

小さなお子さんもトライ 親子クッキング



かぼちゃのパリパリスティック

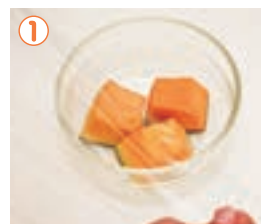


子どもの将来に目を向け、「食を通じた成長や自立」を応援し続けている根本さん。お子さんと作れるかぼちゃのレシピを教えてくださいました。

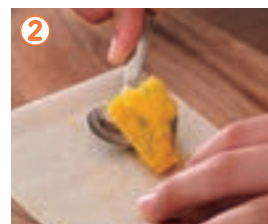


お子さんと相談して中身を変えてもOK！食への興味が広がります。

キッズ食育トレーナー
根本さやかさん
(盛岡市)



かぼちゃは耐熱容器に入れ、ラップをして電子レンジ(500W)で1分半加熱し、つぶして砂糖を加えて混ぜる。



春巻きの皮を1/4に切り、①を1/4量のせる。

食育ポイント
スプーンで「のせる」にチャレンジ！



食育ポイント
「巻く」にチャレンジ！

クルクル巻いて、巻き終わりに水をつけて閉じ、両端もしっかり閉じる。これを4本作る。



油を引いたフライパンで、中火で転がしながら焼く。焼き色がついたら完成！

材料(4個分)
・かぼちゃ40g
(約3cm角に切る)
・春巻の皮1枚
・砂糖小さじ1
・サラダ油適量

(冷凍かぼちゃでもOK)

※いわて生協ホームページ「176楽育こぼれ話」で、かぼちゃのレシピをもう1品紹介しています。

いわて生協の 子育てサポート

はじめて
CLUB

メンバーのお気に入り商品

子育て中のみなさんから寄せられたおすすめ商品をご紹介します

はじめてCLUB
詳しくはこちら



co-op 九州産小麦使用
やわらかいミニうどん 冷凍
480g(80g×6) 価格 **298円**(税込321円)



〈調理イメージ〉

原材料は小麦粉と水だけで安心。簡単に調理でき、アレンジもしやすく便利です。

生後5か月から使える離乳食素材。食塩は使わず細めに製麺し、やわらかくゆで上げました。1個80gの個包装。

店舗／西ヶ丘・魚葉市場を除く各店で取り扱い
宅配／11月4週、12月4週号でご案内

co-op ロースハム(無塩せき)
83g(標準6枚入) 価格 **189円**(税込204円)



わが家の子どもはハムをそのまま食べるのが大好き。これは「無塩せき」なので、安心して食べさせられます！

肉のうまみを大切に、しっかりと仕上げました。厚めにスライスしているの、肉本来の食感も楽しめます。

※無塩せき…原料肉を調味液に漬込む「塩せき」の際に、発色剤(亜硝酸塩など)を使わずに製造すること。

店舗／魚葉市場を除く各店畜産コーナーで取り扱い
宅配／83g×2を12月3週号でご案内

co-op 水・油いらす
バリッと羽根つきの餃子 冷凍
12個入(306g) 価格 **228円**(税込246円)



