

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

9 2019
月号
Vol.14
8月12日発行

TAKE
FREE

今日から食べる納豆。

生産者訪問レポート

 納豆 (大分市 原田製油有限公司)

今日の表紙

『CO-OP 韓国直輸入キムチ』を使って 【キムチ+納豆+オリーブオイル】のせ冷奴



CO-OP 韓国直輸入キムチ

食べやすい大きさにカットした韓国産白菜に、アミとタチウオの2種類の塩辛、糖類、唐辛子などを配合した、ほど良い辛さで食べやすい韓国直輸入キムチです。韓国のキムチ専用工場にて製造されています。

材料

- CO-OP 韓国直輸入キムチ…50g
- 納豆…1パック
- エキストラバージンオリーブオイル…小さじ2
- しょうゆ…少々
- 豆腐…150g
- 卵黄…1個分
- きざみネギ…適量



しょうゆの代わりに納豆付属のタレを使ってもGOOD!

作り方

- ① CO-OP 韓国直輸入キムチを荒く刻む。
- ② キムチ、納豆、卵黄、エキストラバージンオリーブオイルをよく混ぜ合わせ、しょうゆで味を整える。
- ③ 器に豆腐を盛り、②ときざみネギをのせる。

こんにちは！
コープおおいた
です!!



好きな
コープ商品



しげいし なみ 組合員活動グループ 重石 奈美

食・くらし・環境・平和・福祉・子育て、6つの分野をテーマに組合員活動の企画、運営を行っています。参加した組合員さんの笑顔、「良かったよ」の声が何よりの励みです！誰でも参加できる組合員活動を、多くの方に知ってもらうため、日々奮闘中です。『Osampo CO・OP』やHPのイベントカレンダーをチェックして、お気軽にご参加ください。

CO-OP まるい形のまぐろたたき身井の具

解凍するだけで手軽に美味しいまぐろが食べられる、お気に入りの商品です。冷蔵庫にあると安心できます。

平和のつどい ～平和の尊さを次世代へ～

入退場自由

参加無料



8月17日(土)
10:00~15:00

場所: 明日香美容文化専門学校

ステージプログラムは
コープおおいたホーム
ページをご覧ください。



CO・OPふらいるの 改装工事について

8月中旬より、CO・OPふらいるの改装工事に伴い、作業音の発生や工事車両の往来が予想されます。ご購入物中の皆さまにはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

We Love CO・OP商品!!

コープの商品開発は、「こんなあったらいいな」「もっとこうだったらいいのに」という組合員さんの“声”からスタートします。

今月のおすすめ!

CO-OP 骨取りさばのみぞれ煮

「お魚を食べさせたいけど、骨が…」そんな声から生まれたのが「骨取り」シリーズのお魚です。脂のりの良いノルウェー産のさばを、腹骨・中骨・小骨まで一本一本手作業で取り除いています。大根おろしが入ったしょうゆベースのタレで煮付けました。お子さまや高齢の方にも安心です。



CO-OP おいしい赤飯

国産もち米と北海道産小豆を使用した、ふっくらとしたソフトな食感の赤飯です。レンジで約2分または湯せんで温めるだけで、簡単に召し上がれます。ほどよい塩加減の赤飯は、お祝いの一皿にはもちろん、キャンプなどのアウトドアや家庭の常備食としても幅広くご利用いただけます。

みなさんの声がかた子になっています

TSU KU RO

アレルギーを持つ子どものために、
ケーキの企画を増やしてほしいです。

という組合員さんの声にこたえて

お誕生日などのお祝い時など
いつでもお楽しみいただけるよう、
『アレルギーに配慮したケーキ』が、
子育てカタログ「すくすくスマイル」
(マンスリー版)で
毎週ご利用できるようになりました。



「TSUKURO」の
サイトを見に来てね♪

TSUKURO 検索



みんなのくちこみ!

CO-OP カレー屋仕込みの 焙煎カレールー

スパイスの風味が良いこのカ
レーを食べてから、他のカレー
は食べられなくなりました!



