11

November 2025

広報誌

特集

思い入れのあるモノの

これならきっとマネできる!

2

コープしがの「だから、おすすめ。」

滋賀県から・食の安全 くみかつ(イベント)情報

社会にもっといいコトを。――県内産の甘~いさつまいもで

スパイラルレシピ

12 10

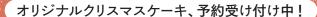
^オつまいもを満喫できるレシピ/12ページ



お知らせ

第24回書き損じハガキ回収キャンペーンのご報告

回収件数:2,311件 換金額:4,231,921円 ご協力ありがとうございました。集まったお金は、 NGOハンガー・フリー・ワールドを通して飢餓のない世界を目指す活動に使われます。



組合員が考えたオリジナルクリスマスケーキ「ふんわりいちご★夢ツリー」、予約は11月14日(金)まで! ピンクの可愛いホイップクリームと、甘酸っぱいジャムのダブルいちごで贅沢なツリーケーキに仕上がっています!

理事会・監事会だよりはホームページに掲載しています

※経営概況は7月と12月にスパイラルに掲載します。



こちらから ご確認ください



スパイラルの

表紙を飾る

「I love 滋賀!」の 風景写真大募集!

> 投稿方法は、 11ページを

> ご覧ください。



ひとごとをなくして 「みんなごと」として考える社会へ



これならきっとマネできる!



悪い入れのあるモノの片付けれ

年末が近づくにつれ、ふつふつと湧き上がる 「わが家をすっきりキレイにしたい! | というキ モチ…。特に子どもの作品やせっせと集めた 推し活グッズ、趣味のハンドメイドなど、片付け るのが難しいモノほど後回しになりがちです。

そこで今月は、整理整頓のプロフェッショナ ルに思い入れのあるモノの片付け術を伝授し てもらいました。今年こそハードルの高い片付 けを乗り切って、気持ちよく快適な新年を迎え ましょう。

肩の力を抜いてやってみましょ!



おうち丸ごと片付け専門家・坂根 陽子さん

滋賀県を拠点に活動する整理収納ア ドバイザー、整理収納アドバイザー 2級認定講師。「Link +しが」のメン バーとして、小学5年生の家庭科で整 理整頓の出前授業を実施。三姉妹 の子育て経験を活かし、講座や訪問 サポートを通して、家族が心地よく暮 らせる仕組みづくりを提案しています。



URL





リビングの飾り棚を展示スペースに

「うちには中学・高校・大学生の三姉妹がいて、娘たちが作った作品を飾り棚に置いています。また、クラブ活動 でもらった賞状などはわざわざ額縁には入れず、マスキングテープで目立つ所に貼り付けています」

もっと肩の力を抜いてみよう

「みなさんは"片付け"と聞くと、どうし ても捨てることばかりに目が行きがちで す。特に思い入れの強いモノだと感情が入 ります。いわば自分にとっては非常に価値 の高いモノ。だからこそ、片付けるのが辛 くなったり、苦しくなったりするんです。 でも私、捨てることって本当に最終手段だ と思うんですよ」と坂根さん。

ご自身も三姉妹のママとして長年育児に 奮闘し、もともとキレイ好きなのに「子ど もがいると片付かない!」とストレスを抱 えていたそう。そこで整理収納アドバイ ザーの資格を取ろうと勉強を始めると、目 からウロコのことばかりだったといいます。

「『これが本当の整理・収納・片付けか!』 と衝撃を受けました。それまでは自己流で 家中のモノをいかにうまく収納するかだけ を考えていたんです。100均などで購入し

NEWS 1 第46回臨時総代会を開催しました。

9月6日(土)、コープしが本部において臨時総代会を開催し、501名の出席(本人6名・ 書面459名)のもと賛成多数で議案は可決されました。

臨時総代会の開催にあたっては、第45回通常総代会(6月19日)で承認された「2024年度 事業報告・決算関係書類承認の件」の「剰余金処分案」の一部数値に誤りがあり、訂正し 再議決を行ったものです。誤りの原因は、1月に導入したシステムのプログラムに不備が 見つかり修正したものの、修正後の計算結果が議案の数値に反映できていなかったことに よるものです。このことについては、議案書作成における職員間や部署間の連携、また業 務のチェックの仕組みが不十分だったと振り返っています。

臨時総代会の開催にあたり、総代のみなさま、組合員のみなさまにはご迷惑ならびにご 心配をおかけし申し訳ございませんでした。今後このようなことのないよう努めてまいり ます。



第46回臨時総代会の様子

た収納グッズをパズルのように組み合わせて(笑)。でも、そこには"**整理**"の概念が抜け落ちていたんです」。

私たちからすれば、「整理も収納も片付けも同じじゃないの?」と考えがちですが、 片付けのプロが定義する"整理"とは、一体 どのようなものなのでしょうか。

すべての片付けは"整理"から

「整理とは、"不要なモノを取り除く"ということ。片付けの最初にやるべき大切な作業です」と坂根さん。まずは棚にしまった推し活グッズを全部出す。クローゼットに積み上げた子どもの作品を全部出す…という風に、整理においては一旦"外に全部出す"ところからがスタートです。

「ただし、整理に慣れないうちの**全出しは 危険**です。たとえば、『今日はクローゼット



衣装ケースに入る分だけ思い出を保管

「衣装ケースを用意して、子どもたち3人が赤ちゃんの頃に着ていたロンパースやお気に入りのおもちゃなどを厳選して保管しています。絶対に捨てられない思い出の品ばかりです」

の下半分だけやろう』とか、『土曜日の午前中に2時間だけやってみよう』など、片付ける**範囲や時間を決めて、少しずつ**始めてみるのがオススメです」。

そして、手元に残しておきたい大事なモノと、それ以外の不要なモノを区別します。 ここまでが整理の作業。続いて、整理で必要だと判断したモノの居場所を決めるのが "収納"、使ったモノを元の居場所に戻すの が"片付け"です。

でも、思い入れのあるモノほど必要・不要の判断なんてつきません。そこで思い出してほしいのが、「**捨てるのは最終手段**」という坂根さんの言葉。不要だからといってすぐに処分する必要はないのです。

