

Spiral

スパイラル

10

October. 2018
No.352

特集
オープン1周年
コープかたた店へ
行こう！
………6ページ



たべるたいせつ…2ページ

おいしいご飯の炊き方

つくる現場から…3～5ページ

<特別企画>～つくる人に会いに行こう～近江米ぱうんど

あなたの近くの地域委員会…8ページ

news:夏のイベント報告…10ページ

スパイラルレシピ…16ページ



今月号スパイラルカフェのテーマは「ご飯のお供」。
白いご飯がどんどんすすむ、お気に入りの
“ご飯のお供”は何ですか？ 及川家では、
朝からお供をズラリと並べて、エネルギーチャージ！



今日のスパイラル レシピ

今回は、最近注目の食材「米粉」。
小麦粉の代わりに使うと、
もっちりした食感に仕上がる上に、
グルテンフリーなので、
小麦アレルギーの方にもおすすめ
です。



材料 2人分

みぞれ団子汁

調理 時間	1人分 カロリー	1人分 塩分
約 20分	80 kcal	塩分 1.5g

米粉大さじ2強、大根200g、まいたけ30g、絹
豆腐¼丁、だし汁2カップ、しょうが汁少々、
A=<酒・しょうゆ各大さじ½、塩少々>、青ね
ぎの小口切り適量

作り方

- ①大根はおろしてザルに上げ、水気をきって
ボウルに入れ、米粉を加えて混ぜる。
- ②まいたけはほぐし、豆腐は小さめの角切り
にする。
- ③鍋にだし汁を煮立ててAを加え、①を丸め
ながら入れる。浮き上がってきたら②を加
えて煮、しょうが汁を入れる。
- ④椀に注ぎ、青ねぎを散らす。

材料 6枚分

チヂミ

調理 時間	1枚分 カロリー	1枚分 塩分
約 15分	66 kcal	塩分 0.6g

米粉50g、にら½束、干しえび20g、A=<卵½
個、鶏がらスープの素小さじ1、水¼カップ>、
B=<しょうゆ・酢各大さじ½、砂糖・白ごま各
小さじ½、ごま油・コチュジャン各小さじ¼>、
ごま油適量

作り方

- ①にらは3～4cm長さに切る。干しえびはもど
す。
- ②ボウルに米粉とAを混ぜ合わせ、①を加え
て混ぜる。
- ③フライパンにごま油を熱し、②の生地を約
5cmの円形になるように流し入れ、押さえ
つけながら両面を焼く。
- ④器に盛り、混ぜ合わせたBをつけていただ
く。

材料 2人分

鶏むね肉の から揚げ

調理 時間	1人分 カロリー	1人分 塩分
約 20分	316 kcal	塩分 1.7g

鶏むね肉1枚(約250g)、卵½個、A=<米粉
大さじ2、酒・みりん各小さじ2、塩小さじ½、こ
しょう少々>、米粉・油各適量

作り方

- ①鶏肉は一口大に切ってボウルに入れる。
卵を溶き入れ、Aを加えて混ぜ、10分以上
おく。
- ②①に米粉をまぶし、180℃に熱した油で揚
げる。



つくる

現場から

しっとり、優しい甘さ

近江米ぱうんど(白みそと黒豆)



「近江米ぱうんど(白みそと黒豆)」滋賀県産の米粉と九重味噌の白みそを使用した生地に、黒豆をトッピングした優しい味わいのパウンドケーキ。10月3回のぱくぱくエコーで注文できます。

なかなか
いざかしイ...



ふむふむ



あつた
だー

今回は、取材時がちょうど夏休みのタイミングということから「特別企画」をつくる人に会いに行こうとテーマに、工場見学を開催。事前に応募して下さったコープしが組合員である2組の親子に、「つくる現場」を体験していただきました。

商品は、商品開発検討委員会から生まれたものの中でも人気が高い「近江米ぱうんど(白みそと黒豆)」。白みそ風味のしっとりした米粉生地に、黒豆をふんだんにトッピングした、優しい味わいのパウンドケーキです。製造を担う株式会社司穀粉(すしこくふん)は、野洲市・三上山のふもとに工場を構え、滋賀県産の米と白みそを使い、素材の品質だけでなく、地産地消であることにもこだわりの現場にしています。

「つくる現場」を体験すると、商品への作り手の思いを肌で感じられるはず。参加した親子と一緒に、その思いやこだわりをお伝えします。

おいしいご飯の炊き方

味覚の秋を迎えています。炊きたてのご飯のいいところは、性能のよい炊飯器もどんどん登場していますが、実は、炊き方によってお米の味は大きくかわって来ます。

ポイント①は「お米の研ぎ方」。米を計る時は表面をならして、すりきりできっちり計りましょう。米を計るカップは1カップが1合(180ml・150g)。ボウルの

米に一気に水を加え、手早く1〜2回かき混ぜ水を捨てます。最初の1回目は「素早く」がポイント。乾いた米が一気に水を吸収するので、ヌカやゴミなどを含んだ水を吸収しないようにするためです。次に5本指を使って10回ほど優しくかき混ぜるように回しながら研ぎます。あとは水を3〜4回入れ替えてすすぎます。精米技術の向上でヌカの付着は少ないので、米をこ



