

スパイラル



4

April

- 2 4月のPick up FOOD
卵
- 4 Pick up FOOD STORY
滋賀のお米で育った
産直 こめ育ち
さくらたまご
- 6 暮らしのヒント
お弁当がんばらなくて
大丈夫
- 8 たべるたいせつ
小さくても大きなチカラ
「ナッツ」
- 9 NEWS
- 10 コープしがのSDGs
食の安全
- 11 理事会だより
information
頭の体操
- 12 イベント情報
- 18 spiral cafe
- 20 コープしがのお店から

卵があるだけで
しあわせ



4

月の Pick up FOOD

卵



ほのかなだしの味と パンの風味がやさしくマッチ

だし巻き たまごサンド

- 調理時間約15分
- 1人分/392kcal 塩分2.4g

材料(2人分)

卵4個、食パン6枚切2枚、A=〈白だし大さじ1、マヨネーズ小さじ1、水1/4カップ〉、B=〈マヨネーズ大さじ1、練りからし小さじ1/2〉、油適量

作り方

- ① ボウルに卵を溶きほぐし、Aを加えてかき混ぜる。
- ② 卵焼き器に油を熱して①の半量を流し入れる。半熟状になったら半分に折って返し、残りの①を流して同様に焼く。
- ③ 食パンの片側に混ぜ合わせたBを塗り、②のをせてはさむ。
- ④ 食べやすく切って器に盛る。



管理栄養士さん
おしえて

卵の栄養



■ 良質なたんぱく質といえば卵!

ヒトが体内で合成できないので食品から摂る必要がある必須アミノ酸を全て含み、手軽に手に入ることから日本人には欠かせないたんぱく質源です。

■ コレステロール = 悪者ではありません

卵に含まれるコレステロールを食べるとそのまま体内のコレステロールになるわけではなく、1日に必要なコレステロールの約8割は体内で合成されています。不足すると弊害があらわれる必要不可欠な栄養素です。

■ ビタミンCと食物繊維を一緒に

たんぱく質以外にもビタミン、ミネラルを豊富に含み完全栄養食品とも言われる卵ですが、ビタミンCと食物繊維は含まれていません。野菜やいも類、果物などを一緒に食べれば不足を補うことができます。

卵好きには たまらない!



・韓国風
韓国のり、炒り白ごま、
ごま油



・天井風
天かす、青ねぎ小口切り、
めんつゆ



・しらす
しらす干し、大葉、刻みのり、
しょうゆ

たまごかけご飯

たまごかけご飯 3つの食べ方

- その1. 全卵をご飯にのせる
その2. 卵黄だけのせる
その3. 卵白を先にご飯と混ぜて、卵黄をあとのせ
お好みを見つけてください!

たまごの信田煮

- 調理時間約20分
- 1人分/216kcal 塩分1.7g

材料(2人分)

卵2個、油揚げ1枚、人参2cm、絹さや3枚、A=〈だし汁1カップ、しょうゆ・みりん各大さじ1、砂糖大さじ1/2〉、スパゲッティ適量

作り方

- ① 油揚げは油抜きをして半分に切り、中を開く。人参は型で抜く。
- ② 油揚げに1個ずつ卵を割り入れ、スパゲッティを刺して口を留める。※型で抜いた人参の残りを細かく刻んで、卵と一緒に油揚げに入れるとムダがありません。
- ③ 鍋にAを入れて沸騰したら②、人参を加え、弱火で約10分煮る。
- ④ 絹さやを加えてサッと煮、器に盛る。

メインのおかず!



安田養鶏場に聞きました



卵の正しい保存方法は?

卵といえば冷蔵庫のドアポケットに収納する人が多いのですが、実はあまりおすすめできません。ドアを開け閉めすることで卵にヒビが入りやすくなり、何度も外気に触れることで劣化を進めてしまいます。冷蔵庫内の安定した場所で保存するようにしてください。また、卵の殻にはたくさんの気孔が

あり、いわば呼吸をしている状態です。においのきつい漬物などのそばに置くと、におい移りが発生する場合がありますので注意してください。

卵パックから出して保存する場合は、とがった方を下に。丸い方には気室という空間があり、時間の経過で浮いてきた卵黄が直接殻に触れるのを防ぎ、鮮度を長持ちさせるといわれています。



生で食べてもいいのはいつまで?

卵には「生食賞味期限」と記載されています。生食は期限内に、その後は十分加熱調理してお召し上がりください。万一ひび割れ卵をご利用の際は、必ず加熱調理してください。

産直 滋賀のお米で育った
こめ育ちさくらたまご



安定した価格で栄養価にも優れた卵は“食品の優等生”。中でも、コープしがで最も多く利用されているのが、**産直**こめ育ちさくらたまごで年間112万点の利用があります。

そこで今回は、さくらたまごの生産者で結成された「50g会」に所属する近江八幡市の安田養鶏場にお話をうかがいました。

母鶏はとても希少な純国産

「さくらたまごは日本独自の卵で、日本でしか手に入らない卵です」と話すのは、安田養鶏場

の安田直己さん。さくらたまごの母鶏「さくら」は、日本で唯一、国産鶏種の育種改良に取り組む岐阜県の後藤^{よんご}卵場で生まれた品種。卵をよく産む白色レグホンとロードアイランドレッドを掛け合わせ、日本国内で何世代にもわたって選抜交配を繰り返して作られた純国産鶏です。

今や卵を産む鶏の96%を海外から輸入した外国産に頼る中で、さくらが産んだ卵はとても希少価値が高いもの。滋賀県内を中心とした養鶏農家グループ「50g会」は、純国産鶏さくらの飼育

を通じて養鶏技術の向上をめざそうと1972年に設立されました。

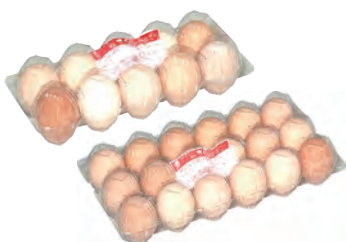
「当時、健全経営の指標のひとつとされていた『1日1羽あたり50g以上の卵を産ませる』ことを目指した設立メンバーの思いが『50g会』の由来。50g（Sサイズ）の小さい卵を作るのではありません（笑）」。

