

あをがき

12

Vol.503

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。

岩手あい鴨鍋セット



今月のお知らせ

特集

2017年災害支援・応援活動報告
被災地に寄り添って

南エリア特集「生協牛乳」産地見学会

今月の掲示板

インフォメーション



丹精込めて育てられるあい鴨



岩手あい鴨鍋セット 冬の定番メニュー



【本社工場】
岩手県大船渡市
株式会社アマタケ
岩手県大船渡市盛町字一本杵5番地

株式会社アマタケ 本社工場



【生産農場】
岩手県下閉伊郡田野畑村

ロングセラー商品

「お肉に臭みがなく、とてもおいしい」「鴨はもちろん、お出汁もおいしくて子どもも野菜をいっぱい食べます」といった声が寄せられるなど組合員の間で人気なのが株式会社アマ

タケが製造する「岩手あい鴨鍋セット」。冬の定番メニューとして20年以上のロングセラーを誇る。お好みの野菜など具を加えるだけで気軽においしく楽しめる。

している。

出荷される。

解体はほとんど手作業でおこなわれ、羽根を除去した後に残る毛は、従業員がピンセットを使って一本一本丁寧に抜いていく。そして、手際よく部位ごとに肉を切り分けていく。ムネ肉やモモ肉を組み合わせて、モールといわれる棒状にして冷凍保存。鮮度を落とさないように、この一連の作業を1時間ほどで済ませる。本社工場へ運ばれたモールはスライスされ、鍋用つゆと一緒に袋詰め。金属探知機やウエイトチェッカーを通して

品質管理では、サンプリングした商品の細菌検査をはじめ施設内の温度管理の徹底、機械や備品の拭き取り検査を定期的におこなうなど細心の注意を払っている。

あい鴨は、岩手県北部にある田野畑村の農場で飼育。同村の海側には断崖絶壁のリアス式海岸が広がり、中でも日本一の海岸美と称される「北山崎」が有名。農場は少し内陸に入った山あい位置し、近くには日本三大鍾乳洞のひとつ「龍泉洞」がある。そんな大自然の中で、あい鴨たちは育てられている。

3週間ほどで外の環境に慣れさせると、次は開放鴨舎へ移す。その際、鴨舎内の密度が高くないよう羽数を一定に抑え、のびのびと育つようにしている。また、従業員の大事な日課の一つが、床にもみ殻を敷くこと。鴨舎を衛生的に保ち、あい鴨たちが快適に過ごせるよう、また、ケガをしたりしないよう工夫している。

丹精込めて育てる

田野畑村の農場では年間約44万羽のあい鴨を飼育。国内鴨肉としては、日本一の生産量を誇る。

世界的な育種会社として知られるチエリバレー社から種鴨となる雛を輸入し、最初の2週間は検疫のため厳重に管理された鴨舎で育てる。半年ほど経つと親鳥となって卵を産み、4週間で雛がかかる。

冬場だと氷点下の厳しい寒さが続く田野畑村だが、雛は温度管理された専用の鴨舎で大事に飼育される。鴨舎内を孵化した時と同じ33℃に保つが、成長していくごとに温度を少しずつ下げ、外気温に近い状態にもっていく。この時の温度調整が一番神経を使うという。

こだわりの餌

おいしさの秘密は餌にある。あい鴨特有の臭みを抑えながら、うま味のある肉をめざし、同社オリジナルの飼料を開発。こだわりは抗生物質や合成抗菌剤などの薬剤は一切含まれていないこと。抗生物質などの薬剤は病気を防ぎ、生産性を高めるが、あえて使わず、自然のものを与えることで安心・安全なあい鴨肉を生産している。

丁寧な手作業

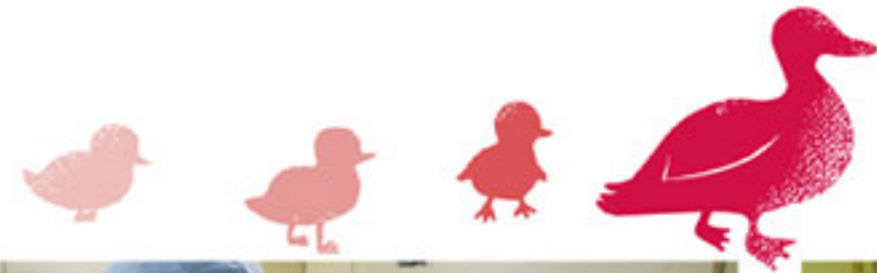
農場近くにある加工場。あい鴨専用の加工場としては日本で唯一、国の定める食鳥検査を実施している。獣医師が二羽一羽の健康状態を検査し、合格したあい鴨だけを処理



無薬飼料を食べるあい鴨



厳重に管理されている鶏舎



あい鴨鍋セットができるまで



①部位ごとに肉を切り分ける



②残った毛をピンセットで丁寧に抜く



③獣医師による食鳥検査



④金属探知機を通して出荷



⑤鍋用つゆと一緒に袋詰め



⑥スライス加工



細菌検査

今回の商品紹介

「岩手あい鴨鍋セット」

次回案内予定/
1月2回

共同購入



被災当時の高田工場。向こうには「奇跡の一本松」が見える(陸前高田市)



