

July2024

特集

びわ湖を守っ日本一大きな奇跡の湖 わ湖を守ろう!

2

4 震災をわすれない

つながり和牛 ――産直鳥取みんなの コープしがのレコメンド

くみかつ(イベント)情報 6

> 手づくりおやつ・食の安全 スパイラルレシピ 16 14 10

# お知らせ

マジックと音楽と絵本のコンサート 参加申し込み受け付け開始!

幅広い年代で楽しめる参加型・新感覚エンターテイメントです。親子で楽しめるマジック講座も同日開催! 詳しくは6ページをご覧ください。

2024年度 できるコトづくり制度 スタート集会を開催しました

コープしがでは福祉積立金を活用して「できるコトづくり制度」を2018年に立ち上げ、様々な 社会的課題に取り組む人たちを支援しています。2024年度の助成団体でスタート集会を行いました。



詳しくはこちら

スパイラルの

表紙を飾る 「I love 滋賀!」の 風景写真大募集!

詳しくは、

ホームページで

牛肉の15分レシピ/16ペ

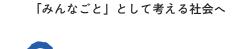
理事会・監事会だよりはホームページに掲載しています

※経営概況は6月と12月にスパイラルに掲載します。

「Greeker」 多景島(彦根市) パンダさん



こちらからご確認ください



みんなごと

ひとごとをなくして



| love 滋賀! 夏の伊吹山 山頂近くのお花畑 haru るんさん

[特集]

# 日本一大きな奇跡の湖

# びわ湖を守ろう!

7月1日は『びわ湖の日』。それは滋賀県民が「美しいびわ湖を取り戻そう!」と一致団結した記念日です。今月は私たちにとって、最も身近で大切なびわ湖について考えてみませんか。



川瀬 成吾 さん 滋賀県立琵琶湖博物館 主任学芸員

滋賀県草津市出身。びわ湖の在来種をこよなく愛するお魚博士。「琵琶湖淀川水系を再びぼてじゃこ(かつてびわ湖にたくさんいたタナゴ類)が棲む豊かな自然環境に」と結成された『ぼてじゃこトラスト』の会長としても活躍する。

- 滋賀県立琵琶湖博物館 Web サイト https://www.biwahaku.jp/
- ぼてじゃこトラストFacebook https://www.facebook.com/botejakotrust/

#### 滋賀県は全国屈指の 環境先進県

『びわ湖の日』は「滋賀県琵琶湖の富栄養化の防止に関する条例(琵琶湖条例)」が1980年に施行されたのを記念して、その翌年に制定されました。"富栄養化"とは植物やプランクトンの栄養となる窒素やリンが、海

や河川に増えすぎてしまうこと。「栄養ならいいじゃないか」と思われるかもしれませんが、主に洗剤や農薬などに含まれる窒素やリンが大量に流出すると、植物やプランクトンが爆発的に増えすぎて、深刻な水質汚濁の原因になるのです。

日本では高度経済成長期の1960~70年代に水質汚濁が社会問題になっていました。 びわ湖では1977年に赤潮(※)が大発生。水 道水から異臭が漂い、養魚場のアユやコイ が大量に死にました。そこで、当時の滋賀 県民は「リンを含む合成洗剤の使用をやめ、 粉石けんを使おう」と、いわゆる石けん運 動を開始。この盛り上がりが県をも動か し、全国に先駆けて環境保全を目的とした 琵琶湖条例が施行されました。

#### 断層活動から生まれた 奇跡の古代湖

滋賀県立琵琶湖博物館提供

変わり身の早さはピカイチ!/ワタカ

ところでみなさんは、びわ湖が何歳だかご存知ですか?実は推定年齢400万歳。この地域に広い湖ができてからでも、約40万年経っていると考えられています。本来、湖の寿命は河川から絶えず流れ込む土砂によって埋もれるため、だいたい1万年以内が一般的。それがこれほど長く存在し続けるのは、びわ湖が大地と

大地の裂け目にできた 断層湖だからです。

断層湖とは、断層 の動きによって生じ たくぼ地に水が溜まってできた湖。断層が引き起



※プランクトンが異常増殖する現象の総称。びわ湖で発生したアオコも赤潮の一種。

#### NEWS 1 組合員どうしの"たすけあい"の心をカタチにしたコープ共済

組合員どうしがくらしを助け合う目的で生まれたコープ共済。みんなで少しずつ出しあった掛け金で、困った人に役立て、余った分はお返ししています。

はじまりは、コーヒー1杯分の掛け金で「死亡100万円、入院見舞金2万円」の小さな保障でした。「もっとくらしに必要な保障を」という組合員の切なる願いに応えて、コープ共済は加入者の輪を広げ、充実した保障を実現してきました。

現在の加入者は、970万人(2022年度末時点)となり、加入者の輪が広がることで保障内容がよくなってきました。くらしを支える保障アドバイザーとして、宅配・店舗のコープ共済専任担当が保障相談に乗ります。お気軽におたずねください。

担当の方が何度も足を運んで 根気良く丁寧に説明してくださった 組合員から ありがとう の声



大病や大ケガをするわが子に保障の必要性を感じていた時、コープ共済に出会いました。病気のために、加入を諦めるしかないかと思っていましたが、コープ共済はとてもリーズナブルで保障は手厚く大変感謝しています。加入前には、担当の方が何度も足を運んでくださり、根気良く丁寧に説明してくださったので、何の不安もなく加入出来ましたし、とてもホッとしました。共済金の請求時には、書類と一緒に心のこもった折り鶴が届き、涙が出ました。ありがとうございました。

こす周期的な地震 によって湖底がど んどん深くなり、 400本以上の河川 から土砂がびわ湖 に流れ込んでも、 満々と水をたたえ ていられます。



子どもたちから1番人気!/ビワコオオナマズ



岩礁地帯に棲む幻の魚/アブラヒガイ



びわ湖イチおいしいとウワサ/ビワマス

びわ湖のように

10万年以上の歴史を持つ湖を「古代湖」と よびますが、広く世界を見渡してもわずか 20ほどしかありません。中でもびわ湖は、 地殻変動の激しい小さな島国でおよそ400 万年もあり続けている。これはすごく珍し いことなのです。

#### 個性派ぞろいの びわ湖の仲間たち

古代湖に共通する特徴の一つに、その地 域にしか生息しない固有種の多さがありま す。びわ湖には魚類や貝類、水生昆虫類な ど60種類以上の固有種がいて、そのうち16 種類が魚類です。

中でも子どもたちに大人気なのがビワコ オオナマズ。体長は大きなもので1m以 上。日本最大級の淡水魚で大昔は西日本に 広く祖先種がいたと考えられています。今 ではびわ湖と淀川流域にしか生き残ってい ない固有種です。

また、ちょっとユニークな生態を持つの がワタカ。草食性であることからウマウオ (馬魚) の異名を持ちますが、古い祖先種は エビや小魚を食べる雑食性だった可能性

も。びわ湖の環境に適応するため草食に転 換したと考えられ、そのしたたかな生存戦 略に驚かされるばかりです。

ちなみに近年、滅多にお目にかかれない 幻の魚といえば湖北の岩礁地帯に生息する **アブラヒガイ**。ヒガイの仲間は、あまりの おいしさに明治天皇が好んで食され、魚へ んに「皇」と書いて「鰉」という字になり ました。

#### びわ湖のために 私たちができること

このように個性豊かなびわ湖の固有種で すが、年々その個体数が減少しています。 琵琶湖条例や下水道の整備によって、びわ 湖の水質は改善されています。しかし、オ オクチバスやブルーギルなどの外来種が在 来魚を食べてしまい、コンクリートで湖岸 を固める工事によって魚の産卵場所が失わ れつつあります。

今、私たちにできるのは、まずびわ湖に 関心を持つことです。現代社会では人々の 暮らしと自然の営みが大きく分断されてい ます。清掃活動や保全活動に参加して、ま ずは自分の目で現場の状況を見てくださ い。それがびわ湖と固有種を守る大きな一 歩になるのです。



宮ヶ浜地引網体験/ぼてじゃこトラスト 提供



みんなの力でびわ湖をきれいに。 「びわ湖清掃ウォーク」に参加しよう!

