

あをがき



商品
探訪

ヨコオ
みつせ
鶏



特集

- 無料低額診療について
- 協同福祉会は、今…



うす暗く、ゆったりした鶏舎で落ち着いて育つみつせ鶏

佐賀県中部の旧三瀬村(現佐賀市)で改良された「みつせ鶏」は、スロー・ブロウス種である「赤鶏」どうしを掛け合わせた銘柄鶏です。スーパーなどで「〇〇鶏」として売られている銘柄鶏の多くはブロイラーどうしを掛けあわせたものですが、日本赤鶏協会の認定要件は「両親ともに赤鶏」であることで、国内では9種類しか飼育されていません。2017年度の全国食鳥出荷数に占める赤鶏の比率は、わずかに1.5%しかなく、みつせ鶏は希少な銘柄鶏なのです。

そのみつせ鶏を飼育・加工しているのは創業60周年を迎える株式会社ヨコオです。「やわらかすぎず硬すぎない適度な歯ごたえ、風味がよく旨味と余韻のある味わい」を求めて直営4農場(佐賀・長崎・大分)と契約農家で、現在は330万羽を飼育しています。かつて、農畜産業への企業参入について、利益を求める企業に食の安



みつせ鶏は首が長く、首部分の羽毛が短い



玖珠農場をバックに、左から西日本量販業務用営業部 黒田涼介さん、畜産部 森山加子さん、畜産部部長 鶴田康彦さん、宅配営業部 末次想さん、玖珠農場場長 林誠さん、山浦農場場長 六川信宏さん

全を託すことや他の用途に農地を転用されるのでは、といった不安が出されたことがあります。一方、日本の農畜産業の多くはその作業の厳しさ、休日も取れないことなどにより後継者不足が顕著になり、離農する農家が後を絶ちません。ヨコオの農場で養鶏に従事している方(社員)は、いずれも週休二日制で、こうした企業経営はサステナブル(持続可能)

な養鶏業としても注目されています。さて、今回は大分県玖珠町にある玖珠農場を訪問しました。九重連山の北側に位置する山中に広がる農場の27鶏舎で約20万羽の赤鶏を飼育しています。6月は鳥インフルエンザの発生が少ないのですが、それでも防疫措置は万全です。30℃を超えるこの日も、防疫服を着ての取材です。



ヨコオ みつせ鶏



株式会社ヨコオ 榎木(第1・第2)工場

【所在】
株式会社ヨコオ 本社
佐賀県鳥栖市山浦町



大葉のジェノベーゼ風パスタ さわやかな大葉の風味に魚介の旨みをプラス

材料 2人分
・パスタ200g・にんにく6片・アンチョビフィレ1枚
・鷹の爪少々(お好みで)・冷凍シーフードミックス200g・しめじ少々・オクラ2本・オリーブオイル適量・水2ℓ・塩16g
大葉ソース用…大葉10枚、にんにく1片、粉チーズ10g、塩1g、オリーブオイル適量

下準備(大葉ソース作り)
ソースの材料をミキサーまたは、包丁で大葉とにんにくを細かく刻んでよく混ぜる。ソースはオイルと水分が分離するので、使う直前にスプーンなどで再度混ぜてお使いください。余ったソースは、密閉容器に入れて冷蔵庫で保存(2週間ほどで使い切る)。焼いた肉や野菜にかけたり、パンにつけたり、いろいろ楽しめる万能ソースです。

作り方
① 鍋に水と塩を入れて火にかけて沸かす(全体の水の量に対して塩の量は0.8%、海水より少し薄いぐらい)。パスタを入れて表示時間どおりに茹でる。
② フライパンを熱して、オリーブオイルを適量入れてから、にんにくを入れ、強火で炒めて、にんにくに火が通ったらフォークで軽く潰す。
③ ②にシーフードミックスを凍ったまま入れて、強火で水分を飛ばす。アンチョビを入れて、さらに炒め、しめじ、輪切りにしたオクラ、鷹の爪を加え、茹で上がったパスタを入れる。弱火にしてから最後に大葉ソースを大さじ2入れて全体に絡めて、お皿に盛る(お好みで大葉ソースの量は調節してください)。

野菜豆知識

大葉(青じそ)は、さわやかな香りが食をそそぎ、夏には積極的に取り入れたい食材です。乾燥に弱いので、保存瓶など縦型の容器に水を少し入れて、葉先を上を軸に水を浸した状態で冷蔵庫で保存すると日持ちします。

料理・レシピ・制作
イタリアン レストラン
トラットリア ノイ
trattoria noi
大阪府大阪市中央区上本町西5-2-18 1F
☎ 06-4304-0087
ホームページ <http://barca-a-vela.com>

基本のイタリアンオムレツ

チーズの量や具材で好みの味をつつけて

材料 直径18cmのフライパン1個分
・卵4個(Lサイズ)・玉ねぎ半分・粉チーズ20~30g・塩1g・オリーブオイル適量

下準備
● 玉ねぎを薄くスライスして、熱したフライパンにオリーブオイルを入れて炒めておく(この時、入れたい具材があれば一緒に)。
作り方
① ボウルに卵を割り入れ、粉チーズ、塩、炒めた玉ねぎを加えて混ぜる。
② よく熱したフライパンにオリーブオイルを少し多めに入れて、①を流し入れる。強火で焼いて、片面が焼けたら裏返してもう片面も焼いて仕上げる。

