

Spiral

スパイラル

11

November 2017
No.338

特集 滋賀のお酒

……6ページ



たべるたいせつ…2ページ

ポリフェノールってなあに？

つくる現場から…3～5ページ

北海道の玉ねぎ・じゃがいも

my coop!…8ページ

年末のお掃除計画どうしてる？

声に応えて…9ページ

スパイラルレシピ…16ページ



今号スパイラルカフェのテーマは「読書」。
皆さんはどんな本が好きですか？ドキドキしながら
紙のページをめくるひと時はぜいたくですね。

コープしがホームページ
<http://www.pak2.com/>



コープしが
公式 Facebook



「スパイラル」はコープしかのシンボルマーク。
巻貝・波紋・風などの自然を象徴し、さらに求心と
拡大、進化の軌跡などの発展を表しています。

November 2017 No.338

発行責任者／理事長 西山 実
発行／2017.10.30

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

今日のスパイラル レシピ

秋の夜長、ワインをゆっくり楽しむ
ようなぜいたくな時間を過ごしたい
ですね。今号は、2ページでご紹
介したポリフェノールを多く含む食材
を使った、ワインに合う一品です。



調理
時間
約 20分

1人分
カロリー
367
kcal

1人分
塩分
2.6g

材料(2人分)

クリームコーン鍋

じゃがいも2個、人参1本、エリンギ2本、しめじ100g、ブロッコリー½株、ウインナー8本、クリームコーン缶1缶、ピザ用チーズ30g、A=<顆粒コンソメ小さじ1、水½カップ>、B=<牛乳1カップ、片栗粉大さじ1、塩小さじ½、こしょう少々>

作り方

- ①じゃがいも、人参は一口大に切る。エリンギは食べやすく切り、しめじは根元を切ってほぐす。ブロッコリーは小房に分け、ゆでる。
- ②土鍋にAを煮立て、じゃがいも、人参を弱火で約5分煮る。クリームコーン缶を加えてサッと混ぜ、混ぜ合わせたBを入れてとろみをつける。
- ③エリンギ、しめじ、ウインナーを加えて火が通るまで煮、ブロッコリーを入れ、チーズを散らす。

調理
時間
約 10分

1人分
カロリー
194
kcal

1人分
塩分
1.9g

材料(2人分)

(冷やす時間は除く)

お豆とツナのサラダ

玉ねぎ¼個、サラダほうれん草30g、ミックスビーンズ1パック、ツナ缶(ノンオイル)1缶、A=<オリーブ油大さじ2、酢大さじ1、塩小さじ½、こしょう少々>

作り方

- ①玉ねぎは薄切りにし、水にさらして水気をきる。ボウルに入れ、ミックスビーンズ、ツナ缶(汁ごと)とAを加えて混ぜ、冷蔵庫で30分ほど冷やす。
- ②サラダほうれん草はざく切りにする。
- ③器に②を敷き、①を盛る。

材料(2人分)

牛肉とごぼうの赤ワイン煮

牛薄切り肉150g、玉ねぎ½個、ごぼう1本、エリンギ2本、にんにくのみじん切り1片分、バター20g、小麦粉大さじ1、A=<塩・こしょう各少々>、B=<赤ワイン1カップ、しょうゆ大さじ1、みそ・はちみつ各小さじ2、水½カップ>、パセリのみじん切り適宜

作り方

- ①牛肉は食べやすく切り、Aをふる。玉ねぎは薄切り、ごぼうは皮をこそげて乱切り、エリンギは食べやすく切る。
- ②フライパンにバターを溶かし、にんにく、玉ねぎを炒める。ごぼう、エリンギを加えてサッと炒め、油が回ったら小麦粉をふって全体になじませる。Bを加えて弱火で約10分煮、牛肉を加えて6～7分煮る。
- ③器に盛り、パセリを散らす。

調理
時間
約 20分

1人分
カロリー
423
kcal

1人分
塩分
3.0g

つくる

現場から

欠かせない万能常備菜

北海道の玉ねぎ・じゃがいも

北の大地から 全国へ

北海道は言わずと知れた農業地帯。和食、洋食問わずさまざまな料理に欠かせない、玉ねぎとじゃがいもの大産地です。玉ねぎの国内生産量の約半分、じゃがいもだとその8割近くが北海道産になります。昨年の収穫前に北海道を直撃した台風では大きな被害を受け、ポテトチップス用のじゃがいもが不足したとニュースにもなったので、ご存知の方も多いのではないのでしょうか。

北海道産の玉ねぎ、じゃがいもは、どちらも春に植え付け秋に収穫して、翌年の春先まで全国に出荷されます。

今回は、コープしが組合員理事の産地視察で訪問した産直生産者の南空知玉ねぎ出荷グループと、折笠農場の2カ所を紹介します。



折笠農場・折笠健さん



生育中の玉ねぎ畑

北海道の 玉ねぎ・じゃがいも

甘みや旨みを加える玉ねぎ、そのままでも脇役でもおいしいじゃがいも。どちらも料理に欠かせません。



たべる
たいせつ



ポリフェノールってなあに？

ボジョレー解禁のこの時期によく飲まれる赤ワイン。その中に多く含まれているといわれる「ポリフェノール」ですが、実はほとんどの植物に含まれる色素や苦み・渋みの成分の総称で、その種類は5,000種以上と言われています。野菜や果実などの植物は、光合成により生命を維持しますが、その時に発生する酸素によって自身が酸化することを防ぐために身につけたのが、強力な「抗酸化作用」。私たちは

