

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

4 2020
1 月号
Vol.21
3月9日発行

TAKE
FREE

明日の元気を
チャージしよう。

生産者訪問レポート



産直ネーブル

(大分市 大在ネーブル出荷組合)



生活協同組合コープおおいた

今月の表紙

『CO-OP カレーパウダー』を使って ネーブルで爽やかキーマカレー



材料(2人分)

- A
- トマトケチャップ…大さじ1
 - ・ウスターソース…小さじ2
 - ・豚ひき肉…100g
 - ・ネーブル…1個
 - ・玉ねぎ…1/2個
 - ・しょうが…1/2片
 - ・CO-OP ミックスビーンズドライパック…1袋
 - ・CO-OP カレーパウダー…大さじ1.5
 - ・水…150ml
 - ・顆粒コンソメ…小さじ1
 - ・塩こしょう…少々

作り方

- ① ネーブルは包丁で皮と薄皮をむく。玉ねぎとしょうがはみじん切りにする。
- ② フライパンで豚ひき肉としょうがを炒める。色が変わったら玉ねぎを加えて炒め合わせる。玉ねぎがしんなりしてきたら、カレーパウダーを加えてざっと炒める。
- ③ ネーブル果肉と、ミックスビーンズ、水、顆粒コンソメを加えて、沸騰したら中弱火で約8分煮込む。
- ④ 水分が少なくなったらAを加えて軽く煮る。塩こしょうで味を調えて完成。



CO-OP カレーパウダー

香り立ちの良いスパイスをバランスよく配合したカレーパウダーです。カレー、ピラフ、野菜炒めなど、幅広いメニューで使用いただけます。

こんにちは！
コープおいた
です!!



さいとう さくら
CO・OPふらいる チェッカー 齋藤 咲良

好きな
コープ商品

チェッカー担当の齋藤です！組合員のみなさまに気持ちよく、楽しくお買い物していただけるよう、いつも明るく元気いっぱい頑張ります！丁寧で、迅速なお会計も心がけています。ぜひCO・OPふらいるにお買い物にいらしてください！



CO-OP 粗挽きナッツドレッシング

粗挽きなので触感がとても良く、ナッツとアーモンドのおいしさをそのまま味わえます。野菜サラダだけでなく、麺やお肉にかけても美味しいです。1本で何役にもなるので、とてもおすすめです！

かたろ
Catara ニュース

みなさまの声にお応えして…



3月1日より、組合員様の声にお応えして通常レジでCataraマネーチャージができるようになりました。残高不足時にもすぐにレジでチャージすることができます。レジ係にチャージ金額をお伝えください。

～組合員のみなさまへお願い～

お会計をお待たせする時間を軽減するために、専用チャージ機での事前チャージのご協力をよろしくお願いいたします。

ご注意!! お会計セルフレジではチャージできません

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な」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 北海道のそのまま枝豆(1kg)

夏の旬の時期に、一番おいしい熟度を見極めて収穫。うま味をたくわえてぷっくりとふくらんだ枝豆を、鮮度が落ちないうちに選別から味付け、急速凍結まで短時間で、旬のおいしさを閉じ込めています。たっぷり1kg入りの大容量サイズです。



co-op 国産黒豚を使った酢豚セット

カリッと揚げた豚肉と鶏ガラベースのタレがベストコンビ! 豚肉は、手で調味液をもみ込む様子を再現し、容器を真空にして攪拌しています。調理済みの豚肉とタレがセットになっているので、お好みの野菜を加えて炒め、タレを絡めるだけ!

みなさんの声がかたちになっています

TSUKURO

『co-op 国産大豆の無調整豆乳／調整豆乳(フクユタカ)1000ml』に使っている大豆の品種は「フクユタカ」だけですか?

という組合員さんの声にこたえて



本品の原料の大豆は、国産「フクユタカ」種大豆に限定しています。そのことがわかりやすいように、パッケージの表示を「国産フクユタカ大豆100%使用」に変更します。

※全国の生協組合員からの声をもとに日本生協連で改善した事例です。



「TSUKURO」のサイトを見に来てね!

