

コープしがは、環境マネジメントシステム ISO 14001の認証を取得しています。



コープでつくる私のくらし

スパイラル

「スパイラル」は波紋・風を表現し、自然や世界とともに成長する「進化の軌跡」・「求心と拡大」の願いが込められています。

生活協同組合コープしが
http://www.pak2.com/

P4 **だからうれしい!**

実をとるなら、このシリーズ。

CO・OPブランドの化粧品



生まれて30年
お肌ぴちぴち

P2 **特集**
あなたの「困った!」をお手伝いします。
～「ささえあいサポート」活動～

P12 **コープしがホットピック**
食品表示のルール
～あまり知られていない約束事～

P16 **ぐるっと湖国**
電車に乗ってぐるっと琵琶湖一周

4 2007 APR No.165

コープでつくる私のくらし
スパイラル
4 2007 APR No.165

発行責任者/理事長 中出 浩 生活協同組合コープしが
〒520-2951 滋賀県野洲市高波甲972
☎(077) 586-4839 ㊚(077) 586-4840

ぐるっと湖国

二〇〇六年十月に、北部に残されていたJRの交流電化区間が直流通電となり、京阪神から新快速電車の直通運転が始まりました。うらかな一日、電車に乗って琵琶湖を一周してみました。

比良駅のホームは眺望絶佳
石山を出発して、途中の駅で降りてホームから琵琶湖を眺めながらの、のんびり旅。比良駅のホームからは琵琶湖と比良山系の両方が眺められます。約二時間かかって近江舞子に。近江舞子からは新快速敦賀行きに乗り

電車に乗ってぐるっと琵琶湖一周



通称田村山から撮影した新快速姫路行き電車

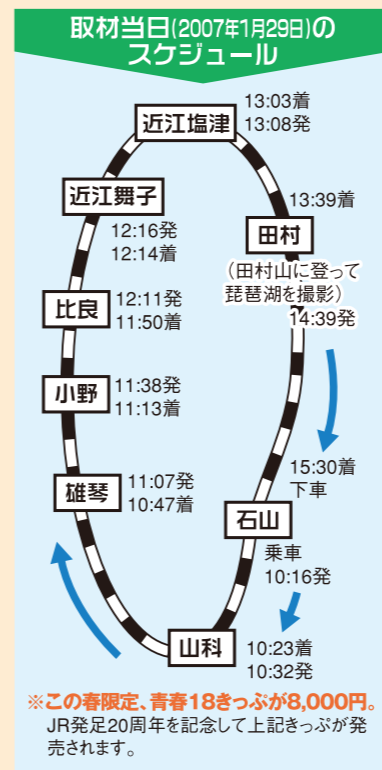


小野駅からみた琵琶湖大橋

換えて北上しました。

塩津は歴史の町
近江塩津で長浜方面へ乗り換ええます。塩津はかつて琵琶湖上交通の要衝として栄えた港。歴史を訪ねて散策するのも楽しそうですね。

お得な旅はいかが
青春十八切符は、全国のJRの普通列車の普通席が一日乗り放題の切符で、春・夏・冬の三回発売されます。春は三月一日か



比良駅ホームから眺める琵琶湖



比良駅ホームから眺める比良山系

から四月十日まで通用。五日間乗車できて一万一千五百円です(五人で一日乗つてもよい)。途中で何回でも下車できるのでお得です。琵琶湖一周に挑戦したい方は二百八十円で一周できる裏技があります。ただし途中の駅で改札口を出ることはできません。例えば、石山から瀬田までの切符を買って、石山―山科―(湖西線経由)―近江塩津―(北陸本線・東海道線経由)瀬田まで行きま

す。瀬田で下車し、改めて瀬田―石山間の切符を購入します。石山―瀬田間百四十円。瀬田―石山間百四十円。計二百八十円で琵琶湖一周の旅ができることになり。のどかな春の日、ほんやり琵琶湖を眺めるためだけに電車に乗るのもいいですよ。

(club spiral 奥田)

あなたの「困った!」を お手伝いします。

～「ささえあいサポート」活動～

北大津センター配送エリア(大津市北部) だけだった「ささえあいサポート」活動が、2月から大津市全域と南草津センター配送エリア(草津市の草津川以南)へ広がりました。

「助けてもらって本当にありがとう」「そう言ってもらえるのが何よりうれしい」——そんな言葉が行き交う助け合いの輪に、あなたも加わってみませんか?



家具移動の依頼を、力自慢の男性二人がサポート。



大型ゴミを搬出して欲しいという高齢者の依頼に、嫁舅コンビのサポーターが活躍。

「ありがとう」は、本当にうれしい言葉。

サポーター 山本和佐さん(大津市)

特技というわけではなく、庭の草取りや掃除など、主婦のできることを登録しました。実際のサポートは、あるお宅の掃除に、月2回半年ほど続けて通いました。ときどきしましたが、行くのは素人とコーディネーターさんがあらかじめ言うてくれたし、初回は同行してくれたので安心しました。依頼の方が用具を用意してくれて、それ以外もとても気遣ってくれました。「ありがとう」と言われたのが、何よりうれしかったです。自分が役に立てて本当に良かったと思います。

窓の掃除

窓掃除をお願いしました。今日は本当にありがたかったです。病気の治療と仕事で家事が満足にこなせず、ストレスがたまっておりまして。特に窓ガラスの汚れやサッシの汚れがいつもできず困っていたところ、この制度がチラシに入っていてさっそく助けていただきました。久しぶりにくもりのないガラスを外を見て、来ていただいたサポーターさんに感謝しています。

年末年始、家族の留守中おはあちゃんをみてほしい

年末年始という無理なお願いをさせていただけにもかわらず、快くお引き受けいただき感謝しております。サポートに入っていた方もたいへん親切にしてください、母も喜んでおりました。毎年、一人でお正月を過ごすことになる母にとつて、今年はお当に助かりました。ありがとうございました。

せつば詰まった「助けて!」から、「人には些細でも私には大切だから!」まで、依頼はさまざま。緊急度にかかわらず、サポーターを探します。では実際にはどんな活動なのでしょう? サポートを受けた依頼者のみなさんからの便りを紹介します。
*写真と本文は関係ありません

旅行中の草花の水やり



夫婦でサポーター登録をされているお二人。草取りサポートで活動しました。

暑い中、丁寧に作業(水まき)をして



庭木の剪定で高枝をはらう男性サポーター

いただいたようで、ありがとうございます。以前、留守中にハンギングや鉢植えの花を枯らしてしまつたこともあり、今回の外出の計画も「庭の水まき」ただ一点について悩んでおりました。そんな時にこの「ささえあいサポート」を知り、助けていただきました。このような活動がある地域に暮らしていることを嬉しく思います。

夫が突然入院、病院に付き添う間、家にいるネコのお世話を

突然のアクシデントにパニックになり、サポートを年末のぎりぎりにお願いしましたが、引き受けてくださり、言葉に言い表せないくらいありがたく思いました。その上電話までいただき、ありがとうございました。あたたかいつながりを今回も実感いたしました。重ねてお礼申し上げます。これからもよろしくお願いたします。

庭木の手入れ

いっしょに作業させてもらい、どう

ささえあいサポートとは

- ◇ コープしがの組合員どうしが助け合う、有償ボランティア制度です。コープしがが運営しています。
- ◇ 暮らしの中の困りごとをお聞きし、お手伝いできるサポーターをコーディネートします。
- ◇ サポーターも一組合員で、「生活者としてできること」を事前登録しています。
- ◇ 入会金・年会費・登録料などはありません。ただし、コープしがの組合員に限ります。
- ◇ ご依頼にあたっては「高齢者」「子育て中」などの制限はなく、どんなでもご利用いただけます。

活動実施地域

大津市全域、南草津センター配送エリア(草津市の草津川以南)
*二〇〇八年に県全域で実施できることを目指しています。

サポート時間と利用料金

九時～十七時 千二百円(二時間)
早朝・夜間・土日祝および介護・野外作業等 千六百円(二時間)