餃子好きの夫が「生協の餃子っておいしいよね」と。手間も時間もかからず、家でおいしいです！



国産の鶏肉・豚肉・野菜をうす皮で包みました。水・油を使わずフライパンで調理できます。

店舗／全店冷凍食品コーナーで取り扱い
宅配／標準24個入を12月3週、12月4週号でご案内



コープ花巻あうる
花巻市南新田288-1
☎0198-29-4312
9:00～22:00 〰920台

ショッピングセンター「花巻きらきらモール」の核店舗。店名「あうる」は花巻市の鳥フクロウの英語名。

全国の銘菓 お菓子で味わう旅気分♪



新商品が毎週入荷！来店の際はぜひお立ち寄りください。ベーカリー側入り口そばに設置。

日配 おすすめ商品がすぐ分かる



日配のおすすめ商品を集めてご案内しています。水産対面コーナー手前の冷蔵ケースをご覧ください。



豊富な品揃えで、ご来店をお待ちしております！

フクロウの像がお出迎え♪

店長
藤村 正人

水産 お魚の種類も鮮度も地域一番！



人気の対面コーナー。すぐに料理できるように、下処理済みの魚もご用意。

まぐろの刺身も鮮度抜群！

惣菜 お弁当は20種類以上！12時・15時は出来たて



20種類以上の出来たて弁当がずらり！弁当が「食べやすい！」と人気です。

最近の一番人気は
ビーフペッパーライス
プレート



コープ花巻あうるのここもオススメ！

ドレッシングコーナー



イチオシは、「コープ野菜たっぷり和風ドレッシング」。生野菜もバクバク食べます。

安くておいしい！コープの食パン



いわて生協オリジナル「アイススタイル食パン」。毎日食べてもあきないおいしさです。

コープの冷凍商品



種類豊富で価格も手頃。お気に入りには「2種のスパゲッティ」。



泉田 早織さん
真奈糖ちゃん、明穂ちゃん
(花巻市)

コープのお店めぐり 23
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！

コープ花巻あうる

ラクにはじめよう
コープ共済♪

スキマ時間で
カンタン
加入！



CO・OP共済は インターネットで 加入手続きOK！

ポイント 1

月掛金
1,000円からで
家計にやさしい！

ポイント 2

ケガ通院保障、
先進医療保障など
家族のニーズに合わせて
選べるラインナップ！

ポイント 3

診断書の代わりに
領収書で請求できる場合や
医療費の自己負担が0円でも
請求できる場合もある！

※2021年5月現在の基準

詳しくはこちら！

コープ共済 ネット加入

スマホは
こちらから



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)
- 宅配(班・個人宅配)地域担当

電話でのお問い合わせは (月～土曜・祝日含む9:00～18:00)

コープ共済センター

☎0120-50-9431

・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)

明日の暮らし、ささえあう

CO・OP共済



手前から、組合員の鈴木智美さん、鈴木弥栄子さん、生産者の細川政志さん、佐々木正利さん。

「産直なめこは、ちょうど良い大きさを見極めて1粒1粒ハサミで切るから、粒が揃っているんです」。

産直「公開安全確認会」 約束どおりの 生産を確認

産直の約束どりがきちんと守られているかを、生産者・組合員・職員で年1回産地を確認する「公開安全確認会」。9月24日、水沢コープの組合員2人が岩清水きのこ団地(矢巾町)を訪ねました。



手間を惜しまず栽培するから、
おいしい

まずは書類点検。栽培記録を見ながら、「これがしいたけの菌床玉。これを縦に吊るして栽培しています」と、しいたけ生産者の佐々木正利さんが説明します。

「笠を大きくするために、残すものの倍以上の数を間引いています。すき間の開け方も大事なんです」と佐々木さん。おいしいしいたけを見分けるコツは、「茶色すぎず、笠が開きすぎでないもの」と教えてくれました。

続いて現地点検。約30年間、産直なめこの生産一筋の細川さんが、栽培工程順にこの培養棟を案内。細川さんは、菌床となる栄養体の調査から、殺菌・培養・熟成までの工程を一人で行っています。

培養は温度・湿度を適切に保つことが大事なことや、一般的には機械でなめこを裁断するのを手作業で収穫し、収穫翌日には出荷することを順に説明してくれました。手間を惜しまない栽培に、組合員の鈴木智美さんは「だから、日持ちもよくおいしいんですね」と納得。衛生管理も行き届いていて、改善事項はありませんでした。

交流できる喜びを再確認

「コロナ禍で産直交流ができていなかったのが、久しぶりに交流できてうれしかった」と喜んでいた、生産者・組合員のみなさん。鈴木さんたちは、「組合員にうれしいものを」と生産してくれている姿が印象的でした。『食べて応援』を呼びかけていきます」と笑顔を見せました。

公開安全確認会

いわて生協の産直は、「栽培」「飼育」「生産」「流通」に関する約束ごとを決めて取り組んでいます。これらの約束ごとが守られていることを産地で確認し、さらなる安全・安心をめざすのが「公開安全確認会」です。2003年から毎年、全ての産直産地と行っています。