9月28日(土)

集合場所 ピエリ守山駐車場 無料

参加費



「考えてやってみよう! びわこ\*たいせつ活動」も 同時に募集!

「びわ湖のためになることを考えてやってみよう!

⇒家の近くの川でゴミ拾い

⇒びわ湖に棲む魚について調べる などなど

詳しくは、スパイラル8月号でお知らせします!

# NEWS 2 小規模パーム農家を支援する――コープの洗剤環境寄付キャンペーン

日本生協連は、2018年から環境保 全団体であるWWFジャパンを通じ、 インドネシア西カリマンタン州の小 規模パーム農家が適切な農園管理方 法を学び、パーム油の生産性を高め る活動を支援しています。

この支援につながるのが、コープ

#### の洗剤環境寄付キャンペーン。

対象商品の利用1品につき0.5円が 「WWFジャパン」に寄付(※) され ています。

対象商品を お買い求めください。

1 品につき0.5円が







持続可能なパーム油の生産などを 支援する活動につながります。

「WWFジャパン」に寄付されます。



※寄付金は、WWFジャパンを通じ、持続可能なパーム油の生産をめざす ための「保全すべき森を住民で守るトレーニング」「農家の生計が向上す る仕組みづくり」「地方自治体の政策策定支援」などの活動に使われます。 2023年度の寄付金総額 2,749,066円

(対象期間:2023年5月21日~2024年5月20日)

#### パーム油とは?

パーム油は、アブラヤシの実から得られる植物油で、食品・日 用品・化粧品など、幅広い商品に使用されています。生産性が高 く、世界の食糧需要の増加に貢献している一方、気候変動への脅 威、生物多様性の喪失、労働者や子どもの権利侵害など、多くの 課題を抱えた状況で生産されているという現実があります。

環境に配慮したパーム油の調達が大きな課 題と認識されていることから、CO・OP商品は、 パーム油原料のアブラヤシ産地で生じている さまざまな問題の解決をめざす RSPO 認証を受 けたパーム油の使用を積極的に進めています。



3-0098-17-100-00

# コープしがの レコメンド!

# 畜産の未来を背負う 鳥取生まれのすごい和牛

「牛肉はおいしいけれど高すぎる! もっとお手頃価格にならないの?」という組合員の切実な声に応えるべく、鳥取県畜産農業協同組合(通称:とりちく)の力を借りて誕生したのが、産直鳥取みんなのつながり和牛です。

実をいえばこの和牛、畜産業界の未来を 見据えて誕生した画期的な商品。構想が立 ち上げられた2012年当時、畜産業界にはさ まざまな問題が山積みになっていました。

たとえば、世界情勢の変化による飼料の 高騰、労働負担の大きい畜産農家の後継者 不足など、「このままでは組合員に安全・安 心な牛乳と牛肉をお届けできなくなってしま う……」という危機感が漂っていました。

そこでコープしがでは、ホルスタインの雄を中心に、肉牛の肥育から加工、販売までを行う畜産専門農協のとりちくと話し合い、「まずは疲弊した酪農業を強化しよう」と、最新設備を導入した大規模酪農牧場の「(株) みんなの牧場」を設立しました。

#### 労働環境の改善で若者を畜産へ

今回の取材では、生協牛乳120や産直鳥取 みんなのつながり和牛を普段から利用する

組合員を対象とした「産直の牛乳とお肉の ふるさとを訪ねる産地交流ツアー」に同行。 70名以上の応募から当選した19名の組合員 とともに、鳥取市国府町にあるみんなの牧 場を訪ねました。

小高い山の大自然に包まれたみんなの牧場は、約600頭の搾乳牛を飼育するメガファーム。一度に50頭もの乳牛を1回転15分で搾乳できるロータリーパーラーや、牛

が食べやすいように飼料をならす餌寄せロボット、床に落ちた糞をかき集めるバーンクリーナーなど、徹底した機械化・自動化により労働環境の改善をめざした最新設備が整っています。

そのかいあって、現在の従業員数は22名で平均年齢30歳前後。牧場を見学した組合員も、「こんなに若い人たちが働いているなんて!」と驚いた様子でした。





#### 産直鳥取みんなのつながり和牛のご利用方法



#### 宅配の場合

#### 全6回の登録制

- 貴重なお肉を余すところなくいただくために、事前登録制の頒布会形式です。
- 毎月4頭の牛がコープしがに出荷されますが、そのうちの3頭が宅配利用の組合 員向けに供給されます。毎月1回、すき焼き用・うす切・しゃぶしゃぶ用・ス テーキ用・焼き肉用・切り落としのいずれかが届けられ、6ヶ月かけてすべての 部位を楽しめるシステムです。
- 通常パックコースと、1~2人分の少量パックコースがあります。
- 各コース上限1200点の数量限定で、年2回登録の募集があります(次回は7月5回)。



次回、頒布会の受け付け期間は7/22~8/2です。 7月5回(7/15~配布)のチラシをお見逃しなく!

#### 産直鳥取みんなのつながり和牛

月1回の贅沢にぴったりのお手頃価格で、黒毛和牛のさまざまな部位を楽しめます(宅配は全6回 の登録制)。



#### 買い支えでずっとおいしいお肉を

みんなの牧場の酪農経営が軌道に乗り始 めた2019年、満を持してスタートしたのが お手頃価格で和牛を提供する産直鳥取みん なのつながり和牛の事業です。当たり前の ことですが、生乳はホルスタインのお母さん 牛が出産することで初めて出るようになるた め酪農牧場では定期的にお母さん牛を出産 させる必要があります。そこでホルスタイン のお母さん牛に黒毛和種の受精卵を移植し て代理出産してもらうことで、和牛が和牛を 産むよりも安価に仔牛を入手するという仕組 みです。

こうして、みんなの牧場で産まれた和牛 の仔牛は生後1週間程度でとりちくの哺育 育成センターへと運ばれます。抵抗力が弱



牛の飼料の一例。時には休耕田や耕作放棄地を利用した飼料 稲・飼料米を与えることも

く、少しのことで下痢を しやすい仔牛はきめ細や かな健康管理が必須。ス タッフの手で愛情たっぷ りに4ヵ月齢まで育てら れ、その後はとりちくの 三本杉牧場で、出荷を迎 える26ヵ月齢まで大切に 肥育されます。

哺育育成センターで潤 んだ瞳のかわいい仔牛を

見ていると、少し切ない気分にもなります が、ひとりの組合員がスタッフの宮本さんに 「やりがいは何ですか?」とたずねました。

「愛情を注いだ仔牛を見送るのは辛くない か? と聞かれることもありますが、僕が飼 育環境を整えて、飼料の配合などを微調整 することで、牛の大きな成長につながること は喜びです。野菜を育てる生産者さんなど

と、同じような思いではな いでしょうか。」

彼のように熱心な生産 者たちによって実現

> 哺育育成センタ の宮本さん



できた産直鳥取みんなのつながり和牛です が、そもそもは組合員による継続的な牛乳・ 牛肉の消費がなければ成り立たない事業で す。牛乳と牛肉は生産現場でつながってい る。私たちと生産者も産直でつながってい る。みんながひとつになって支え合ってこ そ、将来に渡って安全な牛肉を安価でおい しく食べることができるのです。



#### 店舗の場合

#### 毎月第1日曜日がおトク!

- 毎月1頭を切り分けて、コープしが全店で販売(第1日曜 日を除いて店頭に並ばない日もあり)。
- 毎月第1日曜日はお買い得を実感してもらうため20% OFF!

