

あをがき

11

Vol.502

Take Free

ご自由にお取りください

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。

北海道産
ほたて貝柱



今月のお知らせ

特集

誰もが安心してらせる地域づくりのために
「みんなで子育て」を合言葉に

2018年の介護保険制度 市町村の第7期計画に向けて
社会福祉法人 協同福祉会の取り組み

今月の掲示板

インフォメーション

北海道産
ほたて貝柱

北海道の大自然に育まれたホタテ貝

厳しい自然と向き合う

た幼生を海に吊るした採苗器^{さいひょうき}と呼ばれるネットに附着させ、一定の大きさまで成長させる。その後、採苗器を引き上げて選別し、籠に入れ、再度海に吊るして生育させる。1円玉サイズに育った稚貝は次の年の春に海から引き上げ、道内の各漁協に出荷される。

漁は大きく分けて地撒き^{じまき}式と垂下式^{すいか}の2つの方法がある。オホーツク海や根室海峡地区でおこなわれる地撒き式は、稚貝を海に放流し、海底で成長させてから漁獲。噴火湾や日本海でおこなわれる垂下式は、稚貝を籠に入れて海中に吊るし、成長させてから漁獲する。

ホタテ貝は、自然界のプランクトンを食べながら成長。地撒き式では、成貝になるまで4年かかるが、漁が毎年できるようにするため「四輪採^{よりんさい}」という漁法が取り入れられている。漁場を4区画に分け、1年ごとに稚貝放流、育成、漁獲をおこなう。こうした取り組みは「資源管理型漁業」と呼ばれ、地域の水産物を守り育てながら持続可能な漁業をめざしている。

豊かな海に育まれ

北海道の海域の中でも、オホーツク海は水深が比較的浅く、海底が砂地でホタテ貝の生育に適していると

新年を寿ぐ海の幸



(販売者)
北海道札幌市
北海道漁業協同組合連合会
北海道札幌市中央区北3条西7丁目



お正月準備号で案内
注文期間/
11月6日(月)~
12月1日(金)締切

うま味たっぷり

冬になると鍋料理やシチューの具材によく使われるホタテ貝。その貝殻を帆かけ舟に見立て、物事が順風満帆にいくという意味や、形が末広がりになっていることから縁起物のひとつとして、おせち料理でも重宝される。まさに新年を寿ぐ食材だ。

ホタテ貝の水揚げ量日本一の北海道。厳寒の海でたくましく育ったホタテ貝は肉厚で、身が締まっている。中でも、うま味がたっぷり詰まった貝柱は、刺し身にして味わうのが

4年かけて生育

一番。プリッツとした食感とともに、しっかりとした甘みが口の中に広がる。そんな北海道を代表する海の幸を、水揚げされたその日のうちに貝むきし、冷凍したのが北海道漁業協同組合連合会の「北海道産ほたて貝柱」。毎年この時期、お正月用に販売される人気商品のひとつだ。

ホタテ貝の生産は、まず稚貝を育てることから始まる。卵からかえつ

いう。それに加え、「冬には流水が大量のプランクトンを運んでくれるのでエサが豊富。そして春には、山の雪解け水が川から沖合へ流れ込み、ミネラルを含んだ栄養豊かな海になる」と浅野船長は話す。大自然

の厳しさにさらされる一方、その恩恵もいっぱい受けて育つホタテ貝。「肉厚で引き締まった身の食感是最高。日本一うまい貝柱を、多くの人にぜひ味わってほしい」と笑顔を見せていた。



稚貝



4年かけて育ったホタテ貝



大岬港に水揚げされるホタテ貝

ほたて貝柱が箱詰めされるまで



①目視検査



②水洗い



③貝むき



④袋詰めされた後、金属探知機にかける



⑤細菌検査



⑥トンネルフリーザーで急速冷凍された貝柱

今回の商品紹介

「北海道産ほたて貝柱」(大・化粧箱入り)400g

お正月準備号で案内
注文期間／
11月6日(月)～
12月1日(金)締切



⑦化粧箱に詰める

商品プレゼント

北海道漁業協同組合連合会さんからのご協賛で、
「北海道産ほたて貝柱」(大・化粧箱入り)400gを5名様にプレゼントします。

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 ならコープ「あをがき11月号プレゼント係」までお送りください。
(11月30日〆切)※宛先住所記入は不要です

株式会社 鹿島食品センター
加工部水産課 矢部はるみさん



9月号プレゼント「STICK CHOCOLATE(ミニパーチョコ)」の当選者は

福井 三奈さん(奈良市)・鶴田 睦さん(奈良市)・道順 年子さん(樺原市)・荻田 なほみさん(三郷町)・中田 裕美さん(生駒市)・高橋 里恵さん(天理市)・
吉岡 直子さん(吉野町)・関野 洋子さん(香芝市)・橋詰 美紀子さん(樺原市)・堀 幸恵さん(広陵町)でした。おめでとうございます。(応募総数85通)



宗谷岬に近い大岬港。向こうにはオホーツクの海が広がる

鮮度が命

北海道の各港で水揚げされたホ
タテ貝は、生きたまま道内各地の加
工場に運ばれる。そのひとつ、稚内市
の株式会社力ネ二台丸谷の食品工場
では、従業員たちが手作業で貝むき
をおこなう。山のように積まれたホ
タテ貝を前に次々とヘラを差し込
み、瞬で貝柱だけを取り出す。

貝柱はその後、水洗いや滅菌処理
などの工程を経て、トンネルフリー
ザーで急速冷凍。乾燥を防ぐため薄
い氷の膜で覆うグレース処理をおこ
ない、冷凍保管される。水洗いから
冷凍まで30分以内の作業。同社の浜
西啓康専務は「とにかく鮮度が命。
すべての工程にスピードが求められ
ます」と話す。

また工場内では、各工程での目視
検査と温度管理を徹底している。品
質管理専門の従業員を配置し、水洗
いする際の水温なども細かくチェッ
ク。抜き取りによる細菌検査もおこ
なう。

冷凍保管された貝柱は、北海道漁
業協同組合連合会グループの株式
会社ぎよれん鹿島食品センター(茨
城県神栖市)に輸送され、バック詰め

される。そして、金属検知機やウエイ
トチェッカーにかけた後、化粧箱に入
れて出荷される。
こうして新年を寿ぐ「ほたて貝
柱」は、鮮度の高いまま、安心・安全
な商品として、組合員のもとへ届け
られる。

豆知識「北海道産ほたて貝柱」Q&A

Q 上手に解凍するには?

