



## いわて生協の 復興支援活動



2017年9月



左から、千葉由美子さん（関コープ）、佐藤ゆりかさん、佐藤由隆さん、佐藤愛理さん（関コープ）、佐藤央子さん。



## 生業づくり 支援

おいしさを知ってもらい、  
利用してもらおう！

9月23日・24日、コープ一関コル  
ザの復興支援・地産地消フェスタで  
一関コープの組合員さんたちが「ア  
イコープ目抜塩麹漬・目抜醤油麹  
漬」の試食おすすめをしていました。

この商品を製造しているのは、東  
日本大震災で大きな被害を受けた  
佐勇水産（宮城県石巻市）です。復興  
を応援しようと、一関コープの組合  
員さんたちが商品の改善・開発  
に参加し、交流を続けてきました。  
「私たちが開発に関わった商品  
を、たくさんの人に利用してほしい」  
と一関コープの佐藤愛理さん。佐勇  
水産社長の佐藤由隆さん、妻の央  
子さん、長女のゆりかさんもかけつ  
け、一緒におすすめしました。

被災地の生業・仕事づくりを応援しようと、  
被災したメーカー・生産者の商品を店舗や  
共同購入で積極的に取り扱い、おすすめし  
ています。今回は、アイコープ加工切り身の  
製造委託先・佐勇水産を紹介します。

「待っているから」の声が  
踏み出すパワーに

震災の日、佐勇水産の従業員ら  
17人は全員無事に避難できまし  
た。しかし、工場や事務所、新築  
した自宅もすべて流され、「もうだ  
めだと思った」と由隆さん。そこ  
へ、いわて生協の飯塚明彦理事長  
と職員がお見舞いにかけてまし  
た。「また食べたい。待っているか  
ら」という言葉に、一歩踏み出す  
パワーをもらいました」。

「がんばって再開しよう！」と、  
家族で工場の片づけをスタート。の  
べ2千人を超えるボランティアの応  
援を得て、10月には第2工場を復  
旧することができました。そして、  
「アイコープほっけみりん漬」の製  
造を再開したのでした。

## 商品の利用で復興を応援

被災地メーカー・生産者の商品を店舗・  
共同購入で積極的におすすめしています。  
この6年間の利用金額は20億円に。17年  
度も半年間で7千万円を超えています。

「復興支援・地産地消フェスタ」  
5会場に8万6千人



店舗で沿岸メーカーの  
商品を積極的におすすめ



共同購入で毎週のご案内  
のほか「特集企画」も実施



2017年6月



一関コープの組合員が佐勇水産を訪問。いわて生協への言葉という壁面の「ありがとう」や社名は、復旧ボランティアの一人・書家の西尾真紀さんの書。

2012年2月



ほっけみりん漬の味の見直し。

2011年4月



飯塚明彦理事長（左）がお見舞いに。

### 商品を利用し、復興を応援

「ほっけみりん漬」の製造再開を受け、より多くの人に利用してもらおうと、味を見直すことに。一関コープの組合員さんが参加し、12年3月から改善商品を供給しました。その後、9月の「目抜塩麹漬、赤魚塩麹漬」、14年の「目抜醤油麹漬、赤魚醤油麹漬」「三陸産さば開き干し」の新開発すべてに、一関コープの組合員さんが参加。味を確認すると同時に、佐勇水産への工場見学や交流を続けてきました。こうして開発した商品は、店舗や共同購入でも積極的におすすめに取り組み、佐勇水産からいわて生協への出荷額は震災前を超えるまでになっています。

### 今がふんばりどころです！



「この6年、無我夢中でやってきました。今になって、『全てを失ったんだ』と実感しています」と話してくれたのは、央子さんです。佐藤さん一家は今も仮設住宅に暮らし、会社の業績も、一般品の出荷額は震災前の8割ほどまでしか回復していません。「心理的にも経済的にも、今が一番きびしい」と言います。