震災を乗り越えて
同社は東日本大震災で甚大な被害を受けた。3カ所あった工場のうち2つを失い、本社工場も津波で3メートルの高さまで浸水。機械は使えなくなるなど被害額は40億円にのぼった。しかし、甘竹秀社長を先頭に従業員が丸となり、わずか4カ月足らずで工場を再稼働させた。
品質管理部長の山崎周執行役員は「震災で販売できずにいる間、われわれの商品の代りに他社製品が店などに並び、もう買ってもらえなくなるのではと大きな不安がありました。再開後、組合員から『待ってましたよ』といった声をたくさんいただき、本当にうれしく思いました」と振り返る。「これからも私たちの商品を待つてくれている組合員に、安心・安全でおいしい商品をお届けできるよう一丸となって取り組んでいきたい」と話した。

震災直後、津波で約3メートルの高さまで浸かった本社工場一帯(大船渡市)



商品プレゼント

(株)アマタケさんからの協賛で、「岩手あい鴨鍋セット」を10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 ならこプ「あをがき12月号プレゼント係」までお送りください。(12月31日〆切)※宛先住所記入は不要です



(株)アマタケ
製造部加工課の
杉山由美さん



豆知識「岩手あい鴨鍋セット」の正しい作り方

鴨肉はあらかじめ冷蔵庫で6～8時間程度おいて解凍を。

- ①鍋用つゆ1袋(50cc)を900ccの水でのばして沸騰させる。
- ②沸騰させたら脂の若干多い鴨肉を2～3枚入れる。
- ③お好みの野菜や具(白菜・ネギ・ごぼう・シイタケ・豆腐など)を入れる。
- ④沸騰したら最後に残りの鴨肉を入れ、ひと煮立ちすればできあがり。

★ここがポイント!★

②の時に、鴨肉をすべて入れないでください。煮すぎると固くなって風味が落ちます。

【最後までおいしく】

しめは雑炊にしたり、そば・うどん・ラーメンなどを入れてお楽しみください。

(株式会社アマタケの資料より)



※あい鴨鍋イメージ

2017年災害支援・応援活動報告



被災地に
寄り添って

東日本大震災 紀伊半島大水害から6年が経過しましたが、現地では未だに仮設住宅でくらす方もおられるなど、復旧・復興に至っていない地域もあります。しかし、被災地や被災者の現状についての報道等も少なくなり、現地の様子や被災された方の思いが伝わりにくくなり、震災の風化が懸念されています。ならコープでも、復興への関心が薄まることのないよう、これまで実施してきた支援・応援活動を継続しながら、現状を見て、知ることから、組合員とともに応援活動の輪を広げてまいります。

福島の子ども保養プロジェクト

in
なら



なりのコープは、東京電力福島第二原発事故による福島の子どもたちや保護者をケアする取り組みとして、福島県生協連主催の「福島の子ども保養プロジェクト」



る取り組みとして、福島県生協連主催の「福島の子ども保養プロジェクト」を支援して

います。奈良で6回目の開催となる同プロジェクトは、東大寺、近畿労働金庫、(株)奈良ロイヤルホテル、NPO法人Cキッズネットワーク、奈良県生活協同組合連合会とともに、7月21日(金)～7月24日(月)の4日間、11家族35人を迎えました。参加した組合員からは「公園などで遊ぶ機会も以前より増えましたが、まだ心配はあ



福島の子ども保養プロジェクトinなら2017

りますので、このような機会に何も考えずリフレッシュできました」「震災から6年経つた今もこのように続けていただけることに感謝しています」との声をいただく一方で、その運営費用となる東日本大震災目的別募金活動は年々少なくなってきました。息の長い支援活動継続のため、引き続き東日本大震災目的別募金へのご協力をお願いします。

東北応援バス

今年度で最終となる東北応援バスを3生協合同(おおさかバルコフ・よどがわ市民生協・ならこフ)で3回実施し、85人(内ならこフ17人)が参加しました。陸前高田市小友町の復旧した田んぼの溝清掃、松原再生の松苗「棚作り」など、さまざまなボランティア活動をこないました。



東北スタディ研修（民泊企画）

現地の方との交流も深める企画として東北スタディ研修（民泊企画）を、同じく3生協で2回実施し、34人

被災地視察訪問

「被災地とつながる活動」の取り組みは、現地を実際に訪れ、現況やこれまでの支援活動を改めて確認し、地域と人々に寄り添った被災地復興支援を継続することが必要です。9月15日(金)～17日(日)、岩手県(NPO法人遠野山・里・暮らしネットワーク、一般社団法人マルゴト陸前高田、NPO法人桜ライン311、いわて生協など)に、9月20日(水)～22日(金)には、福島県(福島県生活協同組合連合会、福島県医療生協など)に組合員理事が視察訪問しました。「現地を實際に見る、現地の声を直接聞くこと」から寄り添ったこれからの応援活動につなげます。



福島県視察



岩手県視察

「NPO法人桜ライン311」

「NPO法人桜ライン311」は岩手県陸前高田市内約170kmに渡る津波の到達ラインに、10mおきに桜を植樹しています。津波の恐れがあるときにはその並木より上に避難することを後世の人々に伝える事を目的に活動されています。2014年度からこの活動にならコープグループ役職員・社員を派遣し、被災地支援を通じて現状を知るとともに、さまざまな人の痛みに共感し行動できる人の育成をめざしています。なからコープグループでは今年度も引き続き12月の植樹会に参加します。



桜ライン311植樹会(2016年11月)