末次さんに聞いた

みつせ鶏の美味しさを引き出す調理法



焼き調理1 もも肉 みつせ鶏本来の旨味を味わうには焼き調理がおすすめです。もも肉は、食用油を敷かず鶏肉から出る脂だけで焼きます。

- ①フライパンに皮面を下にしてもも肉を入れ、脂が出てくるまで中火で焼く
- ②皮から脂が出てきたら弱火でじっくり。途中皮から出た脂をすくって回しかけ、旨味を逃がさない
- ③約15分焼いて、皮がきつね色になったらひっくり返す
- ④再度脂をかけながら約5分間焼き、中まで火が通ったら塩をふって完成

焼き調理2 どんな肉でも、子どもも高齢者も食べやすい 下味の有無にかかわらず、片栗粉を軽くまぶすと水分が出ることなく、食べやすい食感に仕上がります。

から揚げ調理 から揚げは、やや大きめの肉を2度揚げすると、中はジューシー、外はカリッと仕上がります

- ①160℃の油で揚げて、10分放置して余熱で火を通す
 - ②その後180℃の油で揚げる
- 水100ml・塩4～5g・砂糖5gのブライン液に漬けて6時間～1日冷蔵庫で寝かして揚げると、ジューシーでやわらかく仕上がります。



吉野ケ里歴史公園

なく、むね肉ほどパサつかないという特徴があります。肩肉はコープの店舗にも入荷していることがあるので、見つけたときは迷わず買物かごにお入れください(とり飯弁当はコープの店舗では販売していません)。みつせ鶏をよく利用しているというコープなんごうの店長は、「みつせ鶏は旨味が深くて濃い。そして、脂に甘みがある。肉に張りがある。弾力があって噛めば噛むほど旨い」と大絶賛。宅配営業部の末次さんにもみつせ鶏の美味しさを引き出す調理法を教えてくださいました。



左から蔵木第一工場長 中山晴雄さん、蔵木第二工場長 市丸雅之さん、生産管理部部長 川村弘明さん

みつせ鶏の出荷は鶏が落ち着いている深夜から明け方にかけておこなわれます。佐賀県唐津市の蔵木第一工場では、最初に二酸化炭素によって鶏を仮死状態にするガススタナーというトンネル状の装置にくぐらせます。これによって眠るように静かになった鶏は、恐怖や苦痛を感じることがないとのこと。ヨコオはアニマルウェルフェアにも注力しており、快適な飼育環境と苦痛を与えない処理方法を追求しています。放血・脱毛処理も含めて解体は基本的に自動化されていますが、最後の成形処理



防除服を着ての鶏舎見学

万全を期すため鶏舎内には立ち入らず、出入口からの撮影です。舎内が暗いのは鶏を落ち着かせるための措置です。ブロイラーに比べて赤鶏は運動量が多く、驚かすと中で暴れて怪我をしたり、他の鶏に危害を加えたりしてストレスを溜め込むことがあるからです。また、同じ理由で1㎡あたりの飼育数は約13羽から15羽(一般にブロイラーは約20羽)と広々とした環境で育てています。ここで、65日から75日間飼育し、2.9kg以上になると出荷されます。一般にブロイラーが45日から50日飼育なのに対し長く育てるので、その分飼料代や水光熱費などの維持費がかかることになり。昨今、これらの値上がりが見られ、経営は楽ではないとのこと。

また、生産管理部長の川村弘明さんは、「みつせ鶏は低温調理にも向いているので、少々時間はかかりませんが、蒸し鶏もおすすです」と。美味しいみつせ鶏をもっと美味しく。ぜひ、みなさんおためしください。



みつせ鶏を説明される横尾和浩社長



みつせ鶏本舗

は人の手で丁寧におこなわれます。こうして完成した鶏肉は、一つは部位ごとに包装されて精肉として出荷されます。ならコープの店舗(コープ真美ヶ丘除く)では、みつせ鶏の名で販売していますので、ご来店時にぜひご確認ください。COMETなどでは、冷凍したものをご案内しています。もう一つは、隣接する第二工場加工原料となります。ここでは、から揚げ、焼き鳥、焼物、肉団子などが作られています。「みつせ鶏肉だんご」や「みつせ鶏ごま南蛮」などは、COMETやCOMET2の人気商品ですね。みつせ鶏がいつでも購入できて、みつせ鶏料理を食べられる直営の「みつせ鶏本舗」が、吉野ケ里町にあります。最近、「世紀の発見か」と話題になった吉野ケ里遺跡のすぐ近く



商品プレゼント



今回は「みつせ鶏もも肉切身(バラ凍結)(300g)」を5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・電話番号・組合員番号を記入の上、「あをがき」への感想を書いて、〒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(木)締切。消印有効)※宛先の住所は記入不要です。



6月号プレゼント、「大山乳業の白バラ学習帳2冊セット」にご応募ありがとうございました。応募総数101通。当選者につきましては、プレゼントの発送をもって発表に代えさせていただきます。なお、プレゼントは8月末までにお届けします。



レンコンはさみ焼き



チキンバーの製造

誰もが医療を受ける権利をもっています

無料低額診療について

厚生労働省調査(2018年度)によると、日本の相対的貧困(可処分所得が127万円以下の世帯)率は15.4%で、高齢世帯やひとり親世帯を中心に6世帯に1世帯が相対的貧困に直面していることとなります。そこで問題になるのが、受診抑制です。医療費を払えないからと受診をためらい、結果取り返しのつかないことになる…。こうしたことにならないように、奈良県の複数の医療機関(診療所や病院)では「無料低額診療」という事業を実施しています。

どんな事業?