地元でとれたお米をエサに

その名の通り、**産直**こめ育ちさくらたまごの最大の特長は、エサに滋賀県産の飼料用米を使うこと。人が食べる食用米と同



高台にある養鶏場は風通しがよく、地下水も豊富。生き物を育てるのにとても適した環境で、5万羽の鶏たちは元気に育っています。「愛情をもって鶏に接しその卵を大切にお客様に届けること」が、私たちの務め。農場で働く一人ひとりがこの言葉を胸に仕事に取り組んでおります。



産直 こめ育ちさくらたまご
(10個パック/1kgパック)

滋賀県産の飼料用米を食べて育った純国産鶏「さくら」の卵。MS~2Lサイズの混合で、生臭みのないあっさりとした味わいが特長。採卵日から4日以内で組合員に届くので、白身がこんもりとした新鮮な状態を楽しめます。

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | | | |

1/兄弟で家業を営む、安田養鶏場の安田直己さん・純治さん 2/籾殻付きで与える滋賀県産の飼料米 3/換気と温度管理を自動で行い、薄暗がりの静かな環境で鶏が落ち着いて卵を産めるウインドレス鶏舎を採用 4/鶏舎から出される糞は、発酵させて堆肥に。その一部が飼料用米づくりに使われています 5/新規加入した小杉養鶏場の小杉栄二さん

じ「日本晴」や「ゆめおうみ」といった品種を飼料用米として作付けしています。

「50g会で飼料用米を使うようになったのは2008年から。当時は原油高の影響で、鶏の飼料となるトウモロコシの価格が大幅に高騰しました。そこで在庫過剰になっていたお米を飼料に活用しようということで始めました」。

米農家にとってはほかの野菜よりも転作しやすい飼料用米の作付けで、安定した収入を得ることができ、養鶏農家にとって

はエサを安全・安心な国産品に代替することができる。どちらにとっても良好な関係を築きながら、この商品が誕生しました。

卵を食べて田んぼを守る

そもそも米農家が、野菜や飼料用米への転作を始める背景には、食用米の消費量の減少があります。休耕田や耕作放棄地を活用して作付けされる飼料米の取り組みは、滋賀県の田んぼを守ることにもつながっています。2008年、0.1万haだった飼料用米作付面積は、今では7万haま

で広がりました。

3月から近江八幡市の小杉養鶏場が新たに生産者に加わり、エコーで中止していた10個パック企画を再開しています。おいしく食べながら、田んぼも守れる**産直**こめ育ちさくらたまご。これからも応援をよろしくお願いいたします。

毎週自動お届け登録(※)が便利でお得です!

- 一度注文すれば、毎週自動でお届けします。
- 通常の企画商品よりも低価格でご利用いただけます。

お弁当 がんばらなくて 大丈夫



お弁当生活がスタートする人も多い4月。レシピサイトや雑誌を見ると華やかなキャラ弁やデコ弁が紹介されていて、「腕が鳴る！」という人もいれば、尻込みしている人も少なくないはず。今回は、そんな尻込みさんが肩の力を抜いて始められる、お弁当の基本をご紹介します。毎日の事だから、気楽に楽しみましょう！



1 お弁当箱選びはml=kcal



ビジネスバックに収まるスリムタイプや、保冷保温機能が付いたジャータイプも。屋外など机がない状態で食べる場合は一段弁当がおすすめです。

まずはお弁当箱の選び方から。容量は、「1食に必要なエネルギー量 (Kcal) と同じ数値の容量 (ml)」が目安とされています。1食に必要なエネルギー量は、年齢・身長・性別からある程度決まっていますが(※)、食べる人の食欲や活動量に合わせる事が大切。お子さんの場合、多すぎるとプレッシャーに感じる事もあるので、調整してあげてください。

形状や素材は、生活スタイルから選びましょう。木製は軽く、吸湿性がありごはんのおいしさを保てますが密閉性が低い。アルミ製はにおいが付きにくく長持ちしますがレンジや食洗機が使えない。プラスチック製はレンジで温め直せますがにおいや色が付きやすい、などの特徴があります。

2

きれいに詰める
理由が分かれば
必ず上達します！

お弁当作りでは、普段お皿に盛るのとは違い「隙間なくきれいに詰める」という技術が必要です。見栄えはもちろんですが、隙間があるとおかずが動いてしまい、味が混ざってしまうことがあるからです。

まず、詰める量の基本は容積が主食3：主菜1：副菜2の割合にすると栄養バランスも◎。①ごはん②大きなおかず③小さなおかずの順に、隙間を埋めるように詰めていきます。ごはんは温かいまま蓋をすると菌が繁殖してしまうので、冷ます間におかずの準備を。密閉性の低いお弁当箱は盛る段階でおかずの汁けを切る、汁けを吸う食材（かつお節やすりごま、のり、とろろ昆布など）を入れる、仕切りカップを使うなどして対処してください。

3

順番守って、
あら簡単！



まずはごはんを詰めましょう。おかずをごはんに立てかけると隙間なくきれいに詰められるので、おかずと接する面は、ごはんに坂を作ります。



主菜となる大きなおかずをごはんに立てかけるように詰めます。この時、仕切りとして水分が少なく殺菌効果も期待できる大葉を挟むと彩りも鮮やかに。



副菜となる小さなおかずを詰めます。高さがない卵焼きは断面を見せて重ねるように入れ、バラバラになる副菜はその隙間を埋めるように詰めます。

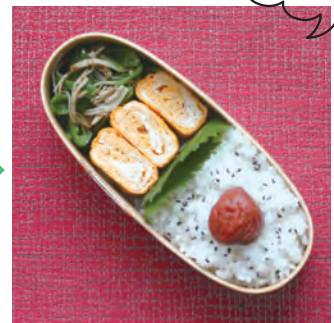


仕上げに彩りを。ミニトマト、ラディッシュ、レモン、人参、パプリカ、ブロッコリー、枝豆、ぶどうなどは手をあまり加えずに使えます。

1日だけならがんばれることでも、お弁当のように何年も毎日続く場合、がんばり続けるのは大変です。作り置きのためにお休みの日に時間を潰し、ますますお弁当作りが負担になってしまうのも本末転倒です。夕食の食材や冷凍食品、お惣菜も活用して、少しでも面倒を和らげ、お弁当作りのハードルを下げましょう。

