

あをがき

CO-OP 商品図鑑

石臼挽き全粒粉ブレッド(五穀)

石臼挽き全粒粉ブレッド(かぼちゃ&レーズン)

天然酵母あんパン(小倉)



CLOSE-UP COOP

ならコープがあってよかったね!



CO・OP 商品図鑑
—生産から食卓へ—

取材先／株式会社 米麦館タマヤ（大阪府岸和田市下松町965）

共同購入・個配

次回案内予定：五穀／11月1回・かぼちゃ&レーズン／10月4回・あんパン／10月4回



石臼挽き全粒粉ブレッド(五穀) 石臼挽き全粒粉ブレッド(かぼちゃ&レーズン) 天然酵母あんパン(小倉)

国産小麦の風味・しっとり感を堪能できる全粒粉ブレッド。
あんパンは米こうじの甘やかさが香り立つ、奥深い味わい。

わたしたちの国で

ホクシン、キタノカオリ、きたほなみ、ゆめちから、春よ恋、はるきりり、ハルユタカ……米とおなじく、実は国産小麦にも数々の品種がある。かつて国産小麦は和風麵に適した農林61号が主流だった。しかし近年は中華麵やパンに最適な品種が登場。とりわけ春に種をまいて夏から秋に収穫する春まき小麦は、パンづくりに最適だといわれる（※1）。

今回、産地のひとつとして訪ねた北海道江別市。国産小麦の栽培では全国一位を誇る北海道でも春まき小麦が盛んな地域だ。その発展にはひとりの生産者が開発した「春まき小麦の初冬まき栽培技術」が貢献。春まき小麦・ハルユタカの収量はこの技術で飛躍的に伸びた。

では、小麦はどのようにして小麦粉に？小麦を挽き、異物を取り除いてふるいにかけてミクロン単位の大きさへ。そのためには小麦を挽くロール機・ふるいにかけるシフター間を何度も往復しなければならぬ。シフター内のフィルター（ふるい）は数種ある。ロール機の挽き具合も異なる。組み合わせは多岐にわたり、両機をつなぐパイプの複雑さは壮観だ。品種のちがいが、その小麦粉から生まれる商品の仕上がりを睨みながら、製粉企業もまた品質の追求に余念がない（※2）。

さて……そうした春まき小麦・ハルユタカ、春よ恋に惚れ込んだひとつのパンメーカーがある。誌面登場の商品がそこで製造されている。



●右上／小麦を挽くロール機

●中／春まき小麦「春よ恋」

●左上／小麦をふるいにかけるシフター

●右下／挽き具合のチェック

●左下／ロール機とシフター間のパイプ



「日本のパン」をつくりたい

「北海道産のハルユタカ、その旨味と美味しさに惚れました。後継種・春よ恋もおなじです。もっちり・しっとりして小麦の風味が極上なんです」とメーカーはその良さを熱く語る。

国産小麦だけではなく、他の素材にも独自の選択をみせる。たとえば天然酵母あんパンは自社製の米こうじ種（原料米は兵庫県豊岡市の「コウノトリが育むお米」）で生地を発酵。パンを開封した瞬間から立ち上る香り、読者のみなさんも一度おためしを。また五穀ブレッドには九州産の石臼挽き全粒粉や国産の黒米、玄米のほか、対馬の浜御塩、花見糖（国産さとうきびで製造した砂糖）を加える。そこにあるのは「日本のパンをつくりたい」という情熱だ。

パンの製造には適さないとわれていた国産小麦。けれども新しい品種の開発、それを育む生産者や製粉企業の努力で今や過去の話となった。私たちの利用がすめば、国産品の市場はもっと安定するだろう。何より明日を生きた子どもたちに、ぜひ知ってほしい味のひとつではないだろうか。





国産小麦をはじめ塩、砂糖、あずきなど
こだわり抜いた素材で焼き上げる手作りの味。



① 私たちの国で／国産小麦の生産者のひとり、片岡さん。北海道江別市では「春まき小麦の初冬まき栽培技術」の匠として知られた存在。



② 温度に注意して／こね上げ時の温度に注意しながら小麦粉を練り上げる。その後、一次発酵へ。
③ 生地を分割／発酵を終えた生地を、ひとつひとつ丁寧に手作業で分割。
④ 生地を成形／分割した生地は表面に裂け目ができないよう手作業で丸める。その後、二次発酵へ。

⑤ 焼く前には／二次発酵後、五穀ブレッドは生地に切れ目を入れて粉をふりかける。



⑦ 焼き上がり／焼き色を見ながらじっくり焼き上げた後は、手早く焼き型からパンを取り外して完成。
⑧ 包装と出荷／手作業で焼き上げたパンは、手作業で包装・出荷する。

