

あをがき

Take Free
2020 8月号
Vol.535



商品
探訪

ならコープ
はとむぎ茶
ティーパック



特集

●協同福祉会は今…2019年度のまとめと報告

クローズアップ

- 水力発電で地域を元気に!
ならコープグループ(株)コープエナジーなら
による小又川水力発電所の発電事業が始まりました!
- 生協ってなんだろう? 組合員ってなんだろう?



(株)小谷穀粉の焙煎方法で香ばしい風味のはとむぎ茶に仕上げる



ならコープ はとむぎ茶 ティーパック

※今月号の商品探訪は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、直接現場での取材は行わずメール・電話で行い、本記事を作成しました。



おだに
株式会社小谷穀粉
【所在】
高知県高知市高須1丁目14-8



2020年はCO・OP商品60周年！今年度の商品探訪は、60周年にちなんで、あをがき企画会議メンバーが選んだ“おすすめ商品”を紹介していきます。

子どもから大人まで
家族みんなで飲めるお茶

暑い夏の日の水分補給に欠かせないのが「はとむぎ茶」。大麦のみの麦茶にはない、ほのかな苦みと香ばしい風味のお茶。すっきりとした喉ごしで、乾いた喉を潤してくれる。ノンカフェインなので子どもでも安心して飲めることから、常備する家庭も多いのでは？夏は冷蔵庫で冷やして、冬はホットでもおいしいので二年を通じて飲むことができる。「ならコープはとむぎ茶ティーパック」(以下、はとむぎ茶)は、1990年4月、国内産はとむぎと国内産大麦を100%使用し、家族みんなで飲めるお茶というコンセプトのもとに登場した。無漂白紙のティーパックタイプで手軽でおいしく、開発から30年経った今も多く組合員から支持される人気商品だ。

商品を数多く開発した時代だった。1980年代後半、組合員は8万3千世帯に増え、さまざまなライフスタイルを持つ人々が、よりよい暮らしを求めてならコープに加入。一方、組合員のくらしが社会的な変化によって変わり、組合員が求める商品は多様になった。

ならコープでは、組合員に利用される商品を提供していく中で、よりよい生活とは何か、よりよい商品とは何かをみんなで考え追求することが大切であると考える、生活の多様化に応じた、多面的な商品づくりを組合員とともにすすめた。「おいしさ、楽しさ、便利さ」を追求しながらデイリー商品の積極的な開発を展開。1996年までになんと139品目のならコープ商品を開発した。商品開発にあたっては、商品活動委員会が協議され、産地やメーカーの見学から包材の検討まで組合員が関わって行われた。

人物紹介



ならの そら&だいち。そらは冒険が好きな女の子。だいち双子の男の子。だいちはお料理が好き。

そら&だいちの
たべもの
ずかん



原産地はインドと言われ、日本へは中国を経由して奈良時代に伝わったとされています。ヘタのトゲが鋭くとがったもの、がくは紫色が濃く反り返っていないもの、がくと実の間が白～うす紫～紫に変化しているものが新鮮です。油を使って調理すると、皮に含まれているナスニンという成分を効率よくとることができます。



レンジで蒸し丸なす

- 材料(2人分)
大和丸なす 1個 塩少々
(大和丸なすでなくてもよい)
- タレ
青ネギ 小口切り 1/2本
しょうが みじん切り 大さじ 1/2
ポン酢 大さじ 2
砂糖 水ごま油 すりごま 各大さじ 1/2
- 作り方
① なすのヘタを切り、ピーラーで皮をむく。
② 塩水にくぐらせたなすを皿にのせ、ふんわりラップをかけ、電子レンジ600Wで4分ほど加熱する。
③ タレの材料を合わせる。
④ なすを好きな大きさに切り、冷蔵庫で冷やす。冷えたら、タレをかける。

いっしょに
つくろう!!

おいしい「はとむぎ茶」の作り方

はとむぎ茶は、煮出すことでしっかりお茶の味・香りが出せます。お好みにより、濃さは水の量で加減してください。

- ①水1ℓにティーパック1袋の割合でご使用ください。
- ②沸騰したお湯にティーパックを入れ、約3～5分煮出すと、色、香りがほどよく出ます。煮出し後、ティーパックをそのままにしていると、さらに苦味が出てくるのでなるべく早く取り出してください。

アイスで

沸かしたら流水で粗熱をとり、冷蔵庫、氷水などで冷やしてください。

ホットで

そのまま、またはポットに移し替えてください。急須の場合は、熱湯を注いでください。

組合員から寄せられた

「ならコープはとむぎ茶」お気に入りの理由！

夏には欠かせません。ノンカフェインなので寝る前に飲んでも安心です。味に深みがあり、とてもおいしいです。

1歳の孫の水分補給用に、煮だしたはとむぎ茶と粉寒天をまぜてゼリーにしています。

好みですが、少し濃めに煮出してミルクを入れると、はとむぎ茶ラテになりますよ。

味もおいしいので、娘がこのお茶しか飲みません。

夏場は冷やして、冬は熱いお茶で飲んでます。息子はマイボトルに入れて職場にもっていくのが、気に入っています。

1年中沸かして飲んでます。一般的なはとむぎ茶に比べて飲みやすいです。

健康に気づかって飲んでます。季節問わず飲み続けられる商品だと思います。

子どもが好きなので、よく利用しています。とてもいい香りがします。1日に6ℓ沸かしています。

今回の商品紹介

ならコープ はとむぎ茶ティーパック

店舗 6g×40(紙箱入り)

共同購入 6g×80

次回案内 9月4日



株式会社小谷穀粉のみなさん

商品プレゼント

「ならコープ はとむぎ茶ティーパック(6g×40 紙箱入り)」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8月号プレゼント係」までお送りください。(8月31日締切)

