



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!**

思いついたらすぐ豆料理

**co-op 大豆ドライパック**



ほっくり、しっとり  
そのまんま

P2 **特集**  
憲法って、なあに?

P12 **コープしがホットピック**  
カンピロバクターによる食中毒に注意しましょう!  
～夏場は食中毒の発生が多くなります～

P16 **ぐるっと湖国**  
歴史の面影 丸子船 西浅井町

7 2007 JUL No.169

コープでつくる  
私のくらし  
スパイラル  
7 2007 JUL No.169

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  
発行/2007.6.18

## ぐるっと湖国

**北の拠点**  
塩津海道は宿場町として栄えた塩津。JR近江塩津駅は、外観が当時の宿場町の建物風で旅情を誘います。はるばるの日本海側から運ばれてきた海産物や塩や米。大浦、管浦、塩津は陸上から湖上輸送への中継地で、その湖上輸送の主役が丸子船でした。

この船にはエンジンがありませんが、江戸時代の船は帆船なので移動はもともと大変だったことでしょう。  
天候や風をよむことは生死に関わる重要なことでした。最盛



**北淡海・丸子船の館**  
Tel・Fax 0749(89)1130  
定休日 火曜日(火曜日が祝日の場合は翌日)  
入館料金 大人/200円 小人/150円

## 歴史の面影 丸子船

北陸と京都、大阪をつなぐ琵琶湖水運の北の拠点として栄えた西浅井町。昔活躍していた丸子船を求めて出かけてみました。



北淡海・丸子船の館

### 湖上輸送の主役



宿場町の風情をたたえたJR近江塩津駅



実際に使われていた丸子船

期の江戸時代中期には、約千四百隻が湖上を往来していたという記録があるようですが、その繁栄の影には危険と苦勞がついてまわっていたようです。  
二階の廊下を渡ると、明治時代の生活民具のある資料館で、昔の奥琵琶湖の生活を偲ぶことができます。



塩津浜からながめる琵琶湖

**塩津浜へ**  
琵琶湖最北端の港があった塩津浜は静かな入り江です。ここからかつて都へたくさん物資が丸子船で運ばれました。  
丸子船の面影と塩津の歴史。味わい深い西浅井の一日でした。  
(club spiral 山木)

# 憲法って、なあに？

国民投票法が5月14日に成立し、18日に公布されました。施行は2010年5月18日。その日以後なら、憲法改正案の提案や審査ができます。3年も先とはいえ、憲法改正について具体的な日程が見えたのは、とても大きなできごとです。

憲法はすべての法律の基であり、これすなわち、生活の大もと。憲法のことを、あらためて考えてみませんか？

## 国のあり方を示すものを憲法と言います

「憲法」という語の元は、ドイツ語のVerfassungやフランス語のConstitutionです。これらの言葉は、もともとはものあり方を表す語で、転じて国のあり方を示す語になりました。「憲法」は、明治期にその訳語として当てられた文字です。当初は「国法」、「国制」、「朝綱」など別の訳語も使われていたそうです。

一般に憲法は国の原則を定めた根本的な決まりのことで、すべての法律の基になるもの。「憲法」という文字からも、単に「きまりごと」というニュアンスで受け止められがちです。しかしそれだけではなく、原語のように、憲法は国のありかたを述べるものという理解が正しいです。

## 最もだいじな、三つの基本原則

では、日本国憲法が述べている、国のあり方とは、何でしょうか？ 最もだいじなものは三つの基本原則です。①政治を決めるのは国民であるという「国民主権」、②自由や平等などが守られること、すなわち「基本的人権（人であれば無条件に持つ

ている権利）の尊重」、③前文や第九条などに述べられた「平和主義」です。

他には、国会について、内閣について、裁判所について、地方自治についてなど、まさに国のあり方が具体的に述べられています。

## 民間団体の草案が、現憲法作りに影響

憲法の歴史をたどると、十三世紀イギリスのマグナ・カルタまで遡ります。その後、アメリカ独立宣言やフランス人権宣言などを経て国のありかたについての考えも成熟し、日本国憲法にはそれが反映されています。

日本国憲法は、第二次世界大戦で時の日本政府がポツダム宣言を受け入れたことが、制定の契機となりました。ポツダム宣言は無条件降伏の他に、軍国主義の排除や言論・宗教・思想の自由なども求めているため、大日本帝国憲法の改正は必至の状況だったのです。

日本政府はGHQに促されながら独自で草案作りに着手しました。このことが広く報じられ、政党や知識人のグループを中心に、国民からもいろいろ憲法草案が発表されます。中でも注目すべきは、憲法研

## ■ 憲法制定の過程 ～いくつもの草案が一つになって…

\*日本国憲法は、大日本帝国憲法を改正するかたちで成立しました。

年・月	できごと
1945年8月 12月	15日 終戦
	26日 憲法研究会が「憲法草案要綱」をGHQと日本政府へ提出。のち、GHQの「マッカーサー草案」に大きな影響を与える。
	28日 同要綱が、「民間側の新憲法草案」などの見出しで、新聞各紙でトップ報道される。
1946年2月  4月  10月  11月	8日 日本政府の憲法問題調査委員会が「憲法改正要綱（松本試案）」をGHQへ提出。
	13日 GHQが「マッカーサー草案」を当時の吉田茂首相らに手渡す。（松本試案が事実上拒否される）
	17日 「マッカーサー草案」をふまえて作成した「憲法改正草案」を日本政府が国民に公表。
	20日 同改正草案を日本政府が帝国議会へ提出。
	25日 帝国議会が同改正草案の審議を開始。 *25条＝最低限度の生活を営む権利の追加、26条＝義務教育を初等教育（小学校まで）でなく普通教育（中学校まで）とするなど、いくつかの修正が加えられる。
	7日 帝国議会での憲法改正手続きが終了
	29日 枢密院が「修正帝国憲法改正案」を可決。天皇が憲法改正を裁可。
	3日 「日本国憲法」公布
	3日 「日本国憲法」施行
	1947年5月



### 憲法研究会

学者・評論家・ジャーナリストなどが集まった民間グループ。

### 日本政府

ここでは旧憲法に基づいた政府。終戦日の後はGHQの指示・命令で政策を実行しました。

### GHQ

連合国軍最高司令官総司令部。  
日本政府を通じて、ポツダム宣言の内容を実行しました。

究会の「憲法草案要綱」でした。会後は後にNHK初代会長となる高野岩三郎が呼びかけ、後に片山哲（社会党）内閣の文部大臣となる人や、鳩山一郎（第五十二代首相、自民党初代総裁）の顧問格として活躍する人など、いわゆる右・左の区別なく一堂に会した集まりでした。その中で、草案の条文を書いたのが、憲法学者、鈴木安蔵です。

