

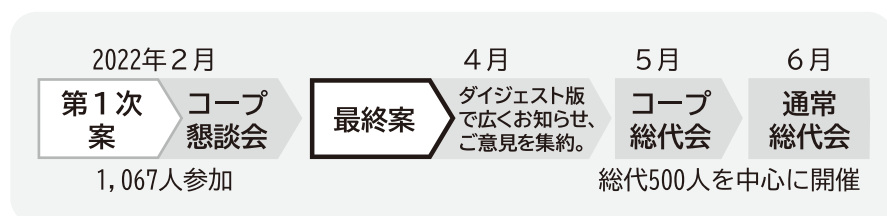
2022年度 第33回 通常総代会議案書 ダイジェスト版

2022年度計画案がまとまりました。ぜひご意見をお寄せください。

2021年度は、「ともにつくる くらしと未来」を掲げた「2030年ビジョン」とその達成に向けた「第10次中期計画（2021～2023年度の3か年計画）」をスタートしました。その2021年度のまとめと、2年目となる2022年度計画の最終案がまとまり、6月の第33回通常総代会で決定いただく予定です。

多くの組合員みなさんの声で計画づくりをすすめています

2月の「コープ懇談会」で第一次案を提案し、ご意見をいただき、理事会で検討し、計画案をまとめました。ぜひごらんいただき、4ページの「ご意見カード」でご質問・ご意見をお寄せください。

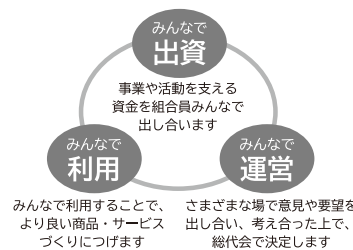


通常総代会の事前討議の場としてコープ総代会を開催します

通常総代会の事前討議の場として、県内16コープ（地域）でコープ総代会を開催します。今年もコロナ対策のため、500人の総代を中心に開催します。ただし、参加を希望される組合員の方は、事前の申込みの上で参加いただけます。各地域の開催日程については、組合員活動チーム019-603-8299にお問い合わせください。

なお通常総代会も規模を縮小して開催します。

通常総代会はいわて生協の最高議決機関
生協は、一人ひとりのくらしの願いをみんなで力を合わせて実現していく組織。その計画は組合員が決めますが、27万人組合員全員が集まることはできません。そこで組合員の代表として「総代」を選び、地域ごとの「コープ総代会」を経て「通常総代会」で決定しています。



第33回 通常総代会議案

第1号議案

2021年度事業報告・決算関係書類等承認の件

コロナ禍でもくらしに役立つ事業をすすめ、今年度も予算を上回る黒字決算を実現しました。

2021年度は、引き続き、私たちのくらしが新型コロナウイルスの影響を大きく受けた1年でした。

こうした中で、いわて生協では「第10次中期計画」の初年度として、若い世代・子育て層に役立つ事業・活動をさらに広げ、セリオホール西青山の新設や、店舗事業では「アイコープ・トリプルカード」の導入や黒字経営の確立に取り組みました。

組合員は5千人増えて27万4千人に、出資金は8万人の毎月の積み立て増資への参加で、初めて100億円を超えました。コロナ下で宅配事業の利用が引き続き好調だったこと、また店舗事業も前年度に続き黒字を実現できたことから、予算を上回る黒字を確保することができました。組合員のみなさんの利用と協力の結果です。



2年目となった「フードドライブ」には、店舗、宅配で6千点を超える食品が寄せられました。

重点1

生涯をととして組合員のくらしに役立ち、特に子育て層のくらしにいっそう役立つ事業

1. 宅配事業は、コロナ禍のくらしを支えました。

- ①1万645人の仲間づくりとコロナ禍による需要増で利用者は7万8,673人（前年+1,224人）に。
- ②高齢者の暮らしを支える「夕食宅配サービス」は、平均食数が1日3,237食と初めて3千食を超えました。「高齢者見守り協定」に基づく異変への対応は10件（開始以降142件）となりました。
- ③「チラシが多い」との声にこたえ「選択配布チラシ」を6企画に導入しました。
- ④9月から事業の名称を「共同購入」から「宅配」に変更し、まだ利用していない方にもわかりやすくしました。

2. 店舗事業は、2年連続で黒字を実現しました。

- ①「今日のおすすめ品」がわかる売場づくりをすすめたましたが、競争環境の激化もあり、供給高は予算・前年を下回りました。しかし経費削減の取り組みで2年連続で黒字を実現することができました。
- ②クレジット機能付き組合員カード「アイコープ・トリプルカード」を導入しました。また、コロナ対応としても要望が多かった「セルフレジ」をベル



盛岡市に開設したセリオホール西青山。県内12ホールで1,468件の葬儀を施行しました。

フ牧野林から導入を開始しました。

- ③アイコープ・アイススタイル商品は、2品を開発、10品を改善しました。この1年の産直品・コープ商品の利用は86億4,536万円（前年比99.7%）でした。

3. 各事業でくらしのサポートをすすめました。

- ①葬祭事業は、12ホール目となる「セリオホール西青山」を盛岡市に開設。コロナ下でも故人にふさわしいお見送りができる対応が評価され、年間施行件数は1,468件（前年+93件）となりました。
- ②エネルギー事業は、灯油事業は原油価格高騰の中でも2,200万円の灯油還元を実現。コープのでんき「ココエネ」は、保有件数が8,704件（前年+2,045件）に増えました。
- ③保障事業は、共済事業は7,045件の加入で契約件数は11万3,509件に（前年+961件）。共済金の

