



いわて生協の復興支援活動



2014年
6～8月の
活動報告

「3行レシピ」用の「ファイル」を配布

好評で第4集まで発行となった「3行レシピ」。冊数が増えたことで、「つづっておきたいけど何か方法はない？」と声が出されたことから、「専用のファイル作り」の支援活動がスタート。8月までに、コープこうべからお寄せいただいたほか、いわて生協でも作成し、300セット集まりました。沿岸で運行している移動店舗「にこちゃん号」利用者に配布し喜ばれています。



寄せられたファイルは、色・柄・素材ともさまざまです。

できることをみつつけてお役に立ちたい

コープこうべ 大阪北地区・池田東コープ委員会



「もらった3行レシピはこれにつづっておけばいいのね!」「友だちにもあげたいからもう1つもらってもいい?」と好評でした。



コープこうべでは「組合員がみんなで楽しく取り組めるように」の思いを込めて、「つながろうカフェ」という名称をつけた「支援活動の場」を設けています。



月1回開催される「つながろうカフェ」では6つのブースに分かれて作業しており、そのうちの1つが私たちの委員会です。「コープこうべ」の活動本部からこのファイル作りの呼びかけがあり、「私たちにもできそうだね。委員会終了後に100セット作ってみよう」とチャレンジしたのがこの活動を始めたきっかけ。やりがいを感じるし、作るのが楽しくなり、今でも続けています。

「被災地のために何かしたい」と思っても一人ではなかなかできないもの。みんなでできるのはとても心強いですし、このことが少しでも被災地のお役に立てるなら、うれしい。これからも、被災地のみなさんの笑顔が少しでも増え、元気になるお手伝いをしていきたいです。
代表 石田千代子さん（上の写真右から2人目）

コープこうべの大阪北地区では、活動だより「MUTUMI」に、支援活動への参加呼びかけと活動報告を掲載しています。



8月23日



ヘルフ山岸夏まつりには、「復興プロジェクトかけあしの会」が出店。青森県黒石市との共同開発で話題の「宮黒サイダー」も好評でした。

7月5日



にのへコープ生協まつりでは組合員が「復興応援Cafe」を出店。



7・8月、各店・各地域では「納涼祭」や「生協まつり」「夏まつり」が多彩に開催され、来場者は、沿岸被災地の商品を利用することで復興を応援しました。また、組合員によるブースでの売り上げは「東日本大震災支援募金」にあてられました。

各地域の「生協まつり」で、被災地の商品を利用して応援

7月20日

122回目のバスボランティアは陸前高田市へ



石窯で焼いた「ピザ」、本場大阪の「たこ焼」、手作りの「漬物」、漁師の方からいただいたいわしを使った「つみれ汁」。食後には「かき氷」も！

おおさかパルコープ・大阪よどがわ市民生協・ならコープのボランティアのみなさんは、「たこ焼」をお振る舞い。



復興に向かって

あの津波が、まさか海から約1kmも離れたこの上長部地区に到達するとは、だれも考えませんでした。津波は地区を通る小川をのぼり、65戸のうち43戸を飲み込み、地区への入り口をがれきが封鎖したため、孤立状態になりました。みんなで協力して田んぼに畳を敷いて車を通れるようにし、3日後にその状況を外部に報告することができました。その後、さまざまな形で支援していただき、みんなが集まれる場「公民館」も12年12月に完成。「支援してくれた方々に感謝の気持ちを表したいね」と話していたところ、13年の春に、



上長部の郷おがさんの会（陸前高田市）のみなさん

感謝の気持ちをお返ししたい

関西の生協さんから「遠方からのバスボラ参加団体の昼食を作ってもらえないか」と相談されました。これが、「支援いただいた方への食事支援のグループ活動」の始まりでした。「千年に一度」と言われるこの津波で、たくさんの方の尊い命が犠牲になりましたが、残された私たちは、前を向き、これから何を残していくかが大切だと思います。沿岸各地では、家が残った人と失った人の温度差が出てきているとも聞きます。でもこの地区の誰もが、「みんなで乗り越えたい」「震災前のいい関係を続けていきたい」と願っています。現在、小泉アツ子さんが譲ってくれた土地に、17戸の住宅が建設されています。今バラバラに住んでいるみんなが戻ってくるのはもつすぐです。