鈴木は戦前から世界の憲法を研究していましたが、草案作成に当たっても、明治の自由民権運動家・植木枝盛によるものから、フランス・アメリカ・ソ連・ワイマール・プロイセンといった海外のものまで、いくつもの民主的な憲法・憲法案を参考にしたいといっています。

鈴木が書き起こした草案には、例えばこんな条文があります。

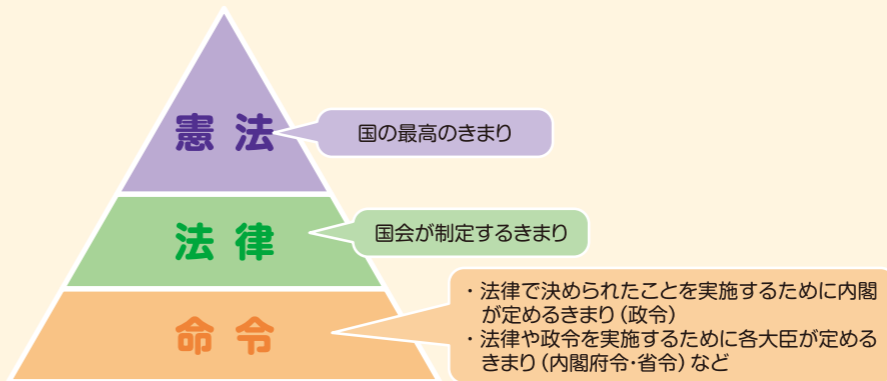
「国民は法律の前に平等にして出生又は身分に基づく一切の差別はこれを廃止す」

これは現憲法第十四条「すべて国民は、法の下に平等であつて」とよく似ています。事実、GHQは鈴木が書いた草案を高く評価し、「マッカーサー草案」作成の参考にしたといっています。

現憲法第十四条は、三つの原則の

日本国憲法の特徴	
基本原則	国民主権、基本的人権の尊重 平和主義
性格	国民が定める憲法
天皇	日本国の象徴、国政に関する機能を有しない
国民の義務	教育、勤労、納税
内閣	議院内閣制 (国会に対して責任を負う)

参考:「中学社会 公民的分野」大阪書籍



**法の構成** 上位の法になるほど強い効力を持ち、下位の法が上位の法に反するときは無効です。(出典:「中学社会 公民的分野」大阪書籍)

一つである「基本的人権の尊重」を体現する条文です。その源が鈴木が書いた草案にあり、鈴木は先人が積み重ねた憲法の先例に学んだ…。現憲法が、世界の憲法史につながっていることを思わずにはいられません。

## 今の憲法は、みんなで作った憲法

「マッカーサー草案」はGHQが作った草案です。憲法研究会のような民間グループの案や、スウェーデンのように王制の残る国の憲法など、世界の憲法を調べて書かれました。

日本政府は「マッカーサー草案」をふまえて「憲法改正草案」を作り、帝国議会に提出します。議会では審議の中でいくつかの修正が加えられ（上の年表参照）、可決・成立し、一九四七年五月三日に施行されました。それが、今私達が目にする「日本国憲法」です。今の憲法は、特定の誰かではなく、みんなが作った憲法なのです。

私達は憲法に守られて日々生活をしていきます。憲法が変わると、子どもや孫たちにまで大きな影響が及びます。それだけに、おとなの責任として、憲法のことをきちんと考えていきたいものです。



だからうれしい!



# 大豆ドライパック

思いついたらすぐ豆料理。

家族に食べさせたいけれど、手間を思うと躊躇してしまうのが豆料理。そんな時は《大豆ドライパック》が便利です。味や栄養を損なわず蒸した大豆が、丸ごとココロと缶の中に。CO-OPの大人気商品です。

## 蒸しただけの、シンプルな大豆

名前に「ドライ」と付いていますが、乾燥しているわけではありません。そのまま食べてもおいしい、しつとりほつくりした丸大豆が入っています。製造方法は、いたってシンプルです。蒸した大豆を缶に入れて蓋を閉じるだけ。缶に水などを入れたり調味料を使ったりは、していません。大豆、そのままです。ただ、よりおいしく仕上げる工夫がいくつかあります。一つは蒸し方。最初から高温の蒸気ではなく、水から湯へと温度を上げ、ゆつくり時間をかけて蒸し上げます。できたものを缶に詰めたら、100℃を超える蒸気でもう一度加熱します。もう一つは、密封方法。缶内の空気を抜き取り高い真空状態にしています。これによって味や香りが逃げず、

おいしさを保てるのです。

## 国産大豆の栄養は、ヘルシー志向

大豆は、北海道で獲れた「とよまさり」です。大粒で食べ応えがあり、甘みが多い(シヨ糖を比較的多く含む)ことから、煮豆やお惣菜によく使われる銘柄です。国産なので、もちろん遺伝子組み換えではありません。国産大豆は、アメリカ産に比べてたんぱく質・カルシウム・食物繊維が多く、脂質・炭水化物は控えめ。ヘルシー志向にぴったりですね。(左の表参照)大豆はゆでると多くの栄養が失われますが、《大豆ドライパック》は蒸しているため、栄養価はそのまま。缶詰に詰めるときも水を使わないので、栄養が溶け出すこともありません。



## いつでも大豆料理を食卓へ

取っ手を起こせばパカッと開く、1ジャーオープントタイプの缶です。水が入っていないので、軽くて扱いやすく、缶からそのまま鍋やボールなどに入れてられます。手間をひとつでも省略

したい忙しいごはん作りには、こういうところが便利でありがたい。定番の煮物の他、サラダにトッピングしたり、炊きたてご飯に混ぜたりと、思いついた時に使える《大豆ドライパック》。これなら、大豆料理を手軽に食卓へ出せますね。

## 大豆の栄養くらべ

(全粒、出典:「五訂日本食品成分表」医歯薬出版)

	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	食物繊維 (g)
国産(乾燥)	35.3	19.0	28.2	240	17.1
アメリカ産(乾燥)	33.0	21.7	28.8	230	15.9
国産(ゆで)	16.0	9.0	9.7	70	7.0



