

アイコープの加工切身(漬魚)



味が濃すぎず魚がおいしい。イチオシは
「ほっけみりん漬」。

店内干し上げ 自家製干物



おさかな、
大〜好き♡

大型の魚を使っているため脂のりがよく
おいしい！夫の酒の肴に最高！



案内人
君成田 明希さん
旭くん、好ちゃん(一関市)

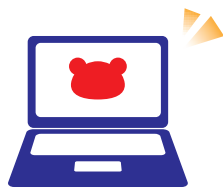
はじまっているのだっ



コープ共済で
インターネット
加入申し込みが
スタートしました！

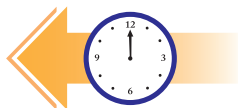
24時間
お申し込み可能！

日中忙しい方も、いつでも加入
申し込みができます。



保障開始までの
期間が短縮！

書面での申し込みと比べて、
保障開始までの期間が短縮。
わかりやすい入力画面で
しっかりサポートします。



ご家族の方も
同時加入できる！

ご本人さまの申し込みと合わ
せて、満20歳未満のお子さま
や同居のお孫さまの加入申し込
みも同時にできます。



コープ共済 ネット加入



スマホは
こちらから！

▶ 操作に関するお問い合わせ

0120-37-9431
9:00~21:00 (月~日)

いわて生協の窓口でも受付中！

- 店舗(共済カウンター・サービスカウンター)
- 共同購入(班・個人宅配)地域担当

お気軽にお声掛けください！



【CO・OP 共済ニュース】CO・OP 共済の詳しい保障内容についてはお問い合わせください。
【CO・OP 共済に加入するには】出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になる
ことが必要です。生活協同組合（生協）は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。
◎CO・OP 共済は個人情報をお大切に、個人情報保護法を守ります。

契約引受団体／日本コープ共済生活協同組合連合会

《たすけあい》はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります。）

D-201422



お楽しみ企画「ベビトレヨガ」。「子どもと一緒にで
きてよかった。子どもも喜ぶので家でも楽しめます」



学び企画「おうちでできる薬膳講座」。スタッフが子
どもを見守ってくれたので、じっくり参加することが
できました」

コミュニティ コミュニケーション 楽しさ
com × com × FUN
県内各地の多彩で楽しい組合員活動

子育て応援企画「ハピママコープ」 みんながハッピー 「ハピママレッスン」

子どもといっしょに

「子育て中のママが子どもと一緒に
ここにきて、友だちもできた
いいなと思っています」と、ハピマ
マコープ発足当初からのスタッフ、
神田容識美さん。ベビードダンスな
どの講師もつとめます。

「特に1人目の子育てのときは孤
立しがち。ここに来れば、スタッ
フも講師もママだから、みんなと
気軽に楽しい時間を過ごせる。み
んながハッピーになれるんです」

楽しみ&学んでハッピー！

「ハピママレッスン」では、親子
で参加するものやママ自身が楽し
み学ぶものなど、さまざまな企画
を実施しています。



ハピママコープ
スタッフ 神田容識美さん

「小さい子どもを育てているお母さんが、孤
育て」にならないように」という先輩ママた
ちの願いから、2014年にスタートした「ハ
ピママコープ」。現在県内14か所で開催的
に「ハピママレッスン」を開催しています。

参加したママから「久しぶりに身
体を動かしてリフレッシュできまし
た」など喜びの声が寄せられていま
す。「子どもの手が少し離れたから」
と、スタッフとしてサポートしてく
れる人たちも増えていきます。

コロナ禍により、定員を減らし
たり、レッスン後のお茶タイムな
どができなくなりましたが、自宅
で参加できるオンライン企画をス
タートするなど、新たな取り組み
も行っています。

どなたでも参加OK

「子どもが小さくても、ママが楽
しめる場があることを、多くの
人知ってほしい」と神田さん。

「ハピママレッスン」は、いわて
生協ホームページ内「子育て応援
ブログ」で参加募集と開催報告を
発信しています。0〜3歳児のマ
マならどなたでも参加できます。
まずは「子育て応援ブログ」にア
クセスしてくださいね。

♪ ハピママレッスン



0〜3歳児のママを対象に
月に1〜2回開催
・開催時間／10:30〜12:00
・事前に申し込みください ＊
・参加費／500円～

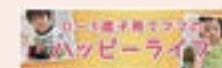


■ 企画内容

- ・ベビードダンス、ベビーマッサージ、ベビーヨ
ガなど赤ちゃんといっしょに楽しめる企画。
- ・ピラティス、ハンドメイドなどママが楽しむ企画。
- ・離乳食やお片づけなどママが学ぶ企画。