A ①乾燥を防ぐための氷の膜を水道水で
洗い流し、キッチンペーパーなどで水
気をふき取る。

②水気をふき取ったら、皿にのせてラッ
プをして半日ほど冷蔵庫に入れて解
凍する。

【お急ぎの場合】①の後、ポリ袋に入れて流水に浸す。

☆ポイント☆

①の手間をかけるだけで水っぽさのない、プリッとしたお刺身が楽しめます。



Q 貝柱の切り方はどうすれば美味しく
食べられる?

A 繊維にそって縦に切るとしつかりとし
た歯ごたえが楽しめます。お刺身や海
鮮丼は縦切りがオススメです。横に開
くと、見栄えが良く、ドレッシングやオイ
ルに良く絡みます。カルパッチョには
横切りがオススメです。

(北海道漁業協同組合連合会の資料より)



誰もが安心してくらせる 地域づくりのために 「みんなで子育て」 を合言葉に

最近、テレビのニュースや新聞で目にする機会の多い「子どもの貧困」や「こども食堂」などの言葉。現在では貧困は誰にでも起こりうる身近な問題として認識され、特に子どもの貧困に対して草の根的なこども食堂の取り組みが各地でおこなわれています。

一人親家庭の増加や核家族化、家族や親族などの血縁と地域のつながりの希薄化により、周囲から孤立した環境の子育て家庭が近年増加

しています。また、子育て世代にある保護者層の非正規化が進む雇用状況などにより、生活保護費以下の収入でくらす子育て世帯が過去20年で倍増したともいわれており、子どもを取り巻く状況は危機的なものになっています。

ならコープでは、「誰もが安心して



あすなろハイツ柳本 こども食堂

てくらせる地域づくり」において、子どもの貧困を地域課題の一つと

え、国や奈良県の施策、日本生活協同組合連合会の考え方をもとに「ならコープの子どもの貧困問題に対する考え方」を整理。あわせて、県が掲げる施策に関するこども食堂への支援と関わりを政策的にすすめるために「こども食堂への対応方針」をまとめました。

子どもの貧困は、大人の貧困や、家庭環境などと複雑に関係しており、食材支援だけではないさまざまな取り組みが必要だとならコープは考



ます。学ぶ場や共感する場をつくり地域の理解者を増やすこと、子どもを一人ぼっちにしない地域づくり、あわせて必要な時には専門の支援制度につなげられる地域の居場所とネットワークづくりに取り組めます。

そもそも、こども食堂の対象を貧困家庭に限定することはプライバシーの問題もあり難しく、かえって格差を広げ、地域からの孤立につながる恐れがあります。ならコープでは「こども食堂」とは

子どもを含む

地域住民が気軽に集える場であり「食」のある場所と考えます。「こども食堂」が、地域で理解や共感を得ながら継続するためには、子どもには、子どもの貧困問題を人ごとではなく、自身の問題として捉えた地域



こども食堂の様子(あすなろハイツ柳本)

2017年8月には橿原市の奈良県社会福祉総合センターで、主にこども食堂を運営している31団体による「奈良こども食堂ネット



奈良こども食堂ネットワーク設立

り補い合いながら大きな力としていくことをめざし、奈良県内のこども食堂の運営を応援していきます。





もっと知りたい!ならコープ「夕食宅配」



「夕食宅配」利用者の声

- ♥夕食宅配お弁当を試しに母親分を頼みました。薄味なのに味付けも良く、日替わりの献立なので蓋を開けるのを楽しみにしています。身体に優しい、美味しいお弁当をこれからもお願いします。
- ♥他社の宅食も利用していましたが、生協の夕食宅配はとても美味しいです。メニューも日替わり・季節を感じられる献立なのもうれしいです。これからも長く利用させていただきます。
- ♥冷凍おかずは品数も多く、味も大変おいしいです。いまでは多めに注文し昼食にも食べています。
- ♥コープの夕食宅配は、塩分、カロリー面も配慮されているので、安心です。生協の夕食宅配のおかげで体調も良くなった気がします。
- ♥私は妻に先立たれ一人暮らしで自分では料理が出来ませんので弁当(おかず)を頼りにしています。末長く続けられるように今後ともよろしくお願いします。

ならコープ夕食宅配サービス内容 おいしい夕食を毎日違った献立でお届けします。

こだわりポイント

県内各自治体と見守り活動の協定締結をすすめています

- ・栄養バランスを考えた手作りの味とならコープ独自基準、安心の品質管理
- ・お弁当は宅配スタッフが手渡しでお届け

コース

- ①彩菜御膳コース ②おかずコース ③お弁当コース

ご利用は

3つのコースの中からご利用のコースを選び、下記まで

- ・1週間単位 月～金の5日間単位でのご利用

- ・お届け料金不要、ご登録住所へお届け

- ・一部お届けできない地域もございます。詳しくはお問い合わせ下さい

11月～
組合員の声に応じて
取扱いスタート

- やわらか食
- 介護食
- 健康管理食

ならコープコールセンター

0120-577-039 〔月～金 8:30～21:00〕
〔土 8:30～18:00〕

県外およびIP電話からは 0743-68-3100

This month's question

今月の質問



「飯切フタ付3合用」蓋の一部が
茶色くベタベタしてきた。
洗っても取れない。



本品は、原料として、寿司飯の余分な水分を調節するのに適しているサワラ材を使用しています。サワラ材の特性として、製品になった後も木の樹脂(ヤニ)を全体に出そうとする働きがあります。ヤニは木の天然の養分で傷や腐敗から身を守る液として、木の表面にあらわれるものです。ベタベタしますが人体には無害です。ヤニが出た場合は、ぬるま湯に浸けてヤニを柔らかくし、薬用アルコールで拭いて下さい。ウイスキー等の酒類でも代用できますが、なるべくアルコール度数の高いものをご使用下さい。シミは残りますが、ベタベタや苦味は除去できます。



「種無し巨峰」どの粒も種が入っている。
どうして?