組合員と生産者の交流事業に活用する目的で、「鳥取みんなのつながり 和牛応援基金」として宅配・店舗とも価格の1%を積み立てています。

#### ツアー参加者の声

- ❷ 私は米と麦の兼業農家をしていて冬場はしっ かり休めますが、畜産は365日気が抜けなく て大変だなと思いました (幸己さん)
- 産直鳥取みんなのつながり和牛は赤身肉でも やわらかく、脂があっさりしているところが お気に入りです(淳子さん)
- ❷ 頒布会ではふだん食べたことのない部位まで たっぷり楽しめます。スーパーのお肉とはひ と味違いますね(春美さん)



9月号の

コープしがのレコメンド! では、 近江三方庵のおはぎ を紹介します。 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、 15ページをご覧ください。

# くみかつ

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 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

●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。





くみかつは、



#### 5年ぶりに、大友さんが滋賀にやってくる! 大友剛 マジックと音楽と絵本のコンサート 子どもからお年寄りまで楽しめる参加型・新感覚エンターテイメント!

【企画番号】S0705 【企画名】大友剛コンサート

目時 8月31日(土)13:30~15:00(13:00開場)

場所 栗東芸術文化会館さきら 大ホール(滋賀県栗東市綣二丁目1番28号)

参加費 300円 定員 700名

| 内容 | マジックショー、ピアニカショー、ピアノ演奏、あそびうた、絵本ライブなど

※お子さんの年齢制限はありません。3歳以下のお子さんはの膝上での観覧は無料。席が必要な場合は参加費を頂戴しま す。4歳以上の膝上での観覧はお断りします。

※1名の組合員が、上限5名まで申し込むことができます。

※当選された場合、参加・不参加を問わず、参加費がかかります。

※参加費の請求、キャンセルの取り扱いなど詳細は、当選者にご連絡します。

#### 特別企画

#### 大友剛の親子で楽しめるマジック講座 (同日開催)

|時間 10:00~11:30(9:45開場) | 場所 栗東芸術文化会館さきら 研修室

| 内容|| カードマジック、コインマジック、日用品を使ったマジックなど、簡単に習得できて一生楽しめ るマジックを、大友さんが直々に伝授してくれます。

対象 小学生以上のお子さんと保護者 参加費 無料 定員 60名

※大人だけ、お子さんだけの申し込みはできません。 ※特別企画だけの申し込みはできません。

8/2 金



#### 〔申し込み方法〕

組合員コールセンターまたはホームページから スマホの方はこちらから⇒

詳しくは、ホームページ、7月5回(7/15~)配布 のチラシ、お店のポスターをご覧ください。



#### 大友剛

(おおともたけし/ミュージシャン&マジシャン&

自由の森学園卒業後、アメリカ・ネバダ州立大学で 音楽と教育を学ぶ。卒業後、フリースクールのスタッ フをする傍ら、音楽事務所で作編曲、演奏、CM制 作を手掛ける。現在、音楽とマジックと絵本ライブ で活動。翻訳絵本に「ねこのピートシリーズ」(ひさ かたチャイルド)、「えがないえほん」(早川書房)「カ ラーモンスターきもちはなにいろ?」(永岡書店)他。



#### くらし合たいせつ

# 夏休み企画「おうちでチャレンジ」



#### 夏休みの間、お子さんとお家で楽しく取り組める2つの企画です

親子がおうちで過ごす時間が増えるこの時期に、お手伝いを促すことで、親子のふれあ いを深めましょう。また、取り組みを通じ、子どもたちの自らやってみる"自発心"や、役 割を担う"責任感"をはぐくみ一歩成長する機会にしましょう。

#### ① 楽しくお家のお手伝いにチャレンジ

#### ★お手伝い BINGO!★

お風呂掃除やくつ洗いなど…お家の中のお仕事をビンゴカードにして、お子さんにゲーム感覚で お手伝いしてもらいませんか?

※3列(9マス)と5列(25マス)のどちらかを選んでください。

#### ② 家の中にあるマークを探してみよう!

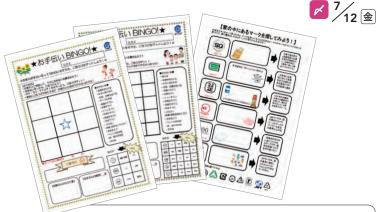
食品やモノをよーく見てみると、色んなマークがついています。どんなモノにどんなマークがつい ているかな?お子さんと楽しく勉強しませんか?

#### お申し込みは①②セットです。

どちらも貴重な体験になるはず! ぜひ、ご応募ください! 【企画番号】S0701 【企画名】お家でチャレンジ!(9マス) 【企画番号】S0703 【企画名】お家でチャレンジ!(25マス)

#### 参加費 無料

※お申し込みいただいた方には、締め切り後、①と②の用紙一式を郵送させていただきます。同封のアンケートに答えて くださった方にはもれなくプレゼント進呈!!



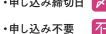
#### 昨年の★お手伝いBINGO!★ 参加者の感想

- ビンゴに関係なくお手伝いをするので、なかなかビンゴにならない のが面白かったです。
- ごほうびを自分で決めたことで、とても張り切っていました。 昨年より マスの数を増やしたので、途中で諦めないか心配でしたが、ちゃん とやり遂げていて、昨年からの成長を感じました。
- 何して欲しい? とママに聞き、パパ用にももう一枚欲しいと意欲的で した。子ども3人で「私がする!」とお手伝いを手分けして頑張ってく れました。
- 普段は、早く家事を済ませようと思っていましたが、夏休みで時間に 余裕が出ると、「お米研ぐ?」「洗濯物一緒にたたむ?」と声をかける ようになりました。
- ⑩ (お子さんより)家にはたくさんの仕事があることがわかった。 ビンゴ がなくても、お手伝いを積極的にやりたい。



#### [アイコン説明]

・申し込み締切日 📈



・託児あり



託児について

- ●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

※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。

#### [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「ちいきのれたいせつ

いのちじたいせつ くらし合たいせつ

びおこ かたいせつ



#### [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** 

#### 北地区運営事務局

彦根市•犬上郡• 愛知郡·長浜市·米原市

組織広報部

**20120-668-825** 

**20120-864-952** 

くみかつは、 誰でもどこでも 参加できます



#### いのちじたいせつ

## 平和を祈念し 黙祷を捧げましょう



79年前、1945年8月6日と8月9日、ヒロシマとナガサキの街は原子爆弾によって焼き 尽くされ、多くの人たちの命が奪われました。そして8月15日、終戦を迎え平和な社会を 目指して歩み始めました。300万人といわれる戦争の犠牲者のご冥福と、恒久平和を祈 念し、組合員活動の場や、ご家庭などで、それぞれの時間で1分間の黙祷を献げましょう。 戦争を体験した人たちが少なくなる中で、今一度過去の悲惨な歴史に目を向け、戦争 のない平和なくらしを続けていくためにはどうすればよいのか、一人ひとりが考える機 会となります。仲間や家族に呼びかけてみませんか!

