



いわて生協の 復興支援活動



被災地とのつながりを大切に 演奏会は6年で175回

滝沢さん、張さんの演奏に、奈良さん(右)もギターで参加。



5月25日(木)、住田町下有住公民館にシンセサイザーと二胡の音色が響き渡りました。懐かしい曲に思わず歌詞を口ずさんだり、優しい調べに目を閉じて聞き入る姿もあり、会場は大きな拍手に包まれました。仮設住宅のコミュニティ支援に取り組み奈良朋彦さんは、「住田町の仮設住宅には、主に気仙地域で被災された方がお住まいです。しかし転居する人も増え、支援が減り、『自分達はどう忘れられたのかな…』という声も。今回の演奏会はとてもうれしいです」と話しました。

演奏したのは、富山県在住のシンセサイザー奏者滝沢卓さんと、二胡奏者の張鶴さん。滝沢さんは震災後、陸前高田市の友人の「今度は楽器でも持ってきてね」という言葉を引き継ぎ、仮設住宅等での演奏活動を毎年行っています。

陸前高田市から宮古市までの各地で開催する演奏会は、今年で175回に。「以前ショックを受けた言葉がある」と、滝沢さんは話します。「仮設住宅で童謡『ふるさと』を演奏した時のこと。『この曲は聴くのも歌うのもつらい』と言われたんです。被災され、ふるさとを失った方の思いを知り、申し

INFORMATION

2016年度ユニセフ募金212万円を贈呈

2016年度組合員のみなさんから寄せいただいたユニセフ募金は、212万7,889円。その中から「東ティモール指定募金」へ110万円、「栄養不良から命を守る募金」へ29万3,869円、そのほかは世界150以上の国と地域でのユニセフ支援活動に役立てられます。みなさんのご協力、ありがとうございます。



5月26日(金)岩手日報社で贈呈式を行いました。

いわて生協の現況 (2017年5月20日現在)

組合員数	出資金	供給高
24万3,184人 (17年3月21日から3,093人増)	86億6,847万円 (17年3月21日から8,749万円増)	66億1,142万円 (17年3月21日～5月20日の累計、計画比101%)

環境関連データ (2017年4月～5月度の状況) 2017年度から紙パック、トレイ、卵パックは100%回収をめざして取り組みを始めました。

紙パック	発泡スチロールトレイ	卵パック	透明トレイ・ふた	ペットボトル	レジ袋節約
30万9千枚 ↑ (回収率78%)	152万9千枚 ↑ (回収率35%)	19万6千枚 ↑ (回収率90%)	3.8トン ↑ (前年比109.8%)	29万9千本 ↑ (前年比102.4%)	103万1千枚 (5月度節約率50.6%)

店舗・共同購入で回収 店舗のみ回収 ↑ 前年より回収率・回収量アップ

商品のお知らせ

組合員の願いからつくられた、いわて生協オリジナルの「アイコープ商品」「アイスタイル商品」の情報をお知らせします。

改善

coop カフェ・オ・レ

1000ml 本体価格 225円(税込243円)

200ml 本体価格 66円(税込71円)

コーヒー豆をコロンビア産に変更し、生乳を60%に増量しました。



coop

わたしたちのリサイクルトイレットロール

ダブル 30m×18ロール

本体価格 398円(税込429円)

紙幅を114mmから107mmに変更します。



製造終了

style

チキンカツ (チーズ風味・バジル風味)

メーカー製造中止のため、やむなく販売を終了します。

全国から支援いただいています

生協ひろしま



4月17・18日、職員と組合員5人が、岩泉町と宮古市田老で本場のお好み焼き150食を振る舞いました。

ユープみらい

(千葉県・埼玉県・東京都)



4月10日、復興支援募金として687万円をいただきました。

おおさかパルコ



5月24～26日職員7人が被災地を訪れ、「ふれあいサロン」にも参加。

ご協力ありがとうございます
東日本大震災復興支援募金

69万6,094円
(17年3月21日～5月20日)