TSUKURO 検索



みんなのくちこみ!

co-op まるい形のまぐろたたき身丼の具

食べ終わるまでお茶碗が置けない。夢中になる!!



co-op 海鮮入りチヂミ

フライパンで焼くと、外がカリ!中がモチッ!となって最高にうまいです。

co-op 日本のコーンスープ

家族全員このコーンスープが好きで、今回は20袋購入しました。





収穫後、サイズ選別されたネーブルは、ひとつずつビニール袋に包まれて貯蔵庫で約1カ月追熟させます。

生産者訪問

Report

レポート

大分市 大在ネーブル出荷組合

華やかな香りと濃厚な甘み 大分市産「産直ネーブル」

2月から4月にかけては、国内産のネーブルが最も流通するシーズン。ネーブルは輸入品のイメージが強いようですが、実は国内でも生産が盛んで、3月の今はまさに出荷の最盛期を迎えています！

大分市大在地区も50年以上の栽培の歴史があり、生産者グループ「大在ネーブル出荷組合」によって栽培されるネーブルは「大在ネーブル」として流通しています。同組合はコープおおいたと約40年もの付き合いが続く、『産直ネーブル』の産直生産者でもあるのです。現在、5戸の生産者が所属しており、今回、組合長の藤澤敏彦さんにお話をうかがいました。

「大在では昔からずっと『ワ

シントンネーブル』という品種を栽培しています。香り豊かで、甘みと酸味のバランスが良く、果肉はジューシー。おいしさはどの品種にも負けないうと自負しています」と藤澤さん。味と品質に定評がある「大在ネーブル」は、古くから県内のデパートにも並び、大在地区の学校給食でも提供されています。

ネーブルは天候の影響を受けやすく、木が病気になるやすいうえ、実が小さいうちは自然落下が多いとあって、栽培には苦労が絶えません。梅雨や台風により風雨にさらされたり、夏の暑さで枯れた枝が実を傷つけたりすると、病気の原因になってしまったため、木や枝のこまめな管理や、必



海拔60～70メートルの高さにある大在のネーブル農園は日当たりが良く、暖かい潮風が吹き抜けるため、温暖な気候で育つネーブルの栽培に適しているそうです。写真は昨年12月中旬の収穫時を撮影。約1カ月しっかりと追熟させて食べごろのおいしさになったネーブルが、みなさんの元にあります。



『大在ネーブル出荷組合』組合長の藤澤敏彦さん・つた江さんご夫婦。
プライベートではそれぞれに興味を楽しんでいらっしゃるおふたりのイキイキとした表情が印象的でした。

ネーブルを2〜3ミリの薄切りにして、
キッチンペーパーを敷いた耐熱皿にのせ、
電子レンジ(500Wまたは600W)で2分、
裏返して2分を水分を拭き取りながら
2〜3回繰り返し返すと、
ドライネーブルができますよ！



ネーブルに傷がつかないように丁寧に収穫しています。

要に応じて木の消毒を行わなければなりません。さまざま
な困難を乗り越えて大きく育
った実は、寒暖の差が大きく
なる10月の下旬から色づきは
じめます。そして、冬の寒波
を避けるため、12月10日頃か
ら約2週間の間にすべてを収
穫。その後、大きさの選別を
して貯蔵庫へ。出荷までの約
1カ月間貯蔵庫で追熟させる

4月まで(予定)、CO・OPふらいると
宅配カタログ「ふれあい」にて
お取り扱いしております。



産直ネーブル

ことで、香りや糖分が増し、
おいしくなるのだとか。
『大在ネーブル出荷組合』の
みなさんが先代から栽培法を
受け継ぎ、守り続けている「大
在ネーブル」。コープおおい
たでは4月まで(予定)取り扱っ
ているので、ぜひ地元大分の
ブランドネーブルを味わって
みてください！

CO・OP商品を使って/ コープクッキング！

『産直ネーブル』と『ゼラチン』を使って

ネーブルのまろやかババロア

混ぜるだけ、ボウルひとつで簡単スイーツ！

- 材料
- ・産直ネーブル…2個
 - ・牛乳…200ml
 - ・生クリーム…200ml
 - ・砂糖…60g
 - A・水…大さじ4
 - ・ゼラチン…10g

作り方

1. 小鍋などにAを入れて、ふやかしておく。
2. ネーブルの皮をむき、果肉を適当な大きさに切ってボウルに入れる。むいた皮もぎゅっとしぼり、果汁も入れて、そこに砂糖も半量加える。
3. Aに残りの分量の砂糖を加え、弱火にかけて溶けたら、ゆっくり牛乳を入れる。ダマができないよう馴染ませて火を止める。
4. 3に2と生クリームを加え、全体を混ぜたらお好みの型に入れ、冷蔵庫で冷やし固めて出来上がり。