開けてそのまま料理に使えます

## 大豆の栄養 マメ知識

- 大豆イソフラボンは、女性ホルモンに似た作用があることから、骨粗しょう症の予防や更年期障害の軽減に有用と言われています。ただし、とりすぎは禁物。1日70mgが目安です。(食品からの摂取は一般的に、1日15~22mgあるとされています) (食品安全委員会ホームページより)
- 良質のたんぱく質って、どんなたんぱく質でしょう? たんぱく質の栄養価は、食品それぞれ違います。人間の体内で作れない9種の必須アミノ酸をバランスよく含んでいるたんぱく質が「良質のたんぱく質」です。卵・肉・魚・牛乳はその代表格ですが、植物の中でトップクラスに座るのが大豆です。大豆はカルシウムや食物繊維もたっぷりとり、上記のイソフラボンをはじめ、コレステロールの低下が期待できる大豆レシチンや大豆サポニンといった注目の栄養素も含まれます。からだにとってうれしい食材です。
- お米のたんぱく質が含む必須アミノ酸は、バランス的には凸凹があるのですが、大豆に少ないものを多く含むという特徴があります。ごはん大豆は、お互いの難点を補い合ってきた組み合わせです。



## 簡単ポークビーンズ

材料 (4人分)

豚肉スライス250g、人参1本、じゃがいも2個、玉ねぎ1個、ピーマン2個、トマト1個、大豆ドライパック1缶  
調味料: キューブフイヨン3個、デミグラスソース1缶、トマトケチャップ・塩・コンショウ・油

作り方

- 1 人参・じゃがいも・玉ねぎ・ピーマン・トマトを約1cm角に切る。
- 2 豚肉を2cmに切る。
- 3 鍋に油少々を引き、豚肉を炒める。
- 4 ③に野菜を入れてざっと炒める。
- 5 ④にひたひたの水を加え、材料が柔らかくなるまで約10分煮る。
- 6 ⑤に大豆ドライパック・キューブフイヨン・デミグラスソースを入れて5分ほど煮、トマトケチャップ・塩・コンショウで味を調える。

Let's Cooking!  
簡単レシピ  
レッツ! クッキング!

おうちごはん

鶏とキャベツであじわりの味  
ヘルシーメンチカツ



写真提供:島村喜代子さん

- 材料(4人分)  
鶏ミンチ300g、キャベツ200g、塩少々、  
A=しょうゆ・酒各大1、顆粒コンソメ小2、粗びきこしょう少々、卵(小)1個、  
パン粉約1/2カップ  
衣=小麦粉・溶き卵・パン粉各適量
- 作り方  
① キャベツは粗みじん切りにし、塩少々をふってもみ、水気をきつく絞る。  
② ボールに鶏ミンチを入れ、①とAを加えてよく混ぜ、8等分する。  
③ ②に衣を付けて油でカラリと揚げる。季節の野菜を添え、ケチャップやお好みのソースでいただく。



八十四歳のおじいちゃんにも好評です。

家が農家なので、四季折々季節の野菜はいっぱいあります。わが家のメンチカツは、畑のキャベツ(分たい冬キャベツでも大丈夫)を入れます。八十四歳のおじいちゃんと同居なので、熱を通して食べやすくしようと思ったのがきっかけです。

料理 島村喜代子さん(野洲市)

き肉で作ったこともありですが、鶏の方があっさりして食べやすいです。おじいちゃんにも好評です。

簡単にできますが、コツと言えば小さめに作るかな。  
冷めてもいいですよ。毎日仕事に出るので、お弁当に入れていきます。

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

★今月も法事に車の保険になど、大型の出費があり、やりくりが大変でした。すぐに役立つ資格が欲しくて介護事務の勉強を始めました。テキスト代が少し高かったのですが、雇用保険の給付金を使えるので、頑張って終了しています。(四十三歳)

★今月は長女の高校入学があり物入りだった。先月、賞与が入り大きな気持ちになりつつあったが、うまく具合に入ると出ていくもの…。授業料の年払い、制服、もろもろ含めて教育費が三十万円を超えてしまった。親って大変だ!元気の糧は、ただ子どもが明るく元気に学校に通っている姿である。朝早くて毎日しんどいと思うけど、三年間頑張ってほしい!!(四十三歳)

★食費が高いので、食にうるさい夫に、朝のパンが高い・酒代がかかる・外食は控えよう…などを提案!意外にもあっさり納得してくれ、拍子抜けした。もっと早く言っておくべきだった…。食材にこだわっても家で食べる方が外食より安心して安いので、外食を減らす事が決まったのが、とても嬉しい。頑張ろう!(三十一歳)



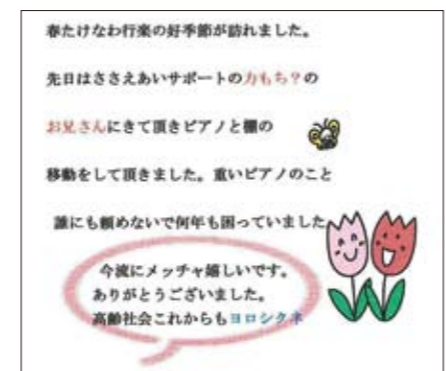
節約のヒント 野菜の皮も有効活用

何気なくむいてしまう野菜の皮ですが、むかずに調理すると、ゴミも減るし栄養も多とることができます。皮にはビタミンCやカルシウム、繊維が多く含まれています。特に人参の皮は薄いので、皮ごと調理しても少しも気になりません。たわしでゴシゴシ洗ってから使います。臭みとりに使う土生姜は、煮物に入れる時は皮ごと使う方が効果があります。むいた大根の皮は千切りにして炒め煮にすると、さらに一品できますよ。ブロッコリーの茎は堅い皮をむいて拍子木切りにしてゆでるとおいしくいただけます。

ささえあいサポート

「おごだJUN」さん

中央大津センターの組合員さんが、パソコンでかわいなお便りをいただきました。  
「数センチだけピアノを動かすとお部屋がかたじけなく」という思いを長い間もつておられ、中央大津の組合員さんの旦那さんと南草津センターの組合員の息子さんがサポート。こんな機会がないと出会うはずもない二人の協同作業で、ピアノ移動も楽々「ささえあい」は人と人をつないで、暮らしを支えています。



草津・高島センターでも皆様のご利用、サポーター(有償ボランティア)登録をお待ちしています

<ささえあいサポート>こんな時にお役に立ちます  
家具移動・部屋の模様替え/庭木の手入れ/旅行中のペットのお世話  
子どもさんの預かり など

●ささえあいサポートのご利用はお電話一本 福祉ネットワークセンター  
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

ありがとうございます  
CO-OP共済 たすけあい

すべてのコースで  
ジュニア18・女性・医療・ベーシックコース・シルバー70コース  
\*ケガ通院コース、一般コース、会員生協独自コースは除きます。  
病気もケガも入院1日目からの保障が実現!

