

コープでつくる私の暮らし

スパイラル

5

May

コープしがは今年30周年!



美しい遊覧のスポット: 志那神社の藤棚(草津市) 写真/(公社)びわこビジターズビューロー



特集

子育て家庭必見!
コープしがの
おむつ便

2

近江のめぐみドルチェ

4

コープしが30周年企画
わたしとコープしがとの30年

3

● これまでも、これからも
コープしがと30年
『みおしずく香る』

● コープしが30周年企画

● くみかつ(イベント)情報

6

● 手づくりおやつ・食の安全・
誰もが安心できる共生社会へ

9

● 事業と活動の報告

10

● スパイラルカフェ・クイズ

14

● コープしがのお店通信

15

● スパイラルレシピ

16

お知らせ

30周年記念講演会
「あの生協の白石さんがやってくる! 白石流コミュニケーション術」

詳しくは、7ページをチェック!

今年もやります! 大豆プロジェクト!

お家で大豆を育てて、食について家族で考える取り組みです。詳しくは、6ページをチェック!



みんなごと

ひとごとをなくして
「みんなごと」として考える社会へ

子育て家庭必見！

コープしがの おむつ便

コープしがでは地域貢献活動の一環として、各市町からの受託事業「乳児おむつ等支給事業」を行っています。

この取り組みは、各市町が子育て世帯の見守りと経済的負担の軽減を目的として行うもので、コープしがは長年培った宅配事業のノウハウを活かして受託しています。

具体的には、各市町にお住まいの1歳未満の乳児がいるご家庭を対象に、指定カタログの中から1500円相当の商品を月1回無料でお届けしています。

おとどけ員さん自身も子育て経験のあるママですから、育児に関する悩みや困りごとも気軽に相談できると好評です。



毎月お届けします！

甲良町
見守りおむつおとどけ員
尾形さん
小学校6年生の男の子と
4年生の女の子を育てる
現役ママさん

2016年、東近江市が始めたこの取り組みは他県にも広がっています。現在、県内でこの事業に取り組んでいるのは、東近江市・甲良町・甲賀市の3市町です。今後さらに子育てしやすい環境づくりをめざし、ほかの市町にこの取り組みが広がることを願っています。



甲賀市乳児見守り訪問
こうかおむつ便
※2022年からスタート

甲良町
見守りおむつおとどけ便
※2018年からスタート

東近江市
見守りおむつ宅配便
※2016年からスタート



こんにちは！

お届け時の何気ない会話が保護者の方のリフレッシュに。悩み事やご相談もお気軽に。

(おとどけ員).....
わあ、かわいい。大きくなりましたねー

(利用者).....
もう4ヶ月なんで、そろそろおむつをMサイズに変えようかなって

(おとどけ員).....
じゃあ、来月くらいから離乳食にされますか？

(利用者).....
そうですね、そんな時期ですね。実はうち3人目なんですけど、赤ちゃんは久しぶりなんです(笑)

(おとどけ員).....
また新鮮な気持ちで子育てを楽しめますね！



紙おむつやおしりふき、おしっこ吸水ライナー、手くちふきとりナップの中から選べます
※一部市町によって、異なります。



3人目ですが
久々の心強いぞ

大きくなりましたねー

対象者

東近江市・甲良町・甲賀市の各市町に住民登録があり、1歳未満の乳児を育てている家庭（生協の組合員でなくてもOK）

申請から訪問の流れ

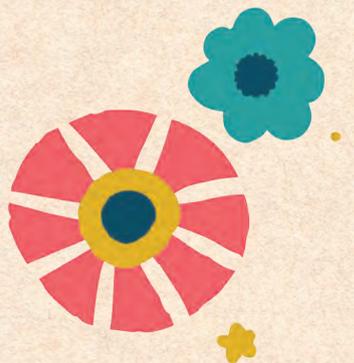
出生届（または転入届）を提出した後、各市町の窓口で申請手続きを行います。

↓
各市町から支給決定通知書と指定の商品カタログが届きます。

↓
商品を申し込んだ翌月から毎月1回、約1年間、紙おむつなどをおとどけ員が届けます。

問い合わせ先

- 東近江市／子育て支援センター
TEL.0748-22-8201
- 甲良町／甲良町子育て支援センター
TEL.0749-38-8003
- 甲賀市／すこやか支援課
TEL.0748-69-2169



ご家庭の声

- 紙おむつやおしりふきは必需品なのでとても助かります。
- 月に1回、声をかけてくれる人がいるのは、精神的に救われました。
- 万が一、留守にする場合も「お留守置き」にしてくれるので安心です。
- 育児に関するちょっとした困りごとを気軽に相談できるのが嬉しいです。



おとどけ員さんのおしゃべりが息抜きです

いろはちゃんママ



赤ちゃんとおとどけ員さんを見守ります！

おとどけ員さんの声

- 各家庭の細かな異変や困りごとに気づくことができるので、必要に応じて市町におつなぎしています。
- 先輩ママとして昔を懐かしく思い出しながら、子育てのアドバイスをしています。
- 赤ちゃんの成長を見届けられるのが何よりうれしいです！



コープしが30周年を記念して、これまでの歩みや事業についてのお話、組合員のエピソードや30周年記念イベントをご紹介します。

30周年企画

30周年記念事業 私とコープしがの思い出

コープしが30周年を記念して、コープしがの思い出を募集しています。寄せられた思い出の一部をご紹介します。

● ささえあいサポートに感謝！

育児休職から復帰後、子守りサポートをお願いしました。産後からの不調、夜泣きで眠りが浅いためストレスが多かった時期。一人で娘をお風呂に入れることが辛くて、お風呂に入るまでの抱っこなどお手伝いいただきました。サポートの案内に飛び付いた記憶があります。それほど切羽詰まっていたんです。

そして今年、娘は15歳。COOPさんに衣食住で支えられ、おかげさまですくすくと成長しました！ 家族からもCOOPさんに感謝でいっぱいです♡

● サンタ（配達員）さんとぼく

息子が生まれ生協に入って23年。ずっとクリスマスケーキを届けてもらっています。息子が6歳の時の配達員さんは、息子と名前が同じで親しみがありませんでした。イブの日にサンタになってケーキを届けてくれた配達員さんと写真を撮らせてもらった事を懐かしく思い出しました！



● 宅配の利用で考えさせられたこと

妊娠をきっかけに、生協の加入を決めました。最初は宅配に慣れず、牛乳やヨーグルトが冷蔵庫に溜まったり、来週の注文分を今週届くと勘違いしたりしました（笑）。それが今では、ほぼ宅配1回のみ注文で1週間の食事を作り、食材を使い切ることができるようになった自分がいます。利用をきっかけに、お買い物についてすごく考えさせられました。

極力時間・ガソリン代・労力を使いたくない私は、宅配のおかげで自分の時間を確保できました。もっと早く生協の宅配を利用すればよかったと改めて感じました。いろんな事業・サービスにも期待しています。

郵送でのご応募方法

- ①お名前 ②ニックネーム ③組合員CD
 - ④電話番号 ⑤思い出のタイトル
- をご記入の上、エピソードや写真を封書でお送りください。「わたしとコープしがの思い出係」まで。宛先は、スパイラル14ページをご覧ください。

ご応募、その他の投稿はこちらから



NEWS 2

ヘルパーステーションぽこ守山が事業開始！

コープしがの介護事業は、住み慣れた地域でいつまでも暮らすための在宅サービスを提供しています。福祉事業の赤字幅も改善できたことから、2023年4月よりホームヘルパー（訪問介護）の事業所を守山に増やし、ぽこ野洲のエリアを湖南市まで広げました。

4月3日に行われたヘルパーステーションぽこ守山の開所式では、白石理事長から「今後も県内に介護事業の拠点をたくさん作っていきたい。これまで培ってきた経験とチームワークを活かし、夢は大きく持って歩んでほしい」と挨拶がありました。スタッフは「自分たちができることを考えてやっていく中で、訪問介護事業といえば『ぽこ守山』と言っていただけのように、みんなで力をあわせて進めていきたい」「これまでと同様に傾聴と笑顔をもって初心