代表 菅野静子さん

※いわて生協では、被災された方々が5人以上集まって行うサークル活動などの「グループ活動」に対して費用を補助しています。お問い合わせは組合員活動チームへ。

今号の表紙

復興へ！ 佐勇水産（宮城県石巻市）



アイコープ漬魚（みりん漬、みそ漬、西京漬、粕漬、塩麹漬、醤油麹漬）の利用は伸びているが、一度他社へ移ってしまった一般商品の注文は、震災前の8割程度に留まっている。復興事業で建設した工場の返済も始まっており、「これからが正念場」と社長の佐藤由隆さん（左）。他社で修行を積み、今年入社した、息子で後継者の勇太さんと。

今年度の「東日本大震災支援募金」

348万6,215円（3月21日～8月20日）

●今年度の「復興支援基金」活用状況（3月21日～8月20日）

支援内容	費用
被災地でのふれあいサロン	414万1,973円
リフレッシュツアーバス代	97万8,410円
バスボランティア	74万7,495円
グループ活動補助	74万3,162円
被災地での自主企画	5万5,711円
その他	4万1,312円
計	670万8,063円

- 2013年度までの3年間に寄せられた募金は7,554万円で、2011年5月に2,000万円を岩手県へ義援金として贈呈し、残りを「支援活動基金」として支援活動に活用してきました。
- 2013年度は、1,160万円の募金が寄せられ、2,046万円を支援活動で活用しました。

ホームページもご覧ください▶140 取材こぼれ話 検索

支援活動を続けるため、引き続き募金にご協力ください！

店舗 店内に設置している「募金箱」へ！

共同購入 1口100円

●OCR注文書での募金

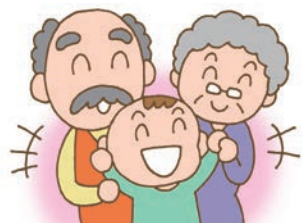
注文書の左上の募金欄に口数を記入すると、その週の商品代金というしよに募金ができます。

●募金の「利用登録」もできます！

毎週 2 5 1 9 9 9

隔週 2 5 2 9 9 9

共同購入注文書の6桁番号記入欄に、上記の番号と口数を記入すると、来年3月20日まで自動的に募金に協力できます。



快適な“聞こえ”を取り戻しませんか！

～生協だから言いたいことが言える、聞きたいことが聞ける～

補聴器
無料訪問サービス

お得な特典

5%割引
(標準価格より)

今お使いの補聴器
の点検・修理・ご
相談もOK

チェック☑してみませんか？

- ☐ 「テレビの音量が大きい」と言われる。
- ☐ 話しかけられたとき、聞き返すことが多い。
- ☐ 電話に出ても、相手の声が聞きづらい。
- ☐ 呼びかけられても、気がつかない。
- ☐ 聞き間違いが多い。

ひとつでも当てはまったらご相談ください！



補聴器購入までの流れ

生協 下記へ電話をする

フジ医療器より、訪問日時などをご連絡

補聴器の選択・調整
聴力や使用環境、予算に
合わせ、適切な器種を選
択、調整



専門スタッフが訪問
ご自宅で聴力測定&ご相談

7日間無
料お試し

ご購入
または返却



佐々さん (釜石市)

**ハッキリ&自然に聞こえ
満足です！**

津波で補聴器も流失し困っていたとき、生協で補聴器を購入できると知り、迷わず電話しました。以前のものより、ハッキリ自然に聞こえて満足しています。購入後も無料で調整に来てくれるので、安心です。

