

コープでつくる私の暮らし

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。

発見・くらしいもの…20ページ
スルツとはがれて使いやすい！
不思議なホイル

● 稲穂の匂いは秋真っ盛り!!
● 稲刈りを体験しました…13ページ
● 食の知恵袋…12ページ
旬の野菜をかしこく食べよう
〜 part 4 冬〜

つくる人*食べる人…3ページ
らぶジャーナル…6ページ
くらしいなかの
ニオイと香り
私がえらんだマイコープ…8ページ
わが家の簡単おつまみ
北海道の大地で肥育された
安全・安心の牛肉を
組合員のもとへ



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。

1
January 2013
No.259

January 2013 No.259

発行責任者/理事長 西山 実
発行/2012.12.17

生活協同組合コープしが
〒520-2351 滋賀県野洲市富波甲972

TEL (077) 586-4839 FAX (077) 586-4840



スルツとはがれて使いやすい!
不思議なホイル
COOPくっつかないホイル

目玉商品になることも多い料理用「アルミホイル」。その中で、少し高めの価格設定にも関わらず根強い人気なのが「COOPくっつかないホイル」です。その理由を紹介します!

COOPくっつかないホイルの言延生

1988年春から、強度・耐腐蝕性・食品安全性・加熱時の安全性能など、たくさんの条件をクリアするための試行が行われ、フッ素樹脂にエンボス加工した料理用アルミホイルが開発されました。ですが高価な加工のため、当時は5mで258円という価格。なかなか手が出せないものでした。そこでコストダウンに取り組み、1999年にシリコン樹脂をコーティングした初代「COOPくっつかないホイル」が誕生。その後改良を重ね、特に「冷蔵庫から出したばかりの肉も、アルミホイルを敷いたフライパンで調理するにクっつきやすい」という声に応えるため、力を注ぎました。そして2010年、価格をそのまま、シリコン樹脂の塗布量をほぼ2倍にした、現在お届けしている「COOPくっつかないホイル」になりました。とは言い、一般的なアルミホイルより値段は高め。それでも利用者は年々増え続けているそうです。全国の組合員さんに利用し続けられている理由は…

- ポイント① 一面のシリコン樹脂コーティングで、くっつきにくい!
- ポイント② 調理器具が汚れにくく、後片付けもラク!
- ポイント③ ノンオイル調理ができてヘルシー

リヤのない面(巻きの内側)に料理ものをせて下さい



利用している組合員の声

みりん漬・みそ漬など、ガンコに焦げ付く食材もくっつきません。

子持ちししゃもなど、皮が破れて卵がこぼれてほう失敗も少なくなりました。

目玉焼きもスルツと取れました。お食前、ピザ、焼きおにぎりもくっつきません。

フライパンや焼き網に敷いて使えば、後始末もラク。節水にも繋がります。

鍋にホイルを敷いて煮る汁を作ります。ホイルごと持ち上げて具をスライドさせれば簡単に盛りつけられます。

ホイルをカップの形にして、ふかしたシイタケを入れてよからとろけるチーズをたっぷりかけたオムレツで焼いてお弁当に入れました。

今回(1月1日)配布「くらしいパートナー」でご案内しています



COOPくっつかないホイル

…と料理や片付けの時矢直に、料理の見栄えに、大活躍しています。COOPくっつかないホイルで、スムーズ&スマートに料理を楽しんでみませんか?



北海道の大地で肥育された 安全・安心の牛肉を 組合員のもとへ



今回は、生協が取り扱う牛肉を生産する株式会社マルハニチロ畜産や、生産者の一人である株式会社大野ファームを、組合員理事3名と職員5名で視察したレポートをお届けします。

**食の安心を確かめるため
北海道・十勝平野へ**

組合員理事と職員が訪れたのは、北海道、十勝平野のど真ん中、帯広市の西隣に位置する「芽室」という町です。市街地を抜けると、雄大な農村風景が広がります。ここにあるのが、(株)大野ファームです。広大な畑で、道路のすぐ脇では、ジャガイモやとうもろこし、小麦、飼料となる大豆・ビート・デットコーンなども栽培されていました。

(株)大野ファームと(株)マルハニチロ畜産で生産されているのは、商品案内書エコーで取り扱っている「国産牛切落し(モモカタバラ)」や、「北海道産若牛切落し(バラ凍結)」「国産牛バラ切落し(バラ凍結)」「北海道産牛すき焼用(肩ロース)」「国産牛豚合挽ミンチ(バラ凍結)」、また、商品案内書はくばくエコーで取り扱っている「国産牛こまぎれ」「国産牛モモすき焼用」の原料肉。牧場から組合員のもとへ届くまで、どんなこだわりで育てられ、またどんな工程を経て加工されているのか、見せていただきました。

今日のスパイラルレシピ

今回の食材は牛肉。年末年始のこの時期は、いつもよりちょっぴり贅沢に…ということもあって、牛肉が登場する回数も多いのではないのでしょうか。次の3ページから5ページで、組合員理事と職員が、牛肉の生産者を訪ねたレポートになっています。あわせてご覧ください。



ピザ風牛肉炒め

【材料】(3~4人分)
牛切り落とし肉200g、玉ねぎ・トマト各1/2個、にんにく1/2片、ピザ用チーズ80g、油大さじ1、A=<塩小さじ1/3、こしょう少々>、B=<塩・こしょう各少々>、パセリのみじん切り適宜

【作り方】調理時間約10分

- ①牛肉にAをまぶす。玉ねぎとにんにくは薄切りにする。トマトは1cm角に切る。
- ②フライパンに油とにんにくを熱し、香りが出たら牛肉を炒める。色が変わったら玉ねぎを加えて炒め合わせ、Bで調味してトマト、チーズを散らす。ふたをして弱火で2~3分蒸し焼きにし、パセリを散らす。



牛肉と白菜のカレーすき煮

【材料】2人分

牛切り落とし肉200g、白菜2枚、春菊100g、白ねぎ1本、A=<水1カップ、しょうゆ・砂糖・酒各大さじ2、カレー粉大さじ1>

【作り方】調理時間約15分

- ①白菜はそぎ切りにし、葉と芯に分ける。春菊は半分の長さに切り、白ねぎは斜め切りにする。
- ②フライパンにAを煮立て、白菜の芯を入れて5分ほど煮る。牛肉、白ねぎを加えてさらに3~4分煮、春菊、白菜の葉を加えてサッと煮る。



牛肉とミックスベジタブルのピラフ

【材料】(3~4人分)

牛切り落とし肉150g、ミックスベジタブル80g、米2カップ、固形スープの素1個、バター大さじ1、A=<酒大さじ2、塩小さじ1/2、こしょう少々>、B=<塩・こしょう各少々>

【作り方】調理時間約40分(米の水切りと浸水させる時間は除く)

- ①米は洗ってザルに上げ、水気をきって釜に入れる。
- ②ポウルに湯2カップを入れ、固形スープの素を入れて溶かし、①に注いで約20分おく。Aを加えて混ぜ合わせる。
- ③牛肉にBをふって②に入れ、凍ったままのミックスベジタブル、バターを加えて全体に広げ、普通に炊く。
- ④炊き上がったらざっくり混ぜる。



ホルスタイン肥育牛 生産の流れ

酪農家

2週間前後まで
(体重 50kg 程度)

素牛農家

およそ6カ月齢程度まで
(体重 300kg 程度)