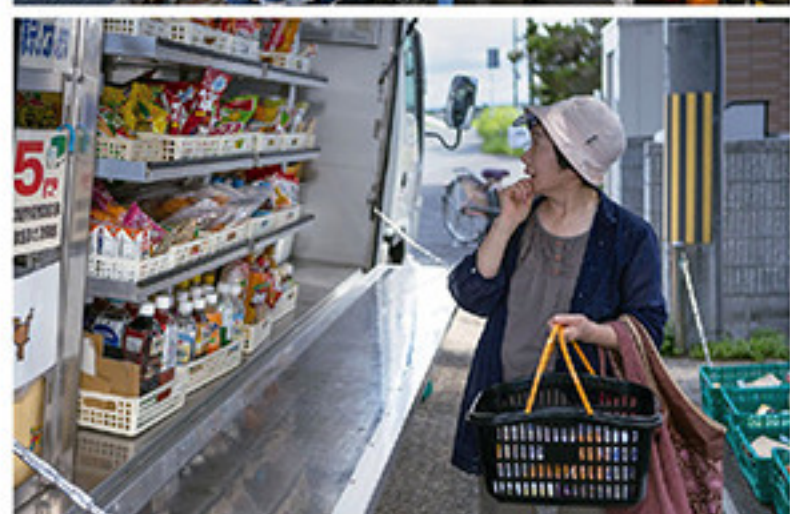


今回は(株)米麦館タマヤさんのご協賛で、無添加シフォンケーキを10名の方々にプレゼント!! 国産小麦とこだわりの材料が育んだ手作りの味、ぜひ、ご賞味ください!

ハガキに、住所・氏名・年齢・組合員番号を記入の上、「あをがき」への感想またはこのページで取り上げてほしい商品とその理由を書いて、〒630-8503 奈良市恋の窪一丁目2番2号ならコープ CSR組織広報部「あをがきプレゼント係」までお送りください。(10月31日消印有効)

8月号プレゼント「ドレッシングセット」の当選者は西田幸子(生駒市)・岸田佳鶴子(奈良市)・宮田ゆかり(上牧町)・松浦智子(奈良市)・友井恵(奈良市)・谷田貝聖子(奈良市)・藤井妙子(上牧町)・立石優子(奈良市)・青木富美代(河合町)・拝原雅子(天理市)の方でした。(応募総数77通)





地域に役立つ事業を
ならコープが市民生活協同組合として大切にしているのが、相互扶助の精神。たすけあい・支えあいを原点に、くらしを守ることを使命としています。です。ですから事業をすすめる中では、そうした社会的責任を果たすことも求められています。近年、奈良県でも高い関心を持つ買い物困難地域の問題は、生活を支えあうという観点から、ならコープにとって大きなテーマのひとつになっていました。

「心」を届けよう
買い物に困難な現状……それは過疎地だけではなく都市部でも切実な問題です。奈良県のくらしのニーズに責任を持って応えていくために、ならコープが導き出した答えのひとつが移動店舗だといってもよいでしょう。

こうした高齢者の買い物支援に取り組み、一方、奈良県との高齢者の生活支援に関する連携協定をすすめる中で、昨年から新たな取り組みがはじまりました。それが移動店舗車です。

移動店舗を利用する組合員の「ありがと」の気持ち。配達職員の「感謝」の気持ち。そこには商品ののせて運ぶ「心」をやりとりする姿が浮かびあがってくるようです。

買い物代行とともに利用手数料が無料に。毎月15日に開催する「いこいこシニアデー」では5%割引となります（一部対象外商品あり。他の割引との併用はできません）。

行。2号車は天理市、橿原市、桜井市、宇陀市、東吉野村を運行しています。いずれの地域も近隣のスーパーが閉鎖したり買い物できる施設がなかったりと、困難な実情にあります。

商品利用で移動店舗を支える町。「買い物困難者のために移動店舗で買物しましょう」とのキャッチフレーズを広め、遂には停留所を増やした町……多くの組合員が自主的に活動を



ならコープがあってよかったね!

ならコープあったか便 / お店からの配達 & 移動店舗サービス



インフォメーション

ならコープ・奈良新聞社共催企画 女性の綺麗と健康のために

リンパマッサージ講習と腸内細菌の講演を、
ケーキと珈琲付きでおこないます。

日程 11月3日(火・祝) **参加費** 無料
時間 10時30分～13時 **受付** 10時～
場所 奈良ロイヤルホテル 鳳凰の間
講習 一般社団法人 健生会
予防医学リンパ健康セラピスト協会

定員 200人(女性のみ) ※先着順
申込 奈良新聞社企画部(月～金・10時～18時)
☎0742・32・2112
Fax.0742・32・2771
メール: planning@nara-np.co.jp
奈良新聞ホームページからもお申し込みいただけます。(http://www.nara-np.co.jp/)

要申込

2016年 全国生計費モニター募集

日本生協連では全国2,000名の組合員の協力で、
生計費調査を実施しています。2016年分にご協力
いただける方を募集します。

期間 2016年1月～12月の1年間
(集計表を毎月継続してご提供ください)

締切 2015年10月末

内容 『生協の家計簿』または独自の家計簿に
記入後、集計表を提出。パソコンでも可。
定員 25人(プライバシー厳守)
申込 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735
(月～金・9時～18時)

要申込

今月の質問

『CO・OP のむのむ乳酸菌飲料 +Ca』うすい・濃い が上下に分離……

製造元
で品質
検査し
ました
が、異常はありません
でした。

商品は安定剤不使用のため、成分中の乳固形
分が底に溜まり上澄み液がで
ける場合があります。

今回は乳固形分が若干多かっ
たことも考えられます。心配あ
りませんので、よく振ってから
お飲みください。



『秋鮭の便利カット』 青い点が……

ご指摘のモノはサ
ンマのウロコでし
た。作業員が本品
の製造前にサンマ
を取り扱っていたため、そのウロコが秋鮭
の切身に落下したものと考えられます。

製造工場では製造品の切り替えごとに器具や設備の
洗浄・清掃・除菌をはじめ着衣の目視確認などをお
こなっていますが、この事例を周知した上で再徹底
することを要請しました。



