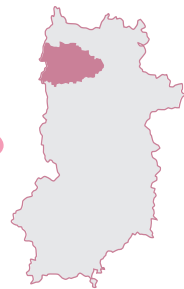


エリアニュース



中エリア対象地域 大和郡山市・天理市・香芝市・生駒郡・北葛城郡・磯城郡

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

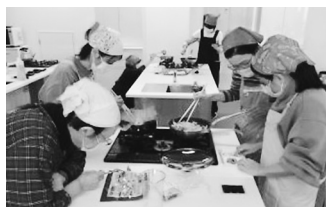
**組合員のつどいと
“ミールキット”“らくらくお料理パック”の学習会**
天理南コープ委員会

11月22日(水)なら歴史芸術文化村 調理実習室で、組合員のつどいの後、食材セット“ミールキット”と“らくらくお料理パック”の学習会を開催しました。



3つのグループに分かれて、それぞれのグループでミールキット(冷凍)とらくらくお料理パック(冷蔵)を1品ずつ選び、調理して試食しました。

ミールキットもらくらくお料理パックも、包材から出して、「焼くだけ」「炒めるだけ」「煮るだけ」など簡単に調理できるものばかりでした。



少し割高ですが、買い物や材料を準備する時間の短縮(時短)に役立つと感じました。ミールキットは冷凍なので、買い置きに便利です。参加者からは、「実際に作ってみることで、量や調理時間がわかっていい」などの声がありました。

**組合員のつどいと
(株)リバースのトイレットペーパーの学習会**
斑鳩・安堵コープ委員会

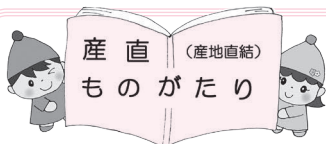
11月28日(火)コープたつたがわ集会所で、組合員のつどいと「CO・OPやわらかワンタッチコアノンロール」「CO・OPトイレットロール」などのトイレットペーパーの学習会を開催しました。

学習会では、トイレットペーパーの製造工程や自然環境に配慮し、廃棄物を出さない“ゼロエミッション”を実践されていることがわかりました。企業のペーパーレス化がすすみ、再生紙が手に入りやすくなったこと、また、回収時にクリップやホチキスの針がついたままでも大丈夫だということがわかりました。



組合員のつどいでは、未来の子どもたちのために環境や社会に配慮した商品を使うことの大切さを学びました。

最後に、コープクオリティ商品を試食しながら楽しく交流しました。



紀ノ川農業協同組合 ブロッコリー

「ブロッコリーってブーケみたいで綺麗だよね❖」

2006年に産直商品となった紀ノ川農協のブロッコリーは、色鮮やかでしっかりしていて甘みがあります。ブロッコリーは、ビタミンCとβ-カロチン、タンパク質などが豊富な野菜とされています。栄養を逃さず調理するにはレンジでの加熱がおすすめ。サラダや和え物・シチューなどもいいですね。もちろん加熱後にそのまま食べてもOK。

「なるほど！いろいろな料理に相性抜群なんだね！なっとく!!」



(中エリア委員)

中 エリアの活動 インフォメーション

受付: 4月8日(月)～4月12日(金)
Webのみ 4月14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
4月29日(月・祝)
です。

マークの見方

TEL
web

ハガキ

…申込方法

保育

…保育有り

子どもOK

…子どもの参加OK

1 大阪王将でおなじみ (株)イトアンドフーズの学習会

TEL
web

主催 斑鳩・安堵コープ委員会

イトアンドフーズによる「生協専用 大阪王将 羽根つき餃子」「CO・OP水・油いらすパリッ
と羽根つき餃子」などの学習会です。商品を実際
に調理し、試食しながら学びましょう。

