

くらしの情報誌／ハローコープ

2020年ビジョン ～私たちのありたい姿～
助けあい、支えあい、ともにつくるくらしの安心

冬号

No.146

2015年11月
(年5回発行)

Helloコープ



クリスマス・年末は **おいしい!** **楽しい!** **うれしい!**

コープ商品でうちパーティー♪

役立ちレシピ 豆腐を使った料理

楽しましょ! 子どもの「集中」を引き出すヒント

復興応援 / 商品プレゼント

5
名様

(株)浅野(大船渡市)取り扱いの米
「たかたのゆめ 5kg」(2,200円相当)

詳細は11ページをご覧ください。



★1,000円分の商品券等が当たるクイズは16ページに掲載!



逸品



産直 ラ・フランス

(有)紫波農園(紫波町) 代表取締役 **田苗恒二さん**(左から2人目)

「産直提携して3年。組合員みなさんに『産直の洋梨』を覚えて利用していただき、従業員みな喜んでます。今年は花が咲くのが早く、その後も順調に生育。収穫直前に台風が近づきましたが、果実の落下はほとんどなく、例年より約5日早く収穫を終えました。今年は豊作で味も抜群。果汁たっぷりで、とろけるような口当たりの『産直ラ・フランス』を、ぜひたくさんご利用ください!」(5ページもご覧ください。)

10月6日の公開安全確認会で、
左から、(有)紫波農園のお二人(左から2人目が田苗さん)、
ベルフ牧野林農産マネジャー、盛岡西コープの組合員さん。



いわて生協は、オフイ
シヤルサポーターとして
希望郷いわて国体・
希望郷いわて大会を
応援しています。



バックナンバーや
取材ごぼれ話も
ホームページで

いわて生協 検索



COOP
I W A T E
いわて生活協同組合



今日からつくれる
役立ちレシピ

たんぱく質と脂質が豊富で低カロリー！

消化吸収・機能性も抜群！

豆腐を使った料理



® わんこぎょうだい



いわて生協オリジナルの豆腐たち

豆腐の春巻き

盛岡市 高橋 南さん

●材料（4人分）

もめん豆腐 …… 1/2丁	春巻きの皮 …… 4枚
スライスチーズ …… 4枚	サラダ油 …… 適量
青じそ …… 4枚	小麦粉・水 …… 各小さじ1

●作り方

- ①豆腐を水切りし、4つに切る。
- ②春巻きの皮に青じそ、スライスチーズ、①を1切のせて巻き、皮のはじに水溶き小麦粉をつけてしっかり包む。
- ③フライパンにサラダ油を多めに熱し、②を入れて色よく揚げ焼きにする。
- ④器に盛り、醤油や梅肉でいただく。

●1人分 218kcal

豆腐・チーズ・青じその
コラボが最高！

ふわふわ豆腐コロッケ

盛岡市 高橋瑞穂さん

●材料（5個分）

もめん豆腐 …… 1/2丁	塩 …… 小さじ1/2
冷凍枝豆 …… 大さじ2	A 片栗粉 …… 大さじ2
ベビーチーズ …… 2個	黒胡椒 …… 適宜
小麦粉・卵・パン粉・サラダ油 …… 各適量	

●作り方

- ①豆腐は水をしっかり切る。
- ②ベビーチーズは1個を6等分に切り、冷凍枝豆は解凍する。
- ③ボウルに崩した①、②、Aを入れてよく混ぜ、5等分して丸く成型し、小麦粉、卵、パン粉の順に衣をつける。
- ④170℃の油で色がつくまで揚げる。

●1人分 256kcal

ビールによく合います♪

星子流★役立ちレシピのアレンジ
離乳食（13ページ）も見てね！



もう一品というとき
手軽にできます。

豆腐と人参の炒め煮

盛岡市 助川禎子さん

●材料（4人分）

もめん豆腐 …… 1丁	めんつゆ …… 大さじ2
人参 …… 小1本	白ごま …… 少々
しらす干し …… 20g	サラダ油 …… 適量

●作り方

- ①人参を千切りにし、サラダ油を熱したフライパンで炒め、しらす干しを加える。
- ②①にめんつゆを入れて味付けし、水切りした豆腐を粗く崩しながら加えて炒め煮にする。
- ③器に盛り、白ごまをふる。

