

参加者募集!

1歳からの楽しい運動あそび

参加募集&動画は @coopiwate

体を動かす楽しさを伝えて
いる岩淵さんに、室内で
できる遊びを教えてくださいま
した。スキンシップを図り
ながら親子で筋力アップ!



子ども親も
にこにこ笑顔で運動すると
効果アップ!

親子体操インストラクター
岩淵みどりさん(盛岡市)
@iwabuchimidori7

モデル/つばきちゃん(1歳5か月)とママ

めやす

1歳~

バランス感覚をアップ
エレベーター遊び



バランスを取りながら、両手をぐんと広げてみよう

難易度UP!
足をつかもう!



親の手の位置を腰→骨盤
→脚へと下げてみよう

モデル/ぜんくん(1歳5か月)とママ

めやす

1歳~

腹筋や背筋を刺激する
スーパーマン遊び



子どもの胸をホールドしながら、親は腰を上げ下げしてみよう

難易度UP!
立ってみよう!



慣れてきたら立ち上がった
り、回ったりしてみよう

はじめてCLUB会員イチオシ商品

子育て中のみなさんのおすすめ商品をご紹介します

はじめてCLUBはいわて生協の
子育てサポート。毎週土曜日店舗
5%引きなどおトクがいっぱい!



5種の野菜を使ったお子さまプレート ナポリタン&ハンバーグセット

1人前(215g) 本体価格 **368円**(税込397円)

5種の野菜(玉ねぎ、コーン、ほうれん草、
ポテト、ブロッコリー)を使ったお子さま
プレートです。電子レンジで簡単に調理
ができます。【小麦】【卵】【乳】【かこ】

店舗/高松、青山、向中野、花巻、北上、アテルイ、
ドラ、コルザ 宅配/8月1週号



小瀬 奈緒さん(花巻市)

いいじゃん!

子どもの好きな
食べ物が詰まっていて、
味もおいしくモリモリ
食べました! 冷凍庫に
入っているだけで安心!



食器も洗える 水回りのおそうじ用シート

30枚 本体価格 **248円**(税込272円)

ミシン目で切り取り、濡らして、水回りのお
そうじに。スポンジでは掃除しにくい狭い
箇所にも便利なシートタイプです。研磨
剤不使用なので食器洗いにも使えます。

店舗/高松、西町、西ヶ丘を除く各店
宅配/7月3週号 おすすめ価格でご案内

いいじゃん!

軽い汚れが簡単に
落ちました。洗剤を使う
必要がなく、使い捨て
できるので手軽に使える
ところが良いです。



坂下 理穂さん(久慈市)

My Favorite copp これが私の お気に入り

今回は宅配ならではの
商品をご紹介します。



※コープ「ラベルのない」シリーズはこの他にも「麦茶(国産六条大麦使用)」や「ハト麦入りさわやかブレンド茶ノンカフェイン」などの商品があります。

ラベルをはがす手間いらず ラベルのない ただの炭酸水(天然水使用)

500ml×24本 本体価格 **2,080円**(税込2,246円)
取り扱い/宅配のみ7月4週号(下期最安値でご案内)



ラベルに記載していた食品表示事項は、
キャップまたはお届けダンボールに記載して
います。

こだわりPOINT

- ラベルがないから分別ラクラク
飲み終えたペットボトルはそのまま資源ごみ
へ。ラベルをはがす面倒がないから家族みんな
にうれしい!
- プラスチック使用量の削減に貢献
通常ペットボトルに巻くプラスチック製のラベル
フィルムを1ケース(500ml×24本)あたり
18.6g削減。

天然水使用だからそのまま飲んでも美味しいし、フルー
ツビネガーやお酒の割り材に最高で
す。ゴクゴク飲みたい季節に箱買い
で常備しています。



宅配企画チーム
菅野さん

旬の新鮮野菜を産地から 岩手の産直ボックス

1箱6種類入り 本体価格 **800円**(税込864円)
取り扱い/宅配のみ7月4週号、8月1週号

セット内容

3種類はカタログでご案内。
もう3種類は届いてからのおたのしみ!