"捨てる"前にできるコト

① 人目に付く場所に飾る

「特に子どもの作品は、**リビング**や**玄関先** など**人目に付きやすい場所に飾って**あげて くださいね。家族が見て褒めることで、**子** どもの自己肯定感も上がります」と坂根さん。同様に、推し活グッズや趣味のハンドメイド作品なども、気が済むまで飾ってみましょう。

「ここで大切なのは、飾って満足した後です。自分のモノなら自分で『取っておく』『処分する』などの判断ができますが、子どものモノは子ども自身に判断をゆだねてください」とのこと。整理を通じて幼い頃から取捨選択を学ぶことで、自分にとって本当に大切なモノを選び取れるようになるのです。



四つ切り画用紙が入る収納ケースを活用

「四つ切りの画用紙を折らずに入れられる大きさで 重宝しています。子どもの絵や賞状はそのまま入 れて保管しています」

② 一時的な避難場所を作る

「このケースが洋服または書類などでいっぱいになってから考えよう」という風に、一時的なモノの避難場所を作っておくと気が楽です。ただし一度スペースを決定したら、そこからはみ出さないこと。家とはあくまで人が生活を営む場所であり、使わないモノを置いておく場所ではないのです。

③ 人に譲る

「誰かの役に立つのなら…」とご近所さん や友人に譲る、フリマサイトやリサイクル ショップを使うという方法もあります。そ のときに考えてほしいのが、譲られた側の 気持ち。傷や汚れ、臭いがないかなどを入 念にチェックして、相手が気持ちよく受け 取れるように心掛けましょう。

思い入れのあるモノと同じくらい、関わる人の心も大切にして片付けたいですね。

NEWS 2 ユニセフミャンマー地震緊急募金 送金の報告

2025年3月28日にミャンマーではマグニチュード7.7の地震が発生しました。震源地はミャンマー中部のマンダレー近郊で、100万人以上が住むミャンマー第2の都市です。その後、大きな余震もあり、サガイン、ネピドー、マンダレーなどで建物や道路に深刻な被害が出ています。

日本ユニセフ協会では、ミャンマーで発生した地震の被害を受け、「ミャンマー地震緊急募金」として支援の呼びかけを行いました。コープしがでは、宅配では4月5回・5月1回、お店では4月12日(土)~5月3日(土)に、被災した子どもたちや家族を守るため、緊急募金を受け付けました。



7月31日(木)、皆様にご協力いただいた募金を、 日本ユニセフ協会へ送金したことをご報告します。 ご協力ありがとうございました。

募金金額

2,441,728_F

募金参加人数

3,167^名



地震の影響で倒壊した建物。(ミャンマー中部マンダレー、2025年3月29日撮影)

県内産の甘~いさつまいもで 社会にもっといいコトを。



晩秋から真冬にかけて旬を迎えるさつまいも。中でも2010年に品種登録された紅はるかは、「従来のさつまいもより"はるか"に見た目や味が優れている」としてその名前が付きました。一般的にさつまいもの産地といえば鹿児島県や茨城県、千葉県が有名ですが、実は大津市南部の田上地区にも、こだわりのさつまいもがあるのです。

耕作放棄地に再び命を吹き込んで

周囲を山に包まれて、一級河川の大戸川が悠々と町を流れる大津市田上地区。ここで紅はるかの栽培に取り組んでいるのが、 長谷工あんしんデリのみなさんです。

「ご存知のとおり長谷工は、マンションの 建設をメインとする会社です。またグルー プ会社ではマンション管理事業も行っています。そこで、入居者向けに『おいしいお 米をお届けしたら喜ばれるのでは?』と考え、生活者の身近にある農業を事業の一つ に加えました」と、長谷エコーポレーション営業企画部門の西川典男さん。

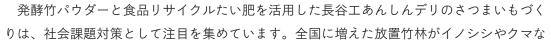
田上地区で代々米農家を営む鈴鹿政秀さんの「田上から日本の農業を改革したい」という熱意を汲んで、2015年1月、お米を中心に田上地区で農作物を生産する長谷工あんしんデリをグループ会社として設立しました。

「現在日本の農業は、高齢化と担い手不足に直面しています。もちろん、田上も例外ではありません。そこで、有り余る耕作放棄地をお借りして圃場をどんどん拡大し、ほかにはない特徴をもつ農作物を作ろうとしています」と鈴鹿さん。

実をいうと田上地区は、天智天皇の命で開墾され、1300年の歴史を持つ米どころ。 三方を山に囲まれた盆地ならではの寒暖 差、大戸川の清らかな水、そして花崗岩の 砂地の土壌が農地にはぴったりでした。こ の恵まれた環境を生かし、2021年に始まっ たのがさつまいもの栽培です。

あれこれ話 1

サスティナブルな農業が社会を救う!?



ど害獣たちの隠れ家になっていることから、整備し切り 出した竹をパウダー状に。食品リサイクルたい肥の活用 は、食品廃棄物の処理費用や焼却時の二酸化炭素の削減 に一役買っています。これらの農業資材は日本国内で安 定的に入手でき、持続可能な農業の基盤になるものとし て期待されています。



維しポイント!

この商品が好き!という組合員の声

甘くねっとりした紅はるかはわが家の推 し。シンプルに焼き芋が好き



地元のものなのでシーズンになるとよく利用します。湿らせたキッチンペーパーでくるみラップで包んで、レンチン!朝食やおやつ代わりにおいしく食べています

天ぷら、きんとん、ピザ、甘煮、パウンド ケーキ…などたくさん楽しんでいます!



コープしがマルシェを ご覧ください!

次回企画:11月3回•4回 通常価格:430円(税込)

たなかみの紅はるか(さつまいも) 500g(2~5本)

田上山地の花崗岩の土壌と、大戸川の豊富な水に恵まれた大津市田上



放置竹林と食品ロスを 一気に解消!

