

声にこたえて、コースを見直し

移動店舗  
「にこちゃん号」



現在4台運行中

震災から4年が経ち、沿岸では「災害公営住宅」ができ始め、仮設住宅から移られる方々も増えてきました。それに伴い、「引っ越した先でも『にこちゃん号』を利用したい」といった声も聞かれたことから、陸前高田・大船渡地域（2台）でコースの見直しをすすめてきました。そして、これまでの「週3回・2コース」から「週2回・3コース」に変更し、あらたに10か所を販売場所として加えることに。7月20日より、新コースでの運行をスタートしました。

今後は、釜石・大槌地域コースも変更するほか、宮古地域は検討を行います。

移動店舗「にこちゃん号」は、陸前高田・大船渡、釜石・大槌、宮古地域で運行しています。運行表は、いわて生協ホームページで確認できます。



意見・要望を聞き取り

2014 年秋

アンケートにご協力  
お願いします！



けせんコープ(陸前高田・大船渡地域)のこ〜ぶ委員が仮設団地・災害公営住宅とその周辺の方々から情報収集

週2回になってもいいから、販売場所を増やして。

〇〇の公営住宅にも来てほしい！

コースの検討

集まった要望をもとに、コース案を検討

ここここを合わせたコースにしてみようか？

ここも販売場所にしたいな。交渉してよう。



意見  
交流

共同購入けせんセンターも販売場所にしてほしい！

近くに公営住宅ができるので、ぜひ。



2015 年 7 月

新コースが  
決定！



2015年7月20日 新コースでの運行スタート！

けせんコープのこ〜ぶ委員が、チラシを地域に配布して新しいコースをお知らせしたほか、7月20～22日の3日間は、販売場所でお茶や試食を出しながら、初めて利用する人をサポートしました。



7月20日 けせんセンター（大船渡市）



7月21日 西下災害公営住宅（大船渡市）

スタッフの愛きょうが最高にいいの♪おしゃべりするだけで楽しいんだけど、おすすめ上手でついつい買っちゃう。前向きな人と話せばどんなときでも、自分も前向きになれる。元気をもらっているわ。「にこちゃん号」、大好き〜♡

車がないので、本当に助かっています。ほしいものがないときは、お願いすれば次にちゃんと持ってきてくれるし。一人暮らしでだれとも会話することがないので、「にこちゃん号」が来るのを楽しみにしています。



移動店舗担当  
氏家一恵

佐藤テル子さん

佐藤フミ子さん

移動店舗担当  
小野ひろみ

8月4日 西下災害公営住宅にて

## 復興へ!

### 人が大切にされる社会に

製油工房 椿のみち (陸前高田市)  
工房長 武田景子さん

陸前高田市には、昔から椿の木がたくさん植えられています。津波で松は流されましたが、椿はしっかりと残りました。椿油を製造するこの工房は、復興支援で何度も東北へ足を運んでいた※(有)ネパリ・バザーロ代表の土屋春代が、「その地元にあるもので産業をおこしたい」「陸前高田を椿の里にしたい」と2012年秋に設立しました。

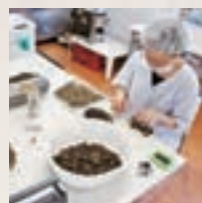
いわて生協とは、以前からご縁のあった代表の土屋が、復興を応援するため東北産の原料を使って化粧品を作ろうとしたことでつながることができました。また「わかめのエキスの必要なんだけど、どこか知らない?」と土屋に聞かれ、私が共同購入で購入している「産直真崎わかめ」を紹介したことで、田老町漁協とつながりました。さらに、いわて生協のバスボランティアに椿の植樹や草刈りに来ていただいたり、完成した化粧品「クーネ」の販売にもご協力いただき、本当に感謝しています。

私は元々、障がい者施設で働いていました。被災地では、多くの人たちが仕事を失いましたが、特に、障がい者の雇用は、震災以前に比べきびしくなっています。ですから、この工房では、何らかの事情のある方をあえて採用しています。ただモノをつくるのではなく、人が大切にされる社会をめざして、これからも取り組んでいきたいと思っています。

(有)ネパリ・バザーロ：ネパール人の経済的自立をめざしたフェアトレード企業。所在地は神奈川県横浜市。東日本大震災後は、被災地の人と素材を生かした商品の製造販売による地域復興にも取り組んでいる。



工房のみなさん。  
中央が武田さん。

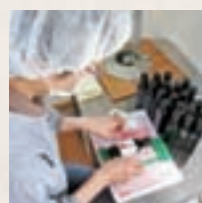


### つばきあぶら 椿油が できるまで

① 乾燥させた椿の種を割り、殻や傷んでいる部分を手作業で取り除く。



② 生のままの実に圧力をかけて搾る(最大で1日2カップしかとれないという貴重な油!)