「でも、ここまで、いわて生協の応援のおかげでがんばってこれました。あの日には戻れないけど、前に進むことはできる。今がふんばりどころです」。

### 佐勇水産製造「アイコープ 加工切り身」



ほっけみりん漬



目抜塩麹漬

- 原魚（ほっけ、目抜、さばなど）を旬の時期に仕入れて冷凍保管し、加工時に解凍して漬け込む。再凍結しないので、風味が良いのが特長。
- みりん漬、仙台味噌漬、辛子味噌漬、西京味噌漬、粕漬、震災後に開発した塩麹漬、醤油麹漬を加え、加工切り身は7種類。さば開き干しも開発。
- 合成保存料・合成着色料は不使用。

ご協力ありがとうございます

東日本大震災復興支援募金

522万5,956円  
(17年3月21日～10月20日)

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」も募金になります。



共同購入“利用登録募金”

注文書に右の番号と口数を記入すると、自動的に募金ができます(来年3月まで)。

1口  
100円

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



この高さ！どれほど怖かっただろう…。

津波が到達した高さが表示してあります。

沿岸へ行き、被災と復興の現状を知ろうと、今年度は12企画が取り組まれ、177人が参加しました。9月30日、このへコープからけせん地域へのツアーには18人が参加。陸前高田市では旧・道の駅高田松原を見学し、津波の高さに驚きの声があがりました。

震災を忘れない取り組み「復興支援バスツアー」

# 理事会だより

17年度第4回(9月15日)・第5回(10月16日)の定例理事会から、おもな内容をお知らせします。

## 1

### 17年度上期総括と下期計画の決定

上期は新たに8千人の組合員を迎え、高齢者見守り協定の全市町村との締結、共同購入や夕食宅配サービスの利用の広がりなど、年度計画にそった事業を着実に進めました。下期は、組合員みなさんに満足いただける店・売り場作りを最重点に、年度計画で掲げた課題の実現に向けて取り組みます。

## 2

### 北上出店計画の決定

北上市の「ツインモールプラザ」東館1階さくら野百貨店食料品売り場への出店を決定しました。改修工事を経て、18年春にオープンする計画です。

## 3

### コープ関コルザリニューアル計画の決定

オープンから20年が経過したコルザを大規模にリニューアルし、

地域と組合員のくらしにさらに役立つお店を実現します。11月23日(木・祝)オープンの予定です。

## 4

### 「初夏のコープのつどい」開催報告

おうちで開催する「初夏のコープのつどい」は、過去最高となる2419か所で開催され、9048人が参加しました。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たほか、9月の定例理事会で対応を検討しました。

## 5

### 「秋のコープのつどい」「お茶会」開催計画の決定

「秋のコープのつどい」を10月9日～11月5日に開催し、5400人の参加をめざします。お話し合いテーマは「これ、いいね!」こぶ委員が選んだおすすめ品「エシカルなお買い物」「被災地の今」です。

## お知らせ

### 「ヒバクシャ国際署名」9万328筆に

核兵器廃絶を求めて取り組んだ「ヒバクシャ国際署名」は、9万328筆が集まりました(11月1日現在)。ご協力ありがとうございました。このうち7万8千筆は、ヒバクシャ国際署名連絡会が10月5日国連本部に提出した515万筆に含まれています。

「核兵器禁止条約」の成立を後押しした国際NGO「アイキャン(核兵器廃絶国際キャンペーン)」がノーベル平和賞を受賞するなど、核兵器廃絶に向けた動きが世界で広がっています。

### 「ECCOアクション賞」を受賞しました

省エネや再生可能エネルギーの活用など、いわて生協の環境の取り組みが評価され、地球温暖化防止いわて県民会議より「ECCOアクション賞」を受賞しました。2014年度に続き二度目の受賞です。



10月21日、表彰式に内澤祥子副理事長が出席しました。

### 商品のお知らせ

組合員の願いからつくられた、いわて生協オリジナルの「アイコープ商品」「アイススタイル商品」の情報をお知らせします。

#### 改善

**coop 県産もめん豆腐**  
**coop 県産きぬごし豆腐**  
各400g 本体価格 132円(税込142円)  
手で開けやすい容器に変更しました。



#### 改善・価格改定

**style もめん豆腐**  
400g 本体価格 58円(税込62円)  
ポイル工程を加え、賞味期限を4日間延ばし9日間に。手で開けやすい容器に変更しました。また、原材料・包材の値上がりにより、価格を56円から58円に改定しました。



#### 製造中止

**coop 岩手県産小麦とお米の食パン・ロールパン**  
**coop しっとりみそ雁月**  
製造メーカーの廃業により、残念ながら製造を中止しました。

### いわて生協の現況

(2017年10月20日現在)