#### --- 黙祷を捧げましょう---

- ■広島原爆の日:8月6日(火)8時15分 原爆死没者を悼み黙祷を捧げましょう 三井寺原爆犠牲者慰霊法要(三井寺観音堂/大津市)に参加しましょう。 ※午前8時15分までにお越しください
- ■長崎原爆の日:8月9日(金)11時2分 原爆死没者を悼み黙祷を捧げましょう
- ■終戦記念日:8月15日(木)正午 すべての戦争犠牲者を悼み平和を誓い 黙祷を捧げましょう





#### 2024 ピースアクション in ヒロシマ・ナガサキ オンライン視聴のご案内

2024年度ピースアクション in ヒロシマ・ナガサキは現地開催さ れますが、一部企画については同時にオンライン配信もされます。 平和のために「今、自分ができること」を考える機会として、ぜひ オンライン視聴を検討ください。

■8月5日(月)13:00~15:15(ヒロシマ虹のひろばLIVE配信) ■8月8日(木)13:30~15:40 (ナガサキ虹のひろばLIVE配信)

参加方法 下記の特設ポータルサイト掲載の各 視聴リンクよりご覧ください。 後日に見逃し動画を公開予定です。



7/<sub>7 日</sub>

#### びおこ 節たいせつ くらし命たいせつ

#### 親子で学べるオンラインイベント 「SDGsのじかん」



#### テーマはゴミ問題

ゴミの分別はどうして大事なの? ゴミはきちんと分別すれば 資源になる?! ゴミの捨て方・捨てるもの・量からどんな人か分 かる?! ゴミ問題について知り、自分に何ができるか考えよう!

田時 7/29(月)10:30~11:30

開催方法 オンライン(Zoom)

参加対象 小学生からどなたでも

参加費 無料

定員 250名

※落選した方もYouTubeライブ配信でご視聴できます。

主催:日本生活協同組合連合会

#### 【お申し込み方法】

こちらの専用応募フォームよりお申し込みください。 ※メールアドレスが必要です。



定員を超えるお申し込みがあった場合は、抽選とさせていただきます。 応募者多数の場合は抽選を行い、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。

※ YouTube ライブ配信での参加は、7/19までお申し込みいただけます。



#### [講師紹介]

1998年に西堀亮とお笑いコンビ「マシンガンズ」を結成。 2012年、お笑い芸人の仕事を続けながらゴミ収集会社に就職。

ごみ収集中の体験や気づきを発信したTwitter(現:X)が人気を集め、話題を 呼ぶ。オンラインコミュニティ「滝沢ごみクラブ」を立ち上げ、生活や仕事に 役に立つごみの意見交換や環境にまつわる啓蒙活動にも携わる。

- 2020年、環境省の「サステナビリティ広報大使」に就任。
- 2023年にはクーリエ・ジャポン「世界が注目した日本人 100人」にも選出。
- ●『このゴミは収集できません』(白夜書房)、『ゴミ清掃員の 日常』(講談社)他、著書多数。



ちいきのたいせつ ひろば活動/手ではなそう

7/19 金

#### 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、少し経験のある方、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】A0701 【企画名】手話講座

田時 8月2日・23日 各(金) ※2回開催 各10:15~11:45

場所 新旭公民館(高島市新旭町旭1丁目10-1。

JR湖西線新旭駅西口前)

参加費 各回300円 定員 15名

※講座の内容は毎回異なります。

※抽選結果の連絡は7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。

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)



守山市 」 ちいき気がたいせつ ひろば活動/ちいさいおうち・手しごとの日



#### ストリングアート(糸かけマンダラ)!

「ストリングアート」とは、木板に小さな釘を打ち、カラフルな糸をかけて模様をつ けます。簡単にお子さんにもできますし、大人が作る曼荼羅のように繊細なもの、どち らも味があります。お子さんの夏休みの工作アイデアとしてもいいですね。

#### 【企画番号】B0703 【企画名】ちいさいおうち手しごとの日

日時 7月18日(木)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ーブの中間辺り。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 ※託児なし。 同室で見守りながらご参加ください。

持ち物 各自の飲み物

問い合わせ 南地区運営事務局

(7ページ)





ちいき合うたいせつ ひろば活動/わちゃわちゃの会

#### 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。1人でも気軽に参加できる居場所にしてくださいね。

#### 【企画番号】H0701 【企画名】居場所づくり

日時 7月16日(火)10:00~12:00

場所 甲賀市まちづくり活動センター「まるーむ」和室2 (甲賀市水口町水口6009番地1)

参加費 100円

持ち物マイカップ

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



長浜市

ちいきのたいせつ ひろば活動/ふれあいYOUタイム



#### 「手作りケーキ」をみんなで 学んで、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 ょう。健康体操で身体をほぐし、ケーキを作って、試食しましょう。ぜひ、ご参 ださい。

#### 【企画番号】K0705 【企画名】ふれあい YOUタイム

日時 7月26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 150円 定員 大人10名、子ども3名 ※託児なし

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。

【問い合わせ】北地区運営事務局(7ページ)



守山市

ちいきのうたいせつ 子育てひろば/ぽんぽこぽん

7/19 金

#### ぴちゃぴちゃ水遊び

月に一度 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。仲よくお しゃべりタイムでママ友つくろう!! 7月はヨーヨーを親子で協力して作ります。ちっ ちゃなプールでヨーヨー釣りをします。何個釣れるかな! スーパーボールをポイで すくえるかな!

#### 【企画番号】B0701 【企画名】ぽんぽこぽん

日時 7月23日(火)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 1名100円 定員 親子10組 持ち物 濡れてもいいように着替え・子どもさん に必要な物(お茶など)

※お子さんの年齢を申し込み時に必ずお伝えください。

※応募者多数の場合抽選。結果は申し込み締め切り後に電話またはショートメールで連絡します。

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)

草津市 ちいきのたいせつ 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。

> 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。

[7月度の予定]5日、12日、19日、26日、8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。

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)



たべる たいせつ 甲賀市信楽地域委員会

7/12 金

#### よっといで! 天むす食べよう

一緒に天むすを握りましょう! 忙しい日々の中でも手軽に手作りできて、夏休みの お昼や運動会などにもピッタリ!

#### 【企画番号】H0703

【企画名】よっといで! 天むす食べよう

日時 7月23日(火)10:00~12:00

場所 信楽開発センター(甲賀市信楽町長野1251番地)

参加費 300円

定員 20名

※託児なし。お子さんも一緒に参加してください。

持ち物エプロン、マスク、飲み物

※応募多数の場合抽選。ハガキにて全員に連絡します。 問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



彦根市 (くらし合きいせつ) ひろば活動/ふくしのなかま

7/19 金

#### 親子で楽しく学ぼう!「防災学習会」

いつ起こるかわからない災害に備えて、防災の知識を高めておくことは大切です。 講師を招いて学習会を開催します。親も子も、クイズを交えながら楽しく学びましょ

#### 【企画番号】K0707 【企画名】防災学習会

日時 8月2日(金)10:00~11:30

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 1名100円(資料代ほか) ※未就学児は無料

【定員】親子15組 ※大人だけでも参加OKです。

持ち物 筆記用具

※応募多数の場合抽選。ハガキにて全員に連絡します。

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



彦根市 したべる 冒たいせつ 彦根市北地域委員会

#### **7**/12 金

#### 親子で体験 米粉のクレープ作り

~夏休みにコープしがの産直について学んでみませんか?~

コープしがの安全安心な産直についてのお話と、ご家庭で簡単に作れるベジスムージーも紹介します!

【企画番号】K0711 【企画名】子どもとクッキング

目時 7月20日(±)10:00~12:30

場所 旭森地区公民館(彦根市正法寺町642-1) 参加費 1名100円(未就園児は無料)

定員 10組 ※託児なし。お子さんと一緒にご参加ください。

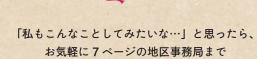
持ち物エプロン、三角巾、コップ、スプーン

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



6~9ページでご紹介している「くみかつ」の、 過去の開催レポートです。





お問い合わせください。

#### ちいき見れたいせつ

#### ささえあいサポートってなにするの?



「ささえあいサポート」は、コープしがの組合員どうしが"おたがいさまの気持ちでくらしの困りごとを支えあう"、組合員による組合員のための活動 です。「自分の空いた時間を少し誰かのために使いたい。」そんなときは、ささえあいサポートを通して、くらしの中のちょっとしたことで困っている誰 かのお手伝いをしませんか?