ゼラチン

豚から得られるコラーゲン由来のたん白質です。お好みの量が調整できるお徳用タイプ。すばやく溶けて使いやすいので、お料理やデザートにどうぞ。

ワンポイント

- ・材料は、室温にしておくとなめらかなババロアに！
- ・牛乳はお好みで豆乳やヨーグルトに変えてもOK♪



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！



読者からのおたより

～今回のテーマ～

「ひな祭り」「お花見」

お花見は主人と二人で、花を見上げながら桜の木の下のただただ歩きます。幸せです。

大分市 E.Aさん

女三人姉妹の末っ子です。父が男の子がほしくてたまらなかったようで、母がセットした雛人形の上段に、小さな鯉のぼりをそーっと立て掛けていました。物心ついた頃から小学校卒業まで、毎年雛人形と小さな鯉のぼりのコラボでした。

北海道札幌市 skycruiserさん

今年のひな祭りはコープのチラシに載っていた写真をお手本に、可愛いちらし寿司を作ってみようと思います。

中津市 ななまるさん

花見の予定が毎年、開花に間に合わず。ある年は早すぎて、ある年は散ってしまっていて、なかなかタイミングが合わないの、毎年リベンジしています。自然とらめっこする春です。

佐伯市 R.Dさん

お弁当を頑張って作り、彼と行ったお花見。「美味しいよ」と食べてくれて嬉しかったなあ。そんな彼は旦那様です！

大分市 がらこさん

引っ越してすぐは、まわりに知り合いが全くおらず心細かったのですが、地域のお花見に参加して知り合いがたくさんできました！お花見も楽しかったし、かけがえのない人たちにも出会えて、参加して本当に良かったです。自分からアクションを起こすことは大切だな、と学んだ出来事です。

大分市 もあさん

甲殻類アレルギーの家族がいるため、毎年ひな祭りはエビやアサリを使わないレシピで、いかに美味しい料理ができるか工夫しています。

由布市 たぬぼんさん

娘たちが早くお嫁に行かないようにと、ひな人形をわざとゆっくり片付けていたら、二人とも嫁入りが本当に遅くなりました！

大分市 さむさとさん



星のよななあつが渦を巻いて通ったから光らせて、いちのさんで潤っていく。くんくんくんの水の中であたしはおどる。

にんぎょあめ

コープ商品の詩 Vol. 9
作・絵 ザ・キャビンカンパニー

SKIN LOTION
さっぱり化粧水
step 3
co-op

SKIN LOTION
高保湿化粧水
step 3
co-op

SKIN LOTION
しっとり化粧水
step 3
co-op

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！

備えて安心、 コープ商品で防災・減災

今回ご紹介するのは… → ローリングストック

災害時のくらしに備えるために 「ローリングストック」してみませんか？

「ローリングストック」とは、普段使っていて災害時にも使える食品や日用品を、くらしの中で定期的に消費し、補充を繰り返す方法のこと。食べ慣れていて、賞味期限が長めのものを、食べたら補充していくだけの簡単な備蓄方法です。

ローリングストックをおすすめする理由

1

災害時でも、慣れたものや好きなものが食べられ、**ストレス軽減**や**体調維持**に役立ちます。

2

常に新しいもので備えられるため、いざという時に期限切れの心配がありません。

3

買い足す時に、**災害のことをあらためて考える**ことができます。

4

大きな災害時だけでなく、体調が悪いときなども、**無理に買い物に行かずに済みます**。

ローリングストックのポイント

① バランスを考えて備える

主食



ご飯、パスタ、
インスタント麺

主菜



カレー、パスタソース、
ツナ缶

副菜



インスタントみそ汁、
フリーズドライスープ、乾燥野菜

飲料



お茶、お水、
果汁100%ジュース

おやつ



梅干し、ナッツ類、
チョコレート

② ご家庭の好みに合わせてそろえる

非常時に対応が難しい離乳食・アレルギー食・介護食の方もローリングストックがおすすめ！

③ 普段から使う

備蓄品をおいしく食べる工夫を普段からしておくと、いざという時に安心です。
災害が起きたと想定して、備蓄品だけでお料理を作ってみる日もおすすめです。

④ 買い足す日を決めておく

点検日や買い足す日を決めておくと買い忘れがなくなり、減災意識も高まります。
宅配では、利用登録「いつもくん」(注文に書かなくても定期的に商品が届く仕組み)がおすすめ！



