

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

# Osampo CO・OP

7 2021  
月号  
Vol.36  
6月14日発行

TAKE  
FREE



ほおぱりたい♪

欲ぱりメニュー 

生産者訪問レポート

 コープ牛乳(産地指定)

(竹田市 有限会社はみんぐ・まむ)

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  GOALS

 コープおおいた

今月の表紙

# 『CO-OP きび砂糖』を使って 炊飯器でほったらかし牛乳プリン



## 材料(10人分)

- ・牛乳…600cc
- ・たまご…7個
- ・CO-OP きび砂糖…大さじ8~10
- ・バニラエッセンス…お好みで

## 作り方

- 1 大きめのボウルにたまごを入れて溶き、その他の材料を加えて、泡立て器で混ぜる。
- 2 取り出しやすいように炊飯釜に油(分量外)を塗って、ザルで①をこして入れる。
- 3 炊飯釜の保温モードで5時間ほど加熱したら、粗熱をとって冷蔵庫で冷やす。
- 4 炊飯釜から取り出す時は、周りが剥がれていることを確認後、炊飯釜の中にすっぽり入る大きさのお皿を準備し、炊飯釜を裏返して取り出す。
- 5 お好みでキャラメルソースやフルーツなどをトッピングして完成。

加熱時間は炊飯器によって差があるので、様子を見て調整してください。



## CO-OP きび砂糖

さとうきびの持つ本来の風味と旨さを残した低精製糖です。お料理・お菓子づくりからコーヒー等の飲み物まで、幅広くお使いいただけます。

中に入れるお皿は水でぬらして滑りやすいようにしておきます。

かわごえ りょうま  
CO-OPふらいる 精肉コーナー 川越 竜馬



好きな  
CO-OP商品

みなさまの食卓へ安全で安心な商品をお届けできるように、購入される方の気持ちを考えながら商品をつくっています。ぜひCO-OPふらいるへご来店ください。

CO-OP 白だし

社会人になり料理をする機会が増えたのですが、これ1本で料理の幅がひろがり、料理が楽しくなりました。お手頃で絶品なのでぜひご利用ください。



こんにちは!  
CO-OPおおい  
です!!

## お取り寄せや贈り物に便利な『CO-OPの夏ギフト』



2021  
CO-OPの夏ギフト

大切な人への贈りものやご自宅へのお取り寄せに



夏ギフトのカタログは、店舗、または宅配カタログで配布しています。

お届け期間

スマホでギフト

【eフランス九州】はコチラから▶



6月20日(日)~8月12日(木)

早割  
締切

(共同購入) 6月25日(金)まで  
(店 舗) 6月27日(日)まで

通常  
締切

(共同購入) 7月9日(金)まで  
(店 舗) 7月11日(日)まで

# 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 おくら&長芋ミックス

スライスカットしたオクラと、さいの目にカットした長芋をミックスした冷凍野菜です。冷蔵庫で自然解凍または流水解凍するだけで、すぐに召し上がれます。お手軽にサラダやあえものなどの副菜に、ねばねば好きは主食として、夏のおかずや料理にぴったりです。



### CO-OP 豆腐バーグ

豆腐を30%配合し、鶏肉・たまねぎをバランスよく合わせ、ソフトでふっくらやわらかな食感に仕上げました。豆腐のふっくら感、鶏肉のうま味、たまねぎのジューシーな甘さがぎゅっとつまった豆腐バーグです。あっさりヘルシー、幅広い世代に喜ばれています。



みなさんの声がかた子になっています

TSU KU RO

『CO-OP ビーフカレー(180g)』は、災害時にそのままでも食べられますか?

という組合員さんの声にこたえて

災害時などに、温めずにそのままでも食べられることを追記しました。



「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO 検索



## みんなのくちこみ!

### CO-OP 島原手延べそうめん (国内産小麦使用)

つるつるとしたのどごしで、子どもにも食べさせやすいです♪



### CO-OP 国内麦のどしなめらかうどん

お手頃価格でおいしいです。やわらかすぎない食感を楽しみたい時に買います。



### CO-OP かつおパックソフト削り

お好み焼きのトッピングにしたり、使い切りサイズで量がちょうど良い!