サポーターと依頼者との事前の顔合わせには、コーディネーターも同行するので、初めてでも安心してスタートできます。利用者とサポーターは同じ 組合員として、お互いに「ありがとう」の言える関係を目指します!



お家の掃除のお手伝い



お庭の草取り



犬の散歩

#### サポーター募集中! まずはお住いの地域のささえあいサポート コーディネーター会へご連絡ください。

- 高島市・大津市
  - 0120-017-730 
    □ sasaeai-n@coop-shiga.or.jp
- 草津市・栗東市・守山市・野洲市
  - O120-026-020 Sasaeai-m@coop-shiga.or.jp
- ●甲賀市・湖南市・近江八幡市・東近江市・蒲生郡
- O120-035-320 Sasaeai-h@coop-shiga.or.jp
- 彦根市・犬上郡・愛知郡・長浜市・米原市
- 0120-045-930 Sasaeai-k@coop-shiga.or.jp

#### 受け付け時間

月曜日~金曜日 10:00~15:00

コーディネーターも あわせて募集しています! 詳しくは7ページの 「お問い合わせ先」へ

#### お知らせ oshirase



#### ささえあいサポート 熱中症対策のため、夏場のサポート活動を自粛します。

近年、夏場の気温がどんどん上昇しており、屋外での活動には注意が必要となります。 例年通り、夏場(7/16から9/15まで)の屋外での作業を休止といたします。 ささえあいサポーター(組合員)の身体を守るための自粛です。 みなさまのご理解とご協力お願いします。

#### 自粛期間

7月16日(火)~ 9月15日(日)



# 連災を振れない

東日本大震災から13年が経ちます。この地震では 宮城県北部で最大震度7が観測され、最大潮位9.3m 以上の大規模な津波も記録されました。死者 19,747人、行方不明者2,556人、建物の全壊・半 壊・一部損壊合わせて1,154,893棟と、甚大な被害 がもたらされました。津波の被災地は、ご自宅の再 建やインフラ整備が進む一方で、福島県では県外を 含む避難者が、今なお2万人を超えています。

また、今年の1月に発生した能登半島地震は、発 災からすでに5か月が経過しましたが、いまだに 3,000人を超える方々が避難所で生活をされており、 また被災した自宅等で避難生活を送られている方々もたくさんおられます。現在でも水道が使えない地域、倒壊家屋・焼失した一帯が手つかずに残る地域も珍しくなく、過去の大規模自然災害に比べても復旧・復興のスピードは遅いと感じます。

コープしがでは、①知ること、②知らせること、③ つながること、④ 応援することを4つの柱に、「震災を忘れない」取り組みを続けています。「震災を忘れない」という想いとともに、未来に向けて、私たちができることを考える機会としてすすめた2023年度の震災を忘れない取り組みについて報告します。

# レポート





## 震災を忘れない「スタディツアーinふくしま」

福島の現状を肌で感じ、知り学ぶために、 3年ぶりに実施しました。参加者は、2024 年3月に開催した「震災を忘れない交流会」 にも参加し、当時の感想を発信しました。

実施日

2023年11月11日(土)~11月12日(日)

参加者

組合員とその家族27名 役職員6名

視察・ 見学先 富岡町夜ノ森桜並木周辺、双葉駅前街並、大震災・原子力災害伝承館、震災遺構・請戸小学校、大平山霊園・慰霊碑、釣師防災緑地公園など



2011年当時、一時帰宅の際に着用しなければいけなかった防護服。

#### 富岡町夜ノ森桜並木周辺の視察

富岡町夜ノ森桜並木周辺をバスで走行、 バスから降車し、辺りを少し散策しました。車通りや、住宅に住んでおられる気配 はなく、昨年5月に特定復興再生拠点区域 が解除となっても人が戻って来ていない現 実を実感しました。



2020年2月時あっ たバリケードは、な くなっていました。



#### 震災遺構・請戸小学校

浪江町にあった請戸小学校は津波によって大きな被害を受けましたが、全員無事に 避難した奇跡の学校として知られています。倒壊を免れた校舎に刻まれた脅威と全

員が避難することができた経験を伝えるために、2021年から震災遺構として一般公開されています。





参加職員の 感想 月日の経過と共に復興は進んでいるのだろうと思い込んでいた。実際に現地へ行って見て感じたことは、確かにきれいにはなっているが、きれいになっているだけだと感じた。朽ちてきて危険な建物は次々と撤去が進み、震災時の傷跡はど

んどんと無くなり、見えなくなっていく。しかし、更地となっても人が戻って来ず、その土地は活かされない。人が戻って来ないから、生活に必要な品を売る店ができず、店ができないから不便で人が戻ってこないという悪い循環にあるように感じた。損壊建物やバリケード、除染廃棄物を詰めたフレコンバックの撤去など、震災の傷跡は確かになくなってはいっているが、真の意味での復興はまだまだ先にあると感じ、改めて日常の有難さを感じた。



# 震災を忘れない「コープしが役職員 スタディツアー in 東北」

当時、支援を通して交流が生まれた方々を訪れ、2011年3月11日どんなことが起こったかを改めて知り、発災後からコープしがが行ってきた被災地支援について学びました。

実施日

2024年 3 月15日(金)~ 3 月16日(土)

参加者

役職員15名



1960年、南米チリで発生したマグニチュード9.5の巨大地震による津波は、地震発生の約23時間後に宮城県南三陸町に到達、41人が犠牲になった。当時の壊滅的な被害から共に復興を目指した友好の証としてチリ共和国から贈られたモアイ像を背景に、参加職員。

#### 参加職員の感想

物資支援は一時的なもので、人との関わり はずっと続く。物は、「奪い合えば足らぬ、分 け合えば余る」といわれるように、助け合う 大切さを学んだ。

#### 助けてくれる人がいることで 前向きに

85世帯中75世帯が全壊の被害を受けた戸 倉地区、260人いた住民は現在50名です。 「天災だから仕方がないと前向きになる人も いれば、自分だけが犠牲になったと思って しまう人など、人それぞれ違うけれど、助 けてくれる人がいることで前向きになれ た。」と阿部さんは言います。



当時仮設住宅の自治会長を務めた阿部さん



2014年、復興応援として注文した500個もの手作り品を製作してくださったお母さんたちは、「毎晩集まって、おしゃべりしながら作業した日々は、楽しかったね~」と懐かしそうに話す。

#### 生協の一員であることに 誇りを持って

「津波で何もかも無くしたところに、最初に入ってきたのが生協のトラックだった。 縁もゆかりもないコープしがや京都生協から支援の手を差し伸べてくださったことを忘れない。」と言う遠藤さんは、生協組織は凄いということを知ってほしいと職員にメッセージを送ってくれました。



当時、宮城県漁協志津川支所かき部会長を務めた遠藤さん



「チリ地震で津波を体験した地域だったので、教訓が生きていた」と、行場さん(同かき部会現会長)。



## 震災を忘れない交流会「若い震災語り部のお話を聴く会 ~あの日を語ろう 未来を語ろう~」

宮城県石巻市に事務所を置く「公益社団 法人3.11メモリアルネットワーク」で活動 する、当時、小学生~高校生だった2名の 若い震災語り部にお話を伺いした後、「コー プしが役職員スタディツアーin東北」の 参加職員とも中継を結び、現地で感じたこ とを共有しました。

