

# HELLO コープ

いわて生協／くらしの情報誌ハローコープ

COOP  
I W A T E  
いわて生活協同組合

2018  
夏号  
No.159  
(年5回発行)

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



2~3 ページ

これいいね! ラブコープ商品

アイコープポークウインナー

「商品プレゼント」は3ページを check!



6~7 ページ

特集1

コープのでんき「COCOENE」

8~11 ページ

特集2

「助けあい、支えあい、ともにつくる  
くらしの安心」をめざして

パリッ &  
ジューシー!





**組合員とメーカーがいっしょに  
作ったウインナーです!**

「アイコープポークウインナー」は、いわちくと生協組合員がいっしょに開発した、こだわりの商品です。「肉の味がしっかりしておいしい」と、開発から24年たった今も多くのファンに愛されています。



**coop**  
ポークウインナー  
88g 本価格 **184円** (税込198円)  
220g 本価格 **369円** (税込398円)

**アイコープポークウインナーができるまで**

**1 肉挽き、調味、練り**

**2 充てん**  
練り上げた原料肉を、長さ6~7mの天然羊腸に詰め、1本11~12gでねじり、吊るす。



**3 乾燥、スモーク、ボイル**

ウインナーを吊るした台車ごとスモークハウスへ。段階的に温度を上げて乾燥させ、スモーク。その後蒸気でボイルする。



衛生管理のためウインナーには触りません

**4 冷却、カット**

一晩冷却したウインナーをカット。機械が回転することでウインナーのねじり部分が刃物ホルダーに引っかかり、切れるようになっている。



袋詰めをして完成! 生協へ



原料豚肉は岩手県産のみを使用。と畜もいわちくで行っているため、鮮度・品質ともバツグン。



スモークに使うチップ。いわちくでは、色づきが良く、肉系との相性もよいブナの木チップを使用。

「アイコープポークウインナー」の開発に携わった24年前のことを、今でもよく覚えています。組合員さんの要望は、「発色剤や保存料は使わずに」「肉の味・食感をしっかりと出して」といったものから、「お弁当に使うことが多いからサイズは小さくして、本数を多く」と主婦ならではのものまで、さまざま。その熱意に驚きました。



(株)いわちく(紫波町) 商品開発課 課長 田村 誠さん

「アイコープポークウインナー」を製造するいわちくの田村さんに、商品の特長をお聞きしました。

**組合員の思いにこたえたい**

肉の食感をよくする結着剤を使わないので、組合員さんが納得できる食感が出せず、何度も試作を重ね苦労しました。「組合員さんの思いにこたえたい」とこだわり、ようやく作り上げました。だからこそ、今でも多くの組合員さんに愛され利用していただいていると思います。

**アイコープ商品は その日の最初に製造**

アイコープのウインナーは、一般的に使われる発色剤を使っていません。混入を防ぐため、アイコープ商品の製造はその日の朝一番と決めています。

ウインナー作りは、肉の温度管理が重要です。10℃を超えるとタンパク質の変性が始まり、肉どうしの結着性が低下し、品質の悪化にもつながります。肉を練る工程は熱を帯びてしまうため、温度を下げるために細かく砕いた水を入れて調整しますが、一度に入れすぎると粘りが失われ食感が悪くなります。練る時間と氷の投入量を季節や天候に合わせて見極める、熟練の技が必要となります。

スモークやボイルの工程も、湿

度や外気温を見ながら微調整します。こうして約半日で加熱までの工程を終え、一晩冷却。翌日の袋詰め工程も、アイコープ商品を朝一番に行います。

**おいしい商品を届けたい**

ウインナーは煮ても焼いても、揚げてもおいしく、一年中どんな料理にも使えます。アイコープポークウインナーは、肉本来のおいしさが味わえる自慢の商品です。私たちが組合員さんといっしょに、心を込めて作ったウインナーを、ぜひご利用ください。

**子どもたちの食べっぷりが違います!**



戸塚 宏美さん(紫波町)

3年前、生協のイベントで初めてアイコープポークウインナーを食べました。それまでウインナーが苦手だった娘が「おいしい!」とパクパク食べて驚きました。お肉の味やジューシーさが、それまで食べていたものと全く違い、親子でお気に入りの商品に。発色剤を使っていないのもいいですね。この商品に出会えて本当に良かったです。