肥育農家

18カ月齢程度まで約1年間飼養
(体重 800kg 程度)

と畜



写真はマルハニチロ畜産十勝加工工場。現地で加工を行い、新鮮な牛肉をお届けします。

ブロック肉を加工、 そして組合員さん の元へ

(株)マルハニチロ畜産で部位ごとのブロックの品質を保持したまま、牛肉は甲賀市甲南町にある株式会社ジガフードプロダクツに届き、ここでスライス加工されます。それぞれのご家庭で調理しやすい量目やいろいろな食のシーンをイメージした商品づくりを行っています。

人も、自然も、 牛も、みんなが 健康であること が本当のおいしさ

- ① 健康な作物は健康な土から。土づくりを徹底的にこだわります。
 - ② エサになる牧草・麦わらは地場産にこだわり、農場内で採れたものと地場産を使用。1頭1頭に愛情を込めて育てています。
 - ③ 安心できる農畜産物を作り食していただくことで、未来の子どもや組合員の健康のために貢献したい。
- これが、(株)大野ファームのこだわり「3本柱」だそうです。

堆肥は、(株)大野ファームの畑に入れるほか、同じ地域の農家の麦わらと交換することもあります。お互いに足りないものを交換し合い、循環させることで、健康な農畜産物の輪が広がります。こうすることで、「農のリサイクル」が生まれてくるのです。

食べて安心できる 「牛づくり」のために

(株)大野ファームでは、乳用種ホルスタイン肥育牛の子牛(生後2週間前後)から肥育(18カ月齢程度)までの生産を行っています。抗生物質無添加のミルクで育ち、飼料はNON-GMO(非遺伝子組み換え)で、収穫後農薬(ポストハーベスト)のない、とうもろこしなどを食べて育っています。月齢や健康状態に応じて、飼料の配合を変えています。



「牛の健康状態は、毎日の牛とのコミュニケーションが取れていなければわかりませんよ。また、エサに乳酸菌を入れることで、牛の内臓の働きが良くなり、糞の臭いが抑えられます。」と大野社長。

牛が快適に過ごせるようにと、エサを食べる所と、水を飲む所が別々に設置されていました。天井も高く、換気扇も設置するなどの工夫もされていました。牛舎に敷かれている床も、わらやおがくずなどを入れ、快適に過ごせるように、定期的な交換。使用済みのものは、畑への堆肥として再生されています。



大切に大きく 育てられた牛は 枝肉となって 各工場へ

北海道畜産公社で「と畜」され、品質のチェックとグレードを確認した印が刻印された枝肉が納品されます。(今回お伺いした、(株)マルハニチロ畜産十勝加工工場では、肥育牛を中心に1日23頭、芽室町にある(株)マルハニチロ畜産のグループ企業であるニチロ畜産(株)十勝工場では、経産牛を中心に1日40〜60頭が処理されています。)

最初の作業は、天井から吊り下げられた枝肉を電気のござりとナイフで、骨から肉をはずす作業です。強い力を使って骨から肉を剥がす作業があったかと思えば、ナイフを使って繊細に筋肉から肉を切り取る作業があり、熟練された技術と経験から生み出された勘が必要な作業だと感じました。ここで、各部位ごとのブロックになります。

研修を終えて

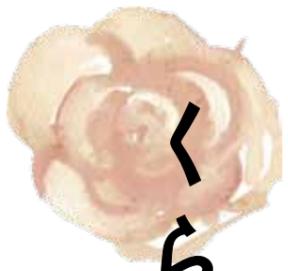
酪農王国北海道も例外ではなく肉牛飼養農家・飼養頭数は年々減少しています。また、昨今の飼料穀物や原油価格の高騰、それにTPP問題などは、農家経営を大きく圧迫し、国産牛肉を取り巻く環境は厳しくなるばかりです。

この問題は実際に営んでいる畜産農家の方たちだけでなく、日本国民の最大の食糧問題・農業問題として、国全体で考えていかないとけないと思います。日本で作られた肉、

野菜、米ほど安心して食べられるものはありません。

今回、畜産農家から食肉加工までの流れを知り、学ぶことができました。おいしく安全・安心な畜産物を組合員に提供しようと日々努力されていることを伝え、農家・メーカーと組合員とを繋いでいきたいと思えます。それが日本の農業を守ることにつながると強く感じました。商品案内書や広報、交流などの活動を通じて相互理解が広がり、おいしく安全・安心な牛肉利用が進むよう結びつけられればと思います。





くらしの中のニオイと香り

大掃除を終えたあとは、家中ピカピカで気持ちがいいもの。さらに、気になるニオイを和らげて、良い香りが漂っていれば一層「心地良いわが家」に。今回は、「良い香り」と気になる「いやなニオイ」についてご紹介します。7ページでは、エステ株式会社の船橋一良さんと、山岸千恵さんにニオイについて教えていただきます。



船橋 一良さん
エステ株式会社
研究グループ



山岸 千恵さん
エステ株式会社
マーケティンググループ

人の嗅覚・いやなニオイについて

人は、普段どんな香りや臭いを感じているのでしょうか。

1 おいしそうな香り→生きていくうえで大事な食べ物と判断していただきます。

2 腐ったニオイ→身体に害があるものと判断して、遠ざかろうとします。

3 なんとも不思議なニオイ→今まで嗅いだ事のないニオイは警戒します。

嗅覚は、生き物が生きていく上でとても大事な感覚です。いい香りやいやなニオイは、何百何千という香りの成分が独特のバランスで混ざっています。嗅覚は、その混ざった香りを鼻の中に何百種類あるといわれるセンサーで感じ取り、その信号を脳で判断しています。

いやなニオイの正体

「暮らしの中でニオイの気になる場所」のアンケートでは、上位に「トイレ」「台所のゴミ箱近くや排水口」「下駄箱周り」が来ます。

生活の衛生環境はどんどん良くなり、トイレや生ごみもきちんと処理されているにもかかわらず、いわゆる家のニオイはなくなっていない。

「良い香り」の歴史

「香り」と聞いて、何が頭に浮かびますか？ 桜やキンモクセイ、バラなど花の香りはもちろん、人工的に開発された、お香や香水など、香りを楽しむものは世の中にたくさんあります。最近では植物から抽出した天然の香りを楽しむアロマオイル(精油)も浸透し、香りを楽しむという行為が、より手軽で日常的なものになりました。

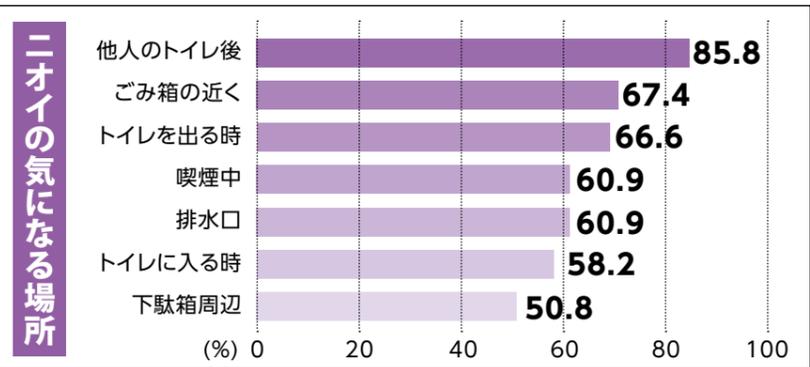
ですが、香り文化の歴史は古く、世界では古代ローマの時代から、日本では奈良時代から、ごく一部ではありますが人は香りを生活に取り入れていたようです。奈良時代に発行された『日本書紀』にも、お香のはじまりについて触れられています。当時のお香とは、「白檀」や「沈香」などの香木と呼ばれるもの。熱すると非常に良い香りをする木材ですが、白檀は熱を加えなくても香り、線香や仏像、数珠など仏具