それを食べることで、生活習慣病などの予防効果を期待しています。

例えば、赤の代表的な色素「リコピン・カプサンチン」は、活性酸素の除去・動脈硬化予防・がん予防・皮膚や粘膜の保護・老化を遅らせるといった効用があり、トマト・赤ピーマン・赤パプリカ・金時にんじん・柿・スイカなどに多く含まれています。黄色の「カロテン・ケルセチン」には動脈硬化予防・がん予防・抗アレルギー作用と

いった効用があり、かぼちゃ・黄オレンジパプリカ・玉ねぎなどに多く含まれています。ほうれん草やピーマン・ブロッコリーなどの濃緑黄色野菜には「クロロフィルやルテイン」が多く含まれ、ガン予防・脱臭消臭作用があります。紫色の「アントシアニン」は紫いも・紫キャベツ・ナス・ブドウ（赤ワインの原料）・ブルーベリーなどに多く含まれ、活性酸素除去・血圧上昇を抑える・眼精疲労改善・肝機能障害軽減など嬉しい効用があります。これらを効率よく摂るには、緑黄色野菜に多い色素は「脂溶性」なので、揚げたり炒めたりして油と一緒に食べると吸収がよいです。

淡色野菜に多い色素は「水溶性」なので、ゆでるより蒸したりスープなどで汁ごと食べるのがよいでしょう。さらに、コーヒー（クロロゲン酸）・ごま（リグナン・セサミン）・大豆（イソフラボン）・お茶の渋み成分（カテキン・タンニン）にもポリフェノールが多く含まれています。ただ、ポリフェノールだけが健康に寄与するわけではないので、色んなものをまんべんなく食べて、赤ワインもたしなむ程度で楽しみましょう。

／地域活動栄養士 長岡由里子さん

南空知玉ねぎ 出荷グループ



坂野俊一さん

札幌市と夕張市の間に位置する南空知玉ねぎ出荷グループは、南空知地区（岩見沢市・長沼町・栗山町）のこだわりを持った生産者32名のグループ。夕張川の肥沃な沖積土に恵まれた玉ねぎの産地です。グループ会長の坂野俊一さんにお話を伺いました。

お父様の代に、田んぼから玉ねぎに切り替え、22歳から約35年間、玉ねぎひと筋で約11ヘクタールの畑を管理する坂野さん。「自分たちで作った作物が消費者にどのように評価されるかを肌で感じたい」と、産直取り組みを行い、肥料にこだわり農薬の使用量を減らすように努めています。

健康な苗づくり

玉ねぎの栽培は苗作りからスタートです。秋に玉ねぎの収穫が終わると、雪が降るまでに育苗ハウスの準備が始まります。豪雪地帯ですのでハウスがつぶれないよう、除雪が冬の間の大切な仕事となります。そして、2月10日前後に、玉ねぎが病気になるような管理した

土に種をまき、苗作りが始まります。

肥料へのこだわり

ハウスで作られた苗は、4月20日頃から機械で畑に植え付けていきます。植え付けについては、特に水はけに注意しています。肥料は、秋と春になたね粕や米糠、鶏糞などの有機肥料に化学肥料とミネラル肥料をバランスよく与えます。農薬は、病気発生への予測をきちんと行い、予防剤を適切に使用するようにしています。このようにすることが結果的に農薬の使用量を減らすことにつながります。そして、早生品種は7月下旬ごろから収穫となります。

昔ながらの味も大切に

ここで作られている品種は「北もみじ2000」や「オホソク222」など、病気に強く貯蔵性の良いF1（交配品）がほとんどということですが、昔ながらの在来種「空知黄」も作っておられます。この品種は坂野さん自身が種を取って、仲間の方に提供されています。甘みがあつて辛味とのバランスも良いのが特徴で、商品案内書では「北海道産たまねぎ（黄玉）」という名前で載っています。



南空知玉ねぎ
出荷グループ
（岩見沢市・
長沼町・栗山町）

折笠農場
（幕別町）



（上）南空知玉ねぎ出荷グループと折笠農場。
（左上）南空知玉ねぎ出荷グループの坂野さん（左から2番目）とコープしが理事メンバー。右はたまねぎの収穫機。
（左下）収穫した玉ねぎを入れたコンテナは、1つ約1.3トン。（右下）収穫前の玉ねぎ畑。先に土中の根を切り、葉を枯らす。

折笠農場 グループ

折笠農場は北海道幕別町にあり、福島県から約110年前にこの地に入植し、お話を伺った折笠健さんで5代目になるそうです。現在の耕作面積は95ヘクタール（ディズニールランド（51ヘクタール）の約2倍）あるそうです。折笠さんと同じような考えで作物をつくる人と「折笠農場グループ」を作り、幕別町や富良野市、斜里町などに約50人の生産者がいます。