☆交通事故でも相手がわからず、全面的に経済負担があり、でも生協でたくさんの保険金がおおりて本当にびっくりしています。  
これから中学校で自転車通学なので、十分注意するよう本人に言っています。(加入者の声より)



●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

安心の暮らし

クリーニング業者だけでなく、メーカーや消費者に問題があることもあります。トラブルを防ぐために消費者にできることをご紹介します。

事例1  
ポリウレタン製のコートをクリックニングに出したら、表面にべとつきが発生し、一部ははがれてしまった。

○ポリウレタンコーティング樹脂の耐用年数は三年程度と言われています。この事例は、年数の経過で劣化したポリウレタンがドライクリーニ

ングの機械的な作用ではがれたり、溶剤で溶けたものです。  
衣類は、購入時に素材や加工方法を確認しておきましょう。また、衣類は消耗品であり、素材によっては数年しかもたないものもあることも知っておきましょう。高価なものも長持ちするとは限らない点も、注意が必要です。

事例2  
クリーニングから戻った衣類のフアスナーが壊れていた。業者は「うちで壊れたのではない」と言っており合わない。預けるときに衣類がどんな状態か、業者は確認してなかった。

○信頼できる業者を選びましょう。次のような点が参考になります。  
① 預かるときに、衣類の状態を確認しているか。  
② 衣類の状態についてお客から十分に話を聞いているか。  
③ 預り証を渡しているか。  
④ 料金や納期を明示しているか。



●ご心配なときはご相談ください  
◎県立消費生活センター (9:15～16:00)  
彦根 0749-23-0999  
草津(土・日も可) 077-563-7009

このコーナーでは、コープしがを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、ぜひお便りをお寄せください。

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** 農産物について、冬は県内産が企画されていましたが、茨城県が増えていきます。近場から入荷する方向を大事にしてほしい。

**A** 共同購入では、現在生鮮野菜を毎週45品目程度企画しており、産地は県内、近郊、産直産地を中心に取り扱いしています。

滋賀県は水田中心の農業で、水田の後作として秋・冬野菜を栽培しています。このため冬は県内産が多くなりますが、4月から10月にかけては米に切り替わるため、産地が県外へと変わります。特に農産物は、春から秋にかけては、気象環境・適地適作で産地がほぼ決まっているため、春は茨城、その後長野、群馬、北海道の農産物を企画していきます。

今後も県内産農産物の取り扱いを増やすように産地開発をすすめていきます。



**Q** 「CO・OP NEWソフト」は上の方の部分はマーガリン色で黄色っぽい感じですが、中の方にいくと白っぽい乳白色になります。なぜですか

**A** マーガリンをご利用された際に、表面と中との色の違いに気づかれたことがあると思いますが、これは表面が酸化すると同時に表面の水分が飛ぶことによって黄色く変わってしまう現象です。

この商品はマーガリンではなくファットスプレッドですが、ファットスプレッドはマーガリンよりも水分が多く含まれており、バターのような色目を出すために、ベータカロチンをマーガリンよりも多く使用しております。そのため表面の水分が飛んでしまうと、マーガリンよりも黄色が強くなってしまい、中との色の差が大きくなることで、余計に中が白く感じられたものと思われると思います。

品質的にしっかりと保存されているものであれば味や風味には影響はありませんので安心してお召し上がりください。

※ファットスプレッド… JAS規格で油脂含有率が80%未満のマーガリンをこのように呼びます。カロリーが少なく柔らかいのが特長です。



**Q** 生計費モニターってなに?

**A** 『スパイラル』には毎月「生計費モニター」の声を掲載しています。「生計費モニター」は毎年『スパイラル11月号』で募集案内を行い、今年は97人が活動しています。モニターは「生協の家計簿」に記帳した集計表を毎月提出します。提出された内容は全国の組合員で行う家計簿調査に生かされています。活動期間は1月から12月までの1年間。モニターには「生協の家計簿」がプレゼントされる他、11回以上の提出者には図書券を進呈しています。

家計簿は家族のライフプランを設計するうえで必要な、家計の見直しのもとになるものです。「生計費モニター」になって、あなたも家計管理上手に!!

くらし応援  
コープ  
のお店

ポイント3倍デー

6月22日(金) 23日(土) 24日(日) **コープぜぜのみ**  
6月22日(金) 23日(土) **ミニコープのみ**

ポイント2倍デー

6月9日(土)・30日(土)

全品5%オフデー

6月16日(土)

6月23日(土) まぐろの解体 生産者の店頭販売 など  
6月24日(日) 楽しい催し物がいっぱい! 抽選会



大津市電ヶ丘1-1  
TEL 077-522-5111

「ありがとうございます」。地域の組合員さんを支えられ十六年、日ごろのご利用に感謝いたしまして六月二十二日～二十四日の三日間「誕生祭」を開催いたします。

三日間はポイント三倍デー! お買い得商品を取り揃え、みなさまのご来店をお待ちしています。

誕生祭

開催!

Action!

二〇〇七年度  
環境活動の計画

環境  
マネジメント  
センター

店舗回収物	5月度の状況	前年比(%)
ペットボトル	985Kg	97.2
トレー	595Kg	137.8

リサイクル	5月度の状況	前年比(%)
牛乳パック回収量	4,140Kg	78.0
共同購入案内書回収量	116,730Kg	95.1
回収率	61.0%	プラス4.5