③ ろ過したのち、70℃の低温で10分間殺菌。びんに詰め、シールを貼ったら完成。

### 「椿油」や「クーネ化粧品」の購入方法

- 共同購入／9月5週号でご案内
- 復興支援・地産地消フェスタ／10月3・4日 (コープ関コルザ)
- ネットショップ／ <http://verda.bz>

### 復興応援 / 商品プレゼント

椿のみちの「生しばり椿油」と椿油配合の「クーネ トライアルヘアケアセット」**4名様** (計2,800円相当)

「復興応援商品プレゼント係」と明記し、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 10月10日(土)

### 生しばり椿油

動脈硬化や高血圧を予防すると言われるオレイン酸が豊富で、劣化にくい油。生のまま搾っているので、フレッシュでマイルドな味わい。カルパッチョや冷奴などにも。100g入り。



写真はイメージです。

### クーネトライアルヘアケアセット

椿油、わかめエキスのほか、陸前高田の自根きゅうりエキスやネパールのはちみつなどを原料に使用。生分解性に優れたアミノ系シャンプーと、植物エキスたっぷりのコンディショナーのセット。各20ml入り。

## 今年度の 東日本大震災支援募金

420万7,737円  
(3月21日～8月20日)

バスボランティアやふれあいサロンなどの支援活動を支える募金です。引き続きご協力ください!

### 店舗

店内に設置している「募金箱」へ!

### 共同購入

OCR注文書で募金の利用登録を!

|      |     |    |    |    |
|------|-----|----|----|----|
| 100円 | 毎週  | 25 | 19 | 99 |
|      | 隔週  | 25 | 29 | 99 |
|      | 月1回 | 25 | 49 | 99 |

OCR注文書の6桁番号記入欄に、上記の番号と口数を記入します。共同購入代金と一緒に、来年3月20日まで自動的に募金に協力できます。

## ネクタイでアクセサリー・小物作り

陸前高田市の被災者グループが始めた「ネクタイのネックレス作り」。「材料になるネクタイはないかしら?」という声を受けて呼びかけたところ、「コープこうべ」から1,240本、いわて生協から560本の計1,800本が寄せられました。集まったネクタイは内陸のコープ(花巻・一関・にのへ)やいわて生協本部(滝沢市)で、ボランティアがほぐしたりしてキットを作りました。このキットで沿岸4グループが、小物作りを楽しんでいます。



金石市栗林町のグループ。



完成した小物の一部は、コープこうべのイベントで販売していただくことができました。

スマホケース

ネックレス



知って

使って



みたいわ〜



提携店が増えました♪

## 「組合員カード 提示」で 生協以外のお店でお得!

いわて生協に加入した方全員にお渡ししている「組合員カード」。店舗で利用するたびにポイントがたまるだけでなく、提示すると特典が受けられるお店があるって、知ってましたか?提携店もどんどん増加中です。さあ、「組合員カード」を持って出かけましょう!



入園料が割引に!



岩手  
サファリパーク

入園料

10%引き (5人まで)



(一関市)

特典がいっぱい!

花巻温泉 (ホテル千秋閣、ホテル紅葉館、ホテル花巻)

① 日帰り入浴大人料金が200円引きに!

800円⇒600円 (5人まで)

② 宿泊に特典が! ③ ブライダルご利用にも特典付き!

※ ②③について、くわしくは下記のお問い合わせ先へご連絡ください。



ホテル紅葉館

日帰り入浴大人  
料金が値引きに!

八幡平  
ロイヤルホテル (八幡平市)

1,000円⇒600円 (4人まで)

つなぎ温泉

愛真館 (盛岡市)

800円⇒700円 (5人まで)



八幡平ロイヤルホテル

このほかにも、7つの  
施設で入浴大人料金が  
100円引きになります。  
詳しくはこちら▶



奥山みどりさん  
(花巻市)

組合員でよかった!

