

わいわいコープ。

発行/2023年9月18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

vol.129

秋のコープのつどいに参加しよう

コープのつどいって

「コープのつどい」は組合員みんなで生協を運営していくための大切な場です。毎年秋に開催しています。

この3年間はコロナ下で「会場開催」に多くのみなさんに集まっていたことができませんでしたが、今年はコロナ対策を継続しつつも、みんなで集まって楽しく開催したいと思います。

また会場に参加できない方は「つどいセット」を申し込んで「おうち開催」を行うこともできます。

「コープのつどい」のテーマ

「テーマ1」
食と商品

ここがすごい!「アイコープ商品」

「テーマ2」
学び

これからどうなる? 日本の食料

事業報告

8月度までの
経営状況と事業で改善したこと

参加方法は「会場」と「おうち」の2通り

会場に集まって

県内各地の300会場で開催。お近くの会場にどうぞ。

- ・生協店舗や、地域の公民館を会場に行きます。
- ・主催は地域の「こ〜ぷ委員会」。委員会で学習した商品の試食や、お持ち帰り商品もあります。
- ・事前の申し込みをお願いします。

※当日体調不良の方、過去1週間以内に自分または同居家族にコロナ感染があった方は参加をご遠慮ください。



開催期間:10月2日(月)~10月29日(日)

会場・日程・申し込みは

いわて生協HPから、またはお電話でどうぞ。
電話:019-603-8299(月~土、9~18時)
URL:<https://www.iwate.coop/member/topics/detail.php?p=1147>



いわて生協 秋のコープのつどい

検索

おうちでも

「おうち開催」は1人でも、3人以上でもできます。

・会場に参加できない方が、自分の都合のいい時間、場所で開催できるのが「おうち開催」です。

・以下の「つどいセット」を申し込んでいただければ、おためし商品と資料などをお届けします。以下の3つのステップで開催しましょう。

STEP 1 「つどいセット」を申し込み受け取る

宅配

以下の番号で注文し、翌週配達。
※ご注文は1世帯につき1回限り。

注文期間 9月25日(月)~11月3日(金)

店舗

サービスカウンターでお渡し。
※ひとり用セットのみ。数量限定。

お渡し期間 10月2日(月)~11月10日(金)

ひとり用セット 注文番号 2785

150g
本体価格 198円
(税込213円)



九州の芋けんぴ

3枚×4袋
本体価格 228円
(税込246円)



全粒粉ミルクチョコビス
(北海道産小麦100%)(食物繊維)

8枚
本体価格 198円
(税込213円)



ぴよっちサブレ

3人以上用セット 注文番号 2786

※宅配限定

14個入
本体価格 278円
(税込300円)



こだわりの海苔巻おかし
(有明産海苔使用)

14g×10本
本体価格 298円
(税込321円)



北海道産小豆の
ひとくち塩ようかん

STEP 2 同封の資料を読み、アンケートを書く



STEP 3 アンケートを提出

提出締切 11月30日(木)



ウェルカムコープ Welcome COOP 開催報告

welcome COOPの
資料をご紹介します

商品

わたしが好きな

「コープ商品」はコープのPB(プライベートブランド)。全国で約3,000万人が利用しています。
「これは食卓に欠かせない!」と人気のコープ商品を組合員の声でご紹介します。

夏は凍らせて、外でも
ヒヤリデザートを楽しめる♪

開けやすく液垂れしないので手も汚れず、子ども一人でチュルチュル食べてくれて楽ちん♪公園に集まった息子のお友達に配るのにもピッタリなおやつです。

浅沼まり恵さん(盛岡西コープ)



co-op

わいわい
スティックゼリー 15本入

果汁を20%使用した、スティックタイプのゼリー。少しずつ、押し出しながら食べられるので、お子様のおやつにぴったり。着色料不使用です。



ブロック状に分かれていて使いやすい

月齢や食欲に応じて、必要な量を使うことが出来るので便利です。野菜が苦手な子どもも、細かく刻まれているので食べやすいようでした。

杉本あさみさん(盛岡南コープオレンジこ〜ぶ委員会)



co-op 3種の国産野菜としらすのおかゆ 6個入(180g)冷凍

赤ちゃんにも安心な原料にこだわり、国産米と国産野菜、しらすをかつおダシで炊いた5倍がゆです。電子レンジで手軽に召し上がれます。

簡単に作れて、彩りがきれい

具材とタレがセットになっていて、フライパン一つで手軽に1品作れるので、とても便利です!

高橋幸乃さん(岩手郡コープスマイルこ〜ぶ委員会)



co-op えびと彩り野菜の
アヒージョ 255g

むきえびに3種の彩り野菜とたれをセット。具材は凍ったままフライパンで約10分温めるだけの簡単調理です。



※調理例



朝イチ、忙しい私にもってこい!