- 例
- トマト3個
 - ズッキーニ1本
 - 人参400g

産地からの
おすすめ3種類

※商品・量目は
変更することも
ございます。予め
ご了承ください。

こだわりPOINT

- 旬のおすすめ野菜が産地から届く
一関市と平泉町の生産者グループ「いわい農産研究会」
が作った野菜から旬を選びすぐってお届けします。
- 生産者と組合員のつながりを大切に
生産者からのお便り「産直通信」入り。生産者と組合
員の「顔とくらしの見える」関係を大切に商品です。

いわい農産の野菜はハズレがなく、ど
れもおいしい!産直ボックスは、どんな
野菜が届くかわくくします。初めての
野菜は、ネットで特長や食べ方を調べ
て楽しんでいます。

坂下さん、村田さん、沼倉さん(一関市)



計6種類を
お届け!



※写真はお届け内容のイメージです。

大容量が得意 コープの宅配 食品カタログ

宅配の食品カタログ「ウイーク」得意分野のひとつが「大容量」!
夏に欠かせない飲料ケースをはじめ、野菜、お菓子や冷凍食品など、宅配なら
ではのラインナップを掲載しています。

お申し込み
お問い合わせ > 宅配事業部 ☎ 0120-805-253 月曜~金曜 9:00~19:30
土曜 9:00~18:00

インターネット
からも資料請求
できます



こ〜ぶ委員会 はなまる商品

こ〜ぶ委員会が試食やまなびを通して「これ、いいね!」と
おすすめする「はなまる商品」の取り組みを紹介します。

にのへコープ
さくらこ〜ぶ委員会



九戸村のメンバーで試食や商品の
食べ比べを楽しんでいます。

はなまるポイント1

この量でこの価格はうれしい!

瓶の上の方まで鮭フレークがたっぷり
入ってる! 毎日使う家庭には、特にう
れしいこの価格!

コスパも味もいい! アレンジ広がる

style 鮭フレーク



style 鮭フレーク

160g 本体価格 **298円**(税込321円)
店舗/全店
宅配/7月4週号、8月1週号

はなまるポイント2

国産の鮭使用で県内製造

原材料の鮭は国産、製造は金ケ崎
町のメーカー。
お手頃価格でも、しっかりこだわ
っているのが生協らしい。

はなまるポイント3

アレンジ広がる味のよさ

鮭の味がしっかり感じられるから、
かける、まぜる、あえるとアレン
ジ無限大!

さくらこ〜ぶ委員会 鮭フレークアレンジ

クリームパスタ

牛乳とコープクリームシチュー(顆
粒)でクリームソースを作
り、鮭フレークをプラス



鮭おにぎり

チーズやしそ、
わかめを加えて



鮭ポテサラ

ゆでたじゃが芋をつぶし、鮭
フレークとマヨネーズであえる



鮭トースト

食パンに鮭フレークと
チーズをのせて焼く



鮭の卵焼き

溶き卵に鮭フレークを
まぜて焼く



青菜あえ

ゆでた青菜をあえたり、
青菜といっしょに炒めたり



「こ〜ぶ委員会」についてのお問い合わせ 組合員活動チーム ☎019-603-8299 (平日9:00~18:00)



家計の節約のために工夫していますか?

Aさんは



外食は控えて、できるだけ
自炊を多くしているの。



Bさんは



スマホや固定電話を安い
料金プランに切り替えたわ。



AさんとBさんはどちらも
節約の工夫をしていますが、
その効果は少し違います。

家計

固定費: 通信費、教育費、住宅ローン、
車の維持費など。
変動費: 食費、被服費、日用品費、
レジャー代など。

Aさんは「食費」の節約なので、どれくらい節約できるか、その金額は月によって異なります。
Bさんは「固定費」の節約なので、毎月同じ金額を、継続して節約することができます。

家計の節約はまず固定費から
手をつけていきたいですね。

保険料や共済掛金も
そんな固定費の1つです。

満30歳まで
同じ掛金

手頃な掛金のCO・OP共済で
保障の見直しをしてみませんか。

明日の暮らし、ささえあう

CO・OP共済

※CO・OP共済の詳細な保障内容は、商品パンフレットをご覧ください。
※CO・OP共済に加入するには、出資金をお支払いいただき、お近くの
生協の組合員になる必要があります。生活協同組合(生協)は、お店や
宅配などでくらしに貢献しています。