経済的理由により医療を受けられないということのないように、窓口で支払う医療費(1割~3割)の一部または全額が減免(低額または無料)されるというものです。「医療費を支払えないから」と受診をためらっている方は、まずは無料低額診療を実施している医療機関にご相談ください。医療相談員が面談してお住いの市

奈良県医療福祉生協(みみなし診療所)が無料低額診療を開始

町村の生活保護基準に基づいて算定・適合が判定されます。プライバシーは保護されるので安心してください。院外の調剤薬局で処方される薬は対象外となり、薬代は本人負担なのでご注意ください。

「無料低額診療は、国の社会

関が本人負担分以外の医療報酬を受け取る仕組みなので、社会保険、国民健康保険、後期高齢者医療保険のいずれかに加入していることが前提で、まずは健康保険証を用意するようにと言われました。

通常、国民健康保険は失効することのないように保険料の支払いを滞納すると督促が届くことが多いのですが、市町村によってはそうした連絡がないということもあるとのこと。Aさんは、気が付かないまま無保険になってしまっていました。

国民健康保険 短期被保険者証

保険料の全額でなく一部を支払うことで短期の健康保険証が交付され、未納状況が改善されれば通常の保険証に切り替えるということもできるのですが、こういうことは教えてもらわなければわかりま

せん。経済的に困窮している方や生活弱者に対して、医療機関と行政が連携することは「いのちを守る」という観点からとても大切です。榎並理事長は市にかけあって、なんとか生活保護の申請を受理してもらいました。Aさんは泣いて喜ばれたそうです。

生活保護は権利

生活保護は憲法第25条(生存権)に基づく権利なので、受給をためらう必要はありません。こと医療に限っては、生活保護の受給が決まると医療費全額が生活保護の医療扶助から支給され、本人の窓口負担や薬代の支払いがなくなり、治療にかかるお金の心配をしなくて済みます。榎並理事長は「無料低額診療で一時的に受診できても、薬代や治療材料(眼鏡や歩行杖など)代は別途費用が必要です。本当に困っている場合は、生活保護を受けて、病気を

保障制度が抑制される中、いのちの平等を貫き、誰一人取り残さない社会を実現するために、医療福祉生協が取り組む基本的な事業で、設立10年にしてやっと実施することができました」と榎並憲治理事長。先日、こんなことがあったそうです。みみなし診療所にかかってきた60代の女性Aさんは「がにより仕事を辞めざるを得ず、複数回におよぶ生活保

治療して経済的自立をはかるという生活再建のステップを踏むべき」と言います。医療福祉生協に限らず、無料低額診療を実施している医療機関には必ず医療相談員がいるので、安心して相談することができます。「いのちと健康」は、何ものにも代えがたいものです。読者の皆さんのお知り合いで、経済的な理由から受診をためらわれてい



榎並憲治理事長

護申請も受理されず、国民健康保険も切れて(無保険状態)しまい途方に暮れて診療所に相談に來られました。貯金もなく、何度生活保護を申請しても「内職を紹介する」「家賃の値下げを検討する」「無料低額診療実施医療機関を紹介する」などと言われ、受理してもらえなかったとのこと。

紹介された医療機関を訪ねると、無料低額診療は医療機

る方がおられたら、「無料低額診療」の制度があることをぜひ教えてあげてください。

無料低額診療は奈良県の地域福祉課のホームページで実施医療機関の一覧を見ることが出来ます。

奈良県医療福祉生協(みみなし診療所)のご利用手順

- 01 電話で無料低額診療の相談をする
- 02 相談員と面談する。年金や給与など収入のわかる書類を持参して申請する。
- 03 適用審査後通知

※適用にならなかった場合は、無理なく支払う方法や今後の生活を一緒に考えます。プライバシーは厳守されるので安心してご相談ください。

奈良県医療福祉生協みみなし診療所
橿原市木原町230-1
☎0744-23-1170(水曜日休診)





協同福祉会による

「介護が必要…その時の備えは？」⑤

もしも、家族や自身に介護が必要になったら…そのとき、相談するところや介護保険のサービスなどを事前に知っていたら慌てずに済みます。「介護の備えは知識の備え」。お困りのことや「介護の基本のキ」について協同福祉会の専門家が回答します。

Q. 看護小規模多機能型居宅介護とは？

A. 看護小規模多機能型居宅介護とは、要介護1～5の認定を受けた方が「訪問看護」「訪問介護」「通い(デイサービス)」「泊まり(ショートステイ)」の4つのサービスを状態に応じて臨機応変に組み合わせて利用できる、29名の登録制サービスです。世間では「看護多機能:かんだき」と呼ばれることが多いです。医療依存度が高くても主治医や家族の協力のもと、住み慣れた地域(自宅)でその人らしく最期まで暮らせるようにサポートしています。医療的ケアとは、胃ろう、経鼻栄養、バルーン留置カテーテル、ストマ(人工肛門)、在宅酸素、褥瘡処置や点滴などを指し、病状によりケア内容は異なりますが、看護師が体調や病気の不安の相談を受けることで安心でき、医療が必要な方にも柔軟に対応することが可能です。「ご本人が、どのように自宅で過ごしていきたいか?」を伺い、ご本人の希望や困りごとに対して、「どうすれば、在宅生活が継続できるか」を看護、介護がチームで考え支援しています。

回答者

あすならホーム郡山
看護多機能型ケアホーム 介護主任 土井みどり

ケア会議を適宜開催し医療機関とも連携しながらすぐに支援内容を変更ができることが、このサービスのメリットの1つです。退院直後の方を受け入れることも多く、退院カンファレンスに看護師、介護士、ケアマネジャーが参加し早期に在宅復帰できるよう医療機関と情報を共有しています。万が一利用者が入院されても早期退院できるよう病院とつながり、退院時は不安なく元の生活に戻れるよう受け入れをしています。医療依存度が高くても、「その人らしく望む暮らしを最期まで自宅で…」をサポートする。「看護多機能」だからこそできる関わりを大切にしています。