●お問い合わせ  
環境マネジメントセンター  
TEL 0748-38-8688

- コープしがは二〇〇七年度、次の八つの項目で、環境活動を進めていきます。
- ① 環境に配慮した商品の企画  
産直商品の普及を強めます。また、共同購入案内書の環境負荷の実態を把握します。
  - ② 店舗での環境商品の取り組み  
「環境キャンペーン1%募金」に参加し、水環境への配慮とリサイクル商品の普及を進めます。
  - ③ 廃棄物の削減  
「地球温暖化防止自主行動計画」に沿って取り組みを深め、廃プラスチックのリサイクルを進めます。
  - ④ エネルギー・資源の有効活用  
事業所の統合移転・閉鎖時に設備
  - ⑤ 省エネ運転の推進  
環境に配慮した車両の導入を進めます。また、省エネ運転を推進します。
  - ⑥ リサイクル活動の推進  
組合員に供給した商品の容器包装材や、共同購入案内書の資源化リサイクルを進めます。
  - ⑦ 組合員環境活動の推進・支援  
琵琶湖の水環境保全を図る取り組みなど、組合員の環境活動を支援します。
  - ⑧ 地域環境への貢献  
琵琶湖の環境保全を図る行政やNGO・NPOと連携し、エコライフ推進活動への支援を行います。また、役員・組合員の地域活動への参加を進めます。

今月の数字 5月20日現在 ( )内は前年比%  
組合員 13万838人(103.6) / 出資金 74億513万8千円(108.2) / 1人あたりの出資金 56,598円(104.5)  
5月度供給高 18億7082万1千円(100.5) / 1人あたりの利用高 14,298円(97.0)

Q & A  
どににならな?

コープしがでは生産者や業者に、商品政策に合った商品づくりをお願いしていますが、農産物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。



地域

観葉植物の寄せ植え

東近江市蒲生コープ委員会

毎回大好評のガーデニング教室を竜王園芸さんの店内をお借りして実施しました。今回は花ではなく観葉植物の寄せ植えです。陶器にセラミスを入れ、涼しげな緑を植え込みました。セラミスは取り扱いが簡単な室内園芸の新しい栽培システムとのこと。ガーデニングの最新情報が得られたと、参加者に喜ばれました。



二重鍋・圧力鍋で  
エコクッキング

大津市西コープ委員会

燃料の節約は、地球環境の保全にも家計にも良きです。そこで二重鍋(保温鍋)と圧力鍋を使ったお料理を作ってみました。お鍋は少々高価ですが、時間や燃料の節約になります。二重鍋を活用した紅茶豚や、圧力鍋で作る骨ごと食べられるさんまの煮物は、とてもおいしかったです。



幼児期って大切!  
子育てボランティア講座

愛知川エリア協議会

元愛荘町幼稚園主任の杉本栄子さんを講師に、幼児教育の学習をしました。参加者からは「今までガミガミ言っていた過ごしてきた気がします。ここで一息ついて言われて、そのとおりかなと思いました」、「自分が絵本が好きじゃなかったから、なかなか読んでいませんが、

これを機会に頑張りたいです」、「日頃思っているも実際にできないことが多いですが、この講座を思い出してこれからの子育てもしていきたいと思いました」などの感想が寄せられ、託児協力員のおかげで講座に集中できたと、子育てのストレスも少し解消できました。



瀬田しじみ漁体験

中央大津エリア協議会

吹く風も心地よい一日、「湖づくりキャンペーン」の一環として「しじみ漁体験」を行いました。約四十人の参加者は漁船に分乗して出発。漁師さんの説明を聞きながら漁の様子を見学しました。少し前まではいくらでも採れたという「瀬田しじみ」ですが、水環境の悪化で湖底には藻が茂り、数年前から刈り取りなどの浄化活動をされているのだとか。「瀬田しじみ」は琵琶湖の固有種です。参加者はしじみを育てることが明るい未来にもつながることを実感しました。



魚さばき教室

大津市志賀コープ委員会

京都漁連から講師を招き、サゴシとイカのさばき方を教わりました。漁の仕方や魚一匹丸ごと活用する方法など、ためになるお話を聞くことができました。ご夫婦で参加の方や男性のみの参加もありました。魚を丸ごとさばくのは初めて、あるいは苦手という方が多かったのですが、アラのみそ汁がおいしいと好評でした。



2007年夏の産直産地1泊2日

わくわくツアー 参加者募集

今年の夏は、「信州」「鳥取」「境港」「大山」など産地へ行って、いいものいっぱい食べて、体験して、大自然を満喫しましょう!!



☆わくわくツアー第1弾

信州わくわく産直体験ツアー

**日程**  
2007年8月2日(木)～3日(金)の1泊2日(4食付)

**集合場所**  
彦根駅前 午前8時15分集合、30分出発(帰着予定:19時)

**主な内容**  
(1日目)8月2日(木) 於:長野県中野市 信州ハーツ工場見学、きのこ作り体験 宿泊施設=ホテルルートイン中野  
(2日目)8月3日(金) 早朝、希望者のみ、かぶと虫獲り、よませブルーベリー園にて収穫体験、志賀高原原生林散策

**募集人数** 20名 (応募者多数の場合は抽選となります)

☆わくわくツアー第2弾

鳥取わくわく産直体験ツアー

**日程**  
2007年8月9日(木)～10日(金)の1泊2日(4食付)

**集合場所**  
大津駅前 午前8時15分集合、30分出発(帰着予定:18時)

**主な内容**  
(1日目)8月9日(木) 於:鳥取県西部 境港市 井ゲタ竹内工場見学、水木しげるロード、魚センター 宿泊施設=とやま旅館(大山町)  
(2日目)8月10日(金) 大山乳業工場見学、ケーキ作り、大山まきば、アイスクリーム作り体験

**募集人数** 40名 (応募者多数の場合は抽選となります)

☆わくわくツアー第3弾

鳥取産直フェスタ  
「知ればなつとく親子でアグリ体験in鳥取」

**日程**  
2007年8月19日(日)～20日(月)の1泊2日(4食付)

**集合場所**  
大津駅前 午前8時15分集合、30分出発(帰着予定:18時)

**主な内容**  
(1日目)8月19日(日) 於:鳥取市「CO-OPみだに牧場」動物園えさやり体験、牛のえさやり体験、乳しぼり体験、アイスクリーム作り実習、バター作り実習、親子工作(竹とんぼ、竹笛)、ポニー「乗馬」、ゲーム、写生、やまめつつかみ取り、生産者と対話交流、抹茶(お茶会)、芝そり、子牛とふれあい 宿泊施設=レーク大樹(隠の里温泉)  
(2日目)8月20日(月) そば打ち体験(吉野そば研究会)、梨狩り、野菜収穫体験、きのこ収穫体験(菌茸研究所)