最近、複合臭としみつき臭がその主な原因であることがわかってきました。

「複合臭」ある特定の組み合わせでニオイが混ざること、もともとは良い匂いのもので、気になるニオイに変わってしまったもの。

「しみつき臭」ニオイが壁や天井に染み付き、それがまた空気中に出る時に、成分のバランスが崩れて気になるニオイになったもの。



の原料として今も利用されています。

また、茶道や華道と同じように、日本には香道と呼ばれる、香りを楽しむ文化があり、特に平安時代には、平安貴族たちの遊びの一つとなっていました。ちなみに、香りを「嗅ぐ」ではなく、「聞く」と言い、楽しむことを「聞香」と言います。

このように数千年の昔から、日本人は香りに親しんできました。楽しむだけでなく、魔除けやお守りという意味もあった「香りを身に付ける」という習慣も、現代ではその時々々のシチュエーションや気分に合わせて変えられる、とても身近な生活アイテムになりました。

いやなニオイの撃退法は？

■化学的消臭法…悪臭成分を化学反応によってニオイのない成分に変えてしまう方法。身近には、お茶のポリフェノールや重曹、クエン酸などがそのような効果を持ちます。

■物理的消臭法…冷蔵庫脱臭剤に良く使われる備長炭、活性炭などがこの作用を持ちます。いろいろな悪臭成分を取り込んで放しません。

■感覚的消臭法…いい香りやいやなニオイを感じなくする方法。昔は、強い香りで悪臭を感じなくするマスキング法が使われていましたが、強い香りは好き嫌いが分かれるため、今では、悪臭を良い香りの一部として取り込み、良い香りに変えてしまうペーリング法が主流になっています。

■生物的消臭法…トイレのニオイや、生ごみ臭、体臭などは、主に雑菌が生まみ出すニオイです。そこで、悪臭を作り出す雑菌の繁殖を抑えることで悪臭の発生を抑える方法です。例えば①除菌剤を使う②悪臭を作る悪玉菌を、無害の菌で抑える③悪臭の原因物質を食べて分解する善玉菌を使う。

多くの消臭剤は、これらの方法をあわせて使うことで、消臭効果を上げています。特にペーリング法はいわゆる悪臭から複合臭、しみつき悪臭まで広く効果を発揮できる方法です。

「鼻が慣れる」に気を付けて

五感の一つである「嗅覚」では、良い香りだけでなく不快な臭いも感じ取ります。感覚の問題なので人によってそれぞれ、特に嗅覚は個人差が大きいと言われていますが、一般的に「いやなニオイ」と呼ばれるものはあります。

そして人の嗅覚は鋭く、空気中のわずかな物質も感知しますが、たとえ「いやなニオイ」であっても、同じ臭いを嗅ぎ続けていると、あまり感じなくなるという特徴も持っています。これが嗅覚疲労、すなわち「鼻が慣れる」ということです。

そこで気を付けたいのが、自分は気にならないけれど、ほかの人は気になる臭いかも知れない、ということ。たとえばペットやタバコのニオイは生活の一部です。ですから鼻が慣れてしまい、自分では気付かないもの。来客を気持ちよく迎えるためにも、エチケットとして少し注意しておきたいものです。

良い香りを楽しむ際も、来客時のリビングには華やかな香りでおもてなしを、寝室は心やすらぐ香りを、と場所や状況によって変えると、いつでも新鮮な気分が過ごせることができます。



表情豊かな香り

人は香りによって、無意識にその場のイメージや気持ちに影響されていると言われています。場所や状況によって、自在に消臭や脱臭、香りを変えられることができる今、ファッションを楽しむように香りを選んで、空間を彩ってみませんか。

香りの好みは様々なので、まずは自分のお気に入りの香りをみつけてください。好きな香りで部屋が満たされると、ゆったりとした気持ちになり、リフレッシュに最適。香りの上級者なら、部屋の用途や気候によって香りを変えてみては。わが家が心地良いと、毎日の生活にもハリが出て、生き生きと過ごせそうです。

来客時は主張しすぎない柔らかな香りを用意して、目に見えないからこそ、さりげないおもてなしでお迎えしましょう。

エステーの消臭・芳香アイテム



お部屋の消臭力 せっけん



トイレの消臭力 グレープフルーツ

日用雑貨担当 **竹村敏子**さん

組合員さんが、広告や商品にいかにも目を留めるかを念頭に、商品の配置や並び方を考え、欠品が出ないように各部門同士でフォローし合っています。店長がすごく明るいので、和気あいあいとしています。



わが家の常備品です♪

◎◎ サラダフレークを、塩もみした千切りきゅうりとオリーブオイルで和えると、ビールにもワインにも合う一品になっておすすめです(他レシピは下記参照)。実は冷凍保存できるので、わが家の冷凍庫には常にストックがあります。



◎◎ サラダフレーク

担当は特になし **平沼由美子**さん

私は働き出して、まだ1カ月(※取材時)。接客業自体初めての経験で、教えてもらいながらなんとか頑張っています。今は組合員さんにも助けられています。指示を待たなくても動けるようになりたいです。



どんなお酒にも合うおつまみ

私のおすすめは、カマンベールの生ハム巻き。豪華に見えて、作り方は◎◎北海道カマンベールチーズを◎◎生ハムロールで巻いて黒こしょうをふって終わり、という簡単さ。巻き終わりを下にしてお皿に並べ、もしあれば、イタリアンパセリを上に乗せると、さらに見栄えが良いですね。スパークリングワインでも日本酒でもなんでも合うんですよ。



◎◎北海道カマンベールチーズ



◎◎生ハムロール

冷凍食品担当 **岡田美智子**さん

働く上で心がけているのは、棚の陳列を常に見栄え良く、見やすくすること。スタッフ同士で仲が良いのですが、そういった風通しの良さなんかは自然と組合員さんにも伝わっているはず。その点も含めて店全体の清潔感を保って行きたいです。



「あと一品」は冷凍食品を活用

使い勝手がとても良く、レンジかトースターがあればできるのが、◎◎若鶏のからあげです。お皿にレタスを敷いて温めたからあげを盛り、プチトマトで彩りを添えれば完成!旨みがあってジューシーで重宝しています。冷凍の◎◎たこ焼きも、食べたい分だけ温められるので、「あとちょっと何か食べたい」時に便利です。



◎◎若鶏のからあげ



◎◎たこ焼き

菓子・和菓子・パン担当 **大友由美子**さん

大切にしているのは「どこのお店にも負けない対応」。他店で取り扱いのないものも、なるべく手に入れるようにして、組合員さんに信頼感・安心感を持ってもらえるように心がけています。何でも職員にどんどん聞いてくださいね。



おつまみになるお菓子はコレ

おつまみとしてだけでなく、子どもも楽しめてパーティーに欠かせないのが、◎◎野菜がはいったポテトチップス イタリアントマト味。4種類の野菜が生地に練り込まれていてコクがあり、歯ごたえも良いです。◎◎自家焼きパンを使ったシュガーラスクは、甘みが抑えられていて固すぎず、幅広い層におすすめです。