お支払いは1万3,706件、9億5,198万円(1日当たり約260万円)でした。新型コロナウイルスでの入院による支払い件数は323件でした。

④福祉事業は在宅介護3事業(訪問介護・居宅支援・福祉用具)は利用人数が予算に届きませんでしたが、小規模多機能型居宅介護「あい長橋町」は利用者が増えました。

4. 若い世代・子育て層のくらしを応援しました。
- ①岩手に生まれた赤ちゃんに贈る「はじめてばこ」は、2019年の開始以来7,771件となり県内の約半数の赤ちゃんにお届けしています。
- ②個人宅配配達料1年間無料などの特典がある「はじめてCLUB」の会員は4,517人(前年+1,999人)に増えました。
- ③子育てママ向けの企画「ハピママコープ」は、久慈コープでも毎月開催し、県内全域で213回開催し745組(前年+82回+212組)が参加しました。

重点
2

だれもが安心して暮らせる社会と、人と人とがつながる地域づくり

1. 「商品モニター」で1千人が商品のよさを実感しました。
- ①新しく「商品モニター」の取り組みを開始し1,166人が参加。生協ならではの商品を自宅で家族も含めて試すことで、商品のよさを知り利用のきっかけになっています。
- ②6月「ためしてコープ」には8,891人、10月「秋のコープのつどい」には7,465人が参加し、生協の商品や事業を学び、声を出しあいました。コロナ下でもできる形を工夫し、こうした話し合いの場への組合員の参加は、17,985人(前年7,038人)と広がりました。
- ③こ〜び委員会が13委員会増え、164委員会に(前年+8委員会)。ただしこ〜び委員は783人(前年-26人)に減りました。



北上コープで開催した大人企画「姿勢と健康」では、正しい歩き方を学びました。

2. フードドライブ・子ども食堂支援が広がりました。
- ①地域でのささえあい活動として、「フードドライブ」(6,738点)や、「ささえあい募金」(179万円)を活用した「子ども食堂」への支援が9団体57回58万円に広がりました。
- ②年齢を重ねても地域で元気に暮らすための「大人企画」(181回1,427人)と「コープサロン」(108回850人)は開催会場を増やしました。
- ③被災地支援活動では、移動店舗「にこちゃん号」(2台を運行)や買物バスでの買い物支援、沿岸地域の生産者・メーカーを応援する取り組みを継続しました。「被災地支援活動助成金」は15団体に397万円を贈呈しました。



被災地支援活動助成金を15団体に贈呈。

重点
3

地球環境・食・平和について学び、行動し、持続可能な世界の実現をめざす取り組み

- ①事業での環境の取り組みは、節電の取り組みと再生可能エネルギーの活用をすすめCO₂の排出量は「13年度に対し60%削減」と目標を達成しました。政府が掲げる「2030年度までに46%削減」を大幅に上回ることができています。また、事業で使用する電力の再生可能エネルギー発電割合はさらに高まり144%相当になりました。
- ②「秋のコープのつどい」で食品ロスについて学習し家庭での取り組みを促進しました。事業では、店舗の廃棄食品の削減をすすめ前年比65%に大きく削減、また廃棄食品のリサイクル率も77%にまで高めました(前年+7%)。
- ③リサイクルは特にトレイ回収に力を入れ回収率44%(前年+3%)に。レジ袋節約率は85%(前年+1.2%)といずれも増えました。
- ④「アルプス処理水の海洋放出に反対する署名」は32,599筆の署名(全国で18万筆)が寄せられ、3月末に東京電力と経済産業省に提出しました。

■仲間づくり・出資金の21年度の結果と22年度目標

	2021年度結果	2022年度目標	21年度比
組合員	27万4,772人	28万500人	102%
世帯加入率	51.6%	52.6%	102%
宅配利用者	7万9,055人	8万1,000人	102%
出資金	103億円	106.5億円	103%
積立増資参加者	8万884人	8万2,000人	101%

※出資金は1口=1,000円未満の出資預り金を含んだ額です。

2021年度決算報告と剰余金処分案

1. 供給高は448億6,956万円(予算比99.4%)。宅配・エネルギー事業は予算を達成しましたが、店舗事業が予算を確保できず、全体では予算を下回りました。
2. 経常剰余金(事業上の最終的な利益)は12億7,643万円(予算比135.5%)と予算を大きく上回る黒字となりました。宅配事業が予算を大きく上回ったほか、重点としてきた店舗事業の損益改善がすすんだこと、また葬祭事業も新ホールを開設しても予算を上回る黒字を確保したことの結果です。
3. 最終的に処分できる当期末処分剰余金も予算を上回る9億9,166万円(予算比130.9%)となりました。この剰余金については、出資配当として組合員のみなさんに配分するほか、今後の経営の安定に備えて積み立てることを提案します。

- 年0.2%の出資配当を実施します。
- 総代会決定後に税引き後(所得税20%と復興特別所得税0.42%)の金額を出資金に振り替えます。
- 法定準備金9,500万円、今後の経営に備え、減損積立金8億2,900万円を積み立てます。

2021年度 剰余金処分(案)	
I 当期末処分剰余金	9億9,166万22円
II 剰余金処分額	
1 法定準備金	9,500万円
2 出資配当金(0.20%)	2,029万1,871円
3 任意積立金	
(1) 減損積立金	8億2,900万円
	9億4,429万1,871円
III 次期繰越剰余金	4,736万8,151円