つい先日、家族で「不動温泉 百万石 (矢巾町)」に行き、組合員カード提示特典の100円引きで入浴してきました。受付時にカードを提示するだけの気軽さがいいですね。さらに地元の花巻温泉でも利用できるようになり、うれしい!これからのシーズンは、ますます温泉に行く機会が増えるので、「次はどこで提携するのかしら?」と楽しみにしています。

■お問い合わせ先 いわて生協 住まいと暮らしのサービスセンター

☎0120-879-300 (月曜～土曜 9時～18時)

## ポリ袋カレーライス の作り方



- ① 二重にしたポリ袋の中に、研いでいない米 (80g) と (水 100cc) を入れ、空気を抜いて袋をしぼる。
- ② カレー用の野菜を適当な大きさに切る。
- ③ ②と缶詰めのツナ適量、砕いたカレーパウダー 1 かけ、水 (60cc) を二重にしたポリ袋に入れ、空気を抜いて袋をしぼる。
- ④ 水を沸騰させた鍋に①と③を入れ 30 分煮る。ごはんは、鍋から取り出したらそのまま置いて 15 分蒸らし、ほぐしながら皿に盛る。

※ 衛生面を考慮して精肉ではなくツナ缶を使用

いつまた災害が起き、避難所での生活が強いられるかもしれません。少ない水と燃料で、それでも簡単に温かい食事が作れることを、楽しく学びながら広めていきたいですね!

及川佳乃枝さん



“いざ”というときに  
役立つ!



ポリ袋  
料理



楽しい♪  
なめなめ♪  
組合員の活動

けせんコープ  
北小こ〜ぶ委員会

「コープいしかわ」さんからいただいた非常食の本にあった「ポリ袋料理」に、6月のコープカフェで挑戦し、ごはんやスープなどを作り好評だったと聞きました。そこで私たちの委員会でも、7月に、メニューを変えてカレーライスに挑戦。「いざ」というための、米はあえていつも家にある精白米を使いました。簡単においしくできたので、「ふれあいサロンボランティア」の有志と再挑戦。「これなら温かい食事が簡単に作れる!ふれあいサロンでも紹介しよう」と話が弾みました。

(コープリーダー・ふれあいサロンボランティア 及川佳乃枝)  
※さまざまな組合員活動に関わる人を増やそうと、けせんコープで今年度あらたに取り組んでいる活動。

こ〜ぶ委員会についてのお問い合わせ・お申し込み

■組合員活動チーム ☎019-603-8299

(月曜～金曜 9時～18時、土曜 9時～17時)



私のおス  
ラブ♡コープ

「コープ食塩不使用ミックスナッツ」は、「ハピママコープ」に参加した際にいただき、リピート商品になりました。食べすぎはよくないと思いつつ、手が止まらない! ついつい食べてしまいます!

(盛岡市 藤田典子さん)

# 子どもが伸びる魔法の声かけ



ハレルヤ保育園（滝沢市）  
園長 森田 恵先生

ブンブンママが、ニコニコママになれる魔法の声かけを、「モンテッソーリ教育」の観点から教えていただきました。

## ★ 手本はゆっくり見せる。 ★ だまって、ひとつずつ順番に

鼻をかむ、口をふく、ズボンをはく……。子どもが1人でやりたがったり、1人でできるように大人が教える行動ですね。お手本を見せる時、「こうして、こうやって…」と説明しながらやっていませんか？

実は、子どもは「見ること」と「聞くこと」を同時にはできません。手本を見せるときは、**だまって見せる**のがいいんです。しかも、一つひとつの動作を大人のやるスピードの1/8倍くらいで、**ゆっくり順番に**やって見せます。小学生になってからも、手本は話さずだまって見せるのです。

「鼻をかむ」は、まずティッシュを2つにたたむ、鼻に当てて片方をかむ、逆の鼻をかむ、仕上げに鼻を拭いてティッシュをたたむという風に。「箸を持つ」も、指を1本ずつ箸に添え、ゆっくりと。ゆっくりやって見せることで、子どもがどこにつまづいているか、どこを難しいと思っている

かわかります。そして「やってみる？」とひと言だけ声をかけます。

「おもしろそう!」「やってみたい!」という子どもの気持ちを大切にしながら取り組ませ、自分でできたら、「**上手にできたね♡**」と声をかけてあげましょう。自信がつかます。