お弁当は、作る人も食べる人も相手を感じることができる食事です。慌ただしい中で作ったお弁当のありがたさは、きつと伝わっているはず。「ちゃんとしたお弁当」を作ろうという想いは手放して、がんばりすぎないお弁当作りを楽しんでください！

SNSで話題！ #隠れんぼおかず弁当



「がんばりすぎない毎日のお弁当」をテーマにしたInstagramの投稿が人気のopekoさん。おかずを大胆に2段重ねにした詰め方や、切らないだし巻き卵（右）などのアイデアはすぐ真似できるものばかり。「母が作ってくれたお弁当は地味だったけど、とってもおいしく今でも食べたい。華やかさはなくても記憶に残るお弁当は作れるし、気負わず上手く手を抜く事も大事」とopekoさん。気になる方は要チェック！

Instagram @opeko_bento

実はおかずが
隠れんぼ！



食を大切にする暮らしを

小さくても大きなチカラ 「ナッツ」



「ナッツ」は元々「堅果種子類」を指しますが、日本食品標準成分表では、「堅くて種のようなもの」という意味で、木の実・種・豆など幅広い種類が含まれます。糖質量が少なく、ビタミンやミネラル・食物繊維に加え、LDL（悪玉）コレステロールを減らし、血圧を下げる働きがあるオレイン酸やリノール酸・リノレン酸なども豊富です。

ただカロリーは高いので、ミックスしたものを1日に片手軽く1杯分まで（約150Kcal）とし、食塩不使用のものを選んで上手に食べましょう。食前30分～1時間に食べると食事の食べ過ぎを防ぎます。

スポーツ時のおやつとして、

たんぱく質やカロリー、ビタミンやミネラルの補給にもなりますよ！

ナッツたっぷりかぼちゃサラダ

材料（2人分）

かぼちゃ300g、ミックスナッツ40g、クリームチーズ40g、マヨネーズ大さじ3、牛乳大さじ1、こしょう少々、パセリ（乾燥）お好みで飾る

作り方

- ①ミックスナッツは粗く砕く（細かすぎない）。
- ②チーズは1.5cm角に切る。
- ③かぼちゃは種を取り除き、皮を2/3程度むいてひと口大に切り、耐熱ボウルに入れてラップ

し、600Wレンジで5分加熱する。
④③に牛乳で溶きのぼしたマヨネーズ・こしょうを入れて混ぜ、さらに①と②を入れ軽く混ぜる。

※ナッツの脂がかぼちゃの栄養を効率よく吸収してくれます。

- 調理時間15分
- 1人分/455kcal
- 塩分/0.6g

おすすめ!

CO-OP 食塩不使用
ミックスナッツ



地域活動栄養士
長岡由里子さん

行政や地域で、フリーの栄養士として健康や食育などに携わる。車で全国一人旅しながら食べ歩くのが趣味の行動派。

コープながはま店2階に

「きとうクリニック」が開院しました

コープながはま店がオープンして約1年、組合員のみなさんが待ち望んでいた「きとうクリニック」が開院されました。木藤先生は血液内科の専門医ですので、通常の内科に加え、血液内科という専門的な診療も受けることができます。屋上駐車場から直接アクセスでき、1階のドラッグストアで処方せん受け付けもできるのでとても便利です。コープながはま店は食だけでなく、組合員さんの健康にも寄り添います。



診療科 内科・血液内科
 診療日・時間 午前 8:30～12:00
 午後 16:00～19:00
 土曜 8:30～12:30
 木曜・日曜・祝祭日 休診



きとうクリニック院長
木藤克之先生

みなさん、はじめまして。きとうクリニック院長の木藤克之と申します。出身は信州ですが、滋賀県ですでに40年以上暮らしています。以前、長浜赤十字病院で勤務をしていた際に、湖北地域が大好きになり、いつかはこの土地で医療を続けたいと思っていました。クリニックのスタッフは、地域のみなさんの健康増進・維持のために貢献させていただき、すべてのみなさん(年齢、性別、国籍を問わず)に、優しい医療を提供させていただきたいと思っています。そして、私たちは病気とたたかう患者さん、ご家族とともに、最善のチーム医療を実践していきます。よろしくお願いたします。

コープのお店にリサイクルステーションが

オープン!

3/23からアルミ缶、古紙・ダンボールを店頭で回収し、リサイクルする取り組みをスタートしました。温暖化防止・資源の循環をすすめましょう。組合員のみなさんのご協力をお待ちしています。

新聞紙・チラシ/本・雑誌・カタログ/ダンボール

回収できます

- 新聞紙・チラシ
- 本・雑誌・カタログ ●ダンボール

回収できません

- 左記以外のもの
- 汚れているもの
- 濡れているもの
- 破れているもの

対象容器 アルミ缶

160ml ~ 1L

すすぐ

入りません

ご注意 ダンボールをお持ちの際は 60cm以内 40cm以内

①折りたたむ ②縛る

ご注意 濡れているもの、汚れているものは入れないでください

ご利用前にご準備ください! の3分類

①種類ごとに分ける

新聞紙・チラシ/本・雑誌・カタログ/ダンボールは種類ごとに十字に縛ってください

新聞紙・チラシ と 本・雑誌・カタログ と ダンボール

②個人情報

個人情報が入っている場合は責任を負いません

アルミ缶、古紙・ダンボールの回収にはコープながの組合員証(ポイントカード)が必要となります。回収量により組合員証にエコポイントが加算され、50ポイントたまと50円分のお買物券が発行されます。(エコポイントはお買物ポイントとの合算はできません)