**いわちく製造のアイコープの加工肉**

どれも岩手県産の肉を使い、発色剤は使わず作っています。

 <b>coop</b> あらびきポークロングウインナー 140g 本価格 <b>276円</b> (税込298円)	 <b>coop</b> チキン&ポークウインナー 98g 本価格 <b>184円</b> (税込198円)
 <b>coop</b> ゴトウさくらのウインナー 100g 本価格 <b>218円</b> (税込235円)	 <b>coop</b> パラベーコン 60g 本価格 <b>184円</b> (税込198円)
 <b>coop</b> 焼豚 60g 本価格 <b>184円</b> (税込198円)	 <b>coop</b> 焼豚ブロック 185g 本価格 <b>462円</b> (税込498円)

**Present 商品プレゼント5名様に**



**いわちく製造のアイコープの商品 (2,000円相当)**  
 ご希望の方は「商品プレゼント係」と明記し、17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(日)**  
 当選結果は商品の発送をもってかえさせていただきます。

暑さに負けずに  
パワーアップ!



### ベーコンねぎ餅

長谷川みつ子さん(盛岡市)

#### 材料(2人分)

ベーコン ……2枚      サラダ油 ……小さじ2  
 長ねぎ ……1/2本      削り節 ……適量  
 切り餅 ……2個      醤油 ……小さじ1

#### 作り方

- ①ベーコンは5mm幅に、長ねぎは斜め薄切りにする。
  - ②フライパンに油をひき、ベーコンと長ねぎを広げて餅をのせて蓋をし、弱火で蒸し焼きにする。
  - ③餅が柔らかくなったら器に盛り、削り節、醤油をかけて出来上がり。
- 1人分 231kcal、食塩相当量 0.3g



食欲がなくても、  
これならOK!

### 焼豚の炊き込みご飯

佐々木栄子さん(矢巾町)

#### 材料(4人分)

米 ……2合      舞茸 ……1/4パック  
 焼豚ブロック ……70g      椎茸 ……4枚  
 人参・ごぼう ……各5cm      めんつゆ(4倍) ……大さじ2

#### 作り方

- ①焼豚は5mm角に、野菜ときこのは小さく切る。
  - ②炊飯器に研いだ米とめんつゆを入れ、2合の目盛りまで水を加える。
  - ③①をのせて、普通に炊き上げる。
- 1人分 317kcal、食塩相当量 1.6g



ビールがすすむ一品です!

生姜の風味で  
さっぱりと!

### 簡単サラダ

藤原祐三さん(盛岡市)

#### 材料(2人分)

春雨 ……40g      A(ぼん酢 ……大さじ3  
 きゅうり ……1本      おろし生姜 ……適量  
 ベーコン ……4枚

#### 作り方

- ①春雨は茹でて冷水に取ったら水気を切り、食べやすい長さに切る。きゅうりは千切りにする。
  - ②ベーコンは5mm幅に切り、フライパンで軽く炒める。
  - ③①②とAを和え、器に盛る。
- 1人分 201kcal、食塩相当量 0.8g

### ウィンナー入り揚げ餃子

佐藤真理さん(奥州市)

#### 材料(4人分)

ウィンナー ……8本      アイコープ餃子の皮 ……24枚  
 ベビーチーズ ……6個      揚げ油 ……適量

#### 作り方

- ①ウィンナーは1本を3等分の長さに、ベビーチーズは1個を8等分に切る。
  - ②餃子の皮に①のウィンナー1切れとチーズ2切れをのせ、皮のふちに水をつけ、しっかり包む。
  - ③②を油で揚げる。
- 1人分 253kcal、食塩相当量 0.6g



ウインナーやベーコン、  
焼豚を使ったメニュー  
子ども大人も、みんなが笑顔に。  
アイデア料理が集まりました!