専門スタッフが、何度でも無料でご自宅に伺い調整します！

提携先：フジ医療器

補聴器は、いつもの生活空間の中で調整することで、生活の音を聞き取りやすくできます。ご満足いただけるまで、何度でも訪問いたします。お気軽に何でもご相談ください。



高山俊一さん

※たくさんの器種の中から、耳の形や操作のしやすさ、聴力の状態に合わせて選べます。

耳あな型



耳の穴にす
っぽり入る

耳かけ型



耳の後ろに
かける

製造元：GNリサウンド社
(本社デンマーク)

お問い合わせ
・ご相談は
こちらまで

いわて生協 住まいと暮らしのサービスセンター
☎ 0120-879-300
受付時間／9時～18時 (月曜～土曜)

または

コープ東北サービス事業本部 FAX 022-218-0190
☎ 0120-448-044
受付時間／9時～18時 (日・祝日も営業)

戦争童話アニメ「焼跡のお菓子の木」を上映。



平和の願いを込めて、折り鶴を作りました。



パンプキンこ〜ぶ委員会のみなさん (2月のひなまつり会にて)。秋には八戸市東洋館 (コープたまごスープの製造メーカー) へ工場見学に行く予定です。

こ〜ぶ委員について詳しく
知りたい方はこちらへ！



組合員活動チーム
☎ 019-603-8299
(月曜～土曜 9時～18時)

7月26日

「夏休みピースアクション
in洋野」に45人が参加



七役房子さん、根城邦雄さんが戦争体験を話してくださいました。

楽しい♪
ためになる♪
組合員の活動

地域の方の戦争体験を聞き、
心を揺さぶられました

久慈コープ・パンプキンこ〜ぶ委員会

地域の生協ファン9人で活動して3年目。メンバーや地域の要望にそってさまざまな活動をしています。この夏、「夏休みピースアクションin洋野」おいでよ！戦争を知らない子どもたち・大人たち」と題して、洋野町在住のお二人の戦争体験を聞く会と戦争童話アニメの上映会を開催しました。「かなしいはなしだった」「実際に体験した人のお話に心を揺さぶられた」「罪もない人が死んでいく戦争は、絶対あつてはならない」「今の平和な世の中を大切にしたい」などの感想が寄せられ、「戦争」を伝えることで今の「平和」を感じられることを実感しました。今後、戦争体験を聞く機会を持ち、平和について考える時間を作りたいと強く思いました。(下田定子さん)



「0歳からの親子教室
tetoteto★」主宰
赤坂あけみ先生
(リングドールを手に♪)

も く い く 木育のススメ

「木育」という言葉を知っていますか？木や森が私たちに教えてくれること、木とどのように触れ合えばよいのか、お聞きしました。



感性を高め、心を豊かに

木と触れ合い、森と親しみ、豊かな心を育む「木育」。木にはさまざまな種類があり、色や木目、硬さ、手触り、香りなども違います。それらを五感で捉えることで、感性が高まります。

私たちの住んでいる岩手県は自然がいっぱい。まずはお子さんと秋を探しにでかけてみましょう。



五感を刺激する秋の外遊び

葉が色づき、いろんな実がなる秋は、自然遊びのバリエーションがさらに広がります。落ち葉を集めて美しいグラデーションを描くように並び替える「色遊び」や、木の実や枝を並べてケーキに見立てるなど、自然の素材を使った「ごっこ遊び」。本の上で木の実を転がし、下に置いたフライパンや木琴など音の出るものの上に落として遊ぶ「音遊び」、いろんな種類の木の実を袋に入れ、中を見ずに袋に手を入れ、何かを当てる「感覚遊び」などなど。親子のコミュニケーションを深め、五感を刺激する遊びがいっぱいです。

工夫ができる“木のおもちゃ”

木のおもちゃは食事に例えると「主食」。自由に想像力を膨らませて遊びを深めることができます。木目は気持ちを落ち着かせる効果もあるんですよ。一方、色や形がはっきりしたものや電気仕掛けのおもちゃなどは「おやつ」となります。子どもにはまず、「主食」を与えたいですね。

