いわて生協／くらしの情報誌ハローコープ

HELLOコープ

2021
夏号
No.174
（年5回発行）

COOP IWATE いわて生活協同組合

いわて生協 30th 地域生協 50th 私らしいくらしのそばに

2021年度も
30周年記念事業に
取り組みます

2～3ページ
これいいね！ ラブコープ商品
産直ミニトマト
商品プレゼントは3ページをcheck！

6～9ページ
特集
ともにつくる くらしと未来
いわて生協2030年ビジョン

バックナンバーや
「取材こぼれ話」は
ホームページで
いわて生協

私がコープ商品・産直品の魅力を発信するよ！

これいいね！ラブコープ商品

盛岡甘熟会（かんじゅくかい）の 産直 ミニトマト

高い技術と愛情を持って野菜づくりに取り組む盛岡甘熟会。中でもミニトマトは、味の良さから人気を集めています。おいしさの秘密や安全・安心な野菜づくりについて、生産者のひとり、藤川治さんにお聞きしました。

表紙のモデルを務めた佐々木健治さんのミニトマトハウスで。撮影は収穫前の６月上旬。秋にはつるが天井まで届きます。

盛岡甘熟会
藤川 治（おさむ）さん
（盛岡市）

おいしさの秘密は「赤もぎ」

口の中でプチっと弾けて、広がる豊かな甘み。産直ミニトマトは、「フルーツのように甘くておいしい」「トマトが苦手な子どもも喜んで食べる」と人気です。

「一般的なミニトマトの糖度は８～９度ですが、産直ミニトマトは10～12度という高さ。甘みとともに酸味も程よく、そのバランスの良さが評判です」と藤川さん。

その秘密は、収穫のタイミングにあります。「一般的には日持ちを考え、青い状態で収穫し、流通段階で赤くなります。私たちの産直ミニトマトは樹で赤く熟し、糖度を高めてから収穫する『赤もぎ』です。収穫後、その日のうちに出荷しなければならず、収穫量が増える最盛期は、つるの管理が追い付かなくなるほど目が回る忙しさです。それでも、おいしいミニトマトを食べてほしいので、『赤もぎ』にこだわり続けています」

収穫への道のりは、冬から

ミニトマトは主にハウスで栽培し、６月から９月まで出荷します。「味の良さはもちろんのこと、安全・安心にこだわっているのも特長のひとつです」と藤川さん。

「化学肥料を一切使わず、有機たい肥を中心に土作りをしています。農薬は『いわて生協産直野菜農薬基準』に沿って、必要最低限に抑えています」

種まきは12月、土作りは１月から始まります。２月下旬に苗をハウスに定植してからは、出てきた脇芽を摘み取る「芽かき」、つるを固定する「誘引」など、ほぼ一年にわたってミニトマトと向き合っています。

〝百姓〟は毎年一年生

コロナ以前は、組合員のミニトマト収穫体験や見学会も開催していました。その際、「こんなにおいしいミニトマトを、どのように作っているのですか？」との質問に、「愛情を持って、手をかけているから」と答えたという藤川さん。「トマトは一度病気や虫などが発生すると、取り返しがつきません。〝百姓〟は毎年一年生。少しの変化も見逃さないよう毎日ハウスに足を運び、ていねいに管理をして、組合員のみなさんにおいしいと喜ばれるミニトマトを作りたいです。栄養も愛情も満点のミニトマトを、味わってみてください」

今年は特に出来の良い、盛岡甘熟会の産直ミニトマトとトマト。９月まで取り扱い予定ですので、ぜひご利用ください。

盛岡甘熟会
２０００年に産直を開始した、盛岡市見前・猪去地区の10戸の生産者グループ。ミニトマト・トマトを中心に、きゅうり、なす、長ねぎ、白菜などを栽培しています。