### 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!

### コロコロ冷製パスタ

#### 材料(2人分)

焼豚ブロック ……1/2個  
 トマト ……1個  
 きゅうり ……1/2本  
 アボカド ……1/2個  
 パスタ(細めのもの) ……160g  
 アイコープだしたっぷりつゆ ……大さじ3  
 コー野菜たっぷり和風ドレッシング 大さじ2  
 レモン・ブロッコリースプラウト ……各適宜

#### 作り方

- ①焼豚ときゅうりは1cmの角切り、トマトとアボカドは1.5cmの角切りにする。
  - ②パスタを袋の表示通りに茹でたら冷水でしっかりと冷やし、水気を切る。
  - ③ボウルに②と①を入れ、つゆとドレッシングをからめる。
  - ④器に盛り付け、レモンとブロッコリースプラウトを飾ったら出来上がり。
- 1人分 476kcal、食塩相当量 3.8g



つゆとドレッシングで  
パツパツと味付け♪

### 募集 小松菜・ブロッコリーを使った料理

次号(9月発行予定)に掲載します。料理名・分量・作り方、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を明記の上、いわて生協広報室(あて先は17ページ下を参照)へお送りください。掲載の方には薄謝進呈(500円相当)。

締切  
8月5日(日)

過去に紹介したレシピは、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。



### ねぎ&チャーシュー

中島靖子さん(滝沢市)

#### 材料(2人分)

焼豚スライス 1パック      ごま油 ……小さじ1  
 長ねぎ ……1本      糸唐辛子 ……適宜

#### 作り方

- ①焼豚は5mm幅に、長ねぎは縦に千切りにする。
  - ②フライパンにごま油を入れて長ねぎを炒め、焼豚を加えて軽く炒める。
  - ③器に盛り、あれば糸唐辛子をのせる。
- ※大人用にはラー油を加えて。ご飯にのせても◎。  
 ■1人分 75kcal、食塩相当量 0.5g



冷や飯のトッピングにも  
おすすめ♪

コープのでんき **COCOENE** 選べる2つのプラン //

**未来にやさしい**  
ソフトでんき

再生可能エネルギー **75%**  
※2017年度計画値

- 青森、秋田、岩手、山形、福島(予定)など東北各地でつくられる、いわば地産地消の電気も含まれています。
- 電気料金は、毎月平均120kWh以上使用の場合、毎月100円程度高くなります。  
※東北電力株「従量電灯Bプラン」との比較。料金は環境変化などの理由で見直される場合があります。

ソフトでんきは、(株)地球クラブ(日本生協連の子会社)が電気を供給します。

**くらしにやさしい**  
コスパでんき

再生可能エネルギー **17%**  
※2017年度計画値

- 再生可能エネルギーのほか、火力などでつくられる電気を供給します。再生可能エネルギーの構成比は、東北電力(2016年度実績13%)よりも高い電気です。
- 電気料金は、毎月平均300kWh使用の場合、年間約2,000円安くなります。  
※東北電力株「従量電灯Bプラン」との比較。料金は環境変化などの理由で見直される場合があります。

コスパでんきは、(株)コープでんき東北(コープ東北の子会社)が電気を供給します。

コープのでんき **COCOENE** 3つのポイント

**1** 手続きは **カンタン**

「ココエネ」への切り替え手続きは、生協へのお申し込みだけでOK。現在契約中の電力会社への解約手続きや、切り替え費用もありません。

※いわて生協の組合員でない方は、組合員加入の手続きが必要です。

**2** 料金試算で **プレゼント**

まずは、コープのでんきに切り替えた場合の試算だけでもどうぞ。検針票(または検針ハガキ)を提出いただくと、コープティッシュ5箱をプレゼント!

**3** 契約すると **さらにおトク**

ご契約の方には、1,000円分のコープ商品券・共同購入商品値引券、または配達灯油10ℓ値引券のいずれか1つをプレゼント。さらに、**生協の配達灯油が1ℓ当たり1円引き**になる特典があります。

**COCOENE** Q & A

**Q.** アパートやマンションでも利用できますか?

**A.** 個人で直接東北電力株と契約している場合は、ココエネに変更することができます。

**Q.** 太陽光発電の売電をしても利用できますか?

**A.** 電気売却の契約はそのまま、電気の使用(購入)契約だけをココエネに切り替えることができます。

**Q.** 新しい電気で停電が増えませんか?

**A.** 電気の品質・信頼性は変わりません。「ココエネ」は、今までどおり東北電力株の送配電ネットワークで電気をお届けします。電気を送るしくみは今までどおりなので、停電が増えることもありません。

[コープのでんき「COCOENE」のお申し込み・お問い合わせ]

