

HELLO コープ



2017 初春号

No.152(年5回発行)



田老町漁協の昆布の生産者と加工場のみなさん。真崎海岸にて。

2～3
ページ

これいいね! ラブコープ商品
coopだし昆布

商品
プレゼント

田老町漁協に製造委託している
アイコープ商品と産直真崎わかめの
詰め合わせを**5**名様に ※3ページを見てね♪



4～7
ページ **特集** 持続可能な地球環境を未来につなぐために!
家族で考えよう 地球温暖化対策

10
ページ **コープ**でいきいき生活「アイスピック」を杖の先に!

12
ページ **知ってへ～!使ってみたいわ～!** COOPひかり

13
ページ **楽しましょ!** 口呼吸にご用心!

14～15
ページ **今日からつくれる役立ちレシピ** 3行レシピの料理



新春プレゼント

「岩手ビッグブルズ公式戦」観戦チケット
※詳しくは17ページを見てね♪

1,000円分の商品券が当たる「たぐさんクイズ」は16ページに掲載!



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



バックナンバーや「取材
こぼれ話」もホームページで

いわて生協

検索



昨年11月
新発売



こだわりの品質 **coop だし昆布** 60g 本体価格 **288円**
(税込311円)

宮古市田老産の真昆布を使いやすい大きさにカット。
上品な甘みとクセのない澄んだうま味が特長です。



私がコープ商品・産直品の
魅力を発信するよ!



田老育ちの真昆布まこんぶを使用! アイコープだし昆布

みそ汁や煮物など和食に欠かせない「昆布だし」。この冬
新開発の「アイコープだし昆布」でおいしい昆布だしの
取り方をマスターして、ワンランクアップの和食を作っ
てみませんか?

わかめより手間がかかる「昆布」



田老町漁業協同組合
代表理事組合長
小林昭榮さん

「アイコープだし昆布」の原料は
「真昆布」。田老の海で養殖してい
ます。わかめを育てている生産者
が、3月から4月のわかめの収穫
を終えた後に、6月末から昆布の
収穫を始めます。

早朝に漁場で収穫し港に運んだ
昆布は、1枚1枚不純物を落とす
ために洗浄します。その後、生産
者が各自持ち帰り、最大12時間か
けて屋内で乾燥させます。昆布は
重いため、わかめのように船にま
めて積むことができません。そのた

め、少しずつ収穫し、港まで何回
も往復します。こうした作業を8
月上旬まで毎日行っています。実
は昆布は、商品にするまでわかめ
より手間がかかっています。
あの大震災からまもなく6年。
みなさんのおかげで頑張っているこ
とができました。「産直真崎わか
め」はもちろん、「アイコープだし
昆布」もぜひご利用いただき、引
き続き応援をお願いいたします。



昆布は1枚1枚洗う。

田老町漁業協同組合(宮古市)

人気の「産直真崎わかめ」や、アイコープ商品を
製造委託している。東日本大震災で甚大な被害
を受けたが、すぐにわかめの養殖・収穫を再開。
2015年には新しい加工場が完成した。



昆布を工場でカットし、袋詰め。
ていねいな手作業で商品化。



わかめをたくさん買いました。
商品を利用して応援し続けます！

田老町漁協の工場の前で。ツアーには26人が参加。前列右端が種綿さん。

震災の年の10月に田老を訪れたときは、建物がほとんどなく、住宅地だった場所には雑草が生えていましたが、今回は様々な建物が建っていました。新工場を初めて見学しましたが、とても清潔な作業場でした。また、いろいろな工程を手作業でいねいに行っている様子を見ることができました。

これからも、田老町漁協の商品を利用して、少しでも復興を応援していきたいと思います。

昨年9月「被災地応援ツアー」で田老町漁協へ
商品を利用して復興を応援したい！

岩手郡コープ 種綿 久子さん（滝沢市）

とっても簡単！基本のだしの取り方

湯だし

みそ汁や湯豆腐に！

- ①固く絞ったぬれふきんで表面を軽く拭きとる。
(表面にうま味成分が付着しているので、洗い流さない。)