組合員数	24万7,106人 (17年3月21日から7,015人増)	出資金	88億9,613万円 (17年3月21日から3億1,514万円増)	供給高	228億7,405万円 (17年3月21日～10月20日の累計、計画比101%)
------	----------------------------------	-----	--------------------------------------	-----	---

2017年度から紙パック、トレイ、卵パックは100%回収をめざして取り組みをはじめました。

### 環境関連データ

(2017年4～10月度の状況)

紙パック 106万3千枚 ↑ (回収率82%)	発泡スチロールトレイ 525万6千枚 ↑ (回収率36%)	卵パック 75万6千枚 ↑ (回収率89%)	透明トレイ・ふた 1.4トン ↑ (前年比115%)	ペットボトル 126万6千本 ↑ (前年比103%)	レジ袋節約 373万1千枚 (10月度節約率50.8%)
-------------------------------	-------------------------------------	------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------

□ 店舗・共同購入で回収 □ 店舗でのみ回収 ▲ 前年より回収率・回収量アップ

# 食べ物を通して、みんなが笑顔になれる コープフードバンク



大切な食べものを必要としている人に届けます。



釜石市社会福祉協議会と協定を締結 (2016年7月)。

## 岩手県内8団体と協定を締結し、食品などを支援

いわて生協では、東日本大震災の支援活動でつながりがあった沿岸の社会福祉協議会からの要望を受けて、2015年7月からコープフードバンクの活動をスタート。現在までに、宮古・大船渡・花巻・北上・釜石・一関市の社会福祉協議会など県内8団体と協定を締結し、生活困窮者などへ食品や日用品の支援を行っています。また、2016年度は、台風10号の被害を受けた岩泉町の仮設住宅にも、食品や日用品の支援を行いました。

「コープフードバンク」とは、食品の無駄をなくすとともに、だれもが安心して暮らせるようにと、2012年4月にみやぎ生協が設立。現在は、コープ東北として運営し、生協のお取引先企業から無償で提供いただいた余剰食品などを、生活困窮者の支援などを行なっている団体・組織へ無償で提供しています。

2016年度は、89の企業・団体から食品など140トンの提供を受け、東北6県282団体へ154トンを提供しています。

### 支援先からお礼の手紙が届いています

所持金が300円以下で、児童手当支給までの間に食べるものがない方に食料支援ができました。育ち盛りの子どもが二人いて「食事をがまんさせることが辛かった」と、父親は今回のご支援を大変喜んでいました。(社会福祉協議会の職員の方より)

いつもおいしいおかしやジュースをありがとございます。おかげでしゃくしゃくが楽しくなりました。コープのジュースはとておいしいです。私はコープのジュースが大好きです。(支援先の小学生より)

就労が途切れ、困っていました。支援は本当にありがたい。おかげで食欲が満たされました。(受け取った方より)

### サポーター募集中!



マスコットキャラクター  
フ〜助

コープフードバンクは、東北の各生協が出し合う費用と、サポーターからの賛助金で運営しています。9月末現在、岩手では個人サポーター191人、法人サポーター3社に登録いただいています。あなたも、サポーターとして活動を支援ませんか?

#### サポーターの賛助金(1年ごとの更新となります)

- 個人 | 1口1,000円
- 法人・団体 | 1口30,000円

サポーターのお申し込み、お問い合わせ先  
組合員活動チーム

☎ 019-603-8299 (月曜～土曜 9時～18時)  
詳しいご案内をお送りします。

## 南昌荘 催し物案内

全て入園料でお楽しみいただけます。

11月24日(金)～25日(土)	第10回マールアート習作展 ～光と色彩のヒーリング～
11月25日(土)～26日(日)	10人手作り市 布小物・陶器・草・ビーズアクセサリーなど



### 手作りで迎える 南昌荘のクリスマス



12月1日(金)～21日(木)

