

コープでつくる私の暮らし

スパイラル

1

January

特集

コープしがは30周年！



新春対談

コープしがの白石さんと
生協の白石さん — 2

● コープしが30周年企画

生産者から組合員へのメッセージ — 3

● これまでも、これからも
「コープしがと30年」

煮ても揚げてもおいしい！

折笠農場の産直 北海こがね — 4

● くみかつ（イベント）情報 — 6

● 滋賀の郷土料理・SDGs・
食の安全 — 9

● スパイラルカフェ・クイズ — 10

● コープしがのお店通信 — 11

● スパイラルレシピ — 12



美しい滋賀のスポット：冬の浮御堂（大津市） 写真／（公社）びわこビジターズビューロー



新春対談
2ページへ！

お知らせ

ユニセフお年玉募金にご協力ください！

— 世界の子どもたちへのお年玉 — 詳しくは、6ページをご覧ください。

大人の「たべるたいせつ」オンライン企画「地酒と湖魚を楽しむ夕べ」

琵琶湖のお話を聴きながら、酒と肴に舌鼓…、詳しくは6ページをご覧ください。



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

コープしがの

白石さんと

生協の

白石さん



日本生活協同組合連合会 広報部
白石 昌則さん

1969年、東京都生まれ。1994年に信州大学を卒業後、早稲田大学生協に入協。2005年、東京農工大学生協に勤務していた頃、「ひとことカード」を介したウィットに富むやり取りがインターネット上で話題になり、『生協の白石さん』(講談社)として書籍化され、ベストセラーになった。その後、東京インターカレッジコープ、法政大学生協、東洋大学生協などを経て、2021年に日本生活協同組合連合会に移籍。2023年に自身としては7冊目の著書である『帰ってきた生協の白石さん』(講談社)を出版した。



コープしがの理事長としておなじみの白石さん。一方、大学生協でひとことカードを介したやり取りが「面白い！」と評判になり、本にもなった生協の白石さん。今回は新春特別企画として、ふたりの白石さんによる対談が実現しました。



コープしが 理事長
白石 一夫

1963年、滋賀県大津市生まれ。1986年に生活協同組合コープしがの前身である大津生協に入協、2011年に専務理事に就任。2019年に理事長に就任し、現在に至る。学生時代はラグビーに熱中し、現在の趣味はスポーツ観戦。コロナ禍を機にパンやお菓子づくりに挑戦し、強力粉や薄力粉といった昔からあるコープ商品の素晴らしさに気付く。「適正価格でダメにもならず、小麦の香りがちゃんとする。長く愛されている商品はやはり期待を裏切らない。我々自身もそうありたい」と、最近思いを新たに



過去には「人違い」
されてた!?

理事長 たしか、『生協の白石さん』の初版本が出たのは2005年11月でしたよね?

白石 よく覚えていらっしやいますね!

理事長 ちょうどその年、私は生協の理事に選出されました、とある会議の場で総代(組合員の代表)さんに「わあ、生協の白石さんや!」と声を掛けていただいたんです。「そんなに有名やったかな?」と不思議に思いながら「いや、どうもどうも」なんて返して(笑)。そこからようやく、白石さんのご本のことを知りました。

白石 そんなことがあったのですね! そもそもあの本は私が東京農工大学の大学生協に勤めていた頃、店舗に対する意見や要望などを投稿してもらう「ひとことカード」に回

答する業務がありまして。そのカードに書いた私の回答を目にした学生さんが、ご自身のブログで紹介してくれたのが書籍化のきっかけです。

やさしさ溢れる回答で
信頼関係を築く

理事長 白石さんのご本を読むと、どんな意見も丸ごと受け止め、やさしく返していらっしやる。そのやり取りで組合員との信頼関係を醸成されているんだと感じました。

中でも印象に残っているのが、「どうすれば人間は空中でジャンプできるのですか。白石さん、二段ジャンプのことです」という質問です。白石さんがどう答えたかという、「当方としてできることがあるとすれば、毎週少年ジャンプを読む子が思春期を経てジャンプを読み始める一現象を人間の成長過程になぞらえ、二段ジャンプと勝手ながら解釈し、2冊とも毎週品揃えすることのみです。組合員証提示で10%OFFです」。私、これ、大好きなんです(笑)。
白石 ありがとうございます(笑)。こうやって目の前で感想をいただくと、何だかジーンときてしまいますね。

役立つ存在として
生協にできること

白石 本の中で「チョコボールの金のエンゼルが当たりません」という投稿を掲載しましたが、大学生協では年に3〜4回チョコボールのセールを実施しています。その度にポップやチラシを店内にたくさん貼ってお知らせするので、チョコボールに関するひとことカードの回答の最後に「セール中です」って書いて、「チョコボールがセール中なんだって!」といいながら学生が買ってくれて一気になくなりました。こちらとしては「あれ、今知ったの?」と。きちんと発信したつもりでも、ほとんど伝わっていません。知ってほしい情報をみなさんにお届けするには、まだまだ工夫が必要だと感じましたね。



生協の白石さんオススメのCO・OP商品

CO-OP ふっくらジューシー生ハンバーグ 100g(1個)

真ん中にくぼみをつくって焼くだけで、すごく肉汁が出てきて「これはうまい!」と感動しました。この大量の肉汁をぜひ味わってください。



通常価格: 192円(税込)

理事長 やはり広報活動は心に触れなければダメなんです。今、私たちが組合員に知ってほしいのは、「ともにつくる 笑顔あふれる未来」というコープしがの理念です。一人ひとりを大切にする、人とのつながりを大切にする。そうやってやさしい心が広がれば、組合員だけでなく地域や社会全体で笑顔あふれる暮らしを実現できます。そのためにはまず、生協自身がみなさんのくらしに役立つっているかを検証し、さらには地域の人々ともつながって役立ちの輪を広げたい。それが2030年に向けた「やくだつ・つながる・ひろがる」というビジョン。これからも生協は頼りにされる存在でありたいと考えています。