コープ共済センター
0120-50-9431 9時~18時(月~土)

K-87340-2505

コース名 (月掛金)	《たすけあい》 ジュニア 1000円コース
お支払い内容	
加入できる年齢/性別 (発効日時点)	0歳~満19歳/女性・男性
保障期間	満30歳の満期日まで
病気入院・ 事故(ケガ)入院	日額6,000円 1日目から360日分
事故(ケガ)通院 (事故日から180日以内 1日目から90日分)	日額2,000円

※上記は保障の一部です。他に手術などの保障もあります。
※《たすけあい》にはジュニアコースの他に、大人向けコースや、
告知緩やかコースもあります。

CO・OP共済に関するお問い合わせは

- 店舗
(共済カウンター・サービスカウンター)
- 宅配
(班・個人宅配) 地域担当

CO・OP共済の
資料請求はこちら!



契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

夕食宅配

材料費や交通費を考えたら“実はお得！”夕食宅配

ひとり分の料理は、食材が余ってしまい割高になることも。電気やガス代、買い物に行くためのガソリン代も節約できる夕食宅配で、暑い夏を乗り切りましょう。

料理の手間が省けておかずも充実！助かるわ！

おかずコース



1番人気
5日分 3,240円(税込)
おかず 6品以上

まん福コース



主菜2品！ボリューム満点
5日分 3,780円(税込)
おかず 7品以上

お弁当コース



栄養バランスがよいお弁当で体調管理にも◎

おかずとご飯のセット
5日分 3,210円(税込)
おかず 4~5品

※お弁当画像はいずれもイメージです。

お申し込みお問い合わせ **夕食宅配サービス** ☎ 0120-194-502 (月曜~金曜 9:30~19:00)

エネルギー

灯油ホームタンクの洗浄でトラブルを回避

灯油ホームタンクは設置して5~10年経つと、鉄サビやゴミ・ヘドロ・水などが溜まることがあります。暖房機器を使う10月中旬までの洗浄がおすすめです。

鉄サビが原因で
灯油が漏れるかも！

ゴミが入ると
暖房が不完全燃焼に

ヘドロが入っていると
ストーブが点火しにくい

水が入ると
冬に灯油が凍る!?

組合員特価

2台目から
500円引き

- 配達灯油 定期巡回 **4,900円** (税込)
- 配達灯油 電話注文 **5,400円** (税込)
- 配達灯油 未利用 **5,900円** (税込)

作業時間は1~1.5時間。洗浄作業は在宅時に行います。

お申し込みお問い合わせ **最寄りの宅配センター**または**盛岡北灯油センター** ☎ 0120-112-021 (月曜~金曜 9:00~17:00)

福祉

あい長橋町の利用料金はどのくらい？

小規模多機能型居宅介護「あい長橋町」は、在宅介護を「訪問」「通い」「泊まり」3つのサービスで支える施設です。施設から約3km圏内の盛岡在住の方がご利用いただけます。

利用料金
介護度に応じた月額定額料金+食事代・宿泊費(利用回数分)が利用料金となります。

■ 月額定額料金 ※介護保険1割負担の場合。

要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
5,290円	8,812円	14,188円	19,100円	26,089円	28,407円	30,939円

■ 食事代・宿泊費 それぞれご利用になった分が加算されます。

ご相談 **小規模多機能型居宅介護 あい長橋町** 盛岡市長橋町17-35 ☎ 0120-295-521 (8:30~17:30)

要介護の親と二人暮らし。小多機は、私の仕事に合わせて利用時間を変えられたり、急な出張や残業の時も対応いただけるのが魅力。私たちに合っていて本当に助かります。

ご利用者の声

残される家族のために
自分の葬儀のこと
事前に相談してみませんか

「家族に葬儀やお墓のことで負担をかけたくない」
そのためには、どんな準備をしたら良いのでしょうか。
セリオの担当者(葬祭ディレクター)に話を聞きました。



不安や懸念をひとつずつ整理して道筋を

自分の葬儀は「家族を困らせたくない」「残された子どもにも負担をかけたくない」と考える方が多くなっています。その「負担」とは、大きく分けて「費用のこと」と「気持ちのこと」の2つです。それぞれ整理して考えましょう。