「近年では『第4次焼きいもブームの到 来』といわれるくらい、さつまいもの需要 が増しています。特に紅はるかは甘くねっ とりとした食感で、スイーツ感覚で楽しめ る人気の品種です」と西川さん。

しかも田上育ちの紅はるかは、「繊維質が 少なく口あたりがなめらか| 「地元産だから 安心」などとコープしがの組合員から好評 を博しています。

「繊維質が少ない理由はまだはっきりとは わかりません。ただ、私たちは現状に留ま らず、さらに水はけがよく水持ちのよい"生 きた土"を作ろうと、今年から新たなチャ レンジを行っています」と鈴鹿さん。



室温10~15度、湿度80~95%を維持した保存倉庫で1カ月以 上熟成し、ぎりぎりまで糖度を高めてから出荷

それが、発酵竹パウダー と食品リサイクルたい肥の 活用です。竹はひと晩に 1m伸びるというほど生命 力が強く、土壌の微生物を 活性化する力があります。 それを地中で分解しやすい ように細かいパウダー状に して、自社で発酵させてい るのです。

「竹パウダーを発酵させ ると乳酸菌などの微生物が 爆発的に増え、とても良い

土壌改良剤になります。さらには、ごみ処 理場から排出される食品廃棄物をたい肥と して活用し、"団粒構造"と呼ばれる植物の 栽培に適した土にしています」。

こうすることで、化学肥料や農薬の使用 を限りなくゼロに近づけつつ、放置竹林問 題や食品ロスの削減に貢献できるというの です。この取り組みはまだ始まったばかり ですので、今年作付けされたすべての紅は るかに該当するものではありません。しか し、同社では5年以内に社会課題解決型農 業を確立し、全国にノウハウを広げていき たいと考えています。



さつまいもの圃場は今年、3ヘクタールから10ヘクタールに拡大



お話を伺った鈴鹿さん(前列中央)、西川さん(前列右)と 長谷工あんしんデリのみなさん

龍谷大学×大津市×コープしが プロジェクト 大津市の農産物を使った食育レシピの開発に、たなかみの紅はるかが大活躍!

コープしがは、大津市と包括連携協定を結んでいます。大津市は「地元のおすすめの農産物を多くの世代に広 めたい」という想いから、龍谷大学農学部と協力して大津市の農産物を使ったレシピ開発に取り組まれました。

そこでテーマの農産物として選ばれたのが、長谷工あんしんデリのた なかみの紅はるか。学生たちが5つのグループに分かれ、レシピを考 案しました。

選考会で最優秀に選ばれたグループのレシピ「クロキッシュ」は裏 表紙のスパイラルレシピに掲載しています。ぜひ試してみてください! プロジェクトに参加した龍谷大学農学部のみなさん





だから、おすすめ。 では、 吉田ピーナツ食品の ミックスナッツを ご紹介します。 利用しているみなさんの 「推しポイント」を教えてください! 応募方法の詳細は、 11ページをご覧ください。

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。

くみかつは、 誰でもどこでも



アイコン説明

託児について ・申し込み締め切り日 📈

・申し込み不要



●対象は、1歳以 上の未就学児

● お子さんお一人 につき、200円 いただきます

• 当落確認可能

・託児あり



右の二次元コードから当落確認が できる企画には、上記のマークが 付いています。



[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。

たべる目をいせつ「ちいきののたいせつ」

いのち窓たいせつ【くらし命たいせつ】 びおこ骨をいせつ



11/14 金

たべる日もいせつ

たべるたいせつ親子クラブ 大根丸ごと親子deクッキング

冬が旬の大根を丸ごと味わいましょう! 大根といえば、おでん? お鍋? お漬物? そ れだけじゃない、もっとも~っとおいしいレシピに挑戦! 親子で一緒に大根を丸ごと使っ て、大根博士を目指そう!

参加費 1名300円 ※小学生以上対象/未就学児の参加については 各地区運営事務局まで問い合わせください。

定員 各会場5組

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、飲み物、筆記用具

内容

①大根博士になろうクイズ!

②親子 de 丸ごとクッキング(グラタン・スープ・サラダ)

③食事と交流 みんなでいただきます♪







参加者の声

- 家では包丁を使わせていなかったのです が、今日は野菜を自分で切りたがり、やら せてみたら上手に切ることができていて びっくりしました。
- これをきっかけに楽しみながら興味を 持って、食生活の力を身に付けて欲しい
- 作るのがおもしろかった。楽しかった。お いしかった! また作ってみたいと思った! (お子さん)

企画番号 企画名 日時 問い合わせ 場所 コープもりやま店 コミュニティスペース S1101 たべるたいせつ親子クラブ南 南地区運営事務局 (守山市勝部3丁目15-30) 11月29日(土) 10:00~13:00 コープながはま店2階コミュニティスペース S1103 たべるたいせつ親子クラブ北 北地区運営事務局 (長浜市宮司町1200番地) コープぜぜ店2階コミュニティスペース S1105 たべるたいせつ親子クラブ西 西地区運営事務局 (大津市竜が丘1-1) 12月6日(土) 10:00~13:00 竜王町農村女性の家 S1107 たべるたいせつ親子クラブ東 東地区運営事務局 (蒲生郡竜王町大字小口3)

いのちじたいせつ

ピースアクション in オキナワ 沖縄戦跡・基地めぐり

沖縄地上戦の歴史と米軍基地に関する沖縄の現状を現地で学びます。戦 争体験者が減少していく中で、世界各地で続く紛争や被害を受けている市 民について、親子や次世代が平和について意識する機会となるはずです。

日時 2026 年3月25 日(水)~27日(金)2泊3日 ※伊丹空港周辺で3月24日前泊予定

参加費 大人1名55,000円、子ども(高校生以下)1名45,000円 定員 8名

- 参加要件 ●事前オリエンテーションの参加、参加後のレポート提出ができる方。
 - 健脚で全行程を独力で参加できる方。
 - ●組合員およびその家族で小学5年生以上の方。※高校生以下は大人の帯同必須 ※ホテルは参加者同士の相部屋になることがあります。