CO-OP りんご酢 (濃縮タイプ)

小さい時から我が家にあった
コープ商品。最近はいきゅうり
の浅漬にも使っています。

CO-OP 十勝産小豆の ぜんざい

暑い日は、冷やしぜんざいが
最高です。かき氷と一緒に食
べています♪





選別・洗浄された大豆は、
巨大なタンクの中で
1日浸漬させます。

生産者訪問
Report
レポート

大分市 原田製油有限公司

組合員さんとともに 開発したオリジナル商品

コープおおいたでは、組合員さんの意見を取り入れ、地元の生産者によってつくられる、マークが付いたプライベートブランド商品を取り扱っています。『中粒納豆』『ひきわり納豆』『カップこつぶ納豆』はコープおおいたを代表するプライベートブランド商品で、組合員さん主体の「商品開発改善委員会」が半年かけて学習と試作を重ね、2014年に発売されました。製造するのは今年で創業70周年を迎える大分市の『原田製油(有)』。同社は食用油を製造する会社としてスタートし、昭和57年より納豆の製造も開始。全国納豆鑑評会において数々の受賞歴を誇る、信頼と実績のある企業です。コープ

おおいた開発商品第一号の一つである『カップこつぶ納豆』の製造をきっかけに、コープおおいたとは30年以上のお付き合いが続いています。

コープの納豆のこだわりは良質な原料大豆です。『中粒納豆』は宇佐や中津など大分県内で契約栽培される大豆や、福岡県産、佐賀県産の大豆など九州産を100%使用。『ひきわり納豆』と『カップこつぶ納豆』は、国産大豆を100%使用しています。

納豆の製造工程は、まず原料の大豆を選別・洗浄し、一日水に浸します(浸漬^{しんじく})。二日目に蒸煮し、納豆菌を噴霧してパックに充填。その後、発酵・熟成させて4日目から出荷というのが主な流れです。「おいしい納



浸漬後、水分をたっぷり含んでふっくらとした大豆は蒸煮の工程へ進みます。原料の大豆は産地や収穫年度によって特性が異なるため、浸漬時間や蒸煮時間を調節しているそうです。写真は蒸煮後に納豆菌を噴霧している様子。大豆に均一に納豆菌が付くよう、手作業で丁寧に噴霧しています。その後、充填ラインへ。



安心して食べていただける
納豆を製造しておりますので、
ぜひ、毎日おいしく
お召し上がりください!!

『原田製油(有)』児玉亮二工場長と工場スタッフの工藤沙紋さん。コープおおいたの「産地見学」で毎年工場見学をすることができます。



納豆の充填から酸酵室へ運ぶケース入れまで行う自動生産ライン。

豆をつくるためには、特に発酵から出荷までの温度管理が重要です。温度が高すぎると発酵が進みすぎ、低すぎると発酵が進まないからです」と原田製油(有)の児玉亮二工場長。同社は長年の納豆製造のノウハウを活かし、厳格に温度管理された工場内で発酵・熟成させた、品質の高いおいしい納豆を製造しています。また、検査や測定など精度の高いチェックが可能な最新鋭の自動生産ラインを導

コープおおいたの納豆は、
宅配カタログ(毎週)と
店舗にてお買い求め
いただけます。

パッケージと原料大豆がリ
ニューアル! くわしくは、
P11を見てね!!



カップこつぶ納豆



中粒納豆

ひきわり納豆

入したことにより、より安全・安心な商品を、よりスピーディーに製造することができるようになったそうです。

『カップこつぶ納豆』は9月より原料大豆が国産から九州産に変わり、パッケージも新たにリニューアルします。大豆の風味と旨み豊かで、ふつくとしたやわらかな食感が特長のコープおおいたの納豆三兄弟を、これからもよろしく願います!

CO-OP商品を使って/ コープクッキング!