「費用のこと」の問題を解決するには「セリオ積立」があります。ご相談いただければ、葬儀代、お布施やお墓の相場など、だいたいの予算が立てられます。予算がわかれば、まとまったお金を「セリオ積立」で準備しておくことで、残

された人の負担がなく、葬儀を執り行うことができます。

もう一つの「気持ちのこと」は、「誰に連絡するか」「どんな葬儀をしてほしいか」といったことです。エンディングノートを利用して家族と共有しておくのがおすすめです。

残される人を思う準備は 事前相談から

実際にあった話ですが、事前相談をした方が「生花は予算内で」と、お子さんたちに伝えたそうです。すると息子さんが「お花は予算オーバーしてもいいよ。お母さんの葬儀にはたくさんのお花を飾りたいから」と、親子でお話しできたのだとか。事前相談である程度、葬儀のイメージができたから想いを共有できたのですね。「葬儀のことはセリオに」が家族の合言葉になったそうです。

私たちは葬儀だけでなく「お寺を紹介してほしい」「墓じまいをしたい」など、さまざまなご相談に応じています。事前相談は残される家族への思いやり。ぜひ、お近くのセリオホールにご相談ください。

事前相談は随時受付しています

葬儀の疑問や不安なことは、なんでもご相談ください。

葬儀費用はどのくらいかかるの？

お墓が遠方。葬儀の段取りはどうしよう。

お布施や戒名の相場は？

宗教感をできるだけ出したい。

お墓がなく、お寺もない。どうすれば？

親戚はどこまで連絡するの？

■事前相談はご予約をおすすめします。
①お近くのホールへ電話して予約
②ホームページからお問い合わせ
■葬祭ディレクターがご相談を承ります。

ご相談お問い合わせ **最寄りのセリオホール**または**葬祭事業部** ☎ 019-601-5188 (月曜~金曜 9:00~17:00)



被爆・終戦80年 平和を考える取り組み

今年の8月は、広島・長崎への原爆投下、そして第二次世界大戦の終結から80年を迎えます。いわて生協は「くらしの基本は平和があってこそ」との思いで、平和の大切さを学ぶ取り組みを行っています。イベントはどなたでも参加いただけます。

被爆・戦後80年 日本被団協ノーベル平和賞受賞記念 ● 平和イベント「あの日を忘れず、未来へつなぐ平和の願い」

- 期日 8月6日(水)～9日(土)
 - 会場 盛岡市中央公民館 入場無料
 - 内容 被爆体験を語る会 3名の方が体験を語ります
折り鶴ストラップづくり/平和かるた大会/
平和アニメ上映会/ミニコンサート/工作/
輪投げ など
 - 共催 岩手県 盛岡市 岩手県原爆被害者団体協議会
- 詳しくはこちら 

● 平和のつどい

- 期日 8月9日(土) 10:40～11:30
- 会場 高松の池(盛岡市) 平和祈念像「望み」前
長崎原爆投下時刻に合わせて黙とう
ピーストーク(ピースアクションinヒロシマ参加報告)ほか

● 組合員の戦争体験・被爆体験を語り継ぐ

釜石艦砲射撃や盛岡の空襲、そして広島・長崎での被爆。岩手にお住まいの方々に戦争や被爆の体験をお話いただきました。動画や文章で紹介しています。



平和祈念像「望み」
1995年、平和・不戦の象徴として盛岡市高松の池畔に建立。2万人を超える県民の募金により実現しました。
作者：増山俊春 監修：舟越保武

お問い合わせ 組合員活動チーム ☎019-603-8299 (平日9時～18時)

理事会だより

通常総代会を開催しました

6月11日、第36回通常総代会を開催しました。総代500人(うち書面参加400人)が参加し、すべての議案が賛成多数で可決されました。事業総括、事業計画などの議案内容はホームページをご覧ください。



PDFが開きます 

0.3%の出資配当を行います

24年度は予算を上回る経常剰余金を確保することができました。出資配当(0.3%)を行います。くわしくは、7月7日～宅配または郵送でお送りする「出資金残高のご案内」をご確認ください。



大船渡市林野火災義援金募金 2,500万円

4月10日に大船渡市へ贈りました。みなさんのご協力ありがとうございました。



いわて生協の現況(2025年5月20日現在)