を忘れずに頑張っていきたい」など、それぞれ決意表明をしました。「これからもずっと住み慣れたわが家で生き生きと暮らしたい」という利用者の願いを、一緒に支えてくれる仲間も募集中です！



お問い合わせはお気軽に！
TEL.077-588-6590
(ヘルパーステーション ぽこ野洲まで)

NEWS 1

コープしが移動店舗「あったか便」がスタート！

コープしがでは、高齢者を中心に日常のお買い物が不自由な方々を支援する目的で、移動店舗事業を立ち上げました。その名も「あったか便」。決まった曜日・時間・場所に伺いコープの店舗商品300～400品目を販売します。

3月23日、「あったか便」の運用にむけて、長浜市、長浜市社会福祉協議会、余呉地域づくり協議会、上草野地域づくり協議会と「地域コミュニティ活性化に関する連携協定」を締結し、4月3日には出発式を行いました。長浜市余呉地域では、2013年から10年間、移動販売車「カエル号」が高齢者の買い物支援と見守りを続けてきましたが、担い手不足などで「カエル号」の継続が困難になったことからコープしがが引き継ぐ形で移動店舗「あったか便」を開始することになりました。みなさんの要望を聴きながら、「カエル号」が長年積み上げてこられた地域の方々の信頼を、しっかりと築いてまいります。



あったか便の商品。カエル号の思いを引き継ぎます

あったか便について、詳しくはこちら



これまでも、
これからも

～コープしがと30年～



これからも届けたい
コープしがの想いを
乗せたこだわり商品

滋賀の恵みを味わう オリジナルスイーツ誕生！



—近江自然を表した4層—

めぐみの層/
滋賀県産みおしずくのいちごソース

大地の層/
滋賀県産生協牛乳×近江米のミルクプリン

びわ湖の層/
高島市産バタフライピーのゼリー

自然の層/
信楽緑茶×近江米のパパロア



1…4層それぞれの味わいを楽しんで 2…規格外でもしつかりとした果肉と色味がおいしそうなみおしずくの様子。地産地消やフードロスの削減を目指して何度も話し合いました 3…プロジェクト会議

滋賀県初のオリジナルいちご 「みおしずく」を主役に 地産地消を目指したスイーツ

コープしがが30周年を迎えた今年、滋賀県の恵みを堪能できる新しい商品が誕生しました。その名も「みおしずく香る」近江のめぐみドルチェ。4層になった華やかな見た目は特別な日やちょとしたおみやげにもピッタリ。なんとと言っても滋賀県で育まれ、コープしが組合員にもファンの多い食材が使われているのが魅力です。

プロジェクトに関わったコープしが宅配商品部統括マネージャーの佐々木美知さんに、開発までのお話を聞きました。

「近江のめぐみドルチェの主役となるのが、2021年に誕生した滋賀県初のオリジナルいちご『みおしずく』。このいちごを広めるため、コープしがが滋賀県との包括的連携協定に基づき、スイーツ試作プロジェクトに参画しました。プロジェクトの目的は、地元企業との共同制作で、地産地消やSDGsに繋がるオリジナルスイーツを開発すること。そこで野洲市に工場を持ち、米粉の製粉をメインに滋賀県産の素材で洋菓子を製造されている



430円
(税込)

「みおしずく香る」 近江のめぐみドルチェ

コープしがが滋賀県と連携し、滋賀県産いちご「みおしずく」を主役に、地元生産者とコラボした地産地消スイーツ。コープのお店は2月から。宅配では5月5回で企画します。

株式会社関穀粉さんにご協力いただくことになりました。

試作を繰り返し、たどり着いたのはSDGsにも繋がる想いのこもった一品

「みおしずく」は、滋賀県農業技術振興センターが2016年から5年もの歳月をかけて開発したいちご。適度な酸味で際立つ爽やかな甘味と華やかな香りが魅力です。「大粒で鮮やかな色味も特徴ですが、フードロスを減らしSDGsに繋がりたいという想いから、今回のプロジェクトでは規格外のものを使うことにしました」と佐々木さん。現在の形にたどり着くまでに、何度も試作を重ねたそうです。

「試作では、シフォンケーキやガトーショコラに『みおしずく』を入れてみるなど試行錯誤しました。そして地産地消の材料を使うことに、店舗でも扱えること、宅配でお届けする際に崩れないことなどの条件に加え、着色料は使いたくない、『みおしずく』の色味と香りを活かしたいなどの想いをすべてクリアしたのが、冷凍スイーツとして提供する『みおしずく香る』近江のめぐみドルチェです。

試作品が完成したのち、最後は組合員さんで構成される『商品開発検討委員会』のみなさんに試食をしていただきました。そこで「甘味をもう少し抑えた方がいい」など組合員さんの声を取り入れて最終調整し、プロジェクト立ち上げから半年ほどかけて商品が完成しました。

美しい滋賀の自然を表す4色の層

「みおしずく香る」近江のめぐみドルチェ

は4層になった華やかな見た目が印象的で、それぞれ滋賀県の美しい自然を表しています。「一番上は、いちこの色がきれいな『めぐみの層』。『みおしずく』の風味と香りを楽しめる色鮮やかなソースです。次は白い『大地の層』。近江八幡市の株式会社高木牧場製造の生協牛乳85（滋賀県産）と近江米で作ったミルクプリンになっています。3層目は青い『びわ湖の層』。高島市で栽培されているバターフライピー（青い花を持つマメ科の植物）を使ったゼリーで、見た目も涼しげです。4層目は緑色の『自然の層』。信楽のかたぎ古香園さんの朝宮緑茶と近江米で作った緑茶ババロアで、滋賀県の山並みを表現しました。

どの層も柔らかく、小さなお子さんからご年配の方にも食べやすいですが、柔らかい中にもそれぞれ食感を表えているので、食べ応えはしっかりあります。ちなみに近江米を2つの層で使っていますが、米粉の粒の粗さを変えて食感に変化をつけています。素材同士が混ざり合わないように、きれいな層を作るのは難しく、図司穀粉さんにはご尽力いただきました」と佐々木さん。

お話を聞いているだけでも期待がふくらむ「みおしずく香る」近江のめぐみドルチェ。コープしがでは、2月より県内の各店舗に並び、宅配では5月5回（カタログ配布…5/15〜19）から企画をスタートします。滋賀の魅力がギュッと詰まったコープしがの新しいスイーツ、ぜひお試しください。

「みおしずく香る」近江のめぐみドルチェができるまでを動画にしました！



たくさんの方が
詰まっています

商品開発は、毎回チャレンジですが、今回は商品開発検討委員会のほか、宅配商品部や店舗事業部、組織広報部などでプロジェクトメンバーを構成し、部署を横断して商品を創り上げたことが初めての試みでした。そのため「宅配のお届けまでに崩れない形に」「店舗で並べやすいように」など、様々な視点の意見を取り入れ、組合員みなさんに、おいしい商品をお届けできることになりました。

商品の取り扱い期間は、その年のいちこの収穫分を使い切ったら一旦終了。来年はいちご自体の取り扱いも増える予定なので、スイーツも、そのままの「みおしずく」も、ぜひお楽しみください！

組合員のみなさんへ



スイーツ試作
プロジェクトメンバー

滋賀県オリジナル

みおしずくって？



滋賀県初のオリジナル品種

2021年に誕生した滋賀県初のオリジナルいちご「みおしずく」。滋賀県農業技術振興センターが品種育成に取り組み、適度な酸味と強い香りを持つ「かおり野」と、甘味が強く酸味の少ない「章姫」をかけ合わせ、約1600の個体から、より優れたものを選び出すという作業を繰り返して開発されました。特徴は、適度な酸味で際立つ爽やかな

甘味。しっかりした果肉は鮮やかな赤色で、フローラルな香りが華やかです。「みおしずく」という名前は、そのしずくのような形と食べた時のみずみずしさ、水のイメージからびわ湖を連想させることから、約7600件の候補の中から選ばれました。



製造する

(株)図司穀粉から

組合員さんへ

昨今の今頃、コープしがの佐々木さんから、滋賀県初の新品種いちごを使ったスイーツづくりのパートナーとして、お話を伺いました。

プロジェクトが始動し、4層それぞれテーマについての想いや新商品に対する期待などを織り混ぜ、メンバーと話し合いながら何度も試作を繰り返した結果、コープしが×図司穀粉ならではの「みおしずく」の香りのよさが活きた、見た目

もとてもキレイな商品が完成しました。ご覧の通り、とても手の込んだ商品です。プロジェクトメンバーの熱い想いと、組合員みなさんの喜ぶ顔を浮かべながら、なんとか完成までこぎつけました。ぜひ一度「みおしずく」のソースと、食感や風味の異なる各層をご賞味いただければ嬉しく思います。



図司穀粉の園田さん(左)・西尾さん

お申し込み方法 お申し込み前に、必ずお読みください!