第2号議案

2022年度事業計画・予算決定の件

「ともにつくる くらしと未来」をめざして

2022年度は「2030年ビジョン」「第10次中期計画(2021~2023年度)」の2年目の年です。

長引くコロナ禍に加え、ロシアのウクライナ侵攻で世界は混迷しています。燃料や食品の値上げも相次ぎ、これからのくらしへの不安も増えています。

こうした時だからこそ、組合員の協同の力を寄せ

合い、くらしを支える事業と活動を着実にすすめていきましょう。22年度は、若い世代や子育て層のくらしに役立つ事業と活動をさらにすすめ、組合員や生協ファンを増やしていきます。また、2023年春オープン予定のバルフ向中野の準備をすすめ、奥州市と宮古市に新しくセリオホールを開設します。



二戸市で開催したハピママコープ「ロゼットづくり」。子育て層の参加や加入を増やしていきましょう。

重点
1

生涯をととして組合員のくらしに役立ち、特に子育て層のくらしに役立つ事業

1. 宅配は、組合員の暮らしに寄り添い、役立つ事業を広めます。
- ①1万2千人の仲間づくりで、利用者8万1千人(前年+2千人)、世帯加入率15.4% (前年+0.5%)をめざします。

②食品カタログ「ウイーク」は、簡便・すぐ食べられる商品の品揃えを充実します。AIを活用してのチラシの選択配布を広げます。

③「利用高ポイント」に加え、特定の商品の利用でポイントがつく「サービスポイント」を7月から実施します。

④新たな宅配商品の受け取り拠点として「店舗ステーション」の開設を検討します(22年度は盛岡一部店舗から)。

⑤「夕食宅配サービス」は、1日3,354食(前年+117食)をめざします。声にこたえ、おかずのボリュームを重視した「満福コース」を新設し、幅広い年代の利用につなげます。

2. 店舗事業は、セルフレジを全店に導入します。
- ①「今日のおすすめ商品」がわかる売場づくりと好評の「家計応援値下げ」企画などで組合員のくらしに貢献します。利用を増やし経営改善をさらにすすめます。

②アイコープ商品・産直品、コープ商品は、組合員の声を売り場でも伝えてよさを広げ、利用を増やします(前年+5千万円)。

③セルフレジを魚菜市场、西ヶ丘を除く全店に導入します。

④アイコープ・トリプルカードはWEB加入も導入し登録4,700件をめざします。

⑤「ベルフ向中野」(盛岡市)は2023年3月オープンにむけて準備をすすめます。



ベルフ牧野林に導入したセルフレジ。月1店舗ずつ導入していきます。

3. くらしを多彩にサポートします。
- ①葬祭事業は、奥州市に「セリオホール水沢南」、宮古市に「セリオホール五月町」を開設します。施行件数は1,582件(前年+114件)、セリオ積立は1,767件(前年+722件)をめざします。事前相談や相続相談、遺品整理に対応できることもお知らせします。

②保障事業は、共済と保険でくらしの安心をサポートし、共済は11万4,800件(前年+1,300件)をめざします。商品内容が良くなるコープ共済《たすけあい》大人向けコースを広げます。移動相談車を導入し組合員が気軽に相談できるようにします。

③エネルギー事業は、灯油事業は、価格高騰が

予想されますが、適正価格と安定供給に努めます。電気事業は、8月度利用分までで「コスパでんき」の販売を中止せざるを得なくなりました。「ソフトでんき」は継続しますので、こちらへの切り替えをご案内します(くわしくは、P4下段をごらんください)。

④福祉事業は、在宅介護3事業と小規模多機能型居宅介護「あい長橋町」の利用者を増やします。

4. 若い世代・子育て層のくらしをサポートし、生協ファンを増やします。
- ①「はじめてばこ」「はじめてCLUB」をさらに広げ、若い世代・子育て層のくらしをサポートします。店舗・宅配でのコープの離乳食・幼児食シリーズの取り扱い品目を増やします。

②「商品モニター」や「ハピママコープ」で子育て層の組合員活動への参加を増やします。

③若い世代に生協商品のよさを広げ、新たに組合員に加入する方の40代までの割合を58%(前年+1.2%)を増やします。



若い世代・子育て層にも宅配事業の利用が広がっています。

重点
2

だれもが安心して暮らせる社会と、人と人がつながる地域づくり

1. 商品のよさを知り、利用する人を広げます。
- ①「コープのつどい」や「商品モニター」の活動でコープ商品のよさを広げます。

②運営への参加はWEB参加なども工夫し、1万1,500人をめざします。秋のコープのつどい(10月)は2年ぶりに会場に集まっての開催を予定します。ひとりでも、好きな時間で取り組める「ためしてコープ(6月)」は、特にまだ生協を知らない方に参加をよびかけます。

③こ〜ぷ委員会は、160委員会800人(前年+17人)をめざします。「はなまる商品」としてアイコープ・産直品を学び、資料や動画などを工夫して多くの人にそのよさを知らせます。

2. 地域でのささえあい、つながりづくりを広げます。
- ①フードドライブや子ども食堂の支援を広げます。フードドライブは店舗では年2回(7・11月)、宅配では10月に実施します。子ども食堂支援の財源となる「ささえあい募金」は150万円を目標に取り組みます。

②「大人企画」(18会場)や「コープサロン」(16会場)は開催を増やします。「健康づくり教室」(6回シリーズ9会場)も継続します。

③防災・減災の取り組みを広げます(9月「防災の日」、3月「東日本大震災津波を語り継ぐ日」にあわせて)。

重点
3

地球環境・食・平和について学び、行動し、持続可能な世界の実現をめざす取り組み

1. 「CO₂排出量ゼロ」の電力の活用を広げます。
- ①地元の「CO₂排出ゼロ」の電力をこれまでの6事業所からテナント店舗(ベルフ北上・魚菜市场)と本部を除くすべての事業所に広げ、CO₂の排出量を「13年度比64%削減」します。いわて生協で使用する電気の144%相当(前年144%)を再生可能エネルギーで確保します。