●1人分 153kcal

牛乳、卵を使わない
ドーナツです。



豆腐ドーナツ

滝沢市 高橋叙子さん

●材料（15個分）

絹ごし豆腐 …… 200g サラダ油 …… 適量
ホットケーキミックス …… 200g チョコレート・粉糖など …… 適量

●作り方

- ①豆腐はボウルに入れ、泡立て器で崩しながらつぶす。
- ②①にホットケーキミックスを加え、混ぜる。
- ③②をスプーンですくって、180℃の油に入れ、全体がきつね色になるまで揚げる。
- ④器に盛り、チョコレートや粉糖をかける。

●1個分 77kcal

生チョコ風！
これが豆腐入り!?



豆腐トリュフ

久慈市 玉川範江さん

●材料（10個分）

チョコレート …… 100g ココア・粉糖 …… 適量
絹ごし豆腐(水切りして) 50g 好みでブランデー …… 少々

●作り方

- ①チョコレートは包丁で刻んでおく。
- ②豆腐は耐熱容器に入れ、泡立て器で崩しながらつぶす。
- ③②に①を加えて軽く混ぜ、電子レンジでチョコレートが溶けるまで（30秒～1分）加熱し、滑らかになるまで混ぜる。
- ④粗熱が取れたら冷蔵庫に入れ、1～2時間冷やす。
- ⑤スプーンなどですくって丸め、ココアや粉糖をまぶす。

●1個分 61kcal

★過去に紹介したレシピを、いわて生協のホームページ上でご覧になれます。HELLOコープのバックナンバーか、「お料理レシピ」をクリックしてね！



★ 星子'5 レシピ ★

千葉星子さん（フリーアナウンサーにして料理研究家）

高たんぱくなのに、ヘルシー！ 豆腐入りパエリア



クリスマスの食卓にも
おすすめです♪

これを使いました！



COOP 炊き込み
パエリアの素
180g (3合用)
本体
価格 313円 (税込338円)

お米とシーフードを加えて炊飯器で炊くだけ。にんにく、赤ピーマン、鶏肉入り。
※各店（コープチェリオを除く）カレー
ルウ売り場にあり。共同購入では
不定期でご案内しています。



COOP にがり
充填とうふ
300g
本体
価格 90円 (税込97円)

岩手県産大豆を50%使用。濃度の
高い豆乳を容器に流し込んで固めて
いるので、水切りは不要です。
※各店（コープ西ヶ丘、コープチェリオ
を除く）で取り扱い。共同購入では
毎週ご案内しています。

●材料（4人分）

コープ炊き込みパエリアの素 …… 1袋 米 …… 3合
アイコープにがり充填とうふ …… 1パック
好みでエビ・オリーブ・野菜・レモンなど …… 各適量

●作り方

- ①米を研ぎ、水にひたしておく。
- ②①をザルに上げて水気を切って炊飯器に入れ、パエリアの素を加え、3合の目盛りまで水を入れる。
- ③豆腐を大きめに手で崩しながら加え、普通に炊く。
- ④エビや野菜などを茹で、塩・こしょうで下味をつけておく。
- ⑤炊き上がった③を器に盛り、④のエビや野菜をのせて出来上がり。

●1人分 563kcal



産直りんご

東長岡果樹生産組合(紫波町)の 公開安全確認会に参加し、 「安全・安心」がわかりました!

9月25日、東長岡果樹生産組合の「公開安全確認会」に盛岡南コープの組合員3人が参加し、生産者との交流を通して「安全性・おいしさへのこだわり」や「栽培の苦労」を知りました。こだわりの「産直りんご」は今が旬! みんなで利用して、生産者を応援しましょう!