一部の若い牛たちは一定期間、牛舎から少し離れた場所で、放牧して育成されています。



生産者訪問  
Report  
レポート

竹田市 (有)はみんぐ・まむ

# 牛と人、地域と環境への やさしさあふれる牛乳づくり

『コープ牛乳(産地指定)』は、くじゅう・日田地域の46戸の酪農家それぞれが、大切に育てている牛の生乳を100%使用した成分無調整牛乳です。今回はそのうちの1戸、竹田市久住町白丹地区にある『(有)はみんぐ・まむ』を訪ねました。案内してくれたのは志賀拓馬さん。大学卒業後、北海道の大規模牧場での研修を経て、ご両親が営むこの牧場に入社して5年目。より良い酪農をめざし、さまざまに取り組みにチャレンジしている29歳の若き酪農家です。標高600メートル、牛たちが過ごしやすい冷涼な気候と豊かな自然に恵まれた場所にある『(有)はみんぐ・まむ』で

は、150頭の乳牛が妊娠出産を繰り返しながら、ミルクを出しています。牧場で働くのは、志賀さんご両親を含む6名。毎日のエサやり、搾乳、健康管理、清掃、2〜3日に1回の出産、人工授精など、仕事内容は多岐にわたります。もちろん牧場には1日もお休みがありません。私たちが毎日のように飲む牛乳をつくるために、牛も牧場のみなさんも毎日頑張ってくれています。

「牛はストレスに弱いので、ストレスなく快適に過ごせる環境と、一頭一頭の丁寧な管理が大切です」と志賀さん。牛舎の中を自由に移動して、思い思いに過ごしている牛たち



作業の効率化を図り、牛乳の生産性を高めるために、日々、牧場の改善に努めている志賀さん。牛の首には活動量と発情期を知らせるセンサーを取り付けて管理しています。



左から志賀義弘専務、太田貴博社長、志賀拓馬さん。『(有)はみんく・まむ』は、平成17年、「志賀牧場」と「太田牧場」が共同出資して、当時の最新鋭の設備を導入して立ち上げた牧場です。

「今後も組合員のみなさんに安心して飲んでもらえる牛乳をつくるために、日々工夫を重ねていきたいです」と志賀拓馬さん。

指定の酪農家から出荷された牛乳は毎日『九州乳業(株)』に集められ、朝一番のラインで商品化されています。



『CO-OP コープ牛乳(産地指定)』は、宅配カタログ「ふれあい」と店舗にてお取り扱いしています。



毎日、朝と夕方、それぞれ3時間かけて搾乳が行われています。

はとても幸せそう。牛たちのことを「彼女たち」と呼んで説明していた志賀さんの言葉に、牛への深い愛情を感じました。牧場では牛のふん尿を堆肥化し、牛舎に隣接する畑で牛の工サとなるトウモロコシの栽培に利用することで、循環型の酪農を実践しています。また、酪農と乳牛の魅力を伝えるため、地元小学校での授業や、牛とのふれあい体験などにも取り組む志

賀さん。環境や地域のことも考え、持続可能な未来の酪農に向き合っていました。飼料の高騰や後継者不足など、酪農を取り巻く環境は厳しく、酪農家が年々減少しています。そのような中、『CO-OP コープ牛乳(産地指定)』を毎日つくってくださっている酪農家のみなさんに感謝して、今後も積極的に利用していきたいですね！

## CO-OP商品を使って/ コープクッキング!



管理栄養士  
中津川かおり制作

## 『CO-OP テリヤキミートボール』を使って ミートボールの和風クリーム煮

ほんのり生姜風味をプラス!

- 材料** 2人分
- CO-OP テリヤキミートボール…1袋(85g)
  - たまねぎ(薄切り)…小1/2個(80g)
  - しめじ(小房に分ける)…1/2パック(50g)
  - ブロッコリー(小房に切り分ける)…1/4株(50g)
  - 塩・こしょう…各少々
  - 小麦粉…大さじ1
  - 牛乳…200ml
  - 固形コンソメ…1/2個
  - 粉チーズ…大さじ2と1/2(15g)
  - おろししょうが…小さじ1/2
  - オリーブ油…小さじ2

- 作り方**
- フライパンにオリーブ油を熱し、たまねぎとしめじを入れ、しんなりとするまで中火で炒め、塩・こしょうをふる。
  - CO-OP テリヤキミートボールをソースごと加え、小麦粉をふって軽く炒める。
  - ブロッコリー、牛乳、固形コンソメ、粉チーズ、おろししょうがを加え、ときどき混ぜながら中火で煮る。
  - ブロッコリーに火が通り、適度にとろみがついたら、火を止める。



**CO-OP テリヤキミートボール**  
鶏・牛肉・豚をバランス良く配合した、旨みのあるミートボールです。お弁当にぴったりのひとくちサイズ、カルシウム入り。切り込みを入れれば、袋のまま電子レンジ調理可能です。



こちらどうぞ! /

CO-OP **お弁当照焼ミートボール**  
(九州産鶏肉・国産たまねぎ使用)



### ワンポイント

テリヤキミートボールのソースを調味料として使用することで、手軽に長時間煮込んだようなおいしさが味わえます。

1人あたりのエネルギー…265kcal・塩分2.0g



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!