※食品トレーや牛乳パック、ペットボトルも引き続き店頭で回収しております。詳しくはサービスカウンターにお問合せください。

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。

コープしが「しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金」



▶ お買い物で滋賀の生産者と子どもたちを支援！

「誰かの笑顔につながるエシカル商品が増えるといいな」「滋賀県の生産者を応援したいな」という組合員の声は、たくさん寄せられています。コープしがでは、コロナ禍の影響が大きく経済的に苦しい子育て世帯や様々な悩みを抱える子どもたちを支援するためコープしが「しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金」に取り組んでいます。みなさんのご利用が、滋賀県の生産者や子どもたちの笑顔につながる取り組みです。継続したご支援をお願いします。

しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金

- 組合員が対象商品を1点利用するごとに1円をコープしがが基金に積み立てます。
- 積み立てた基金は年に1度、滋賀県社会福祉協議会がすすめる「子どもの笑顔はぐくみプロジェクト」に寄付します。

対象商品は、以下の滋賀県産の商品です

- 宅配** コープしがマルシェ2～5ページ
「もっとこだわり SHIGA / SHIGA 市場」
掲載の全商品
- 店舗** コープのお店で販売する地場産農産物



食の安全

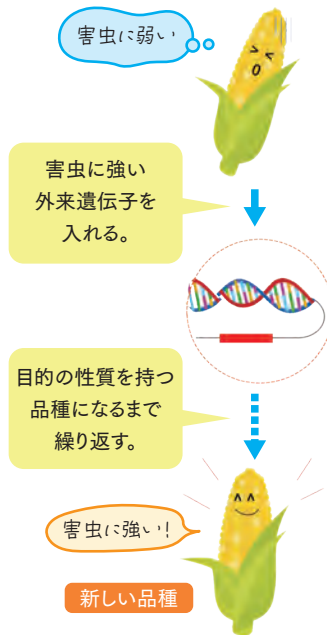
食の安全を保証するためのコープの取り組みや、食の安全に関する情報を品質保証フロアから発信します。

遺伝子組換え食品とは

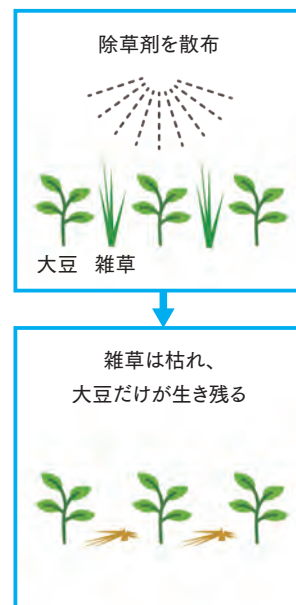
私たちが食べている作物のほとんどは、品種改良により、よりおいしく、効率よく収穫できるように人為的に遺伝子の組み合わせを変えたものです。遺伝子組換え技術も品種改良の一つです。

害虫に強いなどの性質を持った、ほかの生物の1～数個の遺伝子だけを改良したい作物に入れ、新しい性質を持たせます。遺伝子を導入し得られる作物の中から、従来の品種改良と同様に選抜や交配が繰り返し行われ、新しい品種に作られています。安全性や環境影響の評価が行われ、認可された組換え作物のみが流通しています。

遺伝子組換えによる品種改良



除草剤に抵抗性のある遺伝子を入れた大豆



例えば、「(商品名)ラウンドアップ」という除草剤に影響を受けない大豆は、ラウンドアップを分解する土壌細菌の遺伝子を大豆に組み込んでいます。



次回は、遺伝子組換え食品の安全性について、紹介します。

理事会 だより

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。

第12回臨時理事会

2021年度 年度末総代懇談会議案書と資料を確認しました。

第13回定例理事会

2021年度 年度末総代懇談会を34会場で開催しました。

新型コロナウイルス感染拡大が続いているため、全会場オンラインへ変更しました。

監事会だよりは年2回発行予定の臨時スパイラル号で報告します。

2022年2月度 組織経営概況

| | | 4月からの 累計実績 | 計画比 | 前年との 比較 |
|--------------|--------|---------------|-----|------------|
| 供給高(千円) | 宅配 | 28,923,832 | ▲ | ▲ |
| | 店舗 | 7,174,947 | ▲ | ▲ |
| | 夕食サポート | 373,922 | ▲ | ▲ |
| | コープでんき | 1,138,385 | ▲ | ▲ |
| | 合計 | 37,611,087 | ▲ | ▲ |
| 経常剰余金(千円) | | 1,602,202 | ▲ | ▲ |
| 組合員数(人) | | 218,772 | ▲ | ▲ |
| うち今年度加入人数(人) | | 12,363 | ▲ | ▲ |
| 出資金(千円) | | 12,933,941 | ▲ | ▲ |

▲ 計画を達成または前年より増加 ▲ 計画に未達または前年より減少

Information

●お手頃価格の和牛の名前が「産直 鳥取みんなのつながり和牛」に決まりました

みんなの牧場・鳥取県畜産農協・コープしがが協力して、お手頃価格でお届けする和牛です。5月4回にお試し企画を実施します。お楽しみに！



●中之郷生産森林組合とのパートナー協定(コープの森余呉)を終了しました

2012年に中之郷森林組合とパートナー協定を締結し、7年間の計画で森林整備を支援してきました。また整備林道の敷設や間伐、植栽などに組合員・職員がボランティアとして取り組むなど、この事業で吸収したCO2の量は、高さ18mの杉の木783本分になります。自然災害の影響もあり、予定を3年間延長して森林整備活動を継続してきましたが、2022年3月20日で協定を終了しました。



●コープしがアプリが誕生しました

組合員のくらしに、コープしがをもっと便利に活用してもらうための「コープしがアプリ」が完成しました。第1弾として、「いまどこ」機能がリリースします。「今日は配達あったかな?」「あと何件くらいで届くかな?」を、簡単に確認できます。



※プッシュ通知のお知らせ機能もあります

ダウンロードはこちら



頭の体操 — Mental Gymnastics —

文字なぞなぞ

何と読む?