「特別栽培」にこだわって

「公開安全確認会」では、まずは事務所で書類を点検。栽培方法や栽培計画書の確認では、副組合長の藤沼伸さんが、「農薬・化学肥料の使用回数を慣行半分以下に減らして栽培する『特別栽培』は、病気や害虫被害が発生するリスクが高まります。1年おきに『特別栽培』にする産地が多いですが、うちは安全性にこだわって、12年前からずっと『特別栽培』なんです」と説明しました。これを聞き、「私たち組合員に安全・安心なりんごを食べてもらいたいという思いが伝わりますね」と多田悦子さん。

特別栽培

化学合成農薬と化学肥料の双方を、慣行(若手県の場合43成分)の半分以下に減らして栽培すること。認証を受け、「認証マーク」をつけて出荷する。



利用してもらえることが、 がんばる力に

組合長 川原一文さん



私たちは一年中りんごと格闘しています。樹や実の手入れのほか、園地の草刈りなど仕事はいっぱいあります。農薬の使用回数もできるだけ抑えているので、栽培には細心の注意を払っています。こうして収穫できたりんごをたくさん利用していただくと、「がんばってよかった」と本当にうれしくなります。

今年は早生・中生種の収量は少なめでしたが、晩生種はたくさん収穫できました。ぜひみなさんご利用くださいね!

東長岡果樹生産組合

1977年、紫波町東長岡地区の20ヘクタールの山を切り開き、りんご栽培を開始。その6年後、「ひょう害」にあったりんごの取り扱いが縁で生協との「産直」がスタート。現在、生産者7戸。約20人の従業員が日々の作業を担っている。

公開安全確認会って?

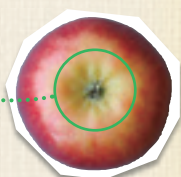
2002年に策定した「産直政策」に基づき、2003年度から毎年、県内すべての産直提携先と実施。栽培・飼育や出荷などに関する約束事がきちんと守られているかを、生産者と生協組合員・生協職員が産直提携産地で見える「関係の中で、栽培履歴・衛生管理などの管理状態を確かめ合うことで、信頼関係の深まりと「安全性」の向上をめざしています。

藤沼さんに聞きました！ おいしいりんごの 見分け方



おしりの色が
黄色だと食べごろ！

軸が深くに
ある方が
おいしいですよ！



藤沼 伸さん

事務所にて



細かく記録して
いるんですね。

農薬の種類や回数、栽培計画
などの書類を点検しました。

もげそうでこわいね。



園地にて

まんべんなく光を当てるため
に、りんごを回すんですよ。

栽培のこだわりや品種の
特長など、生産者から説
明してもらいました。



堆肥場にて

盛岡市動物公園の草食動物の排泄物と敷き
わらを3年以上寝かせて堆肥に。これを収
穫後の園地に入れて、栄養たっぷりの土を
作っています。

毎年必ず利用しています！

宮館朋子さん（遠野市）

この時期になるとあちこちの産直所に
りんごは出回りますが、私は必ず生協の
「産直りんご」を利用します。「特別栽培」
なので安心して家族に食べさせられま
すし、甘み・酸味がほどよくあっておい
しい♡「箱入り」はおつかい物に利用し
ますが、とても喜ばれます。

今号の表紙
(有)紫波農園（紫波町）



従業員13人の有限会社。2010年度から、
バートレットとラ・フランスを生協に出荷。
2012年度に産直提携を開始。ていねいな栽
培管理と追熟により「品質がよくおいしい」
と好評。店舗・共同購入、お歳暮ギフトカ
タログ（ラ・フランスのみ）で取り扱い。

