

虹のたより

コープおおいた機関紙

信頼される商品を食卓へ!



コープ大分駅店が開店してから、毎年1月1日に大分駅のコンコースで“新年のお祝い”として甘酒を振る舞っています。毎年好評で、800杯用意した甘酒も午前中には無くなってしまいます。今年も甘酒をご用意いたしております。寒い日に甘く温かい甘酒はいかがですか。従業員の笑顔も付いてきます。皆さまのご来場、お待ちしております。2019年も、すばらしい1年になりますように。

2019年 1月号

発行日: 12月17日発行 (Vol.703)
発行: 生活協同組合コープおおいた
大分県大分市青崎1-9-35
編集: 役員室 広報課

お知らせやイベント情報を
ホームページで掲載!



さらなる飛躍をめざして 理事長 青木 博範



あけまして、おめでとうございます。
新年を迎えるにあたり、一言ご挨拶申し上げます。

私たちの生協は昨年、消費生活協同組合法施行を記念して5年に一度表彰される「厚生労働大臣表彰」を初めて受賞しました。この表彰制度は、健全な事業経営と活発な組合員活動をしていること、他の模範となる顕著な活動を展開していることが選考基準になっています。これまで積極的に取り組んできている高齢者支援の福祉介護事業、見守り支援を兼ねた弁当宅配事業、買い物弱者支援の移動店舗販売事業や無料送迎車の運行、子育て支援の保育園や放課後児童クラブの運営等が評価されたものです。

また、東日本大震災以降も発生している「熊本・大分地震」や「九州北部豪雨」等の大規模災害時における支援物資の調達や募金等の被災地支援活動をはじめ、特に原発事故で大きな被害を受けている福島県への継続的な支援活動は高い評価を受けたのではないかと考えています。

今回の受賞は、生協活動を支えていただいている組合員のみなさまはもとより、日々奮闘している全ての従業員のおかげであり、あらためて心より感謝申し上げます。今回の受賞を機に、さらなる成長・発展をめざしていきます。

少子高齢化が急速に進む中、社会保障費の負担増が大きな問題になり、抜本的な解決策が見通せない状況で、この10月には消費税率がアップします。CO2削減が進まない環境問題や、遅々として進まない原発事故処理の問題も残されたままです。

また、子どもの貧困等の問題も解消せず、ますます格差社会が広がってきており、私たちの暮らしを取り巻く環境は年々厳しくなっています。

しかし、このような時代環境だからこそ、生協の出番だと思っています。生協は、消費者の暮らしの向上をめざし、一人ひとりが力を合わせ、お互いを助け合う組織です。「一人は万人のために、万人はひとりのために」の精神を大切に、組合員と一緒に、全国の生協と力を合わせ「より良い地域社会づくり」に取り組んでいきます。

生協ではこの1年をかけて、次の世代に向けた「2030年ビジョン」を検討していきます。「組合員満足度の向上」、「従業員満足度の向上」、「地域社会貢献度の向上」をめざし、多くのみなさまの声を聞かせていただきたいと思っています。

生協が果たすべき役割、期待される活動の実現に向け、役員一丸となって取り組んでまいります。今年も1年、よろしくお願ひ申し上げます。

11月19日(月) J:COMホルトホール大分 「第5回 子育て講演会」



講師に大分市内にある「パートナーGYM SHERPA (ジム・シェルパ)」でトレーナーをされている柴田 太資氏をお招きし、「子どもの成長を促す食選力セミナー ～食品を選ぶ力を身につければ、子どもの成長とダイエットは両立できる～」をテーマに講演していただきました。



体を大きくしたい子どもとダイエット中の親では、同じメニューでも食べる順番を変えれば分泌されるホルモンが変わるので両立ができるというお話や、様々な食材の栄養素と体内での働きについて具体例を交えながらわかりやすく・ときにおもしろく説明していただきました。会場内からは笑い声や「へえ～!」といった声が聞こえました。



また子育て中の親の気持ちに沿ったお話もあり、「来てよかったです、罪悪感が無くなりました!」といった感想もありました。

「ふれあい体験農場 in 清川」



秋の栽培体験として、今年で10年目となる「秋のふれあい体験農場 in 清川」を9月1日(土)・10月20日(土)・11月24日(土)に開催しました。

9/1
土



赤カブ、ほうれん草、ニンジン、チンゲン菜・大根などを種まきました。春の体験農場で植え付けた、落花生とサツマイモ(紅はるか)の生育状況も確認し、春の体験のなごりの秋ナスを収穫しました。