生協とのつながり

折笠農場とコープしがとの取引の始まりは、コープしがとなる以前の生協の時代、健さんのお父様の代に始まりました。

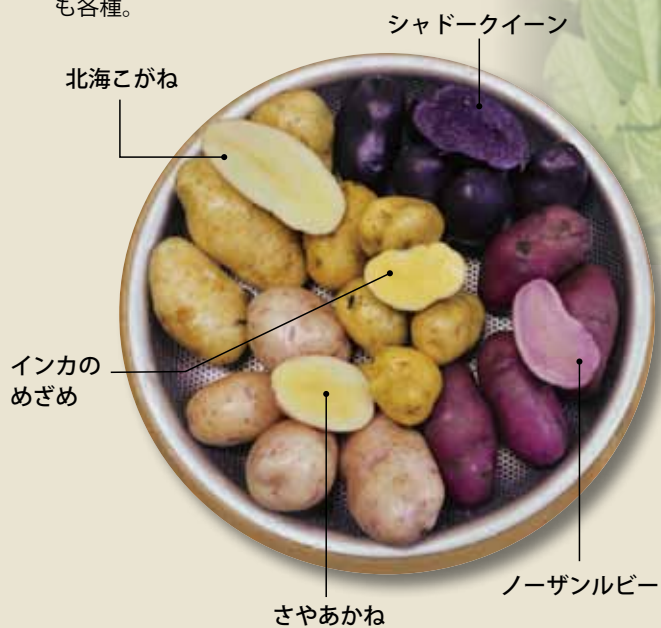
当初、じゃがいもの品種はメーカーで減農薬を目指していたそうですが、病気に弱く、減農薬や無農薬栽培が難しい品種でした。そのようなときに、育種の専門家が提案する「北海こがね」を生協の組合員に試食してもらうと、とても高い評価を受けました。でんぷん質が豊富でも煮崩れしにくくおいしいという特徴を持つ品種で、今

では折笠農場が生協に供給するじゃがいものほとんどが「北海こがね」です。農に関わる技術者と生産者と、生産物をちゃんと評価できる消費者（生協）のつながりが大切だった出来事だったそうです。

折笠農場がめざすもの

折笠農場が目指すのは、畑を開拓時代の豊かな土に戻して作物を作ること。そのために、収穫目的ではないトウモロコシやえん麦などを作り、緑肥として畑にすき込んで、有機物を入れるようにしています。また折笠農場では、自然栽培（無農薬、無肥料）にも取り組まれています。この地にあった病気に強くておいしい品種づくりのために試験場などと一緒に品種試験約30種類、育種試験約1,000種類の栽培を進めておられます。

（右）じゃがいもの花。品種によって色も見た目も違うそう。北海道での見頃は6月下旬～7月下旬。じゃがいもの花が一面に咲く景色を楽しめるのも、北海道ならではの。（右の左側）チョッパー作業。収穫前には地上部分の葉や茎をトラクターで刈り取る。（右下）大きなトラクターの前で。折笠農場の折笠健さん。（下）折笠農場で収穫されるじゃがいも各種。



北海こがね

シャドークイーン

インカのめざめ

ノーザンルビー

さやあかね

昨年8月に北海道地方を襲った台風・豪雨災害の際には、ご心配や温かいご支援をいただきありがとうございました。川沿いなどで被害が大きかったところは、まだ復旧できていないところもありますが、じゃがいもの生育は順調で豊作が見込まれています。生産者が心を込めて作った農産物を皆さんで買い支えてください。

滋賀のお酒

月を眺めて、日本酒に舌鼓。
そんな秋の楽しみ方も素敵です。

今回は、高島市で、清酒「萩乃露」を醸造する
福井弥平商店に、滋賀のお酒について
教えていただきました。滋賀の米と水が生み出した
日本酒を知ること、滋賀の自然に思いを
馳せてみてください。

街道の存在が地酒を生む

酒蔵の成立には地理的な背景が大
きく関わっています。たとえば長浜市の
山路酒造(代表銘柄は「北國街道」)、
富田酒造(同じく「七本鎗」)は、北陸
と京都を結ぶ、まさに北国街道の要衝
にあり、それぞれ全国でも有数の古い
酒蔵。街道筋の宿場町に人が集まり、
人が集まれば酒が求められるというこ
とで、酒蔵ができるんですね。酒蔵マップ
(左ページ)では、湖東・湖南に酒蔵が
集中しています。中山道などの主要な
街道の存在が、酒蔵の成立に関わった
ということでしょう。現在、滋賀の酒蔵
は全部で35カ所あります。

滋賀の「お米」

滋賀県はお米が潤沢に手に入る地
域ですが、他府県では自県産米が手に
入りにくいケースもあるようです。おそ
らく県内の酒造りの半分以上は近江米
(自県産米)使用と思われます。酒造
りには実に多くの「米」が必要。およ
そ一升の清酒に白米1kg、精米歩合の
上がる大吟醸の場合はその倍の2kg
が必要です。これで「萩乃露」の場合
は年間8万本生産しています。「お米を
食べる」「お酒を飲む」ということ自体
が稲作の維持に貢献し、滋賀の美しい
風景を守ることにつながっているのでは
ないでしょうか。

滋賀の「水」

酒蔵は大量の水を使います。道具を
洗ったり、お米を洗ったり。またお酒自
体のほとんどが「水」。水の豊かさ、酒
蔵の条件として必要です。滋賀の酒造
りでは、湖西は安曇川・比良山系が源
流となる伏流水、湖東は愛知川・鈴鹿
/伊吹山系が源流となる伏流水が使
えます。ありがたくもその素晴らしい
水を、琵琶湖を潤す前に使わせていた
だいています。酒造りができるとい
うのは日本特有です。日本がいかん水に恵ま
れているかということです。日本だから
こそ日本酒があるのです。そして滋賀
県には琵琶湖がある、ここが滋賀の酒
造りにとっての優位性です。

酒の楽しみ方は 「自分らしく」

日本酒は、幅広い温度帯で飲めるも
の。温度によって楽しみ・味の感じ方が
変わります。「燗で飲む」という行為
も、日本酒に特有の文化です。「これ
が正しい飲み方」などにとらわれず、自
分らしく楽しんでください。冷やしても
燗でもよいでしょう。燗も「難しい面
倒」であればレンジでも大丈夫です。よ
でも、初めての場合は、冷蔵庫で冷やし
て飲むのがおすすめです。