これからの季節は、お風呂の中で、リラック効果のある香りに包まれながら遊べるヒバキューブやヒノキのボールがおすすめ。沈めてはプカッと浮き上がるのを楽しんだり、食べ物や乗り物に見立てて遊ぶのもいいですね。



ママといっしょに えいごであそぼ！

7月22日

コープ関コルザ2階にて

「抱っこの赤ちゃんも、早くから英語に親しめるように」「英語が得意でなかったママも、苦手意識を克服できたら…」と、たかはしくみこ先生を講師に開催。9組の親子が参加し、手遊びや歌がいっぱいの楽しいひとときをすごしました。

まず、お日さまに「Hello!」とあいさつする歌でスタート。初めて会ったお友だちにも「Hello!」しました。そして、今回のテーマは「海の生きものたち」。大きなクジラ、元気なイルカと海に潜ってたくさん泳いで…。英語の言葉

が自然に出てくるようになったお子さんもいて、びっくり！

最後は、お楽しみのティータイム。コープのお菓子を食べながら、離乳食のこと、歯が生えてきたことなど、ママたちのおしゃべりが弾みます。初めての子育てに戸惑うことの多いママたちには、とっても貴重な時間になりました。



■「ハピママコープ」は、ベルフ仙北・山岸・まつぞの・青山（盛岡市）、コープ関コルザ、ベルフ八幡平で定期的に開催。お問い合わせは、組合員活動チームへ。
☎019-603-8299（月曜～土曜 9時～18時）

■今後の企画は、「子育てブログ」を見てね！



いわて生協 ハピママ

検索

商品のお知らせ

供給再開

coop 県産もめん豆腐 300g(2個分け) 各 本価 **128円**
coop 県産きぬごし豆腐 300g(2個分け) (税込138円)
 ※本誌4・5ページをご覧ください。

coop 産直真崎わかめ使用わかめの佃煮わさび風味
 100g 本価 **189円**(税込204円)
 新物わさびで供給再開!
 産直真崎わかめの端材部分を使用。醤油の大豆は遺伝子組み換えではありません。風味付けにイサダ(オキアミの一種)とわさびを加えています。製造は古須賀商店(宮古市)。

改善

coop 白菜キムチ 200g 本価 **276円**(税込298円)
coop 三陸産しめさば 120g 本価 **276円**(税込298円)



共同購入
限定品

10・11月は今松野菜生産組合の産直白菜を、それ以外は国産白菜を使用し、通年取り扱います。



原料の「もろみ酢」の製造メーカー倒産により、「醸造酢」に変更。価格を維持し、賞味期間を解冻後7日→14日間に改善。

量目変更

原料・資材価格高騰のため、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。

coop ポークウインナー
 110g→99g 本価 **184円**(税込198円)
 280g→230g 本価 **369円**(税込398円)

coop チキン&ポークウインナー 140g→112g 本価 **184円**(税込198円)
style 低脂肪ヨーグルトプレーン 400g→350g 本価 **110円**(税込118円)

製造中止

coop 生シュークリーム 3個入り



「アイコープ産直生協牛乳」生産者に、「後継者育成資金」220万円を贈呈

「アイコープ産直生協牛乳」1ℓにつき1円を積み立て、毎年「JAいわて花巻西和賀酪農組合」と「JA岩手ふるさと産直牛乳推進組合」に贈呈しています。13年度は220万円となり、7月31日に両組合を代表して、西和賀酪農組合の中野誠一組合長へお渡ししました。



「酪農経営が大変きびしい中、大変ありがたい。有効に使用します」と中野組合長(左)。

理事会だより

14年度第2回(7月14日)・第3回(8月18日)の定例理事会から、おもな内容をお知らせいたします。

①新たに「灯油積立登録者値引き」をスタート

組合員の声にこたえて、灯油積立登録者への「積立値引き(1ℓ当たり1円)」を10月21日から開始します。これまでの「定期巡回登録値引き」などと合わせると、生協配達灯油価格(電話注文)よりも最大で1ℓ当たり4円引きとなります。

なお、これまで灯油積立登録者に対して行っていた利息付与(0.2%)は10月20日で終了します。

NEW 最大1ℓ当たり4円引き!