書類点検
点検表に基づき、必要な書類が整備されているかを点検します。

・栽培計画書

・栽培記録など

現地点検

点検表のうち、現地で確認が必要な項目について確かめます。

- ・作業場の衛生管理
- ・廃棄物の保管・処分方法など

改善事項があれば、改善に取り組みます。



なめこの袋詰め工程も確認しました。



しいたけの菌床玉を見せながら、栽培方法を説明する佐々木さん。

大切なお見送りを形にする「事前相談」

ホール見学も兼ねた対面、お電話などでご相談をお受けしています。



多く寄せられる ご相談

- ・葬儀の流れ、費用
- ・家族葬と一般葬の違い
- ・決まったお寺がない



コロナ禍で、葬儀のスタイルが大きく変わっています。ご自身や大切な方のお見送りについて、ご希望や疑問、心配なことを、ぜひ私たちにご相談ください。経験豊富な職員と一緒に考え、大切なお見送りを形作るお手伝いをさせていただきます。

お見送りの際、ご家族はたくさんの方を決めなければなりません。事前相談をご利用いただいた方からは、「大切な最後の時間をゆっくりと過ごせた」「故人の希望通りの葬儀ができた」という声が寄せられています。

「気持ちにゆとりがある時に」と、何度もご相談にみえる方もいらっしゃいます。事前相談は無料です。お気軽にお申し込みください。



具体的にイメージしていただけるようご説明しています。(写真はセリオホール水沢)

お申し込み・お問い合わせ

葬祭事業部

TEL 019-601-5188
(月曜～金曜 9:00～17:00)



住み慣れたご自宅での暮らしをサポートします

小規模多機能型居宅介護 あい長橋町



退院後も両親が自宅で暮らせるように

息子さんのご相談

ふたり暮らしの両親。78歳の母は、昨年認知症と診断。私が毎日仕事後に訪問・支援してきたが、母は通院・服薬を中断。今春、階段から転落し入院・手術となった。退院後も、両親が自宅で暮らせるようにしたい。

あい長橋町の支援

お母様ご自身での服薬管理は難しいことから、薬をお預かりし、「訪問サービス」で食事と服薬のお手伝い、「通いサービス」で入浴介助を行っています。息子さんと分担してご両親の暮らしをサポートしています。



「通いサービス」ご利用のようす。この日は短歌作りを楽しみました。

あい長橋町は、「訪問」「通い」「お泊り」のサービスを組み合わせてご自宅での生活を支えます。

ご利用条件
①要介護認定を受けている
②あい長橋町周辺にお住まい

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)

健康的な食生活を応援 夕食宅配サービス

栄養バランスを考えた、カロリー・塩分控えめのお弁当を平日5日間、日替わりメニューでお届けします。

このメニューで586kcal、食塩相当量2.9g!



【利用者の声】

- ・塩分控えめで、素材のおいしさが味わえます。(一関市の方)
- ・味も量もちょうどよく、フタを開けるのが楽しみです。(宮古市の方)

おかずコース

おかず6種類以上
約500kcal、塩分4g以下
5日分 2,930円(税込)

お弁当コース

ごはん(160g)
おかず4～5種類
約500kcal、塩分3g以下
5日分 2,775円(税込)

お申し込み
お問い合わせ

夕食宅配サービス

☎ 0120-194-502
(月曜～金曜 9:30～19:00)



生協の配達灯油で 冬のくらしを暖かく快適に

寒さの厳しい岩手の冬に、灯油は欠かせません。
いわて生協の配達灯油は、簡単に申し込めて特典も充実。
「生協配達灯油」の良さや利用方法について、詳しくご紹介します。

注文方法は、「定期巡回」と「電話注文」の2種類。どちらかを選ぶことができます。

電話いらずで便利な「定期巡回」

生協の配達灯油は、県内4万世帯が利用し、取扱量は県内販売量の1割を占めています。この利用のまとまりと、地域ごとに配達曜日を決めて効率よく配達することで、県内同一価格を実現しています。また、この利用をまとめた力で適正価格を実現。プライスリーダーとして、県内市況の引き下げに貢献してきました。