◎◎野菜がはいったポテトチップス イタリアントマト味



◎◎自家焼きパンを使ったシュガーラスク

こんにゃくのサイコロステーキ

【材料】(2人分)
板こんにゃく1枚、油少々、A=くしょうゆ大さじ1、みりん大さじ1/2、砂糖小さじ1、にんにくのすりおろし1/2片分、青ねぎの小口切り適宜
【作り方】調理時間約10分
①こんにゃくは格子状に切り目を入れてひとくち大に切り、油を熱したフライパンで焼き色がつくまで焼く。
②混ぜ合わせたAを加えて全体からめ。
③器に盛り、青ねぎを散らす。

簡単! ぜいたく中華スープ

【材料】(2人分)
サラダフレーク40g、ほたて貝柱の水煮30g、卵1個、A=く水2カップ、鶏がらスープの素小さじ2、B=くしょうゆ小さじ1、塩、くしょうゆ各少々
【作り方】調理時間約5分
①サラダフレークは手でさく。ほたては水気をきる。
②鍋にAを煮立てて①を加え、溶いた卵を回し入れ、Bで調味する。

サラダフレークの巻巻き風

【材料】(10個分)
サラダフレーク1パック、アボカド1/2個、ぎょうざの皮10枚、A=くマヨネーズ大さじ1、練りわさび小さじ1、油適宜
【作り方】調理時間約15分
①サラダフレークは手でさく。アボカドは縦10等分に切る。
②ぎょうざの皮にアボカド、サラダフレークを並べ、混ぜ合わせたAをぬって巻き、多めの油で揚げ焼きする。



あが家の簡単おつまみ

パパッとお手軽!



お酒を飲む機会も多い年末年始。今回は、ミニコープ草津の職員の方々に、手軽に作れておいしい、お酒のおつまみと、2013年度の閉店を前に、それぞれの思いを聞きました。



クリスマスパーティーに活躍してくれる商品も取りそろえています。

年度にすべて閉店の予定ですが、そこで今回は、「お酒のおつまみ」と一緒に、ミニコープ草津について、また仕事に対する思いについて話していただきました。それぞれに熱い思いを抱きながら、キラキラと笑顔を絶やさない姿、明るい雰囲気は、訪れた組合員にも伝わっているようです。みなさん「閉店まで一生懸命頑張って運営します」という前向きな姿勢が印象的でした。

毎日笑顔で頑張ります!

「ミニコープ」は、生協の共同購入や個配を補完する目的で展開しているコンビニサイズの店舗のことです。現在、滋賀県には今回の取材先の「ミニコープ草津」のほか、「ミニコープ西大津」「ミニコープズタウン」「ミニコープ野洲」の4店舗がありますが、来年2013年度にすべて閉店の予定です。

ボリュームがあつてヘルシー

私のおすすめは◎◎国産生芋板こんにゃく。生芋100%使用しているの風味も良く、とってもおいしい!生芋100%でこの値段段、お値打ちですよ。簡単におつまみにできるレシピは左ページ参照、ボリュームがあるのにヘルシーな点もありがたいですね。

◎◎国産生芋板こんにゃく

スタッフは、みんな元気。いつもみんな笑っているから、お店の雰囲気も良いです。来店してくださる組合員さんもフレンドリーでアツトホームです。小さくて古いお店ですが、手をかけて大切にしているの、古さからにじみ出る親しみやすさや愛着があります。明るく元気なお店にしたいですね。



ミニコープ草津店長 津田明子さん

チンだけで本格的な味を食卓に

レンジでチンしたらできあがり、の究極の簡単おつまみが◎◎やわらか豚角煮トンポーロ。皮付き豚三枚肉をじっくりと煮込み、カットまで済んでいるので包丁要らずです。自分ではなかなか出せない深みのある味になっているので、わが家ではよくお父さんのおつまみに利用します。

◎◎やわらか豚角煮トンポーロ

私は野菜担当ですが、まず安全第一、そしてそれほど高くないもので産直の新鮮野菜をできるだけ仕入れるようにしています。毎週金曜日は野菜と果物を1割引にしています。組合員さんが喜んでくださる店づくりをしていきたいです。



青野菜・果物担当 瀬口幸子さん



エリアレポート

学習会やイベント等、各エリアでの活動を報告します。

- 第1エリア:高島市
- 第2エリア:大津市
- 第3エリア:草津市、栗東市、守山市、野洲市
- 第4エリア:甲賀市、湖南市
- 第5エリア:近江八幡市、東近江市、蒲生郡
- 第6エリア:愛知郡、彦根市、犬上郡
- 第7エリア:長浜市、米原市

組合員全エリア対象活動

イベントなどの予定は、10日頃配布される**ぱくぱくコミュニティ**をご覧ください。



第7エリア、プチイタリアンな試食会のメニュー

「食べてみなくちゃわからない」夕食サポーター試食会

第1エリア マキノ町地域委員会

10月3日(水)、「夕食サポーター」の試食会が開催されました。「夕食サポーター」とは、高齢者暮らし、共働きなど、夕食作りで困っている組合員さんの「食」を見守る生協事業の一つです。まず生協職員で夕食サポーター事業担当の布施から説明されました。

現在順次拡大しながら滋賀県の様々な地域で展開し、今年度から高島市でもスタート。口コミでも広がり、朽木の配達もスタートしたそうです。安否確認「たすけあい」の側面も大きく、配達時に前日配達したお弁当がそのまま残っていた時などは、あらかじめ登録してある「緊急連絡先」に連絡。「利用者がお弁当ストップを忘れて旅行に行かれていた」との事で、ホッと胸をなで下ろした事もあったそうです。

参加者からは「自分が高齢になり独り暮らしになった時、こんな便利なら安心。私の年代では少し味が薄けれど、高齢になると、このくらいの味付けに慣れてはいけなくて感じた」「かねてから興味があったので、試食でき話しができて良かった。よく考えて利用を検討したいと思う」などの声が寄せられました。



こどもたちとハロウィンパーティー

第3エリア ほんぼこぼん

子育て広場のほんぼこぼんでは、毎月1回の親子活動が行われています。10月16日(火)は、ちよびり早いハロウィンパーティーが開催されました。

ハロウィンとは、ヨーロッパやアメリカで行われる民俗行事で、10月31日に、おぼけや魔女に仮装した子どもたちが、「トリック・オア・トリート!」(お菓子くれなきゃいたずらしちゃうぞ)と近所の家をまわり、お菓子をもらいます。近年、日本にも定着しているため、当日も子どもたちはかわいく仮装していました。

それから、かぼちゃの容器を作ってお菓子を配っていただきました。「トリック・オア・トリート!」とはしゃぐ子どものかわいい姿に、お母さん達もニコニコ、楽しそうでした。



赤ちゃんのいるママとほっこりPARTY

第5エリア 竜王町地域委員会

10月1日(月)、ベビーマッサージの企画が開催されました。初めての子育てに戸惑うママ、毎日忙しくてなかなかリフレッシュできないママ、だからこそベビーマッサージを通して赤ちゃんのことを幸せだなあと感じてもらえたら、という思いで企画されました。