家庭料理研究家
奥蘭壽子作

『カップこつぶ納豆』と『うまうちしょうゆ』を使って

納豆とろろスパゲッティ

シャキシャキとつづつ食感が楽しい♪

材料2人分

- ・カップこつぶ納豆…2パック
- ・うまうちしょうゆ…小さじ2
- ・みりん…小さじ2
- ・かつお節…2パック(5g)
- ・長芋…200g
- ・スパゲッティ…160g
- ・きざみのり…適量
- ・青ねぎ(小口切り)…適量
- ・わさび…適量
- ・うまうちしょうゆ…適量

作り方

1. 鍋に湯を沸かして塩(分量外)を入れ、スパゲッティを袋の表示通りにゆでる。※塩の量は湯500mlに対して小さじ1の割合。2. Aを混ぜあわせる。3. 長芋は皮をむいてポリ袋に入れ、袋の上から麺棒で叩いてください。4. 袋の口を縛り、角を切って、2の上に絞り出して混ぜる。5. ゆでたてのスパゲッティに4を混ぜて器に盛り、きざみのり、青ねぎ、わさび、しょうゆをかける。



うまうちしょうゆ

本醸造しょうゆにかつお節から煮出した「だし汁」で風味を増し、さらに、みりんや糖類を加え、塩かどをなくした甘口タイプのしょうゆです。大分県臼杵市で製造されています。