### モンテッソーリ教育では

「子どもは生まれながらに自らを成長・発達させる力を持っている」という考え方を基本に、子どもが自分で自分を伸ばすのを手伝ったり、「ひとりでできた!」と輝けるように導いています。

## ★ 失敗を責めず、どうしたら上手にできるか導いて

トイレに誘っても行かないうちにおもらししてしまったとき、「ほらみなさい、ママが言ったでしょう。どうしてトイレに行かなかったの!」と言いたくなってしまいますね。でも、子どもたちに「失敗感」を与える声かけはマイナスです。そんな時は、「**どうすれば良かったと思う?」「ママはおもらししない方法を知っているけど、聞きたい?」**と笑顔で声をかけます。失敗を責めず、どうしたら上手にできるか導いてあげられるような声かけをしましょう。

「おもらししない方法を聞きたい」と答える子は、「自分で決めた」という感覚を持ちます。これが上手にできるようになるポイント。自分の意志で、**自分で決めたこと**だから、やれるようになって行きます。

※いわて生協ホームページ内「145 こぼれ話」に、「子どもの行動には深〜い意味がある!」を掲載しています。こちらをご覧ください。

## 星子流 ★ 役立ちレシピのアレンジ離乳食

「今日からつくれる役立ちレシピ（2〜3ページ）」の中の材料を使った「アレンジ離乳食」を紹介してもらいます。



フリーアナウンサーにして料理研究家の千葉星子さん。

3ページの「コロコロ甘辛煮物」を使って

後期

### コロコロ野菜のあんかけ丼

#### 材料

「コロコロ甘辛煮物」の根菜…………… 大さじ1  
だし汁…………… 50cc  
水溶き片栗粉…………… 少々  
ご飯…………… 適宜

#### 作り方

- ①甘辛煮物の根菜は小さく切り、だし汁とともに鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。
- ②水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。
- ③器にご飯とともに盛り付けてでき上がり!

※煮物に入っているこんにゃくは、お子さんの噛む力によっては喉につまる場合もあるので、除いています。

便利です!

co-op 顆粒片栗粉とろみちゃん

水溶きせずに、加熱中の料理に振り入れて使えます。85℃以上に加熱してとろみが出る片栗粉です。北海道産ばれいしよを使用。



パッケージは変更になる場合があります。





## 福祉用具をレンタルするには?

病気で入院中の母が来月には退院し、自宅療養します。そのために、介護用のベッドや車イスをレンタルしたいのですが、どのようにしたらいいのでしょうか。ちなみに、母は「要介護2」の認定を受けました。

### 回答

「要介護2」以上の認定を受けると、介護保険で定められた福祉用具を、本人負担1割（または2割）でレンタル（月払い）できます。※要支援・要介護1の場合、レンタルできる用具に制限があります。

レンタルまでの流れ

- 1 退院後のケアプランを、ケアマネジャーに依頼します。（病院の相談室や地域包括支援センターに相談できます）。
- 2 ケアマネジャーに利用者本人の状態や自宅の住環境を把握してもらい、ケアプランの作成に合わせて、福祉用具レンタルの事業所を選びます。
- 3 福祉用具の専門相談員が、利用者の身体状況、家族（介護者）の状況、住まいの環境を確認し、生活機能の維持・向上や介護負担軽減のために適切な福祉用具を選定・提案します。
- 4 事業所と契約を結んで、レンタルを開始します。



### 介護保険で自宅の「住宅改修費補助」が受けられます。

要介護認定を受けている方の居住する住宅が対象です。

※一時的に子どもなどの住宅に身を寄せている場合は対象外。

#### 【対象となる工事】

- 1 手すりの取り付け
- 2 床の段差の解消
- 3 滑りの防止
- 4 引き戸などへの取り替え
- 5 洋式便器などへの取り替え
- 6 その他上記の住宅改修に付帯して必要な工事

●20万円の工事を上限に、介護保険から「住宅改修補助」が9割（または8割）受けられます。事前の申請が必要です。くわしくは、担当のケアマネジャー、各地域の地域包括支援センターにお問い合わせください。