マッサージ中は、講師のやさしい語り口にママも癒された様子。マッサージを通して、いつもと違った触れ合い方で、赤ちゃんもお母さんも新鮮な気分だったのではないのでしょうか。マッサージの講義が終わった後には、お茶とお菓子でつかの間のティータイムを楽しみました。ママは日常を忘れてほっこり、赤ちゃんはやすやすと寝ていたり、遊んでいたりと、ほんの少しの時間でしたが、参加されたママと赤ちゃんもゆったり、じっくりと触れ合うことができ、笑顔が見られました。



食の安全安心学習会

第6エリア 北地区事務局

10月11日(木)、コープしがの品質保証チーム・西本さんを講師に迎え、学習会を開催しました。商品政策、産直政策を通じて、食の安全・安心への考え方、食品添加物自主基準に関することを組合員に伝え、正しく理解し学ぶでもらうのが狙いです。参加人数14人で、コープしがの商品政策、産直政策、食品添加物について学習し、あつという間に1時間30分が過ぎ終了しました。

参加者からは「今まで知らなかった基本を教えてくださいました」「とても興味深く聞きました。今回は商品政策、産直政策、食品添加物についてでしたが、もともと商品添加物について詳しく知りたいです」「こういう機会がないと添加物のことを忘れてしまいますので、話が聞けて良かったです。やっぱり生協の商品は安心なんだと今日改めて思いました」「商品を購入する際、今日学んだ事を注意して選ぶように思いました」などの感想があり、有意義な時間となりました。



プチイタリアンな試食会

第7エリア 北地区事務局

10月4日(木)組合員の行事参加を広く広げる目的として、また、コープきんぎの秋のおすすめ商品試食会の提案を受け「きんぎ商品」を知ってもらう場を設けました。

参加者は、若いお母さんとお子さんを中心。「簡単、おいしい」をコンセプトに、会が進められました。エリア委員からは、商品や調理方法を説明していただきました。試食をしながら、いろいろな商品やお気に入りの商品の話で盛り上がり、楽しいひと時となりました。

参加者からは「生協の商品をさらに知ることができてよかったです」「試食することで安心して注文ができます」「簡単なのにおいしい」「いろいろな商品についても知ることができてよかったです」との感想をいただきました。



ふくし全体フォーラム 想いをカタチに

くつながりまちづくり100人会議

コープしがでは、くらしのさまざまな困りごとについて生協事業活動をあわせもって、地域の諸団体と共に「くらしを創造する福祉」に取り組みすることを指針として掲げています。今回は、コープしがの福祉の観点から、「組合員・地域住民が主体的に参加する新たな協同のあり方、参加の場づくり」を考える機会として、「居場所づくり」について学び、考える「ふくし全体フォーラム」を開催しました。

第二回となる今回は、滋賀県介護福祉士会会長・村田美穂子さんによる講演会でした。テーマは「みんなの居場所作ってませんか」。村田さんは、草津市駒井沢にある茅葺き屋根の自宅古民家を「居場所・心」と名付け、地域の人々の居場所として開放しています。ここは、村田さんが子ども時代に過ごした家。冬暖かく夏涼しく、家の中に入ると天井のすす竹は濃い茶色に染まっています。昔懐かしいその佇まいに、こころが安らぎます。

都会でも田舎でも、「隣は何をする人か」といって、自分自身も安心できる居場所を作りたい。地域にみんなのふれあいの居場所が少しずつ増えていけばいいですね。



ぞ」の状態が珍しくない今の日本で、ひととつながりあう場が「ふれあいの居場所」なのです。その定義やかたちは特になく、必要なのはやる気だけ。居場所での「想いをカタチにしませんか?」これは今回のフォーラムのテーマでもあります。居場所の効果は、①ふれあいが生まれる ②笑顔になれる ③仲間ができる ④生きがい生まれる ⑤元気になれる ⑥ネットワークの拠点もできる ⑦いろいろな想いが広がる...と、いいこと尽くめです。



後半では、ワークショップが行われ、「たすけあいゲーム」をしました。まず、自分の困り事や助けてほしい事をカードで選び、次に自分でできる事を選んでいくというものです。自分のできることは「上手ではないけど、やることはできるよね」という基準で選んでいきます。そうすると、最終的にグループの中でできないことは何もないという状態になりました。身近なところ、居場所があれば、こういう困りごとでも自然に解決できるという感触をつかむことができました。まずは、自分がつくりたい居場所をイメージすることが大事という村田さん。地域にみんなのふれあいの居場所が少しずつ増えていけばいいですね。

「たすけあいゲーム」をしました。まず、自分の困り事や助けてほしい事をカードで選び、次に自分でできる事を選んでいくというものです。自分のできることは「上手ではないけど、やることはできるよね」という基準で選んでいきます。そうすると、最終的にグループの中でできないことは何もないという状態になりました。身近なところ、居場所があれば、こういう困りごとでも自然に解決できるという感触をつかむことができました。まずは、自分がつくりたい居場所をイメージすることが大事という村田さん。地域にみんなのふれあいの居場所が少しずつ増えていけばいいですね。

稲穂の匂いは秋真っ盛り!! 稲刈りを体験しました



9月15日(土)と9月23日(日)に、西地区(大津市・高島市)・東地区(近江八幡市・東近江市・湖南市・甲賀市・蒲生郡)・北地区(彦根市・長浜市・米原市・犬上郡)の3地区で、稲刈り体験が行われました。

春にドロドロの田んぼへ植えた苗は大きく成長。ひと株が大きく、片手で持ちきれないほどに成長していたものもありました。また、田んぼの中には、イナゴやバッタ、蛙がいて子どもたちはさらに大喜び! 昼食を食べながらの生産者との交流やクイズなど、楽しかった秋の1日でした。



参加者の感想(抜粋)

東地区

- ・かまははじめこわかったですが、すぐにかんたんにできてたのしかったです。おひるごはんがおいしかったので、3ばいたべておなかばんぱんになりました。(6歳・女)
- ・田植えしてからお世話してもらった稲が、見事に実っていました。私たちの食卓にあがるまでにいろいろな人の手が関わっている事が、今回知ることができました。



西地区

- ・かまでいねをかるのがたのしかったです。かえるやいなごをつかまえるのもおもしろかったです。まい日、ごはんいっぱいいたべます!(8歳・女)
- ・子どもに食の大切さ、食物を作る大変さを体験を通じて理解させる事ができたと思います。貯蔵庫の見学や農家の人のお話など盛りだくさんの企画で、また参加したいです。



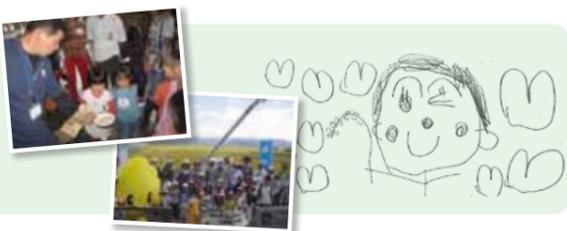
南地区

- ・稲刈りできないのは残念でしたが、施設を見学させてもらってお話を聞いたのは良かったです。貴重な体験をさせてもらいました。ありがとうございます。
- ※残念ながら、9月23日に行われた南地区(草津市・守山市・栗東市・野洲市)の稲刈り体験は、前日からの雨のため、カントリーや育苗センター・低温倉庫の見学をしました。



北地区

- ・クイズも楽しく勉強することができました。また生産者の方ともふれあえて、とても良かったです。
- ・子どもたちが生き生きと稲を刈っていたのが印象的でした。普段できないことができ、本当に良かったです。