日時 4月23日(火) 10:00～12:00

場所 コープたつたがわ 2階集会室

※駐車は店舗から離れたところから、で
きるだけ乗り合わせで。

参加費 200円

定員(抽選) 15人 大人
のみの参加・保育なし

申込 電話、Web で3人まで

持ち物 エプロン・三角巾・マス
ク・筆記用具・飲み物



2 畑のお肉“大豆”を使った商品を 学習しましょう！

TEL
web

主催 香芝西コープ委員会

フジフレッシュフーズ(株)による畑のお肉と言わ
れる大豆を使った商品の学習会です。おすすめレ
シピの紹介や試食もあります。

日時 5月16日(木) 10:00～12:30

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。

参加費 100円

定員(抽選) 9人 大人のみの
参加・保育なし

申込 電話、Web で3人まで

持ち物 筆記用具・飲み物



3 バスで行く！ 治道トマトのハウスを見学します！！

ハガキ

主催 広陵コープ委員会

治道トマトのハウスと選荷所を見学して、美味
しさの秘密を見つけましょう。手作りケチャップ
の体験と試食もあります。

日時 5月23日(木) 10:00～15:00ごろ

集合 10:00 コープなんごう 店舗前

※駐車は道路側から、乗り合わせで。

参加費 無料(別途ケチャッ
プ材料代300円)

定員(抽選) 6人
大人のみの参加・
保育なし

申込 往復ハガキで3人まで

持ち物 エプロン・三角巾・手拭き用
タオル・筆記用具・飲み物・
マスク



※動きやすく、汚れてもよい服装で。

このほど、京都生協・コープしが・ならコー
プによる“3生協共同システム”が稼働する
ことになりました。これに伴い、無店舗事業
(共同購入・こまどり便・受取ハウス)をご
利用で、カタログ全停止を選択されている方
には、5月から「エリアニュース」もお届け
できません。今後は、ならコープホームペ
ージまたはeフレンズ内「ならコープライブラ
リー」からご覧いただきますようお願いいた
します。

ならコープホームページはこちら→



所在地・行き方

コープいまご 大和郡山市今国府町366-5 近鉄筒井
駅から徒歩約15分、JR大和小泉駅から
徒歩約18分
☎0743-57-0666
コープたつたがわ 生駒郡平群町椿井734-1 近鉄竜田川
駅から徒歩約10分
☎0745-45-8181
コープなんごう 大和高田市大谷758-81 近鉄築山駅
北側すぐ
☎0745-25-1120
コープ七条 奈良市七条西町2丁目1100 近鉄西
ノ京駅から奈良県総合医療センター行
きバス「六条山」下車すぐ
☎0742-45-7882

コープ真美ヶ丘 香芝市真美ヶ丘1丁目14-5
☎0745-77-8200 近鉄五位堂駅から徒歩約10分

使用済み天ぷら油回収拠点

コープいまご 偶数月の第1土曜日 10:00～12:00
今回: 4月6日(土)

コープたつたがわ 毎月20日 10:00～11:30
今回: 4月20日(土)

おもちゃ病院開催日

コープたつたがわ 毎月第4月曜日 10:00～14:00
今回: 4月22日(月)



アースデー 2024 in なら テーマは「あなたの力で地球を守ろう」



アースデーは地球のことを考え行動する日です。ならコープは今年、「あなたの力で地球を守ろう」をテーマにアースデーに取り組みます。みなさんも一緒に、地球を守るための取り組みを始めましょう。

〜〜中エリアの取り組み〜〜

❖ 店舗でライトダウン ❖

4月22日(月)コープいまご・コープたつたがわ・コープ真美ヶ丘で、「ライトダウン」に取り組みます。電力の消費を抑えることで発電時に発生する温室効果ガス削減を目的としています。組合員のみならずと一緒に、地球の未来のことを考える日として

実施いたします。

❖ フリーマーケット ❖

開催時間10:30~15:00

4月27日(土)コープいまごで、「コープいまご春祭り」に合わせて、店舗駐車場でフリーマーケットを開催します。その他のイベントもあります。



中エリア3店舗とエリア運営協議会の『はなまる』コラボ企画♪

知って、知らせて、満点！



今月のはなまる商品は「CO・OP瀬戸内産レモンのドレッシング」です。

瀬戸内産レモンの豊かな風味と玉ねぎのkokoroが調和した、爽やかな香りとすっきりとした味が特長のドレッシングです。サラダにはもちろん、お肉やお魚、お豆腐などにも合う万能ドレッシング♪