- デコパージュ | 沢目ミサ
- パンの花 | 嶋村玲子
- リース | 安倍一子

### 南昌荘のひなまつり

歴史あるおひな様から、手作りの変わりびなまで、たくさんのおひな様を楽しめます。

2月7日(水)～3月3日(土)



桃太郎を従えた江戸時代のおひな様

## 南昌荘

盛岡市清水町13-46 10台  
☎・FAX 019-604-6633

- 入園料 / 大人200円、小・中学生100円(いずれも税込)
- 開館 / 10時～17時(12月からは16時閉館)
- 休館日 / 月曜日・火曜日(12月25日～1月10日休館いたします)

## 「書き損じハガキ」で ユニセフ募金

世界の子どもの命を助けるお手伝い

プリントに失敗したり宛先を書き間違えた「書き損じハガキ」が、「ユニセフ募金」になります。昨年度は、約27万円の募金になりました。



- 「書き損じハガキ」は、封筒などに入れて「組合員活動チーム行」と書き、お店のサービスカウンターまたは共同購入担当へお渡しください。
- 古いハガキでも未使用のものならOKです。

組合員活動チーム行  
書き損じハガキ在中

郵便局では、手数料5円で新しいハガキや切手に交換しています。「いつか・・・」と思いがちのため込んでいたら、ぜひ生協へ!



アイコープのうどん  
はコシがあって  
おいしい♡

「秋のコープのつどい」で、わいわい楽しくおしゃべり。



※レシピはホームページ内  
「156こぼれ話」を  
ご覧ください。

スマートフォン・  
タブレットからは  
こちら➡



一里塚こ〜ぶ委員会・緑が丘こ〜ぶ委員会のみなさん。

「秋のコープのつどい」で  
「アイコープうどん」を紹介しました!

盛岡北コープ

一里塚こ〜ぶ委員会・緑が丘こ〜ぶ委員会



今年の活動テーマを、「岩手県産小麦を使ったアイコープ商品」の中で、子どもたちも好きな「うどん」に決めました。まず、他メーカーのものと原材料や価格を比較。食べ比べると、アイコープが子どもたちにも人気でびっくりしました。

このおいしい「うどん」をもっと利用してもらえよう、いろんな食べ方を試しました。ねじって揚げる「うどんドーナツ」と、つぶして丸める「うどんだんご」は、どちらもおいしくて委員会で好評でした。そこで「秋のコープのつどい」でも、参加したみなさんにアイコープと他社のゆでうどんを食べ比べてもらい、ドーナツとだんごの作り方も紹介しました。

こ〜ぶ委員会では、いろんな商品をコープと他メーカーで比べていて、「意外とおいしい♪」とお気に入りのコープ商品が増えてきました。また、年代や仕事、考え方も様々な仲間たちとも知り合えて、毎月集まるのが楽しみです。

コープリーダー 坂下恵美さん

こ〜ぶ委員、あなたもやってみませんか?

お問い合わせ・お申し込みは組合員活動チームへ

019(603)8299

(月曜〜土曜 9時〜18時)

## あうる限定の取扱商品

産直生協牛乳を使った  
ベーカリーコーナーの  
カフェラテ



ベーカリー担当  
瀬川 瞳

本格直火焙煎豆を使った  
コーヒーに、産直生協牛乳を  
プラスした「カフェラテ」は  
あうるだけの商品です!



花巻温泉で  
人気のお土産!

羽山  
まんじゅう

あの「マルカンビル  
大食堂」の味を  
ご家庭で!



マルカン  
ラーメン

1杯100円(税込)

## コープの お店めぐり 3

お店のおすすめ情報を  
地域の組合員さんが  
ご紹介♪

コープ花巻あうる



"あうる"ファンの  
私がおすすめ♪



案内人  
花巻コープ  
番手 裕美さん

店舗入り口すぐの  
岩手のお土産コーナーは  
種類が豊富!

## 水産コーナーのサービス



よく切れると、  
お料理も楽しく  
なりますね!

お使いの  
包丁を研いで  
差し上げます

水産担当  
田代 繁治

「包丁研ぎサービス」「身おろしサービス」は無料! 持ち込み魚の身おろし(有料)も承ります。詳しくは水産担当まで(コープ高松、コープ西ヶ丘、コープチェリオを除く全店で実施しています)。

## 組合員ルーム&テラス



テラスには  
テーブルとイスがあります。

天気の良い日は  
テラスでお茶も  
いいね!