あすなら苑、あすならホーム、あすならハイツのある地域にお住まいの方は協同福祉会にお気軽にご相談ください。

あすなら安心フリーダイヤル 0120-19-6565



コープたつたがわが改装オープンしました

コープたつたがわが7月14日、約2カ月間の工事を終えオープンしました。内装も一新し、明るく、楽しくお買い物できる店内に変わりました。「地域に役立つ拠点」をめざし、店舗の隣には配達拠点となる竜田川センター(10月事業スタート)を設置。スマートフォンやパソコンから、ならコープ店舗の商品が購入できる「ならコープお買物サイト」のコープあったか便も同店舗から出発します。

オープン当日は開店を待つ組合員さんの長い列ができ、順次入店いただきました。



たくさんの組合員が来店しました



途中、入場制限も行われました

ならっぴの焼き印が押されたパンも直営ベーカリーで販売

品質保証室便り



さつまいもの煮物を食べたが、芋の味や色がおかしいので調べてほしい。

お申し出のさつまいもから、花を思わせるようなにおいがわずかに感じられました。念のために農薬検査を実施したところ、農薬の検出はありませんでした。さつまいもの外観を確認したところ、皮の外側に黒い部分があり、同じ位置の内側にもやや黒っぽいくすんだ色の部分がありました。

さつまいもにはヤラピンと呼ばれる苦味成分が含まれており、さつまいものポリフェノールと反応すると黒くなる性質があり、そうした変色は皮付近に見られることがあります。

今回は、原料の選別に努めていたものの、変色した箇所を除去できず、お召し上がりの際に食味や色についてご指摘をいただいたものと考えられました。製造工場には作業時にさつまいもの状態丁寧を確認し、変色箇所は除去するよう、あらためて指導いたしました。



ペットボトルのトマトジュースを飲んだら、中から異物が出てきた。調査をお願いします。

異物は最大約40mm×25mm、いずれも薄赤色の軟質のものでした。顕微鏡観察からカビの凝集物であると判断いたします。このカビを培養し確認したところ、広く空気中に分布する一般的なカビでした。本製品は、外部と遮断した配管を通し、2箇所のろ過工程・サイクロン(遠心分離工程)・マグネットトラップを通過させ、カビが死滅する以上の温度で殺菌して、滅菌・洗浄済みのペットボトルに連続的に充填後、滅菌したキャップで巻締めしています。製造日当日の記録類を確認したところ、各殺菌工程を含め、お申し出につながるようなトラブルの発生はありませんでした。以上から、工場出荷以降何らかの衝撃を受けたことにより、一時的に容器の密封性が損なわれて空気中の菌が混入し、時間経過により増殖したものと推測いたしますが、明確な原因および発生時点の特定には至りませんでした。

このたびのお申し出を真摯に受け止め、引き続き製品の製造管理・品質管理に努めてまいります。



物流センター新ドライ棟の工事が始まりました

ならコープ物流の第2期再編として、現在の物流センター(田原本町)に隣接する田原本支所東側の敷地に新ドライ(常温管理商品)棟を設立し、事業別に分かれている物流機能を田原本町の物流センターに集約し、事業部門を横断して総合力が発揮できる施設運営を目指します。

ドライ棟には荷役、仕分け、在庫管理などの補助機器を導入して作業員の労働環境を改善し、性別年齢・障害の有無を問わず働ける環境を整備します。具体的には、高負荷単純作業である積み付け・積み下ろしの作業を機械化します。

また、環境問題・ロス問題・SDGsへの配慮・対応を行いながら、コンテナ汚れの抑制とプラスチックの使用削減を目的としてリライタブルラベルを導入します。案内商品の多様化(品目増)

や業態・業種を超えた連携と商品案内の可能性を追求します。物流機器の進化は日進月歩であり、将来の拡張にも配慮し、2024年7月からの稼働を予定しています。

※ リライタブルラベル…レーザーの光で表示を印字・消去。人手を介さず印字情報を書き換え可能なシステム。

ならコープマイページ一部機能の再開

「ならコープマイページ」内の出資金照会、ポイント照会(店舗・共同購入)が利用できない状態でしたが、7月5日(水)から利用可能となりました。組合員の皆さまには、ご不便・ご迷惑をおかけし申し訳ございませんでした。

ならコープマイページURL
<https://www.my-narappi.com>



ならコープの今 (2023年6月末現在)

- 組合員数 28万154人(前年比99.8%)
- 出資金116億5,652万円(前年比100.3%)

6月	実績	予算比%	前年比%
総供給高	32億3,428万円	99.7	97.4
無店舗事業	23億5,315万円	99.5	99.2
店舗事業	8億2,909万円	101.2	92.7
夕食宅配	5,123万円	89.9	96.5

ご質問およびご意見・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。

6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	1社の取引先	米久(畜産)の点検を実施しました。
組合員活動での見学	1社の見学	1コープ委員会、19人がJAならけん治道営農経済の見学を実施しました。

動画で見る点検活動





年々夏の気温が高くなっているように感じます。昨年は大変暑く夏の終わりにはバテて、クタクタになりました。夏は「こらやって乗り切ってバテ知らず」という方がいらっしやったら教えてください。(50代)



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。



がんばり過ぎないで

榎原市 Y・M(40代)