4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は、お電話からもお申し込みいただけます。TEL.097-524-0118

体験

親子体験スクール in清川

野菜の植え付けからお世話、収穫までを親子で体験します。4～7月は夏野菜の種・苗の植え付け、野菜のお世話等をし、最後の「収穫祭」では、とれたばかりの野菜を使ってささやかなパーティーを開催します。



【日付】4月18日(土)※開校式・5月9日(土)・5月23日(土)・6月6日(土)・6月20日(土)・7月4日(土)・7月18日(土)※収穫祭【予備日5月16日(土)、6月27日(土)】

【時間】9:00～12:00

【初回集合場所】清川ふるさと物産館(道の駅きよかわ)

【募集人数】20家族(親子60名)程度

【費用】1家族1,000円 【募集締切】4月5日(日)



お申し込みはこちら



【日付】4月11日(土)

【時間】10:00～13:00

【場所】J:COM ホルトホール大分 キッチンスタジオ

【募集人数】親子40名程度

【募集締切】3月29日(日)

※当日は卵・小麦・乳を使用します。今回アレルギー対応メニューはご用意できませんので、あらかじめご了承ください。

参加無料 託児あり



お申し込みはこちら

食育

～食から世界を広げよう～ 英語×食育講座 「イースターってなあに？」

イースターとはキリストが復活したことを祝う「復活祭」のこと。イースターを題材に料理やゲーム、読み聞かせなどを通して、英語や英語圏の文化にふれましょう！



森田のりこさん
(英語リトミック教室 E-speak 主宰)

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)

宇佐市

春の寄せ植え講座

クリスマス寄せ植えに続く第2弾は「春の寄せ植え」です!初めての方も丁寧にお教えします。

【日付】4月3日(金)

【時間】10:00~12:00

【場所】グッデイ宇佐北店

【募集人数】15名

【費用】1,200円 【募集締切】3月20日(金)

※希望者多数の場合は抽選となります。締め切り後、応募者全員の方に結果のご連絡を致します。



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

※掲載写真はイメージです。※掲載市町は開催地です。

参加者
募集中!

第5回コープおおいた 組合員親睦ゴルフコンペ



4月15日(水)
9時半(第1組スタート)

ご好評につき、今年も開催させていただきます。表彰ではバラエティ豊かな賞をたくさんご準備しています。ご友人やご家族とお誘い合わせて、お気軽にご参加ください!!



会場／大分東急ゴルフクラブ

定員／56名

競技方式／男女混合 ダブルペリア方式

表彰／入賞、飛び賞、ニアピン、ドラコン、お楽しみ賞等、多数ご用意しています。

プレー代／セルフプレー おひとり7,200円(税込)

※食事代込みですが、追加分やその他飲食分も各自清算です。

申込締切／4月6日(月)

申込方法／①氏名 ②組合員番号 ③住所 ④電話番号

⑤参加される方全員の氏名・年齢・性別を記入して、ハガキまたはFAXまたはスマホにてお申し込みください。

ハガキ
の場合

〒870-0278

大分市青崎1-9-35

コープおおいた「ゴルフコンペ」係

FAX
の場合

097-524-0129

スマホ
の場合

申込専用フォーム→

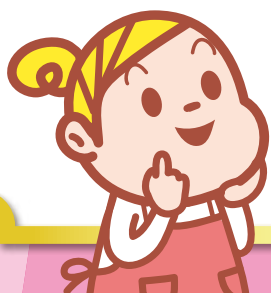


2020年『おさんぽコープ3月号』に関するお詫びと訂正

2020年『おさんぽコープ3月号』の9ページ右上コマに誤植がございました。該当箇所を下記の通り、お詫びして訂正させていただきます。

【誤】大分市女性防災士会代表 → 【正】防災・環境教育ラボ 大分市女性防災士会 代表

お友だち紹介 キャンペーン



申し込み期間 2020年5月29日(金)まで

ケーキはすべて
冷凍で
お届けします

ご紹介者の
あなたに**選べるプレゼント!**

プレゼントは通常の商品配達時に一緒にお届けします。

※パッケージは変更になる場合があります。※写真はすべてイメージです。



CO-OP レアチーズ ケーキ

4カット(185g)
【アレルギー】
乳・小麦・卵



さっぱりしていてとてもおいしかったです。
また注文したいと思います。

組合員さんの声



CO-OP ショコラ ケーキ

4カット(200g)
【アレルギー】
乳・小麦・卵



甘すぎず、ちょっとビターな感じでコーヒーに
よく合います。すごくおいしいです。

組合員さんの声



CO-OP モンブラン

4個(280g)
【アレルギー】
乳・小麦・卵



※アレルギーが
含まれています。

大のモンブラン好きで、いろんなお店のモンブランを
食べましたが、このケーキはお安いのにマロングクリーム
が濃厚でとてもおいしかったです!