*この他にサポーターの交通費実費が必要です。
*料金は口座引き落としとなります。

サポートまでの流れ

- ① まずはお電話を
日常生活で「困った!」に出会ったら、「ささえあいサポート」までお電話ください。(番号は欄外に記載)
- ② コーディネーターがお話をうかがいます
いつ・どこで・どんな応援が必要なのかなどを、コーディネーター(コープしが職員)がお電話口でお聞きします。
- ③ サポーター探し
登録されている中からサポートできる方を探します。
- ④ 顔合わせ(省略の場合あり)
子育てやペットのお世話、その他必要な場合は、依頼者・サポーター・コーディネーターの三者で打ち合わせをします。
- ⑤ サポートに入ります
ご利用料金は、登録いただいた口座から引き落としとなります。

薬取りを定期的に依頼

いつもコープしががささえあいにお世話になって大助かりで感謝しております。病人のそばを離れる事ができませんので、二十分以上の外出は無理で、その上私自身も足腰の痛みが激しく鎮痛剤を飲んで生活しているような毎日。ささえあいのお世話になりました。本当に助かっています。



突然腰が痛くなり、飼い猫の世話ができないという高齢者宅をサポート。

ご利用、サポーター登録のお問い合わせは ☎ 0120-294-589 (コープしが福祉ネットワークセンター)
2007年4月現在の事業地域は大津市、草津市南部です。2008年度全県実施をめざし、順次拡大しています。
大津市を中心に実施していた「くらしすけあいの会」の援助活動は、3月20日をもって終了しました。今後は「ささえあいサポート」のご利用をお願いします。

機能と価格

写真は商品の一部です

機能 価格帯	保湿(アンチエイジング含む)	美白	自然派
4,000円 以上	セルビナ 50代からの保湿が したい方に		
3,999円 〜 3,000円	ステラマリス 30代〜40代の保湿 をしたい方に。アンチ エイジングしたい方に。	ささらぎ 40代からの美白をし たい方に。	フリーリア 30代からの植物の力 で保湿・アンチエイジ ングしたい方に。
2,999円 〜 2,000円			ソフトケア 全ての年齢・肌質の 方に。植物の力で保 湿したい方に。
1,999円 〜 1,000円	モイステイ 全ての年齢の肌の 乾燥が気になる方に。	ホワイトニング 全ての年齢・肌質の 方で美白がしたいに 方に。	アクアリティ ご家族全員で。
999円 〜 0円	コープ基礎化粧品 全ての年齢・肌質の 方に。初めて化粧品 をお使いになる方に。		

シリーズごとの特徴

医薬部外品=薬理作用(穏やかなもの)が認められた成分が含まれています。

シリーズ名	特徴
コープ基礎化粧品	発売から30年。たっぷり使えて人気のロングセラー。保湿しながら、良くなるとうる肌本来の力を引き出します。無香料・無着色・パラベン(防腐剤)無配合。
ソフトケア	宮城県栗原市で契約栽培されたヘチマのヘチマ水を、高配合。特にスキンローションの水分がヘチマ水100%です。微香性(一部無香料)・無着色・パラベン(防腐剤)無配合。
ホワイトニング	ビタミンC誘導体でメラニンの生成を抑え、日焼けによるシミ・ソバカスを防ぎます。無香料・無着色。医薬部外品。できてしまったシミに、シミを作り出す原因に、両方に効くのはビタミンCだけです。
フリーリア	国産バラから採れた、お肌のサビと言われる「活性酸素」を除去するバラエキスを配合。バラ本来の香りです。リラックスしながらスキンケア。無香料・無着色(UV除く)・パラベン(防腐剤)無配合。
ステラマリス	肌細胞の生まれる部分に働きかけ、老化・肌トラブルと戦う保湿化粧品です。医薬部外品。無香料・無着色。複雑にからみあったストレスや外的要因に負けない肌を作ります。
ささらぎ	ささらぎの為に開発された美白成分アミノールを配合したアンチエイジング世代の美白化粧品です。一部医薬部外品。無着色。日焼けによるシミ・ソバカスにお困りの方に「ぜひお使いください」と勧められる一品です。
セルビナ	50代からの高保湿化粧品。老化によるホルモン減少でハリや潤いをなくした肌に2種類のイソフラボンが「ハリ」と「ツヤ」と「潤い」をあたえます。無香料・無着色。成分由来のラベンダーの香りです。リラックスしながらスキンケア。
モイステイ	化粧品はどれを使っても同じ・・・という方に。つけた瞬間からうるおい効果が感じられる即感保湿。肌が本来持っている成分を配合し、肌なじみの良さも感じられます。肌老化の最初の原因・カサツキをすぐにケアします。スーパーヒアルロン酸、マイクロコラーゲン配合。
アクアリティ	ご家族全員でご使用いただける使用感です。ひげ剃り後にもお勧めいたします。キダチアロエを丸ごとスライスし抽出したエキスを使用していますので、一般のアロエ化粧品とは一味違います。
オリーブ	全ての年齢・肌質の方に。オリーブの実150個分のオリーブ油を使用したオリーブクレンジングオイルと、オリーブスクワランの美容オイル2品。無香料・無着色・鉱物油無配合・アレルギーテスト済み。メイクやマスカラをしっかりと落としながら、クレンジングの後はしっとりします。
プイプイ	敏感肌の方やお子様にも優しい低刺激スキンケアシリーズです。洗う・うるおす・守る・防ぐの肌のバリア機能をサポートする4ステップ。プイプイスキンケアローションはヨモギの葉約100枚分のヨモギエキス配合。無着色・無香料

コープ化粧品 <http://www.co-op.ne.jp/cosmetics/>

RB (Radiant Beauty) シリーズでメイクアップ体験ができます。

30歳代後半から、10人程度。当日の販売はありません。お問合わせ、スパイラル編集担当(小野) ☎ 0120-66-8825



RB
Radiant Beauty

3月、新シリーズ Radiant Beauty (ラディアントビューティ=まばゆいばかりの美貌)が登場。ケア機能を持ったベースメイクと使用感・色にこだわったカラーメイクを取り揃えオトナの女性を演出できるメイクアップシリーズです。

求めやすい価格、植物原料
基準は「五つのこだわり」
コープ化粧品は、「コープ
憲章 コープ化粧品5つのこ
だわり」を基準に作られています。
適正価格:「求めやすい価格」とし、余
分なコストを含めません。一般の化粧
品にありがちな宣伝やモデル代は商品
の価格にいつい含まれていないので、一
般の化粧品と比べて、品質が同等なら
ぐつと低価格です。
植物原料:植物性の原料にこだわり、
積極的に使用しています。例えばアクア
リティシリーズに使用のアロエ。三重県
伊賀の里近く、大学病院の生薬研究所
の一角に専用の畑があります。しかも
農水省指定の無農薬の畑です。
安心安全:厚生省が義務付けている基
準より厳しい自主基準を設けています。
開発参加:…開発・改善の作業段階

安全な製品を作る二重三重のしくみ
開発や改善の行程では人によるテス
トを合計四回繰り返します。参加人数
は全部で百人以上。中でも特に、三十人
以上のパッチテストはたいへん費用が高
くなるため一般には実施しない製品も多
数あるようですが、コープ化粧品では欠
かしません。これらのテストで、スキントラ
ブルの有無を徹底的に確認しています。

このような開発・改善作業の担当の
他に、「品質保証部」と「安全政策推進
室」が日本生協連にはあります。「品質
保証部」は容器なども含め、製品自体
の安全性を精査します。「安全政策推
進室」は各成分の安全性を精査し、使
用基準を作るなどしています。
コープ化粧品は、化粧品のスキントラ
ブルが相次いだ高度経済成長期、「どの
ような成分が入っているのか製品に表
示して欲しい」「肌に良いものだけを使
いたい」という声にこたえて開発されま
した。今年、誕生三十年を迎えます。誠
実な開発姿勢から生まれる製品は今で
も圧倒的な共感を呼んでいます。イン
ターネットの化粧品口コミホームページ
「アットコスメ」で上位にランキングし
た製品もあります。
イメージよりも実をとるなら、マーク
が注目です。

化粧品

カタログ「くらしのパートナー」には、たくさんの
化粧品が載っています。その中で、マークのある
ものが日本生協連のオリジナル、「コープ化粧品」
です。食品のコープ商品と同じように組合員の要
望を受けながら安全性を十分に吟味して作られ
ています。



だからうれしい!