「今年は４～５月に低温が続いてじっくり成長したので、特に味が濃くいい出来です」と、佐々木健治さん。

産直ミニトマトを収穫するまで

12月上旬～ 1 | 種まき

育苗用の容器に時期をずらして種をまく。

1月上旬～ 2 | 土作り・定植

有機たい肥（牛たい肥）を入れて土作りを始める。たい肥により土が柔らかくなる。２月下旬から、苗を植え付ける。

5月～ 3 | 芽かき・誘引

芽かき（脇芽を摘む）で栄養の分散を防ぐ。つるが伸びてきたら、からまないように固定する。

6月～9月 4 | 収穫

日々、完熟したものだけを収穫。ハウス内が暑くなる前、午前中に収穫を終わらせる。

5 | 出荷

ラベルには、生産者の名前も記載しています。

生産者がそれぞれパック詰めをして、その日のうちに出荷する。

辻村彩子さん、歩優（ほゆ）ちゃん
（盛岡市）

新鮮で、甘くておいしい！

盛岡甘熟会の産直ミニトマトは、味が濃く、甘くておいしい！収穫体験に参加したとき、「赤くなるまで樹で熟しているからおいしい」と聞きました。産地が近くて新鮮だし、生産者が分かるのもいいですね。

娘は野菜がちょっと苦手。でも、ピザやグラタンなど加熱したミニトマトは喜んで食べます。いろいろなバリエーションで楽しめるのも、ミニトマトの魅力です！

＼ みんなで利用しよう！ ／

店舗
産直ミニトマト・トマトは9月まで取り扱い予定
産直収穫祭［7月8日～11日］
※ベルフ魚菜市場を除く

共同購入（班・個人宅配）
産直トマトは8月1週号まで、産直ミニトマトは8月2週号まで毎週取り扱い予定

※天候の影響などで変更になる場合があります。

Present
商品プレゼント 5名様に

内容は産地におまかせください。

盛岡甘熟会の野菜詰め合わせ

ご希望の方は、「商品プレゼント係」と明記し、19ページ下の応募方法・応募先を参照の上、ご応募ください。

応募締切　8月5日(木)
当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

お届けは9月上旬ごろの予定です。

シャーベットのような氷菓子

トマトのグラニテ

材料（作りやすい分量）
トマト‥中2個(約300g)
A｛オレンジジュース……200mℓ
　｛グラニュー糖‥‥80g

作り方
❶ 小鍋にAを入れてひと煮立ちさせ、冷ます。
❷ トマトはざく切りにして、ミキサーまたはハンドブレンダーでなめらかにする。
❸ 保存袋に①と②を入れて冷凍庫で冷やす。ときどき袋を振って空気を含ませながら凍らせる。
❹ 器に盛り付けて出来上がり。
■全量 470kcal、食塩相当量0.0g

星子'S レシピ

千葉星子さん（フリーアナウンサーにして料理研究家）のオリジナルレシピ！

ミニトマトの簡単本格ピザ

材料（ピザ1枚分）
ミニトマト……100g
A｛にんにく(みじん切り)‥1/2片分
　｛塩こうじ……大さじ1
　｛こしょう……適宜
ピザ用チーズ……60g
ピザ生地(17〜20㎝)……1枚
オリーブ油・バジルの葉……各適量

作り方
❶ ミニトマトは4等分に切りボウルに入れ、Aを加えて混ぜ、15〜30分おいて全体をなじませる。
❷ ピザ生地全体にオリーブ油を塗り、①とチーズをのせる。
❸ 220℃のオーブンで約10分焼く。焼き上がったらバジルをのせる。
■全量 663kcal、食塩相当量4.8g

トマトとズッキーニ入りかに玉

「おいしいコープのレシピ」より

材料（2人分）
A コープ中華風かに玉……1袋
ズッキーニ(5㎜厚さの半月切り)
……1/4本分(50ｇ)
卵……3個　トマト(乱切り)‥1個分
ごま油‥大さじ1　水……180mℓ

作り方
❶ ボウルに卵を溶き、Aの「かに玉の素」を混ぜ合わせる。
❷ フライパンにごま油を熱し、ズッキーニを中火で炒め、焼き目が付いたらトマトを加えて炒め合わせる。
❸ ①を流し入れて大きく混ぜ合わせ、卵に火が通ったら器に盛る。
❹ Aの「あんかけの素」と水を混ぜ合わせて③のフライパンに入れ、中火にかける。とろみがついたら③にかける。
■1人分 269kcal、食塩相当量2.7g

