

エリアニュース



南エリア対象地域 | 大和高田市・橿原市・桜井市・五條市・御所市・葛城市・宇陀市・宇陀郡・高市郡・吉野郡・奈良市（都祁地区）・山辺郡山添村・天理市（山田町・福住町・鈴原）

2023年度 エリアテーマ「学・結・笑」

まなぶ むすぶ わらう

くみかつひろば エリア委員会・コープ委員会など南エリアの組合員活動を紹介します。

2023年度 第2回南エリア活動交流会を開催しました

9月26日(火) コープなんごう集会室で、コープ委員を対象に第2回エリア活動交流会を開催しました。

前半は、当麻野菜グループの生産者阿古さんと中井さんによる「産直当麻のなすび（特別栽培）」の学習会をしました。



産直商品となった1992年当初の減農薬栽培から、現在の特別栽培に栽培方法を変えたことや、朝採りのこだわりを聞きました。



減農薬栽培は、通常よりも栽培時の農薬（化学肥料）

を減らして作物を栽培すること。そして、現在行われている特別栽培とは、節減対象農薬の使用回数が50%以下、化学肥料の窒素分量を50%以下で作物を栽培することです。今年は猛暑に加え、カタツムリの食害など大変な苦勞があることを知りました。



朝採りにこだわる理由は、気温の下がっている朝に収穫すると、呼吸による糖分等の減少と乾燥による蒸散を抑え、みずみずしさを保持するためです。

参加者からは、「生産者の努力や苦勞など、生の声が聞けてよかった」「2人で栽培、出荷されていることにビックリ」「いつもきれいななすびをありがとう」などの声がありました。



後半の交流会は、「私のおすすめ商品」をテーマに交流しました。「知らなかった商品がある」「すぐに買って試してみたい」などの声があり、盛り上がりました。おすすめ商品にあがったものをいくつか紹介します！

「生協牛乳」

- 学習会に参加して信頼できると感じた。
- 甘みがあって美味しい。



「CO・OP白あえベース」

- 時短調理に重宝する。
- 好みの素材をまぜるだけでアレンジできる。



「CO・OP子持ちからふとししゃも」

- たまごがたっぷり。
- 内容量もちょうどよく冷凍庫で場所をとらない。



「CO・OP野菜たっぷり和風ドレッシング」

- サラダにかけるだけでなく、さまざまな料理に使うことができる。



「CO・OP深煎り胡麻ドレッシング」

- 野菜にもお肉にも合う。

(南エリア委員)

南 エリアの活動 インフォメーション

受付:12月11日(月)~12月15日(金)
Webのみ12月17日(日)まで

エリア委員会・コープ委員会及び、
エリアが主催する“商品学習会、
産地・工場見学、くらしの学習会や
講習会”に参加してみませんか？

次回発行は
1月8日(月・祝)
です。

マークの見方  ハガキ …申込方法  …保育有り  …子どもの参加OK

※企画当日は自宅で体温を測り、37.5度以上の熱がある場合や、咳・咽頭痛などの症状があるなど体調のすぐれない方はご参加いただけません。欠席される場合は、必ず組織部にご連絡をお願いします。〔組合員活動の運営ガイドライン〕はこちら →



1 コープのバナナ学習会

美味しさの秘密を聞きましょう

TEL web  主催 高田コープ委員会

風味が良くて、コクのある味わいが人気の「フレンドリーバナナ」の学習会です。軽食を食べながら楽しく学びましょう。

日時 1月22日(月) 11:00 ~ 12:00
場所 コープなんごう 集会室
※駐車は道路側からできるだけ乗り合わせで。

定員(抽選) 20人
参加費 100円 子どもの参加可・保育なし
申込 電話・Webで3人まで
持ち物 筆記用具・飲み物



2 バスで行く!

(株)味の和路の工場見学 (大和郡山市)

TEL web  主催 宇陀コープ委員会

ならコープ夕食宅配の安心・安全な製造工程を見学しませんか。見学後は、コープいまごに移動します。昼食に夕食宅配の試食をしてお買い物を楽しみましょう。

日時 1月23日(火) 9:00 ~ 15:00ごろ
集合 9:00 近鉄榛原駅 北口
参加費 無料 (別途昼食代600円)

定員(抽選) 10人 大人のみの参加・保育なし
申込 往復ハガキで2人まで
持ち物 筆記用具・飲み物・マスク



企画への申込 申込方法は企画ごとに違います。各企画でご確認ください。

申込ルールとお願い

TEL 申込:12/11(月)~15(金)
組織部 ☎0742-45-7884(9:00~17:00) 組合員番号をお聞きます。

web 申込:12/17(日) 23:59まで
<https://form.run/@kumikatsu-minami2312>
※アドレスは 毎号変わります。

● TEL・web 申込の当落の結果は、締切後1週間以内にハガキを発送します。連絡のない場合はお手数ですが、組織部までお問合せください。

ハガキ 申込:12/17(日) 消印有効
往復ハガキ中面には右記の項目を
もれなくご記入ください。締切後
1週間以内に返信します。

宛先 〒630-8043 奈良市六条
2丁目17番6-11号
ならコープ組織部
南エリア事務局

郵便往復はがき □□□□□□□□ [返信]	①企画名・主催者名 ②氏名(参加者本人) ③年齢 ④TEL(携帯電話をお持ちの方はその番号も) ⑤組合員番号 ⑥代表者以外の方の氏名・年齢・TEL・集合場所
-----------------------------	---