CO-OPブランドの

実をとるなら、このシリーズ。

おうちごはん



筑前煮
カロリーと塩分を考えたレシピです

- 材料(4人分)
鶏肉(赤鶏モモ肉)190g、ニンジン1本、ジャガイモ2個、ゴボウ2本、レンコン1/4本、シイタケ4個、板こんにやく1枚、薄口しょうゆ大1、減塩しょうゆ大2、みりん大1、酒大1、砂糖、小2、だし昆布1枚、水400cc
- 作り方
1 材料を角切りし、鶏肉とこんにやくは下茹でする。他の材料はざっと油で炒る。
2 水400ccにだし昆布を入れて温め、材料と調味料を入れて、中火から弱火で25分間煮る。



管理栄養士から教わりました

九八年三月に定年退職したときは糖尿病がひどく、退職と同時に三重県の赤目養生所に入院しました。そのときに週一回管理栄養士さんの調理実習があり、最初に習った料理がこの筑前煮でした。それまで家事については縦のものを横にもしませんでしたが、退院直後から、毎日一食、基本的に昼ごはんを必ず私が担当しています。それから今日まで八年、糖尿病も完治しました。カレーや野菜炒め、焼き魚なども作りますが、この筑前煮が一番おいしくできます。妻と二人暮りですが、妻は私の味付けに「このごろ慣れてきた」と言っています。

料理 奥田 清章さん(天津市)

あなたのおうちの自慢のごはんをご紹介します!
料理名とレシピ、簡単なエピソードを書いて、スパイラル編集事務局(宛先は14ページをご覧ください)へ送ってください。後日、電話インタビューをさせていただきますので、お名前と連絡先をご記入ください。採用させていただいた場合は粗品を進呈します。

もったいない

生計費モニターの声



★今まで予算立てては袋分けしていません。今回モニターになるにあたり、あえて袋わけはせず必要な分だけにした。かなり使っていることが実感できました。来月はもう少し締めていこうと思います。(三十四歳)

★子どもが生まれてから忙しかったため、家計簿を付けるのを中断してしまいました。でも久しぶりに付けてみてビックリ!! なんとかしないと貯金どころか破産してしまいそうです。今月は半月ほど、実家にかえていたため特殊な月になってしまいました。来月からは黒字になるよう努力します。(二十六歳)

★初めて生協の家計簿に挑戦しました。他の家計簿と少し違うところもあり間違えたりもしましたが、毎日少しずつやっていけると後々大変だなあと感じました。(三十三歳)

★ある特定の食品だけで健康になつたり、やせたりするわけではない。やはりバランスよく食へてこそである。身体にとって安全・安心な食の提供を続けていたただけるよう、生協さんも頑張ってくださいね。(三十三歳)

節約のヒント

健康な体をつくるためには毎日の食事がとても大切です。家族が病気をせず、医療費が減ったとの声も度々届いています。サプリメントはあくまでも補助的なもの。旬の食材を選んで、心豊かな食卓を演出してはいかがでしょうか。春野菜がたくさん出回る季節になりました。新鮮な野菜でビタミンを摂り、冬に疲れた体をいたわしましょう。

ささえあいサポート

おもちゃの相談会

～福祉ネットワークセンター ゆめふうせん～
おもちゃは壊れたら捨てる!のではなく、直せばまた遊べるというおもろさ。物を大切にすることを子どもたちに伝えていきたい。おもちゃの修理に取り組んでおられる旗瀬昌平さん。旗瀬さんはサポーターとして活躍されています。
参加者は全員お子さん連れで、壊れたおもちゃが旗瀬さんの手で直っていく場面を一緒に見ました。

二人の娘さんを連れてメルちゃん人形を持ってこられたお母さんは、人形の髪の毛がとれてしまっていて困っていると相談。手芸用ボンドを隙間に塗って、丁寧に髪の毛をとめていける姿を見て、「子どもにも修理するところを見せて、物の大切さを教えていきたい」とおっしゃっていました。お金を出せばなんでも買える世の中ですが、旗瀬さんの姿から、お金で買えない大切なものをいっただきました。

ささえあいサポートのお問い合わせは コープしが福祉ネットワークセンターまで
0120-294-589 受付は月～金曜 9:00～17:30まで
FAX 077-574-1570 Eメール fukushi@coop-shiga.or.jp



4月に小学校1年生になられるお子さまへ
小物袋をプレゼントします。(お申込みは不要です。)

すでに「たすけあい」共済に加入されている新1年生のお子さまに、お祝いの気持ちをこめてプレゼントをお届けします。
※3月26日からお配りする予定です。
※お届けする商品は写真と色・柄が異なる場合があります。ご了承くださいませ。

県内の共同作業所の方々に作っていただいたものです。

共済金請求や内容についてのお問い合わせは、コープ共済センター
0120-66-3315 受付は月～土曜日 9:00～18:00まで

くらしの安心

高齢者を狙う様々な手口

■経済的な不安
小豆の先物取引を勧められた。しくみはまったくわからなかったが、「必ず上がる」「絶対もうかる」と言われ、年金収入の足しにするため購入した。不安なのでやめた。

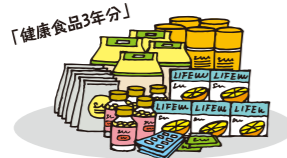
■暮らしの不安
突然雪かき業者がやってきた。雪かきができず困っていたので頼んだが、後で高額な料金を請求された。

■健康への不安
「血液がサラサラになる」という健康食品を購入した。「食べ続けることが大切」といわれ、3年分を購入した。が、いつまでたっても効果がでない。

■住まいの不安
「このままでは家が傾く」と言われ、その場で耐震工事を契約した。工事中、床下にシロアリが見つかり、シロアリ駆除の契約もすることになった。本当に必要なものだろうか?

雪かきに限らず、契約をするときは、必ず事前に料金を確認しなければなりません。一人で決めず、家族や近所の方に相談するようにしましょう。

健康食品は薬ではありません。即効性や、著しい効能を期待するのはやめましょう。また、効き目は人によって異なります。一度に大量の商品を購入するのは避けるべきです。



参考: 滋賀県立消費生活センター「くらしのかわら版」より
●対応方法がわからないときは
◎県立消費生活センター (9:15～16:00)
彦根 0749-23-0999
草津(土・日可) 077-563-7009

おうちごはん



筑前煮
カロリーと塩分を考えたレシピです

- 材料(4人分)
鶏肉(赤鶏モモ肉)190g、ニンジン1本、ジャガイモ2個、ゴボウ2本、レンコン1/4本、シイタケ4個、板こんにやく1枚、薄口しょうゆ大1、減塩しょうゆ大2、みりん大1、酒大1、砂糖、小2、だし昆布1枚、水400cc
- 作り方
1 材料を角切りし、鶏肉とこんにやくは下茹でする。他の材料はざっと油で炒る。
2 水400ccにだし昆布を入れて温め、材料と調味料を入れて、中火から弱火で25分間煮る。



管理栄養士から教わりました

九八年三月に定年退職したときは糖尿病がひどく、退職と同時に三重県の赤目養生所に入院しました。そのときに週一回管理栄養士さんの調理実習があり、最初に習った料理がこの筑前煮でした。それまで家事については縦のものを横にもしませんでしたが、退院直後から、毎日一食、基本的に昼ごはんを必ず私が担当しています。それから今日まで八年、糖尿病も完治しました。カレーや野菜炒め、焼き魚なども作りますが、この筑前煮が一番おいしくできます。妻と二人暮しですが、妻は私の味付けに「このごろ慣れてきた」と言っています。