- ②鍋に1ℓの水(またはぬるま湯)を入れ、昆布約20gを1時間ほどつける。
※「アイコープだし昆布」の場合1/3袋分。



- ③中火で温め、沸騰直前に昆布を引き上げる。



水だし

すまし汁や酢の物に！

- ①鍋かピッチャーなどに、昆布約20gと水1ℓを入れ、冷蔵庫に。
- ②一晩たったら昆布を取り出す。

※保存目安は、冷蔵庫で3日程度。

これもおすすめ！



リメイクレシピ「浅漬け」

●材料

白菜などの野菜……………約300g
昆布(だしを取った後のもの)……1～2枚
ぽん酢……………適量

●作り方

- ①白菜などの野菜は食べやすい大きさに、昆布は細切りにする。
- ②ビニール袋に全ての材料を入れて揉み、常温で30分ほど置くと出来上がり！

※お好みで鷹の爪や生姜を入れても！

田老町漁協製造の産直品・アイコープ商品



産直真崎わかめ(湯通し塩蔵・養殖) 100g当たり 本価248円

田老町漁協の中でも生産者を青野滝養殖組合に限定。田老の天然わかめの胞子だけを使い、真崎海岸の沖1km、親潮(寒流)と黒潮(暖流)がぶつかり合う栄養豊富な荒波で養殖しているので肉厚で歯ざわりがよい。塩分は保存に最低限必要な30%。



産直真崎わかめ使用 カットわかめ 20g 本価298円

産直真崎わかめを食べやすい大きさにカットし、乾燥。水で戻すと10倍以上に増える(重量比)。



産直根昆布入りとろろ 30g 本価189円

田老産の昆布を極薄に削っています。粘りと味のよい根昆布を30%配合。麺類や汁物はもちろん、おにぎりに巻いても！

商品
プレゼント
5名様

アイコープだし昆布と、上記の産直品・アイコープ商品の詰め合わせ(2,000円相当)

※「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 2月20日(月)

昆布のココがすごい！

低カロリーで

**おいしいだしが出て、
減塩につながるだけでなく、
栄養分がたくさん！**

①「食物繊維」が豊富！

水溶性の食物繊維がたっぷりです。

②血糖値改善に！

昆布の色素フコキサンチンは、抗酸化作用があるほか、血糖値改善などの効果も期待できます。

③腸内環境を改善！

乾燥した昆布の表面についている白い粉の成分(マンニト)は、腸内細菌のえさになり、腸内環境を改善します。

参考) 北海道ぎょれん広告より

特集

持続可能な地球環境を未来につなぐために!

家族で考えよう 地球温暖化対策



昨年、地球温暖化対策の新たな枠組み「パリ協定」が、異例のスピードで発効しました。これを機に、世界的に地球温暖化対策への関心が高まっています。深刻な干ばつに見舞われたり、海面上昇で水没の危険が高まっている国があるなど、世界では温暖化の影響がすでにあらわれており、日本でも台風や豪雨など異常気象による災害が多発しています。

新年にあたり、持続可能な地球環境を未来の子どもたちに残していくために、わたしたちができることは何か、家族みんなで考えてみませんか？

地球温暖化が原因とされるおもな現象

砂漠化するサヘル地帯



赤道付近の亜熱帯では、気温上昇や降水量の減少によって乾燥が進み、干ばつが引き起こされています。アフリカ大陸を横断するように存在するサヘル地帯は、かつては緑豊かな場所でした。しかし現在は、砂漠化が進んで森林の恵みを失い、穀物生産は低迷、生活用水や食料、調理用燃料の不足などから多くの人々が苦しい生活を強いられています。

高潮で冠水するマーシャル諸島の道路



太平洋の島国マーシャル諸島では、台風などの異常気象、さらに都市化によるごみ問題などによってサンゴ礁が破壊され、サンゴ礁の防波能力や防潮力が低下。高波や高潮や頻発しています。マーシャル諸島のような島で構成されている国は、国土のほとんどが海面から3m程度の標高にしかないため、地球温暖化によって海岸や耕地を失い、島での生活自体が困難になっています。

バングラデシュの洪水



温暖化が進むと大気への蒸散活動が活発になり、大気中に含まれる水蒸気量が増えて全体としては降水量が増加すると予測されています。実際に1980年以降、世界では洪水による被害が増大しています。バングラデシュでは昔から雨季に洪水が起こっていましたが、近年は洪水の起こる頻度が増え、住民の生活を脅かしています。