自然災害への支援

7月に発生した九州北部大雨災害支援の取り組みは、被害の大きかった福岡県(エフコープ生活協同組合)と大分県(生活協同組合コープおおいた)にお見舞い金をお届けするとともに、九州北部大雨災害緊急募金に取り組みました。組合員のみなさまから439万2,092円の善意が寄せられ、日本生協連を通じて被災地に送金しました。

また9月に発生した台風18号の被害にあわれた、ならコープの産直産地である「JAおおいた」と「サン・グリーン出荷組合」に、お見舞金と寄せ書きを届けました。

生活再建の応援



2017年第2回東北応援バスでの活動の様子

また2013年度にミシンを寄贈した縫い物工房みとべにならコープマイバッグの製作を依頼。コープなんごうマイバッグ持参運動で活用するとともに、コープ七条でも活用します。



災害支援募金へのご協力
ありがとうございます。

今年度の東日本大震災
目的別募金は128万
8,069円(9月末現在)
が寄せられました。「福島
子ども保養プロジェクト」
の支援となる東日本大震
災目的別募金に、引き続き
ご協力よろしく願いま
す。

東日本大震災目的別募金

【募金方法】注文書6桁番号記入欄に

- 152048(一口100円)
- 152056(一口1,000円)

の番号と口数をご記入、または東日本大震災目的別募金欄(一口500円)に口数をご記入ください。

◆店舗サービスコーナー 募金箱まで

注文番号	数量	注
1口 100円	152048	
注文番号	数量	注
1口 1,000円	152056	

～店舗年始営業は1月4日からに変更します～ ならコープは「働きやすい職場づくり」をめざします

奈良県における“働く(働きたいと思う)人々”の状況を見ると、求職率は全国平均を上回っているにも関わらず、県外就業率は全国第1位、女性の就業率は全国最下位となっています。県では、県内企業にも呼びかけ男性も女性も働きがいを感じ、生き生きと働けることができる職場づくりに取り組まれています。

ならコープでは、多様な人々がそれぞれの能力を発揮できるよう、事業・サービスの拡大とともに、地域での雇用創出に取り組んでいます。2017年1月には、改正労働契約法義務化(2018年4月施行)に先立ち、「無期労働契約転換の導入」をおこない、安心して働ける環境の整備に取り組んでまいりました。

今後とも、働く意欲を持つ人々の働きやすい職場づくりを進めるとともに、ワーク・ライフバランスを推進します。

「職員をより大切にしたい、日本の文化であるお正月のくらしを大切にしたい、家族団らんの機会をもてるような組織でありたい」と考え、ならコープ10店舗で正月三が日を休業し、年始は1月4日(木)からの営業開始と変更させていただきます。

組合員のみなさまには、何卒ご理解とご協力をお願い申し上げます。引き続き、働きやすい職場づくりに積極的に取り組み、職員の就労意欲をさらに高め、組合員のよりよいくらしに貢献していきます。



店舗の年始営業開始日

1月4日(木)
から通常営業

(9時～21時、コープいまごは9時～20時)

※ならコープwithローソン真美ヶ丘店は
年中無休で24時間営業しています

コープ七条がグランドオープン!

11月17日(金)、コープ六条の移転拡張となる「コープ七条」が、オープンしました。コープ七条は、いつも「温かく迎えてくれるお店」「買いやすいお店」「安心できるお店」をコンセプトに「毎日のおかずとその食材が安心して、楽しく買えるお店」の実現をめざしています。11月17日(金)グランドオープンは、3,477人の組合員にご来店いただき、大盛況となりました。コープ七条では、これからも地域の方々から愛され、なくてはならない店舗をめざしてまいります。より多くの方のご来店をお待ちしております。

コープ七条: 奈良市七条西町2丁目1100 ☎0742-45-7882

ならコープタ食宅配 やわらか食・介護食・健康管理食のお届けがスタートしました

ならコープから新登場! 冷蔵ならではのおいしさ、奈良県全域にお届け!

組合員さんの声にお応えして、
健康介護食・健康管理食を
2017年11月より取扱いスタート

毎日の「食べる楽しみ」をお手伝いします!

やわらか食 介護食 健康管理食

家庭の状況や家族の健康状態によって食事作りにかかるご負担は、それぞれ異なります。そんな負担を少しでも減らし、住みなれた地域で安心してくらし続けてもらいたいとの思いで、ならコープタ食宅配は、事業をスタートしました。以前から要望が高かったやわらか食・介護食・健康管理食のお届けが11月11日(土)からスタートしました。新たに登場するコースは、身体の状態に合わせて選べる56パターン。すべて冷蔵(チルド)で奈良県全域にお届けします。ご利用は“やわらか食・介護食・健康管理食”の中からご希望のコースを選び、週に1度毎週土曜日に10食～15食分をクール便で登録住所にお届けします。

■ならコープタ食宅配へのお問合せは下記まで
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)

11月22日(水)コープあったか便移動店舗3号車が運行を開始

2014年3月、コープあったか便移動店舗は、奈良市、生駒市、大和郡山市、東吉野村の運行からスタートしました。その後、運行を望む声や問い合わせが多数寄せられる中、地域の組合員や自治体の協力のもと、2015年5月には2号車の運行をスタート。

そして待望の移動店舗3号車が、運行を開始しました。3号車はこれまでの車両を見直し一回り小さく、これまで停留できなかった場所への運行も可能となります。

移動店舗車の増車に伴い、新たに次の地域を運行します。該当地域のみなさんのご利用をお願いします。

●新たな運行地域
葛城市…當麻・太田・兵家・林堂・葛木・染野・新在家・竹内・寺口
天理市…朝和地区・柳本地区
詳細な運行地域については
コープたかだ ☎0745-23-5757
または、ならコープホームページ
二次元コード(右)にアクセスください。



年末のお買い物はならコープで計画的に!お得に!