たべる
たいせつ

鍋でも簡単・短時間で炊けます

洗ってしっかり水をきった米1合につき220mlの水を加え浸水。強めの中火にかけ、大きな泡ができ、ふたの隙間から湯気が立ち上がってきたら弱火に。10〜12分位で火を止める(途中でふたを開けない)。水けが残らず炊き上がっていれば、ふたをして再度強火にかけ10秒で火を止め、そのまま15分ふたを開けずに蒸らす。

すったり、水が透明になるまで研ぐ必要はありません。炊飯器の釜に米を移して目盛りまで水を加え、最低でも夏なら30分、水温の低い冬では1〜2時間ほど水に浸します。

ポイント②は、炊飯前に米2合につき氷3個を入れる。こうすると、ゆっくり熱が加わり米の甘味が増します(氷分の水は少し減らす)。

ポイント③は炊き上がった後、蒸気を飛ばし、空気を入れることで食感がよくなります。しゃもじを垂直に入れ十字に切り、釜底から持ち上げるように上下を返し、ご飯粒をつぶさないようふんわり混ぜます。

この時、炊飯器のふたについて水滴がご飯の上に落ちないように、ふきんでふき取りましょう。

保温する時は、釜の側面の熱でご飯が乾燥しないよう、釜の中央に寄せて。残ったご飯は炊飯器で長時間保温せず、すぐに1食分ずつ平らにしてラップで包み、冷凍保存を(解凍は電子レンジで約2分)。

ご飯を茶碗に入れることを「ご飯をよそう」と言います。漢字では「装う」。ふんわり米が立つように盛り付け、おいしい秋の味覚と一緒に楽しみましょう。

地域活動栄養士／長岡由里子さん

工場に入る前は 徹底的に清潔に！

今回参加してくれたのは、小学3年生の林花梨さんと愛美さん親子、小学6年生の森野美奈さんと悦子さん親子の2組。工場の案内や会社の思いなどを話してくれたのは、(株)図司穀粉営業部部長・西尾晃輔さんと、米粉加工品工場副工場長・園田矩之さんです。

早速作業着と帽子、マスクを着用したら、まずは工場入り口手前のスペースで、粘着ローラーを使って全身のホコリを取る作業から。もちろん洗濯された作業着ですが、洗濯機でついたホコリを取るためタイムマーをセットし、きっちり1分間、靴を脱いで足(靴下)の裏まで行う徹底ぶりです。次に手洗いは、学校で習ったように爪の中まで丁寧に。さらにエアシャワーを通過したらようやく工場内へ！

電話やちよつとした所用で出入りするたびに同じ作業を行うと聞いて、少し驚いた様子の林さんと森野さんでした。

(←次ページへ)

滋賀産であること、 無添加を目指すこと

1つ目の部屋では、その日作る商品の分量に合わせた米粉をふるい機にかけます。これは、粉を入れている紙袋の切れ端などが入らないようにするためだそうです。

米粉の原料となるのは、滋賀県産の日本晴という品種で、モチモチし過ぎず、パウンドケーキなどにすると膨れがいい、と西尾さん。「私たちも作り手の顔を見て安心して商品にしたいので、米は滋賀県産に限定しています」。滋賀県産にこだわりたいという想いで、近江米ぱうんどに使用するみそも、大津市にのれんを掲げる老舗・九重味噌が、滋賀県産大豆で作る白みそです。黒豆は品質を優先し、国内産のものを使用。「大粒ですね！」と森野さんが思わず呟いたように、上質でサイズのものだけを使用しています。

「黒豆は生地に対して1割強の量を使います。バターやマーガリン、砂糖は使わず、バターのようなコクと風味はみそで、しっとり感の水あめで出しています。焼き上げる際、生地中の水分と、気泡が蒸発して膨らむので、ベーキングパウダーも使っていないませ

(右ページ下段へ)