実施日

2024年3月16日(土)

参加者

オンライン80名、ライブビューイング11名

宮城県石巻市は、震災6日後、住民の30%以上が避難をした地域で、仮設住宅は13,052棟に及びました。石巻市の73年分といわれた災害廃棄物は、全国での広域処理や兄弟処理施設の整備により3年で処理を終えました。



#### いつか起こる災害から 目を背けないで

当時小学2年生だった西城さんは、宮城 県石巻市で被災、当時6歳の妹さんが亡く なった様子について語りました。話しても 仕方ない、私だけが辛いわけではない、大 人を困らせるだけ…という気持ちから震災 から目を背けることを選んだと言います。 しかし月日の経過とともに辛さが増し、一 人で抱えきれなくなった西城さんは、語る ことで気持ちが整理され、忘れたくないと

思うようにな り、気持ちが前 向きになったそ うです。



「大切にしたい人がいたら、大切にしてほしい。自分は大丈夫 だろうという考えは捨てて、いつか起こる災害から、目を背けな いでほしい」と西城さん。



#### 対話を重ね 「配慮の壁」を越えよう

当時高校2年生だった清水さんは、福島 県浪江町で被災、自宅は避難指定区域とな り3日後、県外に避難しました。「当時、原 発について話す機会も知識も、もしもの想 定すらなく、結果、誤った判断につながっ た。避難後は日常の温度差と周りの気づか いを感じ、話したくても話せない状況があっ た。教師の計らいで、安心できる対話の場 に恵まれ『配慮の壁』を超えることができ

た」とふり返 りました。



「語らなくてもいい。語りたい時に、誰でも自分の気持ちを表現できる環境と場を作りたい。配慮で話せなくなるのではなく、対話を重ねて少しずつわかり合っていきたい」と清水さん。

#### 能登半島地震 災害支援

発災以降、コープいしかわと日本生協連 を通じて全国の生協が連携しながら、被災 地の支援に取り組んでいますが、今回の状 況は今までの大規模災害と異なり、半島の 特殊地形による現地アクセス・拠点確保の 厳しさに加え、現地のニーズ (受援) に支援 を結び付ける行政の対応もこれまでとは異 なっており、被災地の支援活動はまだ軌道 に乗り出したところです。支援はまさに、 「細く長く」にならざるを得ないと改めて感 じています。今後もいっそう被災地に寄り 添いながら、私たちの先輩・生協仲間がこ れまでの被災地で展開してきた「被災地に 生協があって良かった」といわれる息の長 い支援を、組合員のみなさんと紡いでいき たいと考えます。

能登半島地震 災害支援募金 (1/4~2/29実施)



宅配 ⇒ 16,952,231円 \ 合計

送金先:日本生活協同組合連合会(日本生協連)

募金の事務局である組織広報部には連 日、「初めてeフレンズで募金をしたいのだ けど、どうするの?」「99口 (9,900円) 以上 の募金をするにはどうすればいいの?」な どの問い合わせがありました。たくさんの ご支援ありがとうございました。

#### 石川県七尾市 災害ボランティアセンターへの 物資支援

全国の社協は、地域ごとに被災地の担当 を決め支援にあたっており、滋賀県は七尾 市を支援しています。長浜市社協を通じて 物資支援の要請があり、58インチ大型モニ ター1台を寄贈しました。

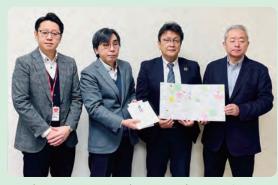


情報の共有などに活用されている。

#### 被災地生協コープいしかわへの 支援

#### ① お見舞金:500,000円をお届け

2月10日(土)、コープしがを代表して白 石理事長が、コープいしかわへお見舞いに 伺い、コープいしかわの大谷理事長から、 「全国からの支援が本当にありがたいし、心 が折れそうな自分達に元気をもらってい る。」とお言葉を頂きました。



コープいしかわ大谷理事長(左から2番目)に目録と応援メージ を届ける白石理事長(右から2番目)

#### ② 職員派遣:(2024年1/15~3/29)14名

宅配トラックへの同乗支援や組合員への お見舞い活動の他、2/12からは、コープい しかわの職員が被災者支援ができるよう、 コープいしかわの宅配コースの一部を、他 生協の職員と共に担っています。組合員の みなさんにも、代配等ご理解いただきあり がとうございます。

#### ③ 七尾市・輪島市ボランティアセンターへの ボランティア参加 15名(6/15現在)

滋賀県社会福祉協議会滋賀県生協連の呼 びかけに応じ、コープしがの役職員が参加 しています。

参加職員の 感想

- 未だに断水や道路のひび割れが見られる状態にもかかわらず、現地の組合員・ 職員のみなさんは笑顔で元気だった。みなさんのお役に立てる機会を与えてい ただいたことに感謝する。
- 配達支援で、コープいしかわの組合員と話す機会がたくさんあり、その際、最 大限の笑顔と励ましの言葉を伝えることができた。



## 明日に備える ~防災・減災に取り組みましょう~



#### ① 自助・共助の重要性と公助の限界

自助とは、自分(家族)の命は自分(家族)で守ること。

時には、家族はそれぞれで自分の身を守っていると信じ、自分 の身を守ることが大切です。

共助とは、

企業を含む地域のコミュニティで、一人でも多く助け合うこと。 阪神淡路大震災で倒壊した建物から救出された人の8割が、家 族や近所の住民による救助でした。

公助とは、 行政による支援・救助を活用すること。

行政が何とかしてくれるのを待つのではなく、「自助」「共助」

で乗り切る場面を想定しておくことも必要です。

#### ② ローリングストック (循環備蓄)

緊急時にも使える、食べ慣れていて少し期限が長めの食材や、いつ も使う生活用品をストックし、日常のくらしで使って補充を繰り返 すことをローリングストックといいます



#### 食品のポイント

- ① いつも食べているモノ
- ② 常温で6カ月以上保 管できるもの
- ③ 期限が来るのを待つの ではなく、食べながら回 して期限切れを防ぐ

ここがポイント!

#### ~災害時だけでなく、ふだんのくらしを守るために~

# ともに地域をつくる取り組み



守山市との「包括連携に関する協定」の締結(2024.3.26)

コープしがは、人と人とのつながりが薄れていく地域社会の中で、高齢者や障がい者、子ども、あらゆる人々が安心して笑顔でくらせる社会を目指しています。また、ともに地域をつくる一員として、つながりを強化するために滋賀県内市町や地域の団体との協定締結を進めています。

災害協定、見守り協定、からスタートした行政との協定は、まちづくり協定へと内容が広がり、今では地域が抱える包括的な課題に対して自治体と協力して解決を目指す包括連携協定の締結に発展しています。



## 協定の内容って?

※一部を紹介します

- **自然災害が起きた時**の物資の供給
- 宅配事業で業務中に発見した情報の提供(道路の異常、河川の増水、廃棄物の不法投棄など)

高齢者・障がい者:商品お届け時の見 守りや徘徊事案の情報共有

こども:登下校の見守り(子ども110番の車)や不審者情報の提供

- 地場産農産物の販売促進
- ぱくぱくキッチンカー健康教室を活用 した健康・食育の推進





コープしがの車は「子ども110番の車」です。困ったら声をかけてね。

#### 県・市町との協定締結一覧

(市町:50音順 2024年 4 月25日現在)