「ねぎ類」はこんな野菜



特徴

特有の「香りと辛味」がある。耐寒性・耐暑性があり、日本の食卓には欠かせない野菜。鍋物や汁物のほか、薬味に用いられる。

種類

大きく分けると、関東で多く食べられる「白ねぎ系」と、関西で多く食べられる「葉ねぎ系」に分かれる。

- ①根深ねぎ …… 土寄せして軟化栽培したもので、白い部分を食べるので「白ねぎ」や「長ねぎ」とも言われる。深谷ねぎ・千住ねぎ・下仁田ねぎなどが有名。
- ②葉ねぎ …… 通常関西で「ねぎ」と言えばこれを指し、「青ねぎ」とも言われる。九条ねぎ・谷田部ねぎなどが有名。
- ③小ねぎ …… 葉ねぎを早採りして細い状態で出荷するもので「万能ねぎ」ともいわれる。
- ④ねぎ属の種類としては… 玉ねぎ・ニラ・にんにく・らっきょうなども仲間。

栄養

ビタミンB1の吸収を助ける「硫化アリル」という成分が非常に多い。特有の臭いや、切ると目が痛くなるのは、この成分のせいである。葉ねぎや小ねぎ・ニラなどはカロテンが多い。

特有な成分

「イオウ化合物」

- ・フィトケミカル的一种で、特有の香りの強い野菜に多く含まれる。
- ・「強い殺菌力」と、血栓を溶かす「抗血栓作用」や老化や病気の発症を防いでくれる「抗酸化作用」がある。
- ・糖質の代謝や疲労回復に関係するビタミンB1と結合し、吸収を高め、スタミナ回復に効果を発揮する。
- ・ただし刺激が強いため、生で食べる時には注意が必要。

●健康機能の高い成分が多く含まれ、大根・キャベツ・ブロッコリーなどのアブラ菜科の野菜にも含まれるので、これからの季節に鍋料理や具だくさんの野菜味噌汁などの汁物として、ぜひ利用してください。

●ビタミンB1を多く含む「豚肉」は、これらと一緒に調理して食べるとより効果的。
→豚肉とニラ・玉ねぎ・キャベツの炒めもの、豚しゃぶ鍋にねぎを入れる、豚肉しょうが焼ににんにくを入れるなど。



簡単!ねぎ料理

白ねぎの味噌マヨグラタン

★材料<2人分>

白ねぎ4本・味噌小さじ1・牛乳大さじ1・マヨネーズ大さじ1・とろけるタイプチーズ大さじ2・塩コショウ少々

<作り方>

- ①ねぎは、食べやすい大きさ(3~4cm)に切り、フライパンで軽く焦げ目が付くまで焼き、軽く塩コショウしておく。
- ②ボウルに味噌・牛乳・マヨネーズを入れてよく混ぜておく。
- ③耐熱皿に焼いたねぎを並べ、②のソースをかけ、上からチーズをかけて、オーブントースターでチーズが溶けて軽く焦げ目が付けばOK。
- ④好みで、一味唐辛子を振っていただいてもおいしいです。

白ねぎと豚肉のポン酢いため

★材料<2人分>

白ねぎ2本・青ねぎ1本分・豚薄切り肉160g・ポン酢大さじ1・にんにく1片・酒小さじ1・いりごま白小さじ1・塩コショウ少々・サラダ油適量

<作り方>

- ①白ねぎは1cm幅の斜め切りに、豚肉は食べやすい大きさに切って、すりおろしたにんにくと酒を振ってもみこんでおく。
- ②フライパンを熱しサラダ油を入れて、豚肉を軽く炒め、7~8割火が通ったら皿に取り出しておく。
- ③そのままのフライパンに白ねぎを入れ、少ししんなりしたら豚肉を戻し入れ、さっと火が通ったら塩コショウを少々振り入れ、火を止めたら最後にポン酢といりごまを入れて混ぜ合わせる。固くなるので、火を通しすぎないこと。
- ④盛り付けたら、小口に切った青ねぎをかけていただく。

食の知恵袋

旬の野菜をかしこく 食べよう

年末年始はご家庭や職場・友人たちと食事をする機会も多いと思いますが、疲れを休め、新しい年の出発に向けて体力の回復をはかりたいものですね。今回の気になる旬の野菜は「冬編・ねぎ類」をご紹介します。

このコーナーの担当



長岡田里子さん
(地域活動栄養士)

コープしが「たべるたいせつキッズクラブ」のサポーターとして、子どもたちが書いてくれた「おたよりカード」の返事や、「ばくばくキッズレター」などの作成をしています。またコープしがエリア活動「料理講習会」の講師も担当。

調印式後、食料農業体験研修 「食欲の秋!おうみんちで食と農の体験交流のつどい」が 開催されました。

天候は秋晴れで、作業をしていると汗ばむ陽気でした。農業体験は、20～30mある畝(うね)のさつまいものツルを切り、畝をおおったツルと黒のビニールシートを取り除く作業を5畝しました。参加者は、はじめてのツル切りや、畝上のツル取りを悪戦苦闘しながらの作業となりました。その後、3名が一組となって作業をすすめ、2名がスコップで畝の両サイドから土を掘り起こし、顔を見せたさつまいもを1名が引き抜きました。引き抜かれたさつまいもは、収穫ボックス(1箱おおよそ15～20kgの収穫が可能)に詰められ収穫は25箱ほどあり無事に終了しました。さつまいものツルも食材として食べることができるので、ツルを同じ長さに切り、食育地場産交流研修に使いました。



体験研修で頑張ったあとは交流会で、おうみんちで地産地消の地場産ランチをいただきました。県内取り扱い商品の紹介や試作品の試食などをさせていただきました。先ほどのさつまいものツルの調理実習もここで体験しました。

参加者からは、「さつまいものツル取り・さつまいも掘り(収穫)、地場産ランチなど盛りだくさんで楽しめました」「さつまいもの収穫や料理方法など、今まで知らなかったことが学べて勉強になりました。満足のいく楽しい一日になりました」との声もいただきました。



次回の企画については、「子どもにも農業体験をさせたい」「1年間通して様々な生産物の収穫に関わる体験をしたい」「収穫だけではなく、収穫までのプロセスである草刈りなども体験に含めてほしい」「農業体験を通じて、JA おうみ富士とコープしがの交流がますます発展していければいいなと思いました」などの要望が出されました。

米原市と「絆で築く安心なまちづくり」に関する協定を結びました



10月3日(水)午後3時、米原市役所米原庁舎で、協定締結式が行われました。協定の内容は、災害時に特化したものではなく、平常時の生活協同組合コープしがの業務の中で、高齢者や子どもたちの異変、道路の異常を疑う状況などが見受けられた際に、米原市にその情報提供をするという内容です。また災害時においても食料品や生活必需品などの優先的な供給や、被災者に関する情報の提供、また生活協同組合コープしがが所有の車両の提供や、防災ボランティアへ参加など協力していくことです。

生活協同組合コープしがは、米原市とともに誰もが安心して暮らせる地域づくりを進めていきたいと思っています。



今年国連で決められた国際協同組合年であり、地元協同組合間協同として、10月6日(土)、JAおうみ富士「ファーマーズマーケット・おうみんち」において、「地場産提携に関する協同組合間協定の協定」をJAおうみ富士とコープしがが調印しました。