料理 奥田 清章さん(天津市)

あなたのおうちの自慢のごはんをご紹介します!
料理名とレシピ、簡単なエピソードを書いて、スパイラル編集事務局(宛先は14ページをご覧ください)へ送ってください。後日、電話インタビューをさせていただきますので、お名前と連絡先をご記入ください。採用させていただいた場合は粗品を進呈します。

もったいない

生計費モニターの声



★今まで予算立てては袋分けにしていました。今回モニターになるにあたり、あえて袋わけはせず必要な分だけにした。かなり使っていることが実感できました。来月はもう少し締めていこうと思います。(三十四歳)

★子どもが生まれてから忙しかったため、家計簿を付けるのを中断してしまいました。でも久しぶりに付けてみてビックリ!! なんとかしないと貯金どころか破産してしまいそうです。今月は半月ほど、実家にかえていたため特殊な月になってしまいました。来月からは黒字になるよう努力します。(二十六歳)

★初めて生協の家計簿に挑戦しました。他の家計簿と少し違うところもあり間違えたりもしましたが、毎日少しずつやっていけると後々大変だなあ

〜と思いました。家を建ててから、なかなか貯金ができなかったのですが、子どもたちのためにもローンは苦しいですが頑張りたいと思います。すばり! 今年目標は「貯金」です。(二十九歳)

★ある特定の食品だけで健康になつたり、やせたりするわけではない。やはりバランスよく食へてこそである。身体にとって安全・安心な食の提供を続けていたいただけるよう、生協さんも頑張ってくださいね。(三十三歳)

節約のヒント

健康な体をつくるためには毎日の食事がとても大切です。家族が病気をせず、医療費が減ったとの声も度々届いています。サプリメントはあくまでも補助的なもの。旬の食材を選んで、心豊かな食卓を演出してはいかがでしょうか。春野菜がたくさん出回る季節になりました。新鮮な野菜でビタミンを摂り、冬に疲れた体をいたわりましょう。

ささえあいサポート

おもちゃの相談会

～福祉ネットワークセンター ゆめふうせん～
おもちゃは壊れたら捨てる!のではなく、直せばまた遊べるというおもしろさ。物を大切にすることを子どもたちに伝えていきたい。おもちゃの修理に取り組んでおられる旗瀬昌平さん。旗瀬さんはサポーターとして活躍されています。
参加者は全員お子さん連れで、壊れたおもちゃが旗瀬さんの手で直っていく場面を一緒に見っていました。

二人の娘さんを連れてメルちゃん人形を持ってこられたお母さんは、人形の髪の毛がとれてしまっていて困っていると相談。手芸用ボンドを隙間に塗って、丁寧に髪の毛をとめていかれる姿を見て、「子どもにも修理するところを見せて、物の大切さを教えていきたい」とおっしゃっていました。お金を出せばなんでも買える世の中ですが、旗瀬さんの姿から、お金で買えない大切なものをいただきました。



ささえあいサポートのお問い合わせは コープしが福祉ネットワークセンターまで
0120-294-589 受付は月～金曜 9:00～17:30まで
FAX 077-574-1570 Eメール fukushi@coop-shiga.or.jp

ありがとう
CO-OP 共済 たすけあい

4月に小学校1年生になられるお子さまへ
小物袋をプレゼントします。
(お申込みは不要です。)

すでに「たすけあい」共済に加入されている新1年生のお子さまに、お祝いの気持ちをこめてプレゼントをお届けします。
※3月26日からお配りする予定です。
※お届けする商品は写真と色・柄が異なる場合があります。ご了承くださいませ。

県内の共同作業所の方々に作っていただいたものです。



共済金請求や内容についてのお問い合わせは、コープ共済センター
0120-66-3315 受付は月～土曜日 9:00～18:00まで

くらしの安心

高齢者を狙う様々な手口

経済的な不安

小豆の先物取引を勧められた。しくみはまったくわからなかったが、「必ず上がる」「絶対もうかる」と言われ、年金収入の足しにするため購入した。不安なのでやめた。

暮らしの不安

突然雪かき業者がやってきた。雪かきができず困っていたので頼んだが、後で高額な料金を請求された。

健康への不安

「血液がサラサラになる」という健康食品を購入した。「食べ続けることが大切」といわれ、三年分を購入した。が、いつまでたっても効果がでない。



住まいの不安

「このままでは家が傾く」と言われ、その場で耐震工事を契約した。工事中、床下にシロアリが見つかり、シロアリ駆除の契約もすることになった。本当に必要なものだろうか?

しくみが複雑でリスクも高い「投資型金融商品」は、十分な知識や経験、余裕資金のない人は手を出すべきではありません! 「金利が高い」「リスクが高い」と考えてよいでしょう。

雪かきに限らず、契約をするときは、必ず事前に料金を確認しなければなりません。一人で決めずに、家族や近所の方に相談するようにしましょう。

健康食品は薬ではありません。即効性や、著しい効能を期待するのはやめましょう。また、効き目は人によって異なります。一度に大量の商品を購入するのは避けるべきです。

住まいの良し悪しを自分で判断することは不可能です。その場で決めずに十分検討するようにしましょう。近所の工務店で金額や工事の必要性を確認することも大切です。

参考: 滋賀県立消費生活センター「くらしのかわら版」より
●対応方法がわからないときは
◎県立消費生活センター (9:15～16:00)
彦根 0749-23-0999
草津(土・日可) 077-563-7009

店舗

組合員室等の使用料が変わります。

三月二十一日から、組合員室等の使用料が変わります。生協の事業や機関会議、エリア協議会やコープ委員会、また、エリア協議会が承認した実行委員会は無料で使えます。申請は貸出日の三カ月前から行えます。それ以外の場合には有料となり、申請は貸出日の2カ月前からです。申請が重なった場合は、申請者としてご相談いただきます。今回の変更は、生協の機関活動や地域の組合員活動を促進するために、「会議室・料理室等に関する貸出管理細則」が改正されたことに基づきます。組合員のみなさんのご協力をお願いいたします。

■使用料一覧

対象施設	使用可能日	使用可能時間	施設区分	使用料(円)	
				1区分	1日
生協会館(コープせぜ)	営業日	10:00-18:00	生文ホール	1000	2000
			組合員室A	300	600
			組合員B	300	600
			料理室	500	1000
			会議室A	400	800
ミニコープ富士見台	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	300	600
			会議室(炊事場有)	300	600
ミニコープ瀬田	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	300	600
			会議室(炊事場有)	300	600
ミニコープ草津	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	300	600
			会議室(炊事場有)	300	600
ミニコープ日吉台	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	300	600
			会議室(炊事場有)	300	600
ミニコープローズタウン	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	300	600
			会議室(炊事場有)	400	800
ミニコープ西大津	営業日	9:30-17:00	会議室(炊事場有)	400	800
			会議室(炊事場有)	400	800

くらし応援コープのお店

ポイント3倍デー

コープせぜのみ
3月30日(金)~4月1日(日)

ミニコープのみ
3月30日、31日(金・土)

ポイント2倍デー

4月14日(土)

全品5%オフデー

4月7日(土)/21日(土)

■使用料一覧

施設	施設使用料
生協の事業 生協の期間会議	無料
エリア主催の組合員活動	無料
コープ委員会、実行委員会の組合員活動	無料

このコーナーでは、コープしが利用しているの素朴な疑問におこたえします。日ごろ「どうして?」と思われることがありましたら、ぜひお問い合わせください。

共同購入・個配利用の組合員には商品案内書といっしょに「組合員の声」記入用紙をお届けしています。生協や商品に関するご意見・ご質問をお書きください。配送時に回答をお届けいたします。

Q できる限りたくさんの商品にカロリー表示をお願いします。

A 組合員さんからご要望の多いカロリー表示を行い、塩分表示もスタートさせました。しかし、まだ対象商品は少ないのが現状です。徐々に増やして生きたいと考えています。表示方法は「○○○kcal・食塩相当○○.〇g/個(規格は包材に合わせる)」とし、対象商品は冷凍食品、菓子、飲料など加工品を中心に考えています。引き続き充実した商品案内になるように努力していきます。



Q 配送トラックの音楽が変わりましたが、必要があったのですか?