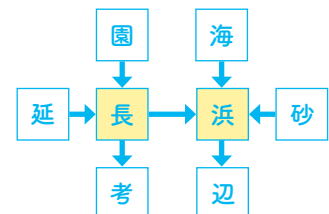
例) **外** **帰** = 鳥
矢印と漢字をよく見比べて!

ヒント
彦根で大人気です。

加 舌 仏

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。

2月号漢字クイズの答え



■締め切り

4月25日(月)(当日消印有効)

2月号 正解「長浜」
応募総数 423通 うち正解 408通

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。

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。

※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。



地区をまたいで誰でも参加できます!

「新型コロナウイルス感染症に関する組合員ガイドライン」を改訂しました。
組合員活動は、行政からの警戒レベルに応じて実施の可否を判断していますが、感染拡大を防ぐことを目的とした独自アラートも設定しています。現在の状況がわかる一覧表をホームページに掲載しています。下のURL またはこちら▶



【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

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

西 高島市・大津市
西地区事務局
☎0120-861-952

組 組織広報部
☎0120-668-825

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

【アイコン説明】

- ・申し込み締切日
- ・申し込み不要

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。



こくみん共済 **〈全労済〉**
全国労働者共済生活協同組合連合会 coop

文化フェスティバル

パパはマジシャン

感動の舞台劇と本格的なマジックショーが楽しめる公演です。こくみん共済COOP様のご厚意により、100名様をご招待します!

【企画番号】S0451
【企画名】パパはマジシャン

日時 5月15日(日)13:30~15:30
(13:00開場)

場所 シライシアター野洲
(野洲文化ホール/野洲市小篠原2142)

参加費 無料 ※全席自由席

定員 100名(応募多数の場合は抽選)

対象年齢 小学生以上

★1人の組合員が5名まで申し込みます。

★スマホ・インターネットのみの受付です。
(急遽公演中止になる場合に備え、メールアドレスの記入が必要です)

★当選者には、4月末日までにチケットをお送りします。

【締め切り】
4月22日(金)

【お問い合わせ】
組織広報部
TEL.0120-668-825
スマホの方はこちらから▶

産直米産地の 田植え・稲刈り体験



【参加にあたっての注意事項】

- 田植えと稲刈りセットです。自分たちで植えた田んぼで稲刈りをします。稲刈り日は、育成状況により変更する場合があります。
- 参加者による現地集合・現地解散です。
- 会場地図、持ち物、服装などの詳細は、後日参加者にお送りします。
- 申し込み多数の場合抽選。
- 重複申し込みはできません。

田植え・稲刈りセット参加費 おひとりにつき200円(未就学児無料)

A会場

【企画番号】S0401
【企画名】田植え・稲刈り南
日時 田植え:5月21日(土)
10:00~12:00頃
稲刈り:9月17日(土)
予定10:00~
場所 甲賀市甲南町新治1155-92
甲南町新治の田んぼ
駐車場 新治草の根ハウス
定員 20名
【問合せ先】南地区事務局
TEL.0120-183-599

B会場

【企画番号】S0403
【企画名】田植え・稲刈り東
日時 田植え:5月14日(土)
10:00~12:00頃
稲刈り:9月17日(土)
予定10:00~12:00頃
場所 東近江市五個荘塚本町279
「ぶらざ三方よし」近くの田んぼ
(JAグリーン近江の生産者)
駐車場 『ぶらざ三方よし』近隣の敷地
定員 20名
【問合せ先】東地区事務局
TEL.0120-863-952

C会場

【企画番号】S0405
【企画名】田植え・稲刈り北
日時 田植え:5月21日(土)
10:00~12:00頃
稲刈り:9月23日(金)祝日
予定10:00~12:00頃
場所 愛知郡愛荘町島川237
JA東びわこ
愛知中部カントリーエレベーター
付近の田んぼ
駐車場 愛知中部カントリーエレベーター
の敷地内
定員 20名
【問合せ先】北地区事務局
TEL.0120-864-952

ご存知ですか? 書き損じはがき回収キャンペーン ただいま受付中!

書き損じはがき回収キャンペーンって?

『特定非営利活動法人ハンガー・フリー・ワールド』が取り組んでいる飢餓のない世界をつくるための活動で、コープしがは2013年から取り組んでいます。家庭で余っている未使用はがきなどを“すべての人が食べる喜びをわかちあえる世界にするために”活かしませんか?

- 宅配利用の方:4月2回(3/28~4/1)配布の商品カタログと一緒に回収用封筒をお届けしています。
- 店舗利用の方:4/4(月)~専用の回収用封筒を店頭に設置します。

▶ 回収封筒をご入り用の方は、コープしが組織広報部(渡邊)0120-668-825までご連絡ください。

<http://www.hungerfree.net/>



この回収用封筒に
封入し郵送
してください!
(料金受取人払い)



集めているもの

- 書き損じ・未使用はがき(郵便はがき、年賀はがき)
- 未使用切手・使用済切手 ※国は問わず。
- 商品券
- ブルーチップ、グリーンスタンプ(切手サイズ・商品券サイズ)
- 外国紙幣 ※外国硬貨は不可。
- 未使用テレホンカード ※使用済みは不可。
- 未使用・使用中プリペイドカード ※使用済み不可。
- 中古CD、DVD、ゲームソフト(非売品、シングルCD、雑誌の付録は対象外)
- ダイア・金・銀・プラチナ製貴金属 ※金歯、石・真珠付、一部分、破損品も可です。