また温度だけでなく、様々な料理や
肴、シチュエーションに合う多様性を持っ
ているので、「目の前にお酒をどう
味わおう」ということを楽しんでくださ
い。

どうやって選べばいいの？

品種が難しい。選びにくいということ
をよくお聞きします。確かにそうです
ね。しかし品種には意味があります。お
店であれば「売り場で聞いてみる」、も
しくは近くの「お酒に詳しい人に聞いて
みる」のがよいと思います。実は、日本酒
の品種・種類が多いのは「良質なものの」
と「気楽に飲めるもの」など多様性が
広がった、「味わいの好み」「飲みかた
の好み」「予算」で選びやすくなった
ということなんです。

近江の酒蔵マップ

滋賀県酒造組合加盟の33蔵を掲載

湖西

- ⑤ 池本酒造「琵琶の長寿」
- ⑥ 川島酒造「松の花」
- ⑦ 上原酒造「不老泉」
- ⑧ 福井弥平商店「萩乃露」
- ⑨ 浪乃音酒造「浪乃音」
- ⑩ 平井商店「浅芽生」

湖北

- ① 山路酒造「北國街道」
- ② 富田酒造「七本鎗」
- ③ 吉田酒造「竹生嶋」
- ④ 佐藤酒造「湖濱」

湖南・湖東

- ⑪ 多賀「多賀」
- ⑫ 藤居本家「旭日」
- ⑬ 岡村本家「金亀」
- ⑭ 増本藤兵衛酒造場「薄桜」
- ⑮ 中澤酒造「一博」
- ⑯ 喜多酒造「喜楽長」
- ⑰ 矢尾酒造「鈴政宗」
- ⑱ 畑酒造「大治郎」
- ⑲ 近江酒造「ねこ正宗」
- ⑳ 松瀬酒造「松の司」
- ㉑ 太田酒造「道灌」
- ㉒ 古川酒造「宗花」「天井川」
- ㉓ 藤本酒造「神開」
- ㉔ 笑四季酒造「笑四季」
- ㉕ 竹内酒造「唯々」
- ㉖ 北島酒造「御代米」
- ㉗ 美富久酒造「三連星」
- ㉘ 滋賀酒造「貴生娘」
- ㉙ 西田酒造「酔小町」
- ㉚ 安井酒造場「初桜」
- ㉛ 田中酒造「春乃峰」
- ㉜ 望月酒造「寿々兜」
- ㉝ 瀬古酒造「忍者」

同じ米と水から実に多様な日本
酒が仕上がります。日本酒はおお
らかな飲み物で「これをしてはい
けない」ということはありません。



萩乃露のこと

創業270年近く。「萩乃露」の名は
創業当時の藩主より「勝野が浜」に群
生した萩にちなんで命名されました。
「日本酒に親しんでいただくため、
ほぼ毎月季節限定商品をご提供して
います」と福井さん。棚田米100%使
用の日本酒など、棚田保全活動を通
じた酒造りもされています。

* 福井弥平商店「萩乃露」
高島市勝野1387-1

近江の美酒 いろいろ

コップがで今後お取り扱い予定の
近江の地酒を、紹介します



福井弥平商店
「萩乃露」
特別純米
十水仕込
雨垂れ石を穿つ
720ml
極端に少ない水で、
濃厚に仕上げる江戸
時代の醸造手法・十水
(とみず)仕込み。濃
密でありながら、透
明感があり、爽やかな
後のうま口です。



福井弥平商店
「萩乃露」
純米まごころ
720ml
程よいま味、や
わらかさ、キレ味
の良さをあわせ
持った毎晩楽しめ
る純米酒です。



福井弥平商店
「萩乃露」
辛口吟醸
720ml
香り高く、すっきり
とした味わいの辛
口吟醸酒。滋賀県
産米と兵庫県産
米山田錦を使用。



32蔵が
参加する
スタンプラリー

これはうれしい!インフォメーション
近江の地酒
「パ酒ポート(パシュポート)」
現在、滋賀県内 の書店にて発売中※
※部数が限られているため、書店での
販売が終了している可能性もあります。



藤本酒造
「神開」
純米にがり酒
720ml
滋賀県産米を使用
した、ほんのり
甘く、とろりとした
極濃醇にがり酒で
す。



近江酒造
「近江ねこ正宗」
純米吟醸
SHIRONEKO
720ml
とにかく猫と日本酒が
好き。そんなマイベ
ースな蔵元が作った日
本酒。すっきりした味
わいに、ほんのり広がる
香りの爽やかさが、
クールでプライドの高い
「SHIRONEKO」のイ
メージにピッタリです。



佐藤酒造
淡海美酒
「湖濱」
特別純米酒
300ml
口あたりはやわらか
く濃厚な味わいと
キレのよいあま
味を特徴とした特
別純米酒です。

声に 応えて

「私もひとことカード」、組合員コールセンター、そして職員が直接お聞きした声など、生協は組合員から寄せられる声に基づいて運営しています。このコーナーは、寄せられた声の質問に答えたり、改善に繋がったことなどをお知らせします。

Q 宅配の食パンや菓子パンなどの届いてからの消費期限が短いです。もう少し長くないですか？

A 食パンや菓子パンなどは製造日からの消費期限が4日前後の商品が多くなっています。製造から組合員さんへのお届けは以下のとおりです。商品によって最短となるように努めていますが、現状ではこれ以上短縮することは難しくなっています。ご理解をお願いします。

＜常温でお届けする商品＞

【製造日】メーカー→生協物流センターに納品(夕方から仕分け)

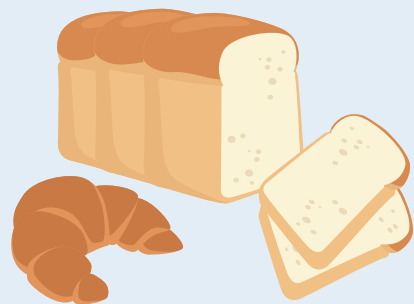
【製造日翌日】配送センター→組合員さんへお届け(製造から2日目)