12月はクリスマスや迎春の準備にお買い物の機会が増えます。無店舗・店舗からのお知らせを上手に使って、コープで賢くお買い物!

●店舗…コープ七条オープン記念組合員還元企画:12月9日(土)～12月17日(日)イエローシート企画を実施。期間中のご利用合計金額10,000円(税込)以上のレシートで「500円のお買物券プレゼント!」12月17日(日)～12月26日(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。

ご利用合計
10,000円(税込)以上の場合
500円
お買物券 **× 1 枚**

ご利用合計
15,000円(税込)以上の場合
500円
お買物券 **× 2 枚**

プラス
5,000円(税込)ごとに
500円
お買物券 **プレゼント!**

●無店舗…忙しくなる年末、お家でじっくり、ゆっくり案内書を見てお買い物できます。個配(こまどり便)なら、寒くなるこの時期、ご自宅まで商品をお届けしますので便利です。12月3回はクリスマス、12月最終回は迎春の商品をたくさんご案内しています。もちろん、お鍋の食材など、普段から食べる商品も、いつもどおりご案内しています。ぜひ、ご利用ください。



This month's question

今月の質問

「生いもカット系こんにやく」
硬い部分があって
食べられない。

こんにやくは凍結すると硬化し、さらに凍結が進みその後温度が緩みますと水分が抜けて繊維質のみのスポンジ状になってしまうことがあり、元の状態には戻りません。

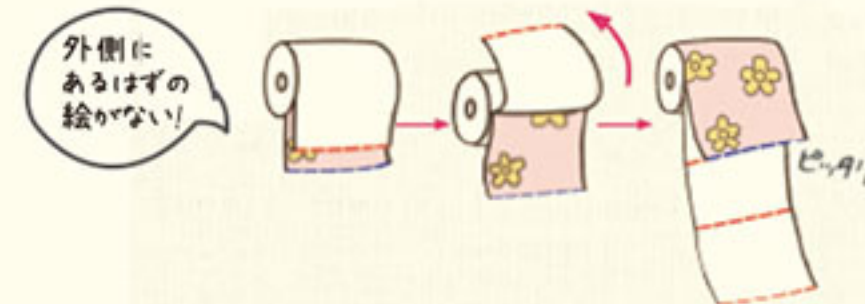
製造工程段階におきましては、こんにやくが凍結する条件はなく、製品出荷以降のいずれかの段階でこの現象が発生してしまったものと推測されますが、どの段階で凍結したかについては、特定するには至りませんでした。製造元やならコープでも引き続き温度管理に注意してまいります。また、ご家庭において冷蔵庫で保存される場合、冷気が直接あたると同様の状態になるおそれがありますのでご注意ください。



「プリントロールダブル」
トイレットペーパーのミシン目がずれている。
製造不良?

製品の製造工程では、原料紙を2枚重ね合わせた後に、紙が重なった状態のままミシン目加工を入れています。そのままトイレットロールの形に巻き取るので、製造途中にミシン目の位置がずれてしまうことはありません。

よって、2枚重ねのトイレットペーパーは、上側の紙だけめくってしまった場合などに、切り取り線(ミシン目)がずれたり、プリントがある商品の場合、プリント面が下側に来たりすることがあります。2枚重ねの上側1枚を1周分めくると元の状態にもどります。



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。

10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	7社の取引先	ハグルマ(株)(加工食品)、(株)デリーエッグ(鶏卵)、戸隠松本製麺(加工食品)、農事組合法人ふる里妙高(米穀)、伊賀越(株)(飲料)、(株)日経(加工食品)、(有)上平農園(日配)の点検を実施しました。
品質保証部門点検	8社の取引先	(株)ヒロツク(日配)、(有)上平農園(日配)、(株)デリーエッグ(鶏卵)、マルキ水産(株)(水産)、(株)梅守本店(日配)、ニシキ醤油(株)(食品)、(有)三木食品工業(日配)、(株)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	7社の見学	コープネット163人、翼製粉(株)、(株)豆紀、小川珈琲(株)、コープ・ラボたべる*たいせつミュージアム、(株)若草食品、(株)サミット神戸合同物産、石井食品(株)の見学を実施しました。

今月の掲示板



来年の年賀状からすべての方々への年賀状の差し出しをやめようと思っています。少しさびしいですが、年に1回のハガキより実際に会いにいきたいと考えております。みなさんはどうされていますか？

私もやめようかと

五條市 N・C

私の母も今年の年賀状から出さなくなりました。トシをとると友人、知人の消息を知るのがこわいそうです。私もそろそろやめたいと思っています。

今年会いに行くことに

葛城市 T・K

昨年の暮れ、親友から古希を機に年賀状卒業との便りがあり、さびしいなあと思っていたら、最近突然我が家に来てくれ、とても楽しい時間になりました。私も古希を機に年賀状卒業しようと思いました。これからは実際に会って話す機会を1回でも2回でも増やしていきたいと思っています。今度は私が友のお宅へ伺いまーす。