**募集人数** 40名 (応募者多数の場合は抽選となります)

●参加費:大人13,000円、子ども9,500円(3歳から小学生まで)  
(3歳未満の幼児の参加で、旅館の寝具や朝食、昼食が必要な場合は実費支払いとなります)  
●応募資格:コープが組員(家族)限定(応募者多数の場合は抽選となります)  
●【申込方法】  
申し込みは、「官製はがき」または「FAX」「E-mail」で参加を希望される「ツアー」名・家族全員の氏名・性別・年齢(お子さんは生年月日)と住所・連絡先電話番号およびFAX番号を記入してお申し込みください。(申し込みは、一家族1枚とします)  
●応募先  
住所:〒520-2351 野洲市雷波甲972

コープしが 無店舗事業部「夏の産直産地わくわくツアー」係  
FAX番号:077-586-4835  
E-mail: Shinjyo.S@coop-shiga.or.jp  
●申し込み締め切り日:7月13日(金)  
●抽選の結果連絡:7月20日(金)までに全員にご案内します。  
尚、当選者への詳細案内は後日郵送いたします。  
【お問い合わせ先】  
コープしが 無店舗事業部「夏の産直産地わくわくツアー」企画事務局 新庄まで  
TEL 077-586-4880 受付(月)～(金)9:00～17:30

能登半島地震義援金を  
送金しました(ご報告)

3月25日午前9時42分に石川県能登地方を襲った地震に伴う被災地の復興に向け、義援金を送金しました。

金額 **163,551円**  
内訳  
①100,000円(見舞金として送金しました。送金日:2007年4月3日)  
②63,551円(組合員店頭募金として送金しました。送金日:2007年5月11日)

送金先 北陸労働金庫 金沢西支店  
口座「能登半島地震災害義援金」

5月10日現在、コープしがを含め全国の生協(生協連合会)から石川県生協連宛にて  
**20,037,395円**  
の義援金が寄せられています。  
\*この内、5月9日に第1次として10,000,000円が谷本石川県知事に贈呈されました。

ピースパレードに  
ご参加ください



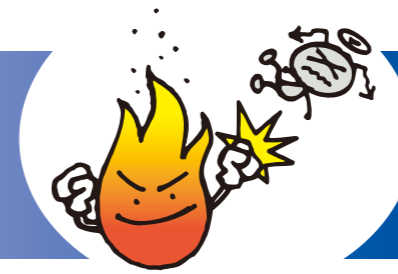
楽器演奏をしながらパレードに参加される方を募集しています。  
実施日 8月4日(土) 小雨決行  
時間と場所 10:30～12:30 (三井集合・出発) (浜大津港・解散)  
お問い合わせ 組織フロア(岡田) ☎0120-668825

ユニセフお年玉募金を送金しました。  
ご協力ありがとうございました。

5月18日に**1,737,778円**を日本ユニセフ協会に送金しました。  
うち、**50万円**をユニセフ「ラオス女性支援」指定募金として送金しています。  
お問い合わせ 組織フロア(岡田) ☎0120-668825

「わが家の電気ダイエット」  
コンクール 家族でチャレンジしよう!!

家族で1か月間、電気使用量の削減に取り組みます。  
共同購入・個別組員 6月25日から配布の案内チラシをご覧ください。  
店舗組員 電話でお申し込みください。  
締め切り 7月13日(金)  
お問い合わせ・お申し込み 組織フロア(岡田) ☎0120-668825



コープしが  
ホットピック **hot topic**

第36回 臨時理事会 (5月29日)

主な確認事項

1 第26回通常総代会関連議案「議案への意見用紙」の質問・意見に対する理事会の考え方について承認しました。

第37回 定例理事会 (6月5日)

主な確認事項

1 5月度の事業経営を確認しました。

- 共同購入全体は、単月組合員拡大が未達成であるもののゴールデンウィーク明けの早期利用人数回復、月間企画回全て計画を達成し、3,950万円計画を上回る実績となりました。部門別受注供給実績では、特に一般食品・雑貨・卵・菓子・酒部門が好調に推移しました。
- 店舗では、ポイント2倍デー(月2日間)、5%オフ(月3日間)及び月初めを「コープの日」と位置付け来店促進に取り組み、利用単価も健闘した結果、供給計画を567万円上回る実績となりました。
- 単月の経常剰余金は、マイナス予算から大きくプラスに転じる実績となり、前期より営業日数が少ない累計においても、前年実績を1,658万円上回る1億5千万円弱の実績となりました。

2 5月度管理添加物(留意使用品目)に係る使用申請について承認しました。

3 2007年度自主研究活動助成制度「公開プレゼンテーション」参加団体の中から、4団体に助成することを承認しました。

4 生活協同組合コープきんき事業連合第4回通常総会議案について承認しました。

5 総代有志からの「任期満了に伴う役員改選における特定の理事候補者を不適任とする発信文書」への対応について承認しました。

6 議案への意見用紙の質問・意見に対する理事会の考え方(追加意見書とその回答及び附属資料Ⅱの一部訂正)を承認しました。

7 理事会・常勤理事会報告

- 5月度新規商品で、コープしが直接仕入商品79品目(農産9品目、水産27品目、畜産20品目、日配20品目、菓子3品目、内コープきんき共同開発商品2品目)とコープきんき共同企画149品目(冷蔵28品目、食品39品目、菓子78品目、飲料4品目)を確認しました。
- 産直生産者登録申請書にもとづき、産直生産者として「山梨県御坂生産者グループ(桃・巨峰・ピオーネ他)」を確認しました。
- 第4回「ピースアクション2007」実行委員会報告をふまえ、ピースパレード(8月4日)成功をめざしたコープしがの取り組み及び第26回通常総代会での「ピースパレード」への参加アピールを確認しました。
- 通常総代会後の閉店説明会の実施要領[7月5日(木)6日(金)富士見台店・日吉台店両日開催]について確認しました。

以上

監事会だより

5月度(4月21日～5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。

- 4月26日 2006年度事業報告書・表示の監査及び証憑確認<経営管理部>  
28日 監査法人監査結果報告&監事会協議  
2006年度期末監査  
第34回臨時監事会[2006年度期末監査結果協議、会計監査人選任同意書、その他]  
5月2日 環境監査委員会&監事会協議[期末環境監査結果、その他]  
第35回臨時監事会[環境監査委員会との協議会報告、2006年度監査報告書の作成、2006年度事業報告書・表示の監査実施日、その他]  
8日 2006年度事業報告書・表示の監査<経営管理部>、<監査報告書提出>  
10日 第36回監事会[常勤理事会報告、監事会議事録の確認、この間の監査所見、理事会宛監査報告書、第1四半期監査内容、出資金残高証明書、内部監査部門との協議日程、今後の監査日程、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>  
5月2日 環境監査委員会&監事会協議[期末環境監査結果、その他]  
7日 環境監査委員会&常勤理事協議[期末環境監査結果、その他]

以上

理事  
会  
だ  
よ  
り



ることも感染することが知られています。飲料水や氷が汚染されると大量の患者発生につながるため、十分な注意が必要です。

カンピロバクター食中毒  
予防の五箇条

- その1 食肉や食鳥肉の生食は避けましょう!
- その2 肉の調理では、十分に加熱しましょう!
- その3 生肉の保存では、他の食品との接触に注意しましょう!  
(ビニール袋や容器に入れます)
- その4 生肉を扱う包丁・まな板は十分に消毒と乾燥をさせましょう!  
(この菌の殺菌には熱湯が有効です)
- その5 生肉を扱った後は手を良く洗ってから他の食品を取り扱うこと!