種なしぶどうは、ジベレリン処理という人為的な処置を行い作ります。この処理は、容器に入ったジベレリン液に成長途中のぶどうの房を漬け、液から取り出し、数時間、液がぶどうの粒に浸透するのを待ちます。その間に雨などの水分が被ったり、日照が不足したりすると、液の浸透が上手くいかない場合があります。今回のケースはこれにあたると考えられました。産地での園地管理と取引先での選別、点検を強化するように要請をしました。



ご意見・ご要望は

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)
※商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。

9月度 ならコープの産地・工場点検実績表

※商品調達部門・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
商品調達部門点検	4社の取引先	(株)門永水産(水産)、(株)北岡本店(酒)、西内酒造(酒)、(株)大和(日配)の点検を実施しました。
品質保証部門点検	11社の取引先	㈱関西ダイエツクック(日配)、農事組合法人 美吉野農園組合(日配)、谷川豆腐店(日配)、㈱北岡本店(酒)、森屋食品(水産)、㈱丸秀食品(畜産)、㈱地域活性化局(食品)、西内酒造(酒)、三重県漁業協同組合連合会(水産)、㈱大和(日配)、㈱奈良コープ産業(日配)の点検を実施しました。
コープネットの見学	3社の見学	4コープネット154人、㈱リバーズ、生活協同組合コープこうべ六甲アイランド食品工場、㈱滋賀有機ネットワークの見学を実施しました。

コープ七条オープン記念 組合員感謝企画を実施中!

いよいよコープ七条オープンが近づきました。出店を記念して、たぐいま全組合員のくらしを応援する「コープ七条開店感謝祭 1億5,000万円大還元」を開催しています。店舗および共同購入・こまどり便・受取ハウスではすでにスタートし、ならコープの総力をあけて、「組合員還元」を実施します。ぜひ、コープで楽しくお得に日々のお買い物を!そして、コープ七条のオープン開店感謝企画にご期待ください。



店舗

全店で、コープ七条オープン開店感謝企画としてお買い得セールを実施しています。12月には、イエローシート企画を実施。12/9(土)～12/17(日)の期間にご利用合計金額10,000円(税込)以上のレシート毎に500円のお買い物券をプレゼントします。12/17(日)～12/26(火)のレシート交換期間に店舗サービスコーナーまでお持ちください。

共同購入・こまどり便・受取りハウス

共同購入・こまどり便・受取りハウスご利用のみなさんには、11/2回・11/4回企画にて「COMETでならびを探せ」を実施。さらに開店感謝祭マーク商品10%OFF、12月2回に人気商品総選挙上位商品をお買い得価格でご案内します。

なにかと出費のかさむ年末、ならコープの大還元セールをこれからもお見逃しなく!!

無洗米胚芽米奈良県産ひのひかり(特別栽培米)5kg カビ発生についてのお詫び

7月2回企画にてお届けした商品が、いつもより黒っぽいというお申し出が4件あり、販売者である全農パールライス(株)から、ご利用された組合員への注意喚起の要請がありました。ならコープでは、ご利用組合員へのお詫びとお知らせをハガキ及び店内POPにておこない、家庭内在庫が同様の状態になっている場合はお申し出をいただきますようお願いしました。その後、7月4回企画の月曜日、火曜日にお届けした商品においても同様の申し出が3件あり、同じくハガキ及び店内POPにて、ご利用組合員へのお詫びとお知らせをおこないました。

調査の結果、カビの種類はユーロチウム属菌(俗名カワキコウジカビ)であり、カビ毒は産生しない菌であることが確認されました。

■原因について

7月2回企画分と7月4回の月曜日、火曜日にお届けした精米日が7月19日の商品について、水分含有量は、基準内であったものの、その他の精米日の製品と比較して高かったことが確認されました。

そのため、いずれかの段階において、高温、多湿の気候の影響を受け、カビが発生したものと推察されました。

■今後の対策

胚芽精米については、精米時に胚芽を80%以上残すことから、やや水分が高くなります。

そのため、今年度も水分含有量の低い玄米を選んで使用してきましたが、近年の高温、多湿の気候を鑑みて梅雨時期～残暑期にあたります6月～10月について同商品の企画は休止させていただきます。何卒ご理解のほどお願い申し上げます。組合員のみなさんには大変ご迷惑とご心配をおかけし、誠に申し訳ございません。