「パリ協定って？」「今、世界では何が問題になっているの？」…。岩手で環境問題に詳しい方にお聞きしました。

化石燃料から

再生可能

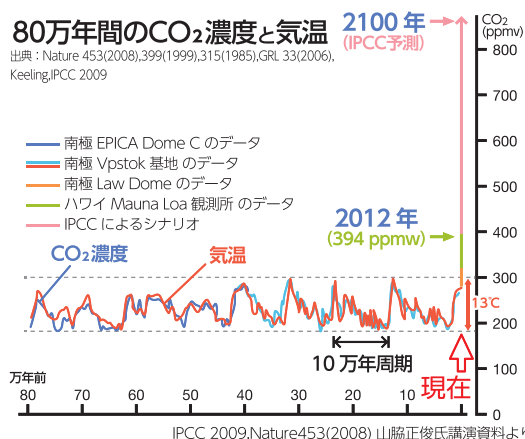
エネルギー社会へ

「パリ協定」発効は

地球温暖化への危機感の表れ

2020年以降の地球温暖化対策の新しい枠組み「パリ協定」が、昨年11月4日に発効しました。国連気候変動枠組み条約第21回締結国会議（COP21）で2015年12月に協定が採択されてから、わずか10か月後のことでした。京都議定書が発効まで8年もかかり、しかも期待する効果が得られなかったことからすると、地球温暖化がいかに「切迫した状況」になりつつあるかが、如実に表れた結果だと思えます。

しかし日本は、世界第5位の温室効果ガス排出国であるにも関わらず、パリ協定の批准が遅れ、第1回締結国会議では正式メンバーに入れませんでした。このスピード感の違いは、世界の議論が「再生可能エネルギーへの転換」へと進んでいるのに対し、日本は原発や石炭火力発電への依存を変えていないことが要因と言えます。パリ協定では「今世紀後半には温室効果ガスの排出を『ゼロ』にする」



変動から変化へ

南極大陸の氷のコア分析の結果から、産業革命（1700年代後半）以前の80万年は、概ね10万年サイクル

「世界的な平均気温上昇を産業革命以前に比べ摂氏2℃以内に抑える」ことが求められています。
※1 批准…条約に対する当事国での最終的な確認・同意の手続き。日本では国会の承認が必要。



認定NPO法人
環境パートナーシップいわて
代表理事
小岩井農牧(株)前特別常任顧問
(元代表取締役)
野澤 日出夫さん

やってみよう！冬の省エネ

2015年の「チャレンジ！冬の省エネ」に取り組んだ組合員家族の事例を紹介します。

サーキュレーターで 部屋の空気を循環させる

田中多佳子さん（盛岡市）



空気を循環させることで、部屋に入ったときに顔だけ暑く感じるのではなく、足元も暖か。ストーブ1台で2部屋温めているので、省エネにつながっていると実感しています。

寝る 30 分前にはストーブを消す

遠藤順子さん（釜石市）



私が率先してスイッチを切りました！30分経つと「冷えてきたな～」と感じましたが、すぐに就寝すれば問題なしですよ！

子どもと遊んで ホカホカになる

小山美生さん（滝沢市）



外では大縄跳びやボール遊びなどでホカホカに。室内では、座布団を土俵代わりにして相撲をとることも。「体温を上げる」こともとても効果的です！

生姜料理で 体を温める

飯坂清子さん（滝沢市）



みそ汁や鍋、その他さまざまな夕食メニューに、「生姜」を毎日すりおろして入れました。体がカッと熱くなり、芯から温まりました。もちろん、今年も実行しています！

一人ひとりができることに取り組もう！

ルで、温室効果ガスの一つであるCO₂の濃度と気温が連動して、一定の範囲内で変化してきたことが明らかになっていきます。近年の異常気象を引き起こしていると思われる気温上昇は、まだこの範囲内です。

しかしCO₂濃度は、産業革命以降急激な上昇を続けています。この間最大300ppmだった数値は現在400ppmを超え、なお上昇を続ける異常な事態です。これは、将来予測できない気温の上昇があり得ることを示しており、子どもたちの未来に危機感を持たざるを得ません。

将来のめざす姿を共有し、同じ目標に取り組む社会に

現代社会は、石油などの化石燃料が豊かなくらしのベースとなっていますが、石油生産がピークを過ぎ今世紀後半には、もはやこれまでどおり化石燃料を使い続けることはできません。

しかし日本の温暖化対策は、化石エネルギーを土台としてきた社会の延長上での取り組みとなっており、「温室効果ガス排出『ゼロ』という最終目標には近づくことはできないでしょう。社会のしくみを変えて再生可能エネルギーへと転換しつつあるドイツのように、将来の姿を産学官民連携で共有し、それぞれが同じ目標に向けて取り組むことが、時間がかかっても最終目標への到達につながります。