コープしが昨年換金額
約5,570,513円(前年比102.0%)
※9年間の累計で約3,832万円

ファーマーチャレンジ隊 メンバー募集

前期
コース

農場へ足を運んで、実際に農業を体感してみましょう！
楽しみながら野菜作りについて学べるよ。生産者の指導
を受けながら、サツマイモの植え付け、間引き・除草、収
穫まで連続して参加いただく企画です。お一人でも、お
友達同士やファミリーでの参加も大歓迎です。



| 企画番号(担当地区) | 企画名 | 募集定員 | 実施スケジュール ※天候や生育状態で変更の場合あり | | |
|--------------|---------|------|-----------------------------|----------|-----------|
| ① S0421(南地区) | ファーマー守山 | 20名 | 植え付け | 中間作業 | 収穫 |
| | | | 5月14日(土) | 7月30日(土) | 10月15日(土) |
| | | | ※中間作業は収穫前作業 | | |
| ② S0423(西地区) | ファーマー高島 | 20名 | 植え付け | 中間作業 | 収穫 |
| | | | 5月28日(土) | 7月上旬 | 10月上旬 |
| | | | ※中間作業はたまねぎの収穫作業(今津町の畑になります) | | |
| ③ S0425(北地区) | ファーマー愛荘 | 20名 | 植え付け | 中間作業 | 収穫 |
| | | | 6月11日(土) | 8月13日(土) | 10月15日(土) |

※農作業の場所 ※畑へは現地集合となります

- ①守山市「ファーマーズマーケットおうみんち」横の畑
(守山市洲本町2785)
- ②高島市 JAレーク滋賀さんの畑(高島市安曇川町泰山寺)
- ③愛荘町 JA東びわこさんの畑
愛荘町役場泰荘庁舎周辺の畑(愛荘町安孫子)

※農作業時間 10:00~11:30

※参加費 200円
(植え付け、中間作業、収穫のセット参加費)

※参加にあたっての注意

- 重複申し込みはできません。
- 応募者多数の場合は抽選となります。
- 夏場(中間作業)の作業開始時間は、圃場によって異なります。
- 収穫した農産物の一部をお礼に持ち帰っていただきます。
- 作業日は土曜日、又は日・祝日を基本に実施致します。
- 集合同所、作業開始時間、持ち物など詳細についてはその都度ご案内します。

※抽選結果は4月28日までに電話、郵便等で連絡いたします。

【お問い合わせ】 組織部 TEL.0120-668-825(渡邊)

2022年度 オリジナルおせち・インターネットモニター募集

コープしが「オリジナルおせち」
づくりのための、モニターを募
集します。



モニター期間

2022年4月~6月

内容

- 4~6月 メールでのアンケートを実施(2~3回)
- 6月中旬 オリジナルおせち検討会議に参加(1回のみ)
- ・オリジナルおせちの完成品を確認していただきます
- ・会場:コープしが本部(野洲市富波甲972)

※新型コロナウイルス感染拡大の状況により、変更になる可能性があります。

募集人数

10名

条件

- ①共同購入・個配・店舗いずれかの組合員で、コープしがを利用できること。
 - ②ホームページやeメールで情報をやり取りしますので、インターネットが使える環境があること。スマートフォンもOKです。
 - ③6月に開催するオリジナルおせち検討会議に出席できること。
- ※オリジナルおせちを広げるために、「コープしがマルシェ」や広告媒体の開発に携わったモニターさんの声や写真を掲載して、情報発信や普及に協力していただきます。

お申し込み方法(メールのみ) / madoguchi@coop-shiga.or.jp

【企画番号】 S0411

【企画名】 オリジナルおせちインターネットモニター
当選・落選の案内は、4月22日頃メールでお知らせします。

ちいさいたいせつ ひろば活動/ちいさいおうち

4/15

南 「ちいさいおうち」手しごと茶話会 やわらかガーゼで子どもの手縫い服

今月はちいさい子ども用のスモックを手縫いします。ミシンを出すより、手で縫った方が早い！という、超簡単パターン。お気に入りの布をご持参ください。



【企画番号】B0403 【企画名】ちいさいおうち
日時 4月20日(水)10:30~12:30
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)※駐車場なし。近隣駐車場を案内します。 ※近江守山郵便局とモリーブの間ぐらいの場所です。
参加費 200円(子ども無料)、定員 大人10名・子ども5名
持ち物 各自飲みもの、巾110×長150cmの布

ちいさいたいせつ ひろば活動/ぼんぼこぼん

4/22

南 子育てひろば「ぼんぼこぼん」 こいのぼりをつくろう!かぶとをかぶろう!

月に1度、親子で集まって季節にあった活動で楽しむ子育て広場です。今回は、こいのぼり作り。大型絵本や紙芝居の読み聞かせも。



【企画番号】B0401 【企画名】ぼんぼこぼん
日時 4月26日(火)10:00~11:30
場所 守山市 うの家南蔵1F(守山市守山1丁目10-2)
参加費 大人も子どもも1人100円
定員 10組、持ち物 各自飲みもの ※ウイルス感染予防の関係で参加人数を制限いたします。
※応募多数の場合抽選。抽選結果は、申込締切後に電話またはショートメールで連絡します。

ちいさいたいせつ ひろば活動/いき百サロン虹

不

南 『いき百サロン虹』 のぞいてみませんか?!

毎週金曜日開催の『いき百サロン虹』では、みんな一緒に「いきいき百歳体操」で体を動かした後に、交流を楽しんでいます。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
4月の予定 1日、8日、15日、22日、29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 なし
・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。

ちいさいたいせつ ひろば活動/わたしの居場所

4/29

北 おしゃべりしましょう!!