News of this month

今月のお知らせ

ピースアクションinなら2017 今こそ聴こう!考えよう!行動しよう! ～核兵器禁止条約締結の実現に向けて～ を開催しました。

9月30日(土)、奈良商工会議所において「ピースアクションinなら2017」を開催し、68人が参加しました。



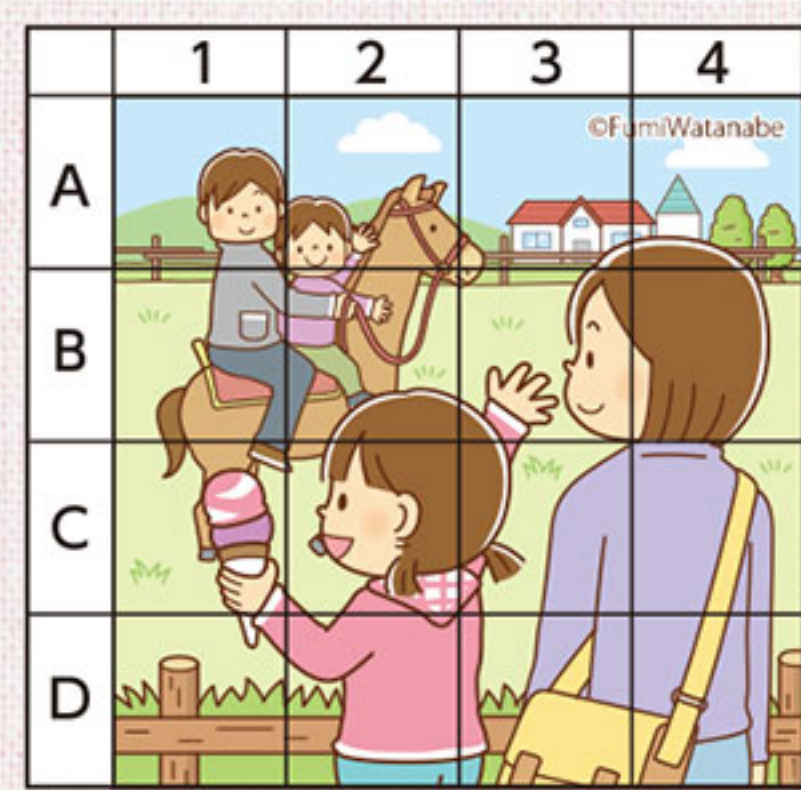
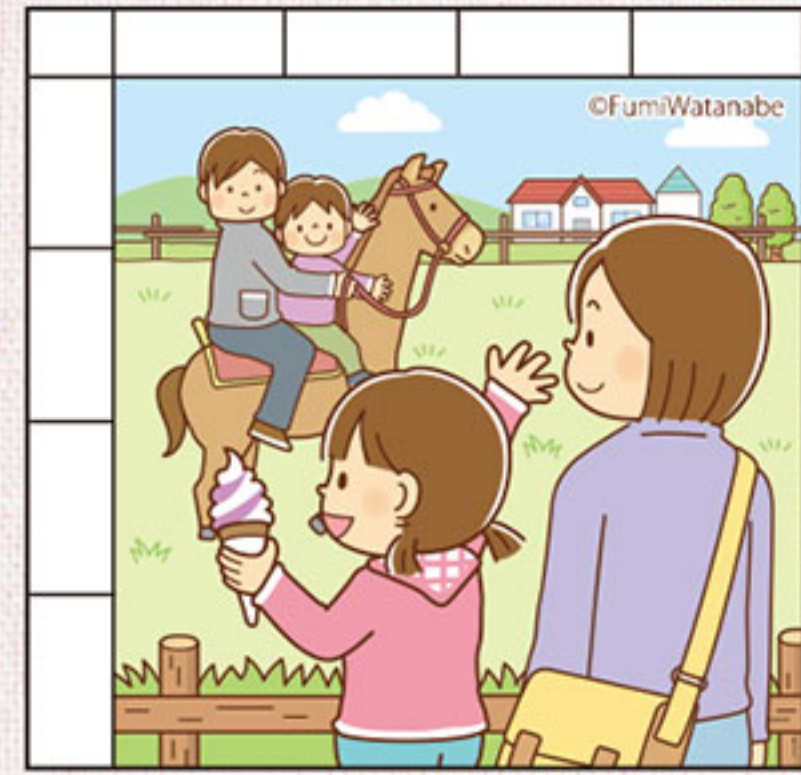
ならコープでは、毎年、奈良県生活協同組合連合会の会員生協、ならコープ平和の会、ならコープwithユニセフの会とともに「ピースアクションinなら」を開催しています。

今回の講演では、(公財)広島平和文化センター常任理事の岩崎静二氏が「核兵器を取り巻く世界情勢」についてお話され、奈良市在住の松本有紀江氏による被爆証言、「ピースナウなら」実行委員の大学生がそれぞれの核兵器廃絶と平和への想いを語りました。またピースアクションをすすめる会による寸劇「核兵器いらん!国連に署名を届けよう」から、今年7月に採択された核兵器禁止条約にすべての国が批准することをめざす、ヒバクシャ国際署名への賛同を呼び掛けました。



器いらん!国連に署名を届けよう」から、今年7月に採択された核兵器禁止条約にすべての国が批准することをめざす、ヒバクシャ国際署名への賛同を呼び掛けました。





印刷の汚れ・カスミなどは当てはまらないよ。
今月の間違いは「4カ所」です。
よく見て探してね!

9月号のイラストでの正解は
こちらの二次元コードから▼

9月号のクイズの答えは
「A-2・B-4・C-2・C-3」です。
Aランクでしたので、20名の方に
2,000円分のならコープ商品券を
お送りします。応募数は、509通でした。



当選者

守口 美知さん(生駒市)	平野 聖子さん(大淀町)	中西 希奈さん(広陵町)
鶴内 弘子さん(三郷町)	中村 悦子さん(橿原市)	岩崎 満喜さん(大和郡山市)
小野 真里子さん(香芝市)	堀川 清美さん(大和郡山市)	藤田 あゆみさん(大和郡山市)
坂本 尚也さん(御所市)	今江 恵子さん(生駒市)	木村 聡美さん(大和郡山市)
吉村 友美子さん(大和郡山市)	堀見 里美さん(王寺町)	松井 和幸さん(大和郡山市)
北田 恵美さん(生駒市)	浜口 雅美さん(天理市)	宮本 美枝さん(平群町)
岩川 早苗さん(伏見市)	向山 菜葉乃さん(田原町)	

まちがいがし「LOOK!」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 ならコープ「あをがきクイズ係」
※宛先住所記入は不要です
11月30日の消印まで有効です。

今月の掲示板



古いタオルやバスタオルなどいただきものがたくさんたまっています。雑巾やなべつかみを作ったり、大掃除の時に使って、そのまま捨てたりしていますが、使いきれず困っています。皆さまは無駄にせずどのように活用されているのでしょうか?