県内の宅配センター



生協の配達灯油の一番の魅力は、「県内同一価格」であること。一般的に配達灯油は、配送距離によって価格が変動します。しかし生協は、地域によって価格が変わりません。県内9か所に宅配センターがあり、最寄りのセンターから配達しています。

県内どこでも同一価格
4万世帯が利用しています

「定期巡回」は、一度登録すれば電話をしなくても冬期は定期的に決まった曜日に配達。「もう灯油がないのに、注文するのを忘れていた」ということがないので安心です。配達サイクルは、「毎週1回」「2週に1回」「月に1回」の中から選べます。

「電話注文」は、必要な時、配達日の前日までに電話で注文します。夜間は留守番電話対応で、24時間注文を受け付けています。

効率よく配達しコストを抑えるため、配達曜日が地域ごとに決まっています。お支払いは、1か月ごとの口座振替となります。

今なら、新規登録でうれしい特典

11月30日まで「新規登録キャンペーン」を開催しています。最大2,500円分の灯油値引券をプレゼント。生協の配達灯油を始めるなら、今がおすすめです。

今がお得! 新規登録キャンペーン (11/30まで)

最大2,500円分の灯油値引券プレゼント

●新規登録で
1,000円分
(通常は500円分)

●定期巡回登録で
1,000円分
(通常は500円分)

●灯油積立新規登録で
500円分
(通常は特典なし)

紹介者にも
500円分の
プレゼント

- ◆配達灯油を利用する方を紹介
- ◆灯油積立をする方を紹介
(通常は特典なし)

- ①灯油値引券
- ②宅配商品券値引券
- ③コープ商品券のいずれか

お申し込み
お問い合わせ

店舗サービスカウンター
または宅配センター

Webで資料請求もできます
いわて生協 灯油



生協配達灯油 5つの特典

1ℓ当たり最大5円引き!

定期巡回登録で 1円引き

1回100ℓ以上の
給油で

1円引き

灯油積立参加で

1円引き

コープのでんき
利用で

1円引き

冬季1,000ℓ以上
利用で

1円引き

理事会だより

21年度第4回（9月16日）、第5回（10月13日）の定例理事会から、おもな内容をお知らせします。

1. 2021年度上期到達点と下期計画について

上期（4～9月度）は、セリオホール西青山の開設やアイコープ・トリプルカードの導入などを年度計画に沿ってすすめました。供給高は、宅配事業は計画を上回っていますが、店舗事業は計画を下回っています。しかし、経費削減などにより経常剰余金はほぼ計画どおり確保しています。

下期（10～3月度）は、店舗事業の満足いただける店・売り場づくりを重点に、年度計画・予算の実現に向けて取り組みます。

2. セリオホールの開設について

新たなセリオホールを宮古市五月町、奥州市水沢南大鐘に開設します。いずれも22年春開設予定。

3. アルプス処理水海洋放出に反対する署名の取り組みについて

今年4月、政府は、東京電力福島第一原発の汚染水を処理した「アルプス処理水」を2年後に海洋放出すると表明しました。これに対し、みやぎ生協・コープふくしま、宮城県漁協など4団体が「安易に拙速に海洋放出をするのではなく、別の処理方法を求める」署名活動を始めました。いわて生協もこの署名の趣旨に賛同し取り組みます。

動画でわかりやすく紹介しています。→
ホームページをご覧ください。



大槌町と災害時の物資支援協定を締結

8月31日、大槌町と「災害時における応急生活物資の調達に関する協定」を締結しました。いわて生協は、事業・活動を通して「だれもが安心して暮らせる地域・社会づくり」に取り組み、その一環として行政との連携も強めています。災害時の物資供給に関する協定は、一関市、奥州市、花巻市、滝沢市と締結しています。