調印後、協同組合間協同企画として、「食料農業体験研修」を開催し、組合員、役員が共に学び、体験を通じ交流を深めました。



JA おうみ富士の石田理事長より、「同じ協同組合の共通する部分で協定して協同組合間の連携を強化したい。その連携の中で新しい協同組合に発展させたい。それぞれに協同組合間の連携を進めてリレーションシップマーケティングを創造したい。地域間の競争ではなく、共創を目指す関係性を持ち、様々な活動を共に進めていきたい」と、挨拶がありました。

コープしがの西山理事長からは、「食の安全・安心、食育、食料自給率について、協同組合同士が連携して取り組みを進めたい。JA おうみ富士は守山に本部を置き、コープしがは野洲に本部を置く、近い所で関係性を密にしたい。環境こだわり農産物を生産する側と消費する両組織が、互いの知恵と工夫で両組織の発展につなげたい。野洲、守山の地元地域同士の組織が協力しあって滋賀の暮らしに役立つ活動を進めたい」と話がありました。調印を済ませたあと、閉会のあいさつでコープしが大塚副理事長から「生産者と消費者が手を取り合えた事が素晴らしいこと。国際平和を願い国連が国際協同組合年を設けた。これを機に、作る側の生産者と生活を支える消費者が、互いに手を取り合って協同の力で一人ひとりができることを考えていきたい」と調印式をしめくりました。

滋賀県の食の安全・安心及び食料の安定を目指し
「地場産提携に関する協同組合間協定の協定」を
JA おうみ富士と結びました!

11月度 リサイクルによる CO2 削減量 (kg) 報告 スギの木8,813本が1年間に吸収するCO₂を削減しました。

共同購入回収物 牛乳パック 3,299Kg 前年比101.7% 累計32,371Kg 前年比102.8%	共同購入案内書 210,980Kg (回収率76.0%) 前年比115.2%(19.5%) 累計1,571,270Kg 前年比102.7% (回収率68.9%) 前年比-3.0%	商品仕分け袋 3,226Kg (回収率39.8%) 前年比107.0%(3.3%) 累計25,512Kg 前年比99.5% (回収率40.3%) 前年比2.7%	卵パック 1,946Kg 前年比115.1% 累計16,686Kg 前年比103.5%
---	---	--	--

店舗回収物 ペットボトル 650Kg 前年比114.4% 累計6,153Kg 前年比101.5%	トレー 368Kg 前年比133.5% 累計2,666Kg 前年比107.5%	ペットボトルキャップ 52Kg 前年比138.1% 累計459Kg 前年比101.6%	牛乳パック 531Kg 前年比111.2% 累計4,459Kg 前年比95.6%
---	--	--	---

※商品仕分け袋回収時のお願い 回収した商品仕分け袋は、再生プラスチックの原料となります。お名前前のラベルが付いていると再生できませんので、ラベルは剥がすか、切り取ってからお出してください。

業務拡大につき
配送スタッフ大募集!



仕事内容 商品の配達・情報提供・営業活動等

時給 **1,138円**～
(※試用期間1カ月程度有 830円)

- 資格** 要普通免許 (AT 限定可)
- 勤務時間** 月～金曜日の週5日勤務 (9:00～17:30)
※月曜日のみ午後勤務 (13:00～)
※シフト出勤の場合有り (但し相談に応じます)
※勤務開始日について相談に応じます
- 休日** 土曜、日曜、年始 ※月～金の祝日は勤務日
- 待遇** 昇給年1回、賞与年2回 (年間2,09カ月※2011年度実績)、有給休暇、交通費支給、各種社会保険完備、退職金制度有、教育制度有
- 勤務地** 滋賀県内の各事業所 (希望の配送センターへ勤務可)
※詳しくはホームページをご覧ください
- 魅力** やりがいと職場の雰囲気自慢です。未経験者でも大丈夫!
- 応募・お問い合わせ** まずはお気軽にお電話ください。選考については一次、二次選考があります。選考時には、履歴書、筆記用具をご用意ください。



077-586-3140 (担当/西口)
詳細についてはこちらの二次元コードからご確認ください

理事会だより **第25回定例理事会(12月4日)**

2012年度11月期組織経営概況

項目	業態	11月期				4月期からの累計		
		計画	実績	計画比(%)	前年比(%)	計画	実績	計画比(%)
組合員(人)	無店舗	133,444	133,271	99.8	103.6			
	店舗	16,580	16,359	98.6	96.2			
	その他	3,200	3,434	107.3	88.1			
	合計	153,224	153,064	99.8	102.3			
出資金(千円)	無店舗	9,196,951	9,263,570	100.7	104.4			
	店舗	264,970	266,727	100.6	94.5			
	その他	38,805	37,381	96.3	80.1			
	合計	9,500,726	9,567,678	100.7	104.0			
供給高(千円)	無店舗	2,119,579	2,118,545	99.9	106.9	16,369,254	16,234,572	99.1
	店舗	124,106	122,577	98.7	98.2	980,204	991,397	101.1
	夕食サポート	16,030	15,569	97.1	273.3	100,047	108,691	108.6
	合計	2,259,715	2,256,692	99.8	106.9	17,449,505	17,334,660	99.3

主な確認事項

- 2012年度11月期経営概況について承認しました。無店舗事業供給高は、配達日数が昨年より多かったため前年比では上回っていますが、計画比は99.8%と若干下回りました。利用人数が計画どおり増えてないことが要因となっています。夕食サポートは今年度初めて計画を下回り、お弁当の利用数の伸びが鈍化してきています。店舗事業は、2ヶ月連続で計画を下回ることとなりました。コープゼゼは引き続き順調ですが、ミニコープの計画割れが大きかったためです。4月からの累計は計画比101.1%と超過しています。
- 2013年度方針骨子の第1次案を承認しました。
方針:「協同して創ろう、笑顔あふれる暮らし」
～聴く、話し合う、つなぎあい、みんなの力を合わせよう～
確認された方針骨子を基に、予算と合わせて具体化をすすめるとともに、総代会に提案する方針として検討を進めます。
- 2012年度年度末総代懇談会の開催について確認しました。第33回通常総代会の議案検討のスタートと位置付け、2013年2月27日～3月9日の期間に19会場で開催することとし、詳細事項は今後検討を行ってまいります。
- 第33回通常総代会での役員選挙に、役員として適格な候補者を推薦するための基準を全体区役員推薦委員会で確認し、理事会で承認しました。
- 2013年度ミニコープ方針(閉店時期・閉店後の施設活用)について承認しました。今後店舗利用者のつどいを開催し、利用組合員に伝えていきます。
- 理事会・常勤理事会・組合員活動委員会報告
 - 東日本大震災で被害を受けた学校図書館に本を贈る「学校図書館いきプロジェクト募金」に寄せられた1,260,539円について、日本生協連を通して送金しました。
 - 11月10日(土)に開催した「東日本大震災復興支援バザー」の売上金・募金・協賛金が合計で278,565円となり、宮城県漁協志津川支所に漁具の購入資金として送金しました。
 - (株)コープシステムサービスとの物流委託料率の改定について、理事が他法人の代表者として生協と契約を結ぶ場合(利益相反取引)に該当する事項として、内容を承認しました。
 - 2013年2月13日に開催されるコープ共済連臨時総会のコープしがからの代議員2名の選出と、議案へ賛成の立場で出席することを承認しました。
 - エリア協議会・地域委員会での話し合いテーマとして「福祉について」を確認しました。