●電話から

0120-709-502/組合員コールセンター

- ①企画番号・企画名 ②組合員コード
③氏名(参加者全員、大人・子どもの区分) ④代表者の電話番号

●ホームページから

<https://www.pak2.com/kumikatu/>

上記よりお申し込みフォームに沿ってご入力ください。



地区をまたいで
誰でも参加
できます!



くみかつ しよう。

コープの組合員活動——通称「くみかつ」。
組合員さんが、暮らし(食・子育て・介護・環境など)や
商品のことについて、
地域や組合員どうしのつながりの中で学び合う、
コープならではの活動です。



組 びわこたいせつ

5/26

環境月間

『2023ライトダウンキャンペーン』に 参加しよう!!



6月は環境月間、6月5日は環境の日です。昭和47年6月5日からストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。国連でも、日本の提案を受けて6月5日を「世界環境デー」と定めています。この環境月間に、地球温暖化について考え、SDGsの持続可能な社会の実現に向けた活動の1つとして、温暖化に影響を与えているCO₂削減に向けて照明を消す「ライトダウンキャンペーン」を呼びかけています。

●どんなことをするの?

6月21日(水)から7月7日(金)までの期間中、夜の1時間以上、家庭の照明を消す取り組みです。6月21日(夏至)や7月7日(クールアースデー)、期間中の1日など、1回だけの取り組みでもかまいません。毎日続ける・任意の期間や日は照明を消す部屋を決めるなど、無理のない範囲で取り組みましょう。まず家族でライトダウンを行う日や時間、部屋などを話し合うことから始めてください。実施は1時間単位で行います。

●登録(参加申込)して始めましょう! ※登録は世帯単位です。

- 取り組みを記録して、報告してください。

【企画番号】S0501

【企画名】ライトダウン

【参加連絡】

お申し込みされたご家庭に「わが家の取り組み記録用紙」とささやかな参加賞をお送り致します。

※ご返信いただいた「わが家の取り組み記録用紙」はホームページ・スパイラルなどでご紹介させていただく場合があります。

スマホはこちらから



組 たべるたいせつ

5/26

大豆プロジェクト

～お家で大豆を育てよう!～

暮らしに欠かせない大豆を種から育ててみませんか。希望者に大豆をお送りします。大豆の生育や収穫の様子、調理方法などを教えてください。大豆の栽培を通して、家族と食について考えませんか。今年は、大豆の種類を選べます。また、参加者向けのオンライン交流会も予定しています。

【企画番号】黄大豆 S0531/黒大豆 S0533 ※どちらか一つのお届けです。

【企画名】大豆プロジェクト

【参加費】100円(参加者には大豆30粒、育て方ブック、観察カード、アンケートをお送りします。) 【定員】100組

※応募多数の場合抽選。

当選者には6月2日(金)以降に各地区事務局から発送します。



昨年の取り組みの様子はこちらから



組 びわこたいせつ

5/19

魚のゆりかご水田 「生きもの観察会」

びわ湖の魚は湖岸や、その近くの田んぼで産卵・成育し、大きくなったらびわ湖に帰っていきます。びわ湖の魚を育む「魚のゆりかご水田」をはじめとした滋賀県の農業は、環境に優しいお米づくりとして2019年に日本農業遺産に認定されています。滋賀県との包括連携の一環として、この田んぼや排水路に暮らしの生きものを観察します。



【企画番号】S0503

【企画名】ゆりかご水田 東近江

【日時】6月11日(日)9:00~12:00 ※少雨決行・荒天の場合中止

【場所】東近江栗見出在家の田んぼ 【参加費】(昼食含む) 18歳以上: 500円、5歳以上: 200円、5歳未満: 無料 【定員】50名程度

主催:栗見出在家魚のゆりかご水田協議会

【企画番号】S0505

【企画名】ゆりかご水田 野洲

【日時】6月17日(土)10:00~12:00

【場所】野洲市須原の田んぼ

【参加費】(昼食なし) お一人: 500円(未就学児無料) 【定員】20名程度

主催:須原魚のゆりかご水田協議会

[5つのたいせつ]

くらしを良くするために、大切にしている5つの視点です。小さな取り組みの積み重ねがSDGsにつながります。



※申し込み多数の場合／抽選になります。抽選結果は、申し込み締め切り後1週間をめぐり、電話または郵送で連絡します。

※お申し込みの個人情報は事前の同意なしに目的以外に使用しません。



[お問い合わせ先]

東 甲賀市・湖南市・近江八幡市・東近江市・蒲生郡
東地区事務局
☎0120-863-952

南 草津市・栗東市・守山市・野洲市
南地区事務局
☎0120-183-599

組 組織広報部
☎0120-668-825

西 高島市・大津市
西地区事務局
☎0120-861-952

北 彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市
北地区事務局
☎0120-864-952

[アイコン説明]

- ・申し込み締め切り
- ・申し込み不要

組



30周年記念講演会

あの生協の白石さんがやってくる！ 白石流コミュニケーション術

5/31

組合員の「ひとことカード」に書かれた要望や質問に対する真面目でウィット溢れる回答が話題になり、書籍化されるとベストセラーになった「生協の白石さん」の講演会です。コープしがの白石さん(理事長)とのミニ対談も予定しています。

【企画番号】S0511 【企画名】生協の白石さんの講演会

【日時】7月8日(土)13:30~15:15 【場所】ピアザ淡海(大津市におの浜1丁目1-20)

【参加費】無料 【定員】500名

※お申し込みの際、コミュニケーションに関して白石さんに聞いてみたいことがあれば記入してください。

※申し込み多数の場合は、抽選。当選者には、6月中旬をめぐりに入場証をお送りします。入場証がないと会場には入れません。



[生協の白石さん]
白石昌則さん

元大学生協の職員で、現在は日本生活協同組合連合会の職員。学生が書いた「ひとことカード」に対する、白石さんの誠実でウィットに富んだ回答が話題になり、2005年「生協の白石さん」(著・白石昌則さん、東京農工大学の学生のみなさん/講談社)発行。93万部を超えるベストセラーに。

西

ちいきたいせつ ひろば活動/手ではなそう

5/19

ゆっくりじっくり学びながら 手話での会話を楽しみましょう

講師と一緒に日常の身近な手話表現から、ゆっくりと学んでいきましょう。音声言語もテキストも使いません。手話未経験の方、経験のある方も、みんな一緒に楽しく学べる、ゆったりとした講座です。

【企画番号】A0501 【企画名】手話講座

【日時】6月2日・16日 各(金)9:40~10:50

【場所】新旭公民館(高島市新旭町旭1丁目10-1 JR新旭駅西口前)

【参加費】各回400円 【定員】12名

※抽選結果の連絡は5月23日以降に電話でお伝えします。日中つながる電話番号をお伝えください。

※どちらかのみ参加でも大丈夫です。



南

ちいきたいせつ 子育てひろば/ぼんぼこぼん

5/19

パパのおかおをかこう、おたよりしよう ばくのかお、わたしのかおもかこう

月に一度、親子で集まり季節にあった活動で楽しむ子育て広場。父の日に向けてパパにおかおやおたよりをかいてプレゼントしよう！自由あそび、絵本のよみがたり、広いお庭を走り回ったりしよう！