夏場はとりわけ、  
こんな場面に注意しましょう!!

- ①野外でのバーベキューで  
★レバーや鶏肉などの生肉を十分に加熱せずに食べる
- ②納涼祭や夏祭り  
★生肉に触った後、手を洗わずに、かき氷やサラダを作る



**Q** どんな時に感染するの?

**A** 鶏レバーや鶏のささみ、牛レバーの刺身といった生食や、バーベキュー! 焼き豚・肉類加工品などを加熱が不十分なまま食べることで感染することが多いです。よく洗っていない包丁や手などを介して菌がサラダに移り(いわゆる二次汚染)、体内に入ることもあります。



**Q** カンピロバクター菌の特徴は?

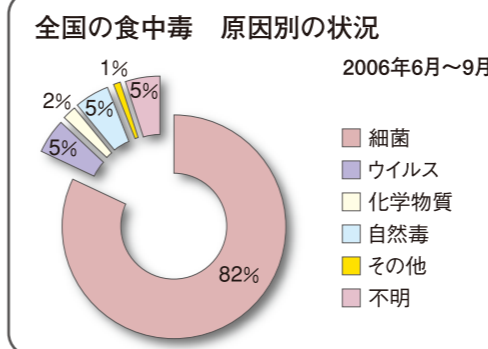
- A**
- ①形と大きさ  
・長さ1.5〜5μmで、コイルのようならせん状をしています。
  - ②どこにいるの?  
・牛や豚・鶏などの腸管内に分布しています。
  - ③菌の特徴は?  
・常温の空気中では徐々に死滅していきませんが、低温に強く4℃でも長期間生存します。  
・百個程度の少ない菌量を摂



**Q** 昨年度(二〇〇六年)夏場に発生した食中毒の状況は?

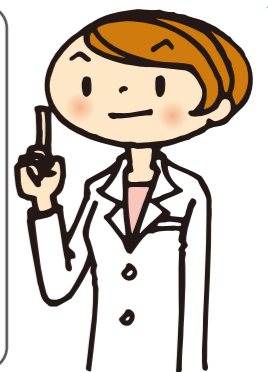
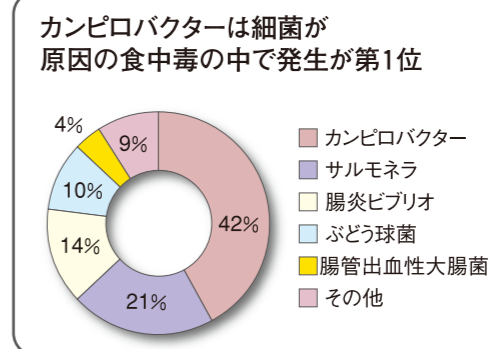
**A** 六月〜九月の四カ月間に、全国で五百四十三件の食中毒が発生しました。うち、四百四十八件は細菌が原因とされ、その中でもカンピロバクター菌が原因とされたものが百九十一件ありました。夏場の発生原因件数の中では、第一位を占めています。(下のグラフ参照)

※通常の加熱処理を行えば、カンピロバクター菌は死滅します。牛レバーや鶏肉を食べること自体には、感染の危険性はありませぬ。  
※食材の中心部を七十五℃以上で一分以上加熱することがポイントです。見た目と言うと肉の中心の色が白くなるまで加熱すれば十分です。



出典:厚生労働省資料

一般に、ウイルスはノロウイルス、化学物質はヒスタミン、自然毒はキノコやフグの毒といった物質をあげることができます。



カンピロバクターによる食中毒に注意しましょう!!  
夏場は食中毒の発生が多くなります

気温が上がると、食中毒菌が増えやすくなります。夏場で最も多い食中毒は、カンピロバクターによるもの。野外でのバーベキューなどは要注意です。

「お譲りします(有料)(無料)」に電話をされる方は**6月23日(土)**以降、抽選は**6月30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(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)
<b>取</b>	取りに行きます。	取りに来てください。	
<b>送負</b>	送料負担します。	送料負担してください。	
<b>その他記号</b>	●…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)		

## 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)

- ピアノ伴奏歌謡曲の楽譜本 (戦前・戦中・戦後・昭和期) **取**か **送負** 大津市 常盤 **TEL** 077-524-5106
- 「定本育児の百科」松田道雄著、岩波書店 **取**か **送負** 大津市 森 **TEL** 077-522-7522 19時以降
- 森島学園 甲南幼稚園男、女制服、帽子、体育着 甲賀市 山田 **TEL** 0748-63-6880
- ニューブロック 東近江市 吉田 **TEL** 0748-22-3372
- 地球儀 栗東市 出口 **TEL** 077-553-2305