寄付してみる

大和郡山市 I・K
古いタオル、いただきもの、どちらもボランティア団体やペットを支援する団体などに寄付されてみるのはいかがですか。とても喜んでもらってくださいますよ。

つなげて使う

香芝市 S・Y
きれいなタオルをバッチワークのようにつなげて、こたつぶとんカバーなんかいかがですか。濃い色合いのタオルで縁どりするとい感じに落ち着くと思います。古いタオルは、小さく切ってトイレ用にします。アルコールを含ませて、使い捨てにすると、すぐなくなってしまうですよ。

台所の油拭きに

桜井市 N・K
古いタオルやバスタオルの活用方法ですが、リサイクルショップに持っていったり、小さく切って調理後のフライパンの油を拭きとる布にしたりしています。台所は何かと汚れるので、小さく切ったタオルをかごに入れてストックしておくとかく重宝します。着古したTシャツやパ



商品探訪が楽しみ

奈良市 Y・S
すぐ出来たあまりの嬉しさに、答えを書かないで投函してしまいました。だからこれは2通目です。笑ってやってください。感想は、1通目にも書きましたが、毎回、商品探訪は楽しみです。コープ歴は長いので、子どもたちが巣立った後は、利用する商品が少し変わりましたが、懐かしさもあると思います。次回は何が載るのか楽しみにしています。

孫に喜ばれるのが一番

五條市 K・M
いつもあをがきを楽しみ読ませてもらい、また知らなかった事も勉強に

ジャマでもいいのですが、吸水的にはやはりタオルが一番です。

サドル拭きで重宝

天理市 W・S
古いタオルは、小さく切って、油汚れを拭き取っています。また、窓拭きにも使い、そのまま捨てています。自転車のサドル下に入れておくと、雨でぬれたサドルを拭くのに重宝します。この時は、雑巾形にしておくということです。

バザーに出品

広陵町 M・Y
私の家では、タオルを買っている方なので、とてもうらやましいです。地域や学校などバザーが秋になると開催されるので出品したり、ペットボトルカバーや赤ちゃん用のスタイなど、ネットで見るとたくさんアイデアがのつてます!

フリマで販売

橿原市 S・E
もったいないです。以前に比べて、香典返しや出産祝のお返しなどでいたたく回数も減り、在庫が尽きたので、最近ではバザーなどで購入

老人ホームで喜ばれる

奈良市 Y・Y
老人ホームで働いています。タオル類は入浴やおしり拭きとして利用価値が高く、又、消毒したりでいたむのも早いので、寄付してくださる方にいつも感謝して使っています。お近くに老人ホームはありませんか?使ってくれるか聞いてみてはいかがでしょう?保育園でも喜ばれるかもしれません!

介護施設でも喜ばれる

奈良市 A・M
タオルやバスタオルがたまつて困っておられるとのこと、私は以前、熊本の被災地へおくりしました。あと、近くの学校、牧場はお乳しぼりで何枚あっても良いとのこと。介護施設もよろこんでひきとって下さいます。

微力ながら応援したい

大和郡山市 K・M
「福島の子ども保養プロジェクト in なら」を開催された記事を読みました。時が経つと忘れてしまいがちですが、募金をしつつ微力ながら応援したいと思っています。

ならコープでんきに期待

橿原市 Y・K
我が家はオール電化なのですが、私の周囲でもならコープでんきに切り替える方が増えていますよ。夜間電力割引プランが使える家ではなかなか切り替えられないですが、どんどんお安く利用できるシステム拡大を期待しています。皆でecoに努めましょう!

助かる「あったか便」

大和郡山市 I・K
生協さんの「あったか便」とてもありがたく利用しています。こまどり便にもお世話になっていますが、足りない時、しかも生協さんのものが欲しい



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

皆さまのお便りを募集しています



1月号のおたすけVoice!!

2歳の子どもが食物アレルギーで、少量でも症状が出ます。今までは親が食べるものを選んでいましたが、同年代と接する機会が増え、特にお菓子類は周りが食べているのに自分だけたべられないことが未だ理解できず泣いてしまいます。つい子どもに強く制止することもあります。やはりかわいそうだと感じます。これからさらに広がる遊び友だちに毎回アレルギーなので配慮してほしいとも言いづらく悩んでいます。みなさまは、どのようにされているか良きアドバイスをお願いします。

日頃の疑問や悩み、お気軽にお寄せください。みんなで考えてみましょう。
▲「おたすけVoice!!」にぜひ応援のメッセージを!! 締切日:11月30日
※字数は200~300字程度をお願いします。

お便り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 ならコープ「あをがき係」まで ※宛先住所記入は不要です



と思う時、お願いして助かっています。

地球を救ってほしい

大和郡山市 O・K
今、国内外さわがしくなっています。が、なんでヤツ?!って思う事が多い。地球を救ってくれるスーパーマンみたいな人物が現れないでしょうかね...

敬老の日

宇陀市 I・K
娘の携帯から電話があつて二人の孫たちがいつもありがたう、おじいちゃんにも言つてねと話す。急に何があつたの...わざわざ電話で!!と思っていました。そうしたら、おじいちゃんもおばあちゃんも長生きしてねと、また電話口で孫が話す。そうや今日は敬老の日やな。60歳過ぎたいま、全くピンときていなかった。じいちゃんばあちゃんやなあとあらためて思う。主人に似て良く気のつく娘と素直な孫たちに感謝です。ありがたうと何度も言っていました。

① 12月の子ども料理教室 「クリスマスケーキ」「軽食」をつくろう!!