1日目	全体会、分科会、夕食懇親会
	フィールドワーク
2•3日目	①親子中心コース 小学校5年生~中学生程度を中心とした、子どもたち及び大人が参加するコース。 移動時間を短くし身体的負担を軽減
	②大人中心コース 主に大人世代を中心にしっかり学ぶことができるコース。足場の悪い場所を巡る こともあり



参加の申し出締め切り

学習

● オリエンテーション

12月12日(金)17:00

参加希望の場合は、ホームペー ジの受け付けフォームか、下記の 問い合わせ先へご連絡ください。



12/ 12 金



※旅行業法の関係でこの企画の募集・申し込み・宿泊の手 続き等は旅行会社が行います。追って、旅行会社より届く 案内に沿って、申し込み手続きをお願いいたします。

目時 2026年2月23日(月·祝)10:00~12:00 場所 コープしが 本部(野洲市冨波甲972)

内容 ツアーの開催目的や訪問先・注意事項等を

伝える説明会・沖縄の歴史や現状について

問い合わせ 組織広報部(7ページ)



フィールドワークの訪問先候補

対馬丸記念館、嘉数高台、ひめゆり平和資料館、糸数壕、魂魄の塔、普天間基地、 嘉手納基地、辺野古(キャンプシュワブ)など

お申し込み方法 お申し込み前に、必ずお読みください!

●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。

● 雷話から

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⑩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





[お問い合わせ先]

東地区運営事務局

甲賀市·湖南市·近江八幡市· 東近江市·蒲生郡

120-863-952

西地区運営事務局

高島市·大津市 **20120-861-952**

南地区運営事務局

草津市・栗東市・守山市・野洲市 **20120-183-599**

送で連絡します。

北地区運営事務局

彦根市·犬上郡· 愛知郡 · 長浜市 · 米原市

0120-864-952

組織広報部 **20120-668-825**

※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

※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。



コープしがの公式ラインから、 くみかつ申し込み画面に 簡単にアクセスできます!





11/ 21 金

ぱくぱくパーティ つどい型

ぱくぱくパーティとは、お友だちやご家族でコープ商品を楽しみながら、コープやく らしについて気軽におしゃべりする企画です。「身近でパーティのメンバーを集めるの は大変」「いつもと違う人と話がしたい…」というお声に応えて、つどい型のぱくぱく パーティを開催します。お近くの会場へ気軽にご参加ください! お一人から、お子さ ん連れでの参加もOK!

参加費 100円

問い合わせ 各地区運営事務局(7ページ)

来年2月にも 開催予定!



前回参加者の感想

- ●世代が違う方ともお話しできて楽しかった。
- 違う地区の方と話して情報交換でき、とても良 かったです。
- ちょうどいい人数でアットホームな雰囲気だった ので、子どもものびのびとできていたようです。

企画番号	企画名	日時	場所	定員
S1121	パーティ西	12月2日(火)10:00~12:00	コープしが 高島センター (高島市新旭町新庄799)	10名
S1123	パーティ南 12月5日(金)14:00~16:00 コープもりやま店 コミュニティスペース (守山市勝部3丁目15-30)			10名
S1125	パーティ東	12月2日(火)10:00~12:00	竜王町公民館 (蒲生郡竜王町大字小口276-1)	10名
S1127	パーティ北	12月2日(火)10:00~12:00	コープしが 彦根センター (彦根市竹ヶ鼻町四反地224-1)	9名

能登を笑顔に!応援募金

~能登半島地震•奥能登豪雨災害支援~



能登半島地震・奥能登豪雨災害によ り、被災地には現在も多く課題が残っ ています。そこで、2025年4月~12月 の毎月1週目を「震災を風化させない 週」とし、能登半島に向けた募金を 行っています。ぜひご協力ください。

募金方法

ます。

●11月3回、12月3回商品注文書の募金欄が目

募金する口数(1口=100円)を記入ください。

●11月2日(日)~11月8日(土)、11月30日(日) ~12月6日(土)にお店のサービスカウンター に募金箱を設置します。



能登応援募金

そのほか、貯まったポイントを使っての募金もでき

詳しくはこちらから⇨



できるコトづくり制度の助成金 説明会・相談会

地域の中で「こんな活動があれば暮らしやすいのに」「自分や仲間の力を活かしたい」と考えている あなた! できるコトづくり制度で助成金がもらえるかもしれません。 どんな制度なのか、自分たち の活動でも使えるのか、気になる方はお気軽にご参加ください!

※説明会・相談会の参加は、できるコトづくり制度への応募の必須条件ではありません。

説明会:助成金の趣旨や審査基準、応募書類の書き方のポイントや 注意点などについて説明します。

相談会:個別にスタッフが1対1で対応します。1団体30分程度です。 相談会の日時希望は先着順となります。

開催会場・日程は右の二次 元コードからホームページ にてご確認ください。



説明会・相談会 参加申し込み必要事項

①お名前(ふりがな)、②所属団体名、③連絡のつ きやすい電話、④メールアドレス、⑤説明会・相談 会の参加会場、⑥説明会参加の有無、⑦相談会希 望時間(第1希望、第2希望、第3希望)

※ご希望日程の1週間前までにお申し込みください。

問い合わせ 認定 NPO 法人しが NPO センター 0748-34-3033

竜王町



ふれあい オータムフェスタ★

見て、食べて生協のことをのぞいてみよう!何か始めるチャンスかも! おひとり でも、ご家族でも楽しめますよ♪

【企画番号】H1103 【企画名】オータムフェスタ

目時 11月29日(±)10:00~12:00

場所 アグリパーク竜王2階 農事研修室(蒲生郡竜王町山之上6526番地)

参加費」無料

定員 50名程度 ※キッズスペースあり(託児なし)。ぜひお子さんと一緒にご参加ください。

(持ち物) 飲み物、筆記用具

内容 ●お金のことを学ぶ(老後2000万円問題ってどうなの?)

組合員活動の紹介

● ティータイム ♪ ♪

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



長浜市

たべるでもいせつ 第7エリア協議会



食は大切! 商品ができるまでを知ろう!