「灯油積立」登録	それぞれ
「定期巡回」登録	1ℓ当たり
1度に200ℓ以上給油	1円引き!
一冬のご利用1,000ℓ以上	

※詳しくは、ホームページをご覧ください。➡



②「集団的自衛権行使容認」閣議決定に対する緊急の取り組みを決定しました

7月1日に平和憲法9条の解釈を変え「集団的自衛権の行使」を認めることを閣議決定した政府の動きに対し、7月7日、いわて生協理事会は反対する声明をあげました。また、政府と県選出の国会議員に対して、閣議決定に抗議し撤回を求める意見書を7月8日付けで提出しました。

平和とくらしを守るためにも、こうした動きに関心をもち、学習や集会に参加することを組合員のみなさんに呼びかけます。※声明文の全文はホームページに掲載しています。➡



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、2,105か所で開催され、7,849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「広東バナナ」生産者へ水害被害のお見舞金を贈呈

今年5月に中国南部を襲った豪雨により、広東省の「広東バナナ」の農園が大きな被害を受けました。「広東バナナ」生産者からは、東日本大震災時に750ケースのバナナの支援をいただいていたことから、支援へのお礼と生産者のみなさんを励まそうと、20万円のお見舞金を贈呈しました。

「原発再稼働に反対!」の声カード6千枚を県選出の国会議員に手渡しました!

本誌前号でも呼びかけた「原発再稼働に反対!」の声カードは、6千枚が寄せられました。この声カードは、8月に組合員の代表が県選出の国会議員に手渡し、「原発の再稼働中止と自然エネルギーの拡大・普及」を求める要請行動も行いました。

「寄せられた声は安倍首相へきちんと届けます」と階猛・黄川田徹両衆議院議員(右から)。



いわて生協の現況 (14年8月20日現在)

組合員数	班員数(個人宅を含む)	出資金	供給高	ユニセフ募金
22万2,614人 (14年3月20日から5,206人増)	7万4,601人 (14年3月20日から1,553人増)	78億5,368万円 (14年3月20日から2億1,313万円増)	154億3,106万円 (14年3月21日からの累計、計画比100.1%)	5万9,664円 (14年7月20日現在)

環境関連データ (14年4~8月度の店舗・共同購入の回収量、レジ袋節約)

牛乳パック 「洗って開いて乾かして」	発泡スチロールトレイ 「バキンと割れるもの」 「洗って乾かして」	ペットボトル 「すすいでラベルを取って」 「キャップも回収」	卵パック 「底とフタに切り離し、 重ねて」	透明トレイ・ふた 「洗って乾かし、シールは がすか切り取って」	レジ袋節約 「お買い物は マイバッグで」
62万3千枚 (前年比95.7%)	354万3千枚 (前年比83.2%)	70万3千本 (前年比102.2%)	48万枚 (前年比100%)	8.2トン (前年比81.1%)	274万9千枚 (8月度節約率52.4%)



岩手の豊かな森林を未来に残したいわ! みんなで「コープの森」づくり

コープの森 in くずまき

下草刈り体験&風力発電見学

5年目となる「くずまき」では、春に植えた苗木が元気に育つよう下草刈りをします。午後は風力発電見学または「しらかばの湯入浴（入浴料別途）」を選択できます。

と き／10月11日(土) <現地集合9:45、現地解散14:40>
※盛岡と二戸からバスが出ます。

集合場所／葛巻ワイン工場「森のこだま館」

バス代／500円（現地集合の方、小学生以下は無料）
※昼食はおにぎり持参。無料屋台あり。

コープの森 in まさえ生母

天然記念物イロハモミジ苗の植樹

今年度スタートした「まさえ生母」で初の植樹を行います。午後は、歴史ガイド付きで東稲山・経塚山を散策。盛岡コースは中尊寺での自由時間もあります。

と き／11月8日(土) <現地着9:45、現地発13:20>
※一関・水沢・盛岡からバスが出ます。

集合場所／月山キャンプ場（奥州市前沢区）

バス代／500円（小学生以下は無料）
※昼食はおにぎり持参。芋の子汁の提供あり。

いわて生協のイベントに みんなで遊びに来てね!