10/20
土



春の体験農場で植え付けた落花生とサツマイモ(紅はるか)の収穫を行いました。大きなサツマイモに歓声をあげる子どもたち。落花生も土の中に残っていないか一生懸命掘って探しました。収穫したサツマイモはしょう油やバターで味付けし、落花生は塩ゆでにいただきました。

11/24
土



土から少し出た大きな大根を見つけて、力いっぱい引きました。中には子どもの身長もあろうかという大きな大根もとれ、「うわ～大きい、重たい」と声が上がりました。続いてインゲン豆・白菜を収穫し、秋の部の収穫作業は終了しました。その後、炊いたご飯を親子でおにぎりを作り、大根は豚汁に、インゲン豆は茹でマヨネーズに付けていただきました。



子どもさんたちが野菜の種を植え、育て、収穫し食べることによって、健康な食生活や農業との関わりを学ぶことにつながる「食育」の一端を経験ができたのではないかと思います。また、うれしいことに参加した子どもさんから体験農場の感想画をいただきました。



11月5日(月) CO・OPふらいる 2階 大分県共催 「米粉離乳食セミナー」



「震災時の米粉離乳食から学ぶ ～非常から日常食としての米粉～」と題して、講師に管理栄養士である相藤 春陽さんをお招きし、講演と調理実習の二部構成でセミナーを開催しました。

講演では「離乳食を米粉で作る利点はグルテンフリーでアレルギーへの対応が可能であることや、米と違い洗う行為がいらぬ、硬さをコントロールできるなど、非常食としても活躍します。」とお話していただきました。

調理では、大分県産の米粉をだし汁でといた「米粉離乳食」と「かぼちゃ米粉プリン」を作りました。「だしのおいしいような香りに、子どもたちが反応します。」との言葉のとおり、みんなおいしそうに離乳食をいただきました。

お母さんたちからも様々な質問が出され、とても有意義なセミナーとなりました。



11月17日(土) J:COMホルトホール大分 キッチンスタジオ 「異文化を知ろう 親子でアラブ料理パーティー」

コープおおいたでは、子育て支援として食育を推進しています。今回は、国際的な食育として「アラブ圏」の食にスポットをあて開催しました。アラビア語講師としても活躍されている小寺 香菜さんを講師にお招きし、アラブ圏とはどこなのか、どんな特徴があるのか、そして意外な日本との関わりなど、子どもにもわかりやすく紹介していただきました。

また、これからのパーティーシーズンにぴったりのアラブ料理「ファラフェル」を、親子で楽しく作りました。異国の食に触れ、異文化を理解するよいきっかけになりました。



共済事業部からの耳寄りなお知らせ

無料「人と車と家の保障相談会」を店舗で開催いたします!

保険についてちょっとした疑問や不安へのアドバイスが欲しい方、加入中の保険・検討中の保険についてじっくりお聞きしたい方など、お気軽にご相談ください。ファイナンシャル・プランナーが対応させていただきます。詳しくは店頭ポスター、またはホームページにてご確認ください。

日時：1月29日(火) 12時～16時 (最終受付:15時30分)

場所：コープ下郡 レストラン

(2月はコープつくみ・3月はコープ別府店で開催予定)



次のチェック項目で当てはまるものがあれば、**見直しのチャンス!**

- 夫か妻、またはどちらも、保険に入っていない。
 - 結婚後、出産後に一度も保険を見直していない。
 - 今の保険の保障内容がよくわからない。
 - 今の保険の保障額では、不足がみ。
 - 夫婦合わせて5つ以上の保険に入っている。
 - 保険料が負担で、なんとかしたいと思っている。
 - 数年後に保険の更新、または満期を迎える。
 - 自宅の火災保険もすぐ満期なので、地震に備えたい。
 - 今の保障で大丈夫?見積もって欲しい。
 - 自動車保険、もっと安くならないかな?
- (生協では集団割引があり、最大4社同時見積できます。ネットより簡単!)