毎日の食卓に欠かせないしょうゆ、卵、肉。どんなふうに選んでいますか? 生産者 さんから安全安心へのこだわりをお聞きし、買い物上手に磨きをかけましょう。クリ スマスケーキの試食もあります♪

【企画番号】K1110

【企画名】第7エリア産直交流会

目時 12月4日(木)10:00~12:00

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 100円

定員 20名程度

持ち物 飲み物、筆記用具

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



大津市

ちいき | | 大津市西地域委員会



新しくなった大津市中消防署に見学に行こう!

地域を守る、新設の中消防署の見学をしませんか? 消防士さんのお仕事の説明を聞 いたり、施設内を見学したりします。何か体験もできるかも!? ぜひお越しください。

【企画番号】A1101 【企画名】中消防署見学会

田時 11月24日(月·振休)10:00~12:00

場所 大津市中消防署(大津市皇子が丘3丁目2-1) ※現地集合・現地解散 公共交通機関でお越しください。

参加費 100円(未就園児無料)

定員 20名程度

(持ち物)筆記用具

※災害発生時は見学内容が変更・中止となる可能性があります。 ※消防署見学自体に費用はかかりませんが、組合員活動の企画と して参加費をいただきます。





守山市|

ちいき分れたいせつ ひろば活動/ちいさいおうち手しごとの日



糸掛けクリスマス飾り!!

今月は、ちいさい丸板に釘を打って毛糸をかけて作る、クリスマスの飾りづくりで す。お子さんが色んな糸をかけて遊べます。かける糸によって表現が変わります。自 分で釘を打つ作業では、達成感を得られますよ。

【企画番号】B1103 【企画名】ちいさいおうち

日時 11月26日(水)10:00~12:00

場所 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) ※外階段より上がってください。※近隣パーキングをご利用ください。

参加費 300円 ※子どもは無料

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

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)





東近江市|

くらし合たいせつ、ちいき門のたいせつ





子育てサロンいっぷく

一緒にリフレッシュしましょう。年4回、親子で集まり季節の活動を楽しんだり、親 子でリフレッシュしたりするサロンです。今回はクリスマスリース作りを楽しみま しょう。

【企画番号】H1101 【企画名】いっぷく

日時 12月18日(木)10:30~12:00

|場所||茶房 いっぷく(東近江市伊庭町2236)

参加費 大人1名200円

|定員||6組||※子どもの対象年齢は乳児~就学前

(持ち物)飲み物、おもちゃ(あれば)

※つながりやすい連絡先をお知らせください。





守山市

ちいき 同たいせつ ひろば活動/ぽんぽこぽん



読書の秋・芸術の秋をエンジョイしよう! ミニマラカスを作ろう! エコ工作をしよう! 絵本・紙芝居も楽しもう!!

一緒に遊ぼう! この指とまれ「ぽんぽこぽん」。月に一度、親子で集まって季節に あった活動を楽しむ子育てサークルです。読書の秋、芸術の秋を楽しもう! エコ工作 は上手にできるかな!

【企画番号】B1101 【企画名】 ぽんぽこぽん

目時 11月25日(火)10:00~11:30

場所 守山宿・町家「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 1名100円 定員 親子10組

持ち物 飲み物、お子さんに必要な物

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)



草津市 ちいきのからいせつ 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!

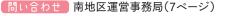
毎週金曜日『いき百サロン虹』をやっています。みんなで、いきいき百歳体操で体を 動かした後に、脳活やゲーム、お口の体操などで交流して楽しんでいます。どなたで も、お気軽にお越しください。

> 1カ月ごとの定期募集・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 [11月度の予定]7日、14日、21日、28日、12月5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】飲み物 ※出席できない日があっても結構です。





甲賀市 くらし合きいせつ 甲賀市北地域委員会



毎日使う洗剤に関する知識を深めませんか?

洗剤の種類がありすぎて迷ってしまうことってありませんか? コープクリーンさ んを招いて洗剤の知識を学びましょう。新しい発見があると思います!

【企画番号】H1105 【企画名】洗剤の学習会

日時 12月3日(水)10:00~12:00

場所 まるーむ 会議室①② (甲賀市水口町水口6009-1)

参加費 100円

定員 30名

持ち物 筆記用具、飲み物

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



講師の藤木さん

20~40代の方対象 2026年「家計・くらしの調査」 モニター募集

募集期間 2025年11月30日(日)まで

対象者 20~40代の組合員 募集人数 全国の組合員 約200名

※応募多数の場合は、地域などのバランスを見て日本生協連により選定されます。

〔応募方法〕

右記二次元コード、または URL: http://step.jccu.coop/kakekuraから登録 ※調査の詳しい内容は、登録ページからご覧ください。

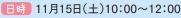


● 2025年の調査に参加いただいた方には、日本生協連から直接ご本人に継続の確認が行われ ます。
●モニター登録や調査によって得た組合員の個人情報は、日本生協連が管理するデー タベースに格納され、適切に管理されます。また、データ分析、調査票の送付、景品の送付など に活用されます。 ● 2026年1~12月の12カ月分全でに回答いただいた方には、「1000円」の 図書カードをお送りします。同時に「消費税の調べ(任意)」にも12カ月回答いただいた方には、 さらに「500円」の図書カードをお送りします。

【問い合わせ】日本生活協同組合連合会 政策企画室 ──seisaku@jccu.coop

オンラインイベント「SDG sのじかん」テーマは「生物多様性」

2025年4月から開催されてきた「コープいきもの探しクエスト」。 8月までに取り組まれた全国のみなさんの参加結果を紹介!また、 地域の中にある牛物多様性についても考えてみましょう!