【企画番号】B0501 【企画名】ぼんぼこぼん

【日時】5月23日(火)10:00~11:30 【場所】うの家南蔵1階(守山市守山1丁目10-2)

【参加費】100円 【定員】親子10組

【持ち物】各自飲み物。好きなマジック・色鉛筆・色紙など使いたいもの

※あまが池無料駐車場2時間OK。市営駐車場です。

※プレゼント用に作品をラミネート加工します！

※お子様の年齢をお申し込み時に必ずお伝えください。



南

ちいきたいせつ ひろば活動/いき百サロン虹

いきいき百歳体操をして元気になりましょう！

毎週金曜日『いき百サロン虹』をやっています。みんなで、いきいき百歳体操で体を動かした後に、交流して楽しんでいます。どなたでも、お気軽にお越しください。

【日時】毎週金曜日13:30~15:00頃 ※途中で帰ってもOK。

[5月度の予定]12日、19日、26日、6月2日

【場所】コープしが草津事務所1Fフリースペース(草津市西草津2丁目1-1)

【参加費】100円 【定員】15名

【持ち物】各自飲み物

※1ヶ月ごとの定期募集です。新たに参加を希望される方は☎0120-183-599(南地区事務局)までご連絡ください。

※出席できない日があっても結構です。



南

ちいきたいせつ ひろば活動/ちいさいおうち・手しごと茶話会

5/12

風やロウソクの熱で起こる対流で ゆったりと回る白い鳩のモビールを作ろう

毎月第3水曜日、自由に集まり手しごとを楽しむ会です。手を動かすこと・人に会うことで、動く自分の心を楽しみましょう。今回は紙製の白いハトをリースに吊るしたモビールを作ります。

【企画番号】B0503 【企画名】ちいさいおうち

【日時】5月17日(水)10:30~12:00

【場所】保育施設「滋賀シュタイナーちいさいおうち園」2階(守山市下之郷1丁目6-72) ※近江守山郵便局とモリブの中間辺り。駐車場なし。近隣駐車場をご利用ください。

【参加費】300円 【定員】大人8名、子ども5名

【持ち物】各自飲み物

※託児なし、同室で見守りながらご参加ください。



東

ちいきのたいせつ くらしのたいせつ ひろば活動/キュルポップ

5/12

なぜ人の目を気にしてしまうのかな？

がまんグセのある人、人間関係での悩み(ママ友、職場、家族、子ども、ご近所など)、人に合わせてしまってしんどい、などのお悩みを少しでも解消できるかな？講師の先生のお話を聞いて少しでもスッキリしてませんか？

【企画番号】H0501 【企画名】なぜ人の目を気にしてしまうのかな

日時 5月27日(土)10:00~12:00

場所 コープしが東近江センター(東近江市五個荘清水鼻町153-6)

参加費 100円 定員 30名

持ち物 筆記用具、飲み物

※応募多数の場合抽選。はずれた方のみ電話にて連絡。



北

ちいきのたいせつ ひろば活動/わたしの居場所

5/26

おしゃべりしましょう!!

麦秋の候になりました。参加を迷われている方は、ぜひとも事務局にお問い合わせください。もし、抽選にはずれた方には、締め切り日の翌週中には連絡致します。

【企画番号】K0521 【企画名】おしゃべりしましょう!!

日時 6月8日(木)10:00~11:00

場所 犬上郡多賀町 個人宅

参加費 150円 定員 12名

※事前に検温してください。

※はずれた方のみ締め切り日の翌週中に携帯電話にて連絡します。



北

ちいきのたいせつ ひろば活動/ふれあいYOUタイム

5/12

「手作りラスク」の勉強、試食をしましょう。

子育て中のお母さん、時間のある方、世代を超えて、のんびりした時間を過ごしましょう。健康体操で体をほぐし、手作りラスクを学びましょう。

【企画番号】K0527 【企画名】ふれあいYOUタイム

日時 5月19日(金)10:00~11:30

場所 コープながはま店2階コミュニティスペース(長浜市宮司町1200)

参加費 大人150円、子ども100円

定員 大人10名、子ども5名

持ち物 タオル、お茶

※応募多数の場合抽選。はずれた方のみ電話にて連絡。

北

びあごのたいせつ ひろば活動/グリーンボランティア

5/19

彦根センターを美しい花々で飾ろう

彦根センターの花壇の手入れをします。作業の後は、ちょっと一服。楽しくおしゃべりをしています。みなさんのご参加をお待ちしています。心ばかりのお礼をいたします。

【企画番号】K0523 【企画名】グリーンボランティア

日時 6月1日(木)9:30~11:00

※雨天の場合は6月8日(木)

場所 コープしが彦根センター(彦根市竹ヶ鼻町224-1)

参加費 100円 定員 10名

持ち物 軍手

※応募多数の場合抽選。はずれた方のみ電話にて連絡します。



組

びあごのたいせつ



野洲のおっさん びわ湖一周ゴミ拾い行脚 出発式のご案内

びわ湖一周を歩きながら、清掃活動をしている野洲のおっさん。コープしが30周年を記念し、2023年度スポンサーとして野洲のおっさんを応援します！出発式は5月30日。みなさんも、野洲のおっさんを応援しに来て下さいね～！



コープしがのお店に現れるかも!?

【出発式】 日時 5月30日(火)10:00 場所 琵琶湖文化館横の広場

北

ちいきのたいせつ ひろば活動/たまたご

5/26

この指とまれ ほっこり広場

ほっこりとおしゃべりの時間を一緒に楽しみませんか。今回は、PPバンドを使った簡単なコースターを一緒に作りましょう!! お子様連れ、ご年配の方、お一人様、どなたでも気軽にご参加下さい。

【企画番号】K0525 【企画名】ほっこり広場

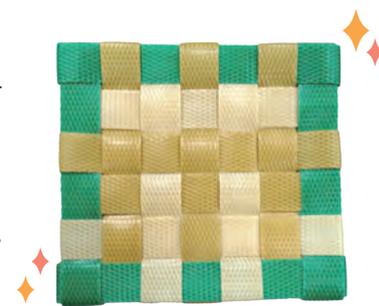
日時 6月12日(月)10:00~12:00

場所 コープしが彦根センター(彦根市竹ヶ鼻町224-1)

参加費 100円 定員 大人10名

持ち物 ハサミ、目打ち(あれば)

※応募多数の場合抽選。はずれた方のみ電話にて連絡。



組

2023年度 チーム活動・ひろば活動 受け付け中!

組合員の「仲間と一緒に○○をしたい!」という思いを応援する、「くみかつ」ならではの助成制度です。

まずは、資料請求を!

※お申し込み・お問い合わせはP7の上部をご覧ください。

チーム活動 助成

組合員どうしやお友だちが集まって、福祉、環境、子育て、スポーツなど自由にテーマを決め、自分たちがしたいことに取り組める活動です。1チーム3人以上で2人以上が組合員ならOK! 1人500円、1チーム最大5000円までの実費を助成します。

たとえば…

『手話を使って聴覚障がい者と健聴者の交流』(写真代・交通費)

『マンションのシニアグループで親睦会』(見学代・交通費)

『自治会の花好き仲間て花の道づくり』(苗・肥料代)

『食を好む食通のメンバーで燻製づくり』(材料代)

【企画名】「チーム活動資料請求」

【企画番号】 大津市・高島市の方は「A0591」

草津市・守山市・栗東市・野洲市の方は「B0591」

近江八幡市・東近江市・湖南市・甲賀市・蒲生郡の方は「H0591」

彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市の方は「K0591」

ひろば活動 助成

学習会、交流会、子育てひろば、高齢者サロン活動など、仲間と企画して地域の組合員に参加を呼びかける活動です。

① 担い手4人以上(うち組合員3人以上)で申し込むことができます。

② 6つのテーマ「食・商品 子育て 平和 福祉 環境 消費者力」が対象です。

【企画名】「ひろば活動資料請求」

【企画番号】 大津市・高島市の方は「A0593」

草津市・守山市・栗東市・野洲市の方は「B0593」

近江八幡市・東近江市・湖南市・甲賀市・蒲生郡の方は「H0593」

彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市の方は「K0593」

パパッと簡単！
キッズくりおやつ

豆腐マフィン

時間
25分
(焼成時間を含む)