②事業で排出する食品廃棄は21年度比97%に削減することをめざします。

③リサイクルは、トレイを中心に回収量をさらに増やします。特に店舗はペットボトル・アルミ缶、宅配はチラシ・ダンボールの回収を増やします。

2. 地球環境・食・平和について学び、行動する組合員を増やします。
- ①食品ロスやリサイクルについて、組合員の学習を継続し、工夫を交流して取り組む人を増やします。

②「日本政府に核兵器禁止条約への批准を求める」ための学習や署名に取り組みます。

2022年度予算(案)

供給高は、前年比100.8%の予算としますが、多岐にわたる原材料の高騰に加え、電気、資材などの値上げや職員の処遇改善による経費増を見込み、経常剰余金は6億6,600万円(前年比52.2%)とします。

特別損失として、赤字事業所の減損損失処理など4億4,400万円を見込み、当期剰余金は700万円となりますが、減損積立金をとり崩して充て、最終的な当期末処分剰余金は4億7,837万円(前年比48.2%)とします。

ひき続き店舗事業の経営改善をすすめ、予算を確保できるように取り組みます。

勘定科目	2022年度予算	2021年度実績	21年度比
供給高	452億2,300万円	448億6,956万円	100.8%
供給剰余金	119億6,400万円	119億5,469万円	100.1%
その他事業収入	12億4,500万円	12億8,124万円	97.2%
事業総剰余金	132億 500万円	132億1,579万円	99.9%
事業経費	125億5,200万円	119億6,236万円	104.9%
事業剰余金	6億5,300万円	12億5,344万円	52.1%
経常剰余金	6億6,600万円	12億7,643万円	52.2%
特別損失	4億4,400万円	726万円	6,119.9%
当期剰余金	700万円	9億4,518万円	0.7%
当期末処分剰余金	4億7,837万円	9億9,166万円	48.2%

第3号議案

第17期役員選挙・第17期役員 選考委員・役員選挙管理委員 選出の件

役員の任期（2年）満了に伴い、理事28名（地域選出区16名、全県区12名）、監事5名（全県区）を選挙します。

また、役員選考委員6名、役員選挙管理委員4名を選出します。

第4号議案

2022年度役員報酬決定の件

2022年度の役員報酬は、理事（28名）で7,120万円以内（21年度7,050万円以内）、監事（5名）で180万円以内（21年度150万円）とします。

第5号議案

役員退任慰労金支給の件

任期満了により退任する理事、監事に対して、退任慰労金を支給します。

2月の「コープ懇談会」に寄せられたご意見を計画にいかしています

セルフレジが導入されうれしいです。私の近くのお店にはいつ入りますか。高齢なのでセルフレジが使えるか不安です。

コロナ下で「人との接触機会を減らしたい」という声にこたえ、また今後の人手不足に備え、セルフレジの導入をすすめています。牧野林(2月)、仙北(3月)はすでに導入し、今後は、まつぞの(4月)、ドラ(5月)、コルザ(6月)、山岸(7月)、青山(8月)、あうる・高松(10月)、アテルイ(11月)、八幡平(23年1月)、北上(2月)、西町(4月)の順で設置を予定しています(コープ西ヶ丘、ベルフ魚菜市場は設置しません)。

導入店舗ではレジ精算の約4割強の方がセルフレジを利用し「購入点数が少ない時など、並ぶ時間が短くて、会計が早く済むのでうれしい」などと好評です。

セルフレジの操作が不安な方は、通常レジ、スピードレジもこれまで通り使用できますので、ご安心ください。

冷凍離乳食や幼児向けの「きらきらステップ」「きらきらキッズ」が便利で助かっています。取り扱いの種類を増やしてほしい。

ご要望におこたえし、宅配・店舗とも取り扱いの種類を増やします。

宅配では、「ウイーク」の子育て応援ページ「おいしい♡ほっぺ」で、「きらきらステップ」「きらきらキッズ」の商品を基本的に全て取り扱っています。いつどの商品が「ウイーク」に掲載されるかは、インターネット注文「@コープ」で、「離乳食商品取り扱い予定」として今後1ヶ月程度の取り扱い商品を一覧でご案内していますのでご活用ください。

店舗でも、「きらきらステップ」「きらきらキッズ」シリーズの冷凍食品のスペースを増やし、3月21日からは「プチホットケーキにんじん入り」「白身魚と国産野菜のつみれ」「納豆ペースト」などを新規に取り扱い開始しました。また、これまで取り扱いがなかった「きらきらキッズ」シリーズのお菓子も新たに導入しました。なお、いわて生協ホームページで「きらきらステップ」「きらきらキッズ」シリーズの各店の取り扱い状況を確認できるページを開設しましたのでぜひご活用ください。



きらきらステップ(5ヶ月～3歳ころ)・きらきらキッズ(3歳～6歳ころ)シリーズはママ・パパの思いに寄り添って開発。食品添加物をできるだけ使わず、素材を生かしたうす味で、なるべく国産素材を使用しています。

第33回いわて生協通常総代会 ご意見カード

議案についてのご意見・質問・感想、今後の生協への期待など

.....

.....

.....

.....

.....

.....