※宛先の住所は記入不要です。



WEB投票はこちら↓
WEB投票はこちら↓
WEB投票はこちら↓



はとむぎの実



収穫前のはとむぎは背が高く迫力がある

供給再開を要望する声に 応えて再登場

「はとむぎ茶」も1990年1月に商品活動委員会内の食品委員会のメンバー(組合員)がメーカーを見学し、同年4月から供給を開始した。国内産はとむぎと大麦を発芽させてからじっくりと焙煎することで、香りやコク、成分の溶出がよく、子どもから大人まで幅広い層に好まれた。しかし、1998年、製造元が倒産し、「はとむぎ茶」の供給がストップした。人気の高い商品の突然の案内中止に、供給再開を要望する声が多数寄せられた。そこで、ならコープは新しいメーカー探しを始め、日本生協連の麦茶や他生協の健康茶を作っている(株)小谷穀粉にお願ひすることになった。同社の受託により、「はとむぎ茶」は1999年3月に供給が再開された。現在も製造を担う(株)小谷穀粉は、1932年高知市で創業。麦茶だけでなく、玄米茶の素や緑茶・烏龍茶、健康茶、特定保健用食品・機能性表示食品も主力商品とする、お茶のスペシャリストのメーカーである。

製造を引き継いだ当初、同じような風味の商品を作るを目標に、「から商品づくり」に取り組んだ。何回も試作を重ね、組合員モニターに飲み比べてもらった。焙煎の違いが微妙に表れたので、はとむぎと大麦の配合比を7対3から9対1に変えて、以前の味に近づけるように工夫を加えた。その結果、出来上がった商品は、風味、コク、喉ごし等、味が一段と良くなったと高い評価を受けた。

国産のこだわり

同社のはとむぎ茶は、はとむぎと大麦ともに国産を使用している。これは、国産原料を使用することで国内の生産者を応援するという同社の思いが込められている。

はとむぎと大麦のブレンドが同商品の特徴である。はとむぎ茶は香ばしい風味がある反面、特有の苦みがある。そこで大麦をブレンドすることで、はとむぎの苦みを和らげ、従来の麦茶にはない香りと味わいとした。これにより苦みが苦手な方や子どももおいしく飲める味を実現した。

独自の製法で

おいしく安全に

同社ではこの二つの原料を別々に蒸して焙煎している。この焙煎方法は、高温に熱した熱風を、大型の焙煎機に送り込み、熱風を利用して蒸して焙煎を行う「熱風焙煎方式」と呼ばれる。この方法は、メリットが二つある。一つは、異物混入や汚れによる汚染がなく、衛生的であること。昔からの麦茶焙煎方法である熱した砂を

麦と混ぜながら炒る「砂炒焙煎」は、砂を介した汚染や異物混入等のリスクがあるが、熱風焙煎は、熱の媒体が空気のため、異物混入(砂)が発生しない。二つ目は、原料の芯まで均一にムラなく焙煎ができる。均一な焙煎により、香ばしい風味のはとむぎ茶や麦茶に仕上がる。

また焙煎前に原料のはとむぎ、大麦を水漬け、蒸し上げてから焙煎するのは同社独自の製法。水漬け・蒸し加工を行い焙煎することで、焙煎のみの原料に比べ、原料をより芯まで深く焙煎することが可能となる。お茶にした時に、コクがあり、香ばしい風味に仕上がります。



一つひとつ丁寧に梱包

協同福祉会は、今・・・ 2019年度のまとめと報告

社会福祉法人協同福祉会は、ならコープが母体となり、組合員参加と募金などによって1998年に設立された法人です。1999年大和郡山市に「あすなら苑」を開設し、2019年に20周年を迎えました。ならコープは福祉募金で応援を続け、現在県内に20の高齢者介護施設と保育園が開設され、地域福祉の輪が着実に広がっています。以下は協同福祉会からの報告です。

1 地域包括ケアシステム※を構築するために「あすなら安心システム」の取り組みを積極的に推進しました。

※地域包括ケアシステム：安心して地域の中で暮らし続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される仕組みのこと。

①奈良県は、急速に少子高齢化が進展しており、協同福祉会では誰もが住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、地域の拠点となる事業所を積極的に建設し、これらの施設に複合的な機能を持たせることで、高齢者により安心できるサービスの提供をめざした運営を行っています。

②2019年度は、あすならホーム桜井の増築（桜井市）、あすならホーム高田（大和高田市）、あすならホーム山の辺（天理市）の新設3事業所で地域密着型事業【グループホーム・（看護）小規模多機能型居宅介護、定期巡回・随時対応型訪問介護看護グループホーム】の実施に向け、準備をすすめました。



あすならホーム高田



あすならホーム桜井



あすならホーム山の辺

③「あすなら友の会」（会員2,271人：3月18日現在）や「まちかどネット」等、参加する人の輪が広がっています。11月15日あすなら友の会福祉公開講演会「私の最期は私が決めたい（アドバンス・ケア・プランニング）」を開催し、約200人の参加がありました。

2 介護予防に役立つようリハビリ強化型デイサービスを開始しました。

①これまでの介護度が中重度のデイサービス利用者に加えて、軽度の方も利用できる環境を整備しようと、「リハビリ強化型デイサービス」と称してリハビリ機器を導入し、軽度者向けのデイサービスをあすなら苑、あすならホーム郡山、あすならホーム樺本、あすならホーム二階堂、あすならホーム菜畑で開始しました。

3 あすなら保育園は、開設9年目になり、保育内容も充実し安定した運営となっています。

①あすなら保育園の園児は、『さくらさくらんぼ保育』※を実践する中で、食べ物の好き嫌いも減り、体力がついてきています。合宿などで「人と交わる力」や「生きる力」を育みながら成長しています。

※さくらさくらんぼ保育：埼玉県深谷市にある「さくらさくらんぼ保育園」で斎藤公子氏が実践してきた「子どもの全体的な成長と発達をめざす保育」。

②「学童をつくる会」を結成し、将来の学童保育の開始に向け、石川県山中ふたば保育園の学童保育施設を見学しました。

4 「全国地域包括ケアシステム連絡会※（約100団体）」は、会費制組織に移行するとともに、地域包括ケアシステムの構築に役立つ学習交流会を開催し、優れた事例を共有しました。