田んぼの色々な様子を見ながら気軽においで下さい。お問合せ・お申込みをお待ちします。抽選にはずれた方には締切日の翌週中に連絡致します。

【企画番号】K0421 【企画名】わたしの居場所
日時 5月12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
※申し込み多数の場合は抽選。はずれた方にメ切日の翌週中に携帯電話で連絡します。



ちいさいたいせつ ひろば活動/たまてばこ

4/29

北 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。役に立つ生活情報、ヒントがきっと得られます。お子様と一緒に、ご年配の方もいらしています。お一人様でもぜひどうぞ。

【企画番号】K0425 【企画名】ほっこり広場
日時 5月23日(月)10:00~11:30
場所 納屋七(彦根市城町1丁目7-16)
参加費 100円
定員 大人10名
※駐車場1台200円(瀬戸製茶の裏)
※応募者多数の場合抽選。
はずれた方のみ電話にて連絡。



びあこたいせつ ひろば活動/グリーンボランティア

4/22

北 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】K0423 【企画名】グリーンボランティア
日時 5月12日(木)9:30~11:00 ※雨天の場合は5月19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
※応募者多数の場合抽選。はずれた方のみ電話にて連絡。

あなたの「やってみたいこと」をコープが応援します いつもの仲良しメンバーで、新しく始めませんか？

チーム活動

🔥 チーム活動って？

関心事を同じくする組合員どうしやお友達が集まって、取り組む活動に対して、一人500円、1チーム最大5,000円で実費を助成する制度です。1チーム3人以上で2人以上が組合員ならOK！

🕒 たとえば、こんなことができます

1人500円、1チーム最大5000円まで助成します。

- 『手話を使って聴覚障害者と健聴者の交流』
(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)

チーム名:てっぺん

子どもの部活動で知り合ったママ友と交流を続けます。季節のモチーフで切り絵をつくりました。



手続きはカンタン！まずは、資料請求を！

【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「A0491」
- ・草津市・守山市・栗東市・野洲市の方は「B0491」
- ・近江八幡市・東近江市・湖南市・甲賀市・蒲生郡の方は「H0491」
- ・彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市の方は「K0491」

ひろば活動

☀️ ひろば活動って？

たとえば子育てサロンや高齢者サロンなど、組合員が地域の中で人の交流の場や、暮らしをよくするために考える場を広める活動を支援する助成制度です。

🕒 こんな制度です

- ①担い手4人以上(うち組合員3人以上)で申請します(上限は10人を目安)。
- ②次の6つのテーマを目的とした活動に助成します。

食・商品 **子育て** **平和** **福祉** **環境** **消費者力**

- ③会場使用料や託児費用、講師料にも助成されます。

※「くみかつしよ。」のページで案内している **ひろば活動** マークの企画は、この制度を活用しています。

🕒 たとえば、こんなことができます

子育て:ママと子どものお片付け講座



まずは、資料請求を！

【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「A0493」
- ・草津市・守山市・栗東市・野洲市の方は「B0493」
- ・近江八幡市・東近江市・湖南市・甲賀市・蒲生郡の方は「H0493」
- ・彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市の方は「K0493」

わたしの くみかつ

組合員活動(通称くみかつ)。「気になるけれど、よくわからない」「参加する勇気が出ない」そんなみなさんに向けて、「くみかつ」を楽しんでいる組合員の活動の様子をお知らせします!



くみかつ(組合員活動)の活動報告はこちらから

高島市南地域委員会(第1エリア/高島市)

「3日分の献立おまかせセットは使えるのか!?!」 活動報告(実施日:2021年6月23日)

高島市南地域委員会は9人のメンバーで活動しています。2021年度もコロナの影響で活動に制限がある中、「eフレンド限定の3日分の献立おまかせセットが気になる」というメンバーの声から、「3日分の献立おまかせセットは、使えるのか?」を企画しました。

実際に3日分の献立おまかせセットを注文し、メンバーで作って食べてみることにしました。まず20分以内で主菜と副菜が作れるというコンセプトの検証。時間を計ってスタートです。レシピを見ながらの作業で、時間は少しオーバー。気になるお味は…おいしい♪「献立もバランス良く、あっさりしているメニューもあれば、ガツンと濃いメニューもありました」。

実際試した自分たちの声を組合員さんにお知らせしようと、みんなでチラシを作成、センターの協力を得て高島市の組合員さんに配ってもらったそうです。

「仕事と子育てにバタバタする毎日、毎日の献立を考える事は大変なので、3日分の献立は魅力的でしたが、頼んでみるにはハードルが高い。だからこそ検証し、忙しいママ達に紹介したいと思いました!」と委員長の佐治さんは、取り組みの想いを語ります。

今回の活動は、「もっと生協を暮らしに活用したい」という組合員の願いからスタートしました。コープしがのくみかつは、どれも組合員の願いから始まっています。あなたも、お近くの地域委員会をちょっと覗いてみませんか?

高島市南地域委員会



動画レシピだと便利かも…料理のスキルもアップする気がします



ふだん買っていない商品を試せるのも魅力



活動後にチラシを作成して配布しました!

地域委員会は、こんなところぞす

コープを便利に利用したり、くらしをよくするために大切だと思うことなどを地域の組合員に発信したり、地域の声を理事会につないだりするところです。毎月1回集まって、活動します。興味のある方は、12ページの地区事務局にお気軽にお問い合わせください。

地元のお祭り自慢

01 長浜曳山祭（長浜市）

役者は全員男の子。春休みの間、毎日お稽古し本番を迎えます。お稽古から足袋を履き、下駄に着物でお稽古に。コロナ禍で、去年はフェイスシールドをつけて、お稽古し例年とは形をかえながらも、無事に本日を迎えられました。

長浜市 ゆうさん



02 大津祭（大津市）

知っていても、実際に見たのは住み始めて30年近くたってから。以来、毎年宵宮か本宮どちらかに行くようになりました。けれどこの2年はコロナ禍の下、開催されていません。早くお囃子を聞いて、大津祭を楽しめるようになればと思います。伝統を受け継ぐことは大変ですが、毎年楽しみにしている年を重ねていきたいですね。

大津市 真理那さん

03 和邇の小野神社のしとぎ祭（大津市）

1200年受け継がれる小さなお祭りです。おもちとお菓子の神様をまつる小野神社。参道を行くと狛犬があり、さらに進むと神前の両脇に、ツルツルとした石でできた、大きな鏡もちが目をはびきます。10月には全国の菓子業界からお菓子が奉納され、11月に「しとぎ祭」が古式ゆかしくとり行われます。奉納される「しとぎ」とは、わらに包んだ米粉の団子のようなものです。現代の私たちの食べ物やお菓子の原形を知り、食の歴史、原点などに心を向けることができるという意味でも、意義深いお祭りだと思います。