いわて生協電気センター  
お電話 ☎ **0120-879-300**  
(月曜～金曜 9時～18時)

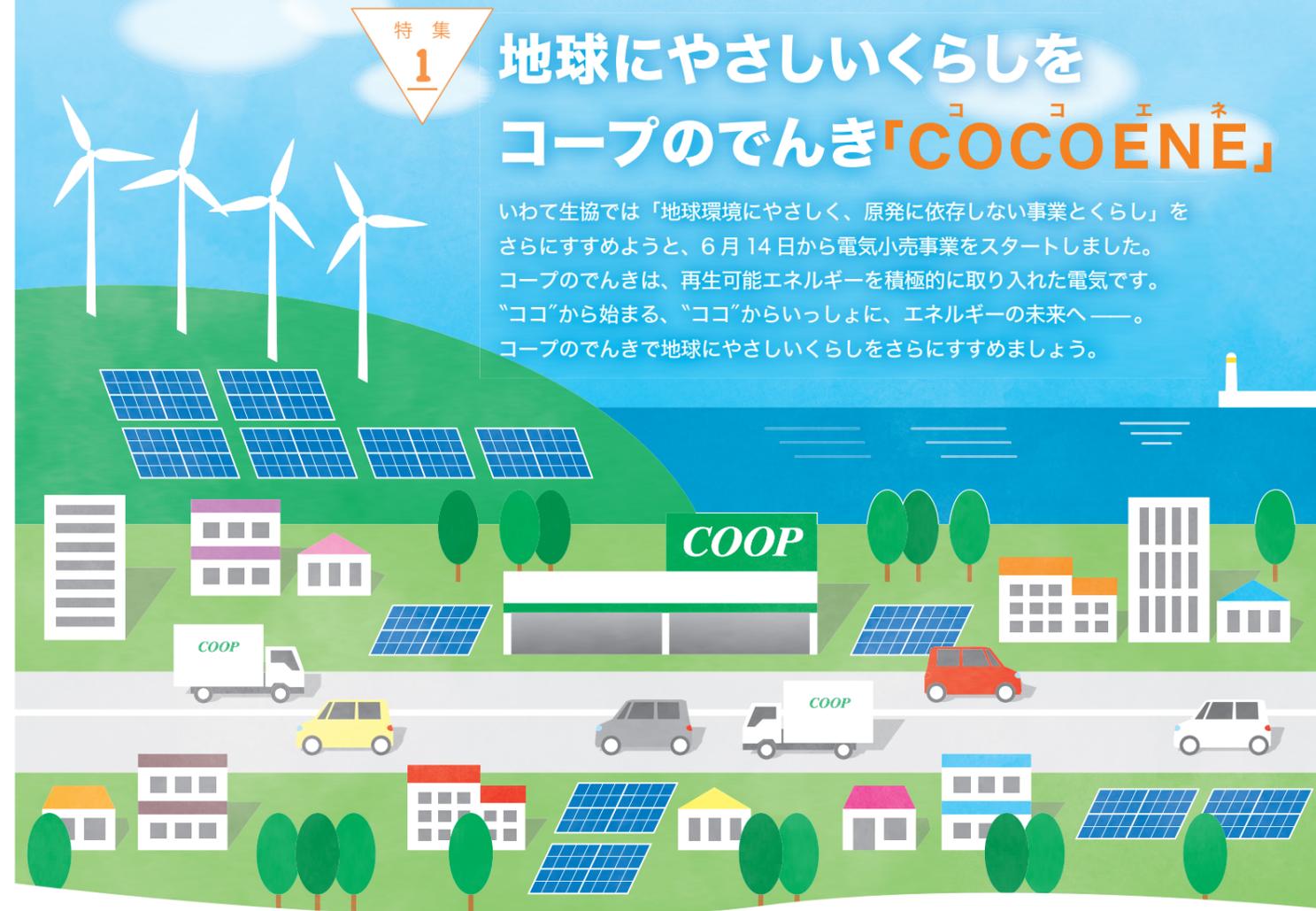
WEB 料金シミュレーションや資料請求も  
ココエネ

共同購入店舗 共同購入地域担当  
店舗サービスカウンター

特集 **1**

地球にやさしいくらしを  
コープのでんき「COCOENE」

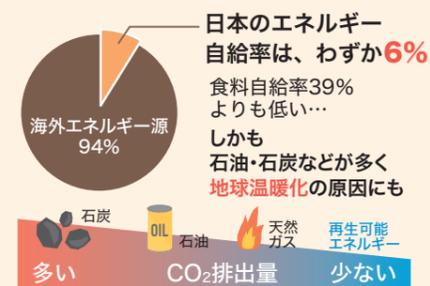
いわて生協では「地球環境にやさしく、原発に依存しない事業とくらし」をさらにすすめようと、6月14日から電気小売事業をスタートしました。コープのでんきは、再生可能エネルギーを積極的に取り入れた電気です。「ココ」から始まる、「ココ」からいっしょに、エネルギーの未来へ——。コープのでんきで地球にやさしいくらしをさらにすすめましょう。



地球環境を守り、原発に依存しないくらしづくりの一步に

いわて生協は、2011年の原発事故以降、「原発に依存しない事業とくらし」をめざして取り組んできました。節電や省エネ、太陽光発電や風力発電の建設、木質バイオマス発電への参加をすすめ、17年度はいわて生協で使用した電力の111%相当を、再生可能エネルギーでまかなうことができました。この取り組みをさらに広げ、「環境にやさしい電気を利用したい」という組合員みなさんの願いにこたえ、この6月から電気小売事業をスタートしました。

コープのでんき「ココエネ」は、再生可能エネルギーを積極的に取り入れた電気です。利用することで、地球温暖化の要因であるCO<sub>2</sub>削減と、原発に依存しないくらしに貢献することができます。また、日本のエネルギー自給率の向上にもつながります。未来のために、地球にやさしいくらしをもう一歩前にすすめてまいります。



再生可能エネルギーは、CO<sub>2</sub>排出量が少なく、エネルギー自給率の向上にもつながります。



いわて生協の再生可能エネルギー



いわて生協理事長 飯塚 明彦