手間ひまかけて、
愛情を込めて栽培

書類点検を終え、現地確認へ。
「樹の下に反射シートを敷くと、
りんごのおしりまで赤くなって見
栄えは良いけど、味には変わり
ありません。食べごろが見分け
れなくなるので、うちでは使っ
ていません」と藤沼さん。「樹で熟
すのを待ち、適期をしっかりと見極
めてから収穫しているの、おい
しいですよ」と自信をのぞかせま
す。「今日は参加してよかった。
これから贈答用のりんごは東長岡
さんのものを注文します」と中村
タイ子さんは話しました。
りんご栽培に休みはありません。
収穫を終えた園地では、もうすぐ
「堆肥やり」の作業が始まります。
来年の秋に、またおいしいりんご
を収穫するために。

栽培品種と取り扱い時期

わせ 早生種(9月)	きおう、さんざ、津軽	人気急上昇中の 注目の品種！	
ちゅうせい 中生種(10月)	千秋、紅玉、ジョナゴールド、ジョナグレット、トキ		
ばんせい 晩生種 (11月～)	王林 甘い香りと強い 甘み。サクッ とした軽い食感。	ふじ 甘みと酸味のバ ランスがよく、 果汁もたっぷり。	はるか 蜜入りの黄りんご。 濃厚な甘みでシャ キシャキした食感。

りんごギフトのご注文はお早めに！

承り期間は12月4日（特選りんごは11月20日）ま
でですが、なくなり次第終了となります。ご注文はお早めに！





クリスマス・年末は おいしい! 楽しい! うれしい! コープ商品でおうちパーティー♪

今年も残りわずか。クリスマス、そして年末ももうすぐですね。家族やお友だちが集まる日には、おうちで楽しくパーティーを! 安全・安心、おいしさにこだわったコープ商品・産直品を使えば、さらにおいしくお料理に楽しい笑顔が広がります♪

83 チーズフォンデュセット
鍋に入れて温めるだけ。
手軽でおいしい!

47 アイスバイン
(塩漬した骨付き豚すね肉)
四角く切ってチーズフォンデュ
に。サラダやオードブルにも。

**48 国産牛サーロイン
ステーキ用**
ステーキに最適な部位が
お手ごろ価格です。

87 2 COOP Kanau(協う)〈赤〉
限定生産のオリジナルワインは(株)エー
テルワイン(花巻市)。白もあります。
12ページの関連記事もご覧ください。

3 2 COOP
いちごスベシャル
いちごたっぷりのオリジナ
ルケーキ。

上記料理は
「店舗クリスマス
予約カタログ」の
商品を使用しました!

カタログの内容
は、こちらからご
覧になれます。



**11/30(月)までに1,900円以上(税込)のケーキまたは
アイスクリームをご予約いただくと、1品につきシャンメ
リー(360ml)1本プレゼントまたは100円(税込)引き!!**

ご予約

12/13 日まで

各店サービスカウ
ンターで承り中です。

お引き渡し

12/22 火~25 金

ケーキは12/19(土)、花は12/20
(日)からお引き渡しです。

調理のツツ「星子's ワンポイント」

ステーキの上手な焼き方

- ★牛肉は焼く30分前から室温に置いておき、焼く直前に軽く塩・こしょうをふる。
- ★フライパンの火加減は、強めの中火で。焦げ目がついたらひっくり返し、うら面も同様に焼く。箸で押して弾力が感じられたら火を止める(ミディアムレア)。
- ★しっかり火を通したいときにも、上記で火を止め、肉にアルミホイルをかぶせ余熱で火を通す。焼き過ぎないので、肉が固くならない。

ソース わさび醤油、レモンバター(バター+レモン果汁+パセリのみじん切り)、玉ねぎを効かせた醤油味のソースなどもおすすめ。

付け合せ ベビーリーフ、ミニトマトだけでも、ちょっと豪華。



料理&テーブル
コーディネート

千葉 星子 さん
(フリーアナウンサーにして
料理研究家)

いれて生協ホームページ上の
「146 取材こぼれ話」も見てね!