人道危機・自然災害ユニセフ緊急募金に取り組みました

271万200円（10月15日現在）

政変が起こったアフガニスタンや、地震・大雨で大きな被害を受けたハイチの子どもたちを支援しようと、9月21日～10月22日店舗・宅配で募金活動に取り組みました。寄せられた募金はユニセフに贈り、現地でユニセフが行う支援活動に活用されます。

いわて生協の現況（2021年9月20日現在）

組合員数	出資金	供給高
27万4,519人 (21年度5,381人増)	102億4,509万円 (21年度3億1,835万円増)	214億9,238万円 (21年度累計、計画比98%)

環境の取り組みデータ（2021年4月～9月度の状況）

紙バック、トレイ、卵バックは回収率100%をめざして取り組んでいます。

紙バック 125万4千枚 ↓ (回収率138%)	トレイ類（発泡・透明） 49.7トン ↓ (回収率43%)	卵バック 82万2千枚 ↓ (回収率220%)
宅配チラシ 1609.5トン ↑ (前年比102%)	ペットボトル 152万9千本 ↑ (前年比111%)	レジ袋節約率 9月度85.4%

 店舗・宅配で回収
 店舗のみ回収
 宅配のみ回収
↑ 前年より回収量アップ
 ↓ 前年より回収量ダウン

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(12/1より16:00閉館) ・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。



11/10(水)～14(日)紅葉の庭園ライトアップ期間中は、夜7時まで入園できます(夜7時30分閉園)。

催し物案内

※主催者都合により変更になる場合がございます。

11/10 ⑧～14 ⑨	紅葉の庭園ライトアップ
11/11 ⑩ 18時～19時	山口流篠笛コンサート 定員30名
11/13 ⑪～14 ⑩ ※最終日16時終了	・10人手作り市 ・紙バンド・クラフトバンドICCA 展示会 Iwate creative c(k)raft associate

南昌荘のクリスマス

12/3 ⑫～5 ⑩	ほっこりマーブルアート展 マーブルアート協会 たかはしかずこ
12/9 ⑪～12 ⑩	ステンドグラスのファンタジア 趣存(しゅぞん)

はじめてばこ 2年でお申し込み6,935件に！



はじめてばこを受け取りました

「絶対申し込んだほうがいい」と母や周りの方に言われ、楽しみにしていました。はじめてばこは思ったより大きく、中にはたくさんの情報とプレゼント。赤ちゃんとの暮らしに役に立つのはもちろん、私への商品もあって、自分へのごほうびに感じました。今、はじめてばこには、子どもが生まれた日の新聞や入院時のバンド、へその緒などを入れています。これからファーストシューズなども入れる予定です。

國保知美さん（盛岡市）



岩手に生まれてきてくれた赤ちゃん（生後6か月以内）にお届けする「はじめてばこ」。この2年間で、岩手に生まれた赤ちゃんのおよそ2人にひとりに、はじめてばこをお届けしています。

★「はこ」には協賛企業・団体からのプレゼントを詰めて無料でお届けします。中身はお届け時期によって異なります。

はじめてばこが届くまで

生後6か月までにお申し込み下さい

- 母子手帳を用意
- めんこいテレビの専用サイトにPCまたはスマートフォンでアクセス
- 申し込み規約を確認し、必要事項を入力
- 配送を担当するいわて生協からご連絡
お届け日時をお約束
- お約束の日時にお届け

★はじめてばこは、めんこいテレビといわて生協が主催し、岩手県や岩手県医師会など5団体が後援、34の企業・団体が協賛する子育て応援の取り組みです。

コープきらきらキッズ 第15回キッズデザイン賞受賞

コープの幼児食シリーズ「きらきらキッズ」が、キッズデザイン賞を受賞しました。「きらきらキッズ」は、子育て中の組合員の声を生かして3～6歳ごろの幼児向けに開発した商品です。店舗（高松、西ヶ丘、魚菜市場を除く）、宅配で取り扱っています。



「応援食クッキーで障害者ノルディックスキー 応援キャンペーン」寄付金44万円を贈呈

このキャンペーンは、コープ応援食クッキーを1点購入ごとに1円を日本障害者スキー連盟に寄付する取り組みで、寄付金はジュニアチームの合宿・国際大会遠征支援などに使われます。第4期（20年度）の寄付金は全国の生協で44万408円となり、日本障害者スキー連盟に贈呈しました。