夏野菜で トロトロそうめん

野中 直子さん（北上市）

材料（2人分）
そうめん(乾)……200g　ミニトマト‥10個
なす・きゅうり‥各1/2本　オクラ……3本
A｛醤油……大さじ1/2
　｛昆布だしの素(顆粒)……小さじ1
　｛砂糖……小さじ1/2

作り方
❶ そうめんは茹でてザルに上げ、水を切って冷まし、器に盛る。
❷ ミニトマトは1個を8つに切る。板ずりをしてサッと茹でたオクラ、なす、きゅうりはみじん切りにし、ボウルに入れる。
❸ Aを合わせて②に加えて混ぜ合わせ、①にかける。
※昆布だしの代わりに昆布茶を使ってもOK！
■1人分 386kcal、食塩相当量5.4ｇ

今日からつくれる
役立ちレシピ

ミニトマト、トマトを使った簡単メニュー

生でも加熱してもおいしい、ミニトマト&トマト。アイデアいっぱいのメニューを紹介します♪

盛岡甘熟会
佐々木 健治さん

【佐々木さんのおすすめレシピ】
湯むきトマトを一晩
めんつゆ（2倍濃縮）に漬ける

めんつゆ漬け

ふれあいの赤いエプロンプロジェクト

東日本大震災 食の支援活動

2011年から10年間、東日本大震災の復興応援事業「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」として、岩手、宮城、福島の3県で「いっしょに作って、いっしょに食べる」参加型の料理教室を実施してきた味※の素ファンデーション。いわて生協は、このプロジェクトとの共同の取り組みとして、16年より「料理サロン」を開催しています（現在はコロナ下により休止中）。

「料理に慣れていない人でも、簡単に、おいしく」「健康と栄養バランスに配慮し、お財布にもやさしく」と味の素ファンデーションが作成したレシピの中から、2品を紹介します。

※食を通じた栄養改善への貢献をめざし、16年に味の素㈱が設立。翌年、公益財団法人に認定されました。

「みんなで作って食べるのは楽しい」「栄養や調理のことが学べる」と好評の料理サロン。

18年には、料理サロン用に味の素ファンデーションより調理用具を寄贈いただきました。

ふれあいの赤いエプロン　メニュー

トマトと生姜のさっぱりスープ

ふれあいの赤いエプロン レシピより

材料（2人分）
トマト(一口大)……1/2個分
溶き卵……1/2個分
生しいたけ(薄切り)……1枚分
A｛長ねぎ(みじん切り)……15ｇ
　｛生姜(千切り)……1/2片分
B｛醤油……小さじ1
　｛鶏がらスープの素‥小さじ1/2
ごま油‥小さじ1　水‥250mℓ

作り方
❶ 鍋にごま油を熱し、Aを炒め、香りが立ってきたら生しいたけを加えて軽く炒め、水を入れる。
❷ トマトとBを加え、沸騰したら溶き卵を流し入れ、再び沸騰したら火を止め、そっと混ぜる。
■1人分 48kcal、食塩相当量0.8ｇ

トマトとアボカドの塩昆布あえ

ふれあいの赤いエプロン レシピより

材料（2人分）
A トマト・アボカド(各一口大)
……各1/2個分
B｛塩吹昆布……5ｇ
　｛ごま油……小さじ2

作り方
ボウルにAを入れ、Bを加えて全体をやさしく混ぜ合わせる。
※不足しがちなビタミン、ミネラル、食物繊維が摂れます。
■1人分 112kcal、食塩相当量0.5ｇ

HELLOコープのレシピは、いわて生協のホームページ「お料理レシピ」でご覧になれます。

特集

ともにつくる くらしと未来

いわて生協2030年ビジョン

6月9日に開催した第32回通常総代会では、いわて生協のこれから10年の計画が承認されました。今回は、震災後取り組んできた「2020年ビジョン」(2013~2020年)8年間の取り組みと、「2030年ビジョン」(2021~2030年)についてお知らせします。