年賀状がきっかけで

橿原市 T・N

年賀状はその年初めのあいさつです。現在、自分ではまっている事や、気になっている事など近況報告をしています。それがきっかけで、カラオケにいたり、同じ所でバイトをしたり、はたまた旅行に行ったりしていますヨ。



「あれがない」が減った

橿原市 O・R

生協(個別配達)を利用するようになって数年がたちました。上手になったと思うのは、保存食品、冷凍食品など置いておける食品を、先を見越して買うようになった事です。「アッ!あれがない」というのが減ったと思います。

物を大切にすると美德

河合町 Y・K

1972年製の冷蔵庫すばらしいですね。転勤でもこれないって。物を大切にする事は美德だと思います。

受け取る楽しみ考え

奈良市 K・S

99歳でなくなったおじが85歳頃、今年で年賀状はおわりにします。そして、いただく年賀状は楽しみにしていますとありました。自分も喪中の時、年賀状のこないことに一抹のさびしさを感じました。書く(出す)のはたいへん、受け取るのは楽しみ、私は今年も出すことにします。

気掛かりや負担減る

王寺町 K・H

私は10年位前に、年賀状をやめました。仕事を始めて忙しくなりました。仕事とメール等で気軽に連絡がとれる時代になっている事が理由です。くださった方には寒中見舞でお礼を伝える事していますが、年々数は減ってきました。少しさびしい気もしますが、年末の気掛かりや負担が減り、私は結果としてよかったと思っています。

徐々に減らして気が楽に

桜井市 T・T

私は一度にやめず、2、3年かけて200枚から今のところ15枚まで減らしました。さびしいより気持ちが楽になりました。

自分の時間と思いきや

大和郡山市 M・M

仕事もやめて、子どもも新生活がスタートし親元を離れ、やっと今から自分の時間と思いきや、親の介護。神様がいとすれば、次から次へと課題を出され、ひとつずつできる事を。それが人生ですネ。

感動をありがとう

王寺町 H・H

下の孫が小学6年生で、最後の運動会の応援に行ってきました。思えば、上の孫が幼稚園に入った時から始まって12年間、時には小学校と幼稚園のかけ持ちもありました。本当に今年で最後になりました。いろいろな感動をありがとう!

笑って暮らそう!

奈良市 Y・M

この歳になると、もう歳だから...とか、まだまだこれから...とか、色々ですが、年々確実に体は老いてきてい

守りたい日本の文化

王寺町 F・C

年賀状は年々うちも少なくなっていますが、やめる気はありません。年賀状が続いてたおかげで、25年ぶりに東京の友だちとも再会できました。子どもの世代では年賀状は出していないので、いずれ年賀状文化もなくなっていくのでしょうか。私は守っていきたい日本の文化だと思っています。

年一回の楽しみに

奈良市 K・M

私も年一回の年賀状を出すさないなやんでいます。年一回の楽しみにしています。元気な様子うかがえますので続けたいと思います。

メールで二石二鳥

香芝市 U・M

2年前から賀状での挨拶はやめてメールに切りかえました。ハガキの時は一方通行でしたが、メールだと気楽にうてるので、返信をくださる方が多くいらつやいます。リアルタイムで近況報告ができ、後日お茶でも...ということも増えました。年末は何かと忙しいので、時間も有効に使えて二石二鳥です。

予約おせちが楽しみ

奈良市 Y・Y

早や「おせち」予約の時期が来たのですね!昨年までずっと手作りしていたのですが、初めて購入しました。おいしかったです!のんびりした時間が持てました。今年も楽しみにしています。

年々1年の早さにびっくり

三郷町 T・A

おせちの申し込みの季節...。年々1年の早さにびっくりです。30代も10年あつたはずなのに、もう終ってしまつた。40代もすぐに終るのかな...。充実した日々を過ごしたいですね。



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。

皆さまの便りを募集しています

子育ての先輩方へ...。2歳になる息子がいます。今、イヤイヤ期に突入し、大変な事になっています...。何を言ってもイヤ!で店でもゴロゴロ転がり笑われものです。できればあまり怒らず、のびのび育てたい!そんな気持ちもあるのですが、つい怒ってしまいます...。このイヤイヤ期を上手に乗り越えるため、いろいろアドバイスをいただけたらうれしいです。

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:12月31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



2月号のおたすけVoice!!



WEB投稿はこちら
WEB投稿はこちら

きずな便で実家の愛を

奈良市 O・N

丸7ヵ月続いた長男の就活がやっと終わりました。富山に下宿しているのが奈良と富山を何度も往復。100社下らない会社からのダメメールに落ちこみ、はい上がり...内定通知には親子でバンザイでした。この4年、きずな便に何度かお世話になりました。3月の卒業までにもう1回、きずな便で実家の愛を届けようと思います。

何か役に立ちたい

奈良市 K・Y

「あをがき」を手にとると地域の皆さんとつながっている感じがして何か参加できるイベントなどがないかとさがしています。また、年齢がいついても何かお役に立つ事ができないかとも考えています。

まちがいさがしクイズ ルック

LOOK!

今月の難易度Cランク

抽選で10名の方に、ならコープ商品券(1,000円)をお送りします。LOOK!は、イラストをじっくりみるのが肝心です。解答は、たとえば「A-1」や「B-2」というように書いてください。



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。よく見て探してネ!