盛岡・滝沢地域にお住まいの方は

### 「コープ介護・福祉センター“あい”」へ

“あい”は、ケアプランを作成するケアマネジャーがいる居宅介護支援事業所です。在宅生活でのちょっとした困りごとなどを気軽に相談ください。その他、つえや靴、ポータブルトイレなどの福祉用具も販売していますので、お気軽にどうぞ。

☎0120-179-131（9時～18時 土日祝も休まず営業）

※盛岡・滝沢地域以外にお住まいの方は、各地域の地域包括支援センターへ。

### 住宅改修も、いわて生協へ!

#### 住まいと暮らしのサービスセンター

住リフォームや床コーティングなどのご相談・お見積もりなど承ります。いわて生協と提携する専門業者が対応します。

☎0120-879-300

（月曜～土曜 9時～18時）

## 催し物ガイド

いわて生協文化鑑賞会

クオレ

私へのごほうびに  
素敵な舞台観賞を!

### 第52回例会

出演：藤山直美、三田佳子  
小林綾子 他  
作：橋田壽賀子  
演出：石井ふく子

12月12日(土) 昼夜公演  
岩手県民会館大ホール

※岩手めんこいテレビ・岩手県民会館提携企画



- 毎月の会費1,620円（税込）で、さまざまなジャンルの演目が年3～4回楽しめます。
- 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

文化鑑賞会クオレ事務局（いわて生協 組合員活動チーム内）  
☎019-603-8299（月曜～土曜 9時～18時※土曜日は17時まで）

### いわて生協のイベントに遊びに来てね♪

|                      |                             |          |
|----------------------|-----------------------------|----------|
| コープフェスタin大槌          | 10/3(土)<br>10:30～14:00      | 大槌町弓道場   |
| 復興支援・地産地消フェスタ in コルザ | 10/3(土)・4(日)<br>10:00～16:00 | コープ関コルザ  |
| 復興支援・地産地消フェスタ in あうる | 10/17(土)・18(日)<br>未定        | コープ花巻あうる |
| 宮古復興応援まつり5           | 11/3(火・祝)<br>10:00～16:00    | マリンコープドラ |

### 南昌荘 10月のイベント案内

|                    |                                                                       |         |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------|
| 10月2日金<br>～4日      | 手しごと展<br>村木茂 作陶展                                                      | 手づくりの部屋 |
| 10月8日木<br>～10日     | 第6回パッチワークサークル Rei キルト展 布と色のお祭り                                        |         |
| 10月9日金<br>～11日     | 藍染教室作品展                                                               | 工房彩苑    |
| 10月10日土<br>～11日    | 布遊塾作品展 古布リメイク 染物 裂織 塗物 一閑張等                                           |         |
| 10月16日金<br>～18日    | 伊勢型紙小紋展                                                               | 亀半      |
| 10月16日金<br>14:30開演 | やさしい音コンサート 三四郎（サクソフーン）Tohoku Tour<br>※チケット 3,700円（お茶券、入園料含む）〈前売・当日とも〉 |         |
| 10月23日金<br>～25日    | 盛岡発 “復光 ～これからここから～” vol.3<br>ことばの知・加・楽（ちから）展                          | 支部蘭咲    |
|                    | 第6回 めくもり手しごと展                                                         |         |

#### 南昌荘かたらいプラン

3人～9人までのグループでお弁当か喫茶をご利用の方は、1部屋1時間分600円が無料になります。

入園料／大人200円、小・中学生100円（いずれも税込）  
抹茶・コーヒー／各410円（税込）※いずれもお菓子付  
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



私のおススメ  
ラブ♥コープ

「コープ無着色桜えび」は、無着色ですが素材そのものの色がきれいです。わが家の定備品で、お好み焼きや卵焼きなどに使っています。

## 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」と「アイススタイル商品」についての情報をお知らせします。

### 新発売

#### coop 焼豚ブロック



1袋 (185g)  
本体価格 **462円**  
(税込498円)

本誌7ページを  
ご覧ください。

### 新発売

#### coop めかぶ

40g×3個、たれ4.5g×3  
本体価格 **184円**(税込198円)



本誌6ページを  
ご覧ください。

### 量目変更

#### coop 焼ハンバーグ(冷凍)



110g→98g  
本体価格 **121円**(税込130円)