組合員数	出資金	供給高(25年度)
29万5,002人 (25年度2,846人増)	113億80万円 (25年度7千万円増)	78億7,021万円 (計画比100.7%)

能登半島支援活動「みんなのサロン」にいわて生協から3名を派遣

東北の生協が合同で能登支援活動「みんなのサロン」を行っています。4月は、5県の組合員と職員11人が穴水町の仮設団地でせんべい汁や東北各県の銘菓をふるまいました。今年度は4回開催する予定です。



4月の活動報告はこちら→ 

「シニアデー」6月15日スタート

店舗では65歳以上の組合員を対象に、6月15日から「シニアデー」をスタートしました。毎月15日、会員証シールと当日のお買い物レシート(税込2,000円以上)をサービスカウンターへご提示いただくと、次回のお買い物に使える5%割引券をプレゼント！ご利用には登録が必要です。各店サービスカウンターへお問い合わせください。

環境の取り組みデータ(2025年4～5月度)

トレイのリサイクル回収量をさらに増やすことをめざし取り組んでいます。

紙パック	トレイ類(発泡・透明)	卵パック
40万4千枚 ↓ (前年比99%)	2.5トン ↑ (回収率55%)	28万3千枚 ↓ (前年比95%)
宅配チラシ	ペットボトル	エコチェン(ダンボール・古紙)
466.5トン ↓ (前年比94%)	41万4千本 ↑ (前年比127%)	195トン ↑ (前年比116%)

店舗・宅配で回収 宅配のみ回収 店舗のみ回収
 ↑ 前年より増加 ↓ 前年より減少

南昌荘だより

盛岡市清水町13-46 ☎019-604-6633 FAX 019-656-1331
 ・入園料/大人400円 小・中学生200円
 ・休館日/月曜・火曜(祝日の月曜日は開館します)
 ・開館/10:00～17:00
 ・☎10台 満車時は近隣の有料駐車場をご利用ください



磨かれた床に庭の緑が映り込む「床みどり」。抹茶やコーヒーとともにゆっくりとお過ごしください。

催し物案内

主催者都合により変更になる場合がございます。最新情報はホームページでご確認をお願いします。



7/18(金)～20(日) 最終日15:00終了	高橋昌子器展 ～雲の夏休みの宿題～
7/25(金)・26(土) 10:00～11:30	南昌荘写真教室 ～床みどりを撮ってみよう～ ※要申込 参加費 各回3,000円(入園料、抹茶代含む) 定員10名 講師 後藤靖行氏(岩手県写真連盟常任理事)
8/7(水)～20(金) ※12(土)18(日)19(月)は休館日	南昌荘開館25周年企画 進駐軍と南昌荘 ～戦後80年の時をきざんで～ 南昌荘は戦後の一時期進駐軍に接収されていました。当時の新聞で進駐軍の表情や南昌荘でメイドとして働いた女性(故人)の声を伝えます。



気になる順位は 



楽しく学べるテストは 

商品のお知らせ

改善

キャップを閉める際に醤油が飛び散るとのお申し出を受けて、キャップを変更しました。
 特級しょうゆ 450ml
 減塩だししょうゆ 450ml

賞味期限延長

保存試験の結果、賞味期限を16日間→18日間に延長しました。
 毎日たべたいヨーグルト プレーン 400g

価格改定

原材料や包材などの高騰をやむなく価格を改定します。
 店舗 6/26(木)
 宅配 6/30(月)
 さくら卵の温泉卵

製造終了

 雑穀ブレッド

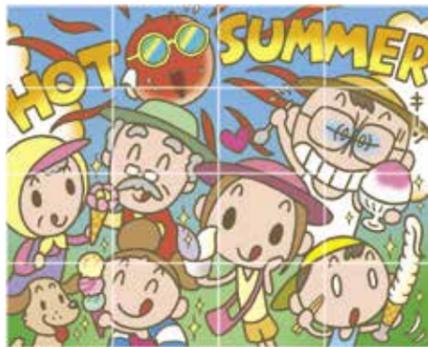


締切
8月8日(金)

図書カード、コープ商品券、
コープポイントのいずれか
1,000円分を30名様
にプレゼント!