支援活動を支える募金に引き続きご協力ください。

店舗の募金箱

現金のほか、「お買い得割引券」も募金になります。



共同購入「利用登録募金」

注文書に右の番号と口数を記入すると、自動的に募金ができます(2018年3月まで)。

毎週	2	5	1	9	9	9
隔週	2	5	2	9	9	9
月1回	2	5	4	9	9	9

1口
100円



張鶴さんは震災直後に作曲した「北極星 (ポラリス)」を演奏。



「あたたかく迎えてくださり感謝します」と滝沢卓さん。

「訳なく思いました」。以来「ふるさと」を演奏する時は必ず「演奏していいですか?」と聞いています。今回滝沢さんの活動に初めて参加した、二胡奏者の張鶴さんは「二胡の音色は人の声に近いと言われ、癒しにつながります。この音色を被災地のみなさんに届けたかった。ようやく実現してうれしい」と話します。

震災から6年。被災地の復興はすすんでいます。が、滝沢さんはこれからも演奏活動を続けたいと話します。「演奏を聞いた方に『また来てね』と言われる、時には『うちに泊まり、時には『うちに泊まって』と言われることもあり。こうしたつながりを、これからも大切にしたいんです」。滝沢さんの言葉に、張さんも笑顔でうなずきました。

※演奏会は、いわて生協「被災地支援活動助成金」を活用し、5月25日～6月3日に全20回開催されました。

催し物ガイド

いわて生協「終活フェア」

- 7月22日(土)10時～12時
セリオホールみたち(盛岡市みたち三丁目7-35)
- 内容:学習会「家族の介護講座」
個別相談コーナー(葬祭、介護福祉、保険、相続)
- お問い合わせ:葬祭事業部 ☎019-601-5188(9時～17時)

参加
無料

くらし学習会 「負担増社会だからこそ『しあわせ家計』をつくる!」

- 7月27日(木)13時～15時
シーパル大船渡大会議室
- 7月28日(金)10時～12時
アイーナ501会議室
- 講師:ハツ井慶子さん
(ファイナンシャルプランナー)
- お申し込み:組合員活動チーム ☎019-603-8299
(月曜～土曜 9時～18時)



参加
無料

南昌荘 催し物案内

※全て入園料でお楽しみいただけます。

7月21日(金)～23日(日)	●能面三人展 伊藤龍也 菅野昭美 長澤 健
7月28日(金)～30日(日)	●雲の夏休み 十年目 高橋昌子 白い器展 ●玉もたり・とんぼ玉展 西村里美・裕美 ●がまぐち展 しろゆきなんど 白雪納戸
8月5日(土)	●NPO高麗バザール 草木染 エチオピアコーヒー等
8月11日(金)～13日(日)	●陶磁器展 松村英治 大沼道行



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

入園料/大人200円、小・中学生100円(いずれも税込)
開 館/10時～17時(最終日の催し物展示は16時まで)
休館日/月曜・火曜日(祝日の月曜は開館)

明治の邸宅 南昌荘は、盛岡市の保護庭園・保存建造物で、庭園は国の登録記念物です。いわて生協が所有・管理しています。



6月11日(日)

コープの森
in くずまき

第8回植樹会

200本の
苗木を
植樹しました！



葛巻町の「コープの森」の植樹会には、子どもから大人まで1000人の組合員らが参加。葛巻町森林組合のみなさんの指導のもと、栗の苗木200本を植えました。

昨年はトチの苗木でしたが、今年は栗に挑戦。栗の苗木は高さが130cmほどあり、子どもたちが自分の身長より大きい苗木を植樹するたくましい姿が印象的でした。

岩手の豊かな自然を残していこうとスタートした「コープの森」づくり。この7年間で1万5千本を植樹しました。組合員の想いのつまった苗木が、大きく成長しています。

穴をほるのは
たいへんだったよ



下館あかねさん、京加ちゃん(久慈市)

家族4人で初めて参加しました。山に木を植えるのは大変な作業ですね。笹の根が張っていて苦戦しましたが、家族で植樹した特別な場所ができて嬉しいです。



大きな栗が
実りますように

「コープの森」づくり

地元の森林組合の協力のもと、2010年にくずまきでスタート。現在はまえさわ生母と2か所で、組合員とその家族らが植樹と下草刈りを行っています。この活動は、組合員からの募金や、紙バック・共同購入チラシのリサイクル益金などによって支えられています。