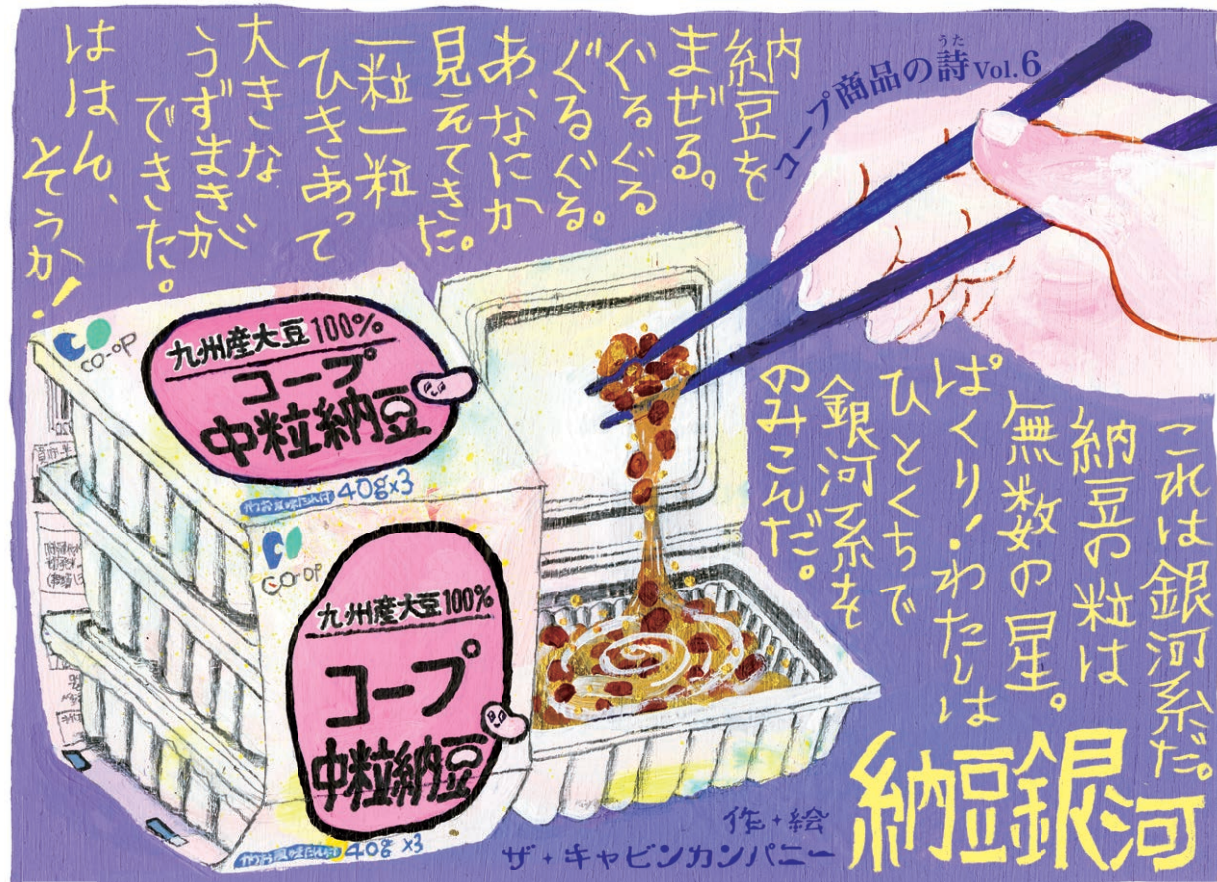


掲載レシピは「クックパッド」内、「おいしいコープのキッチン」にて公開中!



ワンポイント

パスタの代わりに、
うどんを使ってもおいしく
召し上がれます。



イベント情報を見てこんなことをしているのかと毎回驚いています。まだ子どもが小さいのもう少し大きくなったら、ぜひ参加できるものはしたいと思っています。

生協

無料の託児を準備しているイベントも多いので、ぜひ活用ください！組合員イベントが盛りだくさんですよ！



「**Co-op** うらごし枝豆」、知りませんでした(°o°)；毎週カタログを見ているつもりですが、知らない商品もあるのだと思います、どんどん掲載してもらえると楽しみにしています。

生協

あまり知られていないけれど…実はとってもおすすめしたい!! という**Co-op**商品の口コミ、これからもお待ちしております！

読者からのおたより

以前、読み聞かせ広場に行って、初めてキャビンカンパニーさんの絵本を知りました！それから5歳の娘もキャビンカンパニーさんが大好きになって、たくさん絵本を読みました。今月号に牛乳のイラストが載っていて、キャビンカンパニーさんの絵でとても嬉しかったです！切り取って、冷蔵庫に貼ってあります(笑)素敵な絵本との縁をつないでくださった**Co-op**さんに感謝いたします。

生協

HPでバックナンバーを公開しています。ぜひ、ご覧ください！

コメントをいただきました！

娘さんと一緒に私達の絵本を楽しんでくださりありがとうございます。牛乳の絵に気づいてくださりとても嬉しいです。



アレルギー対応商品が市内で一番多いと聞いて、大分駅の**Co-op**に行きました。確かに納得。いろいろ買って帰りました。これからも豊富な品ぞろえに期待しています。



アレルギー対応の**Co-op**商品

「スマイルディッシュ」シリーズもデビューし、宅配ではアレルギー配慮のケーキが毎週注文できるようになりました！今後もご期待ください！

生協



osampo diary

コープおおいた おさんぽ 日記

コープおおいたに関するあれこれを、毎回ご紹介していきます！

未来へ続く 世界の実現のために

今回ご紹介するのは… → コープSDGs行動宣言

2015年9月、国連サミット「持続可能な開発のための2030アジェンダ」が採択されました。

2030アジェンダは、2016年から2030年までの国際社会共通の目標を掲げています。

この目標が、17分野の目標・169のターゲットからなる「持続可能な開発目標」(SDGs)です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標