30周年記念事業

これからの未来のために。生産者から組合員のみなさんへ

組合員の暮らしと生協の事業は、たくさんの生産者に支えられています。

なかでも産直生産者は、「安全で安心な食品を食べたい」という組合員の願いを実現するためのパートナーとして、お互いに対等な立場で持続可能な生産を一緒に目指しています。

今回は、県内・産直生産者のみなさんから、コープしが30周年に寄せられたメッセージをご紹介します（一部抜粋。すべてのメッセージは商品大交流会の会場に掲示します）。

10年先の未来も、安全安心な食品を私たちが利用できるよう、お互いの立場を理解し、ともに思いを寄せ合っていきたいと願います。



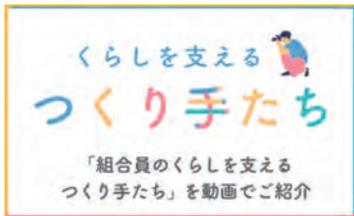
ながさき南部
生産組合



株式会社
シガポーター

商品大交流会に参加した生産者からすてきなメッセージをいただきました♡

生産者と商品のこだわりを動画で紹介しています



大山乳業農業協同組合



株式会社高木牧場



NEWS

帰ってきた！商品大交流会を開催しました！



11月25日（土）冬晴れの空の下、北ビワコホテル グラツィエ（長浜市）で、4年ぶりとなる商品大交流会を開催し、100名を超える生産者と1部・2部合わせて889名の組合員が試食交流を楽しみました。

おいしい匂いが漂う会場は、幅広い世代のたくさんの家族連れやグループでにぎわいました。また、参加者にたずねた「今日みつけたお気に入り商品」には、かたよることなく様々な商品があげられ、どれも1度試してもらえば満足のいく商品だということがかがえます。自信のある商品を目の前で食べてもらいながら交流できるとあって、生産者のみなさんの生き生きとした表情が印象的でした。

活気あるみなさんの笑顔あふれる1日となりました。



生産者からの温かいメッセージ、嬉しいです



有田コープファームのみかん、「とってもおいしかったよ」



参加組合員から生産者へ、メッセージのお返しです



久しぶりのリアル開催のため来場者の殺到に驚きましたが、産地の干ばつのその後の状況に心を寄せていただく組合員さんがいらして、胸にくるものがありました。産地にもしっかり伝えます！

一瞬一瞬の、組合員さんとの交流で、父親世代が生協と築いてきた関係性を改めて感じることができました。

2月17日（土）には、大津プリンスホテルで開催します。応募方法についてはスパイラル12月号またはホームページをご覧ください。

※お申し込み締め切りは1月13日（土）

スマホの方はこちらから



パシフィック・トレードジャパン（ホムトンバナナ）水田さん



常陸野直直センター（れんこん）安本さん（左）

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

煮ても揚げてもおいしい！ 折笠農場の産直 北海こがね



1…北海道の雄大な自然の中で、のびのびと育てられる北海こがね。10月末～2月末の、まさに今が収穫の時期。2…煮崩れしにくく、冬に食べたい煮込み系の料理も見栄えよく仕上がります。3…現在、15名の生産者さんがじゃがいも作りに携わっております。



産直 北海こがね

ホクホク感はあるのに煮崩れしにくく、揚げてもきれいな黄色から変色しにくいことから、幅広い料理に適したじゃがいもです。

1月3回(1/8～配布)

エコーにて

特価でご案内します！

ぜひご利用ください。

北海道・十勝の大地で 育てられた人気のじゃがいも

雄大な大地が広がる、北海道東部の十勝地方。道内随一の畑作地帯であり、日本の食を支える農業地帯の一つです。自然豊かなこの地で、農家一軒当たりが営む農地の平均は約45ヘクタール。その数字から十勝の広大さが想像できますが、その中で95ヘクタール(約2・9万坪)もの農場でじゃがいも、豆類、小麦を中心に生産し、おいしい野菜づくりを追究し続けているのが折笠農場です。

この折笠農場で生産されているじゃがいもの一つが北海こがね。「男爵とメークインの間くらいの食感で、ホクホク感とねっとり感の両方を楽しめる」「デンプン質が高く、煮込んでも煮崩れしにくくて、どんな調理でもおいしい」と、全国の組合員から人気の定番野菜です。

実は、この北海こがねを生産するようになったのはコープしががきっかけでもある、と話すのは、折笠農場の5代目・折笠健(ますらお)さん。

「30年ほど前に、農薬不使用栽培を進めたくて、当時主流だった『メークイン』よりも収

量が安定していて耐病性が高く、食味もよい『北海こがね』に切り替えようと考えていました。でも北海こがねは当時ほとんど知られていない品種でしたから、迷っていたんです。

そこでコープしがの前身の1つ・湖南消費生協の組合員さんたちに両方を比較試食していただいたところ、食味アンケートで高い評価をいただき、『どうしてこんなにおいしいじゃがいもをもっと早く出荷しなかったの!』と叱られる始末。それで自信を持って切り替えることができたんです。そこから30年、今日まで続いている優秀な品種です。一般流通していない北海こがねを、食味や栄養、価格でしっかり評価していただいたコープしがの組合員のみなさんに、今後もおいしい品種をいち早くお届けしたいです。」

「私たちは誰に食べ物を届けているのか」

折笠農場のはじまりは、1910年までさかのぼります。初代・折笠休次郎さんが家族と共に、福島県相馬市から十勝に開拓者として入植しました。そこから115年が経ち、現在5代目の健さんが特に力を入れて取り組んでいるのが、農薬や肥料、堆肥を使わない自然栽培です。