★商品についてのご意見・ご質問は★
コープベル 0120-445-151 まで
お気軽にお電話ください。(月～土 10:00～17:00)
※返品についての連絡は、配達担当またはコールセンターまでご連絡ください。

今月の お知らせ

県をはじめ全自治体との 「災害時における物資供給等に関する協定」を締結

ならコープでは「東日本大震災」「紀伊半島豪雨災害」を教訓に、災害時は即座
に被災地の要請に応じた支援物資をお届けできるよう、緊急物資協定の締結に
よる各自治体との連携を深めています。

9月1日(火)、大淀町との締結により、奈良県を含む県内すべての自治体(全
40自治体)との物資供給協定を締結しました。



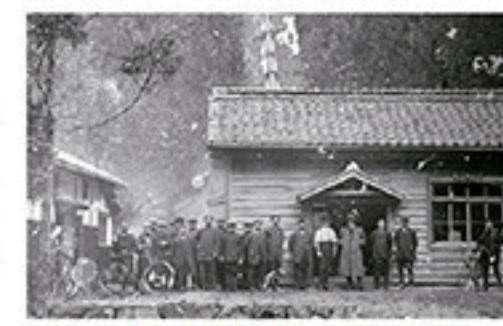
「奥大和ゆうゆう祭」を開催!!

奈良県南部東部地域の特産品や地域の風土・歴
史・文化に根ざした魅力を発信し、県南部東部地
域の振興および活性化を図る「奥大和ゆうゆう祭」
が、10月24日(土)・25日(日)10時～15時に宇
陀市総合体育館(メイン会場)および周辺で開催さ

れます。ならコープも「奥大和ゆうゆう祭」の南部
東部地域活性化イベント開催協議会メンバーとし
て参画、独自企画のウォークや抽選会、物産展を
出展します。詳細は別チラシ(10月5日から配布)
参照の上、ぜひご参加ください。

地域振興に取り組む東吉野水力発電(株)

東吉野村は豊かな自然環境に恵まれています。近
年は過疎化が進んでいます。同村で昭和38年に閉鎖
した「つくばね発電所」の復活による村の活性化に向
け、2013年に「東吉野小水力利用推進協議会」を設
立、2014年には非営利型の「東吉野水力発電株式
会社」を立ち上げました。
ならコープグループでは県
南部東部の地域振興とな
ることをめざし、同市民運
動を支援しています。



●大正3年つくばね発電所設立当時

●東吉野水力発電(株)からのお知らせ

多くの方が事業参画できるよう「市民ファンド」
を組成しています。ご協力いただける方を募集
中。発電利益は基金として地元の活動に役立て
ていく予定です。また、この復活工事の見学会も
受け付けています(要相談)。

※詳しくは「東吉野村つくばね小水力発電復活
ファンド」まで。(http://www.securite.jp/)

問合せ ならコープグループ(株)CWSまで
☎0743・68・3400(担当:高塚)

8月度 ならコープの産地・工場点検実績表

※商品部門・品質保証部門と合同で点検を
実施しているものをそれぞれ含んでいます。

点検部署	実施数	主な点検先
商品部門点検	4社の取引先	(有)居村屋(日記)、藤高製菓(株)(菓子)、(株)山食(日記)、(株)山中水産(水産)の点検を実施しました。
品質保証部門点検	6社の取引先	(有)居村屋(日記)、藤高製菓(株)(菓子)、昭産商事(株)(日記)、恵美寿堂(菓子)、マルキ水産(株)(水産)、(株)奈良コープ産業(日記)の点検を実施しました。
コープネットの見学	6社の見学	8コープネット279人が、生活協同組合コープこうべ 六甲アイランド食品工場、コープ・ラボ たべる*たいせつミュージアム、(株)サミット神戸合同物産、(株)リバーズ、大内山酪農農業協同組合、(株)フレッシュシステム神戸センターの見学を実施しました。



年金生活を控えて家計が心配。楽しく生活できる方法などのアドバイスを、ぜひ。

もう少しで年金生活が始まります。少ない預金なので心配ですが、みなさんはどのようにお過ごしでしょうか？楽しく生活できる方法など、アドバイスやご意見をお聞きたいです。

香芝市 S.K



今から徐々に

大和高田市 I.M

今から年金支給額での生活をはじめられたら？徐々にその生活に慣れていくのもひとつだと思えます。保険の見なおし、光熱費の見なおし、食費の見なおしは、いこいこシニア、メールクーポン、冷食4割引etcありますヨ。上手に生活していきたいですネ！

きっちり計算

下市町 I.S

今、年金生活のまっただ中です。2カ月分を通帳の金額で見ると、ちよつとした大金です。でも、冷静になって、必要なお金、毎月必ず出ていくお金、将来のお金、色々と差し引いて、残金を計算します。そしてここからです。自分磨きに必要なお金を確保していくのです。

夫婦で協力

生駒市 A.A

私も3年前に年金生活に突入しました。家事には全く無関心の夫でしたが、スーパーのチラシで買い物する私を見て、彼なりにおつとめ品を探してくるようになりました。今では2人で照らし合わせてお