経済的な豊かさから、心地よい豊かさへ

岩手県は、森林や水源など豊かな自然に恵まれています。国の施策を視野に入れつつ、身近な資源を持続的に活用し、地域ごとの化石燃料ゼロコミュニティを形成してその集合体として「ゼロエネルギー県いわて」をめざすことが、人口減少が急激にすすむ今、最も重要な施策と考えます。

例えば盛岡市では、一世帯当たりのエネルギー支出額は年間約40万円。市内の世帯数12万8千世帯分で約500億円です。エネルギーの県内流通コストを20%とすると、400億円ものお金が県外に流出していることとなります。この400億円を盛岡市内での再生可能エネルギー産出（バイオマス発電の熱供給や小水力発電の開発など）に投資し、エネルギーが確保できれば、この金額は盛岡市内で流通することになります。また、継続性のある新たな産

心地よく豊かに生きるとは

現在…化石燃料依存社会

化石燃料ゼロ社会をめざす

- ・地域ごとに再生可能エネルギーを産出
- ・市民と行政が協力し、自立した地域に
- ・地域の生態系の保全 など

将来…地域が中心軸の「心地よい生活の場」に

マイバッグ持参でレジ袋を節約

2015年度レジ袋節約率は50.3%。節約できたレジ袋は、625万枚。この結果、石油11万4,188ℓ（18ℓ換算で6,344缶分）が節約できたことになります。

2015年度
約**299**トンの
CO₂を削減

捨てたらゴミ！ リサイクルに参加しよう！

生協のリサイクル活動の原点は、「限りある資源を大切にするため、私たちにできることを」という組合員の声から。現在は10種類に広がっています。



1990年に「牛乳パック」の回収をスタート。

2015年度
約**1,159**トンの
CO₂を削減
(紙類・廃食油を除きます)

これらを回収・リサイクルしています

店舗 共同購入	食品トレイ(発泡)		▶ トレイに再生	
店舗	透明トレイ・ふた		▶ トレイに再生	
店舗	ペットボトル		▶ プラスチック製品に再生	
店舗 共同購入	卵パック		▶ プラスチック製品に再生	
店舗 共同購入	紙パック		▶ 紙製品に再生	
共同購入	共同購入チラシ		▶ アイコープわたしたちのリサイクルトイレットロールに再生	
店舗	古紙		▶ 再生紙に再生	
店舗	アルミ缶・スチール缶		▶ アルミ・鉄製品に再生	
店舗 共同購入	使用済み揚げ油		▶ 飼料に再生	

リサイクル活動を もっと積極的に！

伊藤洋子さん（盛岡市）



昨年の「秋のコープのつどい」に参加した際、「トレイなどの包装容器を使用した事業者は、国の法律で、使用量からリサイクル回収量を引いた量に応じてリサイクル費用（再商品化委託料）を負担している」と聞きました。リサイクル回収を増やすことは、資源の節約だけでなく、いわて生協の経営にも貢献すると分かりました。子どもたちにとっても、分別の勉強ができて、お手伝いにもなるので、これからもっと積極的にリサイクルに出そうと思いました。

いわて生協の地球温暖化防止 のおもな取り組み

いわて生協では、東日本大震災による原発事故を受けて、「原発をすみやかに廃止し、自然エネルギーを中心としたエネルギー政策への変換」を求めています。また、自らも原発に頼らずに事業を継続するため、再生可能エネルギーの活用・導入を積極的にすすめています。事業所への太陽光発電設置に加え、2016年度は新たに2つの「創電」がスタートしました。

創電

2017年度には、再生可能エネルギーによる発電量合計が、いわて生協の事業所で使用する電気の約70%に相当する見通しです。

太陽光発電

2007年度から事業所への設置を開始し、2016年までに計16事業所に。年間発電量は約91万kWh（一般家庭262世帯の消費電力相当）です。



「コープ花巻あうる」屋上には98kWの太陽光発電を設置しています。

風力発電

昨年10月、いわて生協・みやぎ生協・コープあきたなどが出資し秋田県羽川に建設した風車が稼働を開始しました。建設した3基のうち1基がいわて生協の風車で、年間発電量は500万kWh（一般家庭1,400世帯の消費電力相当）です。