「父である先代の折笠秀勝が『開拓時代の自然豊かな土地に戻す』を目標に定め、『おいしい』『安全』『安心』を合言葉に取り組み始めました。安全安心の農作物とは何かを考え、品種試験を繰り返して、北海こがねを取り扱い始めた理由もここにあります。」

23年前には、『奇跡のリンゴ(5ページ参照)』で知られる木村さんが折笠農場に来られたこ

とをきっかけに、重度のアトピー性皮膚炎や化学物質過敏症などで、通常の食品では生活が困難であり、オーガニックを必要とする人たちに思いを馳せるようになりました。お客様の食卓を想像し、私たちは誰に食べ物を届けているのかを常にイメージし、自然栽培にチャレンジし始めたのです。

オーガニックの考えを 未来に繋げていきたい

20年前には、農薬を使わずに栽培できる「さやあかね(※)」という品種の栽培も始めたという健さん。

「「こちらも、生活協同組合の中でいち早く評価してくださったのがコープしがで、その評価がさやあかねの品種登録に大きく貢献したデータとなり、有機認定を受けています。今では、十勝オーガニック振興会の設立メンバーとして、オーガニックの考えを広げるための活動にも取り組んでいるんですよ。」

今、農地の総面積のうち33ヘクタールは肥料・農薬を使わずに栽培する圃場だという折笠農場。今後は野菜づくりだけではなく、有機野菜を使用した加工品の製造にも力を入れ、日本、そして世界が求めるオーガニックとは何かを追究し、未来に繋げていきたいと、健さんは奮闘し続けています。

※現在取り扱いはありません。



いち早く評価くださる
コープしが様へ

コープしが30周年おめでとう
ございます。

組合員様にはいつも北海こが
ねとたまねぎをご利用いただき、
ありがとうございます。

コープしには設立前の大津
生協、滋賀県北部生協、湖南消
費生協からお世話になっており
ます。

じゃがいもでは北海こがね、
たまねぎでは知床たまねぎをい
ち早く評価していただき、取り
扱っていただいています。固定
概念にとらわれない、柔軟な考
えをされている組合員様へ、こ
れからもよりおいしい農作物を
提案していきます。
生協とともに歩み、生協の組
合員様に育てられた折笠農場グ
ループが、今後どう活動してい
くか見ていてください。

30周年に寄せたメッセージ



ますらお
折笠 健さん
折笠農場

教えて！ 管理栄養士さん

じゃがいもの栄養

じゃがいもは、エネルギー源となる炭水化物のでんぷんが主成分ですが、白ごはんに比べカリウムは半分程度で、ビタミンCやカリウムを含んでいます。ビタミンCは水溶性なので、本来調理による損失が大きい栄養素ですが、じゃがいもに含まれるビタミンCは、でんぷんに包まれているので流失しにくく、熱にも強いのが特徴です。

皮の近くにはクロロゲン酸という抗酸化作用のあるポリフェノールの1種が含まれています。

まれているため、皮ごと調理するのがおすすめです。芽や皮の緑の部分にはソラニンという毒素が含まれているので、その部分は取り除くように注意しましょう。またじゃがいもは、世界中に約2000品種あるといわれており、日本では約20品種が流通しています。代表的な「男爵」、「メークイン」以外にも、好みの品種を探してみるとじゃがいも料理の幅が広がります。

折笠農場にやってきた 「奇跡のリンゴ」の木村さんって？

青森県弘前市で農家を営む木村秋則さんのことです。リンゴの栽培に農薬は不可欠といわれていた時代、「絶対に不可能」といわれる農薬を使わないリンゴの栽培に取り組みました。

様々な困難を乗り越え、挑戦し始めてから10年後に農薬・肥料を使用しないリンゴ栽培に成功。これは世界的な常識をくつがえす偉業であり、木村さんのリンゴは「奇跡のリンゴ」と呼ばれて同じタイトルで書籍が出版され、映画化もされ

ました。

そんな木村さんが、当時すでに有機農法を推進していた折笠農場まで足を運び、「北海道の中でも規模が大きい折笠農場さんから変われば、ほかも変わる」と伝えたことを機に、折笠農場は現在の栽培方法に向けて本格的に取り組み始めることになりました。



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 ⑤託児マークのある企画の場合は、託児の有無・子どもの名前・年齢・性別 ※託児対象児は、1歳以上の未就学児

●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、くらし(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 ユニセフお年玉募金にご協力ください ～わたしのお年玉を世界の子どもたちのために～

「令和6年能登半島地震」災害支援募金に予定を変更しました。ご理解・ご協力をお願いします。

コープしがは、世界中の子どもたちが十分なケアを受け、よりよい人生のスタートがきれるよう、ユニセフ募金に通年で取り組んでいます。この時期、世界の子どもたちへのお年玉として「ユニセフお年玉募金」を呼びかけています。2022年度のお年玉募金総額は245万4,500円でした。ご協力ありがとうございました。



©UNICEF/UN0841737/Dejongh

生後6ヵ月の子ども
を抱える母親(コート
ジボワール)

生協のお店

■1月4日(木)～1月21日(日)
サービスカウンターに募金箱を設置します。

生協の利用で貯めたポイントで
募金ができます。

共同購入・個配の方

■1月3回～2月1回の注文書、インターネット注文、電話注文、FAX注文で受付します。

■1口は100円です。

注文書(おもて) / 上段の「募金」欄に募金いただく口数を記入。

インターネット注文 / 「注文番号で注文」を選び、注文番号 **209937** と募金口数(1口=100円)を入力。

◎インターネット画面では点数のみ表示されます。

電話注文 / 「募金を●口」とお伝えください。(電話注文センター:0120-190-502)

FAX注文 / ファクシミリ専用注文書の募金欄に募金口数を記入。

★宅配では、生協の利用で貯めたポイントで募金ができます。



ポイント募金番号「209996」と記入し、募金するポイントを100ポイント
単位につき「1」と記入ください。100ポイントにつき100円募金できます。
E-フレジズで募金する場合も、ポイント募金番号「209996」と100ポ
イントにつき「1」と入力ください。
その他、組合員コールセンターでも受け付けできます。

※お預かりした募金は税額控除の対象とはなりません。予めご了承ください。
※翌週の商品お届け明細に募金額が掲載されますので、ご確認ください。

組

☆コープ倶楽部☆ お試し参加受け付け中!