／コープSDGs行動宣言／

生協もその一端を担うべく、7つの取り組みを通じてその実現に貢献することを約束し「コープSDGs行動宣言」を掲げています。

コープおおいたも全国の生協とともに「コープSDGs行動宣言」の7つの取り組みを通じて、引き続き持続可能な社会の実現を目指します。



**12 つくる責任
つかう責任**
持続可能な生産と消費のために、商品とくらしのあり方を見直していきます。



**7 エネルギーをみんなに
そしてクリーンに**
地球温暖化対策を推進し、再生可能エネルギーを利用・普及します。



**1 貧困を
なくそう**
世界から飢餓や貧困をなくし、子どもたちを支援する活動を推進します。



**16 平和と公正を
すべての人に**
核兵器廃絶と世界平和の実現をめざす活動を推進します。



**5 ジェンダー平等を
実現しよう**
ジェンダー平等(男女平等)と多様な人々が共生できる社会づくりを推進します。



**11 住み続けられる
まちづくりを**
誰もが安心してくらし続けられる地域社会づくりに参加します。



**3 すべての人に
健康と福祉を**
健康づくりの取り組みを広げ、福祉事業・助け合い活動を進めます。

（機関誌『虹のたより 9月号』より、それぞれの取り組みの目標を、マークをつけてご案内します。）

「コープSDGs行動宣言」については、コープおおいたのホームページで詳しく説明しています。



9～11月のイベント情報

※定員イベントについては、応募者多数の場合は抽選となります。
※お預かりした個人情報は、イベントのご案内以外に使用いたしません。

コープおおいたのイベント

コープおおいたのイベントに関するお問い合わせは TEL.097-524-0118(コープおおいた役員室)まで

体験

ふれあい 体験農場in清川

豊後大野市清川の里山で、秋冬野菜の農業体験をしませんか？ 収穫祭では採れたての野菜を使った料理を囲んで、ささやかなパーティーを開きます！ 農業の大変さ、収穫できたよろこびを体験しましょう！



【日付】9/7(土)・10/19(土)・11/23(土)・予備日10/26(土)
【時間】10:00～13:00(毎回ご案内します)
【場所】道の駅きよかわ 清川ふるさと物産館(初回の集合場所)
【募集人数】60名程度 【費用】1家族500円
【募集締切】8月28日(水)



お申し込みはコチラ



【日付】9月13日(金)
【時間】10:00～12:00
【場所】コープ別府店 2階
【募集人数】30名程度
【募集締切】9月1日(日)

参加無料



お申し込みはコチラ

環境

「エシカル消費」と コープセフター学習会

(株)コープクリーンの茂垣達也さんをお招きし、洗剤や食品等多数の商品に使われるパーム油を取り巻く環境破壊や過酷な労働環境について学び、考えるワークショップを行います。今年50周年を迎え、今なお進化を続けるコープセフターの学習や洗浄力試験なども行います。



エリアイベント

各エリアイベントの詳細については「イベントカレンダー」をご覧ください(下記参照)

中津・宇佐エリア

第13回USAフェスin四日市門前町

コープおおいた宇佐センターが、USAフェスに参加します！コープ商品の試食・試飲やゲームを準備して皆様のお越しをお待ちしています(^^)

【日付】9月8日(日)
【時間】10:00~16:00
【場所】四日市門前町



参加無料 申込不要

杵築・日出エリア

バス産地見学

おなじみの『コープ牛乳』+各種ヨーグルトの製造工程を見学します。

【日付】9月9日(月)
【時間】8:30~13:00(予定)
【場所】九州乳業(株)
【募集人数】25名
【費用】大人500円、子ども300円 ※軽食付。軽食が不要なお子さまは無料
【募集締切】8月30日(金)



日田・玖珠エリア

災害時こどもに私ができること学習会

日本赤十字社より講師をお招きし学習会を行います。災害時、子どもを守るために一緒に学びませんか？

【日付】9月10日(火)
【時間】10:00~12:00
【場所】玖珠森自治会館
【募集人数】20名
【募集締切】8月30日(金)



参加無料 託児あり

津久見・佐伯エリア

はじめてクラブ~2回シリーズ~

子育て世代を対象に安心・安全なコープのお話をします。同世代の方と色々な情報共有もできます。

【日付】①9月11日(水)
②9月19日(木)
【時間】各日10時~12時
【場所】佐伯東地区公民館
【募集人数】10名※①②とも参加できる方
【募集締切】8月30日(金)



参加無料 託児あり

日田・玖珠エリア

ひたかふえ九電クッキング

ホームアドバイザーから学びながら簡単・時短でおいしい料理を作りませんか？電子レンジを活用したレシピも！

【日付】9月17日(火)
【時間】10:00~12:00
【場所】九州電力 日田営業所
【募集人数】5名
【募集締切】8月30日(金)