※全国地域包括ケアシステム連絡会とは：「地域包括ケアシステム」の構築に向けて、積極的な取り組みを試みようとしている法人や団体等の「情報交換」の場、「学習・交流」の場、「政策提言のとりまとめ」等の場として、2017年7月協同福祉会村城理事長のよびかけで設立された会。

①7月に栃木県の社会福祉法人ふれあいコープの協力を得て、厚生労働省老健局長を招いた講演会やパネルディスカッション、地域包括ケアシステム構築のための事例発表会を行いました。



2019年度安心システム講座

社会福祉法人協同福祉会 決算報告

（2019年4月1日～2020年3月31日）（円）

1	介護保険事業収益	3,753,901,529
2	老人福祉事業収益	258,018,621
3	保育事業収益	141,149,000
4	事業収益	56,024,672
5	訪問看護利用料収益	16,581,270
6	経常経費寄付金収益	22,218,520
7	サービス活動収益(1～6)	4,247,893,612
8	人件費	2,995,255,832
9	事業費	428,406,129
10	事務費	609,877,546
11	減価償却費	224,115,611
12	国庫補助金等特別積立金取崩額	-98,142,722
13	徴収不能額	612,897
14	その他の費用	3,947,785
15	サービス活動費用計(8～14)	4,164,073,078
16	サービス活動増減差額(7-15)	83,820,534
17	サービス活動外収益計	11,584,290
18	サービス活動外費用計	11,462,773
19	経常収支差額計(16+17-18)	83,942,051

※経常経費寄付金収益には、ならコープ福祉募金等が含まれています。

②昨年に引き続き、当連絡会会員から介護報酬改定における意見・要望を集約し、厚生労働省や関係機関に送付する準備をすすめました。

5 社会福祉法人制度改革への対応を図るとともに、教育学習に力を入れ、働きがいとやりがいのある職場づくり、労働環境等の整備に努めました。

①「社会福祉法人制度」に対応する「理事会」「評議員会」制度の充実、監事と会計監査人による事業所監査の実施、諸規程等の整備を図りました。

②人材育成と職員の確保に力を入れて取り組むとともに、働きがいのある職場をめざし、給与の引き上げや職場環境の改善を図りました。



協同福祉会
マスコットキャラクター「あっちゃん」

2020年度の取り組みについて

①「誰もが安心して暮らせる町づくり」に向け、共生社会を視野に入れながら「地域包括ケアシステム」を推進し、その要となる「あすなら安心システム」の充実に取り組みます。

②あすならホーム（ハイツ）における複合サービスの強みを生かし、様々な「介護保険サービスメニュー」（ケアシステム）を活用して、施設（住まい）及び在宅の要介護者のケアと暮らしを支えていきます。

③自立支援ケアを定着させる中で、訪問看護を加えた24時間365日の生活を支える仕組みとともに、あすなら保育園では、子どもの育ちと人権を大切にしたい保育をすすめていきます。

④全国地域包括ケアシステム連絡会の会員を増やし、組織体制の強化とともに多彩な実践事例の共有と次期介護報酬改定に向け、厚生労働省や関係機関に対して積極的に提言を行っていきます。

⑤将来を担う人材の確保と育成に力を入れ、長く働き続けられる職場をめざして環境の整備を図るとともに、引き続き外国人留学生の支援と技能実習生の受け入れを行います。

おたすけ
Voice!!気持ちが沈んでいる時に気分転換
できるようなことはないですか？(40代)日記を書いて
思い出しています

大和郡山市 M・M(50代)

私自身が気分転換する時は日記を書いてその日の嬉しかったことを思い出して記すようにします。どうしても思い浮かばない時は〇〇が美味しかったとかシャワーを浴びて気持ち良かったとか。日常の些細なことにも感謝できて、特に寝る前に「嬉しかった日記」を書くことでよく眠れるような気がします。

幼い頃の写真をんでいます

奈良市 O・T(60代)

気持ちが沈んでいる時、その原因にもよりますが、身体的な病気ではなく、精神的なおちこみであれば、私は幼い頃の写真をみます。人を疑うことを知らず、心から笑ったり、喜んだりできた頃を思い出します。兄弟とも、近所の友人とも仲良く遊んだ頃のことを思い出して、今の自分の日々を反省しています。心が落ち着きますよ。

自分磨きを

橿原市 U・M(50代)

自分磨き！です。顔のパックをお風呂に浸かる時にします。ポイントで、やや高めめのカラーゲンドリンクを買って飲みます。

ラジオのMCになったつもりで

奈良市 O・N(30代)

ひとりで車を運転しながら、ラジオのMCになったつもりで自分の悩みに答えていきます。悩みを声に出すことですっきりするし、MCごっこが楽しいので、悩んでいることもどうでもよくなってきたておススメです。

子どもの頃好きだったことを思い出して

生駒市 K・K(40代)

私の気分転換の方法は、「子どもの頃好きだったことをする」です。小学生の頃に好きだったマンガや本を読む、アニメを見る、よく描いていたキャラクターのイラストを真剣に描いて

高いところで気分転換

奈良市 U・M(50代)

文句を言いながら腹筋を

私は、もやもやしている時は、ぶつぶつ文句言いながら腹筋します。腰の痛み軽減になり、二石二鳥。

私の事なのですが、「高いところが好き」ということに最近気がつきました。デパートの屋上や若草山からの眺めは気分がスッキリするだけでなく、俯瞰して見ることで、小さなことに悩んでいるなあと客観的に見られるような：おススメです。



皆さまのお便りを募集しています

日頃の疑問や悩み、お気軽にお寄せください。お便りは老若男女問いません。

おうち時間、子どもがいる家庭では料理や子どもの退屈解消に悩みがあると思いますが、私たちの年代の方は何をされて過ごしていますか？(60代)

▲「おたすけVoice!!」にぜひ応援のメッセージを!!

※字数は200～300字程度でお願いします。

締切日 8月31日

※寄せられたご意見は「みんなの声」で掲載する場合がございます。事前に連絡はしませんのでご了承ください。

お便り採用分には薄謝進呈！
住所・氏名・年齢・
組合員番号を記入して

〒630-8503 ならコープ広報部「あをがき係」(宛先の住所は記入不要)
※お便りを掲載する際には、趣旨を変えない範囲で字句を修正することがあります。

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。



みんなの声

この声は
プレゼント応募や
クイズの回答に
寄せられた
ご意見より掲載
しています。

働いておられる方に
感謝をしながら

生駒市 K・S(40代)

今17歳の娘が赤ちゃんの時から、生協さんでお世話になっていますが、あがき6月号が4ページしかないのは初めてでした。コロナ禍が終息しても、全てが以前と同じように戻るのは難しいかもしれませんが、どんなときも働

私たちの生活も
変わっていくのでは

三郷町 T・A(40代)

新型コロナウイルスのため、あがき6月号の紙面が大きく変わりました。今後私たちの生活も変わっていくそうです。買い物はゆったり息抜きだったのに、マスクをつけて、ソーシャルディスタンスを意識して、レジも物々しい雰囲気。ゆったり笑顔で買い物できるにはまだまだ時間がかかりそうです。

家庭菜園を楽しんでいます

大和郡山市 M・M(60代)

今年も、プランターでの家庭菜園を

自粛生活中に庭で畑作り

御所市 M・N(40代)

3月末からの自粛生活の中で庭に畑を作って家庭菜園を始めました。草ぼうぼうだった土地(5年位はたたらかしだった)です。きゅうりやナスができたのでおいしくいただきました。梅雨入りしたので本格的な夏が来ますが、暑くてもコロナはなくなると大変です。みなさんもがんばって過ごしてください。

家計を見直す良い経験に

橿原市 O・M(60代)

この度のコロナの影響でパートの収

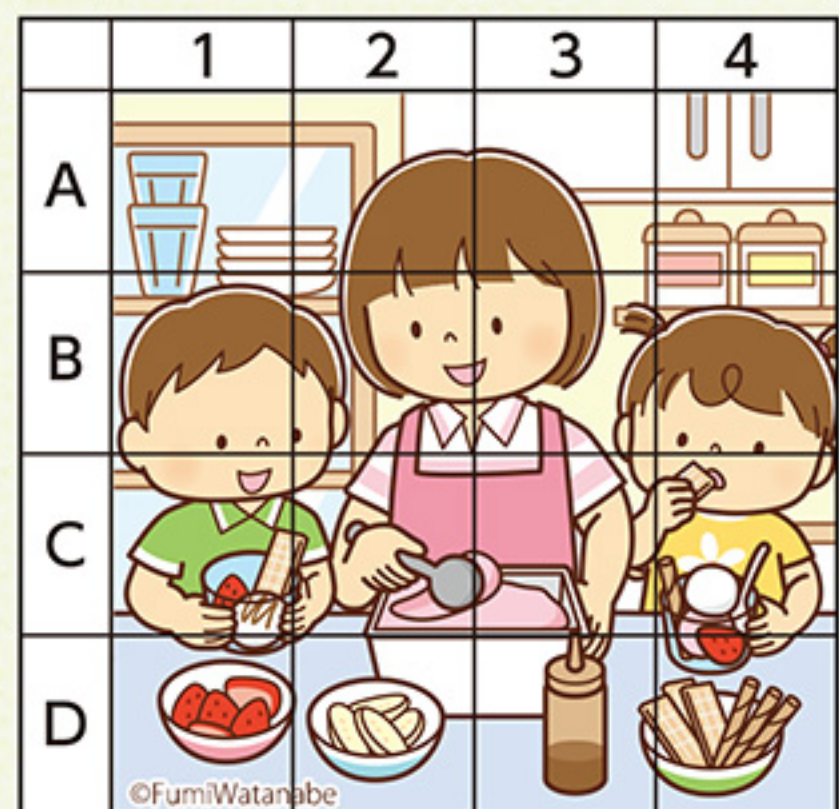
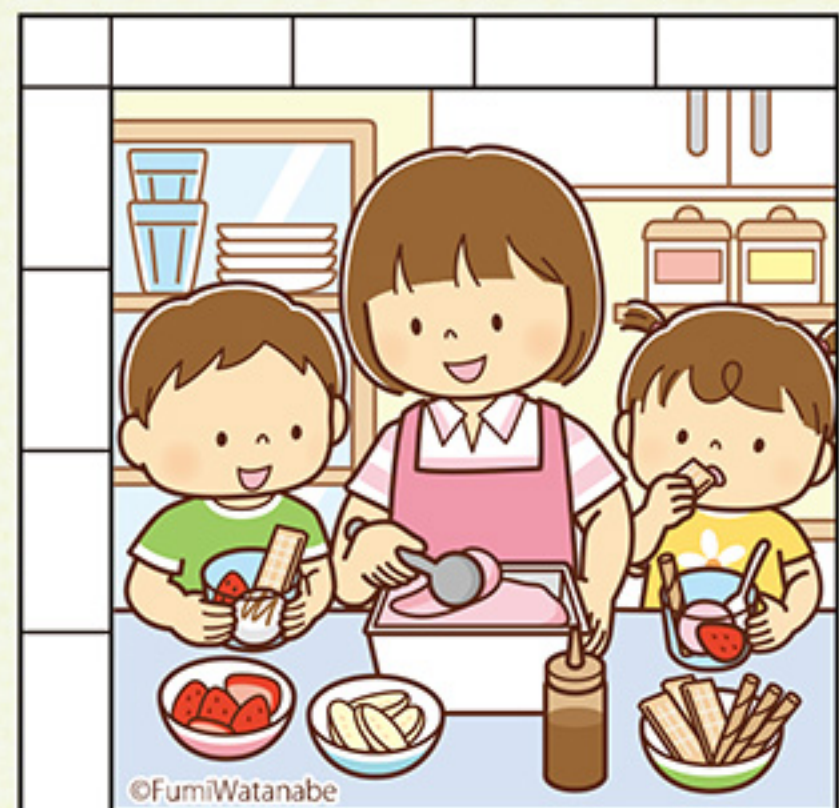
庭に亀がやってきて

橿原市 O・R(60代)

先日、庭に亀がやって来ました。あちこち歩いた後に、隅でお尻をフリフリ！これは、産卵に来たのだらうと思いい、しばらく放っておきました。すると、亀はいなくなっていて、10cm位の深さの穴ができていました。しかし、卵は産んでいませんでした。自然のフシギを感じました。

まちがいさがしクイズ ルック
LOOK!

抽選で20人の方に、
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ことが肝心です。
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!

あをがきへの
Webでの投稿は
すべてこちらの
二次元コードから ▶



6月号のクイズの答えは

「A-3・B-4・C-1・C-2」です。

図解での解答は上記二次元コードから。
Bランクでしたので、20人の方に1,000円分の
ならコープ商品券をお送りします。

当選者 応募数は、459通でした。(敬称略)

内藤久美子(田原町) 姫野和子(奈良市) 吉田富美子(川西町)
伊佐地千代子(奈良市) 喜多敦子(奈良市) 鳴滝眞由美(奈良市)
中川淑子(斑鳩町) 岡本久美子(大和郡山市) 伊藤佳世子(奈良市)
長瀬千恵子(大和郡山市) 大寺裕香(奈良市) 河野大(奈良市)
安田華織(香芝市) 前川忠雄(奈良市) 垣内加保里(大淀町)
西岡たか代(山添村) 植田亜沙子(奈良市) 青木恵美子(五條市)
岡沢幸子(三郷町) 五藤千津子(生駒市)

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」
※宛先の住所は記入不要です

8月31日の消印まで有効です。

最近、ならコープに加入したAさん。「ならコープに入るとき、出資金を払ったけど、これって一般でいう入会金とは違うのですか？生活協同組合だから組合員と呼ばれるのですね。でも、組合員になることと会員になることの違いがわからなくて」…さて、みなさんもこのようなことと思われることはありませんか？今回の「クローズアップくみかつ」は、生協の基本のキ「生協ってなんだろう？組合員ってなんだろう？」にお答えします。

生協って
なんだろう？



組合員って
なんだろう？

Q 生協ではなぜ入会金ではなく、出資金というのですか？

A ひとことで言うと、生活協同組合だから。生協は、“生活”をよりよくしたいと願うに人々によって組織された協同組合で、事業を通じて組合員の願いを実現することを目的としています。願いというと、夢を語るような感じですが、例えば、「家族に毎日、安心できる食べ物を」も願いますし、「いつまでも安心してこの町でくらしたい」「子どもたちに明るい未来を」も願います。生協とは、これらの願いを実現するために、同じ願いをもった人々が集まって、少しずつ出資して事業をし、みんなで利用して、みんなで運営する組織です。このことから、生協では組合員一人ひとりが出資者で、運営する主体者、わかりやすく言えば“生協のオーナー”と言えます。

Q 私は商品を利用しているだけで、“オーナー”と言われても実感はありませんが…。

A そうですね。組合員一人ひとりが事業をしませんが実感はありませんが、生協は組合員の声で運営されているのですよ。声で運営？これも、わかりにくい言葉ですね。例えば、「冷凍の離乳食があればいいな」や「もっと開けやすい容器にしてほしい」など、生協では、組合員の声をもとに商品を開発したり、見直したり、改善します。また、商品だけでなく「いつものお店が閉店して買い物に困っている」などの困り事や「プラスチック問題について対策してほしい」などの社会問題も、組合員のくらしをよりよくするために、どうしていくかを課題化して取り組みます。ぜひ、組合員の声で運営参加しましょう。声は、商品のお届け時、店舗の「あなたの声」コーナー、コープベル・コールセンター、あをがきエリアニュースのおたより、組合員のつどいや各種組合員活動の参加時などにお寄せください。

幼稚園ママ友に誘われて生協を知り、しばらくは利用のみでしたが、今度は小学校のママ友に誘われて、地域のコープネット（現在コープ委員会）の活動を始めました。右も左もわからない活動の中で、新聞やニュースからだけではない情報に触れることができました。

あをがき企画会議
メンバーの

組合員になって
感じたこと、得たこと



私はこまどり便の利用に満足し、「組合員」ということに気を止めていなかったです。友人に誘われて試食会に参加し、その後、総代になって、組合員のあり方を知りました。

子どもが1歳のとき生駒市へ。子育てに悩んでいた頃、町内子供会の活動でコープを紹介されました。地域のコープネット活動することになり、とくに食育に興味を持ちました。



近くの人に共同購入に誘われて、自分の“ご近所の仲間づくり”をしたくて始めました。週1回、班の人に会うのが楽しくて、子どもと一緒に開く班会がすごく楽しかった。生協の班によって私の“地域でのくらし”をつくっていただいたと思います。



水力発電で
地域を元気に！

ならコープグループ(株)コープエナジーならによる
小又川水力発電所が発電を
開始しました！



●小又川水力発電所とは

奈良県の最南端、三重県と和歌山県に接する下北山村にある小又川水力発電所は、1980年代に村や奈良県を中心に建設に向けた検討が重ねられ、多くの課題を乗り越え1993年より村が事業主体となって運転を開始しました。当時のさまざまな制約条件から、発電した電気は下北山スポーツ公園での自家消費を主な目的とし、消費規模に見合った発電出力(98kW)の小水力発電所として運営されてきました。



林業が盛だった頃の下北山村

一方、本来の小又川の水量をフルに活用すると倍近い発電出力を産み出せることが分かり、固定価格買取制度を活用することで、これまでの発電所を継続する以上の再生可能エネルギー由来の電力と事業収益が得られる見通しが立ちました。そこでならコープは「吉野共生プロジェクト」に取り組む中で、2018年に村と結んだ包括連携協定に基づき、(株)コープエナジーならによる大規模な更新工事に着手し、より多くの発電出力をもつ発電所として、2020年6月から発電を開始しました。

●原子力発電に頼らない社会の実現

2011年の東日本大震災による福島第一原子力発電所の事故をきっかけに、自然環境を活用した「再生可能エネルギー」利用の要望が日本全国で高まりました。そこで、協同組合として組合員と共に社会全体で新たなエネルギー分野の取り組みをすすめようと、ならコープは2014年に「エネルギー政策」を策定しました。ならコープグループはこの取り組みを通して地産産業の振興に貢献し、持続可能な地域社会づくりをすすめています。その具体化として、東吉野村住民によるつくばね発電所復活プロジェクトを支援し、下北山村・地域の皆さんと小又川水力発電所の更新をすすめました。

小又川水力発電所がめざすエネルギーの地産地消と地域の応援

包括連携協定に基づき下北山村と協議を深めながら、以下のようなさまざまな支援や協業に取り組みます。また、小又川水力発電所で発電される電気は、「ならコープでんき」の電源として8月から組合員の皆さんにお届けします。

誰もが安心して
くらし続けられる
地域社会づくり

買い物や食事支援、
スポーツ振興、観光など
生活文化の向上

環境保全型
農林業推進

雇用の創出に関する
起案・推進協力

発電所の更新工事はこんな風にすすめました

①取水口を改良し取水量増加



取水口の隙間を大きくし、より多くの水を取り込めるようにしました。自動除塵機を新たに設置し、葉っぱなどごみは自動で取り除かれるようになりました。

②水圧管路を増強



取水量を増加させ、より多く発電ができるよう太い管に交換し、現状の管の上に新たに水圧管(ポリエチレン管)を敷設しました。

③水車発電機を更新



取水量の増加に合わせて、より多くの発電出力(179.7kW)をもち、過水時にも効率良く発電ができる水車および発電機を更新しました。

総工費の一部(3,000万円)をクラウドファンディング(取扱事業者：プラスソーシャルインベストメント(株))を通じて出資を呼びかけ、日本全国の個人・法人116名から出資いただきました。
※工事の詳しい様子はこちらからもご覧いただけます。→



「ならコープでんき」
を利用し、
再生可能エネルギーの
産地を応援しよう！

イベントおよび企画に関するお知らせ

本ページに掲載するイベントおよび企画について、新型コロナウイルスの感染拡大を考慮して、主催者の判断で中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。中止状況はこちらからご確認ください。▶



※企画に参加される場合は、マスク着用をお願いします。

1 「コープたすけあいの会 (有償たすけあい活動)」活動会員募集!!

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。年齢は問いません。少しでもご興味のある方は下記の問合せ先までご連絡ください。

問合せ 組織部内 コープたすけあいの会事務局
☎0742-35-1183 (月～金・9時～17時)

2 コープくらしの法律相談会

要申込 先着順 無料

くらしの悩み、弁護士に相談してみませんか?ならコープにご加入の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。

日程 8月22日(土) 10時～13時(1人30分以内)
場所 コープおしくま集会所
定員 6人(先着順)
申込 8月3日(月)～8月21日(金) 12時まで
問合せ 総務部 ☎0742-34-8731 (月～土・9時～18時)
※相談される方はマスク着用をお願いします。

3 平和の本とお話や憲法ビンゴで交流しましょう

無料

平和の本をいっぱい見て、戦争中のお話を聴き、憲法ビンゴで景品当てて、みんなで交流しませんか?

日時 8月22日(土) 13時～15時30分
場所 コープふれあいセンター六条(こころテラス)
(奈良市六条2-17-6-11)
内容 平和の本、紙芝居、大型絵本、憲法ビンゴ(景品があります)、簡単工作、キャンドル作り
定員 30人(子どもの参加は保護者が送迎ください)
保育 なし
共催 ならコープボランティアグループ にじの文庫
ならコープ平和の会
問合せ 小林 ☎090-5049-6379
安藤 ☎090-4307-7144

※参加の際はマスク着用をお願いします。企画は密集を避ける工夫をして開催します。

4 [夏休み工作教室]「太陽の力でクッキング!」 ～ソーラークッカーを作ろう～

要申込

自然エネルギーには、まだまだ使われていない秘められたパワーがいっぱい。うまく使うことでストップ地球温暖化にも役立ちます。身近な材料を使ってソーラークッカー作りをします。

日程 8月20日(木) 9時30分～12時30分
場所 コープ七条 集会室
講師 特定非営利活動法人奈良ストップ温暖化の会
持ち物 アルミ缶、ジャムのふた、マジック、はさみ、鉛筆、定規、洗濯ばさみ2個、軍手、サングラス、持ち帰り用の大きな袋
参加費 400円(再エネふれんず※は200円)
対象 小学校4年生～中学校3年生
定員 12人 申込 下記★へ

5 [eco市民カレッジ]次世代のくらし方を提案 災害にも強い!創エネ蓄エネのある暮らし

要申込

無料

自然エネルギーで電気を創り(創エネ)、その電気をためて使う(蓄エネ)、そんな家は災害にも強いですね。今すぐ出来るソーラーLEDやモバイルバッテリーなど実物紹介から未来型の暮らし提案まで、エコ生活の事例を紹介します。

日時 9月5日(土) 10時～11時30分
場所 ならコープ本部
講師 特定非営利活動法人奈良ストップ温暖化の会
定員 7人(先着順) 参加費 無料 申込 下記★へ

6 連続講座 鍋帽子®づくり&鍋帽子®を使った省エネクッキング

要申込

保温力抜群の鍋帽子®を作って、省エネクッキングを楽しみませんか?今回のメニューは豪華に鯛めしと食品ロスを出さない野菜の使いきり料理。鍋帽子®を使えばガス代も節約でき、ご飯は一粒一粒ふくら。光熱費を節約しつつ、食品ロスを極力少なくする工夫で地球とお財布に優しい生活してみませんか?

第1回【鍋帽子®づくり】

日時 10月7日(水) 10時～12時30分
場所 コープ七条 調理実習室
持ち物 裁縫道具、筆記用具、洗濯ばさみ(物干し竿ごととはさめるタイプ)6個
参加費 2,600円(再エネふれんず※は1,600円)

第2回【鍋帽子®を使った省エネクッキング】

日時 10月14日(水) 10時～13時30分
※新型コロナウイルス感染拡大の影響により、中止又はオンライン開催になる場合があります。

場所 コープ七条 調理実習室
持ち物 エプロン、三角巾、お手拭、筆記用具
参加費 800円(再エネふれんず※は400円)
定員 各12人(原則両日参加)
申込 第1回・第2回ともに下記★へ

★④～⑥の企画の申込は
(一財)再エネ協同基金
☎0742-33-9528(月～金・9時～18時)
または右記二次元コードからアクセスください。▶
※再エネふれんずは、(一財)再エネ協同基金の賛助会員です。



7 子どもへの暴力防止のための基礎講座in奈良 ～コロナ禍だからこそ、子どもへの暴力防止が大切!正しい知識とスキルを持って子どもをサポートしよう～

要申込 先着順

本講座は、子どもの視点に立って子どもをサポートできるおとなが増え、その人たちがつながり、地域の子どもの暴力防止の力を高めることを目的として開催します。徹底して「子どもの視点に立つ」ことの大切さを学び合います。本講座を修了された方は引き続きCAPプログラム実践者になるための「CAPスペシャリスト養成講座」を受講することができます。みなさんのご参加をお待ちしています。

日程・時間 ※連続講座となります。

	日程	時間
1日目	9月5日(土)	10時30分～18時30分
2日目	9月19日(土)	
3日目	9月20日(日)	9時30分～17時30分

場所 奈良県社会福祉総合センター(橿原市)
講師 NPO法人CAPセンター・JAPAN CAPトレーナー

新型コロナウイルス感染拡大を鑑み、「福島の子どもの保養プロジェクトinなら」を中止しました

ならコープは2012年から毎年7月、2011年の福島第一原発事故による被災地の子どもの保護者を奈良に招いて、外遊びを楽しむ「福島の子どもの保養プロジェクトinなら」を実施してきました。しかし、新型コロナウイルスの感染拡大を鑑み、福島県生協連から8月末まで県外受け入れ企画中止の連絡があり、今年度は中止しました。「福島の子どもの保養プロジェクト」は、福島県生協連が被災地の子どもの心身の健康に不安を感じる保護者の気持ちに寄り添い、支援することを目的に取り組み、ならコープは、2011年から東日本大震災

目的別募金で支援しています。引き続き募金にご協力いただきますようお願いいたします。

<募金方法>

- ◆OCR注文書・eフレンズ…注文番号口数を記入してください。
1口=100円[152048] 1口=1,000円[152056]
※あったかポイントを募金[1口=100ポイント[007536]]に振替できます。
- ◆店舗ではサービスコーナーに募金箱を設置しています。

被爆75年 被爆者救援募金にご協力ください

被爆者救援募金は、ならコープ創立10周年の1984年に「たすけあいと協同」をテーマに掲げ取り組みをはじめました。商品活動だけではなく人間同士の結びつきを地域や社会へ広めていく重要性を確認し、発展途上国の子どもたちへの援助事業である「ユニセフ募金」とともに始めました。

被爆者救援募金は、これまで「奈良県原爆被害者の会(わかさの会)」※「原爆被害者相談員の会」「日本原水爆被害者団体協議会(日本被団協)」「広島原爆被爆者援護事業団」「広島赤十字・原爆病院」「日本赤十字社長崎原爆病院」へ贈呈してきました。2019年度からは、新たに「特定非営利活動法人ノーモア・ヒバクシャ記憶遺産を継承する会」に贈呈することを決めました。組合員の皆さまからのあたたかい善意は各団体で被爆者支援のために役立てられています。2019年度は423,152円が寄せられ、1984年開始からの累計は88,514,650円となりました。ご協力ありがとうございました。※「奈良県原爆被害者の会(わかさの会)」は2006年に解散されました。

今年は被爆75年という節目を迎えます。二度と同じ過ちを繰り返さないために、そして、「ふたたび被爆者をつくるな」という被爆者の想いに応えるために、ならコープは「ヒロ

シマの旅(今年度は中止)」への参加などを通じ、現地で学び感じたことを伝え広めていく活動とともに、平和活動にこれからも取り組んでまいります。ご協力よろしくお願いいたします。

募金方法

- OCR注文書の「6桁番号記入欄」に番号(下表参照)と口数をご記入ください。
- “あったかポイント”を利用して募金される場合、注文書の「ポイント還元欄」に口数をご記入ください。
- コールセンターやマイボイスコールでの“あったかポイント”のご利用は、下表の6ケタ番号をお伝えください。

	被爆者救援募金	
1口= 100円	151513	※あったかポイントを募金に振り替える場合、100ポイントを1口として最大9口まで。
1口=1,000円	151572	
あったかポイント(100ポイント=1口)	007528	

- 店舗では募金箱をサービスコーナーに設置しています。





食べてみて!

私のイチオシ CO・OP商品レシピ

co-op 60th
2020年はCO・OP商品60周年

CO・OPミックスキャロット

商品特長

子どもから大人までみんなが大好きなミックスキャロット。
この3月にリニューアルして、にんじんの配合率が60%になりました。

次回案内予定：8月4回

共同購入・個配取扱商品 店舗取扱商品



知りたい、みんなの家庭でのCO・OP商品の使い方。
組合員みなさんからのレシピをご紹介します!

子どもも大好き! ミツキャロドレッシング

Recipe episode

暑い夏、子どもたちが野菜をモリモリいっぱい食べられるようにミツキャロドレッシングを作ってみました!