下の2枚のイラストには「5つのちがい」があります。その場所と同じ位置の文字を右から見つけ、並びかえてできる言葉をお答えください。

る	し	あ	や
む	の	い	て
こ	と	す	み
よ	ん	た	う



前号クイズの答えは「たまごやき」で、正解782通(応募総数808通)の中から30人が当選。商品プレゼントは494通の応募の中から5人が当選されました。当選発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

縦に割り種を取り除いたゴーヤに、ひき肉やツナサラダ、シチューなど、いろいろなもののをのせてオープンで焼きます。チーズをのせてもOK。ゴーヤ、最高です!

食べやすい大きさに切ったきゅうりを大葉で巻いて簡単酢で漬ければ、さっぱり漬の完成です。

細長く切ったズッキーニを豚バラ肉で巻き、フライパンで転がしながら焼き、砂糖・醤油・酒で甘辛く味付けします。

レタスをちぎってみそ汁に入ると、絹サヤ風の味になります。サツと煮るのがポイントです。

②レタスのみそ汁

わが家の「もしもの備え」

わが家では毎月1日・15日の店舗「家計応援5%引きの日」に「コープコアノンロール」をローリングストックすると決めてあります。おかげさまで、定期的に・お得に・楽しく『もしもの備え』ができて、とても助かっています。

①ゴーヤポット

夏野菜消費レシピ

盛岡市 健太さん

滝沢市 三浦春江さん

かんたんレシピ発信中

Instagram
いわて生協公式 @coopwate

川柳

値上がりも好きなものなら買ってるね
矢巾町 鱒沢由美子さん

耳なりとせみのなきこえおんなじだ
花巻市 遠藤光子さん

動物園行かずも見れる熊や猿
一関市 佐藤正枝さん

6月は「食育月間」

令和6年度
岩手県食育標語コンクール最優秀賞

お腹より心に残るお弁当
一関市立萩荘中学校 鈴木紗耶さん



前号(春号)を読んで

※過去のHELLOコープは、いわて生協のホームページでご覧になれます。



リポートしたい商品

「コープチーズがとろろり5種の緑黄色野菜のとうふハンバーグ」を、さっそく購入して食べてみました。野菜がゴロゴロ入っていて食感が楽しく、チーズとの相性も抜群で美味しかったです。レンチンして食べられるので、忙しいときの一品にもなりました。久々にリピートしたい商品に出会えました。

盛岡市 小関涼介さん

参考になりました

特集「生協職員が推す!コープ

気持ちの良い空間

商品」が参考になりました。さばの味噌煮はたまに食べたくなるけれど、作るのがちょっと面倒くさいと感じていたのが、「コープ骨取りさばの味噌煮」を今度買ってみます。「コープくっつかないホイール」も便利です。一度使おうと、ふつうのホイールに戻れません。

釜石市 洞口貴子さん

築140周年の南昌荘。いつ行っても床板がピカピカで、本当に気持ちがいい空間ですね。私は、あまり人が多くないとき、端っこの方に寝転びたい字になります。管理がたいへんだと思いますが、これからも南昌荘が長くみなさんに親しまれるようがんばってください。

盛岡市 岩田幸子さん

元気をもらっています

宅配限定の商品も購入できるコープステーションが便利です。店舗での購入と併用し、お買い物の楽しさが増えました。コープステーションの担当さんとのコミュニケーションにも元気をもらっています。

盛岡市 川村 瞳さん

◆宅配商品を店舗で受け取る「コープステーション」のお問い合わせは宅配事業部 ☎0120(805)253 (月曜~金曜 9時~19時30分、土曜9時~18時)へ。

依頼してよかった

昨年、本誌を読んでエアコンのクリーニングを依頼しました。他の業者も分からずコープにお願いしてよかったです。今後もあるようなメンテナンスの紹介があったら利用してみたいです。

盛岡市 川崎さとみさん

フリートーク

サポートありがとうございます

震災後、コープさんには宅配をはじめ、手芸やお茶会などさまざまなサポートしてもらいました。周りのみなさんとの新しい交流も生まれ、楽しく溶け込むことができました。本当にありがとうございます。

陸前高田市 坂下さん

始めてよかった!