くずまきの森は10月に下草刈、まえさわ生母の森は11月に植樹の予定です。



くずまきのコープの森は、小岩金網株式会社様より土地を無償でお借りし、葛巻町森林組合のご支援をいただき取り組んでいます。

お問い合わせ

組合員活動チーム

☎019(603)8299

(月曜～土曜 9時～18時)

水産 宮古の海産物が豊富！

自家製干物コーナー

旬の生ネタを使った
浜寿司もおすすめ！



店内で毎日
作っています！

水産部門マネジャー
西郷 弘幸

新企画

コープの
お店
めぐり

14店舗それぞれのお店のおすすめ情報を、組合員さんが紹介します。



マリンコープ DORA

宮古市小山田2丁目2-1 ☎0193-63-3131
10:00～21:00 (10/21～5/20は20:00閉店)
※日・祝、1日・15日は9時開店。
📦600台

今年で開店21年目。生鮮食品はもちろん、生協直営の衣料品も充実。書籍や理美容室、飲食店など22の専門店がある大型ショッピングセンター。



復興商店

宮古のお土産に
いかが？

被災したメーカーの商品、
仮設住宅のグループや団体、
福祉作業所の手づくり品
などがあります。



スーパーフード
コーナー



チアシードなど、健康が
気になる方にピッタリの商品が
見つかりますよ！

ドラ大好き組合員の
私がお案内します！



案内人
宮古コープ
鈴木 智恵美さん

宮古駅とお店を結ぶ
「無料シャトルバス」を
毎日運行。



げんきな体は “足元”から

—子ども靴選びのポイント—

子どもの靴選びでは、次の5点がポイントになります。

- ① 取り出した中敷きの上に子どもの足をのせ、つま先に1cm程度（大人の小指1本分）余裕があること。
- ② ヒモやベルトなどで甲の高さが調整できること。
- ③ かかとに芯が入っていて、足をしっかりと支えられること。
- ④ 靴底はつま先から3分の1（足指部分）のみ曲がること。
- ⑤ 最低でも年2回、足と靴が合っているかチェックすること。

子ども靴の選び方と履き方について、足と靴のスペシャリストである管野博久さんにお聞きました。



有限会社「かんのシューズ」専務
フットケアトレーナーA
(オーソティックスソサエティー認定)
日本靴医学会 準会員
管野博久さん
(奥州市)

転倒しやすい子どもが急増

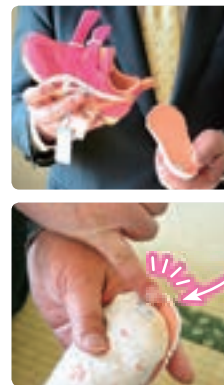
大きめサイズに要注意！

ある幼稚園で293人の子どもの足を測定したところ、約47%が「浮き指」、約70%が「内反小趾」という結果になりました。浮き指とは指が地面についていない状態で、体重がかかるとに寄っていること。内反小趾とは小指が内側に向いていて、外側に踏ん張れないこと。どちらも足全体で体を支えられないために、転びやすくなります。また、足の指が十分に使えないため地面を蹴る力が弱く、かけっこが遅いなどの原因にも。最近では、土踏まずが低い「扁平足」も増えています。

靴の履き方も見直して

毎日の靴の履き方にもポイントがあります。

- ① 両手で靴を持って、足を入れ、かかとを踏まない。
- ② つま先をあげて、かかとをトントンと軽く打ちつける（つま先トントンと間違い）。
- ③ ヒモやベルトを痛くならない程度にしっかりとめる。