- ★ こどもと一緒に参加できます。
- ★ 託児企画もあります。
- ★ どなたでも参加できます。
- ★ プレママ（出産前の方）も参加OK。

詳しい企画予定や申し込み
は、「子育て応援ブログ」をご
覧ください。



いわて生協ハピママ



地 域	開催店舗・開催場所
盛岡広域	ベルフ牧野林、ベルフ青山、ベルフ山岸、ベルフ仙北、 矢巾町内
県 南	コープ花巻あうる、コープアテルイ、北上市内、 コープ関コルザ
沿 岸	宮古市内、釜石市内、大船渡市内
県 北	二戸市内、久慈市内

環境にやさしく、おトク！コープのでんき 継続利用特典！6か月ごとに500円をキャッシュバック！

契約件数
6,600件！
(岩手県)



コープのでんき「ココエネ」は、再生可能エネルギーを積極的に取り入れた電気。利用することで、CO₂削減に貢献し、原発に依存しない暮らしをすすめることができます。

コープのでんきココエネ 選べる2つのプラン

ソフトでんき

- 風力発電やバイオマス発電など再生可能エネルギーで発電した電気を積極的に取り入れたプラン。
- ※再生可能エネルギー比率 95% (2020年度計画値)

コスパでんき

- 環境配慮と経済的メリットを両立させたプラン。
- 「使用電力量料金」が安くなります。
- ※東北電力従量電灯Bプランとの比較 1か月 350kwh 使用で、年間 2,698円 お得

手続きカンタン♪

コープのでんきは、手続きカンタン。解約手数料や切り替え費用、配線工事やスマートメーター設置費用もナシでした。 盛岡市 菊池たえ子さん

さらに「生協の配達灯油」が
いつでも1ℓ当たり1円引きに！

お申し込み
お問い合わせ

いわて生協 電気センター
☎ 0120-879-300
(月曜～金曜 9:00～18:00)

資料請求や電気料金
シミュレーションもできます



6月 セリオホール西青山がオープンします 自宅に代わって通夜・葬儀ができる会館です

24時間
365日対応



県道 223 号 盛岡滝沢線沿い、盛岡市役所青山支所斜め向かいです。

「セリオホール西青山」の概要

通夜室 1 (約80席)、通夜室 2 (約60席)、通夜室 3 (約10席)
駐車台数 49 台

現在セリオホールは県内に 11 ホール。組合員のみなさんから「私の住んでいる地域にもセリオホールを建設して欲しい」という要望が多く寄せられています。今年度は、盛岡市西青山 2 丁目に「セリオホール西青山」を 6 月にオープンします。仏壇・仏具の展示ルームもあり、通夜室は外靴のまま入室いただけます。

- セリオでは、広い会場で間隔を十分にとるなど、コロナウイルス感染予防対策を実施しています。
- もしもに備える「事前相談」もお受けしています。故人にふさわしいお見送りを後悔なく行えるよう、一緒に考えお手伝いいたします。

ご相談
お問い合わせ

葬祭事業部

TEL 019-601-5188 (月曜～金曜 9:00～17:00)

「介護が必要になっても自宅で暮らし続けたい」 とお考えの方はご相談ください

いわて生協の介護・福祉サービスは、
組合員でない方もご利用になれます。

在宅介護での困りごとや、どこに相談していいのかわからない介護のことなど、お気軽に電話でご相談ください。「あい長橋町」のご利用は盛岡市在住の方に限りますが、電話相談は県内どこにお住まいの方でもお受けしています。お話を聞きし、地域の窓口や団体と連携して解決のお手伝いをします。



ご相談

90代
ひとり暮らし
の男性

肘を骨折し、2か月の入院とリハビリが終了。自宅で以前のように自炊生活がしたい。不安な部分を手伝ってほしい。

ご相談
ご見学

小規模多機能型居宅介護 あい長橋町

盛岡市長橋町17-35 ☎ 0120-295-521 (8:30～17:30 日・祝も営業)

「あい長橋町」を利用

「通い(週2回)」「訪問(週4回)」「泊り」の組み合わせで、安否や服薬状況の確認、買い物支援(見守り)などを実施。緊急時の連絡体制も確認。安心して生活できるよう支援を組み立てました。

安心して
暮らせています！



おうちにいながら お買い物



共同購入(班・個人宅配)