3人目を出産してから宅配を利用しています。毎週便利に利用でき、商品もとても美味しく家族みんな喜んでおり、もっと早く利用していれば良かったなと思っています。暑い日も寒い日も配達してくれて、本当に感謝です!

一関市 石川さん

応募方法

- はがき、応募フォーム、FAX、はがきサイズ以上の便せんなどで右記の応募先へお送りください。
- 「クイズ」応募の方は、応募要件①~⑥をご記入ください。
- 「商品プレゼント」応募の方は、応募要件③~⑥をご記入ください。

応募要件

- クイズの答え(5文字の言葉)
- 希望賞品 A図書カード、Bコープ商品券(店舗用)、Cコープポイント
- 氏名(ふりがな)
- 年齢または年代
- 郵便番号、住所、電話番号
- 本誌の感想・お店や宅配への意見や要望・おすすめの商品・秋野菜レシピ・川柳(未発表の自作に限る)など。

クイズ、商品プレゼントの応募先

はがき	〒020-0690 (住所記入不要) いわて生協広報室
FAX	019-687-1117
便せんなど	お店のサービスカウンターか 宅配地域担当にお渡しく下さい。
応募フォーム	<input type="text" value="ハローコープ応募"/>

※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。

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。
- 商品情報(2025年6月現在)は変更になることがあります。

いわて生協/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 阿部慎二
発行日/2025年6月26日
次回発行予定/2025年9月

編集/いわて生協広報室
☎019-603-8280
印刷/川口印刷工業㈱

生協は、一人ひとりでは力の弱い消費者が、力をあわせて「よりよい暮らしを実現しよう」とつくる生活協同組合です。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し、生協の職員がお届けしています。



私のおススメ ♥ ラブコープ

co-op 麻婆豆腐の素 中辛
200g(3~4人前) 本体価格 158円(税込170円)

国産の鶏・豚ひき肉入り。豆腐を入れて温めるだけで完成。甘口もあります。 [小麦]

店舗/全店
宅配/3袋入りを8月2週号

ぎっしりひき肉が入っています。わが家は、子どもにも大人にもちょうどよい「中辛」を常備。 盛岡市 山口千晶さん

coop チキン&ポークウインナー 冷蔵
98g 本体価格 218円(税込235円)

岩手県産の鶏肉・豚肉を使用。パリッとした食感とあっさりしたおいしさ好評です。 [乳] [小麦]

店舗/魚菜市場を除く各店
宅配/8月1週号

肉類が苦手なので、安全で美味しい生協の加工品は、ありがたいです。 盛岡市 吉田美香さん

coop カステラ
半斤 本体価格 298円(税込321円)

紫波町浅沼養鶏場との「産直さくら卵」を使用。底にはザラメ糖が付いています。暑い季節は冷しても。 [卵] [小麦]

店舗/全店
宅配/7月4週号

3世代で大好きな一品。生地がしっとり底のザラメがアクセントになっていて美味しいです。 盛岡市 赤坂晶子さん

2025 国際協同組合年

国連は、協同組合がさまざまな分野で SDGs (持続可能な開発目標) に貢献していると評価し、その認知向上と振興のために、2025 年を国際協同組合年に決めました。農協、漁協、森林組合、生協、医療生協、信金や労金、共済などが、協同組合の一員です。



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます



国際協同組合デー 岩手県集会

- 7月9日(水) 13:30~16:00
ホテルニューカーリーナ (盛岡市菜園)
- ▶ 記念講演「食育について」(仮)
料理研究家 小野寺 恵氏
- ▶ 協同組合報告

どなたでも参加できます。
フォームでお申し込みください。



2025国際協同組合年全国実行委員会後援

劇団わらび座 「真昼の星めぐり」the Musical
イーハトーブシアター



- 7月20日(日) 花巻市文化センター大ホール
- 8月30日(土)・31日(日) 盛岡市民文化ホール大ホール

[S席が1,000円引きに! 花巻・盛岡公演S席を6,000円(通常7,000円)で販売します。先着100名様。]

右の二次元コードからお申し込み ▶ チケットコードを返信 ▶ セブンイレブンで発券・支払い ※手数料あり

お申し込み
フォーム



お申し込み締切/花巻公演 7月10日(木)、盛岡公演 7月25日(金)
お問い合わせ/岩手県生協連 019-684-2225