どんな事をしているの?

月に1回、普段の暮らしの中にあるちょっとしたことを取り上げて、みんなで楽しくおしゃべりしています。勉強会ではありません。大人の倶楽部活動です。本来は、1年間の登録制ですが、1人でも多くの組合員さんに「コープ倶楽部を知って欲しい!」そんな思いから**お試し回を企画しました**。コープ倶楽部に興味のある方、おしゃべりの好きな方、お友だちを増やしたい方、組合員ならどなたでも参加OKです。いろんな世代の方のご参加をお待ちしております。

※参加費無料! コープ商品のおためし商品付き。

※託児のある会場もございます。

※開催日、開催会場は各地区によって異なります。参加希望の方は、各地区事務局(p7 上部参照)までお問合せ下さい。

開催場所や開催日は、ホームページでご案内しています。

この二次元コードからもご覧になれます⇒

開催時間 10:00～11:30 ※一部10:30～の会場があります



コープ倶楽部の様子

組合員コーディネーターが
サポートします。おひとりでも
安心してご参加ください。



組

たべる*たいせつ **びわこ**たいせつ **ちいき**たいせつ

1/19 金

～大人の **たべる*たいせつ** オンライン企画～ 地酒と湖魚を楽しむ夕べ

高島市知内の魚のゆりかご水田で穫れたお米で作った地酒と、びわ湖の湖魚・ホンモロコの佃煮を味わいながら、滋賀県の食文化(琵琶湖八珍)や琵琶湖システムについて学び、ほろ酔い交流を楽しみます。滋賀が好きな方! ご夫婦で! 大人同士の親子で! ご参加お待ちしております!

【企画番号】S0101 【企画名】大人のたべる*たいせつ

日時 2月3日(土)17:00～18:30

場所 オンライン(Zoomアプリ使用)

参加費 1,500円

※参加者には当日までに、商品[本もろこ煮/50g(魚常商店)・

魚のゆりかご水田米でつくったお酒/720ml(上原酒造)]をお送りします。

定員 20組(商品は1組1セット)

※参加には、オンラインができる通信環境が必要です。

お申し込み時に、必ずメールアドレスをお伝えください。

【魚のゆりかご水田で作ったお酒】

商品名:個性派(湖西派)酒蔵の高島市産魚のゆりかご水田米こしひかりでつくったお酒
精米歩合60% 特別純米無濾過生原酒



[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週間をめどに、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

[アイコン説明]

- ・申し込み締め切り
- ・申し込み不要
- ・託児あり

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

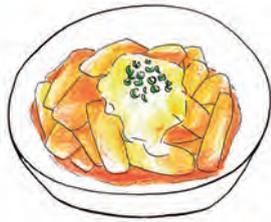
北 ちいきたいせつ ひろば活動／ふれあいYOUタイム 1/19 金

トッポギでお菓子を作って試食しましょう。

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。健康体操で身体をほぐし、トッポギでお菓子を作って試食を楽しみましょう。

- 【企画番号】 K0127
- 【企画名】 ふれあいYOUタイム
- 【日時】 1月26日(金)10:00~11:30
- 【場所】 コープながは本店2階コミュニティスペース(長浜市宮司町1200)
- 【参加費】 150円(1名)
- 【定員】 大人10名、子ども3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 ちいきたいせつ ひろば活動／わたしの居場所 1/26 金

おしゃべりしましょう!!

寒さも厳しい時季ですが、気軽に来てもらいたいと思います。お問合せもお気軽に。お申し込みも待っています。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】 K0121
- 【企画名】 おしゃべりしましょう!!
- 【日時】 2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
- 【持ち物】 なし

※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。



東 ちいきたいせつ ひろば活動／わちゃわちゃの会 1/19 金

一緒にお茶しませんか?

誰でも楽しく! お茶しながら、わちゃわちゃしましょう! 悩みも一緒にわちゃわちゃしましょう。一人でも参加できる気軽な居場所としてください。

- 【企画番号】 H0111
- 【企画名】 居場所づくり
- 【日時】 1月24日(水)13:00~15:00
- 【場所】 甲賀市まちづくり活動センター「まるーむ」(甲賀市水口町水口6009-1)
- 【参加費】 200円
- 【定員】 なし
- 【持ち物】 マイカップ



北 ちいきたいせつ たべるたいせつ 長浜市北東地域委員会 1/19 金

食べて元気に! 動いて元気に! しゃべって元気に! ~ここで笑顔で暮らす為に~

これからの寒い季節を乗り切るために、若い方から高齢の方まで、みんなで集まってストレッチやおしゃべりをしながら交流しましょう! コープしがの「ぱくぱくキッチンカー健康教室」もあるよ。

- 【企画番号】 K0161
- 【企画名】 心も体も健康になろう!
- 【日時】 2月7日(水)10:00~12:00
- 【場所】 高月まちづくりセンター1階和室(長浜市高月町渡岸寺141-1)
- 【参加費】 100円 ※託児利用はお子さん1名につき200円
- 【定員】 20名
- 【持ち物】 筆記用具、タオル、飲み物