組合員さんの声

お友だちへの
プレゼントはコチラ!



CO-OP アーモンド リーフ

8枚
【アレルギー】乳・小麦・卵

スマートフォンから
お申し込みの場合 ▶



※生協の配達をご利用いただいていない方(お友だち)が対象です。

※プレゼントをお渡しできるのは、県内の方をご紹介いただいた場合に限りです。

※お預かりした個人情報は、プレゼントのお届けと生協のご案内(訪問など)のみに使用いたします。
(参加生協) エフコープ/コープさが生協/ララコープ/コープおおいだ/生協くまもと/生協コープかごしま/コープおきなわ

新型コロナウイルスの影響による イベント中止のお知らせ

日頃より生活協同組合コープおおいたをご愛顧いただき、誠にありがとうございます。

新型コロナウイルス（COVID-19）の感染症拡大の防止とみなさまの安全を考慮し、2020年3月31日（火）までの間に開催が予定されていたコープおおいた主催のイベントを、**全日程中止**させていただきます。急なご案内となりご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解・ご協力賜りますようお願い申し上げます。

●4月以降の各種イベントおよび組合員活動も、中止・延期となる場合がございます。

状況に応じて随時精査いたします。予めご了承ください。

●最新の情報はコープおおいたホームページにてご確認ください。



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！



A
産直ネーブルとゼラチン、
豆乳のセット

2
名様



B
ローリングストック
おすすめセット

3
名様



C
ancoco cafe
1,000円分チケット

3
名様

アンケート

『Osampo CO・OP』4月号を読んでお答えください。

Q1 ご希望のプレゼントをAからCの中よりお選びください。

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 ゴールデンウィークやこどもの日にまつわるエピソードを教えてください。

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のご質問など、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

コープおおいた
ホームページ
応募専用
フォームから



応募
締切

4/5(日)
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。

＊ ＊ ＊
「おさんぽ」
「おおいた」

大分のおすすめおでかけ

＊ スポットをご紹介します！

あんこと洋菓子の 新たな出会い



▲「あんナコッタ」380円(税込)はプレーン・抹茶・ほうじ茶・いちごの4種類。プリン・珈琲プリン各280円(税込)。「あんバター」200円(税込)。

※表示価格は2020年2月26日現在のものです。



▲吉岩さんと後藤さんがおふたりで内装を手がけたという店内は、温かくて心地良い雰囲気。

▶おふたりのオリジナル雑貨ブランド『maimikku』のドッグウェアやハンドメイドアクセサリーなども販売されている。



アンココカフェ

ancoco cafe

住 所 大分市長浜町1-9-6
電 話 097-510-5385
営業時間 日曜、祝日
定 休 日 11:00～18:00
駐 車 場 2台

あ んこと言えば和菓子に使用されるのが一般的ですが、『ancoco cafe』はあんこを使った洋菓子が人気のお店です。店主の吉岩千佳さん・後藤靖恵さん姉妹が、大分市の老舗製菓所『大分製菓』のあんこを使用し、かわいらしくてユニークなスイーツを手づくりしています。

メイン商品は、ほどよく塩を効かせたサクサクのクッキー生地であんことバターを合わせたフィリングをたっぷり挟んだ「あんバター」と、パンナコッタとあんこのハーモニーが楽しめる「あんナコッタ」。どちらも甘さ控えめで、あんこの味わいが際立つ美味しさです。あんこを使っていないプリンや焼き菓子などもあるので、あんこ好きのみならず、スイーツ好きならぎつとわくわくするはず！

購入商品は店内のイトインスペースでいただくこともできます。また、プレゼント用のボックスや手作りの水引飾りをあしらったラッピングが無料というのもうれしいポイント！ちよつとしたお礼や手土産にも利用しやすいですね。

**プレゼント
あります!!**
P11をチェック!