A コープしが発足前は、配達に来たことをグループの組合員さんに案内する方法として、音楽を流していた生協と車のクラクションを鳴らしていた生協がありました。合併後に案内方法を統一することとなり、クラクションを本来の目的以外に鳴らすことは関係法令などに照らして好ましくないとの判断で、音楽を流すことにした経過があります。前の案内音楽「虹のロンド」は前身生協の一つである滋賀県東部生協が発足時より使用していたもので、約三十年使用しており、現在では音源も入手することができず、切り替えが必要でした。折しも年度末の仲間づくりキャンペーンでコープしがを広く県内にお知らせするためにラジオ広告を行うこととなり、オリジナルのCMソングを作って配達の案内音楽としても活用することにしました。オリジナルにしたのは、組合員さんに親しんでもらえるとともに、音楽テープの複製を作る際に著作権についても問題がないというメリットもあるからです。長く親しんでいただいた音楽への愛着もあると思いますが、ご理解をお願いいたします。



コープしがでは生産者や業者に、商品政策にそった商品づくりをお願いしていますが、農産品は天候などの影響を受けやすく、時に品質不良が発生することがあります。「食べられなかった」という場合は、交換や返金対応をさせていただきますので、組合員担当にお申し出ください。

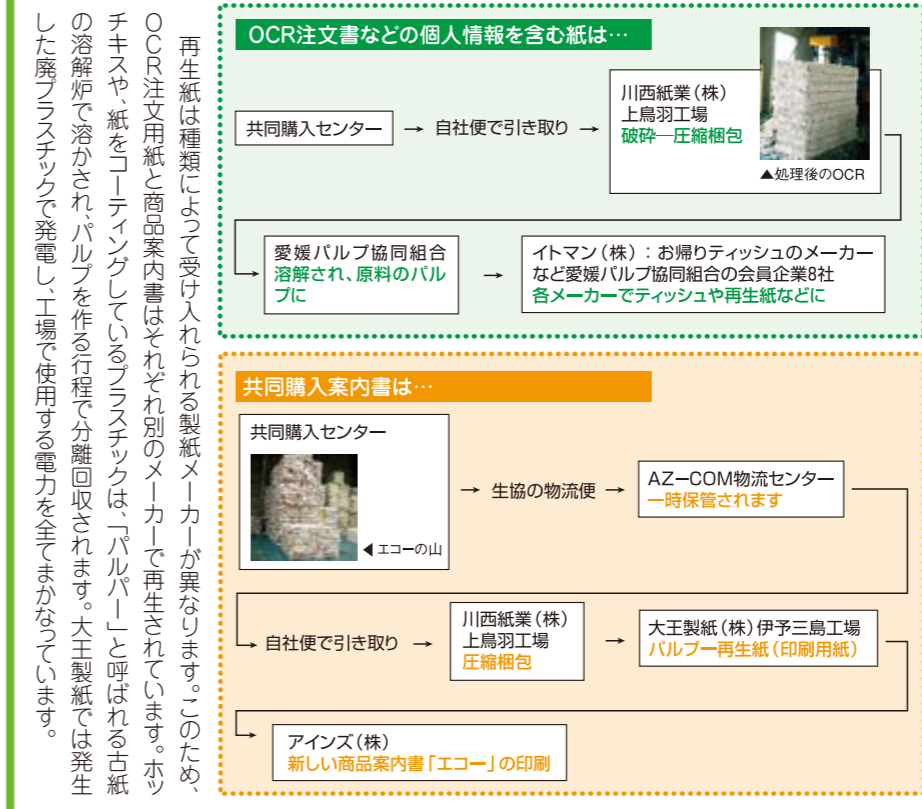
商品案内書や注文用紙のリサイクルは

環境
マネジメント
センター

店舗回収物	2月度の状況	前年比(%)
ペットボトル	801Kg	105.5%
トレー	496Kg	126.4%

リサイクル	2月度の状況	前年比(%)
牛乳パック回収量	3,690Kg	96.6%
共同購入案内書回収量	12万3,090Kg	119.0%
回収率	63.1%	マイナス0.5%

お問い合わせ
環境マネジメントセンター
TEL 0748-38-8688



リレー
エッセイ

去年の年末、可愛がっていた飼ひ猫が死んだ。今まで三匹猫を飼ったが三匹とも長生きすることなく死んでしまった。

前日まで元気に飛び跳ねて愛らしい姿でしゃべっていた猫が突然死んだのだ。こんな悲しい、つらい思いは金輪際ごめん、もう一度と動物を飼うまいと思つた。

私のいとしい猫たちよ、縁あってこの家に来てくれたのに、天寿を全うさせてやる事ができなくてごめんね。許してね。

最近、首輪をつけて鎖につないだり、ケージの中に入れてたりして、家から出させないようにして猫を飼う人が多いところ。

でも私は、気儘に歩いて野原を駆け回ったり、野良猫たちとしゃべったり、時には野生の本能の儘に鳥やネズミを狩りしたりして、自由に暮らす猫を見るのが好きだった。でもそれが仇になった。

木登りが得意だった福太郎。あの子が得意満面といった顔つきで私を見下ろしていた杉の木。今は、その木を見つめるだけだ。



地域

自分への「ほびびのひととき」でした

甲賀市水口コープ委員会

今年で八回を迎えるバレントインコンサート。毎年多彩な楽器の演奏プラスお食事という豪華な催しです。今回は地ビールレストラン寿賀蔵にて金管打楽器七重奏「シンパシブル」が映画音楽・歌謡曲などのポピュラーな曲目を演奏。美しい音色に酔いしれました。



(club spiral 大原)

安心しておいしい サラダを食べよう

守山市コープ委員会

もやし、かわれ大根でおなじみの「サラダコスモ」の学習会を開催しました。緑豆の栽培に適した中国で、農地管理をして安心・安全な品質を保つための工夫や、いろいろなスプラウトについてのお話を聞いたあと、試食をしました。

緑豆もやしの白だしあえは食べやすくくせもないのでどんな料理とでも合います。かわれ大根やブロッコリーの新芽、アルファルファや空心菜の新芽のサラダは、しゃりしゃりと歯ごたえがよく、おいしいと好評でした。

(club spiral 山木)



絵手紙教室

南草津エリア平和実行委員会「オリーブの会」

参加希望者が多い「絵手紙入門教室」の第三回を開催しました。十六名

の組合員さんが牛込増子先生の優しい指導の下で熱心に筆を運び、初心者とは思えない作品がたくさんできあがりしました。絵と文で、受け取る人に「心」を届ける絵手紙の良さを実感したひとときでした。



ちっちゃなお友だちのたこ作り

子育て応援サークルHappy Land

お母さんやおばあちゃんといっしょに、子どもたちはレジ袋に絵を描きました。次に新聞紙を十センチ幅に二本切って足を作り、袋の底にセロテープで貼り付けます。レジ袋の持ち手のところを風糸でしばり、こをもつて走ると、袋が風をはらんで舞い上がります。みんな大喜びでかきまわっていました。



(club spiral 武田)

インフォメーション Information

あて先 〒150-8913 渋谷区渋谷3-29-8 日本生協連 ぐらしと商品研究室 テストキッチン
お問い合わせ 電話 03-5778-8159(直通) 10:00~17:00 (日曜・祝日休) テストキッチン担当者まで
締め切り日 4月末日必着
応募多数の場合には、抽選の上、採用の方のみ、ご連絡いたします(5月末を予定)。なお、ご記入いただいた個人情報、パネル募集にかかわる業務にのみ使用し、パネル選定作業終了時には廃棄いたします。

コープ商品のテストパネル(モニター)になりませんか

日本生協連のコープ商品(家庭用品・食品)のテストに参加して下さるパネルの方を募集します。(日本生協連とは、全国の生協が加盟する連合会です)

募集人数 近畿地区の生協で約300人
内容 年に2~3回ご自宅で、家庭用品(化粧品・洗剤など)や食品のテストをお願いします。お送りするテストサンプルを使用や試食後、評価をして、同封のアンケート用紙に記入したものを返送していただきます。
条件 化粧品(基礎化粧品、メイクアップ化粧品)のテストができる方、食物アレルギーのない方。

2007年度 自主研究活動グループを募集!