時短、カンタン、お湯を注ぐだけ。程よい酸味でリコピンも入って特に女性におすすめ。今の季節にもぴったりです。

板橋博美さん(久慈コープパンプキンこ〜ぶ委員会)

co-op

真っ赤なトマトのスープ 5食入

お湯を注ぐだけで簡単にできあがるフリーズドライのトマトスープです。トマトペーストにダイストマトを加え、トマトの風味、食感を活かしました。



とろっと美味しい!

安くておいしい。おやつにもお弁当にも使えます。

北上市40代「コープ懇談会WEB開催」アンケートより

co-op

たこ焼
20個入
(400g)冷凍

かつおだしを使い、風味よく仕上げたたこ焼きです。



コープの骨取り魚シリーズが大好き

骨がないので子どもでも食べやすく、煮魚が湯煎で簡単に食べれるのでお気に入りです。

宮古市20代「ウェルカムコープ」アンケートより

co-op

骨取りさばの味噌煮 3切冷凍
ノルウェー産さばを小骨までとりのぞいて味噌煮にしました。1切れずつの個包装で、湯煎するだけの簡単調理。



組合員の声で開発・改善

安全・安心な商品を望む組合員の声で1960年に開発が始まったコープ商品は、日本のPBの先駆けです。



安全・安心とより良い品質を追求

一つひとつの商品について、原材料から製造、食卓にお届けするまでをコープの品質保証体系にもとづいて管理し、組合員の声の商品の改善に役立てています。

いわて生協のPBも!

co-opは全国の生協と一緒に開発するPB。いわて生協でも、岩手県産原料・県内製造など、独自基準のこだわりPBが140品あります。

co-op

i style

参加者の
声より

生協の商品が好き!



「たらと野菜の黒酢あん」が大好きです。娘はあまり魚を食べませんが、こちらのシリーズのものは喜んで食べます!(盛岡市 40代)

くっつかないホイルが好きです。焦げやすい味噌漬けの肉や魚を焼くハードルが下がり、片付けの手間も減るので、家事に追われている産後に大活躍しています。(宮古市 20代)



コープの白だしが好きです。毎日のお弁当のたまご焼きの味付けに、またお吸い物も簡単にとっても美味しくできるのでお気に入りです(奥州市 40代)

フルーツグラノーラチョコレートがお気に入り。職場の同僚からも美味しいと喜ばれています。(九戸村 40代)



コープのお店が好き!

魚のいわしなど、内臓をとって開いたものや、頭を除いたものが売っているので、とても助かっています。(花巻市 50代)

店舗のお惣菜、お弁当、ベーカリーが好きです。どれを食べても美味しい。夕食の一品に惣菜を買ったり、昼食にお弁当やパンを買って食べることもよくあります。(滝沢市 30代)

店舗にある肉が好き。いわて県産が多く置いてあるし、豚牛鳥の品揃えも多い!肉を買う時は他のスーパーよりも生協が安心です!(盛岡市 30代)

9/1
現在

7,199人が参加

Welcome COOPって？

いわて生協の事業や活動を多くの方に知っていただく取り組み。参加者は、無料のおためし商品と資料のセットを受け取り、アンケートを提出します。アンケートで寄せられた声は生協の運営に活かしています。



ひとり参加の方のおためし商品は、コープの飲みきりサイズドリンクでした

コープの○○○

事業・活動

コープは、店舗や宅配以外にもいろんな事業をしています。また、組合員が集まって、暮らしを豊かにする活動も行っています。多彩に広がるコープのことを、組合員の声でご紹介します。

コープの店舗が好き！

手作りおにぎりがおいしい！

子どもたちも手作りおにぎりが大好きです。特に、みそ大根、アスパラベーコンのおにぎりが好きで利用しています。新しい具材のおにぎりも楽しみにしています。野中直子さん(北上コープ)



コープの宅配が好き！

娘とチラシを見ながらお買い物を楽しんでいます

娘が小学生になり宅配をやめていましたが、育児や家事はまだまだ大変で忙しく、子育てサポート値引きが12歳まで延長になると聞いてすぐに宅配を再開しました。今は娘とチラシを一緒に見てお話ししながら買い物を楽しんでいます。新野由美さん(盛岡市)



コープの夕食宅配が好き！

産後に利用し、助かりました

出産した時、義母が夕食宅配を2週間注文してくれました。家事ができなかったので、本当に助かりました。おかずも毎回美味しく、周りの方にもおすすめています。

佐藤寛子さん(盛岡北コープおにぎりこ〜ぶ委員会)



ハピママコープが好き！

ハッピーな気持ちになれました

育児中だから出会えたハピママコープ。初めて参加したときは緊張しましたが、子どもたちの笑顔いっぱい、ママたちとのふれあいもあり、とてもハッピーな気持ちになれました。

大渡千穂さん(久慈コープチューリップこ〜ぶ委員会)



コープ共済が好き！

手続きがしやすく助かります

ケガや病気をした時の請求手続きが、店舗のサービスカウンターでできるので、手続きがしやすく助かっています。

一関市40代「ウェルカムコープ」アンケートより



コープの平和活動が好き！

生協の活動がきっかけで考えるように

いわて生協での活動をきっかけに平和について考えるようになりました。他国を攻撃する武器を保持しようとするなど、日本は今大きな岐路に立っています。大事な人の笑顔を守るために、行動しなければと感じています。