「共同購入」は、毎週1回、注文した商品が配達される便利なしくみ。いわて生協では7万人以上が利用しています。おうちにいながら買い物ができるので、このコロナ下で利用者がさらに増えています。あなたも始めてみませんか！

家計・時間の節約に
おうちでじっくり献立や予算を考
えながら注文できるので、「余計な
ものを買わずに済み、家計の節約」に
なります。また、ネットやアプリか
らの注文なら、合計金額を確認する
こともできます。家事や仕事のス
キマ時間に注文できるので、「買い
物時間が節約できる」と、子育てや
仕事で忙しい方に喜ばれています。



食品は、生協のきびしい食品添加物基準をクリアした
ものだけを取り扱い。安心して選べます。

毎週4千品目をご案内
食品・雑貨のほか、衣類、ベビー
用品、本やCDなど、約4千品目を
毎回ご案内しています。飲料ケース
など、自分で運ぶにはたいへんな重
いものや、かさばるものもたくさん
取り扱っています。

それぞれの容器に蓄冷剤(青果
は夏場のみ)を入れてお届け。
冷凍の容器には、ドライアイス
も入れています。



安心して
ご利用ください

あんしん
カバースervice
(配達1回 税込60円)



「夏でもアイスが溶けないので、留守でも安心」と好評です。

商品は品温をキープしてお届け
ご注文の品は、青果・冷蔵・冷凍・
常温の4種類に分け、それぞれ品温
を一定に保ってお届けします。「不在
配達」は心配」という方には「あんし
んカバースervice」をご案内。カバー
と鍵付きベルトを取り付けます。

共同購入の配達方法は3つ

	班配達	なかよし個配	個人宅配
人数	3人以上	2人	1人
配達	班のみなさんの注文分を、代表者宅など1か所にまとめてお届け	お二人の注文分を一人分ずつ、箱を分けて、どちらかのご自宅にお届け	お一人の注文分を、ご自宅にお届け
配達手数料	無 料	お一人1回 121円	1回 242円

※料金は税込です。

お問い合わせ

共同購入事業部

☎ 0120-805-253
(月曜～金曜 9:00～19:30、土曜 9:00～18:00)

お申し込み
資料請求



個人宅配の配達手数料を割引く(1回121円) 6つのサービス制度

子育て
サポート値引き
母子手帳発行から
お子さんが満6歳
になるまでの組合
員さん。

介護者
サポート値引き
要介護認定を受け
ている方がいるご
家庭。

高齢者
サポート値引き
同居する家族全員が
70歳以上の世帯、
または夫婦世帯で
一人が70歳以上。

復興支援
サービス
東日本大震災で被災
され、被災証明書
書をお持ちのご家
庭。

障がい者
サポート値引き
障がい者手帳をお
持ちの方がいるご
家庭。

新被災者支援
サポート値引き
自然災害などの被害
を受け、被災証明書
書をお持ちのご家
庭(期間は
受付から2年間)

理事会だより

20年度第8回（1月15日）、第9回（2月15日）、第10回（3月15日）の定例理事会から、おもな内容をお知らせします。

1. 2030年ビジョン・第10次中期計画の検討

2月12日から3月2日に開催したコープ懇談会（県内36会場とWEBに924人参加）では、計画の一次案を提案し、たくさんのご意見をお寄せいただきました。これを受け、理事会では第32回通常総代会に提案する原案を協議しました。

2. 第32回通常総代会開催について

第32回通常総代会を6月9日（水）岩手県民情報交流センターアイーナで開催します。これに先立ち、5月25日から6月2日に16地域でコープ総代会を開催し、その内容を組合員の代表である総代（500人）を中心に話し合います。議案内容は4月26日から「議案書ダイジェスト版」を共同購入配布、ホームページ掲載し広くお知らせします。

3. アイコープ・カードの改善とポイント付与券の見直しについて

電子マネー付組合員カード「アイコープ・カード」について、この間、多くの組合員のみなさんからさまざまな改善要望が寄せられていました。6月より、スピードレジ会計機でアイコープ・カードでの支払いやチャージ（支払時のみ・お釣りがり）ができるように改善します。また、来年1月に新たなチャージ機を全店に導入し、操作性を向上させお釣りが出るよう改善します。