この秋、各コープ（地域）で開催中!

花巻コープ 生協まつり	9/27(土) 10:30～13:30	花巻なはんプラザ
けせんコープ 生協まつり	9/28(日) 10:00～13:30	共同購入けせんセンター
盛岡南センター お披露目会	10/4(土) 10:00～13:00	共同購入盛岡南センター
久慈コープ 生協まつり	10/4(土) 10:00～13:00	共同購入久慈センター
釜石コープ 生協まつり	10/4(土) 10:00～14:00	共同購入釜石センター
復興支援・地産地消フェスタ inコルザ	10/4(土)・5(日) 10:00～16:00	コープー関コルザ
ベルフまつその 秋まつり	10/5(日) 10:00～16:00	ベルフまつその
青山ふれあいまつり	10/19(日) 10:30～15:00	ベルフ青山
宮古コープ 復興応援まつり4	11/3(月) 10:00～16:00	マリンコープドラ

第20回いわて生協 福祉まつりin盛岡

と き／10月12日(日)
11:30～16:00

ところ／盛岡大通商店街
「歩行者天国」

地域の福祉施設への支援と交流・ふれあい、沿岸被災地への支援を目的に開催している「福祉まつり」。20回目の今年も、18の福祉施設と11の団体が参加します。ぜひご来場ください。

主催／福祉まつり実行委員会（参加メンバーで構成）

お問い合わせ・お申し込み ● いわて生協組合員活動チーム ☎019-603-8299（月曜～土曜 9時～18時）

南昌荘だより



南昌荘かたらいプラン 始めました

今年6月、文化財庭園フォーラムに参加した有名庭師により、南昌荘の庭園が作庭当時（130年前）の趣のある庭園に整備されました。このお庭を眺めながら、南昌荘のお座敷で心安らぐひとときを過ごしませんか？

●3人以上でお弁当か喫茶をご利用の方は、お部屋代1時間（1部屋に付き）600円が無料に。

●期 間／10月31日(金)まで（要予約）

- 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

南昌荘は、盛岡市の保護建造物・保護庭園で、いわて生協が所有・管理しています。

9/26(金)	古道具きやりこの今昔着物と古裂
9/26(金)～28(日)	清水友邦 イーハトーヴ 写真展 アジアの手しごと展 清水寿子 呉服展示会（初日13時から） マルダイ21
10/2(木)～4(土)	呉服展示会 亀半
10/3(金)～5(日)	手しごと展 ～布と針で遊ぶ～ 手づくりの部屋 さをり織の仲間展
10/8(水)～12(日)	やさしい服たち（初日12時30分から） Kazenoiro
10/9(木)～12(日)	阿部正伸 木の作品展
10/18(土)～19(日)	ら・ら・らナカぎ針編ト雑貨ノお店
10/19(日)	箏曲独奏会（13時30分開演） 呉竹会 佐藤敦子 ・チケット（入園料を含む）前売1,000円 当日1,200円
10/23(木)～26(日)	藍染・創作展 工房彩苑 永守勝子展 古布リメイク作品
10/24(金)～26(日)	第4回めぐもり手しごと展
10/30(木)～11/2(日)	盛岡発 “復光～これから、ここから～” ことばの知・加・楽展 支部蘭談
11/1(土)～2(日)	染・織・彩 ～岩手沿岸の染め物・織物企画展～ 遠野まごころネットもりおかクリエイティブ・ラボ
11/7(金)～9(日)	石と白砂の伝統芸術 盆石展 細川流盆石盛岡支部
11/8(土)～9(日)	10人手づくり市 着物リメイクと古着物・とんぼ玉 手作りの店 ちば

南昌荘紅葉の 庭園ライトアップ

11/12(水)～16(日)