工場はこんなところ



異物を持ち込み、商品に粉れ込んでしまわないよう、工場内に入る前のホコリ対策は徹底して管理されています。



営業部部長
西尾晃輔さん

工場に入る前に作業着に着替え、マスクと帽子も着用。出入りするたびに1分間きっちり粘着ローラーを使って全身のホコリを取ります。



両手の指の付け根や爪まで石けんでしっかり洗い、工場内にはばい菌も持ち込みません。



(↓) 滋賀県産の日本晴と大津の九重みそを配合。国産の黒豆は、生地に対して1割強を使います。一度で120本焼き上げる工程を1日で3度繰り返すそう。



大きい
ミキサー！



生地を型に流し込み、黒豆をセットするのは手作業。まずは型に流し込む作業から。



1本につき、生地は200g程度。スケールで量りながら正確に入れていきます。



ケンケンパの要領で
黒豆を並べるのが
コツです！

できた！



米粉加工品工場
副工場長
園田矩之さん



焼き上がったら、冷まして最後は冷凍庫へ。出荷時は冷凍の状態でお届けします。



体験後に、自分で作ったものを食べさせてもらい大満足！



おみその
風味がする！

株式会社図司穀粉



近江富士工場
場所は米どころで水がきれいな野洲市三上山の麓。異物混入を避けるため、原料の入荷から製造、商品の出荷までの動線は交差せず、コの字型になっています。

1日を終えて



森野 悦子さん、
美奈さん(小学6年生)

しっかり汚れを落とさないと作る所に入れないと知り、大変さがわかりました。試食の「近江米ぱうんど」も、しっとり・もちもち。しかも無添加で、安全でおいしく食べられるので、すごいと思いました。

(美奈さん)



林 愛美さん、
花梨さん(小学3年生)

黒豆を自分で並べたことが一番楽しかったです。冷凍庫は涼しかったです。パウンドケーキおいしかったです。(花梨さん)、「こうしたい」という作り手の強い思いや考え方を知ることができました。

(愛美さん)

「(園田さん)。できるだけ余計なものは使わない、というこだわりと信念が、原材料から伝わってきます。」

米粉と材料をミキサーで混ぜ、型へ流し、黒豆をトッピングしたらオーブンへ。焼き上がった粗熱を取り、ラッピングしてマイナス40度の冷凍庫で急速冷凍します。10度〜マイナス5度の温度帯で生地の質感が損なわれてしまうため、いかに素早くこの温度帯を通り過ぎるかが鍵だそう。

「実は、常温で2〜3週間の賞味期限のものを作ることと可能」と話すのは西尾さん。でもそうしないのは、無添加にこだわりたいから、と語気を強めます。必要以上の添加物を使わず、急速冷凍で品質とおいしさを保ったまま組合員の元へ届けるのが、限りなく無添加に近く、安全・安心な方法なのです。

見学中、生地に黒豆を並べる大役を任された林さん・森野さん親子でしたが、計りながら「もう1粒かな?」「この辺かな」と真剣な表情。最後は、自分たちがトッピングした焼きたての近江米ぱうんどを試食し、工場見学は笑顔で終了しました。



子どもたちには、秋は紅葉、冬はクリスマスとこまめに模様替える精肉売場のプラレールが人気です。秋のお出かけに合わせて、コープのお店をのぞいてみませんか？

開放感溢れる売り場には、地場産野菜や近江のお菓子などの滋賀県産コーナーをはじめ、アレルギー対応食や介護食、低カロリーフードなどをそろえた健康食コーナーや、人気のグルメスーパー・成城石井の商品をピックアップしたコーナーなど、オリジナリティあふれる品揃えを展開。できたてのお惣菜が好評の惣菜コーナーでは、衛生面を考えてフライや焼き鳥を並べるショーケースをいち早く導入しました。また、レジ8台のうち4台にセミセルフレジを採用し、精算機での代金支払いを可能にし、待ち時間を大幅に短縮するなど、快適さを大切にした工夫を凝らしています。

\\ HAPPY \\

お買い物を
楽しく快適に♪

湖西地域の主要道である国道161号線沿いに位置するコープかたた店。ぜひ店、もりやま店に続きオープンした同店は、574坪と3店舗中最も広い売場面積を誇ります。

特集

コープかたた店へ 行こう！

宅配とはまたひと味違う、
お得や便利をいっぱい備えたコープのお店。
今回は10月12日で開店1周年を迎える
コープかたた店でその魅力をお伝えします。

オープン1周年！
みな様のご来店を
お待ちしております。



\\ スタッフからメッセージ \\

コープかたた店 店長から皆さんへ



コープかたた店
店長 稲垣浩之さん

3店共通の「お楽しみビンゴカード」をはじめ「39ポイントプレゼント」「子育て応援パス」など、かたた店だけの特典もたくさん。今後はお買い物サポートカーなども検討しています！

組合員の声

普段の買い物に宅配弁当、と毎日お世話になっています。
(20年・Yさん)



イートインコーナーでお弁当→コーヒー＆デザートがお決まりのコースです。
(35年・Nさん)

明るくて広々とした店内に、新鮮なお魚が嬉しい！
(30年・Kさん)

お肉やお魚は様々なサイズがあり用途に合わせて選びやすいです。(2年・Oさん)