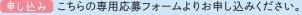


開催方法 オンライン(Zoom・YouTubeライブ配信)

対象 小学生からどなたでも 参加費 無料

定員 全国の生協から250名

※落選した方もYouTubeライブ配信でご視聴いただけます。



※応募者多数の場合は抽選。当選者はZoomでの参加、落選者はYouTubeライブ配信視聴で の参加となります。 ※メールにて、抽選結果のお知らせと参加用 URL(当選)または、視聴用 URL (落選)をお送りします。メール連絡は日本生協連からの情報発信(11/10頃)以降となります。

主催 日本生活協同組合連合会

問い合わせ 組織広報部(7ページ)

東近江市

ちいき合わたいせつ いのち 受たいせつ ひろば活動/キュル POP 11/14 金



「若者をひとりにしない」 若者の居場所OMUSUBIさんお話会

ひきこもり、社会で生きづらい若者の居場所が愛東にあるのはご存じでしょうか? おいしいおむすび弁当を食べながら、若者が生きやすい優しい社会になるヒントを一 緒にお話ししませんか?相談も可です。

【企画番号】H1107 【企画名】若者をひとりにしない

目時 11月20日(木)12:00~15:30

場所 NPO法人喜里 難病支援センター(東近江市五個荘小幡町322-5)

参加費 700円(弁当・お茶代含む)

定員 15名 持ち物 飲み物

※つながりやすい連絡先をお知らせください。

※お弁当を準備するため、キャンセルされる方は必ず事前に連絡を お願いします。

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



多賀町 | 【くらし | 大上郡地域委員会



整理収納アドバイザーが直伝!! ~親子でお片付けマスターを目指せ~

生活の知恵は一生もの!! 親子で一緒に〇×クイズで楽しくお片づけのコツを学び ましょう♪ まだ使える子ども服を持ち寄って必要な方につなぐ、お譲り会も同時開 催!

【企画番号】K1113 【企画名】親子でお片付け

日時 12月13日(土)10:00~12:00

場所 多賀結いの森(犬上郡多賀町久徳160番地2)

参加費 1名100円 ※未就学児無料

定員 親子12組

持ち物 子ども服(譲りたい服がある場合、1組上限 15着)

※抽選結果・詳細については郵送で案内します。

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



東近江市

ちいま発わたいせつ くらし合 たいせつ ひろば活動/東地区ファーム / 11/14 金



東近江センターに集まって 居場所づくりしませんか?

地域の事やくらしの事を話せる [居場所]を一緒に作ってくださる方を大募集! 小 さな畑もあるので、お花や野菜を育てたりすることもできます。たくさんのご応募お 待ちしております♪

【企画番号】H1109 【企画名】居場所づくり

目時 11月28日(金)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 10名

持ち物 筆記用具、飲み物

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



彦根市 しずもこ ひろば活動 / グリーンボランティア



11/13 木

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。作業の後は生協の商品を試食しながら、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。

【企画番号】K1103

【企画名】グリーンボランティア

日時 12月4日(木)9:30~11:00 ※雨天の場合は12月11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。

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



長浜市

ちいきContinuo ひろば活動/ふれあいYOUタイム

「ミルクもち」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、世代を超えて一緒にお菓子を作りましょう。また、健康体操で体を ほぐしましょう。

【企画番号】K1105 【企画名】ふれあいYOUタイム

日時 11月20日(木)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 150円 定員 大人10名、子ども3名 持ち物 飲み物

※応募者多数の場合抽選。はずれた方にのみ電話にて連絡します。

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)









子ども平和新聞プロジェクトを行いました!

● 夏休み期間の全3日間のプログラムに小学生4名が参加しました。

1日目、京都新聞社から講師をお招きし、実際に新聞を手に取りながら、「新 聞とは?」「被爆・戦後80年の年がどんな年なのか?」 などを教えていただき ました。2日目には滋賀県平和祈念館で展示の見学や、学芸員さん・戦時食ボ ランティアのみなさんに戦争や当時のくらしについてのインタビューを行 いました。そして3日目に、メンバーそれぞれが学んだことを記事にまとめ て持ち寄り、4名の記事を合わせて1つの新聞を完成させることができまし

子ども新聞プロジェクトとは

被爆・戦後80年を迎え、被爆・戦争の体験者の高齢化がすすみ、直に証言を聴く事も難しくなりつ つある現在、プロジェクトメンバーとして次世代を担う子どもたちが集まり、新聞づくりを通して、平 和について深く考えるきっかけにしてもらうプロジェクトです。









子ども平和新聞プロジェクトの様子は ホームページにも掲載しています。みん なが力を合わせて作った 「子ども平和新聞」を、ホー ムページ内の PDF でぜひ

ご覧ください。





滋賀県から

お知らせ



コープしがは滋賀県と包括的連携協定を 締結しています。 組合員のくらしに役立つ情報を 滋賀県から発信していただきます。

今月のお知らせ

インターネット通販の トラブルにご注意!

◎ あやしい通販サイトにご注意!

インターネット通販で注文したにも関わ らず、「商品が届かず返金もされない」「事 業者と連絡がとれない」などの消費生活相 談が寄せられています。あやしい通販サイ トの特徴を知り、購入する前に問題がない か確認するようにしましょう。

(あやしい通販サイトの特徴(一例)

- 市場で希少な商品が入手可能
- ブランド品が不自然に安い
- キャンセル、返品、返金ルールの記載が ない
- 事業者の名称、住所、電話番号が明記さ れていない



悪質通販サイトの実例は、国民生活センター越境消費 者センター(CCJ)の「悪質通販サイト情報」をご覧くだ

◎ 後払い決済サービスにご注意!