＜冷蔵でお届けする商品＞

【製造日】メーカー→生協物流センターに納品

【製造日翌日】物流センターで他の冷蔵商品とともに仕分け

【製造日翌々日】配送センター→組合員さんへお届け(製造から3日目)



Q 生協牛乳85には、「成分無調整」の表示がありませんがどうしてですか？

A 牛乳及び乳飲料の表示は食品衛生法に基づく「乳及び乳製品の成分規格等に関する省令」(乳等省令)で定められています。乳等省令でいう「牛乳」は、生乳100%、成分無調整で殺菌したもの。乳脂肪3.0%以上、無脂乳固形分8.0%以上となっています。生協牛乳85は、滋賀県内の酪農家の生乳を使った牛乳で、成分無調整の表示が無くてももちろん「成分無調整」牛乳です。

1993年にコープしがが発足した時に、コープしがパッケージに変更した際に「牛乳」は成分無調整なのだからあえて表示する必要がないと判断したためです。



キラリ事例

8月下旬、米原市内を配達中の生協トラックの後続車が、電柱に激突される事故を起こされました。生協の配送担当者はトラックを停車させ、事故を起こされた方に声をかけ、ドアをふさいでいる木をどけてドアを開けました。運転手の方は動揺されているようでしたので、警察や車屋さんが到着するまで付き添っていました。

この様子を見ていた地域の女性から、事故とは無関係にも関わらず、生協職員の優しい対応に感動したと、わざわざセンターに連絡をいただきました。

キラリ事例とは、職員が地域の方のお役に立ったことを紹介します。



年末のお掃除計画 どうしてる？

＊

＊

掃除はこまめに&
グッズで楽しく

＊



南 康子さん

生協歴は約8年。夫と娘2人の4人ご家族。「生協は母が利用していたので安心して加入しました」。センターでの商品受取りでは、お子さんがシッパの片付けをお手伝いしてくれるそうです。

地域委員もされている南康子さん。年末のお掃除計画について伺いすると「寒さや冷たい水が苦手なので、まだ暖かい時期からこまめにするようにしています」とのこと。「もともと掃除は苦手」と話される南さんですが、「ためると余計にできなくなるので継続的にやっています」と、普段から意識して掃除・清掃を心がけておられます。

愛用している生協のお掃除グッズは、「バックスナチュロンのキッチンスポンジ」や「激落ちくんカビ取りジェル」から「あみ戸ビックリン」などの個性的なグッズまで、お友達や地域委員会での情報交換から知ったものだそうです。こうした掃除グッズを使いやる気をうまく維持されているお姿が垣間見えます。

「ちよつとした汚れのうちに、掃除をするのがポイントです」。南さんのようにすれば年末のたまった汚れに慌てなくてすみそうですね。

「大掃除」として一気に綺麗

生協ヨーグルト 加糖 400g

「コクがあっておいしい甘さもちょうどよい」と南さん。三重県産牛乳を使用(大内山酪農)。生きて腸まで届くビフィズス菌 BB-12 が入った酸味をおさえたまろやかな味わいです。



これもお気に入りに

にするのも心地よいものです。が、こまめなお掃除で気持ちのよい空間をキープ。そうすれば年末・新年には「簡単な大掃除」でゆつたり・ゆつくりの家族団らんを迎えることにもつながります。「汚れが溜まって悪循環に入るとやりたくなくなります。こまめに掃除をするサイクルを崩さないようにしたいですね」と笑顔で話されました。

このページに登場して下さる組合員さん募集!

来年3月号のテーマは「ローリングストック法」。災害用の備蓄を「備える→日常で使う→使った分を補充する」を実践しているなら、ぜひ紙面でご紹介ください!ご協力いただける方は15ページの宛先までご応募ください。締め切り・11月30日(木)

9月第1土曜日は コープしがびわ湖の日

びわ湖を大切にすることを育むために、
毎年9月第1土曜日を「コープしがびわ湖の日」
として、この日の前後にびわ湖を大切にす
る活動に取り組んでいます。

「びわ湖清掃ウォーク」

9月2日(土)、大津市なぎさ公園一帯の
湖岸清掃に取り組みました。県民にも参加
を呼びかけ約450人が湖岸を歩きながら、
たばこの吸い殻や遊んだ後の花火などの
ごみを拾い集めました。県民が一緒に行う
ことで琵琶湖の環境保全を考えるきっか
けになりました。



びわ湖を
もっときれいに!

「オオバナミズキンバイの駆除と ニゴロブナ放流体験」

びわ湖の外来生物としてブラックバスやブルーギル
などの魚類はよく知られていますが、外来植物で最近異
常繁殖が問題となっている「オオバナミズキンバイ」の学
習と駆除体験を、琵琶湖博物館の学芸員の方を講師に
行いました。この外来植物は水陸両生で、ちぎれた茎か
ら繁殖する厄介な植物です。駆除体験の後、ふなずし
の原料となるニゴロブナの放流を行いました。



オオバナミズキンバイの観察



外来植物の駆除も大切



ニゴロブナ放流

参加者の感想

きれいな花を咲かせるオオバナミズ
キンバイが琵琶湖の環境に悪影響を
与えていることを知りませんでした。今回、駆除体験を
通じてあらためて琵琶湖を大切にしたいと思いました。