参加無料 託児あり

この他のイベントも！

イベントカレンダーを チェック！

8・9ページに掲載のイベントへのお申し込みや、その他のイベント情報については、ホームページ内「イベントカレンダー」をご覧ください。



コープおおいた イベントカレンダー

検索

※掲載写真は、すべてイメージです。



参加無料 託児あり

国民的課題学習会 けんぼう学習会

弁護士の古田奈々さんをお招きし、ワークショップ形式の学習会を開催します。子どもたちの未来のため、憲法について楽しく学んでみませんか。はじめての方でも安心の入門編。お気軽にご参加ください。

【日付】8月28日(水)
【時間】10:30~12:30
【場所】コープ別府店 2階

【募集人数】20名
【募集締切】8月23日(金)



これからもずっと

自分の歯で

おいしく食事を

するため

これからもずっと自分の歯でおいしいもの
食べたいですね。残っている歯の本数によって、
食べられるものに制限があると知っていましたか？

おいしく
食べるためには
歯は何本
必要？

歯の数と食べられるものの関係

歯の本数 18~28本



歯の本数 6~17本



歯の本数 0~5本

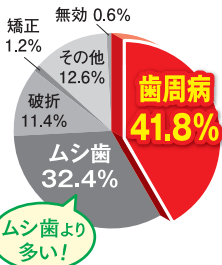


※厚生労働省・標準的な健康・保健指導プログラム＜別冊＞
保健指導における学習教材集「歯の数と食べられるものの関係」より

歯を失う一番の原因は歯周病！

抜歯の主原因（全体）

歯周病とは、歯垢の中の
歯周病菌がハグキに炎症を
起こし、徐々に周りの組織
を破壊していく細菌感染症
です。症状が進行すると
歯を支える骨（歯槽骨）を
溶かし、やがて歯が抜けて
しまう原因になります。



※出典：'05年財団法人8020推進財団

早めの対策が重要です！

「私はまだ大丈夫！」と思っていませ
んか？実は30代以上の3人に2人
が歯周病にかかっているんです。大
切な自分の歯を多く残すには、早
うちからしっかりとしたオーラル
ケアをすることが大切です。

オーラルケア
3つのポイント

- 1 歯垢のたまりやすい
場所をていねいに磨く
- 2 歯周病の原因菌を殺菌
する殺菌剤が入った
ハミガキで手入れ
- 3 洗口液 で仕上げ

ばれっと
9月1週

お買得価格

ぱれっと

表紙掲載予定のご案内！

薬用塩18%配合

ハグキを
キュツと
引き締める！

ばれっと
ご利用
No.1
ハミガキ

2018年4月～2019年3月まで
※コープ九州実績

4つの作用で 歯周病を防ぐ

- | | | | |
|---------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------------|
| 炎症を
抑える
生薬
当帰エキス | ハグキの
引き締め
薬用塩
(塩化ナトリウム) | 歯周病菌
の殺菌
塩化セチル
ピリジニウム | ハグキの
血行促進
ビタミンE |
|---------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------------|

医薬部外品

サンスター 薬用ハミガキ

ソルテージII 85g

※「歯周病」とは、歯肉炎・歯周炎（歯槽膿漏）の総称です。



口臭・
ネバツキの
原因菌を殺菌！



3つの予防効果

歯肉炎 口臭 出血

医薬部外品

洗口液

サンスター 薬用洗口液

ソルテージII 500ml

ソル
テージ
ハーフ
香味

スパイ
シー
ミント
タイプ

プレゼント
あります!!
P11をチェック!