この改善には、店舗「20ポイント付与券」を見直し、その財源を充てます。6月1日より付与するポイントを20→5ポイントに変更します。また来年1月から

は、新たなチャージ機で来店ポイントが付与できるように改善し、レシート用紙での運用を終了します。

4. 個人宅配「復興支援サービス」の継続について

東日本大震災被災地の買い物支援として個人宅配配達手数料を割引く「復興支援サービス」（10年間の減免額は約5億円）の基準を一部変更し、継続します。新たに「復興支援サービス」を利用する際は、東日本大震災のり災証明書の提示が必要です。

「エコショップいわて優良事例表彰」を受賞

店舗でのゴミ減量やりサイクルなどの取り組みが評価され、「令和2年度エコショップいわて優良事例表彰」を受賞しました。

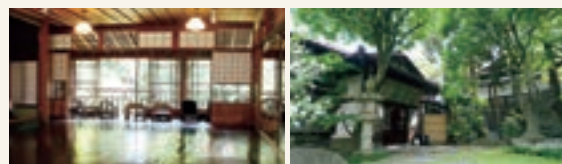
総合表彰 ベルフ牧野林、コープ花巻あうる
部門別表彰 廃棄物発生抑制の部 ベルフ牧野林
店頭資源回収の部 ベルフ北上
特別表彰 いわて生協

いわて生協の現況(2021年2月20日現在)		
組合員数 27万2,721人 (20年度1万887人増)	出資金 100億6,374万円 (20年度5億1,316万円増)	供給高 410億9千万円 (20年度累計、計画比103%)
環境の取り組みデータ(2020年4月～2021年2月度の状況)		
紙バック 222万9千枚 ▲ (回収率135%)	トレイ類(発泡・透明) 94.6トン ▲ (回収率41%)	卵バック 163万1千枚 ▲ (回収率158%)
共同購入チラシ 2,945トン ▼ (前年比97%)	ペットボトル 239万2千本 ▲ (前年比105%)	レジ袋節約率 2月度 83.1%
店舗・共同購入で回収 店舗のみ回収 共同購入のみ回収	▲ 前年より回収率・回収量アップ ▼ 前年より回収率ダウン	

紙バック、トレイ、卵バックは100%回収をめざして取り組んでいます。

南昌荘だより

盛岡市清水町13-46 ☎10台 ☎019-604-6633 FAX 019-656-1331
 ・入園料／大人300円 小・中学生150円 ・開館／10:00～17:00 ・休館日／月曜・火曜
 ・新型コロナウイルス感染予防対策をとって開館しています。検温、マスク着用などにご協力をお願いします。



南昌荘の建物は盛岡市景観重要建造物、庭園は国登録記念物・盛岡市指定保護庭園です。



これからは庭園の若葉がきれいな季節。目と心を休めにいらしてください。

催し物案内

※変更になる場合がございます。
最新情報は、電話やホームページでご確認ください。

4/22 ㊦～5/1 ㊧ ※26㊦・27㊦休館 最終日15:00終了	天然素材のやさしい服と靴 ヴィジョン・ギャラリー Kazenoiro
4/29 ㊦～5/5 ㊦ ※期間中休館日なし 5/6㊦・7㊦休館	南昌荘の端午の節句 ～薫風にねがいを込めて～
かたらいプラン	親しい方と広いお座敷（12.5畳）でこゆっくりお過ごしいただけます。3～9人で喫茶ご利用で、1時間のお部屋代（660円）が無料に。

東日本大震災支援募金 ご協力ありがとうございました

いわて生協では、東日本大震災の直後から被災地の復興支援活動に取り組み、現在も継続しています。この活動は組合員のみなさん、全国の生協や団体のみなさんからの「東日本大震災支援募金」によって支えられてきました。

「東日本大震災支援募金」は、2021年3月20日をもって終了しました。長年にわたるみなさんのご支援・ご協力、本当にありがとうございました。復興支援活動はこれからも継続します。