●代表者の住所と氏名

*聴覚障がいの方は、申込・質問等にはFAXをご利用ください。
送信先:組織部
FAX 0742-55-0504

- キャンセルは必ず申込先にご連絡ください。参加は申込者に限ります。また、キャンセル料が発生する場合があります。
- 企画内容の変更や天候などの都合で主催者から連絡が入る場合があります。
- 参加者は、主催者及び見学先からの注意事項を必ずお守りください。
- 個人情報、ならコープで適切に管理し、ならコープの企画等のお知らせに利用します。

所在地・行き方
コープみみなし ☎0744-24-1200
橿原市新賀町478 近鉄大和八木駅から徒歩約10分
コープなんごう ☎0745-25-1120
大和高田市大谷758-81 近鉄築山駅北側すぐ
たかだ未来づくりステーション ☎0742-45-7884(組織部)
大和高田市曾根174 近鉄新庄駅から徒歩約10分・JR大和新庄駅から徒歩約10分・近鉄大和高田駅から忍海行バス曾根バス停下車すぐ
ならコープ下市ステーション ☎0747-68-9652
吉野郡下市町下市100 近鉄下市口駅から徒歩約20分

使用済み天ぷら油回収拠点	
コープみみなし	偶数月の第1土曜日 10:00~13:00 今回:12月2日(土) 次回:2024年2月3日(土)
スタンドで常時回収	井筒商店(山添村名阪国道山添インターSS)
おもちゃ病院開催日	
コープなんごう	毎月第4木曜日 9:30~13:00 今回:12月28日(木)
お店でふあん☆ふあん(みみっこ広場であそぼう!)	
コープみみなし	毎月第3木曜日 10:00~12:00 今回:12月21日(木)



南エリアおすすめ商品 「CO・OP十勝豚丼のたれ」って？



南エリアでは、今年度のエリア方針の一つ「コープ商品の良さを知り、学び、伝え、ひろげていきましょう」に沿って、多くの方に伝え、ひろげることでつながり、笑顔いっぱい南エリアになるように活動しています。

そこで、今年度の南エリアのおすすめ商品「CO・OP十勝 豚丼のたれ」をご紹介します。



豚丼は北海道十勝地方の名物料理で、その歴史は古く明治の末ごろから。養豚業が盛んだった十勝地方の帯広市が発祥の地といわれています。

本場十勝の豚丼を家庭で手軽に食べられるよう

に、北海道のたれメーカー(株)ソラチが作っている商品が「CO・OP十勝 豚丼のたれ」です。しょう油と砂糖がベースの味付けで、水は一切使用せずに製造されています。

使い方は簡単！炒めた豚肉にからめるだけ。炊き立てのご飯にのせると美味しい豚丼が出来あがります。トッピングには白髪ねぎが合いますね。

さまざまな料理にアレンジできる人気商品です。9月に、この商品を使った「アイデアレシピ試食会」を開催し、その時の1番人気レシピは、運営協議会メンバーの組合員代表が考えた「なすの豚バラ手掌しゅしゅう（手のひら）巻」でした。

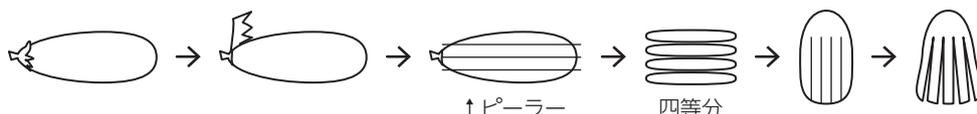
*レシピはこちら↓

なすの豚バラ手掌しゅしゅう（手のひら）巻

〈材料〉なす1本、豚バラ肉薄切り4枚
塩こうじ適量、黒こしょう少々、片栗粉適量
CO・OP十勝豚丼のたれ適量、ごま油大さじ1

〈作り方〉

- ①なすのヘタと実の間に包丁を入れて、鉛筆削りのように1周してヘタを削ぎ落とす。
- ②①をピーラーでたてに4本、均等に皮をむく。
- ③②をたてに4等分にスライスする。
- ④③のヘタで隠れていた部分を残し、まるで手を広げたように4～5本切れ目を入れる。



- ⑤④の端から、塩こうじをなじませた豚バラ肉1枚を上下交互にはさんで往復して巻き、黒こしょうをふり、片栗粉を薄くまぶす。
- ⑥フライパン（油等は入れず）に⑤を入れて強火でフタをしないで5分ほど焼き、ひっくり返して弱火でフタをして10分焼く。
- ⑦⑥の余分な脂をふき取り、CO・OP十勝豚丼のたれをからめて、香りづけにごま油を回し入れてできあがり♪