「ともにつくる くらしと未来」をめざして

いわて生協 理事長
飯塚 明彦

いわて生協は、東日本大震災で受けた被害を克服した2013年、多くの組合員の話し合いをもとに「2020年ビジョン」を策定しました。以来8年間、「助けあい、支えあい、ともにつくるくらしの安心」をめざし、くらしの願いにこたえる事業・活動に取り組み、大きく前進させることができました。

いま世界でも日本でも、格差と貧困の拡大、地球環境の悪化、異常気象と食料問題など、さまざまな問題がコロナ禍でより深刻になっています。岩手県では今後、少子高齢化、過疎化により、買い物など日々のくらしに不便を感じる人・地域が広がります。

この10年、私たちは協同の力で、東日本大震災からの復興支援と「だれもが安心して暮らせる地域・社会」をめざし取り組んできました。これからの10年も、組合員の協同の力で、くらしを多彩にサポートする事業や活動をすすめ、「生協があってよかった」と多くの組合員が思える生協をめざしていきたい。そして、SDGsが掲げる「だれ一人取り残さない」世界の実現をめざし、世界の人々と力をあわせ、持続可能な地球を子どもたちに手渡すために、みんなで取り組んでいきたい——。こうした思いを込めて、「2030年ビジョン」では「ともにつくる くらしと未来」を私たちがめざすこととして掲げました。

これからの10年をめざし、ごいっしょに取り組んでいきましょう。

「2020年ビジョン」(2013~2020年度)で実現できたこと

「助けあい、支えあい、ともにつくるくらしの安心」をめざし、さまざまなくらしの願いを実現することができました。

共同購入で毎日のくらしをサポート

共同購入利用者は７万８千人に増え、世帯加入率は14.6%に。要望にこたえて夕食宅配サービスを開始し、全県に配達エリアを広げ、１日３千食をお届けしています。

4店舗をオープンし16店舗に

ベルフ八幡平、コープ花巻あうる、ベルフ北上、ベルフ魚菜市場の４店舗をオープン。電子マネーやスマホ決済などキャッシュレス決済を導入し、利便性を高めました。

セリオホールは11会館に

組合員の要望にこたえ、充実設備のセリオホールを７館新増設し11館に。年間1300件を施行し、施行地域は沿岸や県南地域にも広がりました。

「原発に依存しない事業とくらし」を拡大

風力発電の設置など再生可能エネルギー発電の電力を積極的に調達。電気小売事業「コープのでんき COCOENE」も開始し、「原発に依存しない事業とくらし」を広げました。

小規模多機能型居宅介護を開始

介護・福祉センターを移転し、小規模多機能型居宅介護を新たに開始。生涯をとおしてくらしを支える事業のつながりを実現しました。

子育て層を事業・活動でサポート

子育て応援活動「ハピママコープ」をはじめ、「はじめてばこ」「はじめて CLUB」など、子育て層のくらしをサポートする取り組みが広がりました。

みんなの募金で支援活動を継続

東日本大震災や台風など、県内被災地への支援活動を継続しました。また、いただいた支援への恩返しの意味も込めて、全国の災害支援にも取り組みました。

「高齢者見守り協定」など行政との連携を強化

高齢者見守り協定（全市町村）、包括連携協定（滝沢市）、災害物資協定（花巻市）、「いわて消防団応援の店」全店登録など、連携が広がりました。

県内世帯過半数が組合員に

みんなの仲間づくりで、組合員は26万９千人となり、世帯加入率は51％に。「県内世帯の過半数が組合員」を達成しました。

組合員数	2012年度末 21万1千人	2020年度末 26万9千人
出資金	2012年度末 74億円	2020年度末 99億円
供給高	2012年度 377億円	2020年度 446億円

2030年
ビジョン

私たちが
めざすこと

ともにつくる くらしと未来

3

1

4

2

6

5

1. 共同購入を県内に広げます　2. コープ共済でくらしの安心をお届け　3. シニア世代対象「健康づくり教室」
4.「コープの森」づくりを継続します　5. 多様化する葬儀に対応します　6. 岩手の赤ちゃんへ「はじめてばこ」