お名前 お住まいの市町村

回答 不要・必要（※回答必要な場合のみ電話番号）

※この用紙の個人情報は、ご意見・質問への回答のみに使用します。

組合員活動チーム行

P1～4の議案について
ご意見・質問をお寄せ
ください。

提出方法

■紙での提出は、宅配か
店舗サービスカウン
ターへ。

■FAX 019-687-1117

■電話 019-603-8299

■WEBフォームでもどうぞ。



■提出期限
5月27日(金)まで

コープのでんき COCOENE 「コスパでんき」販売中止と 「ソフトでんき」への切り替えのお願い

コープのでんきは、料金がお得な「コスパでんき」と再生可能エネルギー100%の「ソフトでんき」の2つのコースをご案内してきました。しかし、昨今の電力市場価格の高騰に加え、ウクライナ情勢を受けて原油や天然ガスなどの発電燃料が高騰し、「コスパでんき」の電気料金を大幅に値上げせざるを得ない状況です。「コスパでんき」ご利用の方は、月額3千円以上の値上がりとなり、大変ご迷惑をおかけすることになるため、8月使用分までで、一旦販売を中止し、東北電力の標準プランと同料金の「ソフトでんき」への切り替えをご案内します。

ご利用の方には、個別にご案内をし、5月20日までに「ソフトでんき」への切替をおすすめさせていただきます。ぜひ、ご理解とご協力をお願いいたします。

この件に関するお問い合わせは
エネルギー事業部 電気センター TEL.019-601-5025

「おいしい!」「楽しい!」「考えたい」組合員の思いを伝える広報紙

わいわいコープ

発行／2022年5月2日 いわて生協 組合員活動チーム 年5回発行

滝沢市土沢220-3 TEL019-603-8299 FAX019-687-1117 Mail sn.isoshiki@todock.coop

No.122

Contents／2022.5月号

■ユニセフ ウクライナ緊急募金	P5
■食と商品 商品モニター募集	P6
■東日本大震災から11年 リモート学習会	P7
■健康ワンポイント	P7
■子育て応援 ハピママコープ	P8

募金期間を延長して取り組みます

ユニセフ ウクライナ緊急募金



東部ヨーロッパに位置するウクライナでは、2022年2月から続く緊張状態、および8年にも及ぶ東部の紛争によって、現在750万人の子どもたちの命と生活が差し迫った脅威にさらされています。



©UNICEF/UN0613965/Vincent Tremereau
ウクライナと国境を接するモルドバのバランカで列をなすウクライナ難民。(モルドバ、2022年3月24日撮影)

ユニセフはウクライナ国内外での支援を拡大しています

ユニセフはウクライナ東部を含む国内全域で、子どもたちの命を守るための活動を続けています。紛争の影響を受けた地域に安全な水をトラックで運ぶこと、保健や衛生、緊急時の教育のための支援物資をできる限り戦線の最前線に近いコミュニティにも配置すること、自治体との協力のもと支援を必要としている子どもたちやその家族に迅速な支援が行き届くようにすること、などです。

また、近隣諸国へ避難する子どもたちやその家族の緊急支援ニーズに応えるため、対応を拡大しています。

1,085万円を岩手県ユニセフ協会へ贈呈しました

いわて生協で3月6日から取り組んでいる「ユニセフ ウクライナ緊急募金」には、多くの賛同・協力が寄せられています。

宅配では受付開始2週間で1,037万円、店舗では50万円の募金をお寄せいただきました。ご協力ありがとうございます。

一刻も早く支援を届けようと、4月7日、一次分1,085万円を岩手県ユニセフ協会へ贈呈しました。

岩手県ユニセフ協会の東根千万億会長（岩手日報社代表取締役社長・主筆）は、「ウクライナでは420万人を超える人たちが難民となり、そのほとんどは女性・子どもたちです。1千万円を超える浄財に、『さすが生協』と思いますし、心から感謝します」と話されました。

いわて生協の石橋百合子副理事長からは、「組合員のみなさんの関心は高く、『平和とよりよい生活のために』を掲げる生協として、一刻も早い収束を願います。募金をウクライナの子どもたちの支援に役立ててほしい」と伝えました。



寄せられた緊急募金1,085万円を一次分として贈呈しました。

期間を延長して取り組みます

ウクライナ情勢の深刻化により、一層の支援が必要なことから、募金期間を延長して取り組みます。引き続きご協力をお願いします。

ユニセフ ウクライナ緊急募金

宅配の注文書で

2 7 0 1 1口100円

注文期間 6/17(金)まで

- 6桁番号記入欄に注文番号を右詰めで記入。
- 数量1で100円、5で500円となります。
- おひとり何口でもご協力いただけます。
- @コープでも注文できます。

店舗で

6月20日まで、店頭の募金箱で募金できます。

2021年度ユニセフ募金のご報告

ご協力ありがとうございました。

■ユニセフ募金（通年の取り組み）

238万6,945円

うち110万円は東ティモール指定募金として、残り128万6,945円は一般募金として、日本ユニセフ協会へ贈呈しました。

■ユニセフ人道危機・自然災害緊急募金

288万8,029円

日本ユニセフ協会に贈呈しました。

「アルプス処理水の海洋放出に反対する署名」 いわて生協3万2,599筆、全国で17万筆提出しました

昨年秋から目標3万筆として取り組んだ「アルプス処理水海洋放出反対署名」には、いわて生協で3万2,599筆の署名が寄せられました。宅配利用のみなさんからは1万2,200筆お寄せいただきました。たくさんのご協力ありがとうございました。

全国では17万9,093筆の署名が寄せられ、岩

手・宮城・福島の前代表が3月30日に東京電力と経済産業省に提出するとともに、意見交換し、アルプス処理水の海洋放出を行わず、関係者、国民の理解の得られる別の方法で処分することを要請しました。