買い物に行きます。食材も安く買え、夫婦の会話も増えますよ。

野菜づくり

王寺町 K.H

私の父は定年退職後、野菜づくりを始めました。畑仕事でいい運動になるし、季節の野菜もしっかり食べて、血液もきれいになったと喜んでます。野菜も買うと結構な金額になるし、買い控えると健康面が心配ですよね。畑にできる庭が無くても、今はプランターで充分に育てられる野菜もたくさんあります。健康と実益をかねて挑戦する価値有りますよ。

知恵と工夫で

大和郡山市 O.T

確かに年金生活になるとボーナスはないし、家計が切りつめられます。生き抜く為、3つの方法があります。1つめは、旅行はテレビの映像を自分も行ったつもりで「へえーほおー」と感情移入してみること。

楽しくてとっても安上がりです。

2つめは将来困ることについては先を見越して友達に相談したり、集会に参加したりしてみることです。

3つめはできるだけ手作り心かけます。修理や、縫い直すのもご自分で。お孫さんといっしょにやると、苦勞のわかる孫に育ちますヨ。

調理に工夫を

平群町 S.H

子どもたちも独立し、やはり気になるのは健康の元となる食事です。食べる量も少なくなり、必要な栄養が充分にとれるかと心配になります。そこで多くの種類の材料を使つて、二回分の煮物を一度に作っています。今日の分はさっぱり、一日置いた明日の分はまったり。それぞれにおいしくいただいています。エコエネルギーにもなっています。

「時間」を使って

奈良市 I.S

年金生活10年目。はじめ私たちも決められた年金、ボーナスなしに不安でしたが、まず、会社の交際費、飲み会などの費用が無くなり、今度は時間があるので色々なサービスのチケット（応募してゲット）を利用して、平日の空いた時間を楽しんでいます。本好き二人であちこちの古本市を楽しんでいます。定価の1割2割で買えますヨ！！



「食」がたいせつ

大和高田市 U.I

健康診断の数値が気になるお年頃のわたし。サプリ流行りの昨今の時流に乗って高いサプリメントを飲んでみたところ、かえって数値が悪化！怠慢しないで食材から摂るべき・・・と思い直し、コープで揃えております。みなさまもご注意を。

楽しみ

橿原市 I.T

毎日楽しい暑さで、定年退職後ずっと家にいる主人は、子どもみたい

に3時にアイスクリームを食べます。あれはイヤ・・・とわがままですが、7月に共同購入した生ソフトクリーム1200mlは大変おいしいという事です。それもそのはず、北海道十勝の牧場が製造していて1個298円。とても毎日食べられるものではありませんが、今度商品案内があったら何個か買う予定です。

感謝

宇陀市 T.Y

先日川上村に行ってきました。滝の水をいっぱい浴びて暑い夏で少し疲れていた体をリフレッシュして帰ってきました。汚れた心もスッキリ!!心身共に健康でいること。素直な心を持ち続けること、大切ですネ。

生協でよかった

大和郡山市 M.M

職場メンバーの8割ほどが、ならコープの組合員です。休憩時のお菓子にも生協商品が並びますが、作業で使うピンクの両方どちらでもの手袋、とても使いやすいです。組合員でない方から、「それはどこ？買ったといってもらえない？」という言葉も聞き、日用品もすぐれものがあり、うれしいです。

違いは無いのに

奈良市 T.M

プレミアム商品券を手に入れました。普段は節約の日々ですが、不思議とプレミアム商品券を持っていると気持ちが大きくなり、ちよつとお肉をランクアップしたり、家族のためにプチデザートを買ったりと、今まで以上に消費が多くなっています。

現金と商品券・・・違いは無いのに、見事に心理的な消費作戦にはまっています。

あの日

五條市 M.T

ならコープ代表の小比賀博美さん、被爆証言活動をサポートしてくださっておつかれさまでした。

8月8日の午前8時30分は五條市も空襲を受けた日です。大川橋、小学校、列車に爆撃をうけて大勢の方が大けがをしたり、お亡くなりになりました。

商品図鑑

奈良市 M.M

CO-OP 野菜たっぷり和風ドレッシング、深煎り胡麻ドレッシングをいつも愛用しています。フンドーキン醤油が大分県にあることや、社名の由来に驚きました。前身は野上弥生子の生家とか・・・まったく知りませんでした。『あをがき』に何が詰まっているか、これからはしっかりと読もうと思いました。

協力します！

橿原市 N.M

あをがき8月号・2014年度環境活動報告ダイジェストを読んで、お店に行くだけでは分からない環境の取り組みが、よく分かりました。引き続きトレイ、牛乳パック、ペットボトル、たまごパックを持参します。

原稿を募集しています!!

★相談 日頃の疑問や悩み、お気軽にお寄せください。みんな考えてみましょう。

★相談 日頃の疑問や悩み、お気軽にお寄せください。みんな考えてみましょう。



★回答 12月号の相談は・・・

「4歳児の母・33歳。二人目が欲しいが、夫は「生活が苦しくなるなら」と反対。悩んでいます。」

です。「今月のHELP!!」に、ぜひ応援のメッセージを!!