- ご予約いただくことをおすすめします。(状況により、お待ちいただく場合があります。)
- お越しの際に、現在加入されている保険証券をご持参ください。
- この保障相談会は、コープおおいた・ヒューマック大分・全労済大分の3社合同開催です。

お問い合わせ・ご予約は、共済事業部【担当:伊東・竹内】
☎(097)524-0123 (月～金曜日 9時～18時)

2018年度 第4回 産直認証商品

11月16日(金)に大分県産業科学技術センターで開催されました。「2018年度 第4回産直認証会議」で認証された商品は以下のとおりです。

| | | | |
|-------------------|------------------|-----------------|--------------------|
| 杵築市 村上農園 雑柑 | 大分市 赤峯農園 キャベツ | 大分市 赤峯農園 ごぼう | 大分市 赤峯農園 ブロッコリー |
| 大分市 赤峯農園 ハウレン草 | 大分市 赤峯農園 ニンジン | 大分市 赤峯農園 水菜 | |

産直マーク 栽培計画中の農業の使用を確認し、産直品が行政が定めた慣行栽培基準に対してどれだけ削減されたかを、4段階にわけてマークで案内します。

慣行の基準内で栽培 (30%未満) 30%以上削減 50%以上削減 不使用

組合員の声にお応えして「くらしの知恵袋特集」

組合員さんから寄せられた「くらしの知恵袋」です。

コープの「**CO-OP** ミックスチーズ」が癖がなくておいしいです。耐熱皿にミニトマトを並べてチーズを乗せてオープンで焼くだけ!簡単おいしい副菜ができます。(大分市 はなはなママさん)



ねぎの大好きな方にはいいようです。うちの娘が好きなもの。小ねぎを切る(かなり多くても良い)、シーチキンとしょう油を少しかけ、まぜるだけ。ごはんの上に乗せて食べたり、おつまみにしたり。(臼杵市 日廻みゆきさん)

バナナを冷蔵庫で保存する時、新聞紙にくるんで入れると長持ちします。(大分市 佐藤民子さん)



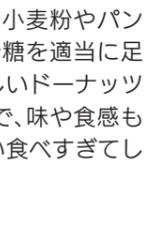
すぐに着たい衣類が生乾きだったり、雨に濡れてしまった時に、早く乾燥させるにはドライヤーとビニール袋を使います。厚手のビニール袋に濡れた衣類を入れ、ドライヤーで袋の中に温風を送り込むと、早く乾きますよ。 ※やけどに注意 (臼杵市 やっちゃんさん)

キャベツやレタスの保存方法。届いた時の一番外の葉は捨てずに使うだけ取って、残った玉をその葉で包んで、新聞紙に包んで冷蔵庫に入れるといいですよ。(佐伯市 西山賀代子さん)



ガラスコップを重ねて置いていると、取れなくなってしまうことがあります。そんな時は、重なったガラスコップの内側に氷水を入れ、外側をお湯につけてやると、抜けやすくなりますよ。(津久見市 太平みちこさん)

コロッケ等を作って余った小麦粉やパン粉や卵液に水又は牛乳と砂糖を適当に足して混ぜて揚げれば、おいしいドーナツができます。その時の分量で、味や食感も違って良いですよ。ついつい食べすぎてしまいます。(杵築市 ごりさん)



おさしみやお寿司を食べた時、わさびが効きすぎてツーンときた時は、炭酸飲料を飲むと辛さを抑えることができますよ。(豊後大野市 ちづるママさん)



賞味期限はまだなのに瓶に入ったインスタントコーヒの粉が固まって硬くなってしまった時は、冷凍庫に入れるといいですよ。サラサラになります。(豊後高田市 斉藤妙子さん)



しじみは一度冷凍したほうが栄養価がアップします。必ず、冷凍保存をする前に砂抜きをしてください。(宇佐市 まめむもママさん)



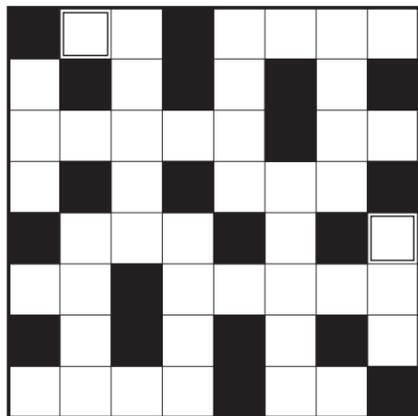
ご飯が残った時に、玉子かけご飯にして、ピザ用チーズ、塩こんぶ、刻みねぎを混ぜ、フライパンでカリッと焼きます。混ぜる具はある物何でもOK。小腹がすいた時にいかがですか。(大分市 ジョーババさん)