夏バテしないようにがんばると逆に疲れると思うので、夏バテはするの当たり前前と割り切って無理せずゆったり過ごすのがいいと思います。掃除洗濯料理などもがんばり過ぎないでください。秋になれば動きやすくなりますし、食欲も出てきますから。

のんびりと水分補給

天理市 S・M(60代)

最近、夏バテもせず、夏やせもしていません。正規職員の仕事を離れ、冷たい物をあまり摂らなくなったのと、行動がゆっくりになったからかも。暑いときはのんびりして、水分補給すること……ってわかっていても、そうは言っていないのが日常ですが。

朝活して、暑い時間帯は休憩

五條市 O・N(30代)

夏は朝活がおすすめです。夏は日の出が早いこと、早朝は気温がまだ暑くないこと、2点をメリットとして、動ける気温のうちに活動開始。暑い時間帯は無理せず休みましょう。朝活した分、日中に休んでも罪悪感ないですよ。

首元冷やして、温かい飲み物を

天理市 N・T(50代)

最近、100均でも売っている、首元を冷やすタオルを首に巻いて家事をします。ヒンヤリと気持ちよくて、少しの暑さならクーラーなしで大丈夫ですよ。あとは冷たい物を食べ過ぎず、温かい飲み物などを飲んだりする方がバテにくいようです。

朝夕だけ外仕事

桜井市 U・Y(60代)

私は畑仕事をしているのですが、この暑さには毎年困っています。昼間は命にかかわる暑さなので、冷房のきいた部屋でゆっくりしています。お昼寝するのもいいですね。テレビを見たり自分の好きなことをしたりして、ぼちぼちと夕飯の用意をします。朝と夕

自分が食べたものを食べる

奈良市 Y・M(70代)

私は夏バテかな？と思ったら食欲が少し減ります。その時は家族にあわせるのではなく、自分が一番食べたいものを作ることにしています。そうすると、不思議と元気になるにつつあることに気付きます。夏バテのサインは見逃すことなく早めに！

庭の木の梅で夏バテ知らず

奈良市 N・K(70代)

毎年、庭の梅の木が実をつけます。むずかしい梅干しには挑戦せず、梅酒か梅シロップ、梅ジャムを作っています。そのおかげでバテ知らずで過ごせているように思います。今年も乗り切るゾー!!



この声はプレゼント応募やクイズの解答に寄せられたご意見より掲載しています。

大山乳業さんに感謝

平群町 N・K(50代)

長女が4月から大学生になり、東京で一人暮らしを始めました。ずっと生協さんで「白バラコーヒー5本組」を自動注文していて、1日1本飲んで登校するのが朝のルーティンでした。コーヒーは飲めませんが、白バラコーヒーだけは飲めます。大学受験にも保冷箱に入れて持参する程でした。ちょうど

天ぷら油回収にもっと参加を

奈良市 O・K(70代)

以前から使用済みの天ぷら油を店舗に持って行っていますが、まだまだみなさんに知られていない様に思います。

もやしの保存法で広がる料理

三郷町 M・K(80代)

あをがき6月号「使用済み天ぷら油がジェット機を飛ばす」の記事を読んだ、多くの人が天ぷら油の回収に参加して、今後、地球に優しい乗り物「飛行機になればステキです。それにしても、たくさんの方々の努力と技術の進歩に感謝したいです。

古希を迎えられたことに感謝

宇陀市 T・S(70代)

古希を迎えました。よくぞここまでボーと生きてきたと思ったり、私なりに山あり谷あり、あとどれくらい今の生活が出来るのかと不安もあり……。そんな思いで70才を迎えました。平凡とそれなりの幸福に感謝です。ありがとうございます。

金魚を眺めているだけで……

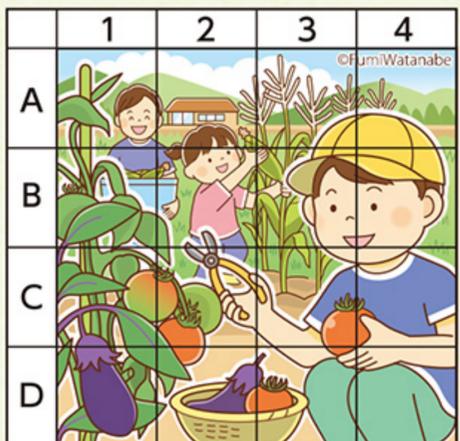
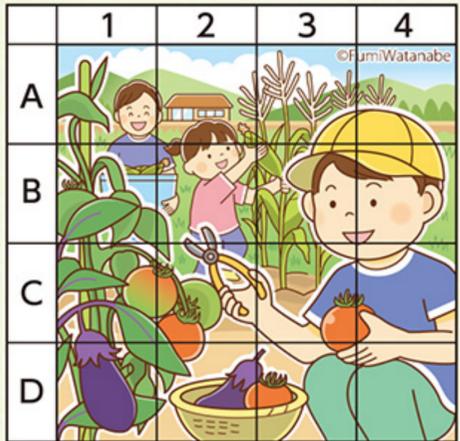
奈良市 M・K(80代)

6月に金魚を買ってきました。水槽と砂利とポンプを買って、黒っぽい金魚を1匹、赤の金魚を2匹、白いおなかの金魚を1匹。夜はふろしきをかぶせて、朝はエサをやって眺めているだけで涼しいです。名前をつけよつと。

まちがいさがしクイズ LOOK!



抽選で20の方に、ならコープ商品券(2,000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!