組合員ルームでは  
お料理教室などの  
イベントも開催。  
託児室もあります。



## コープ 花巻あうる

花巻市南新田 288-1  
☎ 0198-29-4312  
9:00~22:00  
☎ 920台

2015年7月、ショッピング  
センター「花巻きららモール」  
内にオープン。いわて生  
協で一番新しいお店です。



子どもと一緒に

楽しみながら  
お片付け



子育て世代の整理収納のコツについて、子どもたちにお片付けの楽しさを伝える「収育指導士」でもある佐藤さちよさんにお聞きしました。



収育指導士  
整理収納アドバイザー  
エス ステージ  
佐藤さちよさん  
(盛岡市)

片付かないのは  
当たり前!?

「整理整頓は苦手…」 「子ども部屋が片付かない…」 というお悩み、よく聞きます。では、学校や家庭で整理や収納について教わったことはありませんか。実は、苦手なのではなく、片付け方を「知らない」だけかも知れません。

子どもに「片付けなさい」と何度言っても全く片付かないのは、「何をどこに」という具体的な声かけが欠けているから。大人が整理収納のコツを知り、子どもの成長に合わせて教えることで、自然にお片付けができるようになります。

マタニティ期から  
スタート

マタニティ期の整理収納は、安全で楽に生活できるかどうかポイントです。オムツやミルクは、パパにも分かるように位置を決めましょう。また、乳児期はモノが増える時期なので、便利そうに見える育児グッズなどが本当に必要かどうか、見極めましょう。

幼児期になると、子どもは自分のモノと他人のモノを区別できるようにするので、お片づけを教えるチャンスです。最初は、

おもちゃを「出す」→「遊ぶ」→「戻す」という基本から。パパやママと一緒に、遊び感覚で楽しみましょう。「上手にできたね」とほめてあげると、「お片づけが嫌だな」と思わなくなります。

小学生になると、モノが一気に増えます。この時期のポイントは、ランドセルなど毎日使うモノの定位置を決めること。その際、大人が勝手に決めるのはNG。自分で快適に出し入れできるように、必ず子ども目線で、子どもと一緒に決めましょう。

片付けは  
3つのステップで!

では、実際に子どもと一緒に片付けてみましょう。

- ① 大きめのシートの上に、おもちゃ箱や引き出し一つ分の身を全部出します。
- ② 使っていないモノと使っているモノに分けます。
- ③ 使っているモノは、定位置を決めて使いやすい場所にしまい、使っていないモノは誰かへあげるか、保管期限を決めてしまいます。

捨てるなくてもいいんです。「まだ遊ぶ?」「これ大事?」と、子どもと一緒にモノを分けることから始めてみませんか。

※いわて生協ホームページ内「協取材ほれ話」に佐藤さんの「お片付けレッスンのようす」を掲載しています。こちらにもご覧ください。



あずま  
ハピママスタッフの東さんおすすめ!

COOPの冷凍離乳食シリーズ  
きらきらステップ



「赤ちゃんのために、安心なものを」というママ&パパの声に応えました。

電子レンジで  
手軽に調理できます。

使いたい量がすぐに使えて便利!何より、安心素材なのがうれしいですね。試食会でも好評でした。



東 有香さん  
歩積くん  
(2歳5か月)  
(盛岡市)

★ハピママひろば★

- ★参加無料・申込不要。0～3歳児の親子が対象の自由な遊び場です。
- ★生協店舗の組合員施設で、10時半～12時に、月2～3回開催(詳しい日程はホームページでご確認ください)。
- ★スタッフがお待ちしております。

共同購入・個人宅配限定商品。ほぼ2週に1回取り扱い♪

(店舗での取り扱いはありません)

COOP 国産米をふっくら炊いた白かゆ



15個入(260g) 本体価格 **298円**  
(税込321円)

国産米を米からじっくり炊いた8倍がゆ。1個約17gのトレイ入り。

COOP 便利なバラバラ 国産白身魚のほくし身



60g 本体価格 **398円**  
(税込429円)