畠山和泉さん(理事 花巻コープ)



ぜひ動画をご覧ください▶
ピースアクションinオキナワ参加報告と、
これからの平和のために



コープって、どうしてこんなにいろんなことやってるの？

コープは「生活協同組合」といって、私たち(組合員)がお金を出し合っ、それをもとで、私たちが必要な事業や活動をしています。

安心・安全な食品が欲しい！



商品開発・産直

ごはん作りが大変



夕食宅配サービス

子育てママと交流したい



子育て応援 ハピママコープ

どんな事業や活動をするかを決め、さらによくしていくために、「ウェルカムコープ」アンケートなどで、みなさんの声をきいています。

石橋百合子さん(副理事長)



コープの宅配が好き！

もやしやひき肉など、鮮度がキープされている事で商品の日持ちが違ふと感じます。(北上市 60代)

「ロイズ」や「舟和」などの銘菓が買えて嬉しい。(花巻市 50代)

飲料の箱など重い物も玄関まで届くのが助かります。(二戸市 50代)

2歳と5ヶ月の子を持つ母です。育休中、中々買い物に行けない時の宅配には大変助かっています。(盛岡市 30代)

宅配を利用して日頃の買い物の回数が減り、自分の時間が取れゆっくり楽しむ事ができます。(一関市 70代)

コープの○○が好き！

子育てサポートが好き。はじめてCLUBは助かりました。(洋野町 30代)

大人企画が好き。いろいろな体験ができて楽しいです。都合のつくときは参加しています。(矢巾町 70代)

こ〜ぶ委員会が好き。月1度の集まりでおしゃべりがリフレッシュになります。(遠野市 60代)

環境活動に積極的に関わっているのが好きです。(盛岡市 40代)

この他の声も
みてみよう！

ウェルカムコープ
特設サイトで
声の一部を
公開中！





ピースアクションinヒロシマ参加報告

核兵器の恐ろしさを「自分事」として実感しました

被爆の実相と平和の大切さについて学び、次世代への継承と核兵器廃絶に向けた取り組みを共有することを目的に「ピースアクションinヒロシマ」が開催され、全国から51生協3,500人が参加しました。いわて生協からも4年ぶりに組合員の代表として3人が参加しました。

「父の背に刺さったガラスは抜けなかった」 5歳のときの被爆体験を聞いて

赤間 妃史さん(盛岡市)

全国の生協組合員が集まる「虹のひろば」に参加し、5歳のときに被爆した廣中正樹さんの証言を聞きました。きこ雲や黒い雨、被爆者の糸のように垂れ下がった皮膚など、生々しい当時の記憶を、涙ながらに語ってくださいました。



右の絵は、廣中さんとお父様です。電車の中で原爆にあい、火災の中をやっと家に帰ってきたお父様の背中には、多数のガラスの破片が刺さっていました。廣中さんがお父様に頼まれてペンチで抜こうとしても抜けず、「5歳の子にできないのは分かっていたと思うが『お父さんの背中をよく見ておけ』ということだったのだと思う」とおっしゃっていました。お父様は翌日亡くなりましたが、廣中さんは母親に何度も呼ばれても、悲しくてその臨終の場に行くことができず、家の軒下で一人泣いていたそうです。

この絵を書いたのは、広島市立基町高校の生徒さんです。被爆者の話を聞き絵にする活動は、その方のその時の気持ちになって表現するので、精神的にもかなり辛かったそうです。「心の眼で見てほしい」という言葉が印象に残りました。

他にも被爆建物を題材に子ども向けの物語を創作する大学生の活動発表があり、若い方が平和活動に真剣に向き合っていることに衝撃を受けました。事実として眺めるのではなく、自分事として考えることの大切さを学びました。

戦争・原爆の恐ろしさを実感

中村 靖子さん(一戸町)

これまでも原爆について学んできましたが、実際に行ってみて、自分に「他人事」という感覚があったことに気づかされました。実際に見聞き、もし自分が、家族が、この場にいたらという思いになり、恐ろしくなりました。戦争の恐ろしさ、苦しさ、悲しさを感じ、絶対に戦争はあってはならない、核兵器は使われてはならない、と強く感じました。



平和記念資料館では、被爆する前の広島の様子を模型と映像で見ることができました。路面電車が走り、たくさんの住宅があり、多くの人が住んでいました。畑で芋を掘る人や川で水遊びする人など、そこには人々の営みがありました。その広島のみちに一発の原爆が落とされ、一瞬にして町が消えていく様子も再現されており、ほんの一瞬の出来事に、恐ろしくて目をつぶってしまいました。平和記念公園では、今は美しく流れる2本の川が、その時は水を求めた人の死体で埋め尽くされたと感じ、恐ろしさを実感しました。

8月6日は平和記念式典に参加しました。子どもたちの「平和への誓い」の発表で、「生き残ってくれてありがとう。命をつないでくれたからこそ、今は私たちが生きています」との言葉、響き渡る明るい声にとっても感動しました。