10月号のイラストでの正解はこちらの二次元コードから▼

10月号のクイズの答えは「A-2・B-2・B-4・D-2」です。Bランクでしたので、20名の方に1,000円分のならコープ商品券をお送りします。応募数は、363通でした。



当選者

伊藤 みやびさん(奈良市) 長澤 満代さん(奈良市) 阪上 晃子さん(奈良市)
池田 沙智代さん(五條市) 古川 智子さん(奈良市) 山中 宏志さん(奈良市)
山崎 友梨さん(奈良市) 室田 起子さん(広陵町) 長田 育子さん(大淀町)
小林 智子さん(生駒市) 安東 宏美さん(香芝市) 岡田 裕子さん(大淀町)
藤原 裕子さん(大和郡山市) 奥本 美紀さん(田原町) 河合 にしほさん(奈良市)
中塚 愛さん(生駒市) 中山 正代さん(葛城市) 駿河 薫さん(奈良市)
奥田 理津子さん(天理市) 辻野 より子さん(広陵町)

まちがいさがし「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「あをがき係」
※宛先住所記入は不要です
12月31日の消印まで有効です。

① 1月の子ども料理教室 「れんこんと鶏肉のケチャップ炒め」 「いちご大福」をつくろう!!

日程 1月 6日(土) コープみみなし 12人
1月13日(土) コープなんごう 8人
1月27日(土) コープなんごう 8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、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 12月19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月19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 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。住まいの断熱リフォームを
しませんか?「組合員様といっしょに」考えていきましょう。じっくり
と相談の「住まいの相談会」はこちら

日時 1月20日(土)
会場 コープたかだ・Dコープいこま
(いずれも13時~16時、組合員集会室等にて)
※1組様1時間程の予約制、無料、2日前までにお申込みください。
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

③ 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 12月18日(月)コープおしくま 集会室2 10時30分~12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)

④ 「声の注文CD」をつくる 音訳ボランティア募集!

視覚障がい者の方の配達でのお買い物を支える活動です。ならコー
プの商品カタログを読み上げ録音します。「楽しみにしています」「情
報を得るのに助かっています」の声を励みに活動しています。経験者
はもちろん、未経験の方も興味のある方は是非お電話ください。

活動場所 あすなら苑3階(大和郡山市宮堂町)
活動時間 平日10時~14時30分くらい
問合せ ならコープ福祉情報センター ☎0743-57-1151(平日9時~16時)

⑤ 第13回 桜あかりの集い 2018 忘れない阪神淡路大震災・東日本大震災からの復興を願う

あすなら苑の「鎮魂の桜」は、阪神淡路大震災から10年後に植樹
されました。桜のもとへ毎年、神戸より「1.17希望の灯り」を運
び、震災で亡くなられた方々のご冥福をお祈りしています。

2012年からは、東日本大震災で失われた命のご冥福を祈り、
復興を願う場としても集いを続けてきました。近い将来、必ず大地
震が起こると予想されています。過去の災害を語り継ぐとともに、
防災・減災対策の大切さを考え、地震災害に備えましょう。そして、
鎮魂の桜のもとで希望の灯りをともし、桜あかりの点灯に、皆様お
集まりください。

日時 1月13日(土)15時~17時30分頃(14時40分~)
場所 あすなら苑3階ホールおよび苑庭
参加費 200円(18歳未満無料)
内容 ●紙芝居「ぐらぐらぐら -こんなとき どうするの?」
●東日本被災地のいま...東北応援バスの取り組みから
●鎮魂のコンサート
展示(防災グッズ/各市町村ハザードマップ/地震その時10のポイント)
●燈火会(桜あかりの点灯)

主催 ならコープサークル「桜(鎮魂)の会」
共催 あすなら苑、ならコープサークル「べるちゃんボランティア」
連絡先 前田 ☎0742-34-9060・木下 ☎0744-45-5671

※燈火会のランタンを覆うメッセージ
を集めています。阪神淡路・東日本大震
災への思いをA3用紙に書いて福祉情
報センター(あすなら苑3階)にお届けく
ださい。
※当日、ベルマークを お持ちくださ
い!!東日本大震災で被災した小学校
へ送ります。



⑥ コープ会を開きませんか?

コープ会とは、同じ中学校区に住む3人以上の組合員さんが集ま
り、ならコープから定期的(月1回程度)に届くおすすめ商品や、く
らしに役立つ情報を困り楽しくおしゃべりする場です。共同購入
の班での登録もOKです。メンバーのうち、一人を連絡係さん(共
同購入、こまどり便、受取ハウスを利用中の方)に決めれば、いつ
でも始めていただけます。

申込 CSR組織広報部
☎0742-34-8735(月~金・9時~18時)
※12月14日(木)までの受付分は1月2回週:1月8日
(月)~1月12日(金)からのお届けとなります。

⑦ (一財)再エネ協同基金 助成事業説明会、 省エネ学習会受付中

①助成事業説明会
(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
おこなっています。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 1月15日(月)10時~11時 ならコープ本部
定員 30人(先着順)
受付開始 12月4日(月)~

②かしこくなるエネルギー教室
省エネワークショップ。ふだん使っている家電製品の消費電力を調べます。
また、計測器を使って炊飯器の炊飯・保温の電気の流れを観察します。
日時 1月27日(土)10時~12時 コープみみなし
定員 20人(先着順) 参加費 無料
受付開始 12月4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▶
電話 ☎0742-33-9528
(月~金・9時~18時)
メール saiene@kyodokikin.com
※(一財)再エネ協同基金賛助会員
(再エネフレンド)は講座費用を半額補助(上限1,000円)