※年数は生協歴

人気ランキング

1位 生本鮪が入った
海鮮にぎり(夏) 980円



毎日市場から仕入れる
本マグロが主役のにぎり盛り

2位 手もみ国産若鶏
もも唐揚げ 178円/100g



自家製ダレに一晩漬けた
ジューシーな一品

惣菜

滋賀県産の日本晴を毎日店内で炊きあげる「こだわりの寿司」が大好評です。当たり前のことですが、基本通りにしっかりと作ることを意識しています。



惣菜部門 花房 健太郎さん

3位 コープしが巻き 298円



7つの具材が入った、ぜいたくな巻き寿司

精肉

皮や脂身を丁寧に取り除いた、新鮮なお肉がそろいます。中でも「粗挽きミンチの手作りハンバーグ」は、大人気。お弁当におすすめのミニサイズも！



畜産部門 小倉 寛司さん



プラレールの
模様替え、
私がしています！



青果

特に生産者の顔が見える地場産野菜は、定番人気。サニーレタスやキャベツ、グリーンリーフは地場産野菜に負けない鮮度ですよ！



農産部門 宮本 清志さん

野菜を使ったおすすめ
レシピを提案しています。

サービス

生協への加入手続きや手土産のラッピングなど、様々な要望や困り事にお応えします。無料でつながるタクシーの呼び出し電話も設置しています。



サービスカウンター 山田 瑠衣子さん

お気軽にサービス
カウンターまで
ご相談ください♪

鮮魚

揚げるだけ、レンジで温めるだけで食べられるハーフデリコーナーはかたた店オリジナル。毎週土曜の「かたた鮮魚市」(オープン～13:00)も好評です。



かたた店鮮魚市の様子

鮮魚の刺身に
自信あり。
お刺身盛り合わせが
人気です！

水産部門 中田 幸祐さん



県内に3店舗展開中！！

コープぜぜ店

営業時間 9:00～21:30



住所:大津市竜が丘1-1
TEL:077-522-5111
定休日なし

P
125台

コープもりやま店

営業時間 9:30～21:00



住所:守山市勝部3丁目15-30
TEL:077-583-4649
定休日なし

P
156台

コープかたた店

営業時間 9:30～21:00



住所:大津市衣川1丁目17-1
TEL:077-573-3777
定休日なし

P
121台

組合員さんの 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するご意見など、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。コミュニケーション委員会では、様々な声を事業や活動に つなぐように検討しています。

組合員の声

滋賀県産の小松菜を注文したところ、葉がしなしなでした。スーパーに並んでいるものの方が新鮮に見えます。

回答 小松菜などの葉物野菜は、収穫後も呼吸しています。しかし水分が吸収できない環境におかれると水分蒸散を最低限に抑えるため、萎びた状態になります。畑でも、昼間は萎びた状態となり、翌朝にはよみがえります。「萎びる＝鮮度が悪い」ということではありません。茎を水に浸していただくと蘇生します。スーパーなどで販売される葉物野菜は、蘇生させた状態で販売されています。



組合員の声

co-op 北海道のうらごしかぼちゃは、スープやリゾット、離乳食に…と便利です。再開はまだですか？

回答 お待たせしました！10月1回から「にこにこほっぺ〈保存版〉」に掲載しています。2016年の不作、2017年の台風により、原料となる北海道のかぼちゃが大きな被害を受けたため企画を中止していましたが、ようやく生産が安定してきました。「にこにこほっぺ〈保存版〉」では、毎週ご利用いただくことができます。また、赤ちゃんサポートの「応援サポート商品」にも復活しました。まだ、ご利用になったことのない方は、この機会にぜひ！お試しください(^^)



「スパイラル」編集担当がみつけた気になるコープの雑貨

使ってみたい！ コープの雑貨

パーカーハンガー 2本組

長そでシャツやTシャツの上にもう一枚羽織りたい、そんな季節になりました。カーディガンやフード付きパーカーの出番ですが、同時にパーカーのような厚手の洗濯物が乾きにくい季節でもあります。「パーカーハンガー」は、フードの部分を広げて干せ、さらにアームを伸ばして脇の下周辺の布も重なりにくく乾きやすくなる優れもの。フード用バーを下げると一般的なハンガーとしても使えます。フードだけ乾いてない…なんて残念なことにはもうなりませんよ。通常価格(税込)518円

- ・フード部分を広げて干せる
- ・乾きにくい脇下周辺も乾きやすい
- ・一般的なハンガーにもなる



次回企画予定 / 10月4回

一緒に考える子育て・親育て

倉谷鈴子さん
自分の経験が
人の役に立つ企画
で手応えアリ



飯野陽子さん(委員長)
企画は多い時だと年4回
開催しています



平松晃子さん
子どもの
人間関係も
難しいみたい



那須美英さん
今日は6歳、0歳の
子連れで参加！



西村純子さん
つい子どもの手助け
してしまうけど、
見守りも大事



この日決定した次回企画

テーマ 子どもの力を信じる子育て
日程 10月15日(月)10時～
親子の関係を見直すきっかけに。
別視点を知り親の選択肢を増やそう
※申込受付は終了しています。