## 高齢者支援

### 高齢者見守り協定を 全市町村と締結

岩手県内全33市町村との協定締結が完了しました。配達時の異変への対応は5年間で83件となりました。



### 夕食宅配サービス 1日2,100食の利用に

利用者の要望にこたえて、冷凍品や生野菜サラダの取り扱いを開始。18市町で1日2,132食の利用に広がりました。



### コープ商品・産直品 82億円の利用に

アイコープ商品・産直品、コープ商品の利用が合わせて82億2千万円となり、前年より1億7千万円増えました。



### アイコープ・アイスタイル 商品5品目を開発・改善

県産・国産の原料にこだわった、いわて生協オリジナルのアイコープ・アイスタイル商品3品を開発、2品を改善しました。



## 環境・被災地支援など

### 事業で使用する再生可能 エネルギーを拡大

花巻バイオマス発電への参加で、いわて生協が事業で使用する電力の111%相当を再生可能エネルギーで確保できました。



### 電子マネー付組合員カード 「アイコープ・カード」開始

要望にこたえて、電子マネー付組合員カードを導入しました。1万人以上が申し込み、「レジが早くなった」と好評です。



身近に生協があり助かっています  
年を重ね、自分で難しくなってきたくらしの様々なことを「コープくらしの助け合いの会」や介護福祉事業などに助けてもらっています。身近に生協があり、商品・お弁当の宅配や地域の専門業者の斡旋、集まりの場「ふれあいお茶っこ会」など、その取り組みが幅広く、「生協なら」と安心して利用することが出来ます。



村田 守さん  
(盛岡市)

### 小規模多機能型居宅介護 あい長橋町 開所

広がる介護ニーズに答えようと、3月末に事業を開始。内覧会では「いつかここを利用したい」と大変好評でした。



## 地産地消

私たちの意見で完成！  
水沢コープの組合員8人で「アイコープごはんが美味しいいわての五穀」の開発に参加。五つの雑穀の配合を決めるため、試食とアンケート、そして試作品の試食を繰り返し、納得できる商品が完成しました。「意見が本当に生かされるのかな？」と不安もありましたが、商品ができて「生協ってすごい！」と思いました。