アイコープのオリジナルケーキ

素材にこだわった
スポンジケーキが
おいしさの決め手



日配・グロスアリー
チーム
チームリーダー
古舘 広光

「アイコープ・生協規格」のクリスマスケーキは、味はもちろん、原材料にこだわっています。「産直さくら卵」と「アイコープ産直生協牛乳」を使い、しっとり柔らかに焼き上げたスポンジケーキが自慢です。30年以上前に開発したブランガトーが第一号で、今も人気ナンバーワン。そのほか今では12種類に増え、製造は地元メーカー3社に委託しています。いちごは鮮度を保つて別パックでお渡しするなど、コープならではのこだわりとおいしさが好評です。

そのほか、有名パティシエのケーキや人気キャラクターケーキなどもご案内し、昨年は合わせて1万点を超えるご利用をいただきました。

今年も昨年の価格を維持

今年は小麦粉などの原材料が値上がりしていますが、デザインや飾りを見直すことで、昨年と同じ価格を維持しました（生チョコケーキのみ価格変更）。また、ブランガトーの5号サイズも新たに追加、たくさんさんのケーキの中から、ご家族の人数やお好みに合わせてお選びいただけます。コープのケーキで、楽しいクリスマスパーティーを！お店の「クリスマス予約カタログ」でご注文ください。

アイコープ&生協規格のケーキの特長

その1

スポンジケーキは、「産直さくら卵」を小麦粉の1.4倍使い、水はまったく使わず「アイコープ産直生協牛乳」だけで練り上げ、しっとり柔らかに焼き上げています。

その2

いわて生協独自の基準で、できるかぎり食品添加物の使用を減らしています。

アイコープのクリスマスケーキ おすすめはコレ！

●価格はすべて「税込価格」です。

人気No.1

coop
ブランガトー



new

5号 2,700円
6号 3,000円
7号 3,600円

スポンジにピーチをサンド。ホイップクリームで仕上げたファミリー向け。7号サイズはコレだけです。

製造/白石食品(盛岡市)

大人向け No.1

coop
ラフィーネ



5号 3,300円
6号 3,700円

甘さを抑えたコクのあるクリームにブランデーとリキュールを加えた大人向けです。

製造/オリオンペカリー(花巻市)

いちごの数 No.1

coop
いちご
スペシャル



5号 3,500円
6号 3,900円

いちごたっぷりのケーキ。コクのあるクリームで仕上げました。

製造/オリオンペカリー(花巻市)

ブランガトーは “白い魔法のケーキ”

佐々木朱美さん(盛岡市)



わが家のクリスマスケーキは、「ブランガトー」と決まっています。ふわふわのスポンジにはさくら卵と生協牛乳の味が生きていて、「とってもおいしい♡」と娘たちも大好きです。食卓に飾っただけで、みんなを笑顔にさせる“白い魔法のケーキ”をみなさんにもおすすめしま〜す！

coop 生チョコケーキ

5号
2,500円



ふんわりしたココアスポンジを、口だけのよい生チョコクリームで仕上げました。

製造/白石食品(盛岡市)

coop ガナッシュ ケーキ

5号
2,800円



チョコレートスポンジに、チョコレートムースとキャラメルムースをのせ、表面にチョコスプレーを吹きつけています。

製造/風月堂(盛岡市)

少人数のご家族におすすめの4号サイズ、お得な2個セット、チーズケーキもあります♪

●4号(約12cm:2〜3人用)、5号(約15cm:3〜4人用)、6号(約18cm:4〜6人用)、7号(約21cm:5〜8人用)。

岩手の有名店 パティスリー津志田の ケーキもご案内♪



限定200個
ガトーショコラ
5号 3,500円

限定300個

ネージュ
5号 3,500円



素材と味にこだわって

パティスリー津志田(滝沢市菓子)