山本えみ子さん
子どもの特性を
知るタイプ診断が
気になる



子連れでの参加も託児利用ができます！山本承太郎くん(左)、那須 馨ちゃん(右から2番目)・慧くん(右)

**エリア協議会の報告も
意見を出し合って共有**

「出資金を出し加入する。一年」とに配当金をもらうのは？」「答えは3！」「ピンポン♪」。委員長の飯野さんがクイズ形式で生協の原則を確認することから始まった彦根市地域委員会。「お金に関することは間違わへん」と声が上がる大きな笑いがあり、開始早々和やかな雰囲気です。

次に、倉谷さんが発達障がい児の育児について、自身の経験をエリア協議会で講演された内容を報告。「ひとくくりにできないから知っておきたい」(平松さん)、「学校の先生が声をかけてくれることもあるね」(那須さん)と、ここでも様々な意見が飛び交い、心を開いて会話される、オープンな様子が印象的でした。

**子どもの力を信じ、
親も成長する勉強会を
企画**

この日は、次回の企画で登壇予定の選択理論心理士・沢村保代さんも参加され、企画のテーマや目的についての最終確認が行われました。各々暮らしの中で感じている

疑問や不安をそれぞれ出し合い、テーマをしばらくします。

倉谷さんの「小さい子供が遊べる公園が少ない」という話もあれば「男の子がどんな壁にぶつかるのかわからない」という平松さん、「動画を観ているうちに、勝手に観せたくない内容を観てしまうのでは」という山本さんと「入ってくる情報をどこまで管理しているのか」という西村さんの情報社会における心配事まで多岐にわたりましたが、ほとんどの心配事も結局は「子どもの力を信じる」ことが大事」と沢村さん。

子どもの力を信じ、入ってくる情報を自分で選び取る力を鍛えたり、何かあった時に家族に話せる環境づくりが大切で、そのために「子どもなりに考えている解決策や気持ちを尊重してあげてこそ自立する力が養える」というアドバイスには、一同深く共感された様子でした。

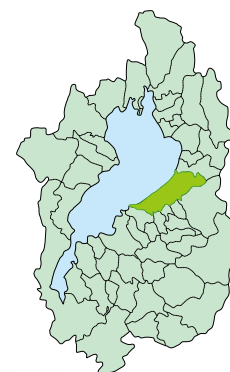
今回は育児中心の議題でしたが、委員会での意見は組合員みんなの意見。委員の方それぞれが少しでも改善されればと願い、形にしていこうと、地域委員会の無限の可能性を感じました。

コープしがと地域をつなぐ

あなたの
近くの **地域委員会**

File7. 彦根市地域委員会

「地域委員会」は、組合員がメンバーとなり構成される委員会。組合員自ら学び、知り・知らせる交流の場で、滋賀県内に24あり、様々な活動に取り組みます。各地域委員会の皆さんの、活動の様子をご紹介します。



ヒバクシャ国際署名 8月6日(月)

コープぜぜ店・もりやま店・かた
た店で店頭署名を行いました。また、
宅配でも署名用紙を配布し、合わせ
て38,158筆の署名が集まりました。
「後世の人びとが生き地獄を体験し
ないように、生きている間に何とし
ても核兵器のない世界を実現したい」と、平均年齢
80歳を超えたヒロシマ・ナガサキの被爆者が始めた



国際署名です。
核兵器禁止条約が
議論されている国
連総会に2020年
まで毎年届けます。



ピースアクションinヒロシマ 8月5日(日)～6日(月)

1945年8月6日、青空の朝、1つの原子爆弾
がヒロシマの町を焼き尽くし、多くの人命を奪い
ました。今年も被爆の実相を知り次世代に伝える
ために、ヒロシマの地を訪れました。コープしが
からは20代の職員2名を含む12名が参加しま
した。

高校生が被爆者の証言を聞きながら描いた「原
爆の絵」に心を揺さぶられた参加者が多かった様
です。平和祈念式典への参加の後は、平和公園
に建てられた慰霊碑を巡り、原爆資料館の見学な
どを行いました。

☆この企画の費用は、多くの組合員さんから寄せられた
「ヒロシマ平和募金」から支出しています。



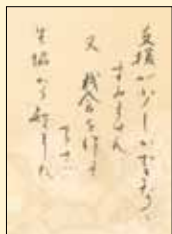
参加職員の声

教科書で原爆が何かは知っていたけれど、行ってみて
初めて「私は何も知らなかったのだ」と痛感しました。
当時、亡くなられた14万人の1人1人に
家族や恋人がいて、夢があり…それらを
一瞬で奪ってしまったこと、とても悔しい気
持ちでいっぱいになりました。

参加職員：東地区事務局 堤日奈さん

2018年書き損じはがき
回収キャンペーン実績報告

回収件数／2,682件
換金額／4,042,040円
(6年間累計：23,384,402円)