家子さゆりさん  
(奥州市)



### 被災地に寄り添った 支援活動を継続

東日本大震災で被災した沿岸地域と、台風10号の被災地岩泉町へ、ニーズにそった支援活動を継続しました。



### 核兵器のない、 平和な世界をめざして

「ヒバクシャ国際署名」9万3千筆、「平和憲法・9条を守る全国3千万人署名」2万筆など、積極的に取り組みました。



## いわて生協第29回通常総代会報告

# 助けあい、支えあい、 ともにつくるくらしの安心をめざして

6月13日、組合員の代表454人が参加し、第29回通常総代会を開催しました。2017年度の事業・活動のまとめや2018年度計画などについて討議し、圧倒的な賛成で承認されました。今回の特集では、通常総代会で確認された内容をお知らせします。組合員の協力の力で、だれもが安心して暮らせる社会・地域づくりをさらにすすめていきましょう。



## 2017年度 実現 できたこと

「第8次中期計画(2016～18年度)」の2年目として、計画にそってたくさんの方の暮らしの願いを実現しました。

ハビママコープ人気企画のひとつ「ベビーマッサージ」。生まれてきてくれてありがとう」と赤ちゃんをぎゅっ。

## 子育て支援

### 大変な時期を 支えてもらいました

3年前、個人宅配でチラシを見て「ハビママコープ」に参加。私から離れなかった娘も、次第に慣れてほかの子と遊んだり、「ハビママコープ」は親子で楽しい時間になりました。ふだん親子だけの時間が長い分、毎回おしゃべりやイベントでホッとできました。また、個人宅配も買い物が大変な時期は本当に助かりました。今もカタログならではの商品が魅力で利用しています。たくさんお世話になった分お役に立てたらと、今春からハビママコープでスタッフをしています。ママが元気になって、子どもも元気になれる。今度はそのお手伝いをしたいと思っています。



ハビママスタッフ  
伊藤久里子さん  
(盛岡市)

### 個人宅配「子育てサポート」 5千人が利用

母子手帳発行～満6歳の子育て世帯が対象の個人宅配サポート制度は、5,256人が利用。冷凍離乳食「コープのきらきらステップ」も毎週取り扱い、好評です。



### 子育て世代の願いにそった 活動に4千人が参加

乳幼児親子対象の「ハビママコープ」を10会場で開催。子育て世代の活動への参加は、のべ4千人に広がりました。



**共同購入事業**  
魅力ある事業への改革をす  
め、事業を広げます。

- 共同購入は1万2500人の仲  
間づくりで、7万6千人の利用を  
めざします。夕食宅配は1日  
2400食の利用をめざします。
- コープ東北チラシセットセン  
ター稼動(9月)により、チラシ  
注文書の個別袋セットをスター  
トします。



**店舗事業**  
組合員に満足いただける「地域  
一番店」づくりをすすめます。

- 「くらし提案型売場づくり」「組  
合員に喜んでいただける店づく  
り」をすすめます。
- 4月27日にオープンしたベルフ  
北上を軌道にのせます。



**商品事業、共済、葬祭、  
介護・福祉**

- アイコープ・アイススタイル商品  
は5品目の開発、8品目の改善  
に取り組みます。
- 多くの県民がコープ共済を知っ  
ている状況をめざし、11万1千  
件の契約をめざします。
- 新たにセリオホールを奥州市水  
沢、矢巾町に開設します。セリ  
オホール緑が丘を増設します。
- 新たにスタートした小規模多機  
能型居宅介護事業を軌道にのせ、  
介護事業の利用者を増やします。



**セリオ開設が待ち遠しいです**

私たち組合  
員の声がか  
かれたセリ  
オは、費用が明  
瞭で対応もよく、安心して利用できま  
す。実際に利用した方も「とてもよ  
かった」と話していました。



矢巾にホールができるとうれしいのは  
もちろん、弔事でわからないことを相  
談できるなど、日ごろから頼りにでき  
ますね。

**環境の取り組み**

CO<sub>2</sub>削減と「原発に依存しない事  
業とくらし」をめざし取り組みます。

- 組合員向け電気小売事業「ココ  
エネ」をスタートします。(詳しく  
は6・7ページ)
- 回収率が38%と低いトレイを中心  
に、リサイクル  
回収量を増や  
します。レジ  
袋を使わない  
取り組みも広  
げます。