骨を取った北海道産すけそうだらを蒸し加工し、小さくカットしてバラバラ凍結。必要な分だけ使えます。

COOP 九州産小麦使用 やわらかいミニうどん



80g×6(480g) 本体価格 **298円**  
(税込321円)

九州産小麦粉を食塩は加えず製麺し、やわらかくゆで上げました。1個80gの個包装。

盛岡市	ベルフ青山	水曜
	ベルフ仙北	木曜
	ベルフ山岸	金曜
滝沢市	ベルフ牧野林	火曜
奥州市	コープアテルイ	水曜
一関市	コープ一関コルガ	火曜

いわて生協の  
子育て応援情報はこちら!

お問い合わせ先 共同購入事業部 ☎0120-805-253

(月曜～金曜 9時～19時半、土曜 9時～18時)

スマートフォン・  
タブレットから  
はこちら



ハピママコープ 🔍  
スマートフォン・  
タブレットはこちら





前号(秋号)を読んで

※過去の「HELELOコープ」は、いわて生協のホームページでご覧になれます。

にんじんがおいしいそう！

表紙の写真が好きです。採れたてのおいしいそうなにんじん！次のページも見たいくなります。「役立ちレシピ」の「にんじんポターージュ」をさっそく作り、夕食に食べました。にんじんの苦手な娘も食べてくれたのでうれしかったです。

釜石市 姫田幸子さん  
ひめたさちこ

一度にキャベツが！

「役立ちレシピ」の「キャベツのピリ辛あえ」を作ってみました。茹でて混ぜるだけと、とっても簡単！おいしくて、どんどん箸がすすみました。一度にキャベツがた

くさんいただけました。

滝沢市 武田やえ子さん

課題に向かって日々努力！

「特集」を読んで。野菜農家の今松さんも、養豚農家の七木田さんも、ご自分の作ったものに誇りと責任を持って生産に取り組んでいらつやいますね。何ごとにも「これでオッケー」「もう十分」はなく、まだまだ課題はあり、それに向かって日々努力…。お二人の記事を読んで、改めて自分にも言い聞かせました。

盛岡市 谷地明美さん

エシカル消費を心がけたい

「コープのエシカル」を読んで。エシカル消費という言葉を初めて知り、すばらしいことだと思いました。エシカルなモノやサービスを、選んで買っていきたいと思いました。

北上市 高橋済子さん  
たかほりさきこ

ときめき買いいろいろですね

「楽育しましょー」の「しあわせ家計をつくる！」が良かったです。節約から、ときめき買いへ。少しずつ部屋を片付けながら、上手な買い物をしようと思えました。

一関市 菅野佐恵子さん

電子マネー、楽しみです♪

「理事会だより」に「電子マネー付組合員カードの導入決定」とありましたね。小銭がいらなくなるのでうれしいです。レジでチャージ（入金）できると助かります。来年2月が楽しみです。

花巻市 菅原佐知江さん

一関に寄ってもらえたら…

「コープ旅行案内」について。バスツアーのほとんどが盛岡駅出発なので、なかなか参加できません。せめて一関に寄ってもらえたら…と思つことが多々あります。

大船渡市 津田美知子さん

◆高速道路利用バスツアーの場合、県内の途中インターチェンジで乗降できます。詳しくは、コープトラベルいわて☎019(631)2671へお問い合わせください。

フリートーク

組合員になりました

先日、お店で生協加入の手続きをしました。本誌を読み、コープのお店には他店と違う安心の食料や商品があると知り、「組合員になるつ」と思っていました。加入したときにもらった「アイコープ生



私のおススメ ♥ ラブコープ

co-op ポターージュスープカップ



8袋入 本体価格 **248円**  
(税込267円)

じゃがいも、玉ねぎなどの野菜に、ミルクとチーズを組み合わせた、なめらかでコクのあるポターージュスープ。お湯を注ぐだけでOK！

とてもおいしいので、パン食の時はいつも飲んでます。これからの季節、体も温まっていますね。コーンスープも大好きです。 盛岡市 中山悦子さん

co-op 芋けんぴ



100g 本体価格 **96円**  
(税込103円)