左：住民自身による栄養改善事業の様子（ウガンダ）

右：2018年ハンガーフリーワールド組合員メッセージ

書き損じはがき回収キャンペーンとは…飢餓のない世界
をつくるために活動する国際協力NGOハンガー・フリー・
ワールド（HFW）が取り組む募金活動です。

県内戦争遺跡めぐり 7月28日(土)

滋賀県にも数多く残る戦争遺跡。その中で、戦時
中八日市飛行場のあった東近江市に残る「掩体」と、
米原市に残る「蒸気機関車列車壕」を見学、学習
しました。どちらも敵の攻撃から飛行機や列車を守
るために作られたもので、地元のボランティアによ
って語り継がれています。また滋賀県平和祈念館も訪
問、滋賀県での戦争の様子を学びました。73年前
の遺跡や千人針などの物に実際触れたことで、それ



列車壕の見学

ぞれが色んな事
を感じた一日とな
りました。

※掩体：飛行機など
を守る軍の施設

2018コープしが 夏のイベント報告

恒例となっている夏のイベントです。

来年はぜひ、親子で、ご夫婦で、お友達でご参加ください。

たべるたいせつ

いのちたいせつ

サマーキャンプin鳥取 8月4日(土)～5日(日)

今年も「生協牛乳120」と「産直鳥取こめ育ち牛」の産地で
行われたキャンプ。年々口コミで人気が高まり、定員に対して
5倍近い応募の中、約40名の組合員が参加しました。

自然の中でテントを張り、おいしいお肉をお腹いっぱい食
べて、キャンプファイヤーを楽しんだ翌日はアイスクリーム作り…
と充実のプログラムでありながら、それだけに終わらないのが
コープのキャンプ。人気の秘密は、牛の餌やり体験や生産者との
交流会を通して酪農や畜産の現状を知り、商品の魅力を実感
できるところにあるようです。

参加者の声

地域の休耕田を活用して飼料稲を生産し、牛の飼料に利
用している点や、地域の振興に貢献し、地域との共存・共栄
をしていこうとする姿勢は、多くの人に伝えたいと思った。



えさやり体験♪



参加者の絵日記から抜粋

大友剛 マジックと音楽と絵本のコンサート

8月11日(土)

今年で4回目となる「いのちたいせつ公演」。
昨年に引き続き、マジシャン、絵本の翻訳家、ピ
アニスト…と多才な大友剛さんのコンサートを、
高島ガリバーホールで開催しました。赤ちゃんか
らおじいちゃんおばあちゃんまで、みんなで笑顔に
なれた1日でした。

午後のコンサートだけでなく、午前中は大友さ
ん直々のマジック教室を開催。「笑顔を広げたい♪」
という大友さんの願いは、コープしがの願いでも
あります。

参加者の声

マジックを日々勉強して、ボランティアで高
齢者サロンなどで披露しています。今日の10
コのマジックを覚えて、活用させていただきます。
ありがとうございました。(70歳・男性)



サイン会也大盛況でした



マジック教室の様子



理事会だより 第22回定例理事会 (2018年9月4日)

2018年度8月期組織経営概況

項目	業態	8 月期				累計			
		計画	実績	計画比(%)	前年比(%)	計画	実績	計画比(%)	前年比 (%)
組合員数 (人)		194,088	192,482	99.1	105.3				
加入人数 (人)		882	706	80.0	110.7	6,809	5,421	79.6	91.4
出資金 (千円)		11,400,760	11,393,715	99.9	103.0				
供給高 (千円)	宅配	2,034,794	2,047,187	100.6	99.7	11,242,165	11,235,411	99.9	99.4
	店舗	441,600	473,696	107.2	148.4	2,157,500	2,247,890	104.1	145.9
	夕食サポート	25,406	27,241	107.2	113.5	129,442	138,217	106.7	109.0
	エネルギー	65,593	71,723	109.3	170.3	362,379	356,018	98.2	168.7
	合計	2,567,393	2,619,848	102.0	107.5	13,891,486	13,977,537	100.6	106.0
経常剰余金 (千円)		292	39,844	13,645.4	72.1	166,790	279,910	167.8	68.2

主な確認事項

- 1 上記、2018年度8月期経営概況について承認しました。日本生協連から2017年度の利用分量割戻しがあり、経常剰余金は大幅に計画超過となりました。
- 2 第39回通常総代会に向けて、一人ひとりの「私のくらし」から生まれる「私の想いと願い」を大切にしたい機関運営をすすめます。
- 3 2018年度「未来づくり」において目指す「障害のある方の雇用促進と地域内の食品リサイクルをすすめる仕組みづくりと子会社などの設置」の実現に向けて、会社の形態と設立のすすめかたを確認しました。
- 4 2019年度の役員改選に向けた次期理事会体制について、役員定数・役員候補者の擁立のすすめ方等を確認しました。