足に合った靴をきちんと履き、めいっばい身体を動かして、バランスのとれた足と身体をつくりましょう！

※いわて生協ホームページ内「取扱い情報」に「子どもの足と靴について」を掲載しています。

子育て インフォメーション

「ハピママひろば」のみなさんおすすめ
夏のおでかけスポット

一関遊水地記念緑地公園



広い公園で
思いきり
遊べます！

「流れ池」は、
赤ちゃんも
水遊びができるん
ですよ！



コープ一関コルザ「ハピママひろば」に参加のみなさんとスタッフ



● 住所 ●
一関市狐禅寺字中島201番地 P 約70台



芝生と木々の緑が美しい！広々とした公園



赤ちゃんも遊べる「流れ池」



遊具のある「子どもひろば」
(撮影：餘目孝将さん)

遊びにきてね♪

ハピママひろば

- ★ 参加無料・申込不要・出入り自由の遊び場。
- ★ お店ごとに定曜日の10時30分～12時に開催。
- ★ スタッフがお待ちしています。
- ※ 祝日、お盆、年末年始はお休みです。

盛岡市	ベルフ青山 2階和室	第1・第3 水曜日
	ベルフ仙北 2階和室	第2・第4 木曜日
	ベルフ山岸 2階会議室	第1・第3 金曜日
滝沢市	ベルフ牧野林 組合員ルーム	第3・第5 火曜日
奥州市	コープアテルイ 2階和室	第2・第4 水曜日
一関市	コープ一関コルザ 2階和室	第1・第3 火曜日
宮古市	マリンコープドラ 2階和室	第4 木曜日

いわて生協の子育て応援情報は
ホームページをチェック！

いわて生協の子育て応援

スマートフォン・
タブレットの方はこちら ▶





前号(春号)を読んで

過去の「HELELOコップ」は、いわて生協のホームページでご覧になれます。

おいしくなりましたね

「アイコップ岩手県産小麦とお米の食パン」は、好みの厚さに切って食べられるので気に入っています。前よりもつちり甘く、おいしくなりましたね。わが家では、「アイコップ県産大豆納豆」に塩をふってパンに挟んだホットサンドが大人気です。

北上市 金田美和さん

「ははん」のわけ

米粉パンはよく聞くけど、アイコップのこのパンは、「どうしてごはんなの?」と思っていました。記事を読み、材料にこだわり、手間

ひまかけて作っていたことを知りました。味いながら食べたいですね。

盛岡市 鈴木由紀子さん

真に寄り添うとは?

特集「東日本大震災から6年」の「被災地の私たちが感じたこと」は、地域づくりにみんなががんばっていることが伝わり、希望がもてました。「被災地に寄り添うこと」の大事さが言われますが、真に寄り添うとはどういうことか、政治も点検すべきです。

盛岡市 高橋玲子さん

これからも永く

沿岸へはなかなか行けないので、「お買い物割引券」で募金ができ、支援につながれるのは嬉しいです。これからも末永い支援を続けたいですね。

花巻市 梅木律子さん

◆店舗のご利用600ポイントで発行される「お買い物割引券」を募金箱に入れると300円分の募金になります。16年度は935枚(28万5000円)の募金となりました。



感謝しています

生協の「高齢者見守り活動」。個人配達の担当者が声掛けして会話してくれるのもその一環なのだと、心温まる思いがしました。丁寧な対応に感謝しています。

山田町 福士豊美さん

◆「高齢者見守り協定」は、今年6月に県内全33市町村との締結を完了しました。

「南昌荘」って!

映画「3月のライオン後編」の対局シーンを盛岡で撮影したのは知っていました。ところが「南昌荘」で、いわて生協が管理していたと知り驚きました。いわて生協のホームページから歴史も確認しました。映画の張り詰めたシーンの中の見事な庭園や立派な建物に、実際に南昌荘へ行ってみたいとなりました。

北上市 高橋しのぶさん

思わずガッテン!