これからもこの問題に注目し、「海洋放出には反対」の声をあげていきましょう。



全国から集まった17万筆の署名。



コープで人気NO.1のジュース 国産にんじんと7つの果汁をおいしくミックス

コープ商品のよさを多くの方に実感していただく「商品モニター」。まだ飲んだことのない方はぜひ商品モニターにご応募ください。

co-op コープ ミックスキャロット

●クセのない、まろやかなにんじんジュース

ミックスキャロットは「子どもに美味しく、にんじんの栄養をとらせたい」という組合員の願いから生まれました。開発当時ににんじんジュースは市場にあまりなく、旬のにんじんを「茹でてから搾る」工程を考え出し、クセのない、まろやかなにんじんジュースが商品化されました。発売当初から着色料や香料を使用せず、にんじんに果汁だけをミックス。にんじんが苦手な子どもでもおいしく飲めるように仕上げた、コープの野菜果実ミックスジュースで1番人気の商品です。2021年に発売から40周年を迎えました。

●国産にんじんを60%使用。7種類の果汁をミックスしたフルーティーな味。

発売後何度かリニューアルを重ねてきたミックスキャロット。にんじんの割合は開発当初は40%でしたが、改善のたびに割合を増やし、2021年のリニューアルで60%まで増やしました。

にんじんの他、りんご、オレンジ、バナナ、パイナップル、ぶどう、みかん、レモンの果汁を使用。調味料や香料などの添加物が一切なし! にんじんと果物の果汁だけのジュースです。

にんじんのミツキャログラッセ

お弁当のおかずにもピッタリ☆

■材料 (4人分)

co-op ミックスキャロット	250ml
人参	300g
バター	30g



■作り方

- ①にんじんは皮をむき、一口大の乱切りにする。
- ②鍋ににんじん、ミックスキャロットを入れ煮る。
- ③煮汁がなくなってきたらバターを加える。



子どもにも安心して飲ませることができます。

— 関コープ 君成田明希さん

ミックスキャロットは、にんじんの甘みが濃縮され、砂糖不使用なので、子どもにも安心して飲ませることができます。にんじんのクセがなく、すっきり飲みやすいので、家族みんなが大好きです。

200mlの紙パックにはじゃんけんのイラストもあり、子どもたちは、かわいいパッケージもお気に入りです!

《今週配布のWeek44ページでぜひご利用ください》
(注文期間: 5月9日～5月13日)

co-op

ミックス
キャロット
200ml×12本

本体 **898円**
(8%税込969円)



人気のコープ商品を無料でお試しいただける、商品モニターを募集します

今回の商品は「コープミックスキャロット1000ml」1本と「コープみつくすきゃろっと100ml (月齢7カ月頃からの幼児用)」を1本です。

商品モニター申し込みフォームに入力します。

- 対象 宅配をご利用の方
- 募集人数 100名
(応募多数の場合は抽選となります)
- 応募締め切り 5月31日 (火)



商品をお届けします。

- ・モニターに当選された方にはメールでお知らせが届きます。
- ・宅配での配達時に商品をお届けします。
(6月中にお届けします)

紙パックにリニューアルして、ペットボトルを削減



商品の感想を専用フォームに入力します。

- ・いただいたご意見は、いわて生協の広報誌などで紹介させていただきます。

健康

ワンポイント



旬の野菜を食べて、健康づくりに役立てよう



旬の野菜はいいことづくめ

日本には四季があり、風土にとっても恵まれ、季節ごとに、旬の食材があります。旬の野菜は香りがいい、うま味が豊富、栄養価が高い、価格が安いなどいいことづくめです。

冬は新陳代謝が鈍り、脂肪や毒素をため込んでしまいがちです。春野菜は冬にため込んだ毒素の代謝を促してくれます。夏野菜は、暑い時に体を冷やしてくれたり紫外線によるダメージを回復してくれる栄養素を含んでいます。秋・冬は、体を温めてくれる野菜が多いです。

旬のものを、旬の時期に食べることでその時期に必要な栄養素を補うことができます。

今はアスパラ、キャベツの栄養素が豊富。

- 5月が旬の「アスパラガス」には、1月の3倍も

のβカロテンが含まれています。βカロテンは免疫力を高めたり、皮膚や粘膜の維持に役立ちます。またアスパラガスの穂先には、毛細血管を丈夫にするのに役立つといわれるルチンという栄養素が豊富で、冬場の6.7倍も含まれています。

- キャベツの栄養価は、冬よりも春の方が高く、ビタミンCや、胃腸の調子を整えるビタミンU (別名キャベジン)が含まれています。外側の緑色の濃い葉や、芯の近くの葉に栄養が多いので、捨てずに食べましょう。春キャベツはやわらかく、生食で食べるのに向いています。ビタミンCは熱に弱いので、生食で美味しく食べられる今の時期に、たっぷりと摂りたいですね。

<出典:公益財団法人 味の素ファンデーション>

春野菜のだし酢和え

野菜をごま油で炒めて、めんつゆと酢で和えるだけ!

■材料 (4人分)

グリーンアスパラ...	4本
しめじ...	1パック(100g)
パプリカ...	1/4個(40g)
ごま油	小さじ2

A めんつゆ (2倍濃縮)
.....大さじ2
酢.....大さじ1

■作り方

- ①アスパラガスは根元の皮を薄くむき、4cm長さの斜め切りにする。しめじは根元を切り、ほぐす。パプリカは4cm長さの細切りにする。
- ②フライパンにごま油をひき、①を加え焼き色がつくまで中火で炒める。
- ③ボウルに**A**の調味料を混ぜ合わせ、②を加え和える。





東日本大震災から11年 実際に災害が起きたことを想定して備えましょう

東日本大震災の当時の経験や活動を風化させないために、被災地で語り部活動をしている「陸前高田被災地語り部くぎこ屋」の釘子明さんの学習会を3月2日に開催しました。学習会は県内の組合員と、震災の際に支援をいただいたおおさかパルコープのみなさん計53名をリモートでつなぎました。