材料(子ども5人分)

絹ごし豆腐125g、**co-op** ホットケーキミックス125g、サラダ油小さじ2

作り方

1. オーブンを160度で予熱する。
2. ボウルに絹ごし豆腐、サラダ油を入れて混ぜる。
3. **2**に **co-op** ホットケーキミックスを入れて混ぜる。
4. **3**をアルミカップに流し入れ、160度のオーブンで13分焼く。
竹串に何もついてこなければ焼き上がりです。

レシピ提供/コープもりのこ保育園調理師・森 純子さん

<7大アレルギー>

卵 乳 小麦 そば ビーナッツ えび かに

ポイント ホットケーキミックスを使ったお手軽マフィンです！ 保育園では離乳食(後期、完了期)のお子さんには、豆腐蒸しパンを提供しています。

コープもりのこ保育園から「人見知り」

赤ちゃんの人見知りは発達の証

赤ちゃんの人見知りは「成長の証」といわれ、記憶力、大人の顔を区別できる視力、「慣れていない人は怖い」という感情、「この人は誰だろう・関わってみたい」という好奇心といった心の発達の表れです。一般的に6か月頃に始まり8か月頃がピークといわれますが個人差が大きく、4か月頃〜1歳過ぎまで続く場合も。本来喜ばしいものですが、出かける度に大号

泣いたり、慣れていない大人を拒絶したりとお困りのこともあるかと思えます。

慣れていない人に抱っこしてもらう場合は、少し慣れさせてからにし、泣いたらすぐに慣れている人が抱き、安心させてあげましょう。安心できる人と一緒に、人の集まる場所へ出かけてみるなど、まずは人に慣れるところから始めてみてはいかがでしょうか？

コープもりのこ保育園
園長 米田智子



コープもりのこ保育園
守山市勝部3丁目14-27
(コープもりやま店敷地内)

「地域という大きな家族に囲まれ創造性を育み、一人ひとりの心と育ちを大切に」という保育理念のもと、アットホームな温もりを感じられる大きな家族のような、小さな保育園です。社会福祉法人しみんふくし滋賀に運営を委託しています。(0〜2歳児を対象/定員12名)

食の安全

今回のテーマ

遺伝子組換え食品は安全ですか？

「遺伝子組換え」と聞くと不安を覚える方もいらっしゃると思いますが、流通している遺伝子組換え食品は、食品安全の専門家からなる食品安全委員会の厳しい審査を経て安全と認められたものだけです。



食品安全審査の流れ



出典: バイテック情報普及会HP「遺伝子組換えQ&A」より引用



組み込んだ遺伝子が作るタンパク質が安全かどうかや、間接的に作用して有害物質を作らないかどうかなど、厳しく確認されています。

3月度 安全安心の信頼にお応えするため、様々な検査によってチェックしています。

	微生物	残留農薬	食品添加物	放射性物質	アレルギーなど	合計
件数	1198	66	56	5	3	1328

検査結果は取り引き先に報告し、商品事故の未然防止に努めています。

新しい居場所のカタチ〜COZYTOWN

滋賀県社会福祉協議会が法人化70周年を迎えた2022年、新たな事業活動の拠点として、彦根駅前のアル・プラザ彦根にCOZYTOWNを開設しました。COZY=あたたかい・居心地がいい、という意味です。いろんな個性が集まって、つながって、みとめあって、だれもが安心してそこにいることができる場所を目指しています。

駅前の商業施設という好立地での開設を機に、これまで福祉とつながっていた人たちはもちろん、少し福祉と距離のあった方、たまたま立ち寄った方にも、気軽に福祉にふれていただける場になればと考えています。

カフェやシネマなど誰もが楽しめる活動のほか、若者食堂やアクティブシニアの学びの場、福祉に関心のある方の出会いの場など、様々な縁をつむぐプログラムを用意しています。12月に開催したイベント「子ども食堂フェスタ」には子どもから大人まで約530人が集い、ボランティアグループや企業による遊びコーナーなどでにぎわいました。あたたかく、柔らかく、入りやすい場所と喜びの声をいた



だいています。
ぜひ、みなさんの「ひたすらなるつながり」を求めて、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております！

【お問合せ先】
滋賀県社会福祉協議会 COZYTOWN
TEL:0749-21-6200(代表)

COZYTOWN
Facebook アカウント



誰もが安心できる共生社会へ

社会福祉法人滋賀県社会福祉協議会から
地域福祉に関する情報をお届けします。



夕食サポート事業

6種類のコースから月～金まで毎日お届け

- 供給高 **443,827**千円(前年比109.2%)
- 1日当たりの配達数 **3,066**食

共済事業

「たすけあい」や「あいぶらす」などのCO・OP共済

- 契約件数 **112,699**件(前年比100.0%)

エネルギー事業(コープでんき)

コープの駆けつけサービス3つの安心

- 供給高 **1,283,846**千円
(前年比106.2%)

福祉の取り組み

訪問介護と居宅介護支援を行う暮らしの安心・生協の介護

- 介護事業(のべ利用人数)
ヘルパーステーションぽこ野洲 **9,710**人
(前年度6,596人)
ケアプランセンターぽこ野洲 **787.5**人
(前年度580.5人)
※要支援は0.5人換算になります

ささえあいサポート活動

組合員どうしのささえあい ※2023年2月20日時点

- 利用件数 **2,656**件(前年度2,183人)
- サポーター数 **1,952**人(前年度1,929人)

2022年度ささえあいサポート内容 トップ5

- 1位 **1,463**件 家事援助(掃除・片付け含む)
- 2位 **421**件 ペットの世話
- 3位 **292**件 庭木剪定・草取り・水やり
- 4位 **257**件 子どもの見守り
- 5位 **179**件 高齢者支援



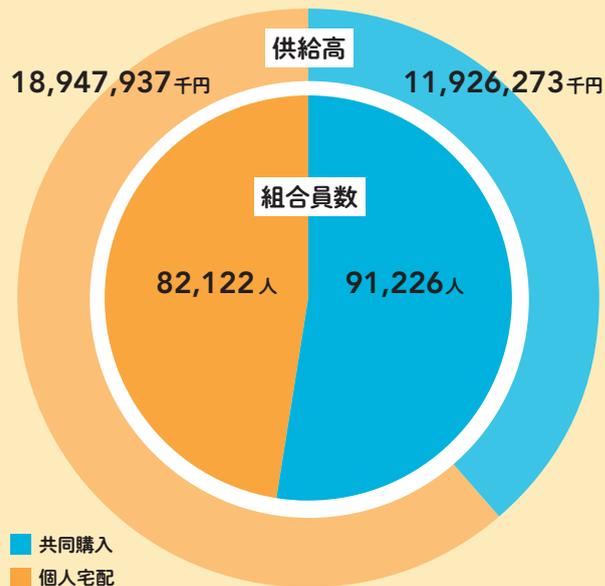
2022年度 数字で見るコープしが (2022年3月21日～2023年3月20日)

- 組合員数 **220,373**人
- 2022年度の加入人数 **12,188**人
- 出資金 **13,194,821**千円
- 一人当たり出資金 **59,875**円
- 総供給高 **40,448,541**千円
- 一人当たり月利用高 **18,355**円
- 経常剰余金 **1,227,586**千円