子どもたちが、これからの未来に不安を抱くのではなく、明るく元気に生きていけるよう、私たち大人が今できることを頑張っていかなければいけないと強く思いました。



(左から)中村靖子さん、奏仁くん、赤間妃史さん

核兵器がなくなることを一人ひとりが願う世界にしたい

中村 奏仁くん(小4)

ぼくは、8月4日から6日まで3日間、広島に行ってきました。

ぼくは原爆ドームを見て、ここでたくさんの方が亡くなったと思うととてもおそろしく、こわかったです。

2023年8月6日の朝、広島はとても天気がよくセミの音が「ミンミン」となっていました。78年前も同じように天気がよかったです。

ぼくは今年9才です。78年前、ぼくみたいな子どもたちは、建物疎開(の作業)をしていたと聞きました。もしぼくがその場にいたら、体じゅうにやけどをおって苦しんで死んでしまったと思うとこわくなりました。

平和きねん公園をたくさん周って歩いてみたら、千羽づるがいろんなところにありました。千羽づるをつくった人は、平和な世界がくることを願いながらおったと思います。

こんなにたくさんの願いがあるのだから、みんなの願い

が世界中に届くといいなと思いました。

ぼくがいんしょうにのこったのはスイスの医学者マルセル・ジュノーさんです。この人は広島に原爆がおとされてから、ひばくした人たちを助けてくれました。日本にきてGHQとこうしょうして約15トンの薬を入手しました。9月8日薬がとどいてちりょうを始めたそうです。ジュノーさんのようにいろんな国の方が日本人をたすけようとしてくれたことを、ぼくははじめて知りました。

国と国がたたかうのではなく、おたがいに助け合える世界であってほしいです。

かくへいきのおそろしさを、ぼくは資料館に行ってあらためて知りました。かくへいきが世界から一つもなくなることを、一人ひとりが願う世界にぼくはしたいです。

ぼくは広島に行っているいろいろなことを知りました。ありがとうございました。

寄せられた折り鶴を ヒロシマに届けました



前号のわいわいコープで募集した折り鶴は千羽鶴にし、広島平和記念公園内の「原爆の子の像」に捧げました。岩手のみなさんの思いがこもった美しい千羽鶴を、ヒロシマの地に届けることができました。



12歳で白血病で亡くなった佐々木禎子さんを偲んで作られた「原爆の子の像」。千羽鶴を捧げる折り鶴ブースが設置されている。



たくさんの鶴を捧げました。

平和活動募金にご協力ください



ヒロシマやオキナワに組合員の代表を派遣する費用(交通費・宿泊費)は、みなさんからの募金で賄っています。ぜひ募金にご協力ください。

宅配で

コープポイントで

宅配注文番号 **2755**

1口100円

期間 9月18日～11月17日まで



アプリ・ホーム画面右上の「ポイント利用」から!

※宅配注文書の6桁番号記入欄に注文番号と数量をご記入ください。数量に1と記入すれば100円、5と記入すれば500円の募金となります。

コープアプリから申し込むと、コープポイントを使用し1円から募金ができます(10/20まで)。



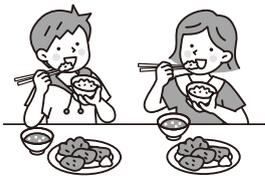
子ども食堂とは、子どもが一人でも行ける無料または低額の食堂です。「地域食堂」「みんな食堂」という名称のところもあります。子ども食堂の数は増加し、現在その数は全国で約7,000か所にのぼっています(2022年12月「むすびえ及び地域ネットワーク」調べ)。岩手県の調査では、2018年度16市町村30か所から2022年度27市町村100か所となり、地域の交流拠点としての役割が広がっています。

子ども食堂は民間発の自主的・自発的な取り組みです。そのため運営を支援する公的な制度などが整備されておらず、運営の財源確保に苦勞する団体もあります。

いわて生協では、「子どもの居場所ネットワークいわて」に加盟する63団体を対象に、子ども食堂で必要な食材や調理資材を生協宅配・店舗で購入いただいた場合に2割引にする支援を2020年から実施。これまで11団体へのべ230回、2,069,380円を割引支援しています。

コロナ下でしばらく開催を見合わせていた子ども食堂も再開し、活動が活発になっています。

子ども食堂を支援する「ささえあい募金」への協力をよろしくお願いします。
(詳しくは右側をご覧ください)



子ども食堂支援ありがとうございます。

久慈市おむすびむら食堂
代表 森千賀子さん

私たち「おむすびむら食堂」は誰でも参加でき、食を通して楽しく、安全に過ごせる場所を提供できるよう、久慈市で活動している子ども食堂です。

子ども食堂は誰でも参加OK!!前回の活動は七夕飾りに願い事を書いたり、お弁当をお渡しするなど、36人が参加しました。

私たちの団体では生協宅配でお米、飲料、お菓子、ゼリーなどを購入し、2割引支援を受けています。

市民から寄せられる食料品での支援もありがたいのですが、賞味期限が短いなど困ることもあります。生協の割引支援は必要な食料品を必要な数量購入でき、賞味期限や余ることを気にしなくてよいためとても安心です。