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 [B-1・C-2・C-4・D-4] です。図解での解答は上記二次元コードから。Aランクでしたので、20の方に2,000円分のならコープ商品券をお送りします。

6月号クイズの当選者につきましては、商品券の発送をもって発表に代えさせていただきます。なお、商品券は今月末までにお届けします。応募総数683通。

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、良かった記事を記入の上、「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。

協同福祉社会は、今……



あすならホーム二階堂グループホーム 4月に開設

② 社会福祉法人の地域貢献活動は、コロナ禍で食事会や買い物支援が困難になったことを受け、事業所のサロンでリハビリ体操に取り組み、高齢者のフレイル予防を強化しました。

③ あすなら保育園の保育、学童保育「あすなら学童」の取り組みの充実をはかりました。

① あすなら保育園の園児は、さくらさくらぼ保育の成果で体力がつき、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。

② 学童保育所「あすなら学童」は、開設時22人から4人増え、26人の学童が施設内で元気に過ごしています。



あすなら学習会を開催

2022年度 決算 (単位:円)

介護保険事業収益	5,085,867,781
老人福祉事業収益	128,656,465
保育事業収益等	162,989,940
その他の事業収益	63,258,209
サ高住事業収益	139,300,409
医療事業収益	50,978,331
経常経費寄附金収益	4,550,119
サービス活動収益計	5,635,601,254
人件費	4,114,737,777
事業費	535,157,962
事務費	626,206,759
減価償却費	312,009,615
国庫補助金等積立取崩	-92,968,479
徴収不能額	112,589
その他費用	-
サービス活動費用計	5,495,256,223
サービス活動増減差額	140,345,031
サービス活動外収益計	28,941,509
サービス活動外費用計	11,369,733
経常増減差額	157,916,807
特別収益計	95,997,799
特別費用計	113,361,986
当期活動増減差額	140,552,620

⑤ 社会福祉法人制度改革への対応をはかるとともに、教育学習に力を入れ、働きがいとやりがい

① 在宅介護を支援する定期巡回型サービスや看護小規模多機能型居宅介護の運営、看護人材の確保について、全国の会員とリモートを活用して事例を共有しました。
② 2024年の介護報酬改定に向け、当連絡会会員から介護報酬における意見・要望を集約し、厚生労働省と関係機関に対して要望書及び提言書を送付しました。

④ 「全国地域包括ケアシステム連絡会(約100団体)」で、次期介護保険制度に関する政策提言や地域包括ケアシステムの構築に役立つ学習会を開催し、優れた事例を共有しました。



かんざん園にヤングケアラーの窓口を設置

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アンケートの実施により、労働環境の改善をはかりました。

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、諸規程等の整備をはかりました。

のある職場づくり、労働環境等の整備に努めました。

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。
① 奈良県は、急速に少子高齢化が進展しており、協同福祉社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を提供できるよう運営しています。
② 2022年度は、天理市の地域密着型サービス事業で選定されたグループホームを、あすならホーム二階堂で開設すべく準備をすすめて、2023年4月から事業を開始しました。また、2024年春のあすならホーム高畑小規模多機能型居宅介護開設に向け、奈良市と協議を進めました。
③ 2021年度からスタートした第

4次中期計画の具体化として、春と秋に「あすなら学習会」を事業所周辺の高齢者を対象に実施し、介護保険制度に関する学習やフレイル予防、事業所で喜ばれた事例の紹介、ならコープの商品紹介などに取り組み、大変好評でした。
④ 「あすなら友の会」は、3月1日にやまと郡山城ホールで福祉公開講演会「認知症のある人が暮らしやすい街になるために知っておきたいこと」を協同福祉社会と共催で開催し、約220人の参加がありました。

② コロナ禍の中で「安心」を届ける工夫をし、地域を支えました。

① 新型コロナウイルス感染症の陽性者が施設と在宅で発生する中、施設への通いを自宅への訪問に切り替えるなど、クラスターの発生を未然に防止できる感染対策を強化しました。

2023年度の取り組みについて

① 地域に安心を届け「住み慣れた地域で安心して暮らせる」町づくりをすすめます。

② 10の基本ケア(自立支援ケア)による介護の質を向上させ、保育は豊かな成長を育む取り組みを行い地域に浸透させます。

③ 地域福祉拠点の役割を強化し、事業運営基盤を強化します。

④ 「安心して長く働き続けられる職場」をめざし、労働環境の整備と人材育成をはかっていきます。

⑤ 市民や生協組合員の負託に応える事業組織の構築を図り、社会的役割を果します。

⑥ 機関運営の充実と強化をはかります。

イベント・企画での新型コロナウイルス感染症防止対策について

5月8日から新型コロナウイルス感染症が5類に移行したことから、【組合員活動の運営ガイドラインの変更】を行いました。イベント・企画においては基本的な感染対策（手洗い・手指消毒・換気など）を継続します。なお、高齢者・幼児等が参加する活動については、主催者（運営者）側で基準を設ける場合があります。
【組合員活動の運営ガイドライン】はコチラ▶



1 ひよこパーティーwith “キッズルーム”た〜たん

要申込 無料 先着順

未就園児のみなさん、預かり保育“キッズルーム”た〜たんのスタッフと一緒に、お絵かきや手づくりおもちゃであそぼう！エプロンシアター、パネルシアターのお話し会もあります。参加者にはプレゼントがあります。親子でご参加ください。

日時 9月13日(水) 10時30分～11時40分

場所 コープなんごう 集会室

定員 親子5組(先着順)

申込 二次元コードから▶ 申込締切 9月8日(金)

問合せ 組織部 ☎0742-45-7884(月～金・9時～17時)



2 音訳(吹き込み)ボランティア募集!