原料価格値上りのため、量目を変更して価格を維持しました。ご理解いただき、今後ともご利用をお願いいたします。

### 価格改定

#### style チキンカツ バジル風味

#### style チキンカツ チーズ風味(冷凍)



旧本体価格 各98円→ 本体価格 **138円**(税込149円)

原料価格値上りのため、やむなく値上げしました。

### 仕様変更・価格変更

#### coop 餃子の皮

旧本体価格121円→ 本体価格 **135円**(税込145円)

細菌の増殖を抑制する水飴・酢酸ナトリウムを加え、賞味期間を7日間→10日間に変更。また、原料価格高騰につき、価格を変更しました。



## オープンしました!

coop hanamaki owl

### コープ花巻あうる



住所/花巻市南新田288-1  
営業時間/朝9時～夜10時

7月17日、いわて生協の14番目のお店「コープ花巻あうる」が、花巻市総合体育館そばの「花巻きらきらモール」内にオープンし、「お魚やお肉が新鮮!」「毎日の買い物が楽しい!」と好評です!この半年間で花巻市内の



3,000人の方に加入していただき、花巻市内組合員は1万2,000人(世帯加入率は32%)になりました。2016年度末までにあと3,000人の加入(世帯加入率43%)をめざしています。まだ加入されていない方は、ぜひどうぞ!

## 理事会だより

15年度第2回(7月13日)・第3回(8月17日)の定例理事会から、おもな内容をお知らせします。

### 1「夕食宅配サービス」のエリア拡大について

2015年10月26日より、宮古市内へのサービスを開始します(配達エリアは宮古センターからの移動時間20分圏内)。宮古エリアで100食になった段階で、宮古市での配達エリアをさらに拡大するとともに、けせん・釜石センターでの配達をスタートします。

### 2 盛岡地域「無料お買い物バス」の運行見直しについて

今後さらに高齢化社会がすすむ中、地域でのお役立ちをいっそう高めるために、盛岡・滝沢市内の店舗へ運行している「無料お買い物バス」のコースを見直し、9月1日より新コースでの運行を開始します。これまで利用したことのない方々にも利用してもらえよう、お知らせを強化します。

※運行ルート・時間など詳しくは、店舗サービスカウンターへお問い合わせください。また、ホームページにも掲載しています。



### 3「初夏のコープのつどい」の開催報告について

“おうちで開催”する「初夏のコープのつどい」は、1,785か所で開催され、6,434人が参加しました。話し合いで寄せられたご意見のうち、すぐに対応できるものについては改善をすすめているほか、9月の定例理事会で対応を検討します。

### 4「コープフードバンク」との連携について

2015年7月より、コープ東北サンネット事業連合(いわて生協も加盟)が運営する「コープフードバンク」を活用し、宮古市社会福祉協議会・大船渡市社会福祉協議会に食品の支援を行います。提供した食品は、生活困窮者の生活再建支援に活用されます。

### 5 被災地の子ども支援企画への協賛について

被災地の子どもたちへの支援として、2014年度に引き続き、「高田道場 ダイヤモンド・キッズ・カレッジ(9月13日・宮古市)」と「宮古市内小学校・高校でのバスケットボール教室開催(9月13日)と岩手ビッグブルズ 復興祈念試合(10月17日・宮古市)への招待」に協賛します。



### 特別プレゼント!



### 「岩手ビッグブルズ公式戦」観戦チケット

「特別プレゼント」と明記して、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。

※試合日が選択できる(16年3月まで)観戦チケットです。

応募締切 10月20日(火)

10名様に  
2F自由席 2枚1組



### いわて生協の現況 (15年7月20日現在)

| 組合員数                             | 班員数(個人宅配含む)                   | 出資金                                  | 供給高                                     | ユニセフ募金                    |
|----------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------|
| 22万9,655人<br>(15年3月20日から6,015人増) | 7万6,591人<br>(15年3月20日から819人増) | 81億1,425万円<br>(15年3月20日から1億7,577万円増) | 120億9,857万円<br>(15年3月21日からの累計、計画比99.7%) | 15万4,704円<br>(15年7月20日現在) |