生協組合員のみなさんのご支援に感謝しております。これからもよろしく願いいたします。



おむすびむら食堂では、ささえあい募金を活用し「子ども食堂」を開催しています

子ども食堂割引支援の財源となる「ささえあい募金」にご協力をお願いします。

子ども食堂割引支援は組合員のみなさんの「ささえあい募金」に支えられています。

現在515名の方に利用登録で募金して頂いております。継続したご協力本当にありがとうございます。

この支援を安定的に続けていくため、募金へのご協力をよろしく願いいたします。

ささえあい募金 1口:100円 宅配注文番号

1回のみ	2710
利用登録募金【毎週】	261998
利用登録募金【隔週】	262998
利用登録募金【月1回】	264998

※宅配注文書の6桁番号記入欄に、上の注文番号と数量をご記入下さい。

※数量1で100円。数量5で500円、1人何口でも登録できます。

※利用登録募金は、中止の連絡をいただくまで自動継続となります。中止する場合は宅配センターへご連絡下さい。

健康 ワンポイント



日頃から姿勢を意識していますか? 姿勢が良くなると起こるよいこと

日頃、姿勢を気にしていますか?

姿勢の崩れは、これまでの生活習慣や加齢による筋力低下など様々な要因によって起こります。

姿勢が崩れ猫背や反り腰になると、支えている筋肉や骨に負担がかかり、痛みや不調がでやすくなります。また、呼吸するのに必要な横隔膜が適正な形を保てず、呼吸機能も低下します。

姿勢が良くなることのメリット

姿勢が良くなることで、筋肉や関節の負担を減らすことができ、腰痛や肩こりなどの痛みや不調を減らすことにつながります。また、体のゆがみがとれ、見た目年齢も若返ります。さらに基礎代謝がアップしてリンパの流れも改善し、

太りにくく痩せやすい体になるなど、多くのメリットがあります。

良い姿勢にするには

日頃から、自分の姿勢を意識することが大切ですが、姿勢が良くなる一つの方法として、ベルフ青山で開催した大人企画「ストレッチポール教室」の取り組みを紹介します。

ストレッチポールで体をリセット

ストレッチポールの上に横になりエクササイズを行います。人によって日々の習慣は違うので、体の状態は人それぞれです。ストレッチポールを使い、身体をリセットし、

本来あるべき状態に身体を整えることができます。

ストレッチポールの効果

背骨を中心に骨格が整うので、血行が良くなり、肩こり・腰痛が楽になると言われています。

誰でも簡単にセルフケアでき、自分のペースに合わせて無理しないのでできることもストレッチポールのよさです。



いわて生協大人企画「ストレッチポール教室」
講師:JCCAアドバンストレーナー
吉田みどりさん(盛岡市)

おいしい
食と商品
★★★

岩手県産にこだわった、コシのある麺

coop こだわり品質 そうめん・ひやむぎ・うどん

7月27日、ベルフ青山を会場に「アイコープそうめん・ひやむぎ・うどん」を製造している、小山製麺の高橋智之専務からお話を伺う学習会を開催しました。その一部をご紹介します。

乾麺は生麺に比べ、コシが強いのが特徴

株式会社小山製麺は1960年に創立し、本社は奥州市胆沢で従業員48名で運営しています。そうめん・うどん・そばなどの乾麺や、盛岡冷麺・じゃじゃ麺などの半生麺を製造・販売しています。

アイコープの「そうめん・ひやむぎ・うどん」はいずれも乾麺タイプ(生麺の水分値を13%前後まで乾燥させたもの)です。

乾麺のよい点は、①菌が繁殖できないので1年以上日持ちがする②生麺に比べてコシが強く

お湯でのびにくい、③表面がお湯でふやけにくいのでなめらかな食感になることです。

アイコープの乾麺は岩手県産小麦を100%使用しており、「ゆきちから」「ナンブキラリ」「ねばりごし」という品種を組み合わせて製造しています。岩手県産小麦粉は外国産と比べて香りと味が強く、外国産よりも「そうめん・ひやむぎ・うどん」に適しています。

乾麺は寝かせるとおいしくなる?