原稿締切日は、10月20日(火) 字数は、200〜300字程度でお願いします。



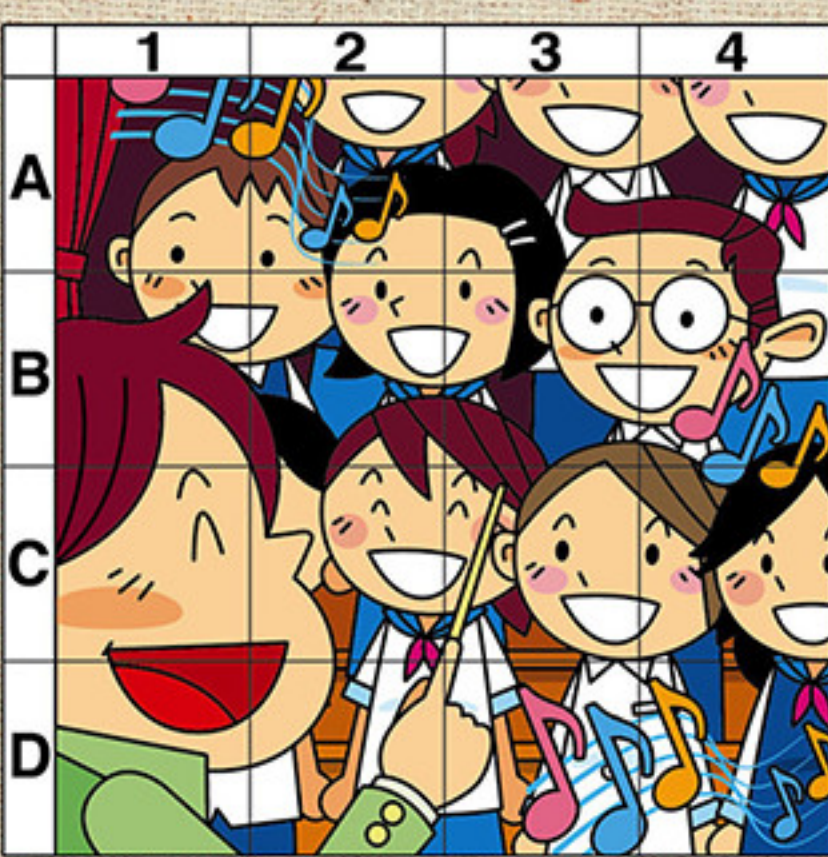
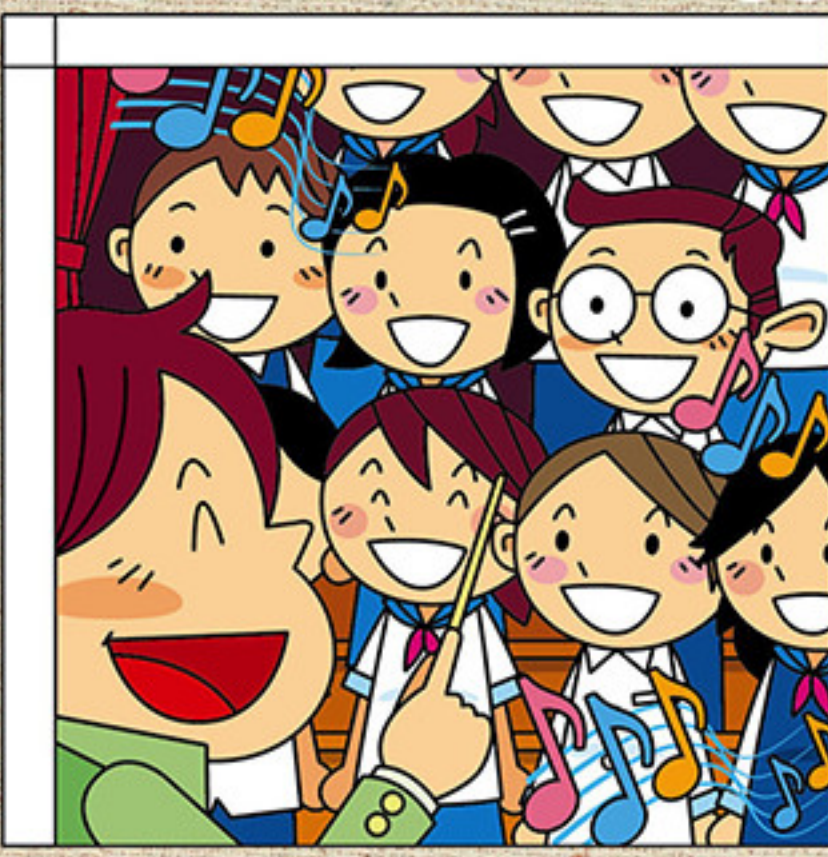
記事についての意見や感想、日々の出来事などを掲載してみませんか？クイズの解答ハガキに書いてもOKです。

いずれも採用分には薄謝進呈。住所・氏名・年齢・組合員番号をご記入の上、〒630-8503 奈良市恋の窪二丁目2番2号ならコープCSR組織広報部「あをがき係」まで

★みなさんのおすすめ商品とコメント等もお寄せください。

まちがいさがしクイズ う〜む U-Mu? 抽選で20名の方に、ならコープ商品券(2000円)をお送りします。イラストをじっくりみてネ! 解答は、たとえば「A-1」とか「B-2」と書いてネ。

今月の難易度 Aランク



印刷の汚れ・カスミなどは当てはまりません。今月の間違いは「5カ所」です!!