### 環境関連データ (15年4～7月度の 回収量、レジ袋 節約)

| 牛乳パック<br>「洗って開いて乾かして」 | 発泡スチロールトレイ<br>「バキンと割れるもの」<br>「洗って乾かして」 | 卵パック<br>「重ねて」      | ペットボトル<br>「すいでラベルを取って」<br>「キャップも回収」 | 透明トレイ・ふた<br>「洗って乾かし、シールは<br>はがすか切り取って」 | レジ袋節約<br>「お買い物は<br>マイバッグで」 |
|-----------------------|----------------------------------------|--------------------|-------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------|
| 53万枚<br>(前年比104.7%)   | 269万5千枚<br>(前年比94.5%)                  | 34万2千枚<br>(前年比88%) | 57万4千本<br>(前年比106.6%)               | 6.5トン<br>(前年比100.0%)                   | 215万枚<br>(7月度節約率52.3%)     |







前号(夏号)を読んで

これからよろしく!

表紙の産直トマト生産者・若江さんは、脱サラして農業の道に入られたとのこと。お子さんと一緒に笑顔の写真から、現在の生活の充実ぶりが伝わります。これからも、真っ赤なおいしいトマトをたくさん作ってくださいね。

盛岡市 吉田啓子さん

若いみなさんへ感謝

「役立ちレシピ」に力をもらっています。昔風の料理しか作れない私でも、おいしく作ることができてうれしいです。レシピを寄せてくれている若いみなさん、ありがとうございます!

久慈市 下坪綾子さん

「ホエー」も使える!

「水切りヨーグルト」をよく作ります。母に「ホエーも栄養があるから捨てちゃダメよ」と言われ、「おいしくないな」と思いながら飲んでいました。「みそ汁やスープに加える」というのは、いいアイデアですね!!

盛岡市 最上真有さん

参考になりました♪

知っているつもりでしたが、「美味しいお茶の入れ方」の通りにお茶を入れたら、いつもよりずっとおいしかったです。入れ方で味が変わるんですね。これからは健康のため、夫とともにおいしいお茶を飲んでいきたいと思っています。「アイコープ深むし茶」の発売も楽しみです。

花巻市 駒場幸子さん

◆「アイコープ深むし茶」「アイコープ初摘み深むし茶」は、8月20日に発売になりました。共同購入では、9月4週号から、毎月1回ご案内します。

沿岸の商品を利用しよう!

いわて生協の「復興支援・地産地消フェスタ」はすばらしい取り組みですね。震災から4年、今年の水やはいよいよ震災前の大きさになったようで、うれしいです。食べられるのはもちろんですが、

沿岸の商品がたくさん利用されて、沿岸のみなさんの生活が安定すればいいなと思っています。

滝沢市 阿部良子さん

※10月3日(土)・4日(日)は「コープ・関コルザ」で、17日(土)・18日(日)は「コープ花巻あうる」で開催します。ぜひお出かけください。

反省。そして反対です!

前号といつしよに届いた「未来に残したい『平和』の姿」のチラシがとても良かったです。私たちは平和であることが「あたり前・普通」と思っていて、安穩(あんん)としていたのかもしれない。反省です。そして、「安保関連法案」に反対です。

一関市 佐藤優子さん

◆前号の特別企画「子どもたちに平和な未来を手渡したいね」には、「本当に共鳴できる一言で、このことをどのように世界中に伝えるか、考えたい」「戦争は絶対だめ!世界に戦争のないことを祈ります」などのおたよりがたくさん寄せられました。本誌8~9ページの特集2もご覧ください。

ビックリしました!

今まで目が届かなかった「環境関連データ」を見てビックリ。いわて生協だけで、2か月でこれほどの量を回収し、レジ袋も106万枚も節約していたとは!エコ活動の大切さを知った夏号でした。

盛岡市 高橋政代さん

◆今号では15ページ下段に掲載しています。ぜひご覧ください。



5 クイズ 5つのちがい

2枚の絵の「5つのちがい」を見つけ、下にあてはまる枠内の5文字を並べかえてできる言葉をお答えください。

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| ヤ | ク | ガ | ゴ |
| ツ | ニ | ジ | ユ |
| ウ | シ | ウ | チ |
| ユ | ニ | ジ | チ |

●抽選日 10月10日(土)

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。

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!