自治体名	協定等の名称							
滋賀県	滋賀県と生活協同組合コープしがとの包括連携協定書 他							
愛荘町	災害時における生活物資の供給に関する協定・地域の見守りネットワークに関する協定							
近江八幡市	災害時における生活物資の調達等に関する協定・近江八幡市高齢者安心見守り活動に関する協定							
大津市	災害時における生活物資の調達等に関する協定・大津市高齢者等地域見守りネットワーク事業に関する協定・環境保全協定							
草津市	「安心」が得られるまちづくりに関する協定							
甲良町	甲良町「安心」が得られるまちづくりに関する協定							
湖南市	安全で安心して暮らせるまちづくりに関する協定書							
高島市	災害時における生活物資の調達に関する協定・見守りネットワーク事業に関する協定・在宅介護用品 助成券交付基本協定書							
多賀町	まちづくりに関する包括連携協定・地域の見守りネットワークに関する協定							
豊郷町	まちづくりに関する包括連携協定							
長浜市	長浜市・地域の安心見守り活動に関する協定・災害時における生活物資供給等の協力に関する協定							
東近江市	東近江市と生活協同組合コープしがとの「子ども110番事業」に関する覚書							
彦根市	災害時における生活物資の確保および調達等に関する協定・彦根市高齢者安心・安全ネットワーク活動に関する協定							
日野町	安全で安心して暮らせるまちづくりに関する協定書							
米原市	絆で築く安心なまちづくりに関する協定							
市山守	包括連携に関する協定・災害時における生活物資の調達に関する協定・災害時における一時避難場 所としての使用に関する協定							
野洲市	野洲市見守りネットワーク協定							
栗東市	災害時における応急生活物資供給等の協力に関する協定							
竜王町	まちづくりに関する包括連携協定 コープレがの事業やサービス							
	は、自治体と連携することで、							



全職員が認知症サポーター講座を受講しています。

組合員のみなさんも、地域をつくる一員です。挨拶するご近所さんを増やしたり、家族や仲間と関わりを今よりちょっと増やしたり…そんな小さな積み重ねが、地域を強くするのではないでしょうか。



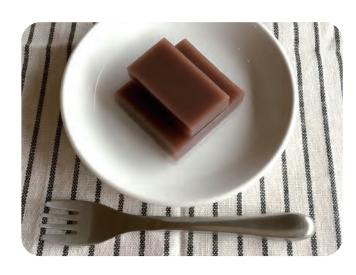
組合員だけでなく地域のために活用されているんだね。

白石理事長

水 ようか

15分 (冷やす時間をのぞく)

時間



#### 材料(子ども5人分)

こしあん160g、砂糖大さじ1と1/2、粉寒天小さじ1、水230ml

- 1. 鍋に水を入れ、粉寒天を加えてよく混ぜながら中火で加熱
- 2. 1が沸とうしたら、さらに1分程かき混ぜ、粉寒天をしっかり 煮溶かす。
- 3. 2に砂糖を加え、混ぜて溶かす。
- 4. 火を止めて、3にこしあんを加えて混ぜ合わせる。
- 5. ザルなどで漉しながら型に4を流し入れ、冷やし固める。
- 6. 固まったら、食べやすい大きさに切り、器に盛る。

レシピ提供/コープもりのこ保育園調理師・森 純子さん

〈7大アレルゲン〉すべて含みません。

ポイン

コープもりのこ保育園では離乳食(後期、完 了期) のお子さんには、あずき蒸しパンを提 供しています。

#### ○ コープもりのこ保育園から「寝かしつけ」

#### 3歳前後、夜なかなか寝てくれない時のチェックポイント

(1) 早寝早起き朝ごはん:遅くとも21時までに就寝し、夜間 睡眠が9時間から11時間は確保できる生活リズムが理想です。 (2) 日光を浴びる: 朝起きたらカーテンを開けて15分程度朝 日を浴びるだけでも効果はあります。(3) 快眠できる環境づ **〈り**:少し涼しめの室温「20度前後」と、ほどよい湿度「50% 前後」が目安です。※エアコンの場合、夏は27度前後、冬は18度前後 の設定にすると快適な室温になります(設定温度は機種等により変わりま す)。(4) **寝る前の習慣**:① 寝る1時間前にはテレビ・スマホ・ タブレットなどは消し、少し明るさを落とした環境で過ごし ましょう。② 寝る前は興奮するあそび(走り回る、体を動かす) を控え、座って遊べるあそび(絵本、パズル、積木など)にした り、寝室でその日の出来事や、明日楽しみなことなどを話す 時間にするなど、親子の密なコミュニケーションの時間にす ると、安心して眠りにつくことができると思いますので、お すすめです。親子でぐっすり眠れますように★

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)

コープもりのこ保育園は、一部地域 の方も利用できる事業内保育所で す。保育園で子どもたちに提供して いるおやつレシピと、園長先生から の子育てワンポイントアドバイスをご 紹介しています。※社会福祉法人しみ んふくし滋賀に運営委託しています。 (0~2歳児対象/定員12名)



#### 安全・安心な商品はどうやって届けられているの?

生協では、組合員さんへ安全な商品をお届けするために、40(仕様書の点検・取引先の点検・商品 の検査・商品お申し出への対応)の取り組みを行っています。それぞれの取り組みを取引先と連携して 行い、安全性の向上につなげています。

※基本的な考え方であり、商品によっては一部実施しない手順もあります。

#### \コープきんきの安全•安心の取り組みを check!/



#### 取り扱い開始前

#### 商品表示などの点検



取り扱い前に商品の設計書を確認 し、法令やコープきんきの管理基準 を満たしているか、パッケージ表示 に不備がないかを確認します。

#### 取り扱い開始前 商品の事前検査



衛生面での問題はない か、品質上のリスクはな いか確認を行います。

#### 取り扱い開始前 工場点検

宅配で、初めて商品を製造いただ く工場には、リスクに応じて、商 品担当もしくは取引先が点検を 行っています。

#### 取り扱い開始後

#### 抜き取り検査・工場点検



取り扱い開始後もお店 に並んだ商品や配送 された商品を抜き取っ て検査したり、工場の 点検を行っています。

#### 取り扱い開始後 お申し出からの改善

組合員さんから「いつもと 違う」というお申し出があれ ば、見過ごさず調査。問題 があれば再発防止の対策 を講じ、改善を行います。

#### 声に応えてよりよい商品へ!

日々組合員さんから寄せられる声に向き合い、よ りよい商品になるように改善に取り組んでいます。

#### 今ではおなじみのこのパッケージも…

「コープ毎日食パンのパッケージが似ているから、 枚数が分かりづらい」の声に応えて、2018年に 枚数ごとにパッケージの色を変更しました。



#### **4・5 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	アレルゲンなど	合計
件数	2,908	51	155	21	42	3,177

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。

出典: https://www.kinki.coop/quality/library/202309.html#gsc.tab=0

# SPIRAL CAFE

今月のテーマ

夏休み、 おすすめの本

#### ★ 「なつやすみ」 著:麻生知子(福音館書店)

こうたくんの家に、いとこの家 族が遊びにきました。プールで遊 んで、お昼ごはんはそうめん。お 昼寝のあとはスイカを食べて夜は お祭りに。夏休みの楽しい一日を 描いた絵本。ちょっぴり昭和っぽ くて、大人も子どもの頃を懐かし める絵本です。

甲賀市 こすずめ さん

#### ★「成瀬は天下を取りにいく」 著:宮島未奈(新潮社)

滋賀県民ならあの場所! あの 学校?とイメージできる地名が登 場し、本の世界で登場人物と一緒 に過ごしているかのような感覚に なります。わが道を突き進み、周 囲が驚くような色んなことに挑戦 する主人公・成瀬あかり、その姿 をなんだかんだ放っておけない幼 馴染の島崎。この二人をはじめ、 作中に登場する様々な人から、周

囲の視線を気にせず自分の人生を 楽しめばいいと背中を押してもら えるとともに、なにげなく支えて くれている周囲のあたたかさにも 気づかせてもらえる作品です。大 人が読んでも子どもが読んでも楽 しめるはず!