日程 12月 2日(土) コープみみなし 12人
12月 9日(土) コープなんごう 8人
12月16日(土) コープみみなし 12人
12月23日(土) コープなんごう 8人
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、保護者同伴はご遠慮ください。
申込 往復はがきに、組合員番号・参加希望日(第1・第2)と店名・電話番号・住所・氏名(ふりがな)・学年を明記、

(〒630-8503 ならコープCSR組織広報部 子ども料理教室宛)にお送りください。1枚のはがきで2人まで申込可。2人とも組合員番号・氏名(ふりがな)・学年・電話番号をご記入ください。

締切 11月14日(火)必着。応募多数時、抽選。
キャンセル CSR組織広報部 ☎0742-34-8735まで、必ずご連絡ください。
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人に満たない場合は、開催されないこともあります。ご了承ください。

② 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。(年齢不問)

日程 11月12日(日)Dコープいこま周年祭内10時～12時
11月14日(火)Dコープたつたがわ 13時30分～15時
11月14日(火)コープたかだ 10時30分～12時
11月16日(木)あすなら苑3F 13時30分～15時

持ち物 登録していただける方は、筆記用具・印鑑(認印で可)・年会費(1,000円)が必要となります。

問合せ CSR組織広報部内 コープたすけあいの会事務局
(日程以外でも問合せ可)
☎0742-35-1183(月～金・9時～17時)

③ 福祉公開講演会 「もう、介護保険には頼れない!!」

要支援が市町村の総合事業に移行し、介護保険制度からはずされました。近い将来、国は要介護1・2もはずしていこうとしています。調理や掃除、通院介助などの生活支援は全額自己負担になります。「介護保険外サービス」と「混合介護」、その課題と問題点についてお話を聞きます。

日時 12月8日(金) 10時～12時
場所 やまと郡山城ホール 小ホール(近鉄郡山駅下車 徒歩7分)
講師 協同福祉会 村城正理事長
定員 150人
主催 あすなら友の会・協同福祉会 後援 ならコープ
申込 あすなら苑・あすなら友の会事務局 ☎0743-57-1165
※駐車場に限りがあります。公共交通機関が乗り合わせでお願いします。

④ LPAの会講演会 元気なわたしのハッピー終活(エンド) 子どものために今できること～家・家族・預貯金～

認知症に備える成年後見人制度・家族信託など、相続が争続にならないために実例をあげてわかりやすくお話しいたします。

日時 12月6日(水) 13時～15時(受付12時30分)
場所 (社)奈良県経済倶楽部 経済会館5F 大会議室
講師 溝上 純子氏(弁護士) 定員 70人(先着順) 保育 なし
申込・問合せ CSR組織広報部 ☎0742-34-8735(月～金・9時～18時)

⑤ 講演会「家族を考える～大切な人だからいい関係で～」

非婚化・少子化がすすんでいる中、従来の家族像が唯一のモデルではなくなってきています。多様な生き方が認められる社会のシステムとは。一人ひとりのいい関係づくりについてお話しいたします。

日時 12月11日(月) 13時30分～15時30分
場所 桜井市役所 3階会議室
講師 伊田広行氏 (立命館大学・神戸大学非常勤講師)
定員 30人 参加費 無料
主催 ならコープ男女共同参画研究会「いこ～る」
問合せ いこ～る代表 松田夕紀子 ☎0744-42-2032(FAXも同じ)

⑥ 学習会「福島原発事故による子どもの健康への影響」

福島原発事故から6年、原発再稼働が進んでいます子どもたちの現状はどのようになっているのでしょうか。放射線の内部被曝から子どもを守る活動をされている西大寺の小児科医・入江紀夫先生から最新の情報を伺います。

日時 11月26日(日) 13時～15時
会場 はぐくみセンター 会議室1-1(1階)
(奈良市三条本町13-1 ☎0742-34-2303 駐車場あり)
参加費 無料(申込不要) 主催 ならコープ平和の会
問合せ ☎・FAX 0742-41-7600(大川)
☎0742-41-4325(堀江) 18時～21時

⑦ コープくらしの法律相談会

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・個人情報等は厳重に管理します。

日時 11月25日(土) 10時～13時
場所 コープおしくま集会所 定員 6人(先着順)お一人30分以内
申込 11月1日(水)～11月24日(金) 12時までに人事総務部
☎0742-34-8731(受付は月～土・9時～18時)

⑧ 黒滝村でササユリの植栽地の草刈りと ササユリの植栽(絆の森整備事業)

黒滝村の里山でササユリの植栽地の草刈りとササユリの植栽を行います。秋の吉野路で気持ちのいい汗を流しませんか。

日時 11月25日(土) 10時～15時 定員 20人
集合 黒滝案内センター(道の駅)(近鉄下市口駅前9時20分
洞川温泉行きバスで黒滝案内センター下車)
持ち物 お弁当・飲み物・タオル・軍手・作業できる服装(長そで、長ズボン)
申込 CSR組織広報部 ☎0742-34-8735(月～金・9時～18時)

⑨ 近畿ろうきん「エイブル・アート近畿2017 ひと・アート・まち奈良」を開催

近畿ろうきん「エイブル・アート近畿 ひと・アート・まち」は障がいのある人の芸術活動を、まちと人をアートでつなぎ、豊かな社会づくりをめざすコミュニティ・アートプロジェクトです。芸術の秋、ぜひ「可能性の芸術」に触れてみてください。

日時 12月8日(金)～17日(日)
会場 大和郡山市(近鉄大和郡山駅周辺)

① asmo大和郡山4階
② ふくせ/金魚電話ボックスの近く
③ 柳花廉ギャラリー/金魚電話ボックスの近く
④ 近鉄大和郡山駅前広場(11/19)
⑤ ならコープ/本部・いまご・七条(11/18～12/17)
⑥ みみなし診療所(11/18～12/1)
⑦ 近畿ろうきん/奈良県内各支店(11/20～12/15)

内容 ・展覧会「大和郡山抱擁芸術」 ※会場①②③
・コミュニティプロジェクト展示 ※会場①
・国際交流映像プロジェクト展示 ※会場①
・プレワークショップ(11/19) ※会場④
・展覧会「プライベート美術館」 ※会場⑤⑥⑦

問合せ (一財)たんぼぼの家(担当:岡部・春田)
☎0742-43-7055
近畿労働金庫 地域共生推進室(担当:平尾・中須)
☎06-6449-0842



⑩ (一財)再エネ協同基金 助成事業説明会受付中

(一財)再エネ協同基金では、再エネや省エネを普及するための助成事業を行っています。太陽熱温水器、太陽光発電設備、蓄電池、断熱窓などの再エネ設備や省エネ機器の導入を検討されている方は再エネ協同基金の助成事業の詳細についての説明会を開催しますのでぜひご参加ください。