九州産のさつま芋・黄金千貫をカラッと揚げ、砂糖で味付けした、昔ながらの素朴なお菓子です。

国産なので安心して食べられます。何よりおいしいので、お店に行くたびに購入しています。子どもも大好きなんですよ！ 滝沢市 鈴木菜穂子さん

coop さくら卵の温泉たまご



4個入 本体価格 **113円**  
(税込122円)

(南)浅沼養鶏場(紫波町)の「産直さくら卵」を使用した温泉卵。タレなし。

ご飯にはもちろん、うどんやおそば、おひたしや煮物にも、この温泉卵をのせています。彩りがきれいになるし、おいしいですよ。 盛岡市 吉田愛子さん



締切  
**12月10日(日)**

図書カード、コープ商品券、  
共同購入商品値引券 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つのちがいを」があります。その場所に当てはまる文字を右から見つけ、並べかえてできる言葉をお答えください。

ロ	テ	ピ	ン
ケ	ン	ブ	ロ
デ	イ	イ	キ
モ	イ	モ	チ



前号クイズの答えは「アカトンボ」で、正解475通(応募総数481通)の中から30人が当選。商品プレゼントは122通の応募の中から5人が当選されました。当選者は、いわて生協ホームページで発表しています。

震災後の住まいは、今の家で5か所目。住所もすっかり書き慣れて、昔の住所を書いてしまうこともなくなりました。でも、どこか落ち着かないような、よその住所

### 5回引越しました

大槌町 今野容子さん

### 共同購入はお得!

乳で作った「ヨーグルト」は、本当においしかったです。  
奥州市 松芳 勇さん

近所に生協のお店がないので、共同購入を利用しています。重いものを届けてもらえるので助かっています。また、家電や収納ラックなど大型の物も配送料なしで届くのでお得ですね。

を書いているような気持ちがあります。まだ、吹っ切れていないのかなと思います。  
陸前高田市 菅野智子さん

### 通信費を節約♪

先日、「インターネット通信費節約セミナー」に参加し、インターネット料金の具体的な節約方法を教わりました。携帯代シェアプランも変更し、月額7300円(年間8万7600円)も節約に!C OOPひかりへの変更もスムーズにでき、よかったです。

盛岡市 岩崎弘江さん

◆C OOPひかり「インターネット通信費節約セミナー」は、無料でセミナーと個別相談が受けられます。次回は12月2日(土)13時半~16時、アイーナ602号会議室(盛岡駅西口)にて。詳しくは「住まいと暮らしのサービスセンター」0120(879)300(月曜~土曜9時~18時)へ。

### 岩手の人の優しさに感謝!

埼玉から岩手に嫁いで6年目。岩手の大自然の恵みのありがたさをひしひしと感じています。不安でたまらなかつた岩手での生活ですが、3人の子どもに恵まれ、毎日忙しく楽しく過ごしています。岩手の方は本当に優しい方が多くて、ありがたいです。これからもお世話になります!

宮古市 佐々木恵子さん

### 川柳

産直のつながり支え支えられ

クイズ解く心はずでに当選者!!

評判の金色の風何じよな味

盛岡市 向井ウメ子さん  
盛岡市 菊池英子さん  
花巻市 赤坂三枝子さん

### 応募方法

- はがき、ファクス、メール、便せんやメモ用紙(はがきサイズ以上)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を必ずご記入ください。
- 3ページ「商品プレゼント」応募の方は、応募要件③~⑥を必ずご記入ください。

### 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)・おすすめの商品・「豆腐・油揚げを使った料理」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
ファクス	019-687-1117
メール	sn.i05797et@todock.jp 件名に「ハローコープ応募」とお書きください。
応募フォーム	ハローコープ応募 検索 スマートフォン、タブレットの方はこちらから
便せんなど	お店のサービスカウンターか共同購入担当者にお渡しください。

※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。
- ※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。

いわて生協/くらしの情報誌  
**HELLOコープ**

生協は、組合員の生活をよりよいものにするをめざし、また、平和で明るい地域社会づくりに貢献することを目的としています。この広報誌は、生協の理念と活動を地域のみなさまに広くお知らせするために発行し、生協の職員らがお届けしています。