私たち滋賀県民には琵琶湖という大切な財産
があります。これからも琵琶湖を学んで、泳い
で、味わって、私の故郷の琵琶湖を大切にし
ていきたいです。

稲刈り体験 やっぱりお米が一番

生協のお米を栽培いただいている県内5つのJAとパール
ライス滋賀の協力で、今年5月に田植えした田んぼの稲刈り
を行いました。田植えしてから約4カ月間、農家の方に大切
に育てられ、立派な稲穂をつけた稲を鎌でザックザックと気持
ちよく刈ることができました。生産者との交流で農業の大切さ
を感じる取り組みでした。

参加者の感想



子どもには難しいかな、
危ないかなと心配しましたが、
上手に刈ることができました。



お米を作るのは大変だな〜と思い
ました。お米をいっぱい残さないよ
うに食べます。



雨の中田植えした稲が立派に育っ
てすっごくいいと思いました。育ててくだ
かった生産者の方に感謝です。



一粒のお米を作る工程や
苦労を子どもたちが知り、
食のありがたさを実感しました。



田んぼにはいろいろな生き物が
いることに気づきました。



お昼にいただいたご飯がとても
おいしかったです。

予告 大友剛 マジック&音楽&絵本ライブ

マジックショー、ピアノショー、人間ジュークボックス、あそび歌、絵本ライブなど、
子どもからお年寄りまで楽しめる参加型・新感覚エンターテインメント!

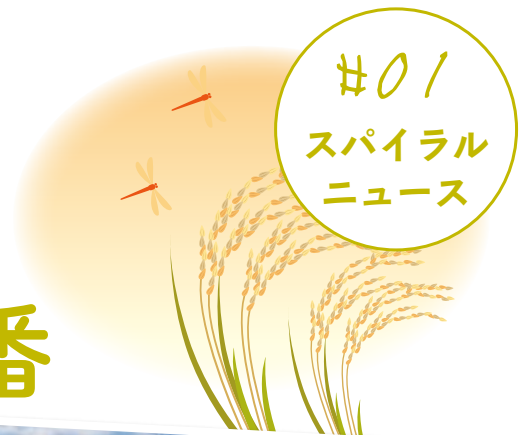
日時 2018年2月3日(土) 開場 13:00 開演 13:30 終演 14:45

会場 湖南市石部文化ホール 組合員とご家族 400名をご招待

詳しくは11月20日(月)から配布の案内チラシをご覧ください。



撮影 ©相沢心也



理事会だより 第6回定例理事会 (2017年10月3日)

2017年度9月期組織経営概況

項目	業態	9 月期				累計		
		計画	実績	計画比(%)	前年比(%)	計画	実績	計画比(%)
組合員数 (人)		183,794	183,408	99.7	103.7			
加入人数 (人)		1,318	937	71.1	112.9	7,709	6,870	89.1
出資金 (千円)		11,154,592	11,130,264	99.7	103.1			
供給高 (千円)	宅配	2,279,071	2,224,970	97.6	104.2	13,655,224	13,526,474	99.0
	店舗	296,370	310,590	104.7	105.2	1,767,610	1,851,219	104.7
	夕食サポート	27,391	26,465	96.6	105.0	155,293	153,185	98.6
	エネルギー	48,785	54,497	111.7	-	230,332	265,454	115.2
	合計	2,651,617	2,616,524	98.6	106.6	15,808,459	15,796,333	99.9
経常剰余金 (千円)		45,824	68,113	148.6	114.2	295,102	478,112	162.0

主な確認事項

- 1 2017年度9月期経営概況について承認しました。
全体供給高は計画比98.6%(前年比106.6%)と下回りました。宅配事業の供給高は計画比97.6%(前年比104.2%)で、利用人数計画が下回ったことが影響しました。店舗事業は来店者数と利用単価ともに計画を上回り供給高は計画比104.7%でした。夕食サポート事業は計画比96.6%と下回りました。エネルギー事業(コブでんき)は計画比111.7%と上回り、利用組合員は4,610人と前月より133人増えました。総合的な利益を表す経常剰余金は計画比148.6%と大きく上回りました。
- 2 定款にもとづき2017年度第2四半期区域外(県外)の加入者8名を承認しました。
- 3 規定にもとづき2017年度第2四半期の固定資産取得9件と売却27件を承認しました。売却は遊休施設の旧リサイクルセンター売却に伴う土地や建物などです。
- 4 「秋の総代のつどい」(10/18~11/8)の実施要領と資料を承認しました。くらしのことや生協のことをたくさん話し合う場となるようすすめていきます。
- 5 第13期役員人事委員会の設置を承認しました。次期役員体制について検討をすすめていきます。

理事会とは、総代会で選出された理事により構成される機関です。組合員の声を受け止めながら総代会で決定したコブしがの方針を具体化し、執行します。

■理事会・常勤理事会報告事項

- (1)「被爆者が訴える核兵器廃絶にむけた国際署名」(ヒバクシャ国際署名)に7月から9月に取り組み、17,510筆の署名が寄せられました。
- (2)「大友剛マジック&音楽&絵本ライブ」を2018年2月3日(土)湖南省市石部文化ホールで開催することを確認しました。ぱくぱくコミュニティなどで案内していきます。
- (3)滋賀県生協連を通じて2017年度滋賀県へ提出する政策・制度の要望書を確認しました。テーマは、「食の安全行政」、「県内産農産物の生産拡大」、「高齢化がすすむ地域福祉(介護)」、「子どもの貧困」、「地域防災」についてです。
- (4)「2017年度平和募金」に、438,787円が組合員から寄せられました。募金は「県内戦争遺跡めぐり」や「ピースアクションinヒロシマ」の費用に活用しました。
- (5)滋賀県の11月児童虐待防止推進月間「オレンジリボンキャンペーン」の趣旨に賛同し、役職員がリボン着用や配送車へのポスター掲示など見守り活動をすすめます。
- (6)日本生協連が企画する「第35回沖縄戦跡・基地めぐり」(2018年3/28~30)にコブしがからも参加することを確認しました。ぱくぱくコミュニティで案内していきます。