※応募者多数の場合は、当選者のみハガキにて連絡させていただきます



西 ちいきたいせつ くらしたいせつ 大津市東地域委員会 2/16 金

クイズで考える防災教室&実践クッキング

大阪ガスネットワークさんを招いて防災教室を行います。阪神淡路大震災から29年。東日本大震災から13年。そして自然災害も多い今、身近な災害の防災について考えてみましょう。災害時も乗り切る温かいメニューを作ります。

- 【企画番号】 A0101
- 【企画名】 考える防災教室
- 【日時】 3月5日(火)10:30~12:30
- 【場所】 コープゼゼ2階(大津市竜が丘1-1)
- 【参加費】 200円 ※託児利用はお子さん1名につき200円
- 【定員】 20名
- 【持ち物】 筆記用具、はし、保温または保冷用の水筒(500ml以上推奨)



西 いのちたいせつ 高島市南地域委員会 1/31 水

子どもに話せる性教育 ~子どもの質問に答えられますか?~

学校では教えてくれない性教育をどう伝えていますか? 子どもの質問にどう答えていますか? きわどい質問から逃げていませんか? まずは私たちから知るところを始めましょう。講師を迎えて一緒にお話しします。

- 【企画番号】 会場参加: A0103、オンライン参加: A0105
- 【企画名】 性教育
- 【日時】 2月12日(月・祝)10:00~12:00
- 【場所】 高島センター(高島市新旭町新庄799)
- 【参加費】 200円 ※託児利用はお子さん1名につき200円
- 【定員】 20名(小学生以下のお子さんがある保護者対象)
- 【持ち物】 筆記用具

※会場(高島センター)参加のほかオンライン(Zoom)でも参加OK。お申し込み時にメールアドレスをお知らせください。

西 **ちいき/のり/たいせつ** **くらし/たいせつ** **ひろば活動/ふくのなかま**   1/19 金

地域の防犯について理解を深めよう！

多様化する犯罪被害にあわないために、高島警察署の方より「特殊詐欺」や「車上ねらい」など地域の防犯についてお聞きます。その後はコープ商品を囲んで交流しながら、明日からも安心して生活できるために私たちができるコトを一緒に考えましょう！

- 【企画番号】A0111
- 【企画名】防犯教室
- 日時 1月31日(水)10:00~12:00
- 場所 コープしが 高島センター(高島市新旭町新庄799)
- 参加費 100円 ※託児利用はお子さん1名につき200円
- 定員 15名
- 持ち物 筆記用具



西 **たべる/たいせつ** **くらし/たいせつ** **大津市北地域委員会**   1/26 金

心も体もホッとする「重ね煮」の旨みを味わってみよう！

食べ物をお鍋に重ねてお料理することで旨みを最大限に引き出し、体を健やかに元気にしてくれる、昔の人の知恵を利用した調理法「重ね煮」を、講師の方に教えていただき、実習試食します。

- 【企画番号】A0107 【企画名】重ね煮料理学習会
- 日時 2月20日(火)10:00~12:00
- 場所 コープしが ゆめふうせん(大津市真野5-33-25)
- 参加費 300円 ※託児利用はお子さん1名につき200円
- 定員 15名
- 持ち物 筆記用具、飲み物、おはし、お椀
- ※応募多数の場合抽選。結果はメールまたは電話でお伝えします。お申し込みの際に、メールアドレスをお知らせください。



南 **ちいき/のり/たいせつ** **ひろば活動/ちいさいおうち**  1/12 金

あそび紐を作ろう！

毎月第3水曜日、自由に集まって、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。今月は「あそび紐」。かぎ針編みでリボンを作ります。子どもは色々な遊びをしてくれますよ。編み物初心者にも初歩から教えます！

- 【企画番号】B0103 【企画名】ちいさいおうち手仕事の日
- 日時 1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ーリーブの中間辺り。駐車場なし。近隣の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 ※託児なし。同室で見守りながらご参加ください。
- 持ち物 飲み物



南 **ちいき/のり/たいせつ** **子育てひろば/ぼんぼこぼん**  1/19 金

ちょっと早い節分!! 鬼のお面をつくろう。豆まきしよう！

季節にあった活動を楽しむ子育てサークルです。なかよくおしゃべりしてママ友を作ろう！季節は様々な顔を見せてくれます。赤鬼・青鬼、どんなお面ができるかな？「福は内！ 鬼は外！」と大きな声で鬼を退治しよう。



- 【企画番号】B0101 【企画名】ぼんぼこぼん
- 日時 1月25日(木)10:00~11:30
- 場所 守山市うの家南蔵1階(守山市守山1丁目10-2) ※あまが池市営駐車場2時間無料。
- 参加費 100円
- 定員 親子10組
- 持ち物 お子様に必要なもの
- 【予告】次回は「ちょっと早いひな祭り」を2/13(火)に予定しています！



南 **たべる/たいせつ** **野洲市地域委員会**  1/19 金

みんなで台湾の料理をつくって！ 外国の食文化を学びましょう!!

身近にある材料を使い、台湾の日常生活で食べられている家庭料理をつくりましょう！台湾出身の講師がお話をしてくださいます！メニューは中華おこわ、水餃子、卵スープ、きゅうり漬け、杏仁豆腐の5品です。

- 【企画番号】B0107 【企画名】台湾料理教室
- 日時 2月8日(木)10:00~12:30
- 場所 コミュニティセンターやす (野洲市小篠原2142) ※JR野洲駅のすぐ近く
- 参加費 300円
- 定員 20名
- 持ち物 エプロン・三角巾・マスク・筆記用具・飲み物など
- ※応募多数の場合抽選。抽選結果は1/22以降に郵送でお知らせします。



南 **ちいき/のり/たいせつ** **ひろば活動/いき百サロム虹**  不

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『いき百サロム虹』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。



1ヶ月ごとの定期募集・新たに参加を希望される方は ☎0120-183-599までご連絡ください

- 日時 毎週金曜日13:30~15:00頃。 ※途中で帰ってもOK。 [1月度の予定]12日、19日、26日、2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
- ※出席できない日があっても結構です。

南 **たべる/たいせつ** **草津市地域委員会**   1/19 金

小川珈琲さんにコーヒーの淹れ方を学んでコープのスイーツで♡ほっこりしましょう!(^^)!