インターネット通販における決済手段の 一つとして、「後払い決済サービス」(クレ ジットカードなどを用いず、支払い期日以内での後払 いができるサービス)が利用されています。し かしながら、解約したのに後払い決済サー ビスで請求を続ける定期購入業者とのトラ ブル事例など、全国的に相談件数が増加し ていますので、注意しましょう。

- ☑ 契約する前に、料金や契約条件などを確 認し、契約するかどうか慎重に検討する。
- ☑ 申し込み画面のスクリーンショットをとる。 などを心がけてトラブルにあわないように しましょう。

トラブルにあってしまった場合

- まずは販売業者と話し合いましょう。
- 販売業者とトラブルになった場合は、後払 い決済サービス事業者に連絡しましょう。

各トラブルの詳細などについては 独立行政法人 国民生活センター ウェブサイトを参照ください。 https://www.kokusen.go.jp/



消費者ホットライン 局番なしの188(いやや) 滋賀県消費生活センター 0749-23-0999 警察相談専用電話 #9110

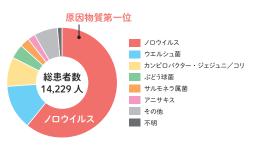




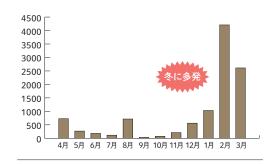
食中毒は夏だけじゃない! ノロウイルスによる食中毒を予防しましょう

食中毒発生状況

ノロウイルス食中毒は、12~3月に多く発生します。ノロウイルスは感染力が強く、免疫力が弱い子ど もや高齢者は重症化しやすいので、しっかり予防しましょう。



2024年食中毒患者数(国内)



2024年度ノロウイルス食中毒患者数(国内)

ノロウイルスの特徴

小さくて感染力が強く、食後24~48時間後くらいから下痢、お う吐などの症状が出始めます。ウイルスは人の小腸で増え、便 やおう吐物に大量に含まれます。

感染しても症状が出ない人もいるので、知らないうちに他の 人に感染を広げてしまうこともあります。





みんなで取り組もう! ウイルス予防チェックリスト

☑ せっけんで手洗い

調理前、食事前、トイレの後は下の手順で30秒以上手を洗いましょう。

手のひら ▶ 手の甲 ▶ 指の間 ▶ 指先 ▶ 親指の周り ▶ 手首



☑ しっかり加熱

加熱用の牡蠣は、中心まで火を通しましょう。



☑ 自分の体調、今一度チェック

下痢や吐き気がある時は、安静にして、食品を直接取り扱わないように しましょう。

☑ 清掃、汚物処理は正確に

感染者がトイレを使った後は、薄めた次亜塩素酸 ナトリウム(※)で消毒しましょう。

※水5ℓが入ったバケツに20mlの漂白剤を加えて作る。



8.9月度 検査件数 安全安心の信頼にお応えするため、さまざまな検査によってチェックしています。

微生物 食品添加物 放射性物質 アレルゲンなど 2.684 26

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。

症状がでたら、 病院を受診 しましょう。

SPIRAL CAFE

今月のテーマ

「働く人」への メッセージ

⊀ 介護職の方々への感謝

亡き父母ともにお世話になりま した。いずれ私たちも歳を取りお 世話になるかも。超高齢化の未来 では介護職の人手不足になるので しょう。お世話にならないため に、運動・食事に気を使いたいで す。 長浜市 かんちゃん

术 お互いに

私は専業主婦で2歳と0歳の子 どもを育てています。外で働く夫 に対して「いつも自由に動けてい いなあ と思うこともありますが、 私には子どもと過ごす楽しさ、気 楽さもありますよね。外で働くこ とも、家で子どもを育てるのもど ちらも大変。お互いに感謝してい きたいと思います。

草津市 まくまく さん

术 毎週、配達してくれる職員さん

厳しい暑さの中でも冬の雪の中 でも、笑顔で届けてくれて本当に 助かります!感謝!

草津市 よしえ さん

术 安全な商品のため

いつも安全でおいしい商品をあ りがとうございます! 近年の温暖 化で、生産者の方は大変なご苦労 もあると思いますが、大きさや形 にとらわれないので、安全でおい しい商品のために組合員みんなで 購入という形でお互いに支え合え たら良いですね。

栗東市 ラグビー大好きっ子 さん



⊀ 朝刊を配達されている方へ

早朝、いつもありがとうござい ます。私の起床は4時半。朝刊を 読みながら、淹れたてのコーヒー を飲むのが日課です。朝の重要な パートナーの新聞を運んでくださ る配達の方に、感謝!!

大津市 ナオ さん

煮 地域の方々

子どもが通う小学校は最近コ ミュニティスクールの制度を取り 入れて以前より地域との関わりが 強くなりました。登下校時、毎日 横断歩道で見守ってくれる方や家 庭科の裁縫や料理補助をしてくだ

さる方など、たくさんの地域の方 に見守っていただいていることを 実感します。本当にありがたいで 甲賀市 まめちゃん

⊀ 環境センター

環境センターの見学で、プラス チックごみを手作業で出してバラ バラにされているのを見ました。 刃物(カミソリ)が出ることもあ り、危険物がたくさん混入してい るようでした。小分けに閉じられ た袋もすべて開封されていまし た。プラスチックごみはまとめず 直接専用袋に入れてほしいとの事 でした。臭いもありますし働いて いる方はすごく大変だと思いま す。いつもありがとうございます。

栗東市 ステラ さん

⊀ 名もなき家事

対価としてお金をもらう仕事だ けではなく、名もなき家事など(誰 かがやらなければスムーズにいか ないこと)への感謝を。みんなが 当たり前のように過ごせるのは、 古くなったスポンジを取り換える とか、新しい石けんを出すとか、 細々としたことがいっぱいあるこ とに気付いてほしい! わが家の人 に!いつもがんばっている、私は えらい!! 甲賀市 かおる さん

术 体調管理を大切に

退職したら孫のお世話をしつつ 時々夫婦で旅を楽しんで、ゆるゆ ると人生を謳歌するものだと楽し みにしていた矢先、夫の病による 退職。すっかり生活も変わり闘病 生活となり病院に通う日々。私た ちよりも年配の方々がお元気に働 く姿がとてもうらやましく思えま す。仕事に従事している時に気づ かなかった"働くこと"のありがた みをつくづく思い知り現在活躍さ れている方々も体調管理を大切に していただきたいと思います。

守山市 みっちゃん

术 お母さんへ

先日オクラを洗った時、産毛が ささって痛かったです。いつも何 気なく食べているオクラを洗うの がこんなにも大変だったんだと痛 感しました。大好きなオクラをい つも料理してくれる母にとても感 謝しました。また料理、手伝うか らね。 草津市 みーちゃん

編集後記

私もなにかと物が多くなってし まう質です。年末に向けて、今号 の特集を参考に、"整理"から始め てみましょう! (編集:あゆみ)

> スパイラル1月号の スパイラル・カフェに掲載予定です

次号のテーマは

お正月の過ごし方

次号は1月号掲載。お正月の恒例の お出かけや遊び、2026年のお正月 の予定など、みなさんの過ごし方を 教えてください!