宅配事業

全県で共同購入、個人宅配、ステーションを展開

宅配事業総供給高
30,835,294千円(前年比98.6%)
※割り戻し含む

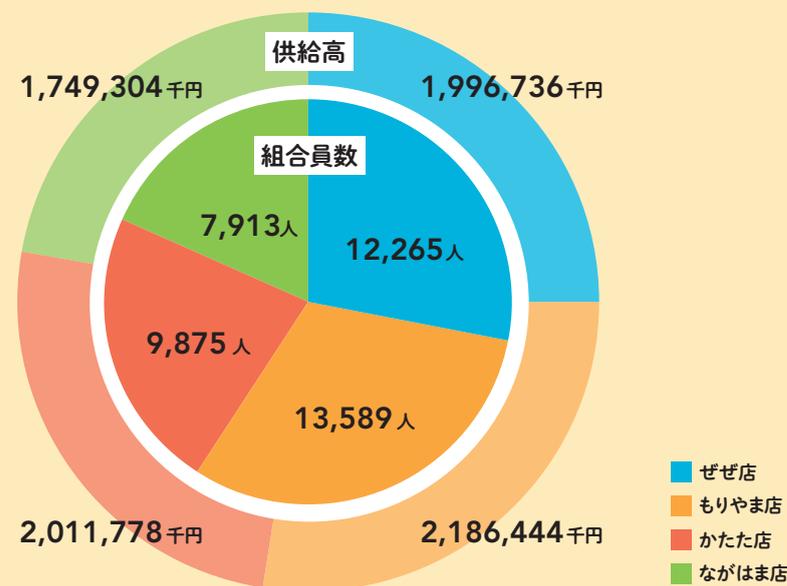


店舗事業

県内4つの店舗とお買い物サポートカーや、お届け便の展開

店舗事業総供給高
7,865,397千円(前年比104.6%)

[その他組合員数] 3,383人
(旧ミニコープ店組合員、所在不明組合員)



事業のこと

2022
年度

私たちが取り組んだこと
— 事業と活動の報告 —

コープしがは、生活協同組合。組合員のみなさんの出資金を元に事業を行い、一人ひとりの利用から生まれる剰余金で運営しています。2022年度の事業と活動の報告です。

リサイクル回収

リサイクル売却額
47,134 千円(前年比 112.7%)

● 商品案内書 **宅**

3,111,270 kg
 (前年比 95.0%)



回収率 72.4%(前年 -10%)

● 仕分け袋 **宅**

32,658 kg
 (前年比 94.8%)



回収率 23.8%(前年-1.2%)

● 牛乳パック **宅** **店**

55,050 kg
 (前年比 101.2%)



● ペットボトル **店**

35,344 kg
 (前年比 120.8%)



● たまごパック **宅**

21,121 kg
 (前年比 93.2%)



● ペットボトルキャップ **店**

2,005 kg
 (前年比 95.3%)



● 食品トレイ **宅** **ス**

8,776 kg
 (前年比 138.9%)



※ペットボトルとトレイは店舗と一部のステーションで回収しています。リサイクルの出し方、回収場所などは、毎月スパイラルでお知らせしています。

フードドライブ

2022年度回収量
8,833.58 kg(前年比153.2%)

フードBOX



- コープぜぜ店 **1,088.55** kg
- コープもりやま店 **955.53** kg
- コープかたた店 **604.20** kg
- コープながはま店 **792.40** kg
- 宅配センター・本部 **5,392.90** kg

ご提供いただいた食品は、フードバンク滋賀・フードバンクびわ湖・甲賀市社会福祉協議会・フードバンクながはまを通して、必要とする方のもとへ届けられています。

組合員が力を合わせて取り組んだこと

募金・商品利用を通じた寄付

● ユニセフ募金 ※人数は、宅配で参加された組合員数です。

一般募金(7,638人)

5,988,015円

(うちミャンマー指定募金

1,820,000円)

パキスタン洪水自然災害緊急募金(4,437人)

2,692,944円

トルコ・シリア地震自然災害緊急募金(5,774人)

5,608,524円

ウクライナ緊急募金(7,314人)

7,709,184円

● 2022年8月大雨災害支援募金(3,648人)

2,201,276円

● ハンガーフリーワールド

「書き損じはがき回収キャンペーン」(3,025人)

4,938,214円

● しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金

1,529,614円

● 利用登録米の利用による「滋賀応援寄付」(1kg1円)

293,150円

● 産直もずく利用による珊瑚基金(1点1円)

87,696円

● 沖島のやさしいアイス利用寄付(1点につき10円を沖島小学校に寄付) **16,010**円

※2017年2月25日～2023年3月20日



パキスタン洪水 ©UNICEF_UN0691098Sami_Malik



トルコ・シリア地震 ©UNICEF_UN0777983_al_Sayed_AFP



全国の生協とともに取り組む募金 (コープしが分)

● レッドカップキャンペーン

(1点1円) **76,742**円

対象となるコープ商品の利用点数に応じた金額が、国連WFP協会に寄付されます。2020年度からの3年間はミャンマー連邦共和国の子どもたちに学校給食を届けるために使われます。

● コアノンスマイルスクールプロジェクト

(1パック1円) **59,798**円

「**co-op** コアノンロール」シリーズの利用点数に応じた金額が、ユニセフを通じてアフリカのアンゴラ共和国に寄付されます。

● 洗剤環境寄付キャンペーン

(1点0.5円) **59,246**円

対象のコープの衣料用洗剤の利用点数に応じた金額が、インドネシア領ボルネオ島で小規模パーム農家の生産体制の改善支援を進めるWWFジャパンに寄付されます。

● 化粧品ピンクリボン運動

(1点1円) **11,909**円

ピンクリボン月間に合わせて「ピンクリボン運動キャンペーン」を実施。コープ化粧品の利用点数に応じた金額が、乳がんの早期発見、早期の検診、受診を啓発・推進する認定NPO法人J.POSHに寄付されます。

2022年度みんなですすめたことのふり返り ～総代会で確認した6つの視点～

コープしがでは、2021年度より「組合員の参加の強化」と「組合員による運営の強化」、また「つながりを広める」ことに力を入れて取り組んでいます。組合員のくらしの実感から生まれる声を受け止めて、組合員の想いや願いの実現のために役職員が創意工夫し、改善や検討をすすめています。

組合員として生協に対して声をあげることが、私たちのくらしをよりよくすることにつながっています。想いをカタチにするために声をあげ、組合員と役職員、生産者・メーカーが力を合わせて「よりよいくらし」をつくっていきましょう。以下は宅配の「私もひとことカード」、お店の「組合員の声カード」、組合員コールセンターへの声、ホームページのお問い合わせ、役職員との日常会話などを通して届いた声を受けとめ、すすめてきたこと・実現したことの一例です。

1 「食」の大切さを考えよう！

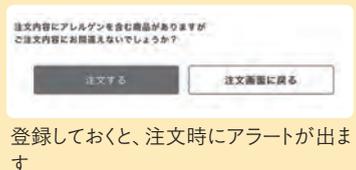
寄せられた声

子どもに食物アレルギーがあり、ぜひ活用したい。義務7品目だけでなく、推奨21品目まで広げてほしい。



実現できたこと
eフレন্ズのアレルゲン登録機能は、アレル

ギーをお持ちのご家庭にとっても安心して利用できるとても便利な機能です。これまで登録できたアレルゲンは義務表示7品目まででしたが、2023年2月から、新たに推奨表示21品目も登録できるようになりました。



登録しておく、注文時にアラートが出ます

寄せられた声

「産直鳥取みんなのつながり和牛」は食べてみたいけれど、もう少し少量だと利用しやすい。

実現できたこと

飼料価格や燃料費などの高騰により、和牛の肥育コストが上昇し、つながり和牛の生産者の経営も厳しくなっています。第2期頒布会企画（2023年3月からお届け）は、安定した生産が維持できるように価格を見直し、少人数家庭でも利用しやすい量目に見直しました。



2 「宅配のある暮らし」をもっと楽しもう！

寄せられた声

留守置きしてもらっているが、アプリに商品がいつ届いたか通知が来るので安心です。

実現できたこと

組合員の利用の声を受けて、2022年3月から配達時間の目安がわかるコープしがアプリを開始しています。今後は、アプリ内で注文や情報取得がもっと便利にできるようにし、コープのお店とも連携をすすめます。