大津市 もふもふすみっこ さん

#### ★「あんじゅう 三島屋変調百物語 事続」著:宮部みゆき(角川文庫)

三島屋変調百物語シリーズの中 の1冊で、特に好きなものです。 時代劇の妖しものですが、現代の 人間に通ずる感情の描写が見事で す。夏休みの時間を利用し、三島 屋ワールドに浸る足がかりにして ください。 大津市 ki さん

#### **★**「ふたりのイーダ」 著:松谷みよ子(講談社)

子どもの頃、夏休みに祖母の家 に泊まりに行く時は、必ず文庫本 を持参していました。じっとりし た蒸し暑さの中を、小さなイスが 独り言を言いながらゴトゴト歩き 回っています。それには深くて悲 しい理由がありました。夏になる と思い出す、大好きな本です。

甲賀市 さなえ さん

#### ★「エヌ氏の遊園地」 著:星新一(新潮文庫)

ショート作品がたくさん入って います。全て背中が寒くなるよう な内容で、暑い夏の夜眠れない時 におすすめです。

近江八幡市 じゅげ さん

#### ★「夏とおとうと」 著:ふくだいわお(光村教育図書)

どうしてこう弟ってのは足手ま といなんだろう…というのはお兄 ちゃんの本音なんだろうね。夏休 みの一コマを描いた絵本です。遊 びに夢中になって弟を見失い、必 死に捜す場面は読んでいてハラハ ラします。最後はやっぱり弟って のは可愛い。兄弟っていいな。

長浜市 イモップ さん

#### K 「全196ヵ国おうちで作れる世 界のレシピ」 著:本山尚義(ライツ社)

スーパーの材料で、もちろん コープの材料でも世界のおうちご はんが作れます。でき上がりの写 真やコラムも楽しめました。「献立 別|「著者のおすすめ|「子どもと つくりたい」など索引も充実。オ リンピック観戦しながら世界の料 理にチャレンジしてみませんか。

大津市 そわと さん



#### **≮**『パンどろぼう』シリーズ 著:柴田ケイコ(KADOKAWA)

キャラクターの目つきに、なん でこれが人気なのかと疑いました が、大人が読んでもおもしろい作 品でした。1冊といわず、全シ リーズ集めて読みたくなります。

長浜市 きなちゃん

#### ★「トンネルの森1945」 著:角野栄子(KADOKAWA)

多くの日本人が犠牲になった太 平洋戦争を扱った作品です。主人 公の少女イコが経験する疎開先で の疎外感、食料不足、空襲の恐ろ しさ、身近な人の死などは角野さ んの実際の戦争体験がもとになっ ているそうです。夏休みには、戦 争の残酷さや平和の大切さについ て考える機会を親子で持ちたいと 思います。

東近江市 ぷーママ さん

#### 編集後記

私からのおすすめは「大久野島 からのバトン」著:今関信子(新日 本出版社)。戦時中、毒ガス兵器を 作っていた大久野島を通して、現 代の私たちへのメッセージが詰 まったお話です。小学校高学年向 けなので、大人も読みごたえがあ りますよ。ぜひご家族で読んでほ しい一冊です。 (編集:さな)

#### スパイラル9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 災害時に役に立ったもの

次号は9月号掲載。防災月間に合わ せて、災害時に役に立った防災グッ ズや、日用品を使ったアイデアを教 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=?

	3			Α	
				5	
2					3
	5	4	6		
	В				5

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。

5月号

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

正解 「7」

応募総数 555通 うち正解 523通

■締め切り 7月25日(木) (当日消印有効)

## 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。

#### 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、







7/25(木) 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!」に写真または「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。

スパイラル・レンビ

(で) #スパイラルレシピ で投稿してね!

旬の食材を使って、パパッと作れる15分レシピを

ご紹介します。手軽に季節の恵みを楽しみながら、

日々の"ちょっと嬉しいこと"を増やしましょう。



#### レシピの主役はコチラ/



#### 産直鳥取 みんなのつながり和牛

コープしがと(株)みんなの牧場、 鳥取県畜産農協が協力してお 届けする、お手頃価格の黒毛和 牛種です。

#### A牛トマ

#### 材料(2人分)

牛しゃぶしゃぶ用肉…200g トマト…3個

大葉…2枚

A=〈しょうゆ・みりん・酒各大さじ 2、砂糖大さじ1、だし汁大さじ4〉

#### 作り方

- 1. 牛肉は食べやすい大きさに切 る。トマトは大きめの乱切りに
- 2. 鍋にAを煮立て、牛肉を入れて 火を通す。トマトを加えて煮 立て、ふたをして弱火で約5分
- 3. 器に盛り、ちぎった大葉を散ら す。

「調理時間]約10分 445kcal/1人分 食塩相当量 2.7g

#### Bベトナム風冷麺

#### 材料(2人分)

牛小間切れ肉…100g、もやし…50g サニーレタス…1枚、きゅうり…1/4本 紫玉ねぎ…1/4個、大葉…2枚 ピーナッツ…20g、そうめん…200g

油…大さじ1/2 A=〈薄口しょうゆ大さじ1/2、レモン汁小さじ1、にんにくのすりおろし 1/2片分、鶏がらスープの素・こしょう各少々〉

B=〈レモン汁大さじ4、薄口しょうゆ・砂糖・水各大さじ3、にんにくのす りおろし1/2片分、赤唐辛子のみじん切り1本分、鶏がらスープの素少々〉

#### 作り方

- 1. 牛肉はAで下味をつけ、フライパンに油を熱して炒める。
- 2. もやしはサッとゆで、粗熱をとる。サニーレタス、きゅうりは細切 り、紫玉ねぎは薄切りにする。大葉は食べやすい大きさにちぎる。
- 3. そうめんは袋の表示通りにゆでて流水で洗い、水けをきる。
- 4. 器に3を盛り、1、2をのせて混ぜ合わせたBをかけ、砕いたピーナッ ツを散らす。

[調理時間]約15分 580kcal/1人分 食塩相当量 5.9g

#### **G**牛肉とゴーヤの 梅オイスター炒め

#### 材料(2人分)

牛小間切れ肉…150g、ゴーヤ…1/2本 梅干し…1個、ごま油…大さじ1 塩…小さじ1/2

A=〈塩・こしょう各少々〉 B=〈オイスターソース大さじ1、しょう

ゆ・酒・砂糖各小さじ1〉

#### 作り方

- 1. 牛肉はAで下味をつける。ゴーヤは 縦半分に切ってワタを除き、薄切り にして塩もみし、水けを拭く。梅干 しは種を除いてたたき、Bに加えて 混ぜ合わせる。
- 2. フライパンにごま油を熱し、牛肉を 炒める。火が通ったらゴーヤを加え て炒め合わせ、Bで調味する。

[調理時間]約15分

211kcal/1人分 食塩相当量 3.9g

#### 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

Refuse

Reduce

再使用する

Recycle

ゴミになるものを減らす

再生資源として再生利用する

宅配で回収しているもの 商品案内書

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 取ってください。

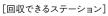


他店で購入したものも回収し ます。きれいに洗って切り広









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











#### 5月度リサイクル報告 売却金額

リサイクル品 売却金額

5月度

¥ 4,145,499-2024年4月から累計

¥ 8,609,438-

[回収率]商品案内書 67.4%/仕分け袋 23.6%

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。



#### 次回8月号予告

特集

できるコトづくり 制度

コープのお店の

お惣菜

コープしがのレコメンド!



ープしがホームペ

https://www.pak2.com/













YouTube