10年間の東日本大震災支援募金

3億2,213万7,247円（2011年3月～2021年2月）

支援募金で実現した主な復興支援活動

● ふれあいサロン



9年間で3,631回開催し、のべ3万1千人が参加。のべ1万6千人のボランティアが開催を支えました。

● 料理サロン



みんなで作って食べる料理サロンは、毎回笑顔があふれました。

● 無料買い物バス



宮古市・山田町から生協店舗への無料買い物バスを運行。のべ5万8千人が利用

● ボランティアバス



内陸と沿岸を結ぶバスを9年間で183回運行。のべ6,593人のボランティアが、被災地で活動しました。

● 被災地支援活動助成金



被災地で支援活動に取り組む団体を支援するため、2016年から助成金制度に取り組んでいます。

● イベント開催



生協まつりやコンサートなどのイベントを被災地で開催し、笑顔を広げました。

残金 8,434万3,599円（2月20日現在）は、今後の復興支援活動に使用させていただきます。

復興支援活動はこれからも4つの柱で継続します

買い物支援

・移動店舗「にこちゃん号」
・無料買い物バス
・個人宅配
「復興支援サービス」

なりわい支援

被災地メーカー・生産者の商品取り扱い

笑顔と元気を届ける活動

・コープサロン
・グループ活動補助
・被災地支援活動助成金

東日本大震災を忘れない活動

教訓をいかし
防災・減災を広げる

t:くさんクイズ
5つのちがい

締切 **5月20日(木)**

図書カード、コープ商品券、
共同購入商品値引券 いずれか
1,000円分を**30名様**にプレゼント！

下の2枚のイラストには「5つのちがい」があります。その場所と同じ位置の文字を右から見つけ、並びかえてできる言葉をお答えください。

く	ね	ち	い
い	せ	ん	が
う	り	な	に
す	ゆ	に	ま



前号クイズの答えは「ハクチョウ」で、正解985通（応募総数1,009通）の中から30人が当選。商品プレゼントは372通の応募の中から10人が当選されました。当選発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

応募方法

- はがき、FAX、メール、便せんやメモ用紙（はがきサイズ以上）などで右記の応募先へお送りください。
- 「クイズ」応募の方は、応募要件①～⑥をご記入ください。
- 「商品プレゼント」応募の方は、応募要件③～⑥をご記入ください。

応募要件

- クイズの答え(5文字の言葉)
- 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）
- 名前（ふりがな）
- 年齢または年代
- 郵便番号、住所、電話番号
- 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・私のおすすめレシピなど。

クイズ、商品プレゼントの応募先

はがき	〒020-0690（住所記入不要） いわて生協広報室
FAX	019-687-1117
メール	sn.i05797et@todock.coop ご応募の際はアドレスをご確認ください。 件名に「ハローコープ応募」とお書きください。
応募フォーム	ハローコープ応募 ※応募フォームをリニューアルしました。 QRコード
便せんなど	お店のサービスカウンターか共同購入地域担当にお渡しください。

※それぞれにご応募いただけますが、応募の際は1件ずつお送りください。

その他

- ハローコープにいただいた個人情報、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きます（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。

いわて生協／くらしの情報誌
HELLOコープ

発行／いわて生活協同組合
発行人／理事長 飯塚明彦
発行日／2021年3月25日
次回発行予定／2021年7月

編集／いわて生協広報室
☎019-603-8280
印刷／川口印刷工業㈱

生協は、一人ひとりでは力の弱い消費者が、力をあわせて「よりよいくらしを実現しよう」とつくる生活協同組合です。この広報誌は、生協の理念と活動を地域のみなさまに広くお知らせするために発行し、生協の職員がお届けしています。



前号(初春号)を読んで

※過去のHELLOコープは、いわて生協のホームページでご覧になれます。

美味しすぎ♥



「コープ大豆ドライパック」の記事を読み、買って食べてみました。ふっくらしていて大豆の風味が広がり、美味しすぎてお料理する前に一人でそのまま食べてしまいました。宮古市 三浦律子さん

非常食としても

ドライパックシリーズはどれもとても好きで、ふだんから食べ慣れています。非常食としてもいいので、今年は買い物のときに1個2個、多めに購入したいです。盛岡市 志田みどりさん

フリートーク

助かりました

ギスギスして暮らしにくい世の中に追い打ちをかける大雪。そんな中のコープの宅配や灯油配達は、とても助かりました。悪路、コロナ、マスクの息苦しさに耐えての配達、本当にありがとうございます！ 盛岡市 相馬良子さん

これからもよろしく

実家の両親が個人宅配を利用しています。父が車の免許証を返納し、今年は雪も多く買い物に行くのが難しかったので、本当に助かりました。これからもよろしくお願いします。一関市 松岡英克さん

レパートリーが増えました

星子、Sレシピの「ひじきたつぷりーオープンオムレツ」。材料があったのすぐに作ってみたら、簡単でおいしかったです。栄養のあるひじきのレパートリーが増えてよかったです。雫石町 橘 幾子さん

これからも応援します

特集「東日本大震災から10年」は感動しました。販売支援や募金はもちろん、にこちゃん号で買い物支援をしていて、生協はみんなが笑顔になれる活動をしているんですね。これからも微力ですが生協を利用して応援していきます。盛岡市 佐々木裕子さん