## お譲りします(有料) 日程などのルールは厳守して下さい

- ①男児服100~110cm(30着入り1箱、ブランド込、保育園のお着替えに!) **取**か **送負** 2,000円
- ②テーブル付(取り出し可)食卓いす(スヌービー) **取**か **送負** 800円 甲賀市 山末 **TEL** 0748-82-2174
- ①木製一面鏡ドレッサー **取**か **送負** 5,000円 愛荘町 久保川 **TEL** 0749-42-2730
- ①ディズニーベビーベッド(組み立て方、取り扱い説明書付) **取**か **送負** 3,000円
- ②COMBIハイ&ロースウィングラック(取り扱い説明書付) **取**か **送負** 1,000円 大津市 川元 **TEL** 077-533-2785
- ①タオルケット(シングル)薄黄色 **取** 800円
- ②タオルケット(シングル)薄黄色 500円 甲賀市 山崎 **TEL** 0748-63-6853
- 折りたたみ式ベッド **取**か **送負** 2,000円 草津市 小野 **TEL** 077-564-6434
- ①布オムツ&オムツカバー 新生児~10kg 天使の羽付き 2,500円
- ②男児服 新生児~90cm 30着ぐらい 2,000円 長浜市 伊藤 **TEL** 0749-65-6101 **FAX** 0749-63-7956
- 男児服120~130cmオールシーズン約35点 **取**か **送負** 1,500円 草津市 片岡 **TEL** 077-567-5881
- ①七田式ドットカード一式ビデオ付き **取**か **送負** 1,000円
- ②リトミック研究センター教材一式 **取**か **送負** 1,000円 大津市 大沢 **TEL** 077-533-2307
- ①120cm女児発表会等に着る半袖白ワンピース **取** 1,000円
- ②ジュニアシート **取** 500円 大津市 松尾 **TEL** 077-533-2721 TEL 18時以降
- ①組立式ロフトベッド(取説あり、スチール製) **取**か **送負** 亀王町 中島 **TEL** 0748-58-0414
- 卓球台キャスター付きではない。あまり使っていない。ネット付 **取** 彦根市 箕形 **TEL** 0749-23-4715
- Wベッドマットレス(ドリームベッド・ノーマル) **取** 湖南市 植西 **TEL** 0748-75-8388

## お譲りします(無料) 日程などのルールは厳守して下さい

- ①女児用浴衣1~2歳用白地果実柄、3~4歳赤地に星柄、5~6歳白地に花柄、130cmピンク地に花柄 **取** 草津市 木下 **TEL** 077-568-1045
- ①ヒステリックGの服6点 8,000円
- ②ヒスミニのスリッポン12.5 2足、アディダス13、14cmで3,000円 **取** 彦根市 大林 **TEL** 0749-27-3732
- ①アップリカジュニアシート(マシュマロDX) **取**か **送負** 1,000円
- ②とっとこスケーター(ハム太郎、箱入り) **取**か **送負** 1,000円 大津市 林 **TEL** 077-548-9468
- ①オールシーズン女児服(120~130cm、ブランド多)1箱 **取**か **送負** 3,000円
- ②オールシーズン男児服(130~140cm、ブランド多)1箱 **取**か **送負** 3,000円 大津市 岩崎 **TEL** 077-579-4784
- ①西川のベビー寝具セット7点、きいろ、ぞう・きりん・うさぎ **取**か **送負** 5,000円
- ②コンビベビーシートプリムベビーきいろ(新生児、チャイルドシート、ベビーキャリア) **取**か **送負** 5,000円 大津市 藤井 **TEL** 090-2285-2921

### ◆生協商品が送れるの?

「ねえ、聞いてよ」を読んで、生協商品が送れる〜なんて、今まで知りませんでした。愛息が一人暮らしを始めたなら送ってあげよう! かな。

甲賀市 K・U

### ◆高齢者用の商品に期待

生協に加入して早二十五年。小さかった子どもたちも独立し、夫婦二人の生活になりました。以前は、安全・安心なお

### ◆《味パック》でふりかけ

五月号で取り上げられていたお料理だし《味パック》。子どもが離乳食の時に使用していました。化学調味料を使用していないところがGOOD!! その《味パック》がふりかけとしても使えるなんて(簡単レシピ)! 思ってもみなかったです。育ち盛りの子どもにもよさそう! と思いつきながら読んでいました。毎回、簡単レシピが載っているといいなと思います。

近江八幡市 小西 清美

### ◆介護の合間に「スパイラル」

仕事をやめ、介護に専念しながら一人のゆつくりした時間を作り、今までゆつくりと目を通せなかった「スパイラル」を読んでいます。順調にきている介護生活に波が立たないことを願いながら…。

近江八幡市 藤野ちか子

### ◆レジ袋お断り

「節約のヒント」を毎回楽しみにしています。レジ袋一枚に石油が十六ミリリットル使われていると知り、びつくりしています。具体的な数字で示されると、より自覚がわいて行動に移したくなるものですね…。

彦根市 宮崎 美保

### ◆《味パック》でふりかけ

五月号で取り上げられていたお料理だし《味パック》。子どもが離乳食の時に使用していました。化学調味料を使用していないところがGOOD!! その《味パック》がふりかけとしても使えるなんて(簡単レシピ)! 思ってもみなかったです。育ち盛りの子どもにもよさそう! と思いつきながら読んでいました。毎回、簡単レシピが載っているといいなと思います。

守山市 新(旧?)婚ママ

# ねえ、聞いてよ



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ください。掲載者には図書カードをお送りします。

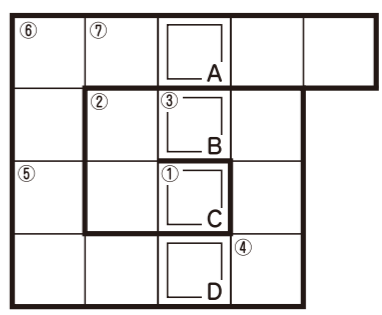
## スパイラルクイズ当選者

- NO.167の答え「パートナー」
- |      |      |
|------|------|
| 応募総数 | 227通 |
| 内正解  | 226通 |
- 米原市 田中かよ子
  - 多賀町 若林 光江
  - 東近江市 奥井つや子
  - 高島市 中川 和子
  - 大津市 高橋 直子
  - 米原市 堀江かおり
  - 東近江市 伊藤 敬子
  - 高島市 古川 公子
  - 近江八幡市 原 幸代
  - 東近江市 森 英子

厳正な抽選の上、10名の方に500円の図書カードを差し上げます。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。Eメール、faxでも受け付けいたします。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  
7月10日(消印有効)

カギをヒントにまん中の①から言葉を書き込み、次の言葉を続けてしりとりをしていき、全部できたらA~Dの文字を並べてください。



## 頭の体操 MENTAL GYMNASTICS

### しりとりクイズ

《しりとりのカギ》

- ①かぜ予防、外から帰ったら□□□をしましょう。
- ②忍者といえば甲賀と□□。
- ③大相撲も□□□□人力士が多くなったね。
- ④♪ジングル・ベル、ジングル・ベル 鈴がなる…。
- ⑤この部屋、□□□風が入って寒いね。
- ⑥カイコからとれる□□玉。
- ⑦独特な様子。彼って□□□な人ですね。