**東日本大震災・台風10号  
被災地への支援活動**

震災を風化させず、多くの組合員  
で取り組みましょう。

- 買い物支援として、移動店舗「こ  
ちゃん号」、宮古市・山田町の無  
料お買い物バスなどを継続します。
- なりわいづくり支援として、被  
災地のメーカー・生産者の商品  
の利用拡大、被災地のグループ  
や福祉作業所の手づくり品の販  
売支援に引き続き取り組みます。

**通常総代会での意見と  
理事会からの回答**

6月13日に開催された第29回通常  
総代会では、議案について活発な討  
議が交わされました。意見と理事會  
からの回答を一部紹介します。



5つの議案すべてが圧倒的な賛成で承認されました。

**意見**

震災から7年以上が経ち、ようやく当  
時の体験を話せるようになった方がい  
ます。引き続き、被災地に寄り添った  
支援をお願いします。

**回答**

岩手大学が大槌町の仮設住宅で行った  
調査では、「気持ち平穩になりつつあ  
る」という方が28%、一方「かえって  
さびしくなっている」という方も28%  
でした。心の復興はむしろこれからだ  
と感じます。

仮設住宅でのふれあいサロンは、要望  
があるうちは最後のお一人が退去する  
まで継続します。今は内陸からもボラ  
ンティアが伺っていますが、沿岸のボ  
ランティアを増やし、できる限り災害  
公営住宅や地域でも開催していきたい  
と思います。



会場には、3月11日に店舗で各コープで取り組んだ「震  
災を忘れないハートのタペストリー」が展示されました。

**意見**

リサイクルのルールをわかりやすくア  
ピールしてください。

**回答**

また、震災を風化させない活動もま  
ます大切になっています。被災地応援  
ツアーや募金への参加、被災地の商品  
利用など、一人ひとりができる支援に、  
ご一緒に取り組んでまいりましょう。

17年度から、卵パック、紙パック、ト  
レイの100%回収をめざして取り組  
みをスタートし、ルールを含めてリサ  
イクルのご案内を強化しました。その  
結果、いずれも回収量が増えましたが、  
トレイは回収率38%にとどまっていま  
す。この間トレイの回収ルールへの質  
問が多かったことから、店舗リサイク  
ルコーナーでの表示を改善しました。今  
年度もリサイクルの取り組みが広がる  
よう、取り組んでまいります。

**今後2年間の役員を決定しました**

2年の任期満了に伴い、事業・運動の  
執行にあたる役員の改選を行い、理事  
29名(1名増)、監事5名を選出しまし  
た。総代会後に第1回理事会を行い、理  
事長に飯塚明彦、副理事長に内澤祥子、  
専務理事に金子敏明を再選しました。

**2017年度は黒字決算に**

供給高は412億4,729万円(予算比101%)となり、初  
めて400億円を超えました。減損処理額が予算より少  
なく抑えられたため、当期末処分剰余金は3億7,596万円  
(予算比203%)を確保することができました。

黒字決算となりましたので、6年連続で出  
資配当(0.2%)を実施しました。また今後の  
経営の安定に備えて積み立てました。

6月中旬、組合員全員に出資金残高のご案内ハガキを  
お送りしました。お手元に届いていない方は経理チ  
ーム(019-687-1341)までお問い合わせください。



**組合員アピール**

通常総代会ですべての組合員に向けた  
アピールを採択しました。

平和やくらしが脅かされる中で、「助けあい、支えあい、ともにつくるく  
らしの安心」をめざして、組合員と常勤者の協力の力で次の3つに取  
り組みましょう。

- 1 2018年度計画を着実にすすめていきましょう。
- 2 震災を風化させず、被災地のくらしを支え、支援活動を続けて  
いきましょう。
- 3 「だれもが安心して暮らせる地域・社会」の実現に向けて、平和・  
くらし・食の学習と取り組みを広げましょう。

「組合員アピール」全文と、「平和憲法・9条を守り、自衛隊に海外での武力  
行使をさせないことを求める決議」は、ホームページでご覧いただけます。

いわて生協 29総代会 検索