いつものコーヒーが、少し淹れ方を変えるだけでプロの味に！コーヒーを淹れている時間もリフレッシュタイム♡みんなで学んで食生活を豊かにしましょう！3種類の飲み比べができますよ！

- 【企画番号】B0105 【企画名】珈琲の淹れ方教室
- 日時 2月2日(金)10:00~12:00
- 場所 コープしが草津事務所(草津市西草津2丁目1-1)
- 参加費 100円 ※託児利用はお子さん1名につき200円。
- 定員 20名
- 持ち物 事前に配布する資料と筆記用具
- ※応募多数の場合抽選。抽選結果は1/22以降に郵送でお知らせします。



組 **できるコトづくり制度** 

2024年度できるコトづくり制度助成金 公開プレゼンテーション開催のお知らせ

コープしが「できるコトづくり制度」は、誰もが安心して暮らし続けることができる地域社会を実現していくため、一人ひとりが持つ「想い」や「願い」が結びつき、自立した仲間たちがさまざまな社会的課題に取り組んでいくことを支援するものです。

この制度の助成金2024年度分に応募いただいた団体のプレゼンテーションを公開します。関心のある方は、ぜひご来場ください。申し込み不要です。

- 日時 2月18日(日)10:00~12:00/13:00~15:00(時間内出入り自由)
- 場所 コープしが本部(野洲市富波甲972番地)
- 参加費 無料

材料(4人分)

牛肉または豚肉薄切り(※写真は牛肉)400g、牛脂1個(ない場合はサラダ油適量)、青ねぎ250g、春菊1束、豆腐1丁、しめじ・えのきたけ各1袋、糸こんにゃく200g、(水で戻し絞った)焼き麩40g、砂糖大さじ4、しょうゆ・みりん各1/2カップ、卵4個

作り方

1. 肉、豆腐は食べやすい大きさに切る。ねぎは1cm幅の斜め切りにする。糸こんにゃくは下ゆでして食べやすい長さに切る。しめじ、えのきたけは石づきを取ってほぐす。春菊は5cm長さに切る。
2. 鍋を中火で熱し、牛脂(またはサラダ油)を溶かして鍋全体になじませる。ねぎを焼き、香りが出たら肉をサッと焼き、春菊、しめじ、えのきたけを入れて砂糖、しょうゆ、みりんを加える。汁けが出てきたらこんにゃく、麩、豆腐を加え煮る。
3. 全体に火が通ったら、溶き卵をつけて召し上がれ。

- ・ 1人分カロリー 460kcal
- ・ タンパク質27.0g/脂質28.9g/塩分相当量2.9g



齋藤香美

地域活動栄養士。料理・パン・ケーキ・発酵食・防災食など、幅広く教える料理教室の講師として活動中。家族、愛犬と賑やかな日々。



じゅんじゅん

具材を鍋で煮る際に出る音が、名前の由来といわれる「じゅんじゅん」。主にすき焼き風に味付けをした鍋料理全般を指しますが、近江牛はもちろん鶏肉や、古くからびわ湖でとれるイサザ、ウナギ、ナマズなどに、豊浦ねぎや安土信長ねぎなどもよく合います。ほかにも、丁字麩や赤こんにゃくなどの地元食材もおすすめです。お盆やお正月などに家族で囲んで楽しめることが多いようです。

作ってみよう

滋賀の郷土料理

食の安全

今回のテーマ

「産直こめ育ちさくらたまご」に汚れや羽毛が残っているのはなぜ?

A たまごは採卵後、洗卵機で洗浄・殺菌・乾燥後に計量してパック詰めしています。洗卵機のブラシが汚れていたり、すり減っていたりすると、汚れ落ちが不十分になります。また、小さな羽毛は洗卵機の風圧で舞い上がって、洗った後のたまごに再付着することもあります。生産者には、組合員さんからお声をいただく都度注意するように伝えています。

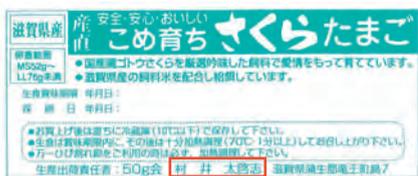


たまごを洗浄・殺菌します。

「産直こめ育ちさくらたまご」には5軒の生産者がいます。生産者によってラベルを色分けしています。何かお気づきの点がありましたら、ラベルを添えていただくか、生産者名をお知らせください。

若草色	中村利男さん
緑色	村井太啓志さん
青色	鶴飼明さん
オレンジ色	安田養鶏場さん
桃色	(株)コスギエッグさん

「産直こめ育ちさくらたまご」のラベル



「産直こめ育ちさくらたまご」はMS〜2Lサイズ混みのパック。一般的に鶏のたまごは、産み始めは小さく、その後徐々に大きくなっていきます。たまごをムダなくお届けするためにたまごの大きさについてはサイズを混ぜてお届けしています。



11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	1,481	30	104	12	39	1,666

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。

コープしがのSDGs

SDGsとは、「持続可能な社会」を目指すための、国際社会共通の目標です。SDGsにつながるコープしがの取り組みを紹介していきます。

ペットボトルはラベルを外してリサイクルへ!