ポリ袋にゴボウをピーラーでささがきにして入れ、片栗粉を入れて、よくまぶします。水にはさらさないで下さい。そのまま少なめの油で揚げたら、ゴボウチップスの完成です。すぐ揚がるので、焦がさないよう注意して下さいね。サラダのトッピングや、うどんによくあいますよー。(大分市 ごんぼさん)

魚をグリルで焼いた後は、生臭さがグリルの中に残ってしまい、気になることがあります。そんな時は、お茶の葉を使います。焼いてまだ熱いうちに、お茶葉を一つまみのお茶を敷けば、嫌な臭いを取ってくれますよ。(大分市 木村伶さん)

PUZZLE ナンスケ

盤面に、リストのナンバーを入れるパズルです。交差するマスは同じ数字になるのがヒントです。



- ルール●
- ①リストにあるナンバー (2ケタ以上の数字のつらなり) をすべて1回ずつ盤面の中に入れてください。
 - ②ナンバーの入る方向は、上から下か、左から右のいずれかで、1マスにつき一つの数字が入ります。

| 2ケタ | 3ケタ | 4ケタ |
|-----|-----|------|
| 19 | 175 | 1751 |
| 39 | 193 | 3351 |
| 59 | 515 | 3359 |
| 77 | 953 | 3557 |
| | | 5353 |
| | | 7157 |



| 2ケタ | 3ケタ |
|-----|------|
| 13 | 314 |
| 21 | 424 |
| 22 | 442 |
| 23 | 4ケタ |
| | 1432 |
| | 4231 |

●例題の答え●

| | | | |
|---|---|---|---|
| 4 | 4 | 2 | 2 |
| 2 | 2 | 1 | 3 |
| 3 | 1 | 4 | |
| 2 | 1 | 3 | |
| 2 | 4 | 2 | 4 |

パズル制作/ニコリ

懸賞問題 二重枠のマス (2つあります) に入った数字の合計はいくつ?

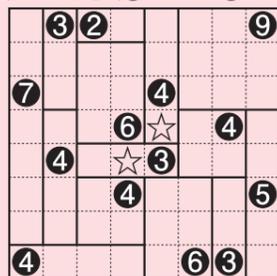
〒870-0278 大分市青崎1-9-35
コープおおいた『虹のたより』コープパズル係まで
●eメール: niji@oita.coop
●締め切りは1月25日(金) [当日消印有効]です。

専用フォームでの応募が可能となりました。郵便ハガキ・eメールのご応募も、引き続き可能です。



11月号 四角に切れの解答

答え 「7」(③3つ+④4つ)



当選者は、下に掲載しています。

パズル・くらしの知恵袋 応募方法

郵便ハガキ、eメール、応募専用フォームに「パズルの答え」と①住所、②氏名、③年齢、④組合員番号[組合員番号は8桁の数字で、組合員カード・ポイントカード・注文用紙・納品書に記載しています。]、⑤『虹のたより』への感想や「くらしの知恵袋」などお寄せください。ペンネームでの記載をご希望の方は、あわせてご記入ください。いただきました感想や「くらしの知恵袋」を広報物に使用させていただくことがございますので、ご了承ください。なお、ご記入いただきました個人情報には他の目的で使用しません。パズルの正解者10名の方には「**CO-OP**もち麦」をプレゼントします。正解者多数の場合は、抽選となります。「くらしの知恵袋」が採用された方には「**CO-OP** & **YOUKI** 顆粒ガラスープ」をプレゼントいたします。

ちょっとお知らせ

「**CO-OP** ワンタッチコアノ」の芯棒を無料でお渡ししています。ご入り用の方は配達担当者、もしくは店舗サービスカウンターへお申し出ください。



1月の主な予定

- 10(木) 組合員の声を活かす委員会
- 17(木) 組合員理事協議会
- 25(金) 理事会

11月のコープおおいた

- 組合員数…167,003世帯
生協に加入している世帯数です。
- 出資金…5,780,906千円
出資をもとに生協の運営を行ないます。