「2030年ビジョン」は、10年後の2030年にめざしたい、いわて生協の姿を描いた計画です。コロナ禍により先の変化が見通せない状況もありますが、今後の社会やくらしの変化に対応しながら、組合員のくらしの願いを実現していく計画として策定しました。

2030年ビジョン 実現に向けた3つの重点

01
私たちは、生涯をとおして組合員のくらしに役立つ生協をめざし、特に若い世代や子育て層のくらしにいっそう役立つ事業をすすめ、加入・利用・活動参加を広げます。

02
私たちは、だれもが安心して暮らせる社会と、人と人とがつながる地域づくりをめざし、組合員参画による運営とくらしの願いにそった活動をすすめます。

03
私たちは、地球環境・食・平和について学び、行動する人を広げ、持続可能な世界の実現をめざします。

いわて生協は2030年ビジョンの実現を通して
SDGs達成に貢献します

SDGsは、2015年9月の国連で採択された「持続可能な開発目標」のことで、2030年までに世界の国々が力を合わせて達成をめざす共通の目標です。SDGsは2030年までに貧困をなくし、地球環境を保護し、平和で豊かな社会の実現を呼び掛けており、生協がめざす方向と重なりあっています。いわて生協は、2030年ビジョンの実現を通してSDGsの達成に貢献します。

2030年ビジョンの実現をめざして この3年間で取り組むこと

第10次中期計画（2021～2023年度）の主な取り組みを紹介します。

ともにつくる くらし
「生協があってよかった」と多くの組合員が思える生協をめざして

- 共同購入事業は利用者8万4700人（20年度7万8千人）、夕食宅配サービスは1日3500食（20年度3千食）をめざし、1日3食分のお届けや介護食などを検討します。
- 店舗事業は、おすすめ商品を中心に満足いただける売り場づくりと、コロナ禍の家計応援として価格の引き下げに取り組みます。新店を1店舗、既存店のリニューアルや売り場改装に取り組みます。
- 葬祭事業は3会館を開設し、年間1740件の施行をめざします。遺品整理や生前整理事業を検討します。
- エネルギー事業は、コープのでんき「コエネ」の契約者1万人をめざします。新たにLPガス供給事業を開始します（22年度）。
- 安心して暮らせる地域づくりをめざし、被災地支援活動、高齢になっても地域で元気に暮らす取り組み（大人企画、健康づくり教室、コープサロン）、生活困窮者支援活動を継続します。

ともにつくる 未来
持続可能な地球を子どもたちに手渡すために

- 若い世代、子育て層のくらしをサポートします。「はじめてばこ」「はじめてCLUB」を広げ、共同購入・店舗の利用を増やします。コープ共済は、商品改定や学生総合共済の取り扱いで、若い世代の保障を切れ目なくカバーします。
- 子育て層の組合員活動への参加を広げます。子育て応援活動「ハピママコープ」を18会場（20年度14会場）をめざし県内に広げます。
- 岩手の豊かな自然、持続可能な地域・社会を子どもたちに手渡すために、環境に配慮した事業とくらしを広げます。CO_2排出量54％削減（13年度比）をめざし、節電や再生可能エネルギーの活用をすすめます。プラスチック容器包装の使用量削減と回収、事業・家庭での食品廃棄の削減、環境に配慮したコープ商品の利用拡大などに取り組みます。

第32回通常総代会を開催しました

6月9日、組合員の代表である総代500名（うち書面462名）の参加で、通常総代会を開催しました。2030年ビジョンや第10次中期計画、2021年度計画など、5つの議案はすべて賛成多数で可決・承認されました。また、すべての組合員に向けた組合員アピールを採択しました。

※通常総代会報告はホームページに掲載しています。

0・4％の出資配当を実施しました

- 2020年度の供給高は446億円（予算比103％）。コロナの影響で葬祭・福祉事業などは苦戦しましたが、共同購入事業の利用が伸長しました。また、店舗の経営改善により、最終的な剰余金（利益）は9億2千万円と、予算を大きく上回って確保することができました。
- 剰余金については、出資配当として組合員のみなさんに配分するほか、今後の経営に備えて積み立てました。出資配当は、例年0・2％としてきましたが、前年度配当ができなかった分も含め年0・4％としました。