2006年度は4グループが登録し、「子育て支援と読書普及活動」「親子で学ぶマネーマナー」「障害児者の余暇活動と社会参加支援」の研究活動をしました。今年はおなたもチャレンジしてみませんか?

- 自主研究活動って何? 助成金って?
①商品や環境・福祉・子育てなど、くらしに関するテーマで
②6人以上のグループ(うち組合員は半数以上)をつくってください。
③活動計画書に基づいて総費用の50%、10万円を上限に助成します。
④研究成果は組合員の皆さんにお知らせします。
- オリエンテーション(事前説明会)に参加してください。受付期間中に回数設定します。お申込み時にお問い合わせください。
場所/コープせぜ2階会議室 時間はお問い合わせ下さい
- グループの皆さんと話し合ってください。必要項目を用紙に記入後、返送してください。
5月8日(火) コープしが組織部に必着
- 公開プレゼンテーション(審査)に参加してください。
5月19日(土) 13:00~16:00頃まで
場所/コープせぜ2階 生活文化ホール
- 審査の結果、助成金を認定したグループに決定通知書を郵送します。
6月6日(水)
- 自主研究活動発表・交流会に参加してください。
2008年2月9日(土) 10:00~14:00頃まで
場所/コープせぜ2階
※助成対象となる活動期間 6月6日(水)~2008年2月9日(土)
- 申し込み・お問い合わせ先
コープしが 組合員活動担当まで
TEL 0120-668-825
FAX 077-586-4840

2008年 正規職員募集のお知らせ(2次)

コープしがでは2008年度大学・大学院・短大卒業生の正規職員採用を行います。

- 対象者 2008年3月 大学・大学院・短大卒業予定の方
- 募集人数 3人程度
- コープしが就職説明会 4/16(月) コープせぜ店2階 10:00~12:00、14:00~16:00
いずれかにご参加ください。
- 申込み方法
ホームページ <http://www.pak2.com/>
または
学情ナビ <http://www.gakujo.ne.jp/pre2008>
からお申込みください。
- 問い合わせ先
コープしが総務人事フロア 担当/西本
TEL 077-586-3140 FAX 077-586-7123
E-mail: Nishimoto.M@shiga-coop.or.jp

2007年度「商品案内書エコー」の在宅モニターさん募集!

商品案内書エコーをさらに見やすく、注文しやすくしていくために在宅のモニターさんを募集いたします。毎週お届けしている「エコー」を見て、アンケートに答えていただいたり、ご意見をお伺いし、いただいたご意見などは案内書の改善に生かしていきます。

- 募集内容
- 活動期間 2007年4月~2008年3月(モニター活動は2か月に1回程度)
 - 活動内容 案内書エコーについてご意見をいただきます(回答者には薄謝進呈)
 - 募集人数 20名程度(応募多数の場合は抽選させていただきます)
 - 募集期間 4月10日まで

詳しい内容のお問い合わせや、お申し込みは以下までお願いいたします。
コープしが商品企画フロア(担当:藤原・北村)電話:077-586-4880



「コープしがの車両に子ども110番ステッカー」
子どもを犯罪から守るため、地域貢献の環として取り組むコープしがの「子ども110番の車」。二月十九日には北大阪センターで出発式が行われました。この日コープしがの全業務車両に「子ども110番の車」の黄色いステッカーが貼られました。
被害にあつたり、危険を感じた子どもが助けを求めたら、マニュアルにそつて対応します。マニュアルは業務車両に備えつけられ、子どもの緊張をほぐす、体調に気を配る、子どもに分かるような話し方をするなど、子どもを安心させたいうえで必要な措置をとることが記されています。
北大阪センターの出発式では、今田リーダーが「地域に役立つコープしがとして、信頼されるようがんばろう」と決意表明。真新しいステッカーを貼った配送車が次々に出発しました。



コープしが
ホットピック

食品表示のルール

あまり知られていない約束事

「生鮮食品」と「加工食品」の表示の違い

JAS法という法律ではたとえば、生鮮食品と生鮮食品と加工食品とでは、表示される項目が違います。



生鮮食品と加工食品の表示の違い

生鮮食品		加工食品	
名称	商品名ではなく、一般的な名称です。	名称	品名・種類別の場合もあります。
原産地	農産物では都道府県名、畜産物は国産である旨、水産物は生産した水域か地域名が表示されます。輸入品は、いずれも原産国名が記されます。	原材料名	原材料・食品添加物をそれぞれ重量の多い順に表示します。
内容量・販売業者名	計量法に規定する「特定商品」で容器・包装されたものに表示されます。	原料原産地名	生鮮食品に近い加工食品に、原料の原産地が表示されます。対象は20食品群と農産物漬物、野菜冷凍食品、かつお削りぶし、うなぎ加工品です。
		内容量	基本的には重量・体積(ml・L)表示です。
		期限表示	消費期限(急速に劣化しやすいもの。おおむね5日以内のもの)、または賞味期限(劣化が比較的遅いもの)が表示されます。
		保存方法	常温保存の場合は省略できます。
		製造者	例外として固有記号があります。その他 食品の種類ごとに個別の表示基準が定められているものがあります。



JAS法による生鮮食品・加工食品の分類(例 魚介類の場合)

	生鮮食品		加工食品			
	切断前	単品	同種混合	異種混合	加工品混合	加工品
例	魚 (イワシの魚体など)	メバチマグロ赤身 ほたてむき身	メバチマグロ赤身 + メバチマグロ中トロ	メバチマグロ赤身 + ミズダコ(生)	メバチマグロ赤身 + 茹でダコ	茹でダコ

食品添加物の見分け方に続き、それ以外の情報について説明します。日ごろの買い物ではなかなか意識することはないかもしれませんが、表示のルールは食生活にきつと役立ちます。

加工食品での表示

ギョウザを例に挙げ、チルド食品と冷凍食品との比較も含めて説明します。

名称・品名
社会一般に適用する名称の表示です。商品名では中身がわかりにくいものもあります。

製品に占める重量の割合の多い順に示されています。

賞味期限・消費期限を満たすための保存の方法です。

チルド食品	
名称	チルドぎょうざ
原材料名	皮/小麦粉、食塩、ごま油 具材/キャベツ、肉、食肉(豚肉、鶏肉)、しょうゆ、粒状大豆たんぱく、ごま油、ラー油、ポークエキス、食塩、砂糖、白こしょう、にんにく、鶏ガラスープ、オイスターソース (原材料の一部に大豆、小麦、ゼラチンを含む) タレ/醸造酢、加糖ブドウ糖液糖、食用植物油、しょうゆ、食塩、発酵調味液、たんぱく加水分解物、香辛料、カラメル色素、調味料(アミノ酸等) (原材料の一部に大豆、小麦を含む)
内容量	内容総量216g ぎょうざ200g(20粒) タレ16g(2個)
賞味期限	枠外表面に記載しています。
保存方法	要冷蔵(10℃以下で保存してください。)
調理方法	加熱してお召しあがりください。
販売者	株式会社〇〇 〇〇市〇〇区〇〇町〇〇601

冷凍食品には、凍結前や食べるときの加熱の有無が記載されています。使用方法や、調理法などが記載されているものもあります。

表示は輸入品に限ります。食品に実質の変更をもたらす行為を行った国です。単に容器に詰めたり、ラベルを貼った程度は含みません。すでに加工された製品を輸入し、国内で小袋に包装し直した商品も、実質の変更をもたらす行為が外国でなされていればその外国名が記されます。