なすと豚バラの脂が相性よく、まるで手のひらの様ななすに変身！



「CO・OP十勝 豚丼のたれ」チャレンジ！大募集！



みなさんから「CO・OP十勝 豚丼のたれ」を使ったおいしい料理レシピを大募集します！届いたレシピは、おいしさがいっぱい詰まったレシピ集への掲載やさまざまな場面で紹介させていただきます。

食べるのが専門！という方は、「CO・OP十勝 豚丼のたれ」を使った料理を食べている「えがお

の写真」をご応募ください。写真は店舗やエリアニュースなどで紹介します。素敵な「えがお」をお待ちしています♪

応募は右記二次元コードから →
応募の締め切りは2024年2月29日（木）
★どしどしご応募ください！



南エリア フラッシュ

産地直結！おすすめ商品 【(株)滋賀有機ネットワーク】ミニトマト

ならコープでは産直の5原則の一つ「生産者、組合員相互の願いを実現するために交流できること」に基づき、相互に定めた基準を共有し、それが適切に実施されているかを互いに確認しています。産直産地点検は毎年実施していて、今年9月6日(水)、滋賀県の滋賀有機ネットワークに「ミニトマト」の点検に行きました。



琵琶湖の内湖を干拓した農業地帯として知られる、大中の湖地域で栽培している味わい深いミニトマトをご紹介します。

ハウス栽培により、夏場や冬場を通じて1年中美味しいミニトマトをお届けするため、季節に応じた作型が工夫されています。また、牛のたい肥を利用し、稲わらや土壌中の微生物を活性化させ

る働きがある米ぬかを混ぜた有機肥料で土づくりをして、環境に配慮した農業をめざされています。トマトにはビタミンA、ビタミンC、カリウム、食物繊維、カルシウムなどが多く含まれています。特にミニトマトにはビタミンAやビタミンCが多く含まれていることにビックリです。ひと口サイズで食べやすく、鮮やかな色や見た目の可愛らしさから付け合わせやお弁当にも大活躍です。

(南エリア委員会)

産直レシピ ~ チーズフォンデュ ~

クリスマスにもぴったりのチーズフォンデュで美味しいミニトマトを味わってみませんか。チーズとトマトの相性はばっちりですよ！

盛り付けはクリスマス向けに。お皿に茹でたブロッコリーでクリスマスツリーを作り、ミニトマトと☆型のポテトで飾りつけて完成。



うちの イチオシ

桜井支所 地域担当 吉原由章さんの巻 入協2年目のスーパー地域担当です



支所では毎月、利用人数や商品の利用数など、さまざまな目標を地域担当がグループと個人で競い合うMVP表彰があります。吉原さんは、個人MVPに何度もランクインしています。グループMVPも引っ張ってくれ

ている頼もしい存在です。

私生活では、7月にお子さんが生まれて育休を取得し、「今まで以上に組合員さんに寄り添った提案やくらしに貢献したいという気持ちが強くなった」と話しています。仕事でも私生活でもスーパーな吉原さんに今後ご注目ください。

(グループリーダー 檜垣知明)

南エリア運営協議会だより

2023年11月9日(木)開催

- ・「2023年組合員のつどい」開催の画像を見ながら報告しました。
- ・南大和高原コープ委員会・吉野コープ委員会の立ち上げについて話し合いました。
- ・「ならコープつながり市」と「コープの農場」を広くお知らせする取り組みを確認しました。

エリア概況 2023年10月度

- ▶ 供給高 エリア合計9億3,912万円
(予算比100.5%・前年比183.0%)
- 無店舗事業(支所計) 6億9,407万円
(予算比99.9%)
- 店舗事業(店舗計) 2億4,504万円
(予算比102.4%)

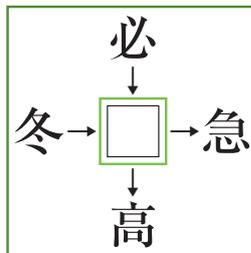
エリア組合員活動状況 (2023年4月~10月)

産地見学 (参加人数)	3企画 (45人)	講習会・学習会等 (参加人数)	21企画 (312人)
----------------	--------------	--------------------	----------------

漢字二字熟語で 1字 あてクイズ

上下左右の漢字1字と□の漢字を組み合わせると二字熟語ができます。□に入る漢字は？

締切：12月18日(月)消印有効



☆正解者の中から3人にならコープ商品券(1,000円分)進呈。

☆応募は、ハガキ…答え・エリアニュース感想・住所・氏名・TEL・組合員番号を記入して、〒630-8043 奈良市六条2丁目17番6-11号 ならコープ組織部 南エリア事務局クイズ係
Web…アクセスは二次元コードまたは <https://form.run/@areanews-202312>

※アドレスは毎号変わります。



11
月号

答え 霜

当選者
応募
(101人)

K・M (山添村)
T・M (大和高田市)
M・M (橿原市)