「ペットtoペット」といわれるリサイクルが増えてきました。回収したペットボトルを再びペットボトルに使用するリサイクルで、別の素材に変わることなく、基本的に循環するリサイクルです。

一方で、回収時に「ラベルを外さなくてよい」というところも増えてきました。ですが「ペットtoペット」は、原料にペット以外の素材が混じっているとリサイクルできません。「ラベルを外さなくてよい」理由は、リサイクル事業者が費用を負担し、リサイクルの工程で選別・処分しているからです。よって、リサイクル業者に売却する時、「ラベル付き」と「ラベルなし」では買い取り価格が大幅に違ってきます。

買い物袋を持参して家庭への「ごみの持ち込み」を減らすのと同様に、家庭からの「ごみの出口」として、ペットボトルのラベルは外して分別し、リサイクルしましょう。コープしがのリサイクルについて、回収しているもの・していないもの、リサイクルの出し方とお願いごとなどホームページからいつでもご確認できます!



コープしがのリサイクル



スマホの方はこちら⇒





決意発表!

子どもが高校受験生になります。「勉強しいや!」を言うのが疲れたので、親も勉強している姿を見せて勉強する気になってもらおうと思ひ、大学の通信教育を始める予定です。もう一つは、英語の勉強を続けていて、なかなか達成できない英語のTOEICテストで860点超えを目指しています。(満点は990点)ここで、決意発表することで実現できたらいいなあ♪ 50歳越えてるけど、若者にも負けへんで! **栗東市 スーザン さん**

継続は力なり

70才過ぎ、目・耳・足腰など、いろいろな故障が出てきました。最悪な事にかかると骨棘と言うものまで飛び出して、痛くて思うように歩けずです。60代に腰のヘルニアを患い10年、痛さを我慢してやっと克服した矢先にこの状態。今年もまた続くであろう痛みとつきあって、プールで泳ぎ、子ども相手の仕事で若さを貰い、継続は力なりでコツコツと。2024年も楽しみます。 **大津市 キョン さん**

小さい頃からの小さい夢に向かって

小さな抱負ですが、野菜を育てることと、家の庭に花を植えることに挑戦したいです。小さな畑ですが、まずは育てやすい野菜を植えて、収穫の喜びを感じてみたいです。花は小さい頃から好きで、家の周りを花でいっぱいにするのが夢でした。少しずつ夢に近付けたらいいなと思っています。 **長浜市 ぼぼん さん**



普通二種免許獲得!

福祉タクシー事業をしたく、普通二種免許の教習所に通い始めました。これまでも、バイク、普通自動車免許の取得のため教習所に通っていたことがあります。が、不器用なのでストレートに免許獲得とはいかず、今回も長い目で見てゆっくり頑張ろうという気持ちです。いつか開業できますように! **湖南市 ゆめ さん**

わが町の歴史

彦根の歴史など、住んでいる街なのに知らないことばかり。覚えることより忘れる速さに追いつかないけれど、歴史をおぼえていこうと思う。 **彦根市 ぼんま さん**

新聞ちぎり絵

挑戦中ですが、身体が不自由なため、な

かなか進みません。来年こそは一生懸命にがんばって、色んなものを作ってみて、さんに見てもらおうと思っています。さでさで、本当にできるかな? って、自分で思っています。がんばります!! **彦根市 令和の令ちゃん**

大豆プロジェクト

今回、初めて大豆プロジェクトに応募しました。畑仕事も初めてなので、案内文を何度も読み返し、まずは土作りから力仕事は夫にも手伝ってもらい、黒豆大豆を播いたあとは、二人とも大満足。芽をかいたり、毎日の水やりは私一人で行い組みだったので、見事、大粒枝豆ができた時は大喜び。収穫は夫が担当し、毎晩おいしい枝豆が食卓に。こんなにおいしいんですね。2024年にも、ぜひとも挑戦したい! **栗東市 かりん さん**

フリートーク

数独で感じる子どもの成長

頭の体操の数独が難しくて怒っていた次男が、1人で解けるようになりました! 「もつと難しくても解ける」ってなんとも頼もしく成長してきました。 **草津市 てんてれ さん**



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、



1/25(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、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=?

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

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。

11月号
答え

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

正解 「10」
 応募総数 457通
 うち正解 447通

■締め切り
1月25日(木)
 (当日消印有効)

コープしがのお店通信

来月は節分です。 あらためて、「節分」ってなに？



節分は「季節を分ける」という意味があり、季節の始まりの日である立春・立夏・立秋・立冬の前日を指します。昔の日本は春が一年の始まりとして、特に大切にしていたため、「立春の前日が節分」として浸透しました。

節分に食べる恵方巻は「福を巻き込む」意味を込めており、恵方を向いてしゃべらずに一本丸ごと食べる事で、幸福や商売繁盛の運を逃さない、大切な縁を切らない、というゲン担ぎでうまれた習慣です。恵方とはその年の縁起のいい方角とされており、今年の恵方は東北東です。

今年一年のゲン担ぎに、コープのお店で節分準備を始めませんか。節分にまつわる商品をそろえてお待ちしております♪



コープしがは30周年

1/30(火)は30周年お楽しみDAY

- 全品 5% オフ
お買い上げ本体価格合計より割引。タバコや書籍等一部対象商品があります。
- 30周年記念日試食会
11時～、16時～各15分程度
旬の食材や季節のおすすめ商品試食を各コーナーで実施します。
- 節分豆・鬼面プレゼントイベント
お子様限定企画！ くわしくは店頭掲示版をご確認ください。

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

ラベルがついていないと再生できません。必ずお名前ラベルは剥がすか切り取ってください。



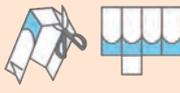
卵パック

コープの宅配でお届けしたものに限り。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。

11月度リサイクル報告

11月度
リサイクル品
売却金額
¥ 4,573,782-
2023年4月から累計
¥ 33,387,983-

[回収率] 商品案内書 67.7%
仕分け袋 25.0%



彦根市 チャチャ さん
桜が咲いてる

● 秋の桜をみつけました
10月に桜が咲いていて、びっくりしました。11月になっても散らずに咲いていました。

● 気持ちの揺らぎを乗り越えて

先日、84歳で車の免許証を返納しました。それまでに気持ちの揺らぎがいろいろありましたが、やはり、それでよかったと自分を納得させています。歳をとるということは、何かひとつずつなくなっていくのがあるのです。その歳になってみないとわからないことがいっぱいありますね。それでも今、元気な身体があります。