対象商品

店舗
まつぞの、牧野林、北上、ドラで取り扱い
宅配
12月1週号でご案内



宅配
12月2週号でご案内



商品のお知らせ

新開発 宮城県産

coop 金華さば西京味噌漬

2切(140g) 本体価格 **240円** (税込259円)
4切(280g) 本体価格 **480円** (税込518円)

宮城県産の金華さばを、こだわりの西京味噌に漬け込みました。製造は佐勇水産（宮城県石巻市）。店舗11月18日～、宅配12月20日～取り扱い。

改善

coop 味付ねりくるみ

130g 本体価格 **398円** (税込429円)

coop 味付ねりこま

140g 本体価格 **380円** (税込410円)

品質保持を確認し、賞味期限を45日間から60日間に延長します。原料や製造工程の変更はありません。店舗11月15日～、宅配11月22日～取り扱い。



取り扱い終了

産直 ラ・フランス

産直提携先の(有)紫波農園の廃業に伴い取り扱いを終了しました。

たぐさんクイズ
5つのちがい

締切
12月10日(金)

図書カード、コープ商品券、
宅配商品値引券のいずれか
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。

つ	い	る	ご
よ	し	で	て
に	か	お	が
	だ	く	だ



前号クイズの答えは「おべんとう」で、正解891通（応募総数898通）の中から30人が当選。商品プレゼントは642通の応募の中から5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

- 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宅配商品値引券）
- ③ 氏名（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・お店や宅配への意見や要望・おすすめのコープ商品・私の簡単レシピ・川柳（未発表の自作に限る）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
便せんなど	お店のサービスカウンターか宅配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。

消防団員カードで5%引き

「生協のお店で消防団員カードを見せると、常に5%引きになるよ」と聞き、とてもうれしくありがたいことだと思いました。生協での買い物が多くなりました。

宮古市 中居久美子さん

花巻市 浅沼 浩さん

◆クレジット機能付きの組合員カード「アイコープ・トリプルカード」は、生協店舗でのお買い物ポイントが2倍になるお得なカードです。お申し込み・お問い合わせは、各店サービスカウンターまでどうぞ。

で、レジでカードを出すだけで支払いが終了。「アイコープ・カード」はチャージに手間どっていたので、買い物がしやすくなって喜んでいきます。8月に手続きしたら、「コープ花巻あうる」での申し込み一番乗りだったんですよ。

ストックしたいのに

コープヌードルは、おいしい・安い・後始末が楽（軽く洗って燃えるゴミ）なので気に入っています。「小海老天そば」はちゃんとエビの風味があり、「ぎつねうどん

「コープヌードル」の記事を読んで。パッケージが「日清カップヌードル」に似すぎていいのかと思っていましたが、日清食品と共同開発したものだとかわり納得しました。ぜひ食べてみたいです。

盛岡市 石川千恵さん

似すぎ？

※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。

前号「秋号」を読んで



信頼と愛着がわきました

特集「未来につなげる岩手のおいしい」を読んで。生産者の生産物への愛情、地域とのつながり、消費者への思いやりを知りました。ふだん利用している商品に、ますます信頼と愛着がわいてきました。

盛岡市 柴田明子さん

これからも利用しよう

特集を読み、産直さくら卵のこだわりと他の卵との違いを知りました。最初はちよつと高いと思いました。最初は、黄身はモリツ、白身はブリツとして美味しいです。岩手の農業応援につながるなら、これからも利用しようと思いました。

北上市 藤原美千子さん

意外でおいしかった

「役立ちレシピ」のわかめを使ったメニューが参考になりました。わかめについていろいろ使えるんですね。パエリア、さば缶との和え物、

意外でしたがすぐできておいしかったです。 花巻市 阿部裕子さん

ポジティブ思考で

「楽育しましょー」を読み、少しポジティブになれるような気がしました。子ども、家族、仕事、そして自分のこと、口に出るのはネガティブな言葉が多い気がします。ポジティブな言葉で、ポジティブな思考でいこうと思いました。