「ケチャップで減塩」を読み、さつそく肉じゃがにケチャップを入れてみました。意外に相性がよく、思わずガッテン!教えてくれてありがとうございました。

宮古市 西澤昭子さん



私のおススメ ♥ ラブコップ

co-op メイク落としシート



46枚 本体価格 **258円**
(税込278円)

保湿成分ラベンダーエキスを配合。拭くだけの簡単メイク落とし。コップチェリオを除く全店で取り扱い。

母のすすめで使い始めたら、べたつかず、拭き心地さっぱり。香りも程よく、急いでメイクオフしたい時に重宝しています。 盛岡市 横川千智さん

co-op ただの炭酸水



500ml 本体価格 **84円**
(税込90円)

ノンシュガー、ノンカロリー。そのまま飲んでも、お酒や果汁の割り材としても、おいしい炭酸水です。

自家製果実酒をこれで割って飲むのが最高です。小腹がすいた時にそのまま飲めば、シュワシュワ感で満足。ダイエットにもなります。 一関市 小山万里子さん

co-op チキンナゲット(冷凍)



250g 本体価格 **284円**
(税込306円)

岩手県産若鶏のむね肉が原料。お弁当のおかずやおつまみに。電子レンジで温めるだけ。

肉厚で食べ応えがあります。県内産の鶏肉を使っているので、安心して食べられるのがうれしい!

岩泉町 藤森真鈴さん



締切
8月5日(土)

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
所に当てはまる文字
を右から見つけ、並
べかえてできる言葉
をお答えください。

エ	ン	ア	コ
ン	セ	ト	プ
ヘ	イ	ヨ	ウ
キ	シ	ウ	テ



前号クイズの答えは「オベントウ」で、正解
543通(応募総数548通)の中から30人が当
選。商品プレゼントは279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
協ホームページで発表しています。

フリートーク

とってもおいしい♪



「アイコープみそラーメン

スープ」で回鍋肉を作っています。
にんにくや色んなエキスを入って
いるので、とてもおいしくできます。

宮古市 熊谷敦子さん

マイバッグを当たり前に

岩手に来てビックリしたのは、
買い物してレジ袋をもらえること。
以前住んでいた宮城では、マイバ
ッグ・マイバスケットを持って買い
物に行くのが当たり前で、レジ袋
は有料でした。2月のレジ袋節約
率は51%。環境のことをもつとみ

んなで考えていけたらと思います。

宮古市 堀籠美弥子さん

◆世界環境デーの6月5日、いわて生協「お
買い物袋持参の日」として全店でレジ袋節
約を呼びかけ、98%の方に協力いただき
ました。引き続きレジ袋節約の取り組みを
広げていきたいと思います。

助かっています

共同購入でダンボールの回収が
始まり、とても助かっています。
水など色々箱で買っていたので、
空き箱の処理に困っていました。

一関市 伊藤昌子さん

住まいのことも生協が安心

トイレのリフォームと家の周り
を生垣から板塀にする工事を、生
協の「住まいと暮らしのサービス
センター」に頼みました。どこに

頼めばいいかわからない時には、
生協に頼むのが安心ですし、ちょ
っとしたことも相談しやすかった
です。提携業者さんの仕事もてい
ねいで、満足しています。

盛岡市 上村ケイ子さん

◆いわて生協では、地元の専門事業者と提
携し、快適な住空間づくりをサポート。お
見積りは無料です。お問い合わせは「住ま
いと暮らしのサービスセンター」012
0(879)300(月曜～土曜 9時～
18時)へ。

川柳

ばあばのバッグ掛けてごきげん孫娘

毎日の散歩コースにコープあり

入院も三度となれば慣れたもの

医者通いにもポイントが欲しくなり

八幡平市 佐々木幸子さん
盛岡市 中島久光さん

応募方法

- はがき、ファクス、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を必ず
ご記入ください。
- 3ページ「商品プレゼ
ント」応募の方は、応
募要件③～⑥を必ずご
記入ください。

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・「キャベツか
人参を使った料理レシピ」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
ファクス	019-687-1117
メール	sn.i05797et@todock.jp 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 検索 スマートフォン、タブレット の方はこちらから
便せん など	お店のサービスカウンターか共同購 入担当者にお渡しください。

※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。

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/2017年7月6日
次回発行予定/2017年9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、組合員の生活をよりよいものにすることをめざし、また、
平和で明るい地域社会づくりに貢献することを目的としています。
この広報誌は、生協の理念と活動を地域のみならずにお知らせ
するために発行し、生協の職員らがお届けしています。