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ープ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)コープ共済連の健康づくり支援企画助成制度を活用して、第1回コープしが健康ウォーキング大会「安土天下取りの道を歩こう」(11/10)を近江八幡市安土町で開催します。
- (2)2018震災忘れないスタディツアー inふくしまは10月13日から14日に実施します。
- (3)日本生協連の子どもの貧困問題を考える学習プログラム「子どもの未来アクション」について、下期に学習会を実施することとします。
- (4)宅配では下期より「あなたにもっとコープの宅配!」として、コープの良さを広げる取り組みをすすめます。
- (5)職員の福利厚生の一環としてGW・お盆・年末期等の事業所内託児を宅配センターと各店舗ですすめていきます。

監事会だより 8月度 (7月21日~8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、以下の監査等を行いました。

7月26日 内部統制委員会出席

30日 経理フロア監査

31日 第19回監事会[内部監査報告受領、この間の監査所見共有化、代表理事との会合を終えて]

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を監査する機関です。監事会はその監事によって構成されます。

監事会の意見形成、第14期監事体制及び監事候補擁立のすすめ方、上半期実地棚卸立会監査実施内容、今後の日程確認、その他]

8月1日 常勤監事監査研究交流会参加(〜2日)

コープかたた店 1周年誕生祭 2018年10月13日(土)~10月16日(火)

抽選会スピードくじ、焼きたてスペアリブ店頭販売、マグロ解体販売、ご来店先着プレゼントなど、おいしいもの楽しいことがいっぱいです！詳しくは、コープしがホームページでチェックしてね。コーすけやキッチンカーも来るよ



西日本豪雨緊急支援ならびに米原市竜巻災害義援金募金へのご賛同ありがとうございました。

7月11~29日、宅配や店頭で呼びかけました募金金額は、4,939,500円(OCR募金参加人数5,544人)となりました。以下の通り7:3に配分し、送金しました。

2018年7月西日本豪雨緊急支援募金 3,457,650円
平成30年米原市竜巻災害義援金募金 1,481,850円

また、日本生協連からの呼びかけで、コープしがから職員1名を西日本豪雨災害被災地へ派遣しました。

西日本豪雨災害の岡山県倉敷市災害ボランティア運営支援の報告

8月上旬から約1ヶ月の間、全国の生協から約50人の職員が支援に入りました。私は岡山県倉敷市真備町の災害ボランティアセンターのサテライトで、ボランティアを受け入れて住民の要望とつなぐ運営支援を行いました。住民世帯の3割が河川の氾濫による冠水で被害にあわれた地域です。役割は違えど各係が責任をもって創意工夫することで「地域住民に少しでも早く日常の暮らしを取り戻してもらいたい」との思いで支援されていました。ピーク時は600~700名あったボランティアもお盆明けは半減。地域住民の要望も変化してきており、社協さん中心に自転車で地域を訪問し、住民に寄り添い要望を引き出しておられました。

西地区運営事務局 石本 与志夫さん



真備駅高架下

8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 244,580Kg (107.8%) (回収率61.1%)



商品仕分け袋

宅 2,724Kg (99.2%) (回収率33.0%)



卵パック

宅 1,664Kg (91.3%)



牛乳パック

宅 4,300Kg (81.6%)
店 681Kg (119.2%)



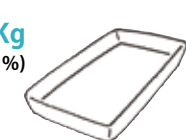
ペットボトル

店 1,838Kg (123.1%)
キャップ 店 158Kg (158.5%)



トレー

店 236Kg (119.1%)



リサイクル品売却金額
8月度: 4,789,690円
4月から累計: 22,818,717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しください。

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

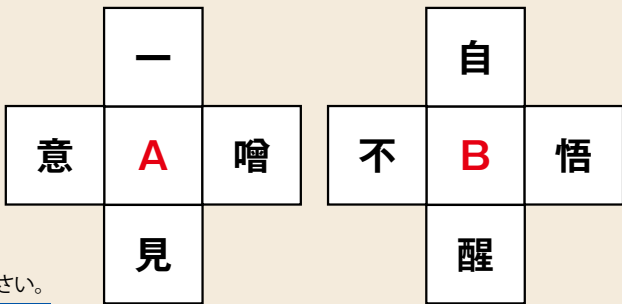
二字熟語漢字クイズ

<問題>

AとBに漢字1文字を入れると、それぞれ4つの二字熟語が完成します。AとBに入る文字を組み合わせてできる熟語を教えてください。

応募方法は15ページをご覧ください。

締め切り 10月25日(木)(消印有効)



頭の体操

Mental Gymnastics

8月号 正解 「ピコハナビ」
応募総数 181通 うち正解 176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。



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！

家族みんなで大満足！

8月に行われた、大友剛さんの絵本とマジックショーに家族で行きました。大友さんのユーモアたっぷりのトークもあり、小さな子どもから大人まで、笑いの絶えないおもしろさ。ピアノでの即興は余りに上手すぎて、聞き入っていました。400名の観客と大友さんが一体になって「運命」をおとうさん、おかあさん、♪と、手遊びで歌ったのは、子どもたちに大、大、大好評でした。こんなイベントが無料