実は乾麺は日が経てば経つほど麺の中の水分が抜け、でんぷんも固くなっていくので、どんどん「コツコツ」とした食感になり、出来立てよりも美味しくなります。うどんやそばは1年、そうめんやパスタは2年くらい寝かせるのがおすすめです。なお、茹でる時は大きめの鍋にたっぷりの水で茹でるのがポイントです。

会場では試食でおいしさ実感

学習会の会場では「アイコープそうめん・ひやむぎ・うどん」の試食をし、おいしさを実感しました。

参加者からは「寝かせた方が乾麺は美味しくなると聞き、毎年慌てて食べなくても良いんだなと思いました」「岩手県産小麦が外国産よりも風味がよいと聞き、今後はアイコープ商品を選ぼうと思います」などの感想が寄せられました。



本体価格 148円(税込159円)

各200g

はじめて CLUB 商品モニター報告



「3種の国産野菜としらすのおかゆ」を50人がためしてみました

はじめてCLUB商品モニターは、CLUB会員を対象に毎月実施し、試した感想を寄せ合う取り組みです。6月の商品モニターには、「はじめてCLUBサポートメール」での募集に応募し、抽選で選ばれた50人が参加しました。

はじめてCLUB商品モニターアンケート回答者の

82.5%が

「また利用したい」と答えました

82.5%

会員から寄せられた声をご紹介します

ただのお粥じゃなく野菜もしらすも入ってるので色々な栄養を摂取できます。(滝沢市・あーちゃんさん)

そのまま温めるだけで、とてもよく食べてくれます。野菜としらすを手軽にとれるのが嬉しいです。(北上市・まるさん)

娘もパクパク喜んで食べていて、試しに自分も食べたらずとも美味しかったです。毎日の離乳食に必ずと言っていいほど利用しています。コープの離乳食の冷凍食品があって、本当によかったです。(盛岡市・じゃがさん)



今週配布の Week 80Pでぜひ!



3種の国産野菜としらすのおかゆ 6個入(180g)

本体価格 398円(8%税込429円)

注文期間 9月25日~9月29日



いわて生協は、アルプス処理水の海洋放出を中止することを求めます

政府は東京電力福島第一原子力発電所で発生した「アルプス処理水」の海洋放出を始めました。いわて生協は、8月22日のこの発表を受けて以下の意見表明を行いました。

8月22日政府は、東京電力福島第一原発事故に伴うアルプス処理水を8月24日より海洋放出することを決めました。

漁業者はもとより国民の理解醸成が不十分ななか、「関係者の理解なしにはいかなる処分も行わない」という政府、東京電力と地元漁業者の約束を反故にした決定を、私たちは納得することはできません。

今やるべきことは、国民的な理解、風評被害対策、安全性の担保、国際社会の理解醸成です。このままでは震災復興のために払われてきた12年以上の努力が水泡に帰します。

私たちいわて生協は、政府が2年後の海洋放出

を決めた2021年から、海洋放出の問題点を学習し「30年以上にもわたる海洋放出は地域経済に大きな影響を与え、震災からの復興の努力を水泡に帰すことであり、海洋放出ではなく、関係者、国民の理解を得られる別の方法で処理すること」を要請する署名に取り組んできました。署名はいわて生協で3万筆以上、全国では25万筆も寄せられています。

今回の決定について、私たちは反対の意見を表明し、政府及び東京電力に対して、アルプス処理水の海洋放出を凍結し中止することを求めるとともに、アルプス処理水発生量の抑制、地上保管の継続及び新たな処理・保管方法等の検討など、海洋放出によらないあらゆる可能性について国の責任で継続的に検討、実施していくことを求めます。また、海洋放出の決定により、風評被害が発生することのないよう国の責任において対

処することを求めます。

いわて生協は、復興をめざしてがんばっている漁業関係者を応援する取り組みをこれからも継続し、風評被害に苦しむ福島、宮城、岩手の水産物の利用を呼びかけます。



7月7日、全国から寄せられた約25万4千筆の署名の第3次分を、経産省、東京電力に提出し、要請を行いました。いわて生協の昆野香代子理事(写真右、宮古コープ)が地域の実情と思いを伝えました。

こ〜ぶ委員会
おすすめ
はなまる
レシピ

ランチやおやつに ツナマヨコーンピザ

盛岡南コープ ミントこ〜ぶ委員会

- 材料**
- co-op 餃子の皮…………… 12枚
 - ツナ缶…………… 1缶
 - コーン…………… 適量
 - マヨネーズ…………… 適量
 - ピザソース(またはケチャップ) …… 適量
 - 乾燥パセリ(あれば)…………… 適量

i-coop餃子の皮は岩手県産の小麦粉を50%使用。コシがあってモチモチしています。

- 作り方**
- 餃子の皮にピザソースを塗る。
 - ツナ缶とマヨネーズを混ぜ、①にのせる。
 - コーンをのせて、フライパンやトースターで焼く。
※co-opくっつかないホイルを敷いて焼くとスルッと取り出せます。
 - パセリを振って完成

ナポリタン風でお子さんもパクパク 切干大根のトマト煮

ヘルシーコープレシピより

- 材料**
- co-op 切干大根…………… 1袋
 - co-op 国産ポークあらびきウインナー…………… 1袋
 - たまねぎ…………… 1個(200g)
 - マッシュルーム(生)…………… 100g
 - トマト水煮缶(カット)…………… 1缶(400g)
 - 水…………… 100ml
- A** 塩…………… 小さじ1/3
砂糖…………… 小さじ1
こしょう…………… 少々
- その他**
バター…………… 15g
パセリ…………… 適宜