●前号クイズの答えは「ミスタイコ」で、正解417通(応募総数423通)の中から30人が当選。復興応援商品プレゼントは137通の応募の中から4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。

## フリートーク

最初は不安だったけど…

最近個人宅配を始めたのですが、最初はどんな商品が届くか少し不安でした。でも、野菜は新鮮で質が良いものばかりだし、ほかの商品にも満足しています。配達の人々も笑顔で感じがよく、毎週チラシを見るのが楽しみです♪

葛巻町 松浦真裕子さん

◆共同購入のお問い合わせ・お申し込みは、共同購入事業部 ☎0120(805)253(月曜～金曜 9時～19時半、土曜 9時～18時) または各店サービスカウンターへ。

「平和」を願いました

七夕の日に「初夏のコープのつどい」を開きました。久しぶりに共同購入の班の仲間が集まり、ゆつくり話ができてよかったです。「平和」について、漠然と思っただけでも行動や文章に表すことがない毎日です。今回、改めて平和の尊さを感じ、「世界中どこでも戦うことのない平和な世の中になりますように…」と願いました。

金ヶ崎町 宮田有美子さん

※3人以上で集まり、「つどい商品」を囲んでワイワイおしゃべりする会のこと。今回は1785か所で6434人が楽しくおしゃべりしました。10月19日～11月8日には地域の会場に集まる「秋のコープのつどい」が開かれます。商品試食もありますので、ぜひご参加ください。

カード払いのときは？

ベルフ牧野林のレジが新しくなりましたが、私はクレジットカードで支払うので、これまでのレジに並んでいます。新しいレジでもカード払いはできるのでしょ

か？

盛岡市 天沼新一さん

◆カード払いは、どのレジでもできます。新しいレジ(スピードレジ)は、商品登録やポイント加算、クレジットカードでの支払いをレジ担当が行い、現金払いの場合は自分で現金支払機で精算します。コープ花巻あつるにも導入し、「待ち時間が短くていい」と好評です。今後、ほかの店舗にも順次導入する予定です。

私も組合員に♪

家の近くに「コープ花巻あつる」がオープン、初日にさっそく組合員になりました。実家でみやぎ生協を利用していたので、花巻でもコープ商品を購入できるようになり、とってもうれしい！そして、

私のお気に入りには「コープ野菜たっぷり和風ドレッシング」です。

花巻市 石川亜紗美さん

◆「生協」は、みんなでお金(出資金)を出し合い、みんなが必要とする事業・活動をするための組織。組合員一人ひとりが生協のオーナーです。出資金は1口1000円から。加入の手続きは、最寄りのお店でいつでもできます。

お弁当に重宝♡

「アイコープミニ焼ハンバーグ」は、お弁当に重宝しています。メインにするときは数個、すき間が空いたときやもう一品というときには1個入れて。味付けがしつかりしていて、冷めてもおいしいですよ！

盛岡市 荒浜美由紀さん

coop ミニ焼ハンバーグ(冷凍)



144g(6個) 本体価格 184円(税込198円)  
国産の牛肉・豚肉・玉ねぎを使用。焼き上げ済みを冷凍。電子レンジで温めるだけ。製造委託先は(株)岩手畜産流通センター(通称いわちく・紫波町)。

## HELLO 川柳

この平和孫にもずつと繋げたい  
戦災と震災(たわ)撓まず奮い立ち  
手習いを始める決意今この日  
こった煮をポトフと言ってシエフ気取り

奥州市 吉田文敏さん  
釜石市 北条 市さん  
盛岡市 伊藤江子(こう)さん  
盛岡市 久保栄子さん

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/2015年9月10日  
次回発行予定/2015年11月  
編集/いわて生協広報室  
☎019-603-8280  
印刷/川口印刷工業(株)

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広くお知らせするために発行・配布しています。

### 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、応募要件①～⑥を必ずご記入ください。
- 9ページ「復興応援商品プレゼント」、15ページ「特別プレゼント」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・「豆腐を使った料理」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、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。

あて先 「クイズ」、「復興応援商品プレゼント」、「特別プレゼント」の応募先

| はがき                               | ファクス             | Eメール                                      | 件名には「ハローコープ応募」とお書きください。 | 便せん・メモ用紙                   |
|-----------------------------------|------------------|-------------------------------------------|-------------------------|----------------------------|
| 〒020-0690<br>(住所記入不要)<br>いわて生協広報室 | 019-<br>687-1117 | sn.i05797et@todock.jp<br>携帯電話の方は<br>こちらから | ハローコープ応募 検索             | お店のサービスカウンターや共同購入にお渡しください。 |

※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。