冷凍食品	
名称	ぎょうざ
原材料名	皮(小麦粉、もち粉、食塩、豚肉、キムチ[野菜(はくさい、にんじん、ニラ)、豆板醤(大豆を含む)、食塩、唐辛子]、野菜(玉ねぎ、ニラ、にんにく)、ばれいしょでん粉、砂糖、ネギ油(落花生を含む)、ごま油、しょうゆ、食塩、チキンブイヨン、唐辛子、こしょう、アルコール、調味料(アミノ酸))
内容量	180グラム
賞味期限	枠外左部に記載してあります。
保存方法	-18度以下で保存してください
凍結前加熱の有無	加熱してあります
加熱調理の必要性	過熱してお召しあがりください
原産国名	中国
輸入者	株式会社〇〇〇〇 〇〇市〇〇区〇〇2丁目6番34号
販売者	株式会社〇〇〇〇 〇〇市〇〇区〇〇2丁目6番34号

理事会だより

第31回 臨時理事会(2月20日)

- 1 南滋賀有機ネットワーク第14回定時株主総会議案書承認の件について、株主代表として副理事長が全議案賛成の立場で出席することを承認しました。
- 2 理事の辞任について承認しました。

第32回 定例理事会(3月6日)

主な確認事項

- 1 2月度の事業経営を確認しました。
 - ① 無店舗事業では、年度末拡大キャンペーンにより個配組合員拡大が伸張し個配業態では達成するものの、一人当利用単価計画を割り込み、全体供給計画を1,482万円下回る実績となりました。
 - ② 店舗全体では、利用単価計画を確保できないもの日替わり商品の価格訴求のセールチラシの強化により来店者数を伸張させることで、供給計画を上回り8ヶ月連続供給計画達成することとなりました。
 - ③ 単月の経常剰余金は、計画を462万円下回る実績となりました。累計では計画を2億7,574万円上回る6億8,158万円の実績となり、現時点で前年度年間累計実績を6,310万円上回っています。
- 2 2月度店舗事業及び無店舗事業における管理添加物(留意使用品目)に係る使用申請について承認しました。
- 3 第26回通常総代会の開催要領を確認し、定款の一部改正(会社法の施行に伴う「関連会社」「子会社」の表記)について議案提案していくことを承認しました。
- 4 現会計監査人が6月頃に他の監査法人への業務移管を行うことに伴い、2007年度以降の会計監査人の選定について、「会計監査人選定小委員会」の設置及び構成メンバーを承認しました。
- 5 第Ⅶ期役員推薦委員会における理事委員を確認し、情報公開審査委員選挙管理委員候補及び第26回通常総代会の総代会運営委員(議長候補及び議事運営委員候補)を当該エリアにて選出し4月度理事会に提案することを承認しました。
- 6 2006年度新・旧総代のつどい資料について承認しました。
- 7 理事会・常勤理事会報告
 - (1)2月度新規商品は、コープきんき共同企画で、新規商品が153品目(冷蔵22品目、食品68品目、菓子46品目、飲料17品目、内、コープきんき共同開発商品4品目)とコープしが直接仕入商品66品目(農産4品目、水産28品目、畜産14品目、日配20品目、内、コープきんき共同開発商品10品目)を確認しました。
 - (2)地産地消の推進・強化をめざし、「滋賀県地産地消事業提携協議会(仮称)」を設置していくことを確認しました。
 - (3)環境キャンペーン1%募金送金団体の淡海森林クラブとの協同企画の「一森であそぼうー木工クラフト教室」実施要領と併せて運営参加することを確認しました。
 - (4)ミニコープ富士見台・日吉台の閉店対策会議の設置について確認しました。

以上

監事会だより

2月度(1月21日~2月20日)

■監事は、理事会等への出席の他、主に次のような監事(監査)活動を行いました。

1月25日 事業所往査 近江八幡センター(トラック添乗含む)[センター無店舗事業の運営課題と推進状況、センター損益計画と組合員拡大計画の到達状況、その他]

27日 第3四半期監査(生協会館)<10月~12月度業務監査>
被監査人:理事長、副理事長、専務理事、常務理事
第30回臨時監事会[監査の結果について協議]

2月 5日 1月度月次経理往査(野洲本部)[1月度決算]
7日 監査法人期中監査講評(野洲本部)

15日 第31回監事会[常勤理事会報告、議事録の確認、この間の監査所見、第3四半期監査報告書の作成、期末実地棚卸立会監査の立会体制、愛8期監事役員候補者の推薦、新旧総代の集いの監事体制、コープきんき監事交流会(第2回)の参加、監査法人監査監事立会体制、その他]

■環境監査の活動として、主に次のような取り組みが行われました。
<環境監査委員会>

1月29日 第20回環境監査委員会<コープこうへ環境研修会>
[環境方針と環境活動の概況、ISOの取り組み、省資源省エネルギーの取り組み、廃棄物・容器包装削減の取り組み、その他]

以上

「お譲りします(有料)(無料)」に電話をされる方は**3月24日(土)**以降、抽選は**3月31日(土)**です。日程などのルールは厳守して下さい。「譲ってください」への電話は随時すすめてください。

ぐるぐるリサイクルのルール

ご注意ください

- ここはコープしが組合員の信頼の上に成り立つコーナーです。ルールに違反した場合は以降の掲載をお断りすることがありますのでご注意ください。譲り合う相手の決定は組合員どうしで行い、スパイラル編集委員会は責任を負いません。
- 申し込み点数:「譲ってください」「お譲りします」とも、ひとり2点まで。
 - 取り扱いできないもの: 生き物・食品・薬品・パソコン・著作権にかかわるもの・自動車やバイク・チケットや商品券・その他スパイラル編集事務局がふさわしくないと判断したもの。
 - 金額: 「お譲りします(有料)」の上限は10,000円。金額明記のこと。
 - 掲載: 住所・姓・TELとFAX
 - 抽選: スパイラルが配達された週の土曜日から翌週の金曜日まで受け付け、翌土曜日に抽選。抽選に漏れた方にも連絡してください。受付開始日・抽選日は毎号掲載します。
 - 締め切り: 申込用紙が10日までに到着すると、2ヶ月先の号に掲載されます。
 - キャンセル: ☎0120-66-8825(小野)まで。作業のタイミングで間に合わないことがありますので、早めに連絡してください。
 - 記号

	A 譲ってください	B お譲りします(有料)	C(無料)
取	取りに行きます。	取りに来てください。	
送負	送料負担します。	送料負担してください。	
その他記号	●…美しい品 ●…新品(未使用) ●…少々傷(汚れ)あり ☎××時以降…TEL連絡時間(夕方6時以降は18時以降と記載してください) 値段の書き方…10,000円、5,000円(1万円、5千円はだめ)		

キリトリ線

申込用紙

郵便番号: _____

住所: _____

氏名: _____

電話: _____

FAX番号: _____

組合員NO: _____

- A 譲ってください(無料が格安で)
 B お譲りします(有料)
 C お譲りします(無料)

<A・B・Cのいずれかに○印をつけてください>
 商品はA・B・Cいずれも2点まで

①									
②									

ハガキ(申込用紙を貼る)・FAX・Eメール(必要事項を記入)で受け付けます。
 ①ハガキ: 〒520-2351 野洲市富波甲972 生活協同組合コープしがスパイラル編集事務局 行き
 ②F A X: 077-586-4840
 ③Eメール: Ono.M@coop-shiga.or.jp

譲ってください(無料が格安で)

- ①ベビーベッド取
- ②チャイルドシート取
- ①ベビーカー用レインコート 汚れ等はOKです取か送負
- ②リロ&スティッチ トイストーリー2 トロクのDVDかビデオ 彦根市 山下 TEL FAX 0749-20-4394
- ①スタッドレスタイヤ 155/70R13
- ②スタッドレスタイヤ 175/80R15 (5穴) 大津市 岡 TEL FAX 077-533-1547
- ①綿花の種取機 送負
- ②糸車 送負 愛荘町 清原 TEL FAX 0749-42-3813 18時以降
- 守山中・高女子制服160以上と学校で使うものなら何でも取 守山市 寺田 TEL 090-1958-3222
- 川釣り用具・漁具(鮎溪流釣り)取 安土町 徳田 TEL FAX 0748-46-5238 18時以降
- ①まんがドラえもん学習シリーズ取か送負
- ②まんがキャプテン翼取か送負 守山市 たけ TEL FAX 077-582-5271