ならコープの商品カタログを読み上げて録音し、視覚障がい者の方の宅配利用を支える活動です。「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。月1、2回程度の活動ですので、経験者はもちろん未経験の方でも、興味のある方はぜひお電話ください。

活動場所 (社福)協同福祉会あすなら苑 3階(大和郡山市)

活動時間 平日 10時～14時30分ぐらい

問合せ ならコープ福祉情報センター ☎0743-57-1151

(月～金・9時～16時)

3 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・産後の方への家事援助や、子育て支援をおこなっています。少しの時間でもご協力いただける方をお待ちしております。年齢は問いません。資料をお送りしますので、興味のある方は下記までご連絡ください。また、利用をお考えの方は、お気軽に電話でご相談ください。

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)

4 コープくらしの法律相談会

要申込 無料 先着順

くらしの悩みを弁護士に相談してみませんか?ならコープに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。電話による相談会です。

日時 8月26日(土) 10時～13時

相談会 1人30分以内 定員 6人(先着受付順)

申込 人事総務部 ☎0742-34-8731(月～土・9時～18時)

8月1日(火)～8月25日(金)12時まで受付

5 住まいの相談会

要申込 無料

毎日の生活で「住まい」に関するお悩みはありませんか?「安心安全で快適なお住まい」にリフォームしませんか?地域密着のならコープ提携住宅会社が「住まいづくり」のお手伝いをします。まずは無料の「住まいの相談会(個別)」で専門家と一緒に考えていきましょう。

日時 9月16日(土) 13時～17時

場所 コープいまご・コープ真美ヶ丘・コープいこまの各店舗集会室等

※1組1時間程の予約制、申し込みは2日前まで。

申込・問合せ 住宅サービス(ならコープ組合員さんの住宅相談窓口です)

0120-233-039(9時～17時・日祝休み)

携帯電話からは ☎0742-62-0408

6 ベトナム料理を作って私たちのくらしを見つめてみよう

要申込 抽選

ベトナム料理を調理しながらアジアの食や暮らしなど文化を知り、私たちのくらしについて一緒に考えてみましょう。

日時 9月30日(土) 10時～14時

会場 コープなんごう 集会室

講師 JICA海外協力隊ベトナム派遣経験者

参加費 300円 定員 18人(抽選)

申込 右記二次元コードもしくはコールセンターまで

0120-577-039(月～金・8時30分～20時、

土・8時30分～17時30分)

携帯電話・県外・IP電話からは ☎0743-68-3100



7 SDGsのじかん 2限目 地球環境について考えよう! サテライト視聴会

要申込 無料

みんなで楽しみながら環境や社会問題のことを、ともに「知り」「学び」「アクションする」仲間を増やし、持続可能



(サステナブル)な世界の実現をめざす取り組み「コープサステナブルアクション」。SDGsのじかんとしてYouTubeライブが配信され、ならコープ本部でサテライト視聴を行います。国立環境研究所から江守正多さんと田崎智宏さんを講師にお招きし、学習講演とトークセッションを行います。地球環境について一緒に考えましょう!

日時 8月23日(水) 13時～16時(予定)

会場 ならコープ本部 1階会議室

申込 右記二次元コードもしくは

コールセンターまで

0120-577-039(月～金・8時30分～20時、

土・8時30分～17時30分)

携帯電話・県外・IP電話からは ☎0743-68-3100



8 福祉講演会 「どうする?少子高齢社会」～あなたの老後は本当に大丈夫ですか～

要申込 無料 先着順

ますます進んでいく少子高齢化。日本の社会保障は厳しい局面を迎えています。自分のくらしを守るために備えておきたいことをお話しします。

日時 9月15日(金) 10時～11時45分

(開場9時30分)

会場 榎原文化会館 小ホール

講師 社会福祉法人協同福祉会

村城 正 相談役

定員 300人(先着順)

申込 (社福)協同福祉会あすなら苑内・

あすなら友の会

事務局 ☎0743-57-1165

FAX0743-57-1170

または下記二次元コードから

共催 あすなら友の会・協同福祉会

※参加される方は当日検温と

マスクの着用をお願いします。



9 のまはら「地域農援プログラム」～自分のたべるお米と野菜を作ってみよう～

要申込 無料

高齢化や不採算により田畑を維持することが難しい地域を応援しながら、自分達が食べるお米、野菜を楽しんで作る「支援・学習イベント」です。収穫したお米、野菜は子ども食堂支援団体に一部寄付します。高校生以上の方で、関心や興味のある方はいつからでも参加できます。まずは、ご連絡ください。ぜひ、一緒に農作物を作りましょう。詳しくはWebサイトをご覧ください。

場所 奈良市都祁吐山町1679

集合時間 9時50分までに現地集合(駅からの送迎は要相談)

作業内容 土づくりから収穫、出荷まで農業活動全般(米づくり、季節の野菜栽培)

参加資格 高校生以上 EメールまたはLINEが送受信できること

活動日 Webアプリを使いメンバー間で日程調整して決めています。

特典 昼食有。25歳までの学生は交通費補助。採れた野菜を適宜提供。お米の提供などあり。詳しくはWebサイト(「のまはら」で検索)を参照。

申込 Eメール mail@nomahara.netまたはLINE公式アカウントを登録

問合せ ☎070-8571-3447(高橋)

*「のまはら」は、東日本大震災で奈良に避難した被災者の互助会「奈良県被災者の会」から始まり、震災支援を継続しながら災害支援、奈良の地域支援に活動を広げています。



8月15日(火)は店舗フードライブの日

ならコープ全店舗で10時～12時に開催します

再エネ協同基金による学習講座

要申込 先着順

1 [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～

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。

日時 8月19日(土) 9時30分～12時30分

場所 コープなんごう 集会室 定員 15人

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、ジャムのフタ、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4年生～中学3年生(小学1～3年生は要保護者)