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 答えてください。A+B=?

	4				
		3			2
	3		5	6	1
6	1	5		4	
			А	1	
В					

正解者の中から抽選で5名様に500ポイン 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。

答え

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

正解 「5」

応募総数 434通 うち正解 418通

■締め切り 11月25日(火) (当日消印有効)

【お詫びと訂正】10月号スパイラルに記載の「8月号答え」で応募総数と正解数に間違いがありまし た。お詫びして訂正します。

(誤)応募総数 501通 うち正解 470通 ⇒ (正)応募総数 500通 うち正解 495通

投稿お待ちしています!

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。

次回のだから、おすすめ。について・おたより・イラスト・頭の体操の答え etc...スパイラルの投稿はすべてこちらから!

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)







ファックス インターネット にてご応募ください

11/25(火) 締め切り

頭の体操正解者の中から抽選で5名様に、表紙の「I love 滋賀!」 に カフェ」におたより・イラストなどが掲載された方全員に、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)

宛先

〒520-2351 野洲市冨波甲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=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。

スパイフル・レッピ

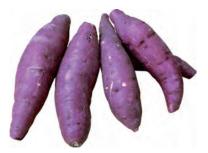
(で) #スパイラルレシピ で投稿してね!

今回は、今が食べ頃のさつまいもが主

役。龍谷大学×大津市×コープしが

のプロジェクトから生まれた B クロキッ

シュも、ぜひお試しあれ!



さつまいもには、今号4~5ページ「だか ら、おすすめ。」でご紹介しているたなか みの紅はるかをぜひご利用ください!



A 豚バラとさつまいもの 重ね蒸し

材料(2人分)

豚バラ薄切り肉・さつまいも…各200g れんこん・人参…各150g

A=〈塩・こしょう各少々〉

B=〈プレーンヨーグルト大さじ2、パ セリのみじん切り・みそ・オリーブ油各 大さじ1、レモン汁小さじ1、にんにく のすりおろし少々〉

水1/2カップ

作り方

- 1. 豚肉は食べやすい長さに切る。さ つまいも、れんこん、人参は厚さ 5mmの輪切りにする。
- 2. フライパンに1を順に並べ、Aをふ
- 3. 水1/2カップを回し入れ、蓋をして 中火で約8分、火が通るまで蒸す。
- 4. 混ぜ合わせたBをかけていただく。

[調理時間]約15分 637kcal/1人分 食塩相当量 2.1g

こなっいシェ

B クロキッシュ

龍谷大学×大津市× コープしがコラボレシピ

材料(ココット直径約8cm 2個分)

さつまいも…1本(150g) ブロッコリー(小房)…5~6個

しめじ…30g

ミニトマト…6個

ベーコン…2枚

卵…2個

ミックスチーズ…30g

ミニクロワッサン(約6~8cm)…2個

A=〈牛乳大さじ2、コンソメ(顆粒)小さじ1/2、塩ひとつ まみ〉

作り方

- 1. さつまいもはひと口大に切る。ブロッコリーと、根 元を切り落としてほぐしたしめじをゆでて、水けを きる。ベーコンは1cm幅に切る。
- 2. ボウルに卵を割り入れてAを加えて混ぜ、さらに1 とチーズを加えて混ぜる。
- 3. クロワッサンを薄く切り、耐熱容器(ココット)それ ぞれに敷き詰めたら、2を均等に加え、半分に切った ミニトマトを乗せてトースターで15分焼く。

※焦げそうな場合はアルミホイルを被せて調節する。

[調理時間]約25分

400kcal/ココット1個分 食塩相当量 2.2g

■ さつまいもとクリームチーズの モンブラン風

材料(8個分)

さつまいも…150g クリームチーズ…80g ビスケット(直径約5cm)…8枚 シナモンパウダー(お好みで)…適量 水大さじ2

下準備

クリームチーズは室温に戻す。

作り方

- 1. さつまいもは皮をむいて1cm角に切り、耐熱ボ ウルに入れる。水大さじ2を加えてラップをか け、レンジ(600W)で3~4分加熱する。フォー クなどでなめらかになるまでつぶし、冷ます。
- 2. ボウルにクリームチーズを入れて柔らかくな るまで混ぜ、1を加えて混ぜ合わせる。
- 3. ビスケットに2を山型になるようにのせ、冷蔵 庫で冷やす。

スパイラルは毎月月初め、第3回の商品案内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

4. 器に盛り、シナモンパウダーをふる。

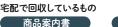
[調理時間]約15分(冷やす時間は除く) 72kcal/1個分 食塩相当量 0.1g

コープしがのリサイクル

循環型社会を めざして

みんなで すすめよう!

ゴミの元になるものをもらわない



資源化しています!回収にご協力ください。

いると再生でき ません。必ずお 剥がすか切り



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





他店で購入したものも回収し ます。きれいに洗って切り広 げてください。



リサイクル実績は







(12)



ープしがホームペ

https://www.pak2.com/

ただけるコープしがの広報誌です。



次回12月号予告

わたしにもできること

地域と、社会とつながるボランティア









だから、おすすめ。





コープのお店で回収しているもの

[回収できるステーション]



再使用する

Refuse

Reduce

Recycle 再生資源として再生利用する



※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。

9月度リサイクル報告

売却金額

9月度 リサイクル品 売却金額

¥ 4,345,236-2025年4月から累計

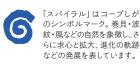
¥ 25,691,376-

[回収率]商品案内書 58.7%/仕分け袋 26.9%









コープしがは持続可能な開発目標(SDGs)を支援していまる