※20時まで特別開館





前号(夏号)を読んで

表紙の八木澤商店さんへ

先日、高田松原を訪れ、「奇跡の一本松」が立ち、「希望のかげ橋」というベルトコンベアーが稼働する広々とした土地に、八木澤商店さんのお店を見つけました。小さくても訪れた人に大きな元気を与えてくれる頼もしいお店だと思いました。ありがとうございました！

盛岡市 千田千恵子さん

こだわっているんですね

「アイコープ焼肉のたれ」は、八木澤商店に製造委託しているんですね。化学調味料、着色料、保存料を使わず、すぐく安全・安心にこだわっている印象を受けました。「おいしくなつて復活！」というところに期待しています。

盛岡市 鈴木明子さん

自由研究にも「役立ち」

「役立ちレシピ」に書いてあった「コープアガー」と「ゼラチン」の違いを参考に、娘が夏休みの自由研究をしました。レシピだけでなく、自由研究のテーマの参考にもなり助かりました。

三戸市 佐藤優子さん

心強いですね！

総代会に大勢の組合員が参加し、復興支援やくらしにかかわる重要な議題を話し合っていたんですね。何だか、とても心強く感じました。

盛岡市 中家みどりさん

花巻出店が楽しみ♪

花巻市に生協の店舗ができる計画があると知り、うれしく思います。安全・安心なもの、吟味した商品を扱ってほしいです。ちなみに場所はどこでしょうか？

花巻市 佐藤れい子さん

◆花巻市南新田地区に15年夏ごろ出店予定です。みんなで「こんなお店に…」という意見を出し合い、組合員加入のお誘いもすすめましょう。

意識が変わればいいネ

「6/5マイバッグ持参の日のレジ袋節約率93%」にびっくり！普段お店で見る節約率とは格段に違い、

意識することでもこんなにも高まるのですね。今後、93%が当たり前になるくらい、みんなの環境意識が変わればいいと思いました。そのことが、原発問題などの考えにつながっていくのでは？

盛岡市 樋口千佳さん

知らなかった…

リサイクルできる発泡スチロールトレイは「パキン」と割れるものだったんですね。単純に「プラスチック」だと思い、パキンとできないものも混ぜていました。ごめんなさい。

盛岡市 佐藤文子さん

どうしてる？ラベルやシール

透明トレイや弁当のふたをリサイクルするとき、ラベルやシールを灯油でしめらせると、きれいにはがせます。はがしてベタベタが残ったら、シンナーなどで拭くといいですよ。

滝沢市 長岡光徳さん

◆透明トレイや透明なふたは、洗って乾かしたのち、ラベルやシールをはがすかハサミで切り、お店のリサイクル箱へ。エコトレイなどに再生されています。

フリートーク

メガネが5%引きに♪

わが家は4人家族で、全員メガネ



5 クイズ 5つのちがい

2枚の絵には5つのちがいがあります。ちがうところにあてはまる5文字を並べかえてできる言葉をお答えください。

ジ	イ	リ	モ
ノ	コ	ジ	ル
ク	リ	ガ	ゴ
ミ	ハ	ン	モ

応募方法・あて先は左ページをご覧ください。

図書カード、コープ商品券、共同購入商品値引券
いずれか1000円分を、30名様にプレゼント！

をかけています。視力が変われば作り直しますが、安い買い物ではありません。でも、「眼鏡市場」では、組合員カードの提示で5%引きになるので、とても助かっています。

紫波町 藤村幸恵さん

組合員カード提示でお得!!「眼鏡市場」県内8店舗でメガネが5%引き、4店舗でコンタクトレンズも5%引きになるなど各種割引や特典があります。「洋服の青山」「アート不動産」「ゆび苑」「家具卸売販売」と県内8つの入浴施設でも、割引や特典が受けられます。詳しくは、いわて生協のホームページをご覧ください。



おいしくラーメンですよー!