監事会だより 9月度(8月21日~9月20日)

■監事は、理事会やその他の重要な会議への出席の他に、以下の監事監査等を行いました。

- 8月25日 滋賀県生活協同組合連合会主催の役員研修会参加
28日 有限責任監査法人トーマツによる2017年度監査計画概要説明受領
29日 組織部ヒアリング、内部監査立会<北大津センター>
31日 事業支援部ヒアリング
9月1日 内部統制委員会出席、内部監査立会<東近江センター>
4日 経理監査
5日 第5回監事会[この間の監査所見共有化、有限責任監

監事とは、生協の運営が、法律や定款・規約、総代会で決定した方針に照らして正しくすすめられているかどうか監査する機関です。監事会はその監事によって構成されます。

- 査法人トーマツの2017年度報酬等の検討、事業所往査実施内容、今後の日程確認、その他]
7日 監事基礎研修会参加(~8日)
8日 内部監査立会<草津センター>
15日 内部監査立会<南草津センター>
20日 上半期実地棚卸立会
<AZ-COM物流センター><北大津センター>
<甲南センター>

ペットボトルのリサイクル

コブしがのペットボトルの回収は、店舗や直営ステーション(生協の配送センターなど)で行っています(宅配での回収要望がありますが、トラックや配送センターでの回収スペースや管理の問題で実現できていません)。また、同じ「ペット」でできている卵パックも回収して、ペットボトルと合わせて中間業者を経て、再び卵パックへとリサイクルされます。

ここで、お願いします。卵パックの回収は生協で購入したものに限りです。同じように見える卵パックも市販品は材質が違う場合があるためです。また、ペットボトルキャップも回収して、無償で共同作業所に提供し、運営資金となるとともにリサイクル原料として有効に使用されています。回収にご協力をお願いします。

環境担当:サイ君

9月度 リサイクル報告

宅:宅配 店:店舗・ステーション ※()は前年比

商品案内書

宅 251,210Kg
(100.0%)
(回収率67.6%)



商品仕分け袋

宅 3,346Kg
(113.3%)
(回収率33.5%)



卵パック

宅 2,056Kg
(109.7%)



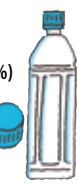
牛乳パック

宅 3,555Kg
(93.0%)
店 695Kg
(114.8%)



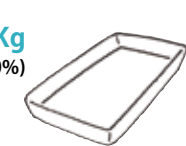
ペットボトル

店 1,576Kg (120.2%)
キャップ 店 129Kg (129.9%)



トレー

店 247Kg
(112.0%)



リサイクル品売却金額 9月度: 3,920 千円
2017年度累計: 23,323 千円

※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ください。

ペットボトルとトレーは一部ステーションで回収しています
回収できるステーション
配送センターのステーション、富士見台・瀬田・草津・野洲・日吉台・西大津ステーション

奇数月は人気の数独を、偶数月は、同じ号に掲載されている記事からクイズを出題します!

数独

<問題>

6×6のマスの中に、1から6までの数字を入れてください。同じ列・行で同じ数字は使えません。また、太線で囲まれた6つのブロックの中でも同じ数字は使えません。AとBに入る数字の合計を教えてください。A + B = ?

応募方法は15ページをご覧ください。

		A			
6		4			1
1				4	5
	6		2	1	3
	B		6		

頭の体操 Mental Gymnastics

9月号 正解「9」

応募総数 219通
うち正解 206通
正解者の中から抽選で10名様に500ポイントをプレゼントします。
発表はポイントの付与をもってかえさせていただきます。

6	1	3	4	2	5
2	5	4	3	1	6
A 5	2	1	6	B 4	3
3	4	6	1	5	2
4	6	2	5	3	1
1	3	5	2	6	4



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！

モテモテの7年生

まだまだ甘えん坊の7歳の娘と4歳の娘。この間も、「ママは私と遊ぶ」「私だよ」ってケンカが始まり、腕を引っぱられる私。こんなにモテるなんて、そして、小さい天使たちに、まだまだ疲れの子育てだけれど、ママ7年生、がんばるね。

彦根市 こゝたんゆうたん さん
子どもたちとのかけがえのない時間、たつぷりと触れあいたいですね。

テーマ

【読書】

子どもが1歳の時からずっと毎晩絵本の読み聞かせをしていました。現在5歳ですが、1〜2歳なんて全く読んでいて意味があるのだろうかと思うほど無関心。本は破りたい、めくりただけでした。でも、それでも毎日毎日続けていたら、気がつけば「本が見たい」「本見て待つて」。内容を覚えていたり、本が大好きな子になっていました。やっぱり絵本の読み聞かせっていいんだなと実感。『塵も積もれば、山となる』です。おすすめします。

守山市 りらちゃん
子どもが小さいころの読み聞かせ、根気よく続けることが大切なんですね。

絵本の愉しみ方がわかりました。以前は、子ども、孫たちに読み語るためや、手に取ってほしい絵本を選ぶことにその楽しみを見出していました。最近、は、ストレートに自分のために絵本を味わっています。少なめの文章の中にある、作家さんのメッセージや絵の視覚からの広がりなど、大人ならではの愉しさを満喫しています。