「語り部」の釘子明さん

避難所からさらに高台へ

震災が起きた3月11日、気仙沼にあるホテルに勤務していましたが、通院のため陸前高田市に戻っていました。震災発生時、病院にいましたが急いで自宅に戻り、母や近所の方と一緒に避難を始めました。ラジオからは津波による避難指示が呼びかけられていましたが、中には「おっかなすぎだ」といって避難しなかった方もいました。

当時、浸水想定区域ではなかった大石公民館に避難しましたが、山の向こうから黒い煙が上がるのを見て、さらに高台にある高田第一中学校に避難しました。津波は大石公民館まで到達しました。高田第一中学校には登校していた生徒と、津波から避難してきた方、合わせて1,000人ほどが集まっていました。学校の先生方や避難してきた大人で話し合い、避難所の運営が始まりました。

重要なのは水の確保と優先順位

まず体育館に集まった1,000人の方を地区ごとに分けました。地区内で助け合えるようにするためです。避難生活をするうえで最初に問題となったのが飲み水の確保でした。

1,000人が2,000ℓで3日間を過ごさなければならぬ状況でした。私たちは1回で2～3ℓ消費する水洗トイレの使用停止を呼びかけました。1人あたり1日100ccの水で過ごさなければなりません

でしたが、小さい子どもや薬を飲むことが必要な高齢者を優先して渡しました。炊き出しの食事も子どもや高齢者を優先しました。ほかにも、仮設トイレの使用は女性優先にしたり、教室を目的別に分けて使用しましたが、小さい子どもがいる部屋には加湿器を設置するなど、優先順位をつけて運営しました。

ひとりはおみんなのために、みんなはひとりのために

明かりがなかったため中学生があんどんを作成、使用できるストーブが2つしかなかったためカーテンにくるまって寒さをしのぎました。

日が経つにつれみんなストレスが溜まっていましたが、朝の生活リズムを取り戻すために中学生たちが朝のラジオ体操を担当したり、小さい子どもを子どもたちが面倒見たりする姿を見て、大人も自分ができる範囲でできることをするようになっていきました。

「ひとりはおみんなのために、みんなはひとりのために」を合言葉に仲間意識をもつことで、避難所の運営を進めていくことができました。

避難所の運営から

今後のもしもに備えて今できることとして、避難場所、避難所の見取り図、通信環境、備蓄倉庫の有無の確認や、自分の避難袋のチェックをしましょう。実際に災害が起きたことを想定して、新聞紙でスリッパを作ってみたり、食用油から明かりをつけてみたりすることが重要です。

実際にどこかで災害があった場合は、現地が落ち着くまでは後方支援に回ってほしいです。また、物資は一度にたくさん送ったり高価なものを送ると受け取った先で処理や対応に困ってしまうので注意が必要です。今はSNSが発達して情報伝達が早くなった一方で、情報が次々と更新されていくので、その時期によって必要なものはなにか、しっかりと確認することが重要です。

【学習会に参加した参加者の感想】

- 家族にも、特に子どもたちにも聞いてほしいと思う内容でした。被災した立場、支援する立場、それぞれ何が大切かという話は深く考えさせられました。
- 当時は、自分のことだけでも精一杯なはずなのに、避難所を釘子さん含め、みんなが助け合って運営したことはすごいことと思いました。

「陸前高田被災地語り部くぎこ屋」の情報は、ホームページをご覧ください。

くらしの中から SDGs

食品ロス削減 できることから始めよう

食べられるのに捨てられてしまう「食品ロス」は、日本では「毎日1人がおにぎり1個分を捨てている」とされるほど大量です。そのうち54%は食品の製造や流通段階からですが、46%は家庭から出されています。食べ残しや、消費期限が切れそのまま捨てることなどが原因です。

いわて生協の昨年の「秋のコープのつどい」では、参加者7,473人のうち、83.5%が「食品ロスの削減を心がけている」と答えました。

今年度のわいわいコープでは、みなさんから寄せられた「食品ロス削減のためにやっていること」を紹介します。ぜひできることから始めてみましょう。

買い物の工夫で寄せられた声

- 必要な物をしっかりメモをして買い物に行く。食材を食べ切るまでなるべく買い物しない。
(紫波町50代)

- 家族で食べきれぬ量しか買わない。また、早めに使う食材はお店で賞味期限の短い商品を購入しています。
(盛岡市40代)



店舗では岩手県の「手前から取ろう」マークを店頭に表示しています。

Baby&Kids ママの おすすめ

必要なとき、すぐに使える「きらきらステップ」にすごく助かっています。

樋口真由子さん(滝沢市)

離乳食の下ごしらえが手間に感じてしまう私ですが、CO・OPのきらきらステップシリーズは下ごしらえが全て済んでいて、電子レンジで温めればすぐに使えるのですごく助かっています！

とくにこの『北海道産 白身魚のほぐし身』は、骨や皮が取り除かれていてパラパラになっているので使いたい分だけ使えて無駄がありません。北海道産というのも安心◎

初期はそのまま、10ヶ月になった今はお粥やスープに混ぜたりしてアレンジしながら食べさせています。



3歳のお兄ちゃんも、きらきらステップが大好きです。

《今週配布のWeek 5月3週号・78ページでぜひご利用ください》
(注文期間：5月9日～5月13日)

co-op 北海道産
白身魚のほぐし身 本体 **398円**
60g (8%税込429円)



子どもと一緒にハッピーに

ハピママコープは0～3歳児を子育て中のママを対象に、ベビーダンスやベビーマッサージ、ピラティスなどの企画を毎月開催しています。生協店舗などの会場に、毎回6組前後の親子が集まり、ママが楽しんでます。