寄せられた声

「産直こめ育ちさくらたまご」10個パックの代替品が届くことが続いたり、毎週自動お届け分しかないことが目立ちます。毎週ではなくほしい時だけ注文したいです。

実現できたこと

「産直こめ育ちさくらたまご」は組合員からとても支持されている商品です。コロナ禍に家庭で料理する機会が増えたことで、「産直こめ育ちさくらたまご」の注文が増えたため生産量が不足しましたが、2022年3月から生産者に近江八幡市小杉養鶏場が加わりました。飼料の高騰、光熱費の価格上昇、鳥インフルエンザの流行に伴い、たまごの価格が高騰していますが、今後も安定したお届けができるようにすすめます。



3 「お店がある暮らし」をもっと楽しもう！

寄せられた声

近くにスーパーがなくて、毎日の買い物に困っています。コープしがのお店から移動店舗を出してもらえると嬉しいですね。

実現したこと

2023年4月から移動店舗事業を開始します。名称は移動店舗「あつたか便」。コープながはま店を母店に余呉町、上草野地域を対象に事業をすすめます。

寄せられた声

宅配と店舗を併用利用しています。店舗を利用した際に組合員証を忘れそうになるので、スマホ化はできないでしょうか？ また子育て応援パスやビンゴカードなどもデジタル化になれば嬉しいですね。

実現に向けて準備をすすめていること

コープのお店では、こびたカードやキャッシュカードでキャッシュレス決済が可能です。2023年度内に組合員証や様々なカード類のデジ



タル化、こびたカードの機能をスマートフォンに代用させられるよう準備をすすめています。



4

くらしの備えと「おたがいさま」を考えよう!

寄せられた声

今後、高齢者人口が増える中、介護事業を広げていってほしいです。

実現できたこと

訪問介護は、ぼこ野洲に加え新たに守山市に事業所を開設しました。業務エリアは、守山市、草津市、栗東市、野洲市、近江八幡市の一部に湖南市が加わります。



寄せられた声

いつもサポートしていただけてとても感謝しています。
 ささえあいサポートに登録しているが、一步を踏み出すのは大きな勇気が必要です。

実現に向けて準備をすすめていること

ささえあいサポート活動の認知度は、まだまだ十分とは言えず、情報発信が大切です。サポーターの思いや活動事例などの紹介を検討します。



5

くらしをよくし、誰かの「笑顔につながるコト」を始めよう!

寄せられた声

フードドライブの取り組みに、とても共感しています。食品だけでなく、雑貨品や文具なども寄付できるとよいと思います。

実現できたこと

フードドライブの取り組みは、「回収量を増やす」「寄付先を増やす」「回収アイテムを増やす」ことを目標にすすめています。2022年5月から新しい寄付先として甲賀市社会福祉協議会(フードバンク甲賀)、フードバンクながはまとつながりを持つことができました。また7月からは草津市社会福祉協議会と「つながりチューリップ協定」を結び、草津センターと草津事務所に集まった食品と生理用品を寄付しています。



寄せられた声

「しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金」素晴らしい取り組みです。何かしたいと思っている人は多いはず。できるだけ協力しますね。宅配や店舗でたまったポイントが寄付できるというなと思います。

実現したこと

「しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金」は、組合員が利用を通して、子どもたちの笑顔を支援することができます。様々な方法でお知らせしています。また、生協で貯めたポイントで募金ができるようになりました。



6

「ありがとう」でつながる私たち!

寄せられた声

コープ倶楽部に参加して、色々なことについて学ばせてもらっています。生活のあり方や未

2022年度監事活動の主な内容

1. 代表理事から四半期ごとに機関運営や事業、内部統制の状況等について報告を受け、意見交換しました。
2. 第42回通常総代会が、準備から終了後の手続きに至るまで、適正に行われたことを確認しました。
3. 会議や事業所等の監査を行い、業務計画の進捗や内部統制の状況を確認しました。
 - 理事会の他、重要と思われる会議への出席
 - 本部及び事業所の監査(10カ所)
 - 上半期実地棚卸(3事業所)、期末実地棚卸(4事業所)の立ち会い
4. 内部統制システムの構築、運用状況を確認しました。
 - 内部統制委員会へ出席して、リスク管理の状況や内部統制学習等の把握
 - 内部統制スタッフから内部監査結果の把握
5. 監査法人からは、2022年度監査計画の説明を受け、期中協議ではそれぞれの監査状況を共有しました。また、事業所往査(3カ所)、期末実地棚卸監査(2カ所)に立ち会いました。
6. 子会社については、4社の調査を行いました。
7. コープさんき事業連合については、事業の進捗と監事監査の状況について報告を受けました。

実現できたこと

コープ倶楽部は、月1回、身近なくらしの話で世代を超えて組合員同士が繋がれる場です。コロナ禍でも感染対策をし、オンラインも活用しながら貴重な交流の場として開催することができました。今後は、託児再開に向けて準備をすすめます。





見守ってくれてありがとう

実家に住む母は生協をしていないので、メッセージが届くことはありませんが、面と向かつては言えないことを伝えようと思います。母は兄2人と私の3兄妹を育ててくれました。私も男の子2人の母になり子どもたちの元気のよさに圧倒されながら過ごしています。実際の立場になるとつつい心配して口や手を出してしまいますが、母は私のやりたい事を見守ってくれたなあと思います。私もそんな母親になりたいと思いつつ口を出さず見守ることの難しさを日々痛感しています。いくつになってもお母さんには及ばないと思いますが、子育て時代のことを聞いても何も覚えてないと言う母。きっと毎日忙しくさせてたんだなあ、改めて育ててくれてありがとうと伝えたいです。

栗東市 keiさん

一緒に過ごせた最後の時間に感謝

「余命は年内一杯です」そう医師から告げられ、私は母の残り少ない人生の伴走者となりました。今までこんなに話し、時

間を共にして、母と向き合った事があつただろうかと思わせるほど、大切な時間になりました。幸い家族の協力も得られ

自宅で見守ることができました。今まで母には、働いているか、怒っているかばかりで何もしてもらっていない、なんてえらそうな考えでいたけれど、いなくなっから思いだすのは、母の何気ない一言や表情ばかり。居なくなってしまうからでは遅いわ！とまた母に怒られそうだけれど、今まで本当にありがとう。お母さんの大切な最期の時間を私と一緒に過ごしてくれて感謝しています。

幸ちゃん

やさしい言葉はいつまでも

4年前に母が亡くなりました。母との携帯電話のメールのやり取りを保存しており、たまに見直すと母の優しい言葉がいつも胸にじんとききます。子どもが生まれて、母に見せてあげられなかったですが、いつも見守ってくれていると思っています。

守山市 サンさん

いつか言いたい「ありがとう」

母に感謝を感じつつも口から出るのはキツイ言葉。受け入れてくれる母に、自分分は甘えているんだと感じます。今はリハビリ病院で、日常生活に戻れるよう頑張っている母。毎日電話をしています。なかなか言えないけど、いつか言いたい「ありがとう」と。

東近江市 かつばちゃん

育ててくれてありがとう



湖南市 カピバラさん

お弁当に感謝

年々頑固になり、私とも会えばケンカばかりですが、その時に思い出すのが中学、高校、そして就職してからも毎朝夕かさず作ってくれたお弁当。今娘たちの日々のお弁当作りをしていると、その大変さをしみじみ感じます。きつい事も言われませんが、感謝の気持ちを忘れず、優しく接していけたらと思っています。

東近江市 tamaちゃんさん

見習って頑張ります

母は高齢となり認知症を発症し、去年から特別養護老人ホームへ入所致しました。キャリアウーマンであった彼女は仕事しながらも手抜きなく、おいしい料理を私のために作ってくれていた事を思い出します。感謝しています。私も母を見習って頑張っていきたいです。



甲賀市 かおちゃん

投稿お待ちしております!

テーマやくらしの話題でおしゃべりしましょう。

※商品リクエストや、返事が必要な商品に関するお問い合わせは、商品お届け表裏面の「私もひとことカード」でご提出ください。

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、

郵便 ファックス インターネット にて応募ください

5/25(木) 締め切り

頭の体操正解者の中から抽選で5名様に、「スパイラルカフェ」におたより・イラストなどを掲載させていただいた方全員に、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)

〒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
 FAX 0120-096-502
 インターネット <https://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。
 ※他誌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。

頭の体操

Mental Gymnastics

数独

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=?