日時 11月22日(水) 10時～11時
場所 ならコープ本部(奈良市恋の窪一丁目2番2号)
定員 30人
先着順 受付開始 11月6日(月)～
申込 申込みフォーム、メール、電話にて受付します。
申込フォームはこちら▶▶▶▶▶▶
メール saiene@kyodokikin.com
電話 ☎0742-33-9528(月～金・9時～18時)



⑪ ならコープLPAの会 「どうする!?子ども・孫の教育資金」

気になるけど、まだ子どもも小さいし・・・と先送りしてしまいがちな教育資金。進学時にあわてないために、今から準備しませんか?「子どもの教育費ってどのくらい必要なの?」「どうやって貯めるの?」ケーキとお茶で楽しく学習しましょう。
「市販薬購入のレシートで税金が戻るかも!」ワンポイントセミナー付き(15分程度)

日時 11月21日(火) 10時～11時40分
会場 コープおしくま 集会室1F
対象 小学生以下のお子さん、お孫さんがいらっしゃる方
定員 15人(先着順)
持ち物 筆記用具、電卓または電卓機能のついた携帯電話など
保育 あり(集会室2F)
申込・問合せ CSR組織広報部 ☎0742-34-8735(月～金・9時～18時)

⑫ 住まいの相談会

トイレに行く時、寒い思いをしませんか?寒い脱衣所から急に熱いお風呂に入って、脈拍が早くなったり動悸がしたりしませんか?寒い住まいは病気のリスクも高まります。「寒い住まい」の断熱リフォームを検討されませんか?「組合員様といっしょに」考えていきましょう。じっくりと相談できる「住まいの相談会」はこちら。

日時 11月18日(土)
コープいまご・Dコープたつたがわ・コープおしくま
(いずれも13時～16時、組合員集会所等にて)
※1組様1時間程の予約制、無料、2日前までにお申込み下さい。
申込 住宅サービス(ならコープ専属の住宅相談窓口)
0120-233-039(9時～17時・日祝休み)
携帯からは☎0742-62-0408

⑬ いつまでも健康でいたいすべての人のための 「ならコープ健康大学」開校!

ストレッチ・ヨガ、立ち幅跳び、エアロディスク、前屈測定他体操や運動機会に加え、専門領域からの医療講座や健康相談など誰でも、気軽に運動実践、健康実感を目指すカレッジ。さあ一緒に始めましょう。健康対策!

日時 11月20日(月) 13時30分～16時30分(予定)
※3年間で全10回のカリキュラムを予定、第2回は来年3月開催(予定)
場所 王寺町地域交流センター(リーベル王寺東館5階/北葛城郡王寺町久度2-2-1-501 JR王寺駅徒歩5分)
定員 100人※先着順 参加費 無料
内容 健康体操、基本運動等フィットネス/健康講座/健康・運動check&相談他 持ち物 大き目のタオル
後援 奈良県/奈良県医療福祉生活協同組合/(福)協同福祉会/NPO法人ボルベニルカシハラススポーツクラブ他
協賛 日本コープ共済生活協同組合連合会
申込・問合せ ☎0742-34-8260(月～金・9時～18時)

2018年の 介護保険制度の見直し 市町村の第7期計画に向けて (2018年度～2020年度)

高良 2018年の介護保険制度はどのような改正が予定されているのでしょうか？

村城 2018年以降は、「介護は施設でなく在宅で看る時代」という流れが「層鮮明になり、介護保険制度の対象は、中重度（要介護度3以上）にシフトしていくこと

になります。特に2018年度は介護と医療のダブル改正になり、どちらの制度も国民負担が重くなる方向で見直しが始まっています。

高良 具体的にはどのような方向で改正されるのですか？

村城 現在、訪問介護サービスで実施している「生活援助サービス（掃除や洗濯）」を外していく方向で検討がすすめられています。生活援助サービスがなくなることは、利用者の反発も強いでしょうから、国は介護事業者が受け取る介護報酬を減額し、事業者がサービスを提供しにくくしたり、いずれは介護保険外の市町村総合事業への移行を考えているようです。また、来年の8月からは、現役並みの所得がある高齢者は、自己負担の一部を3割にすることが決まっており、いずれは介護保険の自己負担額が現行1割・2割から全員2割まで引き上げられる可能性があります。

高良 国は、高齢者が在宅で安心してくらし続けることができるよう、「地域包括ケアシステム」の構築を急いでいますが、この点

はどうなっていますか？

村城 地域包括ケアシステムが実現されると、地域住民は地域で孤立することなく生活でき、「医療・介護」「保健・福祉・生活支援・予防」が適切に提供できると期待されていますが、現時点で十分機能しているとは言い難い



状況です。このため、協同福祉会が呼びかけ人となって、「奈良県地域包括ケアシステム協議会」を結成し、地域包括ケアシステムの構築に向けた事例発表や行政との連携などに取り組んでいます。7月には、この取り組みを全国に広げ、「全国地域包括ケアシステム連絡会」を結成し、全国の仲間と、厚生労働省の老健局課長等が参加するパネルディスカッションを開催し、地域包括ケアシステムの現状とその重要性について理解を深めました。

高良 協同福祉会は、介護保険制度第7期計画に向けてどのようなことを計画されていますか？

村城 介護保険制度第7期計画からは、高齢者や障がい者を支援で

協同福祉会の取り組み

2000年にスタートした介護保険制度は、今年度で第6期計画（2015年度～2017年度）が終わり、来年4月から第7期計画がスタートします。現在、厚生労働省が中心となって、介護保険報酬の改定に向けた準備がすすめられ、介護保険制度の運営主体である市町村では、住民にアンケート等を実施し、第7期の福祉施設の建設計画や介護保険料の試算等がおこなわれています。