なんて、生協すごいです！

草津市 朝顔 毎日20個 さん
会場が笑顔でいっぱいになるのを見て、「やっぱり、笑顔はいいなあ」と実感しました。来年の夏も開催予定です♪

秋に向けて頑張つて！

今年の猛暑で、ラジオ体操、子ども食堂、学校にとまろう、寺子屋学習会、そして夏祭りまでが、中止になりました。命が一番大切！なのですが、夏祭りのために2ヶ月前からダンスの練習をしていた子どもたちは、涙が止まらない状態でした。それを聞いた老人会の秋祭り担当の方が、出演してくださいと、うれしい声！秋まで練習をのばして、がんばります。

大津市 どんちゃん

地域の方の暖かさが、心に染みますね。子どもたち、頑張つてね



道端の花に目を留めて

道端にカワラナデシコが見当たらないと思っていたら7月末、川のそばに咲いているのを見つけてきました。去年よりたくさん咲き、花もたくさんついでいて、うれしくなりました。淡いピンクのたおやかな花です。草を刈った後にたくましく伸びていてうれしく、夫や孫にも知らせました。日本の昔からある花たちが、元気にいてほしいと願っています。



※画像はイメージです。

長浜市 のんの さん

ナデシコは、秋の七草のひとつなんです。私も探してみます。

どんな日もありがとう

連日の猛暑、命にかかわる危険な暑さに注意してと、テレビやラジオからもこの言葉が流れてきます。いつになったら涼しい秋風、さわやかな季節がやってくるのでしょうか。そんな中、毎週1

回、ほとんど同じ時刻に生協のスタッフさんが、わが家の注文を汗をかきながら届けてくださいます。ありがたいことと、喜んでおります。

彦根市 西川武司 さん

暑さや台風当日の配達など、職員への労いのお言葉をたくさん頂戴しています。ありがとうございます。

ばくばくパーティーで家族団らん

先日、両親と私の3人でコープの芋けんぴとチョコと麦茶の試食をさせていただきました。普段あまり会話しないのに、この時は皆しゃべるわしゃべるわ。意見をまとめて手書きで書くなんて久しぶりで楽しかったです。家族でだんらんできてうれしかったです。父は言っていました。貴重な機会をいただきありがとうございました。

大津市 ぶーぶー さん

「ばくばくパーティー」をしてください。さつたんですね。笑顔でおしゃべりされてる様子が目に浮かびます。

テーマ

【ごはんのお供】

滋賀の伝統野菜・日野菜

新米が採れる頃に、日野菜の切り漬。

草津市 さくら さん

日野菜の苦味、いいですね。

海の恵みを満喫

しらす+かつお節+ポン酢。さっぱりといくらでも食べられる！梅干しを添えても。

大津市 まんみ さん

私は、ぜひ梅干しを添えて試したいです。

卵かけのポイント

卵かけごはんです！ もともと、白身のドロツとした感じが得意ではなかったのですが、先にご飯と白身を泡立てるようにならぬ、上に黄身をのせる方法にしたらおいしく感じ、コープのさくら玉子で、卵かけごはんを作るようになりました。

彦根市 クラ さん

卵かけごはんは、こんなパターンがあったとは！ @000

滋賀のつくだ煮

親戚の人に、ゴリの佃煮をもらうのですが、それがおいしいです。魚1つ1つが小さい方が好きです。滋賀県に来て、初めて食べました。大阪で生まれ育ったのですが、いかなごのくぎ煮も好きです。

東近江市 55555 さん

小魚のつくだ煮はお酒にも相性よですが、今や高価なお供ですね。

人気漬物を自家製で

今の季節、「きゅうりのキューちゃん」を手作りします。コープで買った「おろし生しょうが」と、鎌田のだし醤油をたっぷり使い、汁がなくなるまで煮ます。

守山市 ペコ さん

自家製「きゅうりのキューちゃん漬け」というお答え、多かったです。各ご家庭の味があるのですね。



手作りマイそぼろ♪

「美味しいシーチキン(油、野菜)」を、砂糖、しょうゆで甘辛く煮詰めたもの(そぼろ)のシーチキン版が好きです。おいしいですよ。親の味を引き継いでいます。

大津市 ナーナ さん

家族で各自お好みの「マイそぼろ」くりも楽しそうです♪

ごはんのお供 人気ランキング

- 1位 梅干し
- 2位 漬け物
- 3位 のり・昆布 明太子・納豆

今回は12月号掲載です。

テーマは

「冬の節電対策」

寒い冬を乗り切るために、暖房器具は欠かせませんが、電気代も気になる。冬ならではの節電対策を教えてください。お待ちしております！

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/cafe.php>



イラスト

(お子さんの絵も)

お待ちしております！ 頭の体操の答え おたより

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させていただく場合があります。

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

●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。