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

正解者の中から抽選で5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。

3月号 答え

5	2	1	6	4	3
4	6	3	2	1	5
2	1	6	5	3	4
3	5	4	1	6	2
1	3	2	4	5	6
6	4	5	3	2	1

正解 「8」
 応募総数 559通
 うち正解 547通

■締め切り
 5月25日(木)
 (当日消印有効)

コープしがのお店通信

コープのお店が提供している 3つのお買い物サービスをご存知ですか？

① お買い物サポートカー

コープでお買い物がしたいけど
移動手段がないの…

週に1回、決まった曜日・時間に、ご自宅
近くからコープのお店まで無料送迎いたし
ます！送迎エリアはコープのお店まで自動
車で片道15分程度の地域です。



② お買い上げ配達便

重い物やかさばる物も買いたいけど
持って帰るのが大変…

13時までにお店でお買い物された商品を、
同日17時までにご自宅にお届け。店舗周辺
地域が対象です。



③ お買い物代行便

お店でお買い物できない時に
電話で注文できると助かるな…

13時までにお電話注文いただいた商品を、
同日17時までにご自宅にお届けします。店
舗周辺地域が対象です。



※事前に登録が必要です。
※配達時間などは、店によって異なります。くわしくは、各店舗
にお問い合わせください。

コープしがのリサイクル

4R
とは

— 循環型社会をめざして—
みんなで
すすめよう! 4R

- Refuse** リフューズ ゴミの元になるものをもらわない
- Reduce** リデュース ゴミになるものを減らす
- Reuse** リユース 再使用する
- Recycle** リサイクル 再生資源として再生利用する

資源化しています！回収にご協力ください。

宅配で回収しているもの

商品案内書



商品仕分け袋

ラベルがついて
いると再生でき
ません。必ずお
名前ラベルは
剥がすか切り
取ってください。



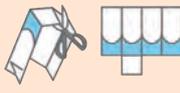
卵パック

コープの宅配でお届けしたも
のに限ります。半分に切って
重ねてください。



牛乳パック

他店で購入したのもも回収し
ます。きれいに洗って切り広
げてください。



[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・愛知川のステーション

コープのお店で回収しているもの



※配送センターのステーションでは、牛乳パック・ペ
ットボトル・ペットボトルキャップ・食品トレーを回収し
ています。

3月度リサイクル報告

3月度
リサイクル品
売却金額
売却金額
¥ 3,057,938-
2022年4月から累計
¥ 36,520,084-

[回収率] 商品案内書 67.9%
仕分け袋 24.3%

亡き母の思い出

49歳で亡くなった母の思い出でまず浮
かぶのが、小学生の時のこと。テストで
お友だちは100点だったという、母
は「先生はその子にもあなたにも、同じ
ように教えてくれているよね？ じゃ、あ
なたにも100点取れるよ」と笑顔で言っ
たこと。なかなかおもしろいプレッシャー
のかけ方です。もうひとつは、思春期の
頃、母に対して反発した時、父から「お
母さんの笑顔が、心から笑っているのか、
みんなのために笑っているのかがわかる
のなら、反発しなさい」と…。父に叱ら
れたのは、この一度だけで済んだ。母が生
きた人生をはるかに超えて生きてきまし

たが、母のすごさをますます感じていま
す。
近江八幡市 ちむどんどん さん

フリートーク

● 子どもの疑問に答える大切さ

この前、6歳の孫が遊びに来ました。
わからないことは何でも「どういう意
味？」と連発です。母親は一つ一つ答え
ていました。私にも質問です。わかる範
囲で答えましたが、子どもの疑問を受け
答えする大切さを感じた。子どもの疑問に感
じました。子どもはこうやって成長して
いくのですね。
大津市 デイジー さん

編集後記..私には年に一度の母の日も、

おろそかにする親不孝者でした。母は、
亡くなる数カ月前から意識がなくなつた
ので、結局きちんと「ありがとう」と言
えていません。みなさん、後悔しないよ
うに今年はもちろんと伝えてくださいな。
(編集..さな)

親子で楽しんだ自由研究

次回は7月号掲載。親子で一緒に楽しん
だ、夏休みの自由研究の思い出を覚えてく
ださい！「今年は何をしようかな」とい
うご家庭は、要チェックですよ！

スバイラル7月号の
スバイラル・カフェに掲載予定です

今回のテーマは

Information

● 多賀町と「まちづくりに関する包括連携協定」を 締結しました

今後は、この協定にもとづき、「災害支援に関すること」「高齢
者、障がい者、子どもの見守りに関すること」「農産物の販売
促進に関すること」など、様々な分野で連携していきます！



多賀町にんじんと一緒に

● 米登録利用を通じた滋賀応援寄付のご報告

組合員の登録米利用（1kgにつき1円）に応じた額を、毎年
「滋賀応援寄付：美しい琵琶湖を守ろう」に寄付しています。

2022年度寄付金額 293,150円
(2022年2月4回～2023年2月3回利用分)

理事会・監事会だよりは、コープしがホームページ「お知らせ」に掲載しています。

スパイラル レシピ

行楽や運動会、遠足などお弁当の登場シーンが増える5月。旬の味を楽しめる、お弁当に入れたい一品レシピをご紹介します。

#スパイラルレシピ で投稿してね!



チラシセットの都合により、こちらは裏面です。
ご不便をおかけします。

a. スナップえんどうの中華風ごま和え

ポリポリ食感にごま香る!

材料(2人分)

スナップえんどう160g、ちくわ2本、塩小さじ1/4、A=〈すり白ごま大さじ1、ごま油小さじ2、鶏がらスープの素小さじ1、しょうゆ小さじ1/2〉

作り方

1. スナップえんどうは筋を取り、塩ゆでして水けをきる。ちくわは輪切りにする。
2. ボウルにAを混ぜ合わせ、1を和える。

[調理時間]約10分

1人分/131kcal 食塩相当量1.5g

b. えびとアスパラの卵炒め

食欲そそるマヨ風味

材料(2人分)

ブラックタイガー8尾、グリーンアスパラガス4本、しょうがのみじん切り1片分、A=〈酒・しょうゆ各小さじ1/2、塩少々〉、B=〈溶き卵2個分、マヨネーズ大さじ1、白だし大さじ1/2、みりん小さじ1〉、油適量

作り方

1. えびは殻と尾を除き、アスパラは斜め切りにする。
2. フライパンにしょうがと油大さじ1を熱し、1を炒める。Aで調味して取り出す。
3. 油大さじ2を熱し、混ぜ合わせたBを流し入れて半熟卵を作る。2を戻し入れてサッと混ぜ合わせる。

[調理時間]約15分

1人分/347kcal 塩分相当量1.9g

c. 新玉ねぎのカレーチーズ焼き

スパイス香るお手軽レシピ

材料(2人分)

新玉ねぎ1個、ピザ用チーズ30g、A=〈カレー粉・塩・粗びき黒こしょう各少々〉、パセリのみじん切り適量

作り方

1. 玉ねぎは8等分に切る。
2. 耐熱皿に1を並べてAをふりかけ、チーズを散らす。
3. トースターで約20分焼き、パセリを散らす。

[調理時間]約25分

1人分/74kcal 塩分相当量1.0g

May. 2023 No.423

発行責任者/理事長 白石一夫
発行/2023年5月1日

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



コープしが30周年を記念して、びわ湖放送で特別番組を放送します。
あんなことやこんなこと、みんなの知らないコープしがを再発見してください!

放送日:2023年5/27(土)~12/23(土)18:15~18:29 毎月第4土曜(全8回)
視聴者プレゼントも計画中です。

びわ湖放送
「コープしがスマイルスタジオ」がスタート!

スパイラルは毎月月初め、第3回の注文書と一緒に組合員のみなさまへお届けしています。または、滋賀県内4カ所にあるコープのお店にて、手にとっていただけるコープしがの広報誌です。

6
5
Monday
発行

次回6月号予告

これまで、これからも。 ほうじ茶入り麦茶

特集
今からでも遅くない! 介護の担い手をめざそう