2 [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

創エネ:自然エネルギーで電気を作り、蓄エネ:その電気をためて使う。そんな家庭は災害にも強いですね。すぐに取り入れられるソーラー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2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

参加費 無料 定員 30人(先着順)

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」

保温力抜群の鍋帽子®をつくって、省エネクッキングを楽しみませんか?鍋帽子®を使えば火にかける時間がぐっと減り、光熱費も節約できます。地球にもお財布にも優しく、お料理の腕も上がる鍋帽子®の世界を覗いてみませんか。



③第1回 鍋帽子®づくり

日時 9月7日(木) 10時～12時30分

場所 コープみみなし 2階研修室

参加費 2,800円 定員 12人

④第2回 鍋帽子®を使った省エネクッキング

日時 9月28日(木) 10時～13時30分

場所 コープみみなし 2階調理室

メニュー コーヒーチキン、果物のコンポート他

参加費 1,000円 定員 12人

①～④の申込は(一財)再エネ協同基金 ☎0742-33-9528(月～金・9時～18時)

または二次元コードから▶ 再エネふれんずは半額補助(上限1,000円)。



和・洋・中、さまざまなレパートリーに活躍する「なす」。夏バテ気味な今、お手軽・簡単につくれる一品です。今が旬でおいしいなすを使った料理をご賞味ください。

なすのマーボーあんかけ

材料 (2人分)

なす大3~4本・豚ひき肉
150g・サラダ油大
さじ1・水1/2カップ・
片栗粉大さじ1

合わせ調味料

みそ大さじ1・砂糖・
しょうゆ・豆板醤各
小さじ1・酒大さじ2

薬味

しょうがのみじん切り1片分・
ねぎのみじん切り10cm分・ごま油小さじ1

下準備 合わせ調味料と薬味をそれぞれ混ぜ合わせておく。

作り方

- ① なすはヘタを切り落とし、縦半分7~8mmの厚さに切る。
- ② フライパンにサラダ油の半分を入れ、なすを並べる。上から残りのサラダ油をかけて火をつける。強めの中火で3分焼き、全体を混ぜてからふたをして3分蒸し焼きにする。火を止め、ふたはあけずに置いておく。
- ③ 別のフライパンを用意して中火にかけ、薬味を入れていい香りがするまで炒め、豚ひき肉を入れる。色が変わり始めたら合わせ調味料を加えて水分がなくなるまで炒める。水を加えて水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④ ②を皿に盛り、その上に③をかけてできあがり。お好みで小口切りの青ねぎ、青じそ、三つ葉などを添えるとさらにいいですね!



レシピ紹介者
左から前田 美佳 小林 清美

なすと鶏もも肉のトマト煮

材料 (2人分)

なす大2~3本・鶏もも肉1枚
(300g)・トマト大2個・オリ
ブ油大さじ1と1/2・にん
にく1~2片・塩こしょう
少々・酒1/4カップ・
パジルの葉お好みで

下準備

なすは一口大の乱切りにして塩水(水5カップ・塩大さじ1)に5分つけてアク抜きをする。鶏もも肉に塩小さじ2/3、こしょう小さじ1/2をまぶしておく。にんにくは縦半分に切っておく。

作り方

- ① 鍋にオリーブ油とにんにくを入れてなすを入れる。強めの中火にかけふたをして音がするまでふたを開けない。
- ② トマトはヘタの部分を取り、切り口を下にして①に入れ、ふたをして3~4分蒸し煮にしてからトマトをつぶして煮る。
- ③ 鶏もも肉と酒を②に入れて煮る。鶏もも肉に火が通ったら皿に盛り、パジルの葉を添える。



今月のおすすめ商品!

当麻のなすび(特別栽培)

葛城山系の豊富な伏流水を利用してさらに農薬を抑えて生産されているおいしい産直のなすです。今が旬でこの時期だけお求めいただけます。どうぞご利用くださいませ。
農産チーフ 柳生 紗弥加



お店から

— ちょこっと アピール —



コープ学園前は多くの組合員に支えられ、おかげさまで今年19周年を迎えることとなります。いつも明るい店長の私を筆頭に「明るく笑顔でお迎え!!」を職員一同心がけております。この思いを大切にこれからも20年・30年と変わらず愛されるお店をめざし努めてまいります。引き続きのご愛顧を、そしてどうぞ皆さまのご来店お待ちしております。 店長 中川 武志

コープ学園前

〒631-0013
奈良市中山町西1丁目716-3
営業時間:9時~20時
駐車台数85台
☎0742-51-2900
近鉄学園前駅から徒歩で
登美ヶ丘一丁目バス停下車すぐ



★コールセンター 0120-577-039(通話料無料)

携帯電話・県外・IP電話は 0743-68-3100(通話料は組合員ご負担)

●商品に関するお問い合わせ、夕食宅配へのお問い合わせ及び注文(月~金 8:30~20:00 土 8:30~17:30)

●共同購入・こまどり便・受取ハウスの注文(月~金 8:30~21:00 土 8:30~18:00)

ならコープからのお知らせやいろいろな活動については、ならコープホームページをご覧ください(※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、アクセスしてください)。

ホームページ <https://www.naracoop.or.jp/>

eフレンズ 登録募集中!



★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、ご質問などは
FAX(0742-34-8060)またはホームページの
お問い合わせにてお送りください。

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。