8月号のクイズの答えは「A-4・B-3・C-1・D-2」です。Bランクでしたので、20名の方に1000円分のならコープ商品券をお送りします。応募数は334通でした。

当選者		
●原 洋子(桜井市)	●谷口 康(橿原市)	
●米澤信子(奈良市)	●宮田史沙(大淀町)	●三輪祐美(橿原市)
●山根真弓(奈良市)	●田中瑞世(奈良市)	●川端裕美(橿原市)
●馬場由起子(奈良市)	●岡田礼平(奈良市)	●龍門敦子(香芝市)
●西川久美子(奈良市)	●杉本大知(奈良市)	●高垣恵子(香芝市)
●宮前佐知子(大淀町)	●立石優子(奈良市)	●馬場美里(五條市)
●坂東真由美(生駒市)	●山崎友梨(奈良市)	●中尾晃子(山添村)

まちがいさがし「U-Mu」の答えは、ハガキに何月号のクイズかを明記し、住所・氏名・年齢・組合員番号を記入の上、「あをがき」への意見や感想を添えて下記までお送りください。〒630-8503 奈良市恋の窪二丁目2番2号ならコープCSR組織広報部「あをがき係」 10月31日の消印まで有効です。

1 第33回 ならコープときめきウォーク 紅葉の嵐山から松尾大社へ(小雨決行)

紅葉に染まる嵐山の秋を満喫!! 一人でもグループでも参加できます。

日時 11月27日(金)
コース JR嵯峨嵐山駅～天龍寺～渡月橋～松尾大社～梅宮大社～JR嵯峨嵐山(約9km)
集合 10時20分 JR嵯峨嵐山駅 改札口
解散はJR嵯峨嵐山駅14時ごろ
■JR奈良発/区間快速8:46→

京都着(8番ホーム)9:42
■近鉄西大寺発/8:54→京都着9:33
※のりかえJR嵯峨野線(32番ホーム)
京都発9:58→嵯峨嵐山着10:13

参加費 200円(資料代、保険料含む) 交通費別
持ち物 弁当・飲み物・敷物・雨具
定員 60人(先着順)
申込 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

2 福祉出前学習会 「いつまでも住み慣れた地域で 暮らし続けるための処方箋」

協同福祉会が取り組む、地域包括ケアシステムのモデルづくりへの挑戦!! についてお話を聞きます。

日程 ①10月21日(水) ディアーズコープいこま 10時～12時 定員/30人
②11月10日(火) コープ六条 10時～12時 定員/50人

講師 協同福祉会 村城正理事長
あすならホーム 加藤智紀所長・花房良信所長
共催 まちかどネット菜畑・あすなら友の会
後援 ならコープ北エリア会
申込 電話であすなら苑・あすなら友の会事務局まで
☎0743・57・1165(年中無休・9時～18時)

要申込

3 コープくらしの法律相談会 無料

くらしの悩み、弁護士に相談してみませんか? ならコープ組合員であれば無料です。当日、相談前に「相談者カード」にご記入をお願いします。相談に関わる資料があればご持参ください。内容・個人情報などは厳重に管理します。

日程 10月24日(土) 10時～13時
コープおしくま 集会室
お一人30分以内(先着受付順・6人まで)
申込 10月1日(木)9時～10月23日(金)12時までに、
電話で人事総務部まで
☎0742・34・8731(月～土・9時～18時)

要申込

4 黒滝村里山でカエデの植栽と 広葉樹除伐 (絆の森整備事業)



秋風薫る吉野路でカエデやヤマボウシの植栽と広葉樹の除伐をおこないます。マイタケ入りみそ汁のふるまいも予定します。

日時 10月17日(土) 10時～15時
集合 黒滝案内センター(道の駅)
(近鉄下市口駅前9:20洞川温泉行きバスで黒滝案内センター下車)

定員 20人
持ち物 お弁当・飲み物・汁わん・タオル・
軍手・作業できる服装(長そで・長ズボン)
申込 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

5 「あすならハイツ恋の窪」 サービス付高齢者住宅 (サポートハウス)入居説明会開催

2016年4月、ならコープ本部事業棟に「あすならハイツ恋の窪」を開設します。少しでも興味のある方は、ぜひご参加ください。

日程 10月8日(木)、11月20日(金)、12月15日(火)
場所 ならコープ本部会議室
(奈良市恋の窪1丁目2番2号)

時間 いずれも10時～12時
定員 100人
申込 電話で協同福祉会(あすなら苑)まで
☎0743・57・1165(年中無休・9時～18時)

要申込

6 ピースアクション in なら 2015

戦後、被爆70年、核兵器のない世界をめざして
できることを一緒に考えてみませんか。

日時 11月7日(土) 13時30分～16時20分
会場 奈良県婦人会館
講師 日本原水爆被害者団体協議会 田中照巳(てるみ)氏
講演テーマ 原爆被害の実相と70年間の被爆者の想いと行動
申込・問合せ 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

7 音訳(録音)ボランティアさん募集!!

目の不自由な組合員さんのための注文用のCD録音をしてみませんか? 養成講座などの修了生大歓迎!! あすなら苑3階で水曜日に活動しています。

問合せ 電話でならコープ福祉情報センターまで
☎0743・57・1151(平日・9時～16時)

8 はじめの一步講座 参加者募集!! 寸劇で学ぶサギ師の手口 あなたもサギ師になれる!?