夫が「アイコープゆきちからラーメン」を好きなので、よく買いに行きます。麺がスープにからんでとてもおいしいので、私も大好きです。

盛岡市 小原 憲さん

coop ゆきちからラーメン



2食・醤油スープ付
本体価格 **218円** (税込235円)
岩手県産小麦ゆきちからを100%使用した細に、鶏がらスープがマッチ。製造は(株)戸田久(盛岡市)。

自分発見、しませんか?

「コープくらしの助け合いの会」の活動会員として、高齢会員さんへ

の家事援助や生協のイベント時の託児などを行っています。10代から70代までの約300人が活動中ですが、困っている人をお手伝いしながら、実は自分自身が様々なことを体験し成長することができると実感しています。自分発見の現場に、あなたも飛び込んでみませんか? 初心者研修・交流会・学習会などもありますし、地域のコーディネートが活動の調整をしているので、安心して活動できますよ。

盛岡市 高橋直美さん

コープくらしの助け合いの会

組合員どうし、気軽に助け合えたらいいね♡

- 盛岡市近郊と花巻・北上・水沢・一関・宮古・金石・けせん地区で活動。
- 会員の種類は、活動会員・利用会員・賛助会員の3種類。生協組合員ならどなたでも入会でき、会員の種類はいつでも変更OK。
- 年会費1,500円(各会員とも一律。登録月に応じて月割あり)。
- 活動は有償。利用会員は活動費(最初の1時間は800円、以降1時間ごとに500円)と運営協力費(1回100円)を利用会員に支払います。
- お問い合わせは「コープくらしの助け合いの会」事務局へ。盛岡の方は☎019(699)1777、盛岡以外の方はフリーダイヤル0120(53)7940へ。月曜～金曜、9時半～16時(それ以外の時間は留守番電話対応)。

夕食宅配サービス

体調を崩し食事に興味を持てずになりましたが、生協の夕食宅配を利用

してからは、家庭的な味付けがうれしく、献立表を見ながら作り方を想像しています。「家族のためにまたおいしい料理をつくりたい…」という気持ちにさせてもらい、感謝しています。

盛岡市 阿部さん

夕食宅配サービス…毎週月曜から金曜までの5日間(祝日は休み)、専属栄養士監修の力口リ・塩分控えめの日替わり夕食弁当をお届け。盛岡・滝沢・矢巾・紫波・花巻・北上・奥州・平泉・一関の一部地域が対象。お問い合わせは夕食宅配センター(フリーダイヤル0120(53)7940)502(月曜～金曜9時半～19時)へ。

家計簿プレゼント

全国で200冊

生協の家計簿

わが家の家計簿



いつからでもつけられる日付フリー記入式。ロングセラーの家計簿です。

費目を自分で決められるので、使い勝手がよく、家計簿初心者にも最適です。

◆応募方法

①②③④⑤⑥を明記し、はがきでご応募ください。

①加入生協名(「いわて生協」とお書きください) ②氏名 ③住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥ご希望の家計簿いづれか

◆あて先

〒150-8913 東京都渋谷区渋谷3-29-8 コーププラザ11階 日本生協連出版部「家計簿プレゼント」係

◆しめきり

10月9日(木)
※当選発表は発送をもってかえさせていただきます。当選者へは10月30日までに郵送にてお送りいたします。

●抽選日 10月10日

●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。

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、右の応募要件①～⑥を忘れずにご記入ください。
- 「表紙プレゼント」応募の方は、右の応募要件③～⑥を忘れずにご記入ください。

あて先 「クイズ」または「表紙プレゼント」の応募先

はがき	ファクス	Eメール	便せん・メモ用紙
〒020-0690 (住所記入不要) いわて生協広報室 ※郵便番号が変わりました。	019-687-1117	sn.i05797et@todock.jp 件名には「ハローコープ応募」とお書きください。	応募専用フォームはこちら! ハローコープ応募 検索

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・「ばっかばか! 鍋料理」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は、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。

●前号クイズの答えは「カキゴオリ」で、正解451通(応募総数469通)の中から30人が当選されました。表紙プレゼントは201通の応募の中から4人、特別プレゼントは51通の応募の中から10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。