『COカップこつぶ納豆』が リニューアルします！



現パッケージ



2019年
9月1日からの
パッケージ

長きにわたって『COカップこつぶ納豆』をご利用いただき、本当にありがとうございます。この度、カップ納豆専用の充填・パック機器の老朽化に伴い、パッケージを変更いたします。また、原料の大豆も、これまでの国産大豆100%から九州産大豆100%へ変更いたします。リニューアルした『CO小粒納豆』は2019年9月1日発売開始します。

コープ納豆
3兄弟を
よろしくね！



宅配・店舗で
お買い求めいただけます！

【お問い合わせ】 商品政策室 097-524-0122 平日9時～17時

PRESENT

アンケートにお答えいただいた方の中から抽選でご希望の品をプレゼントします！



3
名様



3
名様



5
名様

1 コープのレトルトご飯
詰め合わせ(1,000円相当)
※画像は一例です。

2 P3掲載の
コープ商品からセレクト
(500円相当)※商品はおまかせになります。

3 サンスター 薬用洗口液
薬用ハミガキ セット

アンケート

『Osampo CO・OP』9月号を読んでお答えください。

- Q1 ご希望のプレゼント番号をご記入ください。
- Q2 4・5ページの「生産者訪問レポート」の感想を教えてください。
- Q3 今からあなたが求人情報を探すとして、
最も活用すると思う方法はどれですか。
①スマホ ②パソコン ③求人情報誌 ④職業紹介事業者
⑤その他
- Q4 誌面の感想やコープ商品の口コミ、コープおおいたについて
ご質問など、ご自由にお書きください。

応募方法

ハガキの場合

アンケートの答えと、住所、氏名、年齢、電話番号、
組合員の方は組合員番号をご記入の上、
下記宛先までお送りください。
〒870-0278 大分市青崎1-9-35
コープおおいた「おさんぽコープ」係

スマホの場合

応募専用
フォームから



応募締切

8/31(土)
当日消印有効

※当選者の発表は発送をもって代えさせていただきます。
※お答えいただいたアンケート内容は、今後の誌面制作の参考にさせていただきます。
※お送りいただいた個人情報は他の目的では使用いたしません。

キャニオニングで 自然の中を大冒険!



左:透明度の高いきれいな川は、冷たくて気持ちいい!
下:滝に打たれて修行気分!



藤河内溪谷キャニオニングツアー

料金 小学生まで5,000円、中学生以上8,000円

[予約・問い合わせ]

TEL.090-2088-0478

メール saiki.doushin@gmail.com

- 電話予約またはホームページよりネット予約が必要です。
- 開催日については電話またはメールにて問い合わせを。
- 参加当日は、午前10時に「うめキャンプ村」を出発となります。
- キャニオニング自体の所要時間は2~3時間です。

キ ャニオニングとは川や沢の流れとともに身体一つで渓谷を下る、ヨーロッパ発祥のアクティビティです。佐伯市宇目にある秘境、藤河内溪谷では5月から9月頃まで、このキャニオニングを体験することができます。約8km続く藤河内溪谷は、巨大な花崗岩が数千年という長い時間をかけて、川によってそぎ落とされた滑らかな一枚岩が見事な景観を造り出しています。そんなダイナミックな自然を満喫しながら、川の流れに身をまかせて流されてみたり、岩の上をウォータ

ースライダーのようにすべったり、川の中に飛び込んだり、潜ったりして遊べば気分爽快です! ウェットスーツやヘルメット、ライフジャケットなどは標準装備として料金に含まれており、渓谷を知り尽くしたガイドが同行してくれるので、大人から子どもまで安心して楽しめます。キャニオニングは日帰りでも楽しめますが、車で約30分のところに「うめキャンプ村」(下記参照)があるので、キャンプとともに楽しむのもいいですね。

中山間部地域活性化団体 童心に蛙

住所 佐伯市内町1-1 kirakuビル1F
電話 0972-22-7722

うめキャンプ村

[予約・問い合わせ]

TEL.080-8360-7458

メール 326totoro@gmail.com

藤河内溪谷から車で約30分!

「うめキャンプ村」

広いテント区画と、2階建てのケビンを17棟備えたキャンプ場。バーベキューや石窯ピザ焼き体験、流しそうめん体験、キャンプファイヤーなど、アウトドアプログラムも充実しています。