お譲りします(有料) 日程などのルールは厳守して下さい

- B型ベビーカー(アプリカ) 1,500円 草津市 安田 TEL 090-6966-4788 FAX 077-565-6959
- ①コンビA型ベビーカー 黄 送負か送負 4,000円
- ②アプリカチャイルドシート 0ヶ月から可取か送負 6,000円 湖南市 北村 TEL FAX 0748-74-4017
- すのこ2段ベッド取か送負 3,000円 大津市 弓場 TEL 090-3625-5368
- 婦人用体温計(未使用・基礎体温用) 3,000円 野洲市 岡田 TEL 090-1593-0561 FAX 077-586-3101
- ①女児服 90~95cm (30着入、ブランド込み) 1箱2,000円
- ②女児服 100~110cm (30着入、ブランド込) 1箱2,000円 取か送負 甲賀市 山末 TEL FAX 0748-82-2174
- 家電収納ラック(幅60X奥行49X高さ140cm、スチール、ブラウン、棚3段、木目調、引き出し式カゴ、コンセント2個、キャスター付) 3,500円取か送負 彦根市 長江 TEL 090-1074-4729 TELは17時~19時
- ①チャイルドシート コンビ アプリカ取計6,000円
- ②滑り台付ジャングルジム(アンパンマン)取 2,000円 守山市 番野 TEL 077-583-9356
- ①アプリカ ズック(抱っこひも)青色 送負 2,000円
- ②ベビーカーハン取 1,000円 大津市 多賀 TEL FAX 077-532-8814
- ①ベビー乗用玩具 F1スポーツカー(室内のみで使用) 500円取か送負
- ②ベビー乗用玩具 ハローキティ(室内のみで使用) 500円取か送負 甲賀市 谷口 TEL 090-8163-0965
- ①アンパンマン英語セット 8本 他1本付 送負 5,000円
- ②シューズ(アシックス、ピンク、13cm) 送負 1,200円 高島市 オオクボ TEL 090-3715-5170
- ①五月人形 10,000円取
- ②食器戸棚 4,000円取 彦根市 中村 TEL 0749-24-4884
- ダンロップスタッドレスタイヤ 195 70R 14 スチールホイール付 4本取 10,000円 大津市 平井 TEL FAX 077-525-9537
- ブリジストンタイヤ 205/50R16 スバルアルミ付 取 8,000円 大津市 上田 TEL FAX 077-549-3440

お譲りします(無料) 日程などのルールは厳守して下さい

- 松下電工ホームペンダント蛍光灯の傘 大津市 小林 TEL FAX 077-534-8257
- ①セラミックシリカヒーター取か送負
- ②大阪ガスファンヒーター ホース付取か送負 甲賀市 山本 TEL FAX 0748-63-3009
- スキーブーツ 24.5cm 27.0cm 28.0cm取 守山市 山出 TEL FAX 077-582-1751 18時以降
- ①21世紀子ども百科 ①大図解②歴史館 ③宇宙館 ②③はビデオ付取
- ②LEGO赤いバケツ、楽しい動物園取 彦根市 澤 TEL 0749-23-9736
- ①全紙パネル貼りのSL写真(昭和63年北海道で撮影)
- ②ポスターサイズの鉄道写真10点取か送負 大津市 奥田 TEL FAX 077-534-4098
- ベビー布団(ミッフィー柄、青色) 夏用と冬用 敷パットとおねしょシート付取 草津市 木下 TEL FAX 077-568-1045
- ①一般の学生服の夏ズボン(黒、W67) 半そでカッター(白155A) 3枚
- ②守山南中学校の体操服(長袖、緑、M) 2枚取 守山市 西山 TEL FAX 077-583-1353
- ①学生服上着 175AB 170B 185AB取
- ②学生服ズボン W88冬用 W79夏用取 長浜市 松田 TEL 0749-72-2279 TELは18時以降
- パンパースコットンケア Sサイズ50枚入X2パック 送負 安土町 桂田 TEL FAX 0748-46-4108
- 博愛保育園男児制服・リュック・バッグetc 18時以降 大津市 三原 TEL FAX 077-544-5999
- 学習机女子用取 多賀町 山路 TEL 0749-48-2022 TELは16時以降

ねえ、聞いてよ

読者からのお便りコーナー

◆漢字検定にチャレンジ

自分への挑戦で漢字検定にチャレンジしました。見事合格でき、自分の励みになりました。興味があわき、生涯かけての勉強相手です。何かにチャレンジする。自分を向上させる大切な事です。

木之本町 山下美恵子

◆個人情報を守れます

お届け表には金額が記載されており、また請求書の金額も仕分け作業の中で目に入り、互いに他の利用者の方の知り得てしまう状況だったので、個人別になり大変嬉しいです。

仕分け作業の大変さより、個人情報を守れることになりありがたいです。その分、生協さんは作業が増

◆ぱくぱくアラカルトを

「商品案内書エコーの」ぱくぱくアラカルト」楽しみにしています。材料別にファイルして、今日は何にしようかなあと、冷凍庫の中の材料と相談しています。

東近江市 カラー

◆紙袋の工夫

もやしのみそ汁やホーレンソウとゴマ和え等好きな私です。なにげなく紙袋をもらっていたのですが、『スパイラル』を読んで、いろんな工夫がうまれてきていることがよくわかり、うれしく思いました。

虎姫町 安田 友子

◆エコについて考えよう

学校でエコについて勉強しました。一人ひとりの心がけて、地球が良くなると思います。『スパイラル』の特集を読んだ人が一人でもたくさんエコについて考えてくれたらいいなあ。

湖南市 竹之内 菜摘(小4)



皆さんのお便りお待ちしております!

ご意見やイラスト、耳寄りな情報等お気軽にご投函下さい。掲載者には図書券をお送りします。

談。ちなみにファイルは平均のハガキ入れを利用。たくさんたまり、ズラリと並んでいます。

草津市 木下千里

スパイラルクイズ当選者

NO.162の答え「キサラギ」

応募総数	235通
内正解	234通

- 湖南市 岩田 直子
- 日野町 山添 鈴子
- 米原市 常喜美智子
- 彦根市 上野 恵子
- 大津市 田中奈津子
- 長浜市 杉本 正子
- 大津市 高橋惠美子
- 東近江市 田原 節子
- 大津市 柴田みどり
- 湖北町 東 登子 (敬称略)

厳正な抽選の上、10名の方に500円の図書券を差し上げます。はがきに、クイズの答え、住所、氏名を明記の上、スパイラルに対するご意見などのコメントをお寄せください。コメントは「ねえ、聞いてよ」に掲載させていただく場合があります。

あて先

〒520-2351 野洲市富波甲972
 生活協同組合コープしが
 スパイラル編集事務局 行
 fax.077-586-4840

Eメール

Ono.M@coop-shiga.or.jp

締め切り
 4月10日(消印有効)

※お寄せいただいた個人情報は事前の同意なしに目的以外に使用しません。当選者発表後はすみやかに破棄します。

頭の体操 MENTAL GYMNASTICS

漢字クイズ

カッコ内のヒントを手がかりに、□に入る漢字を語群から選び言葉を完成させてください。使われなかった漢字を組み合わせてできる言葉は何でしょうか。

- 新□□員(新しい仕事がんばります)
- 筆□用□(えんぴつ、ペン…)
- 身□任(お父さん一人、家族と離れて)
- 子□□舞□(長浜の祭りにしかかせません)
- 眠□を覚えず(どうしてこんなに眠いのかしら)
- 水□物(栄養素。肉・魚は蛋白質、米・パンは□□□)
- 腹□(笑いこらげている)
- 二□択□(どっちにしようかな)

《語群》抱社一曉単一炭供倒赴
 記化生者具歌春入年伎