オーナーパティシエ 佐藤 一成さん

地元の食材を使い、地元の人に食べてもらいたいとお菓子作りを続けています。

クリスマスケーキでいわて生協さんとお付き合いを始めて6年。毎年たくさんの方にご利用いただきうれしく思っています。今年も、2種類の力カオをブレンドした大人向けの「ガトーショコラ」と、純生クリームを使った「雪」を意味する「ネージュ」を作ります。ぜひご利用ください。



中央が佐藤さん。スタッフのお二人といっしょに。



共同購入担当者10人がキロサ牛の産地見学・交流
「牛舎はきれいで臭いがなく、牛たちもとても穏やか。おいしい牛肉になるわけがわかりました」と。

農業生産法人(有)キロサ肉畜生産センター (岩手町) では？

- 良質な粗飼料と自社ブレンド配合飼料を与え、ゆったりとした環境の中で大事に肥育。
- 循環型農業の実現をめざし、牛糞から完熟・高品質の堆肥を生産。岩手町のキャベツ畑などに提供。(そのキャベツで作った「ロールキャベツ」をいわて生協でも提供している。)

「キロサ牛」は、農業生産法人(有)キロサ肉畜生産センター(岩手町)が生産する、黒毛和種(雄)とホルスタイン種(雌)の交雑種です。黒毛和種のおいしさを受け継ぎ、適度なサシ(脂肪)で、価格はお手頃。

おいしくてお手頃価格！
岩手県産キロサ牛



岩手県産キロサ牛
すき焼き用

地元の生産者が育てた
おいしいお肉でごちそうを！

「産直ならでは」の「おいしいさ！」
産直アイコープ豚^{とん}
しゃぶしゃぶ用に、もうひとつおすすめなのが「産直アイコープ豚のロースしゃぶしゃぶ用」です。産直アイコープ豚は、「安全で品質のよい豚肉を」という生協組合員の願いと、「経営とくらしを守り、肥育技術の向上・養豚の発展を」という生産者の願いから1973年に産直を開始。生産者と組合員が交流し、安全・安心・おいしい豚肉を作り上げてきました。一度食べてみれば、おいしくビックリすること、まちがちなしです。



畜産チーム
チームリーダー
三浦 綾



みんなで囲む
あったか鍋に！

産直アイコープ豚
ロースしゃぶしゃぶ用

キロサ牛、産直アイコープ豚ともに、店舗・共同購入で取り扱っています。



「専用飼料」で育てています

良質の植物性の飼料を与えているので、臭みのないおいしい豚肉になります。今年から、飼料の形状を変更(熱を加えて食べやすく加工)し、より消化・吸収しやすくしました。

抗生物質や抗菌剤を含まないので、衛生管理を徹底。豚の様子を毎日よく見て、調子の悪い豚にはすぐに手当てをするなど、わが子のように大切に育てています。

組合員みなさんに「おいしい！」と食べてもらえることが私たちの喜びです。「産直アイコープ豚」をぜひご利用ください。



アイコープ豚
生産者の会会長
七木田一也さん

産直アイコープ豚^{とん}とは？

- 産直開始は1973年から。1990年から「アイコープ豚」として産直提携。
- J Aいわて中央(紫波町・矢巾町)の5つの契約農場が生産。
- 生後70日以降、約180日で出荷するまで、抗生物質・抗菌剤を含まない生協専用飼料で肥育。主原料のトウモロコシは遺伝子組み換えでないもの。たんぱく源は良質の植物性原料のみ(魚粉・肉骨粉など動物性原料は不使用)なので、臭みがない。
- 出荷前2か月間の専用飼料に、国産飼料米と麦類を配合し、良質な肉と脂に仕上げている。

「公開安全確認会」を実施



岩手郡コープの組合員さんが参加。書類点検31項目と、病気予防のため写真による現地点検を実施。(本誌4ページもご覧ください)

おいしいアイコープ豚、 大好きです♪ 大和宏美さん(盛岡市)