以上

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、
□に語群から漢字を選び言葉を完成させてください。
最後に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。

- | | | | |
|--------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| 満□御□
(たかさんの人が来てくれたね) | □本□拭
(タオルじゃないのよ) | □部始□
(全部、すべてのこと) | 目は□ほどに□を□う
(目の動きで人の心が分かるのね) |
| 疑□□鬼
(何でも疑ってしまうって...) | □夏秋□
(四季折々、寒かったり暑かったり...) | 覆□盆に□らず
(一度してしまった事は元に戻らない) | お□い得商□
(今週のCOOPはこれが安いだよ) |

返状終品物買春員手年
□暗冬賀心日水礼言一

締め切り
1月10日(木) (消印有効)

監事会だより **11月度 (10月21日～11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。

- 10月24日 秋の総代のつどい出席(～11月2日) <12会場>
- 11月5日 環境管理委員会出席環境管理委員会出席
経理往査[10月度決算]
- 6日 第28回監事会[常勤理事会報告、内部監査報告、監事会議事録の確認、この間の監査所見共有、「上半期監査実施報告書を受けて」についての対応、事業所往査の実施内容、有限責任監査法人トーマツによる監査の立会体制、今後の日程、その他]
- 7日 2012年度第1回コープぎんき事業連合会員生協監事連絡会出席
- 13日 事業所往査<長浜センター>
- 15日 事業所往査<店舗事業部>



読者の投稿ページです。気軽におしゃべりを楽しみましょう！

先日、風邪をひいてしまいました。小学5年の子どもが1人で薬局に行き薬を買ってきてくれて、おそばをゆでて食べさせてくれました。わが子の成長に驚きと感謝です。

草津市 もつちくんさん

編集担当：知らない間に子どもが成長しているのは、とても嬉しい発見です。優しい心使いができています。ありがとうございます。



テーマ

【初〇〇】

今年初めてハロウィンパーティーを開きました。仲良しの友だちを誘って子どもたちとワイワイ。「かぼちゃばかりになっても…」と、かぼちゃを使わず、ご飯ものやお菓子を作ったら、みんな同じ考え方で、ふたを開けたら「かぼちゃ」がほとんどない状態。主役のかぼちゃはどこへやら…のパーティーでしたが、ランチやおやつまで、楽しく過ごした時間でした。

大津市 まんみさん

編集担当：メインのかぼちゃがなくても、楽しく過ごせた時間は貴重ですよ。

両親の金婚式、母の着付けをしました。色無地、袋帯、帯締め、帯揚げ。私なりのコーディネート。そして両親へのお祝い。金封に内職で貯めた3万円。初めてつくしのうれしい1日でした。あの日から来年で20年。両親は他界し父は今年17回忌、母は三回忌。初めてお返しですが、分の一かできた私の幸せな記念日です。

犬上郡 M・Fさん

車を

1台、思い切って処分しました。さすがに初めは子どもの園への送り迎え、職場への往復に慣れず、少し後悔しました。しかし、ガソリンと車の維持費は半分に。そして体重は…全員減りました。よく歩くことで、町の様子が良く分かり、立ちどまってお店へ寄ったり、発見がいっぱい。エコ活動でみんなHAPPYです。

守山市 コタツママさん

編集担当：家計のエコ、さらに車がある時には気づかなかつたいろいろな発見ができていいですね。

スパ

11月号「野菜を上手に保存しよう」を読み、家庭菜園を主人が頑張ってくれています。たくさん採れた野菜、一度に食べきれず、ご近所に助けていただいたり、無駄にしないように、本当に参考になりました。今後、おいしくいただけます。

大津市 H・Kさん

編集担当：ご主人が丹精込めで作られた新鮮な野菜を、おいしくいただけるって、とてもうれやまします。感謝しながら、無駄なく「食」するのは素晴らしい事です。

大阪

の娘の所で「大阪バルコニア」さんの注文書を書いてのを見ると、過去1年間の利用履歴が色別で示してあり、とても注文しやすそうでした。「コープしが」さんでもこのシステムを取り入れてもらえたらうれしそうです。

東近江市 あーちゃんさん

編集担当：現在、このシステムを取り入れるための検討をしています。もうしばらくお待ちください。

仕分

け袋のネームシールがうまくはがせず破れてしまうことがたびたび。うまくはがれたら100%お返しできるのね。

長浜市 K・Nさん

編集担当：ひとりでも多くの組合員さんに、仕分け袋や牛乳パック、たまごパック・商品案内書などのリサイクルにご協力いただけるとうれしです。



わが家の「初〇〇」といえば毎年、新年早々の夫婦ゲンカ。どうも連休やお盆休み、年末年始には普段見えないお互いの欠点や時間の使い方など、特に子どもたちが大きくなって2人の時間が増えるほどイライラが大きくなります。まあ、そういうながら結婚28年目に入りました笑。

蒲生郡 Y・Hさん

編集担当：時間があるからこそ、お互いの良い所を探す時間になれるといいですね。でも結局、仲良しなんです。よ。



今年子どもたちを保育園に入れて働き出したので、毎日時間に追われ怒ってばかりでした。来年は余裕を持って笑顔で接したいと思うので、「初怒り」がずっとずつと先になるよう頑張ります！

甲賀市 ゆうさん

編集担当：余裕を持って、笑顔で接する、なかなか難しいですけど、応援しています！

テーマは「別れ」

今回は3月号掲載です。卒業式や引っ越し、転勤…送られた側、送った側、みなさんのエピソードをお待ちしています！

頭の体操(17ページに掲載)正解の方から抽選で10人に、また、おたより・イラストなどの投稿は掲載の方全員に500ポイントをプレゼントします。

(店舗の方はお買い物券になります)

お待ちしております！

☆頭の体操の答え ☆おたより ☆写真 ☆イラスト(お子さんの絵も)

最近、クイズの応募や投稿で、「郵便番号・ご住所・お名前・ご連絡先・組合員CD」を書かれず、ハガキやメールを送られることが増えています。せっかくお送りいただくのですから、今一度ご確認をされた上でお送りくださいますようお願いいたします。

投稿・頭の体操の答えの宛先 〒520-2351 野洲市富波甲972 生活協同組合コープしが スパイラル編集担当 行
おくるうコープ ●FAX: 0120-096502 ●Eメール: Spiral@coop-shiga.or.jp

※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。

※頭の体操応募の方は、イラストやおたよりなどもお寄せください。
※おたよりは、コープのこと、記事の感想、身の周りの話題やくらしの知恵などをお待ちしております。
※投稿文章は場合により、内容を変えない範囲で修正させていただきます。

※他紙との二重投稿はご遠慮ください。
※イラスト・写真は返却しませんのでご了承ください(メールで送る場合は、1MB以内)。
※投稿採用時に匿名を希望される方は、ペンネームをお書きください。
※お預かりした個人情報は、投稿掲載、プレゼント発送以外には使用しません。



甲賀市 K・Oさん

スパイラルを読み「無塩肉本来の味で、色は鮮やかでないが食品添加物の使用がないこと。私としてはうれしい食品だ」と気づき、今後これを選択しようと思つた。スパイラルパズルで頭の体操もしています。

高島市 S・Yさん

編集担当：「生産者」と「組合員」をつなげたいと思っています。商品を知ってもらって、利用してもらえると嬉しいです。