草津市 しゃが さん
最近子ども向けだけでなく、大人向けの絵本も増えていますね。

非常食にオススメ

最近、防災用の非常食として、ようかんがよいと聞き、用意するようになりました。初めはようかん!? とビックリしましたが、小豆が主な原材料だから良質なたんぱく質が摂れるそう。脳の成長にたんぱく質は大切で、小さい子どもには大事な栄養素。また、甘いので子どもでも食べやすいというのがよいみたいです。ようかんによつては1年ぐらい賞味期限があるので、これからわが家の非常食ストックの定番になりそうです。

近江八幡市 山田恵美 さん
確かにようかんはコンパクトでカロリーもあり、そのまま食べられるのでよさそうですね。

いつもありがとう！

9月号のスパイラルに、生協さんのお仕事に掲載されていましたね。私の職場にも、毎週生協さんが配達に来てくださっています。「いつもありがとうございませう」と、とても素敵な笑顔に、こちらも思わず「いつもありがとうございますー！」と笑顔で返事をしてしています。いつも本当にありがとうございます。

甲賀市 さつき さん

私は読書が大好きですが、もう1つ楽しみが！それは「しおり」です。娘が作ってくれたおしり花のしおりや学生時代、友だちに誕生日にもらったもの、昔、主人といった思い出のレストランのカードなど、区切りにはさむのがなんだけ幸せです。読書の時間にほわっと安らぎを与えてくれる、大切な道具です。

湖南市 ムーミンママ さん
読書がますます楽しくなるアイテム、すぐに真似できるのでいいですね。

私は子どもの頃から読書がきらいで、読書感想文がゆううつで仕方がありませんでした。あらずじ、あとがきだけを書いて提出して（もちろん読まずに）いました。入院したのをきっかけに、このシリーズだけは全部読み、今でも時々図書館に行き楽しんでます。読書がらいい方、一度読んでみてください。おもしろいですよ。「赤川次郎さんの三毛猫ホームズシリーズ」です。

甲賀市 凌珠 さん
私も小学生の頃は同じようなことをしていました(笑)。面白い本と出合うことができ良かったですね。

「ありがとう」が行きかうおつきあい、こちらも優しい気持ちになります。

おいしいよもぎ団子の秘密

9月号は近江三方庵さんの特集だったので、地元ということもあり、とても嬉しく読ませていただきました。よもぎ団子のよもぎは、一年分を社員で摘みに行かれるそうです。そのお話しを聞いて、素材に対するこだわりに感激を覚えています。

東近江市 tamaちゃん
具体的な場所は企業秘密ですが、永源寺の辺りまで摘みに行くそうですよ。

新鮮な気持ちでてくてく…

長浜のウォーキング大会に行ってみました。自分の住んでいる町だけど、知らないところがいっぱいあるなと感じました。てくてく歩いて行くことで、町の雰囲気も感じられて、野原の花にもふれられて、とても充実していました。自分の住んでいる所をていねいに見て歩くこともいいんだと思いました。

長浜市 のんの さん
私も生まれてからずーっと滋賀の街。今度街並みや景色を見ながら歩いてみようかな。

子どもができてから、地域の図書館（愛知川図書館）へ足を運ぶようになりました。とにかくアットホームな雰囲気、探している本を取り寄せてもらったり、図書館員さんのおすすめの本に出会えたり、大人になってからずいぶん本とはご無沙汰していたのに、今ではなくてはならない存在に。借りるので、ちよつと読んで見ようかな、と簡単にチャレンジ出来て、ああ読めなかったとなつても次の本にチャレンジできる。滋賀県は、国内有数の図書館保有率だと昔聞いた事があります。皆さんも近くの図書館へ行つて見てくださいます。

愛知郡 たま さん
滋賀県は図書館が充実しています。図書館の蔵書数と一人当たり貸出数が全国1位だそうです。

今回は1月号掲載です。

テーマは「おもち」

お雑煮やおぜんざい、きなこにチーズと楽しみ方色々。おすすめの食べ方やおもちにまつわる楽しいエピソードをお待ちしています！

ホームページに
スパイラルカフェ
番外編を掲載しています。

<http://www.pak2.com/spiral/cafephp>



田んぼをお掃除!?

先日、田んぼの稲刈りをしているところに出くわした際、4歳の娘が、「あー!! 田んぼのおそうじをしている車があるー!」といます。見てみると、稲刈り真っ最中。どんどん吸い込まれていく稲を見て、お掃除中とは! もう30年以上生き続けている私にはない発想で、確かにお掃除している私にはない見えました。子育て中は思ってもいない子どもの発言に驚かされることも多く、楽しいですね!

長浜市 雪だるま さん

私も田んぼのお掃除車(コンバイン)に乗っています。これから刈り取る時の感覚が変わりそうですね。



11/25(土)
締切

イラスト
お待ちしております! 頭の体操の答え おたより (お子さんの絵も)

頭の体操(12ページ掲載)正解者の中から抽選で10名様に、「スパイラルカフェ」に掲載させていただいた、おたより・イラストなどの投稿者全員に、500ポイントをプレゼント! ※店舗組合員の方は図書カード(500円分)

応募方法

応募資格: コープしが組合員とその家族。①住所 ②お名前(匿名を希望される方はペンネームも併記) ③電話番号 ④組合員コードをご記入の上、郵送・ファックス・インターネットにてご応募ください。
※「スパイラル」に掲載できなかったおたよりは、ホームページに掲載する場合があります。

宛て先

〒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 行

おくろう コープ ●FAX: 0120-096-502

●インターネット: <http://www.pak2.com/spiral/>



※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くことがあります。
※他紙との二重投稿はご遠慮ください。

※イラストは返却しませんのでご了承ください。
※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。

※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。