心の中でごあいさつ

毎朝、コルザを出発したにこちゃん号と車ですれ違い、心の中で「行つてらっしゃい」。夕方ですれ違い「ごくるうさま」と心の中でごあいさつ。震災後、全国のみなさんの善意が形になり今も続いていることに感謝の気持ちがいっぱいになります。一関市 首藤睦子さん

いつか私も

「コープくらしの助け合いの会」

の記事を読み、有償で気兼ねなく

利用できそうなのが良いと思いました。私も子どもの手が離れ、いつか活動会員として誰かのお役に立てる日が来るのかなと思います。盛岡市 高橋友香さん

閉店は残念

県立宮古病院内コープチェリオが3月末で閉店とのこと。通院や入院時に利用していたのでとても残念です。28年間本当にありがとうございました。宮古市 前川真由美さん

配達サービスは冬だけ？

「冬の店舗のサービス」で紹介していた「お買い物配達サービス」は、冬だけでしょうか？ 盛岡市 熊谷智都子さん

◆「お買い物配達サービス」「無料お買い物バス」は通年で行っています。ぜひご利用ください。

読んでみました

妻が「おいしそう！」だの「やっぱり生協が好き！」と楽しそうだったので、HELLOコープを読みました。男でも学びができました。みんなに納得と笑顔をくれますね。奥州市 小野寺 誠さん

じゃんとスト♪



最近のお気に入り、ハローコープ内産「じゃんとスト」で作るじゃんとストです。食パンにマヨネーズ、のり、ちりめんをのせてトースト。子どもたちも喜んで食べます。滝沢市 一ノ渡ひとみさん

川柳

「そのお腹何とかしらう」と君が言う!?
盛岡市 佐藤美恵子さん
コロナ禍で増える目方に減る現金
釜石市 遠藤倫美子さん
雪に勝てネバーギブアップママとパパ
盛岡市 石川六花さん



私のおススメ ♥ ラブコープ

小盛りご飯
(富山県産こしひかり使用)
120g×6食 本体価格 **328円**
(税込354円)

富山県産こしひかり100%使用。組合員の声に応えた小容量のバックご飯。(通常は180~200g)

お弁当にピッタリの少量がうれしい。食後にデザートは欠かせないので重宝しています♪ 盛岡市 佐々木あつ子さん

厚あげ 4個入 本体価格 **138円**
(税込149円)

ほどういやわらかさで味しみのよい木綿厚あげ。そのままはもちろん料理の素材としてもおすすめ。

このお値段でこの美味しさはほかにありません。煮て焼いて炒めて。豚肉とうま煮もおいしい! 盛岡市 熊谷啓子さん

ホワイトマシュマロ
80g 本体価格 **100円**
(税込108円)

ふんわりとした食感の大粒マシュマロ。そのまま食べても、手作りお菓子にもご利用いただけます。

いろいろ食べてみましたが、コープのマシュマロが一番おいしいのでいつも買っています。 盛岡市 中道カツさん

27万人が選んでいます いわて生協

「安全・安心な商品がほしい」と、岩手のお母さんたちがお金（出資金）を出し合い、生協を作って51年。生協の仲間（組合員）を増やし、くらしの願いをひとつずつ実現してきました。大きく広がった事業・サービスで、岩手のくらしをサポートします。

いわて生協のお店は県内15店舗。あなたも生協の組合員に

電子マネー付 組合員カード「アイコープ・カード」



組合員カード



お店で

お買い物
100円(本体価格)ごとに
1ポイント

お店で

組合員カード提示で
日替わり優待品

提携店・施設で

優待サービス

温泉施設・紳士服・家電量販店 など



組合員「お友だち紹介」

加入する方を紹介すると
紹介者の組合員カードに

600ポイント
プレゼント!

期間／2021年3月21日～6月20日まで

詳しくは
店頭チラシ
いわて生協
HPで

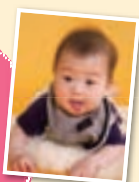
加入した方には

おためしコープ商品
プレゼント!

お申込みは店舗サービスカウンターまたはWEBへ



いわて生協の子育てサポート



hajimete
はじめて
CLUB

特典

個人宅配
配達手数料が
1年間無料!

お店で使えるコープの
「きらきらステップ」
値引き券 プレゼント!

など

詳細、ご登録はWEBで

いわて生協



※生協は組合員のみなさんの出資金で運営しています。組合員加入時に一口1,000円の出資金をお預かりし、やめる時には全額お返しいたします。