⑧ 女性のためのこころのケア講座 DV講座(1回のみ参加でも可) 《女性のみ》

パートナーとの生活がなんだかつらい。その原因を考える講座で
す。また、つらい想いを抱えた人のこころを元気にする講座を開催
します。ケア講座ではちょっとした小物を作る時間もあります。

日程・テーマ・会場
1月20日(土)パートナーシップ/ならコープ本部
1月27日(土)精神的暴力・モラルハラスメント/コープみみなし
2月21日(水)育った環境・子どもへの暴力の影響/コープおしくま
2月23日(金)コミュニケーション/コープみみなし
※いずれも13時30分~15時

定員 各10人(先着順)
講師 参画ネットなら
共催 ならコープ男女共同参画研究会いこ〜る
(みんなで考えるDV講座)・ならコープ

協賛 CO・OP共済 地域ささえあい助成
受講・保育 無料
申込・問合せ 参画ネットなら
松村徳子 ☎090-3659-0064(16時~20時)
ショートメールも可

※託児を希望される場合は、2日前までにお申し込みください。
申込み時にお子さまの①氏名(ふりがな)②月齢③性別④アレ
ルギーの有無・種類をお伝えください。



店舗年末営業時間のご案内と 年始営業日変更のお知らせ

組合員のみなさまには大変ご不便をお掛け致しますが、
2018年年始営業開始日を以下に変更させていただきます。
ご理解ご協力お願い致します。
※詳しくは本誌P.8をご覧ください。

【年末】
●12月31日(日)は9時~19時まで。
【年始】
●1月1日(月)~1月3日(水)
全店休業とさせていただきます。
●1月4日(木)より通常営業
(コープいまごのみ9時~20時まで)

ならコープホームページ

ならっぴ探検隊「商品の食べくらべ・おいしい食べ方」より
みんなで試食!
~『CO・OPたまごスープ』の巻~

『CO・OPたまごスープ』は、
フリーズ(=凍結)ドライ(=真空乾燥)
製法で作られているので、素材の味や
食感、香りを楽しむことができます。作
り方は簡単。熱湯を注いでかき混ぜる
だけ!和・洋・中、どんな料理とも相性
がいい本格スープになります。

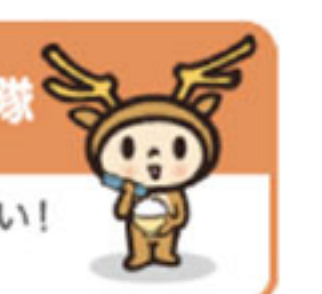
商品の特徴やアレンジレシピを、ならコープホーム
ページ『ならっぴ探検隊
(商品の食べくらべ・おいし
い食べ方)』にて、ご紹介し
ています。



詳しくはこちらの
▼ 二次元バーコードからアクセスください。



ならっぴ探検隊
知りたい!食べたい!
やってみよう!



「生協牛乳」産地見学会 ～南エリア活動交流会議報告～



2017年度、南エリアの基本方針は、「ともに歩む」とし、商品を通じて、知って知らせる活動をすすめています。また、「たべる、たいせつ(食育)」のテーマは「こつこつ元気!」、商品は生協牛乳です。

そこで、活動交流会議では、産地を訪ねる見学会を7月13日(木)に実施しました。コープネットメンバーや南エリア委員、理事など計32人が参加し、三重県にある大内山酪農農業協同組合の製造工場や牛舎を見学しました。

酪農家の牛舎を見学

メンバーを乗せたバスは、朝9時にコープたかだを出発。名阪国道や伊勢自動車道などを通り、約2時間半かけて三重県南東部に位置する大紀町大内山に到着。まず最初に酪農家の大西満穂さん(74)の牛舎を訪問しました。

牛舎に入ると、何頭もの牛たちがずらりと並び、奥の方までずっと続いているのが目に飛び込んできました。中には「こんな間近で見るなんて初めて」と少し驚いた表情を見せるメンバーも。大きな牛が尻尾を振りながら元気に餌を食べていました。

大西さんは家族と一緒に酪農を営み、牛の餌やりや乳搾りなど朝から晩まで忙しい日々を送っています。特に牛たちの体調管理には余念がありません。訪問した日はとても暑い日でしたが、牛舎には大型扇風機が設置され、暑さに弱いとされる牛たちへの配慮がなされていました。

驚かされたのは、搾られた原乳が牛舎に張り巡らされたパイプラインを通じて直接冷蔵タンクに集められるようになっていることでした。大西さんは、実際に使っている搾乳機や冷蔵タンクを見せてくれ、衛生管理や鮮度維持には十分注意していると話していました。

参加者からは「季節によって牛乳の出方や味は違うのですか?」などと質問する場面もあり、大西さんとの交流を深めました。



大内山酪農農業協同組合での見学

牛舎からすぐ近くの大内山酪農農業協同組合に移動し、同組合の事業案内ビデオを視聴しました。「良質な牛乳づくりは健康な牛づくりから」を合言葉に、できるだけ牛にストレスを与えないよう牛舎の温度管理や環境整備に力を入れていることが紹介されました。また、牛糞を堆肥に使った飼料用稲の栽培のほか、食品工場から出たおからなどの食品副産物を牧草などと混ぜて発酵させた飼料を使うなど「資源循環型酪農」にも取り組んでいることが紹介されました。