- 作り方**
- 切干大根は水洗いし、ひたひたの水に浸けて15分戻す。
 - たまねぎ、マッシュルームは薄切り、国産ポークあらびきウインナーは斜め薄切りにする。
 - トマト缶はフォークなどで軽くつぶす。
 - フライパンにバターを入れて中火で熱し、たまねぎを炒める。しんなりしたら、ウインナー、マッシュルーム、水気を絞った①を入れ、全体がなじむまで炒める
 - ③、水、Aを加え、汁気がほとんどなくなるまで15分煮る。器に盛り、お好みでパセリを散らす。

※切干大根は水気を絞すぎないのがポイント。水分を含んでふっくらと仕上がります。

前号に寄せられた 声から

くらしのまなび「安保関連3文書」

日本が「戦争をする国」になるかもしれない…。ハッとするとタイトルで今まで流していたニュースの内容を改めて学び直しました。防衛費の増税もあるようですが、今の子ども達が大人になる頃の日本は、どのような暮らしになっているのかと心配なところがあります。
(岩手町・40代)

『安保関連3文書』について『反撃能力』を保有するということの意味がどういうことなのか、なぜこんな大切なことが国会で議論もせず決定されたのか、とても恐怖に感じます。「日本は戦争をしない国」ということを守って欲しいと思います。
(一関市・60代)

親は戦争経験者で、私は戦争を知らないですが戦争により多くの命、多くの物が失われてしまいます。これからも戦争がないように願っています。今、ロシア、ウクライナが戦争をしています。これにより多くの命が失われています。一刻も早く終わってほしいと思います。
(奥州市60代)

おいしい食と商品「アイコープつゆ4倍」

アイコープつゆ4倍のおいしい秘訣が早池峰霊水で、だし取りは手作業で行っていたとは知りませんでした。おいしい理由がわかってますますファンになりました。
(陸前高田市60代)

私はまだ使ったことがありませんが、組合員の声から開発され、水や手作業などを含め、こだわりのつゆということが分かりました。味付けに「つゆ」を使うことが多いので、今度使ってみようかと思っています
(盛岡市・60代)

アイコープのつゆ4倍をいつも使っています。とてもおいしいので、娘のところにもお米と一緒に送っています。とても喜ばれます、催促もされます。化学

「エコマーク」の ついた商品を選ぼう



環境に配慮した製品やサービスにつけられるマーク



商品パッケージなどに表示されている「エコマーク」は、環境省が所管する財団法人日本環境協会によって「環境負荷が少なく、環境保全に役立つ」と認められた商品につけられるマークです。1989年から認定が始まり、2021年には45,000点あまりが登録されています。一番よく目にする環境マークかもしれませんね。

コープ商品ではエコマークの認定を積極的にすすめています

コープ商品の開発・改善に際しては、右の4つの視点で環境に配慮した包材を選定し、エコマークの認定取得を積極的に進めています。



エコマークの付いたコープ商品の一例



co-op
流せるトイレクリーナー 12枚入
(ミシン目入24カット)×2個入
トイレ内の拭きそうじが手軽にでき除菌もできます。使用後はトイレに流せます。包材の一部に再生プラスチックを使用したエコマーク商品です。



co-op
再生原料使用水切りゴミ袋
三角コーナー用
水環境を守るためのゴミ捕捉性能と、水切れ性を両立させた不織布タイプの水切りゴミ袋です。ペットボトルから再生した原料を約65%使用しています。

調味料を使わないのがとてもいい味を出しているのだと思いました。
(一関市・60代)

くらしの中からSDGs「環境に配慮した紙製品を選んで使おう」

紙を作るために、2.2秒毎にサッカー場一面分の森林が減少しているとは驚きました。紙製品は使わない日はない、くらしに欠かせないものですので、古紙のリサイクルで作られた製品を選ぶとか、FSC認証された製品を選ぶとか、日々の生活を意識していきたいと思います。
(盛岡市・50代)

組合員活動のようすをご紹介します「ハピママコープ」

7月で2才になった息子がいます。1才になる前からハピママレッスンに参加しています。傍らで託児をしてくれているので、私も子を気にしながらも集中できる時間を過ごせています。本当にありがたいです。
(奥州市・40代)

組合員活動のようすをご紹介します

こ〜ぶ委員会

盛岡甘熟会の公開安全確認会を実施

盛岡南コープでは、トマト・ミニトマトなどの産直野菜を生産している盛岡甘熟会の公開安全確認会に参加しました。公開安全確認会は、栽培・肥育方法など産直の契約内容が守られているか、生産者・組合員・生協職員が集まって確認する会です。

生産者さんから「甘いトマトを作るために、その日の気候等に応じて1日に3回、与える水の量を変えている」などのお話を聞き、「愛情を持ってトマトを育てていると感じました。だからこそ甘くて美味しいトマトができるんだとわかり、これからも盛岡甘熟会のトマトを食べたいと思いました」などの感想が寄せられました。(7月3日)