日々の子育てが楽しくなるように

ハピママコープで少しでもホッとできる時間が過ごせたり、ママの息抜きになればうれしいです。子育て中の悩みを他の人と共感したり、ママどうしおしゃべりすると気が楽になることもあると思います。ハピママコープではお母さんたちが参加したくなるような企画を準備しています。参加者のみなさんと気軽に楽しい時間を過ごせ

るようにスタッフ一同、みなさんの参加をお待ちしています。



県南地域の
ハピママコープスタッフ
小山景子さん、
伊藤舞さん

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
- ・事前にお申込みが必要です。
- ・参加費／500円～

詳しい企画予定や申込は、「子育て応援ブログ」をご覧ください。

いわて生協ハピママ



※会場では、三密を避け、換気・アルコール消毒・マスク着用など、新型コロナウイルス対策をして開催しています。

組合員の声 わいわいコープ No.121 に寄せられた声から

◆防災グッズ点検～東日本大震災の時に役立つものベスト15～災害への備えを改めて考えるよいきっかけとなります。わが家の備えも見直してみようと思います。
(久慈市・20代)

◆健康ワンポイント「腹式呼吸をやってみよう」。常にしている呼吸を意識することで、健康につながることを知りました。今日より若い日はないので、即実行！ですね。
(盛岡市・40代)

◆いわて生協の組合員になってから「夕食宅配」を知りました。配達料無料には驚いています。高齢になった時や病気になった時など、とても安心です。
(奥州市・60代)

◆エシカル消費について。微力ながら自分自身でできるSDGsを実施するようになりました。それはゴミの減量です。野菜の皮は乾燥してゴミに出したり、生ごみを土に戻したりなど、結果今までの半量のゴミ出しになりました。
(二戸市・70代)

◆子育て世帯への支援など豊富で、子ども食堂支援など助かるなと感じました。商品モニターは“この商品どうなんだろう”とお店や宅配で気になっている時に、感想があると買ってみようと思えます。気軽に試せるモニター企画があるとありがたいです。
(盛岡市・30代)

Q アイコープ・トリプルカードをもっと詳しく知りたいです。
(一関市・60代)

A アイコープ・トリプルカードは、いわて生協のクレジットカード機能付き組合員カードです。いわて生協のお店でお買い物の際、アイコープ・トリプルカードでお支払いいただくと、お買い物ポイントが2倍貯まる、とってもお得なカードです。今なら入会特典として、BOXティッシュ5箱と、入会時に2000ポイントをプレゼントしております。アイコープ・トリプルカードお申し込みキャンペーンは6月20日まで、お申込みは、店舗サービスカウンターで受付しています。

アイコープ・トリプルカードの詳細はこちら



わいわいコープ No.122

クイズ&アンケート

組合員活動チーム行
5月27日(金)締切

■クイズの答え

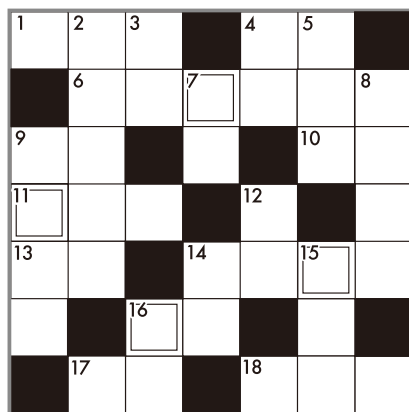
コープ

■アンケート 今回の記事で興味・関心を持ったこと、感想など

お名前				組合員番号 または電話番号		
年 代	代	市町村	市・町・村	希望するプレゼントに✓印を	☐ 宅配値引券 ☐ コープ商品券	

※この個人情報はプレゼントの発送、申込み・意見・質問への回答、関連した情報をお届けに使用します。アンケートの内容は生協の発行物に掲載する場合があります。

クロスワードクイズ



クイズ正解者から抽選で30名に
宅配値引券またはコープ商品券500円分
をプレゼント！

・左の用紙を切り取り、宅配担当者または
店舗サービスカウンターへ。
・郵送・FAX、ウェブフォームからどうぞ。
<https://forms.gle/vgYAAvHe21rn3fdM9>

FAX 019-687-1117
〒020-0690 滝沢市土沢220-3



クイズ 二重枠の文字を並べ変えると？
●ヒント 子育て中のママが集まり、楽しむ場

- ミミのカギ
- タテのカギ
- 麻しんの一般的な呼び名
 - 空間的に仕切られた物の内側、内部のこと。「建物の〇〇に入る」
 - 柑橘類の果実と果皮を含んだジャムの一種。果皮があるので、苦みもあります。
 - 英語のローの対義語
 - お寿司のネタなどに使用されるマグロの部位。
 - 親のいとこの子ども
 - 祝儀や贈答品などの進物に添えられる飾りのこと。慶事は赤…、弔事は黒
 - めったに見られない珍しい品や商品。希少価値の高いものなどを表す言葉
 - 岩手…、葛巻…、一戸…
 - オスの対義語
 - 駅伝でつなぐ
 - 文化交流や親善を目的として結びついた国際的な都市。
 - 英語で車のこと
 - 主に魚を塩と米飯で乳酸発酵させた商品「〇〇ずし」。和歌山県に古くから伝わる郷土料理のひとつ。
 - スーパーなどで商品を積載して、持ち歩けるようにした台車
 - 子どもの子ども
 - 無人航空機
 - 5月の第2日曜日
 - アウトの対義語
 - 6月の第3日曜日は〇〇の日
 - 耳たぶなどに穴をあけてつける飾り
 - 鮭と似ています。サクラ〇〇、ニジ〇〇など。

◎前回No.121の答えは「ユウショク(夕食宅配)」でした。当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。



★ 2 2 0 5 0 3 3 3 8 ★