豚肉嫌いだった長男が、産直アイコープ豚だけは「おいしい！」と食べるんですよ。ほかの豚肉だと、「なんか違う。においがする…」と言われます。産直アイコープ豚に出会って5年。公開安全確認会に参加して、おいしい豚肉にするための苦労や努力、生産者の熱意を知り、これまで以上に感謝していただいています。

ほくも
だいすき♡



歳くん(年長)、煌くん(小学4年生)と。

おせちやかまぼこも、安全・安心のコープで！



味付数の子
(醤油味)

かまぼこ (赤・白)、
伊達巻、なると巻き



つぶあん、こしあん、ずんだあん、
味付ねりごま、味付ねりくるみ

これらの商品は、年末
に店舗・共同購入で取
扱います。

和え物にもおすすめ！ アイコープ味付数の子

子孫繁栄を願って縁起物としておせち料理に使われてきた「数の子」。アイコープは、カナダ（大西洋）産の数の子を原料に、遺伝子組み換えでない大豆を原料にした醤油で味付けしています。着色料・保存料は使わないなど、食品添加物を最低限に抑え、自然な風味に仕上げています。そのままだもちろん、青豆やきゅうりと和えてもおおいしです。お正月の食卓に、ぜひご準備ください。

かまぼこ、伊達巻も、安全・安心のコープ商品

お正月に欠かせないかまぼこ類も、食品添加物の使用を最小限に抑えたコープ



水産チーム
チームリーダー
とくまさ
鳥居徳正

商品がおすすめです。「かまぼこ」や「なると巻き」の赤や、「伊達巻」の黄色には、天然色素を使っています。合成着色料と違い、鮮やかな色ではありませんが、「自然な色合い」が人気です。

そのほか、岩手県産小豆を使ったアイコープつぶあん・こしあん、保存料を使わず冬期間限定のアイコープ味付ねりごま・ねりくるみ、ずんだあんもおすすめです。ずんだあんには、合成着色料も使っていないです。安全・安心のコープ商品・アイコープ商品をおすすめします。

年末のお買い物が、とってもラク♪

お正月に孫たちと囲む「焼肉パーティー」に欠かせないのが、生協のお正月予約の「焼肉セット」。「柔らかくておいしいお肉だね！」と評判がいいんですよ。年末に混雑しているお店での買い物は大変ですが、メインの食材を予約しているととってもラクでいいですよ！



野中清子さん
(盛岡市)

家族や親戚が集まる「ハレの日」の食卓の準備に、コープ商品・アイコープ商品を！それには、お店のクリスマス予約・正月料理予約がおすすめです。何かと忙しいこの時期、予約をしていると、お買い物がとってもラクになりますね！

おいしい・安心・ラクラク！ お店の料理予約

いわて生協では独自の基準で添加物を排除

次の3つの考え方にそって、食品添加物の独自基準をつくり、アイコープ商品・アイススタイル商品の開発や、一般メーカー品の取り扱いを行っています。特に、アイコープ商品の開発・普及をととして、食生活で摂取する食品添加物の種類と量を減らしていくことをめざしています。

基本的な考え方

1. 不必要なものは使わない。
2. 使う場合でも最低限の量に限る。
3. 安全性に問題のあるものは使わない。

※いわて生協の開発商品へ、一切使わない食品添加物は17品目、使用を制限する食品添加物は43品目。(現在日本で使用が認められている食品添加物は約1,400品目ですが、安全性に不安のあるものも含まれています。)

お店の「お正月料理予約」☑☑がおすすめ！

- ①お刺身盛り合わせ・お寿司・海鮮鍋セットを、豊富なラインナップでご案内。
- ②おせち重、和・洋・中オードブルも多数取り揃えます。
- ③2点、3点を組み合わせて注文いただくと、とってもお得に！

ご予約
12/1 ☎~12/25 ☎

各店サービスカウンターで承ります。

お引き渡し
12/30 ☎・31 ☎

ご希望の店舗でお受け取りいただけます。

ご予約の代金も
「組合員カード」に
ポイントがつくよ♪



正月料理
予約カタログ

※昨年カタログです。