大津市 めりいさん

04 雄琴神社の例祭（大津市）

雄琴神社のお祭りは毎年4月29日ですが、ここ2年はコロナで祭礼のみです。例年ですと、かわいいお稚児さんや羽織袴の長老が町道を練り歩き、男児扮する獅子舞や、太鼓の音と共に参道から走り下りた神輿が家の前をワッショイワッショイと威勢よく通り抜けます。昔は町道沿いに屋台も並び、子供の頃買い物や遊びが楽しかったものです。また蘇る日を待ち望みます。

大津市 けいちゃんさん

アーケードを通るので、山車が通れるようにアーケードの屋根がこのようなデザインに。こんなところがほんとに素敵だなと思います。



05 伊庭の坂下し祭 (東近江市)

能登川の地元では5月に行われる伊庭の坂下しが有名です。山の上の斜面から神輿をおろしてくるので危険が伴いますが、圧巻です。地元の男性は1ヶ月～2ヶ月前から肉や魚を食べません。昔はマヨネーズも食べられなかったそうです。

東近江市 いのこさん

06 沙沙貴まつり (近江八幡市)

近江八幡市安土町の沙沙貴神社のお祭りで、宵宮には松明、本日には神輿が3社です。近年はコロナ禍で、神事だけになりました。1月中旬から2月には、蠟梅が、5月頃には珍しいなんじゃもんじゃの花が咲き綺麗ですよ。

近江八幡市 久美子さん

07 七川祭 (高島市)

高島市新旭町で行われる七川祭りは、やぶさめがあり、お役をいただいた小学生が、本物の馬に乗って走ります。このお祭のために、私財で購入された方も!! 昨今では珍しく屋台もにぎやかにたくさん出るので、初めて行った時はうれしかったです。

高島市 さぶろうママさん

Free talk!

笑顔大好きバアバと犬

朝、夕、通学路の川のほとりを犬と散歩する。行きかう子どもたち。犬に話しかけたり、

じゃれたり、なでたり。犬も大喜び。尾を振ったり、飛び跳ねたりと、あいさつをする。子どもたちと仲よし。おかげで私もあいさつがうまくなった。“おはよう”“おかえり”と声かけをする。子どもたちも大声で(マスクをしていて)、あいさつしてくれる。小さな声で“ただいま、”と無言で手をあげて返事してくれる。毎日が楽しみ。あれ、今日は会わないな、どうしたか? 顔を見ると、ホッとする。子どもから、毎日ハッピーをもらっている。明日も元気でいようと、サンキュー。

* * * * *

配達のお兄ちゃんたち、ご苦労様です。あいさつもきっちりしていて、明るくて、いつもありがとうございます。商品案内書(カタログ)を1時間ぐらいかけてみています。何を食べようかと考えるのも、認知症予防に良いかなと思っています。

大津市 美津子さん

編集後記

冬の寒さが厳しかったからか、例年以上に、春の訪れに喜びを感じます。日常の生活が戻った時の楽しみになればと、滋賀の祭りを特集しました。

* * *

2/24から開始されたロシア軍によるウクライナ侵攻は、とても心が痛み、自分の周りの風景まで色が失せる気がします。やるせない想いが募りますね。このスパイラルが発行される頃には、ウクライナに平和な日々が戻っていることを、切に願います。

声をきかせて。

くらしの中で思うことや生協の利用について、組合員どうしでおしゃべりしましょう。あなたの声を聞かせてください!

スパイラル6月号の スパイラル・カフェに掲載予定です

- 1 スパイラルの感想やくらしのごと、生協利用で思うことなど自由にお書きください。
- 2 次回のテーマは「家族の家事分担」。掃除、洗濯、食事に名前のない作業まで、暮らしの基盤となる家事は多岐に渡ります。みなさんのご家庭では、どんな風に分担していますか? 不満が出ない工夫や意識改革など、教えてください!

※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「私ひとことカード」でご提出ください。

おたより・イラスト・頭の体操の答え etc...

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

にてご応募ください

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)

宛先 〒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きます。

※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。

コープしがの お店から

大切な日も「いつものコープ」へ！

特別な日のごちそうはコープのお店で

コープのお店では寿司桶やオードブルなどのご予約を承っております。家族のお祝いにぜひご利用ください。お弁当もありますので行楽にもおすすめですよ。

お店にご予約メニューチラシがございますので、お受け取り希望日の5日前までにサービスカウンターにてお申し込みください。ご予算や人数に合わせてご相談いただくことも可能です。気軽にチラシをお持ち帰りください。



母の日・父の日ギフト 承り中

母の日・父の日ギフトを承り中です。定番のお花から旬のフルーツやスイーツ、お酒など取り揃えています！「ありがとう」の想いを込めてぜひお申し込みください。ギフトのお申し込みもポイント対象です。母の日ギフトは4/29

(金)まで、父の日ギフトは5/13(金)まで。サービスカウンターにて承っております。



発行責任者/理事長 白石一夫
発行/2022年4月4日

生活協同組合コープしが

〒520-2351 滋賀県野洲市雷波甲972 TEL (077)586-4839 FAX (077)586-4840

— 循環型社会をめざして —

みんなで
すすめよう！

4R

4Rとは

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

コープしがのリサイクル

宅配で回収しているもの

商品案内書

回収率82.1%



商品仕分け袋

回収率24.9%

(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

前年比101.0%

(半分は切って重ねてください)



牛乳パック

前年比101.0%

(きれいに洗って切り広げてください)



コープのお店・一部のステーションで回収しているもの



[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

2月度
リサイクル品
売却金額
¥ 2,653,127-
2021年4月から累計
¥ 31,230,283-

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。

5/2
(日)
発行

次回5月号予告

▶5月のPick up FOOD

産直 鳥取みんなのつながり和牛

▶くらしのヒント

生協をもっと便利に！ 宅配の「使いこなし」術をご紹介します。



コープしがホームページ
http://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



コープしがは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています



「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。