文化鑑賞会クオレ

第76回例会「太田裕美&庄野真代&麻倉未稀 スペシャルコンサート」

岩手県民会館大ホールで、第76回となる例会を実施しました。

昼・夜の2回公演に、1,194人の会員が参加。太田裕美さんは「木綿のハンカチーフ」、庄野真代さん「飛んでイスタンブール」、麻倉未稀さん「HERO」などの大ヒット曲を歌い、変わらぬ歌唱力で会員を魅了しました。3人が一緒に歌う「筒美京平メドレー」や「夢で逢えたら」などスペシャルなコラボレーションも。「3人のヒット曲を聞いて、あの頃に戻ったようで」「トークも飾りなく今までの生き方を感じさせてくれる、ほっとしたひとときでした」などの声が寄せられ、大変好評でした。(8月22日)



ご出演の3人にポスターにサインを頂きました。

ハピママコープ

お買い物体験 in 一関

夏休み園児企画として「おかいものたいけん」を一関コルザで開催し、親子7組が参加しました。

3〜6歳の子どもたちがサンドイッチの材料を店内で選んでカゴに入れ、レジで会計するまでを、1人で挑戦しました。お買い物したあとは、お母さんとお子さんでサンドイッチを作って、みんなで美味しくいただきました。お母さんからは「1人でできるか不安だったのですが、頑張ってきたので安心しました」などの感想が寄せられました。(7月25日)



文化鑑賞会クオレは、いわて生協組合員が月々の定額会費(1,650円)で年3回、舞台芸術を鑑賞する会。歌舞伎・ミュージカル・コンサートなど、様々なジャンルの作品が例会として登場します。「自分では選ばなかったものを見て世界が広がる」と好評です。

次回例会は、大地真央主演の舞台「最高のオバハン 中島ハルコ」(めんこいテレビ等と共催)。会員になって舞台芸術を楽しみましょう。

10月25日(水)18時/26日(木)13時
岩手県民会館大ホール



Information

岩手県消費者大会 10月24日(火)10:00~15:00 アイーナ 7階・8階

◆午前:分科会 10:00~11:45

- ① 社会保障問題:誰もが安心して暮らせる老後を目指して
- ② 消費者問題:高齢者を狙う悪質商法
- ③ 格差・貧困問題: 子どもの貧困の現状を知り、私たちでできることを考えよう
- ④ 暮らしの問題:マイナンバーカードのギモン!?
- ⑤ 食の問題:食べ物はいつでも自由に買えるの?

◆午後:全体会 13:00~15:00

社会の真実の見つけ方 ~私たちの暮らしを守るために~

国際ジャーナリスト
講師 堤 未果さん



消費者大会は年1回開催され、県民のみなさんの学習・交流の場です。どなたでも参加できます。 ■お問い合わせ 岩手県消費者団体連絡協議会 TEL019-684-2225

キリトリ



わいわいコープ No.129

クイズ&アンケート 10月20日(金)締切

組合員活動チーム行

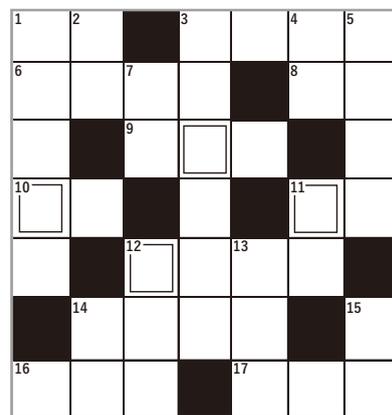
■クイズの答え

--	--	--	--

■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

クロスワードクイズ



クイズ 二重枠の文字を並べ変えると?
*ヒントは紙面をご覧ください。

- 1.各地方での時刻の差。「東京とロンドンとでは8時間の〇〇がある」
- 3.人間はA・B・O・AB、に分類される
- 6.地震、台風、落雷など自然によってもたらされる災害
- 8.1500kgは1.5〇〇
- 9.英語で乗
- 10.敵に…を送る
- 11.めったにないさま
- 12.ご飯の真ん中に梅干しの…弁当
- 14.モカ・ブルーマウンテン・キリマンジャロ
- 16.オリーブ…、エンジン…、…マッサージ
- 17.夏を快適に過ごすためのライフスタイルのこと…ビズ

- 1.4月よりヘルメットの着用の努力義務化
- 2.英語で太陽
- 3.9月18日の祝日
- 4.今年は何年(うさぎどし)
- 5.筋力トレーニング、略して
- 7.目上、目下の区別なく使える敬称
- 11.× ⇄
- 12.英語で踵(かかと)
- 13.@アット…、?クエスチョン…、!ビックリ…
- 14.…の滝登り
- 15.…も木から落ちる

◎前回No.128の答えは「ウエルカム」でした。

当選者の通知は、ハガキにて通知させていただきます。

正解者から抽選で30名に
コープポイント500ポイントを
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/L19h6FmMqmGg6Phm7>

FAX 019-687-1117
〒020-0690
滝沢市土沢220-3



* 2 3 1 0 0 1 3 3 8 *

お名前		年代		代
組合員番号 または電話番号		市町村		市・町・村

※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。