サギ被害にあわないために、一緒に学習しませんか。

日時 10月28日(水) 10時～12時
会場 コープいまご 2階集会室
講師 奈良県消費生活センター
くらしの安心安全サポーター

保育 あり ※要申込
申込・問合せ 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

9 あすなら保育園見学と学習会 「生きる力を育む」あすなら保育園の 見学と保育方針について

日時 11月7日(土) 10時～12時
講師 あすなら保育園 南裕子園長
子育てひろば「あすなら」から報告
保育 あり/100円(8ヵ月～未就園児) ※要申込
(別室でお預かりします)

申込・問合せ 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

10 11月の子ども料理教室 「ミネストローネ」 「りんごのスパイスケーキ」をつくろう!!

日程 11月 7日(土) コープみみなし 12人
11月14日(土) コープ真美ヶ丘 12人
11月21日(土) コープ六条 12人
11月28日(土) コープ真美ヶ丘 12人

時間 いずれも10時～12時30分 **参加費** 750円
持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・手ふき・筆記用具
対象 小学3年生以上。

調理実習中は保護者の同伴はご遠慮ください。
申込 往復はがきに、第1・第2参加希望日・店名と電話番号・住所・氏名(ふりがな)・学年を明記(1枚のはがきで2人まで申し込み可。2人とも氏名・学年・電話番号を記入)し、〒630-8503 奈良市恋の窪一丁目2番2号ならコープCSR組織広報部「子ども料理教室」まで。

締切 10月20日(火)必着。
応募多数の場合は抽選とします。

注意 キャンセルは必ずご連絡ください。
CSR組織広報部(☎0742・34・8735)まで
キャンセル料:2日前(木)……450円
前日(金)・当日(土)……750円
※参加人数が4人未満では開催がない場合があります。

要申込

11 大淀町植樹参加者募集!!

ならコープはJAならけんとともに、奈良県産米「ひのひかり」利用1キロにつき1円の「吉野の森と水を守るための募金」を植林活動費に充てています。ぜひご参加ください。

日時 10月31日(土) 10時～12時
場所 大淀町平畑運動公園 ※10時現地集合
持ち物 飲み物・タオル・軍手・作業できる
服装(長袖・長ズボン・運動靴)
申込 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

12 あすなら塾公開講演会 「見かたを知ろう!! 食品表示法が変わったよ!!」

改正された食品表示法の変更点などについて講演、意見交換をおこないます。

日時 10月30日(金) 10時～12時
会場 奈良県社会福祉総合センター
講師 井之上 仁氏(日生協品質保証本部 安全政策推進部)
定員 70人 無料
保育 あり ※保育申込締め切り日/10月22日(木)
申込 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・34・8735(月～金・9時～18時)

要申込

13 「コープたすけあいの会 (有償たすけあい活動)」説明会

組合員による高齢者や産前・産後の方などへの家事援助や子育て支援をおこなっています。活動は少しの時間で結構です。ご協力ください。

日程 10月 7日(水) コープ学園前 12時～13時
10月16日(金) コープいまご 10時30分～12時
10月19日(月) ならコープ本部 10時30分～12時

持ち物 ご登録の際は、筆記用具・印鑑(認印で可)・年会費(1,000円)が必要です。
問合せ 電話でCSR組織広報部まで
☎0742・35・1183(月～金・9時～17時)

受付中

14 今年度最終《東北応援バス》 参加者募集!!

被災地の今を知り、応援するためのボランティアバスです。

日程 第6回/12月23日(水・祝)～12月26日(土)
第7回/12月28日(月)～12月31日(木)
申込・問合せ 電話で人事総務部まで
☎0742・34・8731(月～土・9時～18時)

要申込



ココが大好き! ならコープ さあ、コープのお店に行こう!!

—コープ六条の巻— (店長が語るイチオシ!)

笑顔がいちばん

いつでも気持ちよく利用できるお店。心地よい場所と
感じるフレンドリーな雰囲気……コープ六条で最も心
がけているポイントのひとつです。その対応が際立つ
のが、店長イチオシのサービスコーナー。

コープ六条、実は夏ギフトの予約件数がコープ全店
でトップ! 毎年ギフト予約の目標件数は上がっているも
の、目標が高ければ高いほど「絶対に目標件数を
達成するぞ!!」と燃えるのだとか。そのがんばりを支
えているのが感謝の気持ちです。「たくさんの組合員
さんにご予約していただいて、本当にありがたいで
す。だから頑張れます」と職員は瞳をかがやかせます。
何よりの秘訣は、商品のよさをキチンと知ってもらうこと。
試食できるものはその味を知ってもらって、商品特長の
説明を交えながらの試食会を開くことも。

人と人が語りあう中で、納得して商品を手にする……
だからこそ、ギフトも「安心」して贈ることができます。手
間にかかるけれど、こうした地道な努力を続けること
ができるのも、地域に根ざした日頃のコミュニケーション
ができていからこそなのでしょう。33年の長い歴史を
もつ店舗ならではの「笑顔・つながり」の実績です。



誇りをもって

ギフトのほかに店内で自信をもっておすすめしている
のが、ならコープの産直商品。函館ロイヤルファーム
牛、有明名水豚、県内産直野菜など「組合員に安心
しておいしく感じてもらえる商品です」と胸を張ります。
ご存知の方々には「あたりまえの商品」なのですが、職
員がお店の商品に誇りを持つのは、とっても大切なコト
なんです。

たとえば、季節や旬を感じにくい畜産品にも「少しでも
季節を感じてもらえたら」と『お知らせボード』を使って
季節の花や行事などを演出してみる職員たち。お店で
働く人が自分たちの商品に自信を持っているからこそ、
自発的にできることなのでは? と思ってみたりもするの
です。

コープ六条では、これからも産直商品・コープ
商品を中心に品揃えを充実させます。
それはきっと、地域の組合員の
想いでもあるのでしょう。



2014年の 組合員のつどいの様子



●産直「海援鯛」の試食学習会(コープおしくま)



●約500人が参加した田原本支所での組合員のつどい



●川上村での組合員のつどい(桜井支所)



●学習や試食で組合員、職員が共に交流

組合員のつどいで 「みんなの願い」を伝えよう!!