団塊の世代が後期高齢者に達し、介護・医療費等、社会保障費の急増が懸念される2025年まで8年を切っていますが、こうした状況の中で、協同福祉会はどう対応しようとしているのか、村城理事長に聞いてみました。



聞き手
ならコープ
常任理事 くらし担当 高良 光江



お話
社会福祉法人 協同福祉会
理事長 村城 正

きる施設づくりと自立支援ケア、子育て世代を含む全世代が安心して暮らすことができる町づくりが求められます。協同福祉会では、これらが実現できるように、第7期の計画づくりをすすめている行政と実現に向けた懇談をおこなうとともに、既存の施設を高齢者と障がい者が集う

ことができる共生型施設に改装することや生活援助サービスの縮小を補える介護保険外サービスの展開、在宅介護を支える定期巡回型サービスの効率化と拡大に向けて準備をすすめています。また、社会福祉法人の地域貢献活動もサロンでの無料の食事会や見守り活動に加え、子どもたちが孤立することなくみんなが繋がる「こども食堂」の運営を「あすならホーム柳本」から順次他の事業所に拡大することを検討しています。また、障がいを持つ子どもたちを対象にした「放課後等デイサービス」も「あすならホーム郡山」で開設する予定です。

高良 ならコープと一緒にできる福祉活動について、どのようなことを考えていますか？



あすならハイツ柳本 こども食堂

社会福祉法人 協同福祉会

本格的な高齢者福祉活動に取り組むため、ならコープ組合員をはじめ多くの市民が参加して設立された社会福祉法人。特別養護老人ホームあすなら苑をはじめとして、ショートステイ、デイサービス、小規模多機能型居宅介護施設、サービス付高齢者住宅など現在19施設を運営しています。

村城 ならコープは協同福祉会の設立母体として、法人の運営に深く関わってもらっています。協同福祉会の設立時から組合員に福祉募金を呼びかけていただいていますし、毎年ならコープからも寄付をいただいています。あすならホーム柳本で「こども食堂」を運営する際には、コープみ

みなしから食材を無償で提供いただいています。あすなら納涼まつりでは、ならコープ組合員とまちかどネットのみなさんが一緒に模擬店などを運営して、盛り上げてくれています。「地域包括ケアシステム」は、地域住民が協力して作っていくものです。当法人のサロンの場やならコープの店舗集客室などを活用し、子ども食堂や学習の場でさまざまな人たちと交流を深めたいと考えています。

高良 これからも協同福祉会とならコープが一緒に地域福祉の向上に参画できれば素晴らしいと思います。



第18回あすなら納涼まつり



写真は2人前です

【レシピ監修後記】

ホタテ貝柱のうま味を山椒で引き立たせたお料理です。噛むとカリッとした食感で、ホタテの旨味が口に広がるメニューです。食感とうま味が調和したお料理に仕上げてみました。そのまま食べても、レモンを絞って食べるのも美味しいです。

ホタテ香り山椒揚げ(2人前)

材料

ホタテ貝柱6個、粉山椒小さじ2程度、一味小さじ1/2、片栗粉大さじ3、薄力粉1/2カップ、赤パプリカ1個、黄パプリカ1個、チャービル少々、ベーキングパウダー大さじ1/2、卵黄1個、サラダ油大さじ1、揚げ油適量

調味料

濃い口醤油大さじ2程度

衣の作り方

薄力粉1/2カップ、片栗粉大さじ3、ベーキングパウダー大さじ1/2、卵黄1個を混ぜ、水200cc、サラダ油大さじ1を少しずつ入れて混ぜ一味を加える。

作り方

- ① ホタテ貝柱を食べやすい大きさに切る。パプリカは、小口に切る。
- ② ①のホタテ貝柱を濃い口醤油と絡めて揉み、少々置く。
注意：濃い口醤油に漬けすぎると辛くなります。
- ③ ②に粉山椒を振り、別に用意した片栗粉をまぶして衣につけ、180度の温度で揚げる。
- ④ パプリカも衣につけて揚げ、軽く塩を振る。
- ⑤ ③と④を器に盛ってチャービルを添える。

素材を活かすプロの技

ホタテ貝の料理

今回ご紹介した北海道漁業協同組合連合会さんの「北海道産ほたて貝柱」を使った、美味しい料理をご紹介します。



〈レシピ監修〉
全日本調理師連盟 会長
福井 幸男 氏

My favorite



組合員のおすすめ

セスキ炭酸ソーダ

手も荒れにくく、油汚れやタンパク質汚れがよく落ちます。水に溶かしスプレーボトルに入れて台所や洗濯、浴室にと大活躍です。

【共】次回案内予定：“12月1回”

商品特長 水に溶かして使用して、レンジ周りの油汚れなどを落とします。界面活性剤不使用の洗浄剤。重曹より水にとけやすく、スプレーでの使用に便利です。アルカリ性洗剤なので汚れに強く、手垢もスッカリ!!環境に優しく、手肌も荒れにくくやさしい洗剤です(チャック付)。計量スプーン1個付き。

【共】...共同購入・個配取扱商品



アルミ製品・表面加工のある家具、柔らかい素材の床・家具、および塗装面、水洗い・水拭きができないものには使えません。

- ★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・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(意見・要望など)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クシミリ(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ISO9001:2015品質マネジメントシステム及びISO14001:2015環境マネジメントシステムの認証を取得しています。

ならコープの料理情報と商品クチコミ広場は、ならコープホームページ(※スマートフォン・タブレットでコチラの二次元コードを読み取り、アクセスください。)でも見るができます。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/>



登録募集中!

ならコープホームページ <http://www.naracoop.or.jp/>

〒630-8503 奈良市恋の窪一丁目2番2号 TEL.(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/株式会社 奈良新聞社 ●組合員数(9月末)274,409世帯

今回の商品紹介

「北海道産ほたて貝柱」
(大・化粧箱入り)400g



お正月準備号で案内
注文期間/11月6日(月)～12月1日(金)締切