力強く回るいわて生協の風車「風みらい1号」。

野田バイオマス発電

野田村に建設された「野田バイオマス発電」にいわて生協も出資し、8月末より本格稼働しました。年間発電量は9,648万kWh（一般家庭2万6,800世帯の消費電力相当）です。この電気は、日本生協連の新電力会社「(株)地球クラブ」を通じて、いわて生協も使用しています。



東北地方の木質バイオマス発電設備としては2番目の規模です。

節電

事業所照明のLED切り替えなどの設備改善、冷設設備の温度管理や時間帯による停止、クールビズ・ウオームビズなど、節電の取り組みを積極的にすすめています。

コープの森づくり

岩手の豊かな森林を未来に残そうと、2010年から「コープの森づくり」に取り組んでいます。「くずまき」と「まえさわ生母」の2つの森で、毎年組合員も参加して植樹と下草刈りを行っています。これまでに、「くずまきの森」ではトチノキなど広葉樹の苗木を1万5,400本、「まえさわ生母の森」では国の天然記念物イロハモミジの苗木を90本植樹しています。



森づくりはCO₂の吸収にもつながり、地球温暖化防止にも貢献できます。

一人ひとりが取り組み 多くの人に広めよう

業がうまれ雇用も創出されます。地域での再生可能エネルギー創出は、自然環境の保全・復元につながり、生物の多様性を豊かにします。何世代か後の将来に向けて「心地よく豊かに生き延びる」ためにも、今、取り組むことが必須であると思います。

地球温暖化対策は世界的な問題ですが、個人でできることの積み重ねでもあります。

例えば「リサイクル活動」。資源はすでにこの世の中に十分にあるのですから、リサイクル（リユース・リデュース）すれば、新たに資源を採掘する必要がなくなります。

ただし、こうした取り組みはたくさんの人に知らせなければ広がりません。県内世帯の45%が加入するいわて生協には、大きな期待を寄せています。伝え広げること、一人ひとりの環境意識がいつそう高まり、自分のできることに取り組む人が増えていくでしょう。

今の地球や日本を未来に残せるかどうかは、私たちの行動にかかっているのです。

※2 リユース：使用済みになっても、その中で使えるものは再使用すること。
※3 リデュース：必要以上に物を買ったり、もったたりしない「物を大切に使う」などの行動を通じて、ごみそのものを減らすこと。

エコ＆おいしい！ 産直品・アイコープ商品を利用しよう

県内で生産している「産直品」、できるだけ県内産の原料を使用し、岩手県内の工場で製造している「アイコープ商品」は、私たちの手元に届くまでの輸送距離が短くCO₂排出量の削減につながる、環境にやさしい商品です。

お店では
これを目印に利用してね！

県内産直品を
選んで

地球温暖化防止！

いわて生協
産直さくら卵 (紫波町)

比較産地 隣県

輸送エネルギーの削減で年間CO₂16トン削減

杉の木 **1800本**
相当(吸収量)

※輸送エネルギーのみを簡易計算した値です。

※「産直さくら卵」の年間供給量は約631トン。同じ量の卵を隣県から生協店舗へ輸送した場合と比べ削減できるCO₂の量です。

もっと地元の商品を 利用しなければ！

熊谷春代さん（盛岡市）

「HELLOコープ秋号」に、「県内の産直品の利用がCO₂排出量削減につながる」とありましたが、本当ですね。もっと地元産を食べなければと思いました。わが家では「産直さくら卵」が好きで利用しているのですが、隣県の卵を利用するのに比べ、年間で杉の木1,800本が吸収するCO₂量を削減できていたとは驚きでした。

移動店舗「にこちゃん号」 けせん新コース運行スタート！

移動店舗「にこちゃん号」
被災地の買い物支援として、2012年にスタート。
現在、宮古・釜石・けせん地域で4台を運行。



震災から5年8か月となった昨年11月。災害公営住宅への転居がすすみ、閉鎖される仮設住宅も増えていることから、大

船渡市・陸前高田市をまわる移動店舗「にこちゃん号」のコースを変更しました。ご要望をいただいていた仮設住宅、災害公営住宅、高台造成地を新たにに加え、販売か所は4か所増えて39か所になりました。