大津市 美智子さん

編集後記…どんなに小さなことでも、新しく何かを始めると、そこには必ず新しい発見や出会いがあるもの。始めたことが成就しなくても、それだけで始めた値

打ちがあると私は思います。いくつになっても「叩けよ、さらば開かれん」がモットーの私は、「いい年をして落ち着きがない」と子に言われます。(編集:さな)

びわ湖、滋賀の山の思い出

今回のテーマは

スパイラル3月号の
スパイラル・カフェに掲載予定です

今回は3月号掲載。暖かくなったからどこへ行こうかと、春が待ち遠しくなる頃です。そんな楽しみへのヒントになる、びわ湖や滋賀の山の思い出を教えてください。自慢の写真もお待ちしております。

Information

● 「平和の折り鶴 昇華再生製品」のご購入ありがとうございました！

スパイラル10月号で案内しました。コープしがでは、368点、139,820円(税別)の利用がありました。(利用人数:195名)

● 「産直の牛乳とお肉のふるさとを訪ねる 産地交流ツアー」を計画中！

鳥取みんなのつながり和牛の利用者を対象に、生協牛乳120と産直 鳥取みんなのつながり和牛の生産者を訪問し交流する企画を予定しています。対象は、「鳥取みんなのつながり和牛」を利用している組合員です。詳しくは、個別に届くダイレクトメール、お店の案内をご覧ください。

理事会・監事会だよりは、コープしがホームページに掲載しています。

スパイラル レシピ

今月は、調理器具1つで作れる“体ポカポカレシピ”です。体の内側からしっかり温まって、冬を乗り越えましょう！

#スパイラルレシピ で投稿してね！



a. 明太あんかけうどん

消化もよく栄養も◎

材料(2人分)

辛子明太子50g、溶き卵2個分、冷凍うどん2袋、A=〈しょうがのすりおろし1片分、**こーぷ**とろみちゃん大さじ2強(お好みのとろみになるまで振り入れる)、白だし大さじ3、みりん大さじ2、しょうゆ小さじ1、水2と1/2カップ)、三つ葉のざく切り適量

作り方

1. 明太子は薄皮を除く。
2. 鍋にAを入れてよく混ぜ、混ぜながら煮立ててとろみをつける。
3. 半量の明太子を加え、卵を回し入れてひと煮する。
4. うどんは包材の表示通りに加熱し、器に盛る。

3をかけて残りの明太子と三つ葉のをのせる。
※とろみちゃんは火を弱めてから入れ、よく混ぜるとダマになりにくいです。片栗粉の約2.5倍を入れると同じくらいのとろみがつきます。

[調理時間]約15分

1人分/444kcal 食塩相当量 5.1g

b. さつまいも餅

残ったお餅でアレンジ♪

材料(2人分)

さつまいも1/2本(約100g)、切り餅1個、砂糖大さじ1、A=〈きな粉・砂糖各大さじ1、塩少々〉

作り方

1. さつまいもは角切りにして水にさらし、水けをきって耐熱ボウルに入れる。ふんわりとラップをかけ、レンジ(600W)で約2分加熱する。
2. 4等分に切った餅を中央に加え、再度ラップをかけてレンジで約2分加熱する。
3. 砂糖を加え、さつまいもをつぶすように餅と練り混ぜる。
4. 4等分して丸め、混ぜ合わせたAをまぶす。

[調理時間]約10分

1人分/167kcal 食塩相当量 0.2g

c. ぶり大根

下準備がおいしさの決め手!

材料(2~3人分)

ぶり(切身・アラ)300g、大根1/3本(約300g)、しょうが1片、A=〈しょうゆ大さじ3、みりん大さじ2、酒・砂糖各大さじ1、水2カップ)、塩適量

下準備

大根は1.5cm幅の半月切りにし、保存用袋に入れて冷凍する。下ゆでなしでも、柔らかく味が染み込みやすくなります。

作り方

1. ぶりは食べやすく切って塩をふり、約15分置く。熱湯を回しかけて全体が白っぽくなったら水で洗い流し、水けを拭く。しょうがはせん切りにする。
2. 鍋に半量のしょうが、Aを入れて煮立て、凍ったままの大根、ぶりを加える。落し蓋をして中火で約20分煮、煮汁をかけながら煮詰める。
3. 器に盛って残りのしょうがのをのせる。

[調理時間]約30分(※下準備と、①ぶりに塩をふって置く時間は除く)

1人分/208kcal 食塩相当量 2.9g

January. 2024 No.431

発行責任者/理事長 白石一夫
発行/2024年1月8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

生活協同組合コープしが 30周年

これまで、これからも

再発見の30年目。

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

ふとん丸洗い
はじまるばこ
コープの宅配
コープのお店
県内戦争遺跡めぐり
介護事業
びわ湖清掃ウォーク
コープもりのご保育園
食の安全学習会
移動店舗「あつたか便」
ささえあいサポート
夕食サポート「つながり」
田植え・稲刈り体験
ハウスクリーニング

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。

2
5
Monday
発行

次回2月号予告

特集
コープ倶楽部を楽しもう!
2024年度メンバー募集!

これまで、これからも。
シガフードプロダクツ



コープしがホームページ
https://www.pak2.com/



コープしが
公式facebook



コープしが
公式Instagram



コープしが
YouTube



コープしが
公式LINE



「スパイラル」はコープしがのシンボルマーク。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。

コープしがは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています