

あをがき



CO・OP 厚切りバナナバウム



特集

- 教えて! コープあったか便 移動店舗のこと
- 被爆者の悲願 「核兵器禁止条約」が1月22日発効
一人の力は微力だけどみんなで協力すれば
声は世界に届く

クローズアップくみかつ

- 活動推進委員ってなあに?③「福祉・子育て」分野

人物紹介



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

そら&だいちの
たべもの
ずかん

その11

たまご



たまご まごまご なまたまご

ぱかーんと きれいに われるかな？

ごはんにかけて おしゅうゆをすこし
たまごかけごはんの できあがり

たまご こころこころ ゆでたまご

ひとりで じょうずに むけるかな？

つぶして おしおとマヨネーズ

たまごサラダの できあがり

おててをあわせて

いただきます！



たまごの殻の色は親鶏の種類で違います。白い羽の鶏は白いたまご、茶色の羽の鶏は茶色（ピンク）のたまごを産みます。たまごを割った時に見える白い紐のようなものは「カラザ」と呼ばれるたんぱく質です。取り除かずに食べましょう。賞味期限は「生で食べる」期限。過ぎても早めに加熱調理すればおいしく食べられます。

いっしょに
つくろう！！

材料（7×9センチパウンド型2個分）
たまご 2個・バター 60g
板チョコ 100g・砂糖 大さじ2
卵とバターを室温にもどす

作り方

- ①卵をボウルに割り入れ、さいばしてときほぐす。
- ②耐熱ボウルに板チョコを細かく割り、600Wの電子レンジで、1分30秒加熱して溶かす。
- ③②に砂糖、バターを入れ、泡立て器でよく混ぜる。
- ④①を少しずつ加えて、つやが出るまでよく混ぜる。
- ⑤170度に温めたオーブンで、15分〜20分焼く。



簡単チョコケーキ

CO・OP
商品探訪

No.53

CO・OP
厚切りバナナバウム



かげつどう
株式会社香月堂
【所在】本社 白鳥工場
愛知県豊川市白鳥町兎足1番地10



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。



上部に並んだ黒いカッターで35ミリの厚さにカットされる

自然なバナナ風味の
バウムクーヘン

「CO・OP厚切りバナナバウム」以下、
バナナバウムは、自然なバナナ風味と
しっとりふんわりとした食感が好評
だ。厚切りなので食べた時の満足感も
非常に高い。個包装なのでお客さまに
出すお茶請けやおやつにもうってつけ
の使い勝手の良さも兼ね備えている。

バナナバウムを製造しているのは、
日本三大稲荷「豊川稲荷」のある愛知
県豊川市に本社と工場を構える株式
会社香月堂だ。香月堂は1953年創
業。バウムクーヘンはもちろんのこと、
パウンドケーキやマドレーヌ、マフィン
といった焼き菓子を製造している。特に
バウムクーヘンは同社が製造する商品
の6割を占め、出荷量は日本一を誇る
（TPCマーケティングリサーチ調べ）。

バウムクーヘンは、もともとドイツの
焼き菓子だ。木（バウム）のケーキ（ク
ヘン）という意味で、文字通り切り株の
年輪のようなケーキである。クリスマス
スやお祝いなど特別な日に贈る高級菓
子だそう。普段はあまり食べられない
ことがないという。職人が専用のオー
ブンを使い高度な技術によって手間暇
をかけて作っている。本場のものは、生
地がみっちり詰まり、少し硬めでばさ
ばさしている。ブランデーやコー
ヒーに浸して食べることが多いそう
だ。一方、日本では、日本人の好みに合
わせ、独自の大量生産方法がとられた。

一本一本丁寧に面倒を見る
バナナバウムはしっとりふんわり食
感でなおかつ、日持ちするのが特徴
だ。香月堂ではこのしっとりふんわり



食感を出すために生地を卵をたっぷり
と配合している。バナナバウムでは卵
が全原料の29%を占める。生地はその
日の気候や湿度、使う材料の状態に合
わせて決められた回数をホイッパーを
用いて空気を抱き込ませながら練り
上げる。

抹茶と豆乳でつくるわが家のバウム



材料 12cm×5cm 2本分

- CO・OPホットケーキミックス200g ● 卵2個 ● きび糖40g ● 抹茶小さじ2
- 豆乳130cc ● パター40g ● はちみつ大さじ2 ● サラダ油適宜

【作り方】

- ① 溶かしバターを作る。
- ② 大きめのボウルに①を入れて、きび糖・卵・豆乳・はちみつを加えて混ぜる。
- ③ ②のきび糖が溶けたら、抹茶とホットケーキミックスを加えてよく混ぜる。
- ④ フライパンを弱めの中火で温め、キッチンペーパーでサラダ油を薄く塗り、③の1/8ぐらいの量を四角に広げる。
- ⑤ 焼き色がついて、気泡が出てきたら、端からくるくると巻く。
- ⑥ ⑤を芯にして4~5回繰り返す。
- ⑦ 焼いたら取り出し、あら熱が取れたらラップをピッタリ巻いて冷めるまで置く。

※まん中に穴を開けるときは、16~17cmに折った割り箸4本をアルミホイルで巻きサラダ油を塗って、これを芯にして生地を巻いて焼きます。

※チョコ味にしたり、牛乳を使ったり、ちょっと甘めにと、お好みの材料でいろいろアレンジが楽しめます。

フライパンで わが家風 バウムを作ろう

ドイツ発祥のバウムクーヘン。ドイツでは、国立菓子協会によってバウムクーヘンの「定義」が定められていて、昔ながらの製法、味が頑なに守られています。そのため、バウムクーヘンは今も菓子職人のマイスター試験の課題になることがあるといえます。そのバウムクーヘンを家庭で手軽にわが家風を作ってみませんか。お子さんといっしょに作業してもいいかもしれません。



⑦包装前に人の目で品質を確認



株式会社香月堂のみなさん



④回転させながら焼き上げて層を作る

⑤焼き加減やムラがないかを人の目でチェック

⑥決められた分量、順番で原料を投入

⑦原料はすべてバーコードで管理



⑧冷凍庫で一気に冷やす



⑨1回で18本焼き上げる

バナナバウムでは、この生地づくりのタイミングでバナナピューレを生地に練りこむ。香料に頼りすぎると、香りだけが強いバウムクーヘンになってしまふため、自然なバナナの風味を感じることができるよう、ピューレを使用している。そして水分量を調整することで日持ちの良さを実現しているのだ。

次の焼き工程では、練り上げられた生地は、壁に沿うように等間隔に並ぶ巨大なオーブンに流される。バウムクーヘンは、もともとは菓子職人が一本ずつ棒に生地を回しかけながら焼いていくのだが、ここでは専用のオーブンで焼く。オーブンの中はセットされた芯が自動で水車のようにくるくると回り、生地を絡めながら回転し、上部のバーナーで焼き上げられ、また生地をつけて焼き上げる。それを何度か何度も繰り返して、樹木が長い年月をかけて年輪を刻むようにバウムクーヘンが少しずつ層を重ね大きく成長していく。

その間、担当の従業員はオーブンの前にはりつき、丁寧に焼き加減をチェックし、ムラが出ないようにへらで整えていく。営業開発部の森課長は「お菓子は生き物です。その日の気温や湿度によって微妙に仕上がりが違ってきます。これを均一にするために人の目と手で調整しています」と解説してくれた。まさに、生き物を育てるよ

うな丁寧な作業だ。時代の変化に伴い機械化できる部分は機械化しているという。しかし、品質を維持するために、今でも微妙な調整を長年の経験から培われた感覚で、人が調整しているのだ。生地をつけ、焼き上げのサイクルを17周、時間になると50分をかけて1本を焼き上げる。

焼き上げられたバウムクーヘンは、マイナス35℃の冷凍庫で瞬間冷凍する。急速に冷やすことで水分の蒸発を抑えしっとりとした食感となり、未包装の時間が短い、衛生的にもより安心になる。

こだわりの厚さ

バナナバウムは厚みも特徴で、市場では28ミリ前後の厚さのバウムクーヘンがほとんど。ところが、バナナバウムは35ミリ。食べた時に満足感とぜいたく感を味わうことができる。35ミリの厚さは組合員からも好評で、過去に原料費が高騰した際、個数を9個から8個（現在は9個にすることで厚さと価格を維持したそう。昨年11月には、リニューアルが実施された。マーガリンの割合を調整してさらにしっとりした食感を感じられるようにした。また強力粉をプラスすることで、しっとりしつつも歯切れのよいバウムクーヘンになった。香月堂は今後も、丁寧にバウムクーヘンを作り続ける。

今回の商品紹介

CO・OP 厚切りバナナバウム

2月4日 共同購入 店舗



商品プレゼント

「CO・OP厚切りバナナバウム(9個入り)」を10名様にプレゼントします。

ハガキまたはweb(右記二次元コード)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、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2月号プレゼント係」までお送りください。(2月28日締切) ※宛先の住所は記入不要です。



12月号プレゼント「ならこプ国産丸大豆使用 特選しょうゆ(濃口)1ℓ」の当選者は…

森田千賀子さん(明日香村)・日裏喜美子さん(大淀町)・安田京子さん(生駒市)・松好邦代さん(三宅町)・宇野純子さん(斑鳩町)・伊藤和子さん(大和郡山市)・廣瀬純子さん(奈良市)・大槻由美子さん(三郷町)・大和美保さん(奈良市)・高野まどかさん(奈良市)でした。おめでとうございます。(応募総数143通)

教えて!

コープあったか便 移動店舗のこと

2014年からスタートしたコープあったか便移動店舗。今回は、「移動店舗って、どんなところをまわっているの?」「どんな商品が買えるの?」「移動店舗のこと詳しく知りた〜い」という声に応じて、移動店舗特集をお届けします。



東吉野村役場前

移動店舗がめざす“地域の安心と居場所づくり”

移動店舗は、フレッシュな野菜・果物、肉類、刺身・鮮魚、牛乳、たまご、惣菜、パン、調味料、菓子、日用品を車に積んで、決まった曜日・時間に所定の停留所にやってきました。停留所には、到着を待つ人、コープのメロディを聞いて出てくる人、お菓子を買いに来る小学生…さまざまな人がやってきて、移動店舗の周りは、しばし、お買い物とおしゃべりでにぎわいます。

「お店がなくなってしまった」「車の免許を返上して買い物に行く足がない」…これまでのあたりまえの生活ができなくなった…移動店舗は、そんなお買い物に困っている地域の、くらしを支える安心と地域の居場所づくりを目的に運行しています。

県内191カ所の停留所を

5台の移動店舗車が運行しています

移動店舗はコープ学園前、コープいまご、ディアーズコープたつたがわ、コープなんごう、コープみみなしを拠点として、県内16自治体、191の停留所に運行しています。

移動店舗停留所分布図

- …移動店舗停留所
- …あすなろホーム・あすなろハイソ

※停留所の位置はおおよそです。

香芝市内

木曜日の午後、学校から帰宅した小学生が、みんなで分けあえるお菓子を買いに来る。「いつも学校から帰ったら(移動店舗が)ちょうど来ているから、みんなで選ぶのが楽しい」



東吉野村内

東吉野村では、買い物は車で20分〜30分かけて宇陀市榛原や大宇陀に行きます。「毎週持って来てくれるお寿司を楽しみにしています」「担当さんが気さくで何でもお話しできるのが楽しく、笑顔になります」



移動店舗停留所・時刻表
二次元コード▶



行政と自治会とならコープが連携して運行します

「誰も取り残さない 安心してらせる地域づくり」に取り組むならコープは、買い物に困っている地域に移動店舗を運行しています。運行地域の決定は、困っているところがどこで、何を要望されているのかを聞き取ることから始まります。「地域の声」を知るには、行政や地域の自治会とのつながりが大切です。停留所も自治会と話し合って決めます。現在、8市町(奈良市・天理市・香芝市・葛城市・御所市・平群町・三郷町・安堵町)と「住民の買い物支援事業に関する協定」を結び、買い物支援と地域のコミュニティづくりをすすめています。

住民同士が支えあうまちづくりに

移動店舗

毎週土曜日の午前、生駒市あすか野自治会の駐車場は土曜日ににぎわっています。46年前に開発された人口約4,650人の住宅地は、7年前のコンビニの閉店により、食品を販売する店舗がなくなりました。「何とかしなければ…」自治会に携わる人々が中心になって「支えあうまちづくりの会」をつくり、小売業者に声をかけて2011年から土曜市を始めました。めざしたのは地域のつながりの場と買い物支援です。

そんな中、2014年に運行を始めたならコープに自治会から「土曜市に来てほしい」と要望され、移動店舗が参加することになりました。火曜日にもあすか野地域を運行しており、すっかり「地域のお店」です。



「支えあうまちづくりの会」のみなさん。土曜市には80〜120人が来られます。歩いて来られてもスタッフに配達してもらえるので安心して買い物ができます。

配達をご希望の方は
お申し出下さい
土曜市

どんな商品を積んでいるの?

移動店舗車には約600品目の商品を積んでいます。「こんな商品を持ってきて」の注文も受け付けて、便利にご利用いただいています。



▲左側面

冷蔵ケースには、刺身パック、各種鮮魚の切身、牛・豚のうす切り肉、ステーキ肉、ハム・ソーセージ、豆腐・あげ類、練り製品、たまご、牛乳、乳製品、おでんや餃子などの半調理品、惣菜、野菜のもやしなどが入っている

◀後方

パン、インスタント味噌汁、インスタント麺、茶・コーヒー各種、ケーキ・ドーナツ、おかき、ペーパー類の雑貨。

旬の野菜・果物が
人気で、寒い日には
鍋の材料がよく売れます

お菓子では、
CO・OPクオリティや
おかき類が人気!

刺身や鮮魚、肉類の
パックは、その日の朝、
店舗でつくるので
鮮度抜群!



▲右側面

- 緑のコンテナボックスには、葉物野菜、土もの野菜、根菜、きのこ各種、トマト、きゅうり、バナナ、りんご、柿、みかんなど。
- 各種調味料、乾物、煮干し、スープ、各種飲料(野菜ジュースも)・ドレッシング・各種お菓子・レトルトごはん。



知っておきたい！食の安心・安全！

食品の保存…なぜ冷蔵するものと常温でいいものがあるの？

食品を保存するとき、冷蔵庫に入れるもの、常温のものと分けますが、その基準になるものをご存じですか？生肉や鮮魚は常温では腐るから冷蔵するのですが、ジャムやビスケットは腐りません。なぜ？…それには食品中の水が関係しています。

食品中の水の値が目安

食中毒の原因となる細菌などの微生物は、食品中に水がないと活動できません。微生物が利用できる水が食品中にどのくらい入っているかの目安となる数値を「水分活性」といいます。水分活性は0～1で表されます。微生物は利用できる水が少ないほど（水分活性が低いほど）活動できなくなることから、腐りにくくなります。生肉、鮮魚、生野菜、果物、牛乳、米飯の水分活性は0.98以上で、ほとんどすべての腐敗に関係する微生物及び食品を介してヒトに病原性を示す微生物が増殖します。水分活性が1に近いものは、10℃以下の冷蔵庫で保存することで細菌が増えるスピードを遅くすることができますが、冷蔵庫の中でも長期間保存すると細菌はゆっくり増えるので、過信は禁物です。乾麺、煮干し、キャンディー、ビスケット、ポテトチップス、はちみつは0.6以下で微生物は増殖しないので常温で保存できます。

水が多くても腐りにくいもの

ジャムの水分活性は0.82～0.94と、水が多く含まれていますが、砂糖の量も多く、この砂糖がジャムの水と結びつくので、微生物が利用できる水が少なくなります。塩鮭も0.89ですが、塩を振ることによって鮭に含まれる水と塩が結びついて、微生物が利用できる水が少なくなります。干物や燻製品なども乾燥して水が減ることから、腐りにくくなっています。
※各商品の保存方法は、商品表示に従って保存してください。

品質保証室便り

買ったパンから茶色い異物が出てきた。
これは何か調べてほしい。

製造元にて確認したところ異物は、デンプン質から成るものであることがわかりました。製造工程では、作業前、および製品切替時に、機械の点検と清掃をおこないます。使用した食型と蓋は、焼成後、製品を取り出しすぐに、食型内と蓋の製品が触れる部分をふき取ります。使用する際は、製造毎に目視確認をおこないます。包装工程では作業員が製品の目視検品と異物混入等の問題がないかを確認しています。

製造ラインを調査したところ、機械内に小麦粉と食用油が混ざった生地が残っていました。このことから機械内の清掃が不十分であったため、除去できていなかった生地カスが、その後の製品製造時にパン生地に付着してしまった可能性が考えられました。再発を防ぐため①成型を行っている機械内の清掃②焼成後の食型、蓋のふき取り、使用前の目視確認を確実にすることを再度確認しました。



はちみつを使おうとしたら白く固まっていた。
品質に問題がありますか？

はちみつは少ない水分の中に、主成分の糖が無理に溶け込んだ状態(飽和)になっています(約80gの糖分が約20gの水分に溶けている状態です)。糖の大部分はブドウ糖と果糖ですが、ブドウ糖が飽和状態になっているため、時間とともに結晶として析出(溶液から、固体が分離して出ること)していきます。一度結晶化が始まると、それが核となって、さらに結晶化がすすみます。結晶は変質したものではありません。使用しにくい場合には湯煎で温めてご使用ください。



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。(月曜～土曜 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。

12月度 ならコープの産地・工場点検実績表

点検部署	実施数	主な点検先
商品部門・品質保証部門点検	5社の取引先	(有)近藤豆腐店(日配)、(株)味の和路(日配)、(株)大つる(日配)、西大和さえき(日配)、(株)梅守本店(日配)の点検を実施しました。
コープ委員会の見学	—	12月度は見学を実施しておりません。

動画で見る点検活動▼



公 告

組合員理事候補者としての 推薦希望申出の受付について

2021年2月1日
市民生活協同組合ならコープ 代表理事 理事長 中野 素子
役員の任期満了に伴い、第49回通常総代会(2021年6月)で、定款第20条に基づく2021年(6月)・2023年(5月)役員の選任を行うに先立ち、役員選任規約第5条により、下記のとおり組合員理事候補者として役員候補推薦委員会の推薦を受けることを希望する組合員からの申出を受け付けます。

記

1. 役員の選任を行う総代会の日程及び場所

- (1)日時:2021年6月10日(木)10時～12時(予定)
- (2)場所:奈良県文化会館
- (3)名称:市民生活協同組合ならコープ 第49回通常総代会

2. 役員選任規約第3条に基づき、2021年1月29日の第8回理事会で決定した選任区分別の理事定数

- (1)選任区分:組合員理事
- (2)定数:19人

3. 申出をできる方

申出をすることができる組合員は、公告のあった日の前月の末日から継続して組合員であるものに限り、ただし、次に該当する者は申出をすることができません。

- (1)未成年者
- (2)破産手続開始の決定を受け、復権していない者
- (3)生協法第29上の3に該当する者

4. 申出受付方法

所定の申出用紙に必要事項を記入し、申し出ください。申出用紙は、役員候補推薦委員会事務局に用意してあります。なお、申出にあたっては住民票(交付日が提出日の1ヵ月以内)を添付してください。

5. 申出受付期限

2021年2月8日(月)午前10時から2月17日(水)午後5時までとします。但し、受付実務は受付期間中の日曜日(14日)を除きます。

6. 申出場所

役員候補推薦委員会事務局
住所:奈良市六条二丁目17番6-11号
電話:0742-34-8735

以上

4月、下市町に事業と居場所の拠点を開設します

吉野郡下市町にならコープ事業所の開設に向けた準備をすすめています。これは、昨年閉鎖された南都銀行下市支店(建物)を有効活用するもので、地域で引き続きお役に立てる方法はないかと南都銀行とならコープで協議を重ねてきました。開設にあたり、さらに下市町を含む三者で協議し、包括連携協力に関する協定の締結を予定しております。

住み慣れた地域で誰もが安心して暮らし続けられるよう、お買い物や食生活の支援はじめコミュニティや見守り、地域の雇用づくり、地場産業の振興、地域の防災・避難所および自然エネルギー開発も視野に、新たな拠点のモデルづくりをめざしたいと考えます。



●下市町組合員対象への説明・懇親会を開催

12月19日(土)、21日(月)には下市町組合員対象の説明・懇談会を下市観光文化センターで開催しました。20人が参加され、新しい事業所への要望やご意見を伺いました。この会には下市町職員、ならコープから役職員および南エリア委員・吉野コープ委員会メンバーも参加しました。会の最後に「新しい拠点づくりと一緒に考えていきましょう」と呼びかけました。

1月の南エリア運営協議会で、名称が「ならコープ下市ステーション」と決まりました。4月開設に向けて、地域のみなさまと協力して取り組んでいきます。



ならコープの今 (2020年12月末現在)

- ・組合員数 280,775人(前年比100.4%)
- ・出資金 113億8,096万円(前年比102.0%)

12月	実績	予算比%	前年比%
供給高計	48億940万円	107.9	106.7
無店舗事業	35億9,779万円	109.9	107.5
店舗事業	10億8,343万円	102.7	104.2
宅配事業	1億2,803万円	101.9	106.9

Check! ひと言メモ 2021年度は役員改選が行われます

今年6月の第49回通常総代会では2年に1度の役員改選が行われます。役員(理事・監事)は、役員選任規約に基づき手続きをすすめる総代会に役員選任議案として提案し、議決します。生協のよりよい運営には、運営を担う機関(総代会、理事会・代表理事、監事)が適切に機能しなければなりません。「生協は組合員が主人公」の考え方を大切に、組合員の総意が反映されるように、理事会は組合員理事が過半数を占める構成となっています。



簡単で栄養のとれる朝ごはんを
教えてください。(30代)

野菜たっぷりおじや・オムレツ

香芝市 F・M(60代)

今の時期は野菜たっぷり、鶏肉、ベーコンの卵入りおじや。具は前日に煮ておいて、朝に卵とじに。チーズ・ハム・冷凍ブロッコリー入りのオムレツなど。

作り置き全粒粉パンケーキ

榎原市 O・A(30代)

朝は忙しくて大変です。うちの朝ごはんは野菜たっぷり味噌汁、雑穀ごはん、旬の果物などが定番ですが、どうしても時間が無い時は冷凍してある全粒粉パンケーキをレンジで解凍して食べます。パンケーキは、コープで注文した全粒粉のミックス粉を使って、休日にまとめて焼いています。くるみやレーズン、高カカオチョコレイトなどを入れると栄養たっぷり、おやつにもいいですよ。



トッピング豊富なピザトースト

宇陀市 E・M(40代)

ピザトーストがお勧めです。トッピングを野菜やシーチキン、ハム、ウインナー、チキンなど好きなものをのせてマヨネーズや、ケチャップをかけ、チーズをのせてトーストするだけで簡単に栄養がとれます。

ふかひれスープでおじや

田原本町 B・M(60代)

コープのふかひれスープの素を使った中華スープはいかがですか？ふかひれスープに分量の水を入れ、ごはんを入れてコトコト。卵を割り入れてふんわり混ぜてできあがり。卵を多めに投入したりとうふをくずして入れたり、ミツバをのせたりと、工夫も楽しいです。

具たくさんスープで風邪知らず

奈良市 O・N(50代)

簡単となると、スープ類でしょうか。野菜、肉類、卵を入れて、コンソメ風とかカレー風味とか、味噌仕立て



とか、出汁のきいた和風とか。受験期、我が家はいつも朝にこのスープで手軽に栄養価アップしていました。そのお陰か、風邪引かずの冬です。

寒い冬の定番、野菜スープ

榎原市 O・R(60代)

キャベツが芯に近くなってきたときに、スープにします。玉ねぎや人参、じゃが芋など手元にある野菜をいれ、スープの素をいれます。夕飯を作るついでに作っておくと、朝はトーストと目玉焼きなど、寒い冬にぴったりです。

卵かけご飯で好み焼き風に

大淀町 Y・N(70代)

卵かけごはんは苦手なので、卵かけごはんを作って具はお好みで入れて、小さめのフライパンに油少々を入れお好み焼きのように焼いて食べます。これにインスタントのみそ汁を添えてお好み焼きの定食風。

大の大的コープファンです

川上村 M・S(70代)

約35年コープにお世話になってます。共同購入からこまどり便、今はかわかみらいふでお世話になってます。大の大的コープファンです。毎月あをがきも楽しみにしています。おたすけVoice、参考になります。山間部なので本当にコープさんには感謝しています。これからもよろしくお願いします。

ごみが半分以下に

榎原市 M・S(60代)

組合員活動になかなか参加できませんが、このコロナ禍ですと気になっていた生

ごみ処理機を購入。使い始めると、なんと捨てるごみが半分以下になりました。生ごみは処理後、土として再利用しています。少しは環境にやさしくなれたかな？

思ったより簡単！オンライン

榎原市 U・I(60代)

オンライン会議アプリ、初体験しました！思ったより簡単です。コロナで会えない人とも気軽に話せそう！まだの方、ぜひお試しください。

私の愛用はちみつレモン

大和高田市 I・M(80代)

外出のできない毎日、コープさんの配達の日を毎週楽しみにしております。カタログを見ながらあれやこれや選ぶのも楽しいです。私の愛用の一つはちみつレモンは毎日の食卓に必ずあります。

紅茶、パン、お湯割り、ヨーグルト等大活躍してくれまます。ほんとうにいい物みつけ！！

ならこすめハンドクリーム

榎原市 I・T(60代)

東京にいる友人がアマビエ柄の日本手ぬぐいを送ってくれたので、御礼に「ならこすめハンドクリーム」を送ったら、「手洗いとアルコール消毒、それに寒くなると乾燥も加わりカサついていたのでうれしい！！」と喜ばれました。

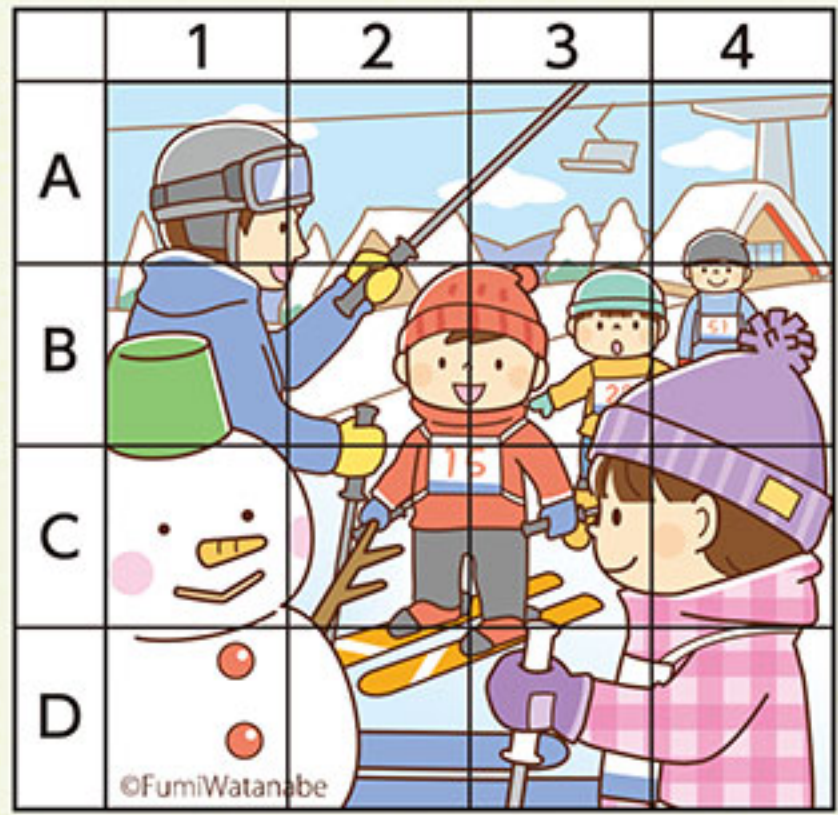
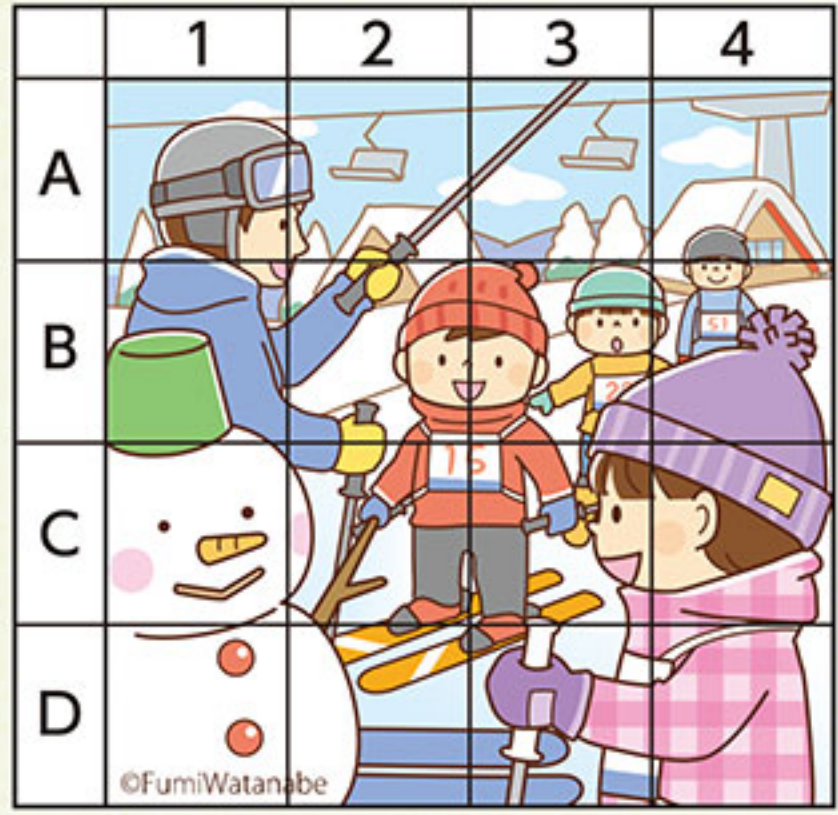
アマビエの編みぐるみ

上北山村 K・M(70代)

コロナ禍、近所の生協仲間と集まって、疫病退散を願って、今話題アマビエの編みぐるみを編んでいます。出来上がった妖怪人魚かわいいです。コロナにまけるな！と願いながら。

まちがいさがしクイズ ルック

抽選で10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 ▶



12月号のクイズの答えは「A-4・B-1・B-2・C-3」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、592通でした。

櫻井智恵さん(大和郡山市) 大岡桂子さん(野迫川村) 数本由依さん(明日香村)
谷山房子さん(葛城市) 西 規子さん(奈良市) 坂口達也さん(生駒市)
岩本真紀さん(生駒市) 満瀬むつみさん(奈良市) 生田美穂さん(榎原市)
生駒智恵子さん(大和郡山市) 喜元栄都子さん(奈良市) 橋本尚美さん(奈良市)
数田なほみさん(三郷町) 上坂美代子さん(大淀町) 三神さおりさん(天理市)
山田崇史さん(大和郡山市) 関本幸恵さん(高取町) 笹田真希さん(葛城市)
上林弘美さん(川西町) 谷口千代さん(奈良市)

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「あをがきクイズ係」※宛先の住所は記入不要です
2月28日の消印まで有効です。

皆さまの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。このご時世、コロナを笑いで吹っ飛ばせ。我が家のちょっと笑っちゃう失敗談や今までのコープの注文の失敗談も教えてください。(40代)

▲「おたすけVoice!!」にぜひ応援のメッセージを!! 締切日 2月28日 ※字数は200~300字程度をお願いします。

※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。



活動推進委員ってなあに？③ 「福祉・子育て」分野

みなさん、活動推進委員をご存知ですか？2019年4月からスタートした新しい活動です。ならコープでは、私たちのくらしの中の課題を、福祉・子育て、環境・エネルギー、くらしの安心・安全に切り、それぞれに政策（考え方）を持っています。組合員の活動ですめること、事業としてすすめることを活動推進委員、役職員と一緒に協議して推進しています。活動推進委員の紹介、第3回目は「福祉・子育て」活動推進員の登場です。



コープ学園前同窓会で署名を呼びかけ（2017年）

被爆者の悲願「核兵器禁止条約」が1月22日発効

一人の力は微力だけどみんなで協力すれば

声は世界に届く



核兵器のない平和な社会への扉

被爆者と世界の多くの市民が、「再び被爆者をつくらない」と続けてきた運動が、「非人道的な核兵器」「核兵器を絶対悪」とする初めての国際規範「核兵器禁止条約」となり、1月22日に発効されました。

広島・長崎に原爆が投下されてから75年経って、ようやく「核兵器のない世界」への扉が開かれます。核兵器禁止条約前文では、「条約は、被爆者（ヒバクシャ）の苦しみと被害に触れ、人道の諸原則の推進のために、核兵器廃絶に向けて被爆者などが行ってきた努力」に言及しています。この条約の発効は被爆者の悲願であり、私たちならコープ組合員の願いでもあります。

ならコープは「核兵器禁止条約の発効に際して声明を出しました。」▶



核兵器禁止条約とは

2017年7月に国連で122カ国により「核兵器禁止条約」が採択され、2020年10月24日には条約批准国が50カ国となり、90日後の2021年1月22日に条約が発効することになりました。

条約が発効されれば、批准国には核兵器は、開発、製造することも、実験、備蓄、移動、配備、使用及び使用による威嚇することも禁止されます。

組合員とともに学び行動しすすめてきた核兵器廃絶への歩み

ならコープでは、「平和とよりよい生活のために」の理念のもと、「子どもたちに平和な未来を」と、創立以来、平和の取り組みを組合員とともにすすめてきました。みんなでできるたすけあいの活動・平和の活動の一環として1984年から取り組む「被爆者救援募金」は、日本原水爆被害者団体協議会（日本被団協）や原爆被害者相談員の会などに届け、被爆者の救援と核兵器をなくす取り組みに役立てられています。また、被爆者に寄り添い、被爆者に学びながら「核兵器のない世界」を目指して、平和行進でその声を上げ、NPT再検討会議に代表を派遣する取り組みなどをすすめてきました。

1995年には、核兵器禁止条約の根幹となる「核兵器は国際法違反」との勧告を国際司法裁判所に求める署名に取り組み、組合員から約65,000筆が寄せられました。2016年には、核兵器の禁止、廃絶する条約をすべての国に訴える、被爆者自ら呼び掛けた「ヒバクシャ国際署名」を、全国の組合員とともにすすめて、ならコープでは20,750筆を想いとともに集めました。2020年12月末日には、13,702,345筆となり、1月、被団協を通じて国連に届けられました。

世界中の市民とともに「核兵器廃絶！」の声を上げ続けよう！

現在も世界には13,400発の核兵器が存在し、核兵器が使用されるリスクが高まっています。広島・長崎に落とされた原爆は、75年経った今に至るまで、被爆者の「からだ」「くらし」「こころ」にわたる被害を及ぼし続けています。

世界では、核兵器不拡散条約（NPT）で核兵器の保有が認められている核兵器保有5カ国とその核の傘の下にいる同盟国、他の核保有4カ国がこの条約に反対し続けています。残念ながら唯一の戦争被爆国の日本の政府もその参加を拒んでいます。国内では、条約に対して「核兵器保有国と非保有国を分断する」「廃絶へのアプローチの仕方が違う」との声もありますが、国内の世論調査でも、日本が核兵器禁止条約に参加すべきとの声は7割を超えています。条約は、批准した国だけが法的に拘束されます。核兵器廃絶に向けての大きな課題は、批准国を増やして「核兵器は違法」という国際規範を広げていくことです。批准国が増え、NPTで確認されている「（核兵器保有国の）核兵器の削減への誠実な努力」をすすめていくうえでも、ならコープでは、被爆者に寄り添い、組合員、市民とともに「核兵器廃絶」の声を上げ続けていきます。

「NPT代表派遣応援募金」を日本被団協に寄付します

2020年4月開催予定であったNPT再検討会議が、コロナ禍で延期となり、ならコープからの組合員代表派遣を断念しました。組合員のみさんから、派遣にあたり「核兵器のない世界の実現」への想いを託し寄せられた「NPT代表派遣応援募金」359,797円は、日本被団協に寄付し活動を支援します。

「福祉・子育て」の活動ってどんな活動？

福祉・子育て分野では、組合員はじめ奈良県に住む人々が、住み慣れた地域で「しあわせ」に「よりよいくらし」を実現するために必要なことは何か、困っている人を応援するために必要なことは何かを話し合い、それを具体化、推進します。

今年度は、コロナ禍で思うように活動がすすめられませんが、活動推進委員は、フードドライブの運営はじめ学習会の組み立て、12月には「ならコープ福祉・子育て政策だより」さん・あい通信」2020冬号」を編集し発行しました。また、貧困をはじめとする困難を抱える子どもの問題を身近な問題としてとらえ、学び考えていく社会づくりをめざす「子どもの未来アクション」では、学習チーム・ムービーチーム・訪問チームを設けて活動をすすめました。



ムービーチームで制作した「フードドライブ」の動画

▲「さん・あい」とは、ならコープがめざす「たすけあい・ささえあい・わかちあい」3つのあいから名付けました。通信はコープあつたか便や夕食宅配利用者に配付。

活動推進委員になってみて、今後やってみたいこと……

実際に結果が見える活動をしてみたいです

奥上 弘子

「子どもの未来アクション」の訪問チームで、こども食堂を訪問しました。子どもの貧困が見えにくいのは、困っていることを子どもも親も見せたくないという思いがあるからです。訪問したこども食堂では、困っている子どもを対象にするのではなく、地域のすべての子どもを対象に、食事の提供と学習支援をされていました。誰でも参加できる楽しい雰囲気ではとても共感しました。他のところも調べて未来アクションの他のチームと共有し、いろんな方面から、子どもの問題にアタックできたらいいなと思います。今回発行した「さん・あい通信」も、まずは「こんなことをやっています」を知らせる第一歩です。

子どもによる子どものための 福祉・子育て推進会議

中背 裕夏

現在、子育て真っ最中です。以前から食育や子育てひろばなど子育てに関する問題に興味がありました。組合員活動は未経験でしたが、自ら行動を起こしてみたい、子育て中の人にも広めたいという思いで参加しました。「子どもの未来アクション」ではムービーチームメンバーで、フードドライブを呼びかける動画を作り、現在はこども食堂を紹介する動画を制作中です。実際に取材もしました。今後は、ぜひ、子どもによる子どものための「福祉・子育て推進会議」を開いてみたいです。子どもは探求心が強く、発想も豊かです。そして、子どもたちに、ならコープはこんなことをしている、ということを知ってもらいたいと思います。



奥上さん 山本さん 中背さん

福祉・子育ては身近な問題だということを伝えたい 山本 由香里

30年近く子育てをしてきたこと、同居の義母が最近入退院を繰り返し福祉の問題も知りたいと思ったことから活動を始めました。子どもの貧困、介護のこと、障がい者のことなど知らなかったことがたくさんありました。活動の中で学んでいくと、国会中継での「ひとり親問題」の答弁を聞いてみるなど、日々の生活の中でアンテナを張ることに鋭くなりました。これらは、私たちの身近な問題です。コロナ禍で見学もなかなかできませんが、実際に自分の目で見て感じたことを伝えていければと思います。

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。《「あらたな生活様式」に沿った組合員活動の運営ガイドライン》はコチラ▶
※企画に参加される場合は、体調管理の上、マスク着用をお願いします。



1 東日本大震災を忘れないつどい ～3.11から10年～ ライブ配信上映会&視聴参加の案内

東日本大震災発災から10年が過ぎようとしています。被災地の復興・復興支援活動に全国の生協が力を合わせて取り組みました。被災地の復興の現状を確認し、これまでの災害支援活動を振り返り、学んだ教訓を継承します。

日 時 2月19日(金) 13時～16時

視聴するための参加方法

①【みんなで参加】コープふれあいセンター六条でライブ配信 (You Tube) 上映会。

申込・締切 2月12日(金)までに組織部へ
☎0742-45-7884(月～金・9時～17時)



②【お家で参加】下記の専用HPまたは二次元コードにアクセスしてご確認ください。

<https://sway.office.com/8yoN00OkDn6tjuVq?ref=Link>

主 催 岩手県生協連、いわて生協、宮城県生協連、みやぎ生協、コープふくしま、福島県生協連、日本生協連

2 フードドライブ・子どもが使う学用品の提供にご協力ください

ご家庭で使わずに置かれている食品や、使われていない子ども用の学用品、文房具はありませんか?

フードドライブは、食品ロス削減と、子ども食堂や現在はコロナ禍で貧困等の困難を抱える子ども達の支援として、ご家庭で食べきれない食品を捨てずに活用する取り組みです。お預かりした食品は、コープふれあいセンター六条の中にある「特定非営利活動法人 フードバンク奈良」に届けられ、そこから子ども食堂や、必要とする個人や団体へ届けられます。学用品は学習支援を行う団体にお届けします。ご家庭に残っている食品、使っていない学用品がありましたら店頭にお持ちください。

日 時 2月15日(月)10時～12時 コープなんごう
3月 1日(月)10時～12時 ディアーズコープたつたがわ
3月 1日(月)10時～12時 ディアーズコープいこま
3月12日(金)10時～12時 コープみみなし

お預かりできる食品 ①常温で保存できるもの
②未開封の物(箱の破れ等がないもの)
③賞味期限まで1ヵ月以上あるもの
④食品表示のあるもの

お預かりできる学用品・文房具
新品、未開封のものに限ります

問合せ 組織部 ☎0742-45-7884(月～金・9時～17時)

3 キノコの植菌・コシアブラの植栽 (絆の森整備事業)

要申込 先着順

黒滝村山でキノコの植菌とコシアブラの植栽をおこないます。家庭で育てることが出来る方は、植菌した原木のお持ち帰りは可能です。

日 時 3月6日(土)10時～15時(雨天中止)

場 所 黒滝村栗飯谷 山林 奈良県吉野郡黒滝村栗飯谷

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)

定 員 10家族20人

(先着順 20人に達しましたら受付終了)

持ち物 お弁当・飲み物・マスク・タオル・軍手

山作業できる服装(長そで、長ズボン、運動靴)

申込 経営管理部 ☎0742-34-5158(月～金・9時～17時)



4 コープくらしの法律相談会

要申込 無料 先着順

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。相談に関わる資料があればご準備ください。内容・個人情報等は厳重に管理します。

日 時 2月27日(土)10時～13時

電話相談会・1人30分以内

定 員 6人(先着順)

申込 2月1日(月)～2月26日(金)

12時までに総務部

☎0742-34-8731(月～土・9時～18時)



5 「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!

要申込

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)。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)

6 子どものSOS聞こえていますか【初級編】 ～日本の貧困 相対的貧困とは～

要申込 先着順

日本では、今、7人に1人の子どもが貧困状態にあると言われています。日本の貧困は衣食住に事欠く絶対的貧困ではなく、様々な機会が失われる相対的貧困です。子どもにとって、周りの皆には当たり前の生活が自分にはないという状態は、子どもに破壊的なダメージを与えます。貧困などの困難を抱える子どもをあたたく見守り、支えるために私達にできることを一緒に考えてみませんか。

日時・会場 ①3月3日(水) コープなんごう 集会室

②3月9日(火) ディアーズコープいこま 集会室

③3月18日(木) コープいまご 集会室

時間はいずれも10時～12時

定 員 各会場5人

申込・問合せ 組織部 ☎0742-45-7884(月～金・9時～17時)

7 2021年度「環境保全活動団体」に助成します

ならコープがすすめる買い物袋持参運動では、利用レジ袋1枚につき5円をご負担いただき、環境資金としています。この資金の一部を活用し、県内で活動する環境保全活動団体に総額70万円(上限4万円)を限度に支援します。

対 象 「地域に根ざした環境保全活動」

「地球温暖化防止を目的に生活様式の見直しをすすめる活動」

応募期間 2月1日(月)～3月12日(金) ※当日消印有効

資 格 県内で活動する団体・NPO・グループ・サークルなど

(個人は除く)

応 募 所定の申請用紙を組織部(☎0742-45-7884)までご請求の上、ご応募ください。申請書類は郵送のみで受け付けます。

宛 先 〒630-8043 奈良市六条2-17-6-11

ならコープ組織部「ならコープ環境保全活動助成」係

☎0742-45-7884(月～金・9時～17時)

8 [eco市民カレッジ] 火を囲むカフェ

要申込

今年も、昨年大好評だった谷林業の谷茂則氏にお話を伺います。ストーブの火を見ながら、木のこも、森のこと、暖かさのこと、エネルギーのことを時に面白おかしく、時に真面目に語ってくださいます。帰る時には、心も体もホッとして暖かくなる茶話会へぜひお越しください。

日 時 3月19日(金)15時～16時頃

会 場 ぶろぼの食堂(〒630-8115 奈良県奈良市大宮町3丁目

5-41 ぶろぼの福祉ビル1F)

近鉄新大宮駅から南へ大宮通を東、コイイチ過ぎたらすぐ南へ右手、駅から268m。

講 師 谷林業 谷 茂則氏

参加費 300円(お茶代)

定 員 先着10人

申込 (一財)再エネ協同基金

☎0742-33-9528

(月曜～金曜・9時～18時) 上記二次元コードから▲



9 「福祉社会をめざしてわたしたちができることは何か?」 ～スウェーデンから学べること～

要申込

長年、障害児教育とスウェーデンの社会を研究されている二文字先生にお話をいただきます。幸せのヒントが見つかるかも。

日 時 3月5日(金) 13時30分～15時30分

会 場 奈良文化会館1階会議室2

講 師 大阪教育大学名誉教授 二文字 理明 さん

資料代 100円(平和の会会員は無料)

定 員 20人

申込 ☎090-4307-7144(安藤)・☎0742-47-1633(原田)

10時～18時

主 催 ならコープ平和の会

※当日はマスク着用、ご自宅での検温をお願いします。

コープみみなし改装に伴う 休業期間と対応について



コープみみなしは、1996年10月に現在地(橿原市新賀町)へ拡張移転以来24年間、組合員の生活とともに歩んできました。この間、組合員のライフスタイルも変わり、店舗もそれに合わせて変わることを目的に、2月に改装工事をおこない、2月27日(土)9時改装オープン(予定)します。休業期間中はご不便をおかけしますが、ご協力よろしくお願い申し上げます。

なお、改装前の最終営業日2月2日(火)は18時に閉店します。

休業期間中 2021年2月3日(水)～26日(金)の対応

①お買い物バスをコープみみなしからコープなんごう

へ運行します。月曜日・木曜日 1日3便運行(予定)

(行)コープみみなし発 9時・10時・13時

(帰)コープなんごう発 10時30分・11時30分・14時30分

②コープあったか便は、コープなんごうから対応します。

※但し、お買い物サイトは改装休業時は使用できません

ので、コープなんごうへ電話で注文をお願いします。

☎0745-25-1120(買物代行受付は10時～12時)

③コープあったか便移動店舗での販売

コープみみなし北駐車場受取ハウス前に移動店舗が来ます。

日 程 2月7日(日)・14日(日)・21日(日)

営業時間 10時～12時

④営業施設 受取ハウス・ココカラファインなど別棟テナント

休業施設 ノムラクリーニング・南都銀行ATM

⑤各種受付等 休業させていただきます。

お急ぎの場合は他の店舗サービスコーナー

をご利用をお願いします。※びゅうウォーター、

リサイクルコーナーはご利用できません。

⑥コープ共済の窓口 休業します。

共済に関するお問合せ・ご相談は

コープ共済センター ☎0120-50-9431

月～土(祝日営業) 9時～18時

⑦組合員集会所

1月15日(金)～3月15日(月)は原則使用できません。

※問合せ ならコープコールセンター

☎0120-577-039(通話料無料)

携帯電話・IP電話からは

☎0743-68-3100(通話料はご利用者負担)



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

ならコープ 白菜キムチ

商品特長 甘味のある黄芯系の白菜を使用。キムチ好きの人にも支持される“ピリッ”とあとを引く辛さと旨味のバランスがとれた味わい。

④ 次回案内予定: 2月3回
(隔週案内) ⑤
④...共同購入・個配取扱商品
⑤...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。
組合員のみなさんからのレシピをご紹介します!

「ごま油香る鯛キムチ」

Recipe episode ♪

ピリッとあとを引く辛さの白菜キムチとごま油、白だしを絡めることで、さらにおいしさが引き立ちます。鯛以外でも、大好きな食材で試してみてください。

材料(2~3人前)

- ならコープ白菜キムチ150g ●鯛(お刺身用短冊・背)180g
- たまねぎ大1/4個 ●白ネギ(白い部分を使用)1本 ●しょうゆ大さじ2
- CO・OP白だし大さじ2 ●CO・OPごま油大さじ2

作り方

- ① ごま油、しょうゆを合わせて、ドレッシングを作る…(A)
- ② 白ネギは根っこを落とし、4センチ程度の長さに3きれ切り、縦に包丁を入れて、緑の芯を出す。白い部分は細切りにして10分程度水にさらしたら、十分水をきる。緑の芯の部分は小口切りにする。
- ③ 玉ねぎは皮をむき、スライス。白菜キムチは食べやすい大きさに刻む。
- ④ 鯛は一口大に切り、お皿に並べたら、白だしをかけて5分置く。
- ⑤ 鯛の刺身の上に、②③をのせて盛り付け、(A)のドレッシングをかける。
- ⑥ ブロッコリースプラウトはお好みで!

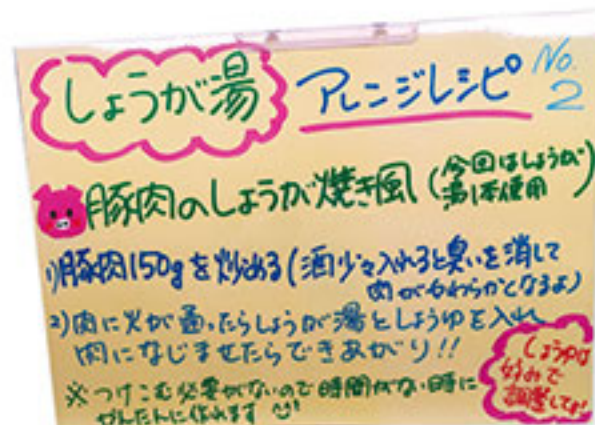
投稿者 組合員Y.T(生駒市)



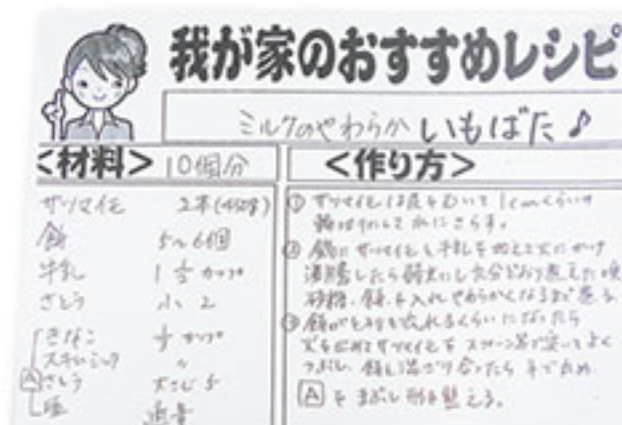
4月号から
新企画が始まります!

予告 職員からとっておき&おすすめレシピを紹介します

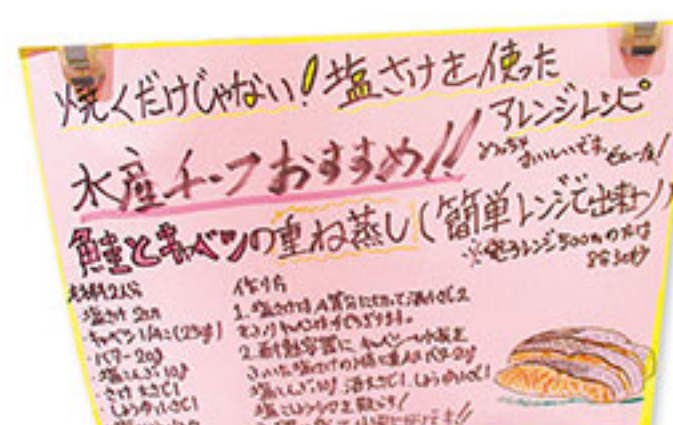
4月号から新しい企画が始まります。ならコープのお店や支所の職員は、来店する組合員のみなさん、配達を担当する組合員のみなさんにぜひご利用いただきたいと、おすすめ商品を使ったレシピを用意しています。とっておき?秘蔵?それとも超カンタン?...どんなレシピが出てくるでしょう。あをがきでは毎月、店舗や支所をめぐりながら、職員がレシピを紹介します。ご期待ください。



▲コープ七条産産部門おすすめ



▲ディアーズコープたつたがわドライ部門おすすめ



▲ディアーズコープいこま水産チーフおすすめ

★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。)でも見ることが出来ます。店舗ファンクラブの登録もここから出来ます。
<https://www.naracoop.or.jp/m/>

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。