同組合では「生協牛乳」のほか、低脂肪牛乳やコーヒー牛乳、飲むヨーグルトなども製造販売していて、それらを試飲して飲み比べするなど新鮮な乳製品を味わうこともできました。

工場見学では、各牛舎からタンクローリー車で運ばれてきた原料乳が工場内で殺菌処理され、成分検査などを経て出荷するまでの工程をガラス越しに見学しました。実際に殺菌処理する際に使われる鉄板状の器具を見せてもらい、衛生管理には特に気を付けてながら製造されていることが分かりました。

最後にメンバーみんなで記念撮影し、帰途につきました。



<参加者の声>

牛乳パックの中には、酪農家さんの努力がたくさん詰まっているのだとおもうと感謝して飲みたい!!と思いました。

生協牛乳をつくってくれている方たちは、とても牛を大切に育て、おいしい牛乳をつくってくれているのがわかりました。体にも良く、おいしい牛乳はいろいろな人におすすめしたいです。

ネットメンバーや共同購入の班でも、生協牛乳の良さを伝えたいです。

牛の健康管理、衛生管理に24時間気を配って、飼育されている大変さがよくわかりました。工場では、原材料を徹底して厳選し、素材の良さを損なうことなく、ていねいに製品化されていく工程を拝見し、生協牛乳をもっと大切に飲んで、そのよさを広めようと思いました。

牛舎見学では、早朝より休みなく牛の世話に励む、家族経営のお話を聞き、牛舎の管理の大変さがひしひしとわかりました。毎年、農家戸数が減少していく中で生乳生産量を維持していくことは並大抵ではないようです。

◆◆◆ 南エリア委員からのメッセージ ◆◆◆

南エリアでは初めての取り組みとして、活動交流会議で大内山酪農農業協同組合への産地見学を行いました。いままでの活動交流会議とは違った雰囲気、コープネットのメンバーさんと交流ができたように感じました。この活動を通じて、ネット活動の幅が広がり、生協牛乳の良さをたくさんの組合員さんにもっともっと知ってもらえたら、南エリア委員一同思っています。



写真は1人前です

【レシピ監修後記】

鴨肉に水菜を添える事で鴨肉のうま味を際立たせ、わさびで風味を付けたお料理に仕上げました。だしは「岩手 あい鴨鍋セット」に付いている鍋用つゆを使いました。一からだしを作る場合、カツオだし7:お酒1:みりん1:濃口醤油1でも美味しいです。

鴨治部仕立て(2人前)

材料

岩手あい鴨鍋セット、水菜2束(240g)、餅2個、マッシュルーム2個、ラディッシュ1/2個、白ネギ5cm長、わさび少々、片栗粉適量

治部煮スープ

「岩手あい鴨鍋セット」に付いている鍋用つゆ(50g)に水200ccを入れて火に掛け、片栗粉でトロミをつけ、わさびを溶く。

作り方

岩手あい鴨鍋セットを解凍する。

- ① 水菜は8cm程度の長さに切り、輪ゴムで軽く縛り、硬めに茹でる。
- ② ラディッシュはスライスし、千切りにして水に落とす。
- ③ 白ネギを2等分に縦に切り、千切りにして水中で揉む。
- ④ ②、③をザルに上げ、水分を切って混ぜる。
- ⑤ 餅はこんがり焼き、マッシュルームは裏側に×の切り目を入れて茹でておく。
- ⑥ 鴨肉に片栗粉をまぶし茹でておく。
- ⑦ 鍋に①と⑤、⑥を入れ温まる程度に煮る。
※片栗粉が入っているため鍋底が焦げ易くなるので注意。
- ⑧ ⑦を器に盛り、治部煮スープを掛けてラディッシュと白ネギをトッピングする。

※鴨肉の臭みが気になる場合

鴨肉に軽く塩を振り暫く置き、お酒を振りかけキッチンペーパーで水分を取ると臭みが若干消えます。

今回ご紹介した株式会社アマタケさんの「岩手あい鴨鍋セット」を使った、美味しい料理をご紹介します。

あい鴨の料理

素材を活かすプロの技



〈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

CO・OP炊き込みパエリアの素

洗ったお米に冷凍のシーフードミックスとパエリアの素を入れて、分量通りの水を入れて炊くだけで、簡単に美味しいパエリアが出来ます。忙しい時などの時短料理にとっても重宝しています。

商品特長

お米と魚介類(冷凍シーフードミックスでOK)を炊飯器で炊くだけで本格パエリア風ごはんができます。チキンピリオンをベースに鶏肉、赤ピーマン、にんにく、白ワイン、オリーブオイル、サフランを加え、香り豊かに仕上げました。お子様はもちろん大人の方にもしっかり美味しくお召し上がりいただけます。



〔店〕 〔共〕 次回案内予定:「2月1回」 〔共〕 …共同購入・個配取扱商品 〔店〕 …店舗取扱商品(一部取り扱いのない店舗もございます)

- ★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・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・タブレットでこちらの二次元コードを読み取り、アクセスください。)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/>

② プレミアム 登録募集中!



今回の商品紹介

「岩手 あい鴨鍋セット」

次回案内予定/
1月2回

共同購入



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