「サーモンを使ったカルパッチョ風」にとっても合いますよ。

作り方は簡単。ドレッシングで下味をつけた千切り野菜の上にサーモンのお刺身を並べて、上にドレッシングで下味をつけた玉ねぎのスライスのをせて、まわりに輪切りのミニトマトを飾り、最後にドレッシングを回しかけたら出来上がり！お好みでブロッコリースプラウトや大葉を飾ると彩りもきれいですね。

サーモンは薄くスライスすると味も浸みやすいよ♪



食欲のないときもこれならあっさりしているから、食べやすいかな。



※下準備に、玉ねぎのスライスと千切り野菜それぞれをドレッシングに浸して、しっかり下味を付けておこう。

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。

TEL 申込: 4/8(月)~12(金)
組織部 ☎0742-45-7884(9:00~17:00) 組合員番号をお聞きします。

web 申込: 4/14(日)23:59まで
<https://form.run/@kumikatsu-naka2404>
※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: 4/12(金)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
中エリア事務局

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

申込ルールとお願い

- 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。

中エリア フラッシュ

節分は手作りの恵方巻で！ “鬼の飾り巻き寿司”に 挑戦しました

1月29日(月)コープいまご調理室で、職員を講師に、節分向けの“鬼の飾り巻き寿司講習会”を開催しました。



実演と説明の後、各自で飾り巻き寿司に挑戦。手順通りに鬼の口や角、髪の毛などのパーツを作ります。パーツができれば鬼の顔になるように組み立て、海苔で巻き上げて完成です。

包丁を酢水で濡らしながら切り分けます。さあ、ドキドキの瞬間です。切り口から鬼の顔が出てくると、あちこちから「できた!」「わ～きれい!」と歓声が上が



りました。みなさん手際がよく、和気あいあいと楽しく作ることができました。



参加者からは、「初めて飾り巻き寿司を作りましたが、鬼の形がきれいにできて嬉しかった。子どもたちに作ってあげたい」「講師の説明も楽しく分かりやすくてよかった」などの感想がありました。

試食・交流タイムでは、巻き寿司に使用した商品の紹介や組合員活動への参加を呼びかけました。



ただ今、中エリアではエリア委員を大募集中です。活動してみたいと思われる組合員さん、一緒にいかがですか?下記までご連絡をお願いします。

問合せ：中エリア事務局 担当まで

☎0742-45-7884 (組織部)

(月～金9:00～17:00) (中エリア委員会)

うちの イチオシ

コープ真美ヶ丘 畿央大学とコラボ企画の巻

ミニコンサートや子ども向けの企画で楽しい時間を過ごしました

コープ真美ヶ丘近隣の畿央大学の学生とのコラボ企画を開催しました。



2月10日(土)は、ダンス部とアカペラ部のメンバーによるミニコンサートを開き、多くの組合員が参加し楽しい時間を過ごしました。

2月16日(金)は、子どもの居場所づくりの一

環として、「子どものおこづかい学習」を開催しました。参加した子どもたちは、おこづかいの使い方を楽しく学びました。

これからも、コープ真美ヶ丘がお買い物だけでなく、地域のみなさんの居場所となるような活動を続けてまいります。



(店長 金銅寿樹)

中エリア運営協議会だより

2024年3月14日(木)開催

- ・2023年度の振り返りと2024年度方針について確認しました。
- ・2023年度予算執行状況と2024年度予算案を確認しました。
- ・「アースデー2024 in なら」の中エリアの取り組みについて協議し決定しました。

エリア概況 2024年2月度

- ▶供給高 エリア合計8億4,681万円
(予算比98.9%・前年比104.7%)
- 無店舗事業(支所計) 6億8,462万円
(予算比99.4%)
- 店舗事業(店舗計) 1億6,219万円
(予算比96.8%)

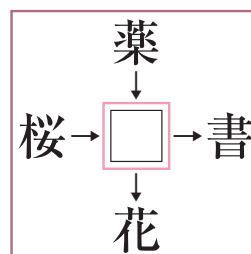
エリア組合員活動状況 (2023年4月～2024年2月)

産地見学 (参加人数)	8企画 (127人)	講習会・学習会等 (参加人数)	35企画 (481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：4月15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 中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-202404>

※アドレスは毎号変わります。



2月号

答え 試

当選者
応募
(139人)

A・E (王寺町)
O・M (香芝市)
S・K (斑鳩町)