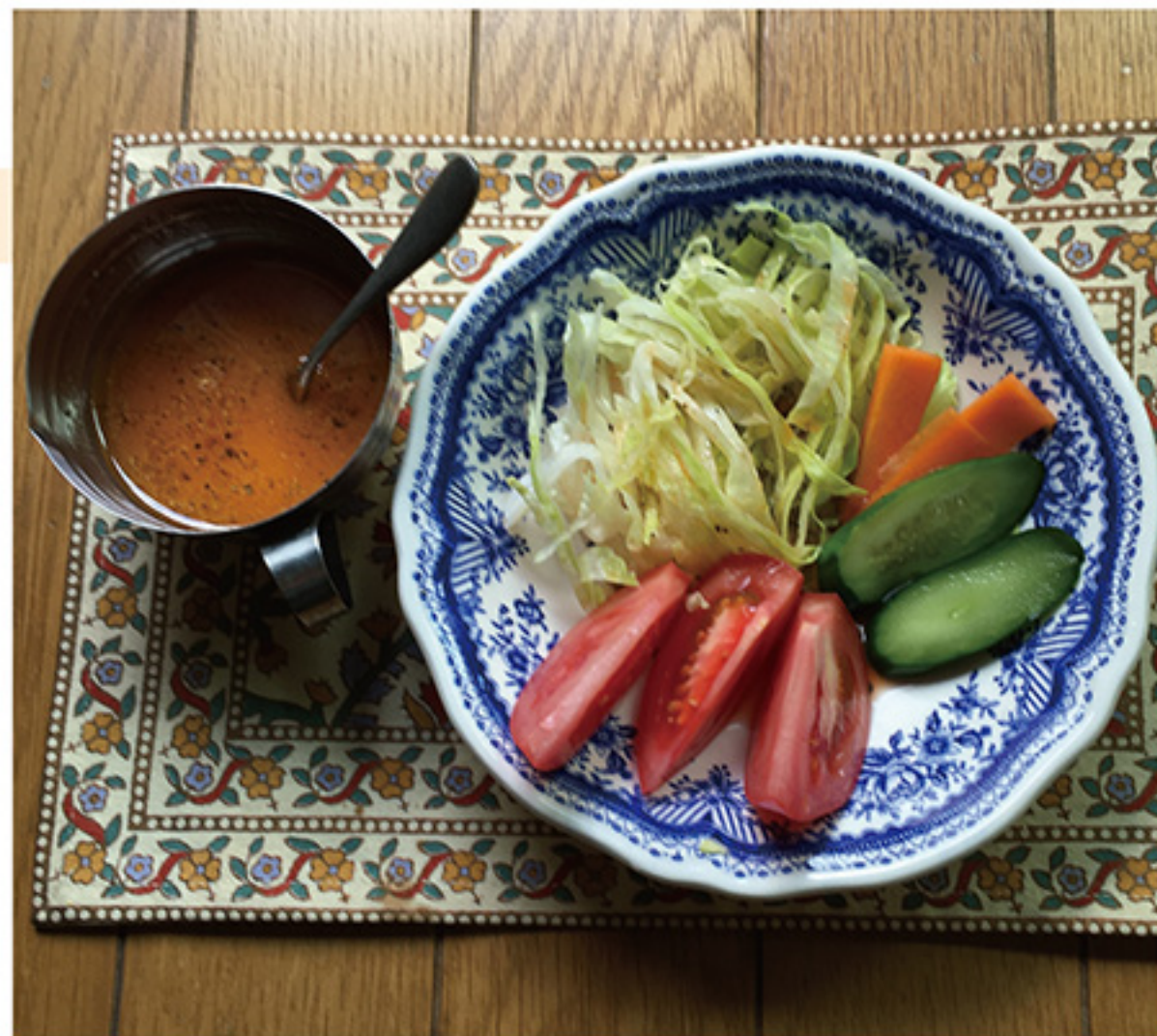
材料 (150cc分)

- CO・OPミックスキャロット100cc ● 酢25cc
- オリーブ油25cc ● 砂糖・塩・こしょう(適量)

作り方

- ① ボウルにミックスキャロット、酢、オリーブ油をいれて、砂糖・塩・こしょうを好みで加えて混ぜるだけ。ミツキャロ風味のさっぱりドレッシングが出来上がります。
- * ミックスキャロット：酢：オイルの割合を4：1：1と覚えておくと、いつでも作りたい量が作れるので便利です。
 - * オイルは、オリーブ油、サラダ油、米油…何でもOKです。
 - * 家族の構成や好みに応じて、自分ちのドレッシングを作ってみてください。

投稿者 I.Hさん(大和郡山市)



10月号は「手延べそうめん」あなたのレシピ募集 (2ヵ月連続募集)

夏の“余ったそうめん”を使った
おすすめ一品を教えてください。



応募方法(10月号締切:8月31日・消印有効)

ハガキ(封書でも可)またはWeb(二次元コード)、E-mail(kouhou@naracoop.or.jp)に
住所・氏名(ペンネーム可)・年齢・組合員番号・つながりやすい電話番号を記入のうえ、
必ず下記の①～⑤を添えてお送りください。(問い合わせ 広報部: ☎0742-34-5158)
〒630-8503 ならコープ広報部「あをがき8月号 組合員レシピ」係まで ※宛先の住所は記入不要です。

- ①料理レシピのタイトル
- ②レシピができたエピソードなど
- ③材料名(CO・OP商品を含む)・分量・調味料を含め、料理に使う全ての材料を詳細に記載ください。分量を計っていない・覚えていない場合でも、目分量を記載ください。
- ④作り方
- ⑤完成した料理の写真(なくてもOK)

写真は、材料のみや料理の一部でなく、料理のできあがりや写っているもの。ピントがぼけているなど不鮮明な場合は掲載できません。画像のみを上記メールアドレスへの送付もOKです。その場合、必ず件名に「あをがき8月号レシピ応募」とご記入ください。

★採用者には薄謝進呈。

Webで投稿は [こちら](#)



【応募にあたっての注意】

- ①レシピは、投稿者本人が考えたレシピであるもの、また写真については、投稿者本人が著作権を持つものであることが条件です。他からの引用レシピは掲載できません。
- ②レシピを採用する方には、内容等の確認のため掲載前に連絡いたします。
- ③応募されたレシピについては、「あをがき」をはじめとするならコープの発行する広報媒体に転載・引用・開示することができるものとします。

- ★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(通話料は組合員ご負担)
- ★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.0742-34-8060)にてお送りください。
- ★二次元コードの読み取りおよびWeb申込の通信料は組合員ご負担。



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。

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

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・タブレットで右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。
<https://www.naracoop.or.jp/m/>

@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いこう、との思いを表しています。