盛岡市 中田絵理さん

みんなにおすすめ

「夕食宅配サービス」を私も利用しています。長年家事をしてきて、今は夫婦だけの生活。私も老後の青春を楽しみたいと思い、利用を始めました。おいしいし珍しいものも入っていて、もっと早く利用すればよかったと思いました。友だちみんなにすすめています。

◆15ページもご覧ください。 奥州市 関 笙子さん

フリートーク

買い物しやすい！

「アイコープ・トリプルカード」はクレジット機能付きなの

私のおススメ ♥ ラブコープ



産直若鶏塩からあげ 冷凍

340g 本体価格 **379円**
(税込409円)

産直若鶏のむね肉を、にんにくの風味の塩味に味付け。解凍して油で揚げて。魚菜市場を除く各店で取り扱い。

夕食に出したら、「やわらかくておいしい」とリクエスト。これからは冷凍庫に常備です。 北上市 川村まゆみさん

豚汁

5食入 本体価格 **328円**
(税込354円)

豚肉、人参、油揚げ、ごぼう、ねぎ、しいたけ入り。信州みそ仕立てのまるやかでコクのある味わい。

カップに入れてお湯を注ぐだけ。簡単なのにおいしい、具たくさんところがいいです。 盛岡市 宮田ひろ子さん

食器洗いクリーン

250ml 本体価格 **90円**
(税込99円)

手肌への刺激が少ない植物原料から作られた、手におだやかな濃縮コンパクト台所洗剤。フレッシュレモン＆グリーンフルーツの香り。詰替もあり。

手荒れがひどく「主婦湿疹」と診断され、この洗剤を使っています。おすすめ！ 矢巾町 佐々木真美さん

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11月4日
次回発行予定／2022年1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。



東北ろうきん コ-プローン

ご 案 内

ろうきんは、生活協同組合や労働組合などの働く仲間が、お互いを助け合うために資金を出し合って作った協同組織の金融機関です。

いわて生協の組合員の方は、下記の融資商品等が

一般の方より**金利（または保証料）が低く**設定されているので、**おトク**にご利用いただけます。

新築にも借換えにも使える ●住宅ローン ●無担保住宅ローン	現在返済中のマイカーローンがあってもお申込みOK ●マイカーローン	在学期間中は元金据置きもできます ●教育ローン
お使いみちは自由! 他社ローンの借換にも ●フリーローン ※事業資金、投機目的資金、負債整理資金は除きます	他行やコンビニATMでも! いつでも便利なカードローン ●カードローン(マイプラン)	医療や介護を低金利でサポートします ●福祉ローン

※各商品の融資金利については、店頭または東北ろうきんホームページでご確認ください。
※coop・生協での受付は行っておりません。お近くのろうきん窓口へお問い合わせください。

各商品の
詳細は
こちら▶



お申込みからご契約まで**Webで完結! 【Web完結型ローン】** お申込みは
こちらから▼

マイカーローン 【Web完結型】

ご本人さまの自動車購入
費用、車検・修理費用、
免許取得費用など



フリーローン 【Web完結型】

お買い物、お引越し費用、
冠婚葬祭、旅行資金など
暮らしに関する費用



カードローン(マイプラン) 【Web完結型】

くらしのさまざまな資金
にお使いいただけます。



※審査の結果、ご融資できないなどご希望に添えない場合がありますので、あらかじめご了承ください。※店頭または、東北ろうきんホームページよりご返済額の試算がおこなえます。※上記Web完結型ローンは店頭で取り扱う融資商品と内容が異なります。※他金融機関からのお借換えや当金庫の既存借入との合算したお申込みは行えません。※店頭および東北ろうきんホームページに説明書をご用意しています。詳しくはお近くの東北ろうきん窓口または、フリーダイヤルまでお問い合わせいただくか、東北ろうきんホームページをご覧ください。ご希望の方は、お近くの東北ろうきん窓口または、Web 事前審査をご利用ください。

2021年11月1日現在