私たちの想いをことばにし、
かたちにできることをお知らせします。

組合員のつどいは、支所やお店などの事業所が主催して
「組合員だれもが参加できる学びと交流の場」として
県内各地で開催しています。

2014年度は16回開催し、のべ4,086人が参加しました。

「組合員のつどいって?」
組合員のつどいでは、組合員の学び
と交流の場として、商品やくらしをも
とに組合員同士・職員が交流し、生協
の良さを伝えます。さまざまな講習会・
商品試食会などの集会所タイプや、土
曜日・日曜日に気軽に家族で参加で
きるイベントタイプなどがあります。
昨年、参加したみなさんからは「コー
プ商品を使ったアレンジ料理を覚えて
もらえて、レシピが増えました」「仕事
をするようになってから配達の方と
話す機会がなくなりました。今回参加
して職員さんともお話ができて、なつ
かしい感じがしました」など、たくさ
んの感想をいただいています。
組合員のつどいには職員やコープ
ネットも参加し、日頃は出逢う機会が
少ない方々との交流を楽しみにして
います。
開催期間は主に10月～12月、県内
の各地で開きます。詳しい情報は支所
やお店からお知らせしています。

「今年の内容は?」
テーマ「想いをことばに。」
ならコープには私たち誰もが考える「くらし
をよくするための願い」や「想いを声に出し
てカタチになった商品・サービス」などが、た
くさんあります。長年愛され続けているコー
プ商品に焦点をあてながら、そうした商品や
サービスのさまざまなヒミツ・ポイントを学
びたいです。
毎年「組合員のつどい実行委員会」を立ちあ
げ、コープネット・エリア委員・組合員理事と
職員が一緒になって、その年に開く組合員のつ
どいについて話しあっています。その中で教え
あい・学びあったコープ商品についての知識
(商品開発に至った想いやエピソードなども)
みなさんにお伝えできればと考えています。
●
ならコープでは「よりよいくらし」「安全・安
心な生活」のために、これからも多くの組合員
からさまざまな声を集めていきたいと考えて
います。ぜひ、組合員のつどいに参加して、み
なさんの「想い」をお聞かせくださいネ!



co-op 生協ヨーグルト 加糖 (要冷蔵)

400g

共 毎週案内しています。

共 店

取り扱いがない店舗もあります。ご了承ください。

酸味をおさえたまろやかな味わいの加糖タイプ。他のなめらかなヨーグルトに引けを取らず、400gでたっぷり満足感があります。思わず大きいスプーンで食べてしまいます。

三重県産乳を使用してなめらかに仕上げたヨーグルト。そのままおいしく食べられる加糖タイプ。



co-op 北海道のつぶコーン (要冷凍)

300g

共 次回案内予定：11月1回

共 店

取り扱いがない店舗もあります。ご了承ください。



このつぶコーン、甘くておいしいですよ。チャックシール付きの袋に入っているので、小出しができてとても便利。サラダやコロッケ、スープ、それに炒め物にも凍ったまま使うことができていろいろ重宝しています。

北海道十勝産のスイートコーンを収穫後、すぐに急速凍結。保存に便利なチャックシール付き。サラダや料理の付け合わせなどにも。

共・・・共同購入・個配取扱商品 店・・・店舗取扱商品 (一部店舗では取扱っていない場合があります)

★コールセンター：0120-577-039 (月～金 8:30～21:00 土 8:30～18:00)、
携帯電話 ☎0570-075-075、県外・IP電話 ☎0743-68-3100 (どちらも通話料は組合員さんご負担)
★コープベル(相談等)：0120-445-151 (月～土 10:00～17:00)
★聴覚障がいの方は、ご質問・お申し込みなどファックス(Fax.0742-88-6170)にてお送りください。



ならコープは国際規格であるISO 9001:2008品質マネジメントシステム及びISO14001:2004環境マネジメントシステムの認証を取得しています。

ならコープホームページ

<http://www.naracoop.or.jp/>

ならコープの料理情報と商品クチコミ広場は、携帯サイトでも見ることができます。店舗ファンクラブの登録もここからできます。

<http://www.naracoop.or.jp/m/>

eフレンズなら 登録募集中!



あをがき 誌名は古事記に詠まれた「やまとは 国のまほろば たたなづく 青垣 山ごもれる 大和し うるはし」のうたに由来しています。奈良盆地を取り囲む青垣(あをがき)の山々のように、みんなで手を取り合ってゆこう、との思いを表しています。

〒630-8503 奈良市恋の塚一丁目2番2号 ☎(0742)34-8735 FAX(0742)88-6170 ●発行/市民生活協同組合ならコープ
●毎月1日発行 ●企画/あをがき企画会議 ●編集制作・撮影/(株)田部井デザイン ●組合員数(8月末)261,894世帯