「公営住宅に来て、やっと自分の家という感じがしたよ。何だか元気が出てきた」と話す方も。



陸前高田市「県営柵ヶ沢アパート」は、県内最大の災害公営住宅。この日は30人以上が集まりました。



「来てちょうだい」ってお願いしてたから、本当にうれしだね」と笑顔が広がりました。

けせん地域を走る移動店舗「にこちゃん号」2台は、昨年11月21日からコースを変え、新たな災害公営住宅にも立ち寄るようになりました。

買い物にいらっしゃる方の中には、仮設住宅にお住まいだった時からの常連さんも多くいらっします。「にこちゃん号」の担当者から「〇〇さんの好きな商品、持ってきたよ！」とか「しばらくだったね、〇〇さん！」と声をかけられ、終始笑顔でお買い物を楽しんでいた。」「にこちゃん号」の担当者は、お会いした方々のお名前、そして好きな食べ物まで覚えていて、ていねいに優しく対応しています。そんな姿に、思わず胸がいっぱいになりました。

また、住民さんどうしても「あんだも、ごさいだの！」「ここに来てもらっていがったがなあ」などの会話が聞かれました。

「にこちゃん号」が来る場所＝買い物に不便な場所」なので、ここで買い物する方は、日中お家にいる高齢者がほとんどです。「にこちゃん号」を待つ時間は、そうしたみなさんの井戸端会議の時間となり、良いコミュニケーションの場になっているのではないのでしょうか。買う物がなくても、お話ししに来るだけでもいいので、遠慮なさらずに来てほしいと思います。

「被災地の買い物支援に」と始まった「にこちゃん号」ですが、地域のコミュニケーション作りの一役買い、今後

支援活動だより 「にこちゃん号」が コミュニティーの場に



けせんコープ理事
のりえ 佐々木 憲江

なほろう!岩手
築こう未来

いわて生協の 復興支援活動

忘
れない

伝
える

続
ける

つ
ながる

2016年
11~12月の
活動報告



毎年大人気！おおさかパルcoopのたご焼きには、長い行列が。

「宮古復興応援生協まつり」に全国8生協が出店！

昨年11月3日、マリンcoopドラで開催した「第6回宮古復興応援生協まつり」。沿岸25団体を含む47団体が参加し、約8千人の来場で大いににぎわいました。

また、今回も全国8つの生協が応援に駆けつけ、ご当地の名産品販売などで、まつりを盛り上げていただきました。来場した組合員さんからは「支援を続けてくれることがうれしい」との声が。さらに、当日の売り上げから「東日本大震災復興支援募金」として、41万円をいただきました。

出店いただいた全国8つの生協(敬称略)

coopあおもり、生協共立社(山形県)、いばらきcoop、coopぐんま、coopあいち、おおさかパルcoop、coopかがわ、鳥取県生協



いばらきcoopは、名産の納豆を販売。また売上金とは別に支援募金15万円をいただきました。



10月に地震のあった鳥取県からも出店。みなさんの協力で1時間で完売しました。



まつりの会場で、いわて生協から鳥取県生協に鳥取県中部地震のお見舞金を贈呈しました。

「被災地支援活動助成金」制度をスタート



各団体からは、「補助が減る中、こうした助成金はありがたい」と感謝の言葉が寄せられました。

- 被災地支援活動助成金 贈呈団体**
- 宮古読み聞かせの会 おどっつあんS
 - シンセサイザー演奏を聴く会(宮古市)
 - CAPRIAS(山田町)
 - Tsubomi(大槌町)
 - NPO法人おはなしころりん(大船渡市)
 - NPO法人再生の里ヤルキタウン(陸前高田市)
 - 一般社団法人 陸前高田被災地語り部くぎし屋

沿岸部で東日本大震災支援活動に取り組む団体・NPOの中には、資金不足から活動の縮小・撤退を余儀なくされているところも増えています。いわて生協では、こうした団体・NPOを支援する助成金制度を新たにスタート。この助成金には、全国の生協から寄せられた支援募金を活用しています。

今年度は7団体から応募があり、審査の上7団体に申請額どおり計190万7100円を助成することを決定。12月19日に贈呈式を行いました。

2016年度
東日本大震災
復興支援募金

728万355円
(2016年3月21日~11月20日)
ご協力ありがとうございます

だれにでもできる支援活動のひとつが**募金**です。
支援活動を支える募金に引き続きご協力ください。

店舗の募金箱へ！

現金のほか、「お買い物割引券」でも300円分の募金になります。



共同購入では「利用登録」で募金を！

OCR注文書の6桁番号記入欄に、右の番号と口数を記入します。共同購入代金と一緒に自動的に募金ができます(3月まで)。

毎週	2	5	1	9	9	9
隔週	2	5	2	9	9	9
月1回	2	5	4	9	9	9

1口
100円