“工程少なめ”が  
うれしい!

# かんたんおいしい! コープのレシピ!

## サンラータン トマトの酸辣湯 はるさめヌードル

管理栄養士 中津川かおり制作

1人あたりのカロリー161 kcal・塩分0.8g



### 材料(2人分)

- 切らずに使える国産はるさめ [包材の表示通りに戻す]…20g
- 細切りゆでたけのこ…30g
- 豚ロース薄切り肉(2cm幅に切る)…30g
- しょうが[せん切り]…1/2片(5g)
- トマト[1.5cmの角切り]…1/4個
- たまご…1個
- 顆粒鶏ガラスープの素…小さじ2
- 水…300ml
- 水溶き片栗粉…適量
- 青ねぎ[小口切り]…適宜



- A
- 酢…大さじ1
  - しょうゆ…小さじ1
  - 塩・こしょう…各少々
  - ラー油…小さじ1/2~1

### 作り方

- 1 鍋に水と鶏ガラスープの素を合わせて火にかけ、沸いてきたら、たけのこ、豚肉、しょうがを加えて2~3分中火で煮る。
- 2 水気を切ったはるさめ、トマトを加えてAで調味し、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 3 割りほぐしたたまごを回し入れて、お好みで青ねぎを散らす。

## はちみつレモン アイスキャンディ

管理栄養士 中津川かおり制作

1人あたりのカロリー180 kcal・塩分0.0g



### 材料(2人分・キューブ約8個)

- はちみつレモン…大さじ6
- 水…100ml



### 作り方

- 1 水にはちみつレモンを入れてよく溶かし、製氷皿に流し入れる。
- 2 冷凍室に入れ、半分ほど固まってきたら短く切ったストローを刺し、合計3時間以上、冷やし固める。  
※はちみつを使用しています。1歳未満の乳児には与えないでください

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！

# コープおおいた 2030年ビジョン進行中！

今回ご紹介するのは… → 2030年ビジョンサイト



## 2030年ビジョンテーマ

# みんなの暮らしに満足を！ ～ここでくらす、コープがある。～

2030年の自分を、家族を、大分を、そして世界を想像しながら、今より満足なくらしと社会を叶えるために、組合員満足、地域社会貢献、従業員満足の3つの柱を掲げ、ビジョン達成に向けての取り組みがはじまっています。「2030年ビジョン」サイトでは、その目的や取り組みについて、ご紹介していきます。



### 取り組み事例



親子体験スクールin清川



1歩ずつすすむ、働き方改革



3つ目の認可保育園、開園！



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

# 6～7月のイベント情報



マスク着用



検温



健康状態申告書



入場制限

- イベント参加時は、マスク着用・検温・健康状態申告書・入場制限にご協力ください。
- 体調不良等がみられる場合は、参加を見合わせていただくことがあります。
- イベントは内容変更または延期・中止になる場合があります。

## コープおおいたのイベント



### おうちdeたなばた会

～読み聞かせひろばオンラインver.～

読み聞かせひろばオンラインver.第2弾!今回はたなばたのお話のパネルシアターをメインにした内容でお届けします。おうちでゆっくり、たなばたの世界を楽しみませんか?



オンライン

【日付】7月23日(金・祝)  
【時間】10:30～11:00  
【場所】各ご家庭 【募集人数】10組  
【募集締切】7月11日(日)  
※通信料は各ご家庭での負担となります。  
※年齢に関係なくどなたでも参加可能です。

コープ商品  
プレゼントあり  
参加無料



お申し込みはコチラ



### 大分県との 子育て交流会

大分県福祉保健部こども未来課様と子育てに関する交流会を開催します。子育て満足度日本一を掲げる大分県の子育て支援について役立つ情報や、今後の取り組みについて話を聞きます。グループワークを通して同世代のママたちと子育ての喜びや悩みを共有しませんか?

【日付】7月27日(火) 【時間】10:00～12:00  
【場所】J:COMホルトホール大分「302会議室」  
【募集人数】12名 ※小学生までのお子さまがいるご家庭  
【募集締切】7月11日(日)

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によって、オンライン(Zoom)開催に切り替えます。可否を申し込みフォームにご入力ください。  
※オンライン開催となった場合、通信料は各ご家庭での負担となります。



コープ商品  
プレゼントあり  
参加無料  
託児あり



お申し込みはコチラ

※掲載写真はイメージです。※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。



# エリアイベント

各エリアイベントの詳細は、ホームページをご覧ください。イベントは内容変更または延期・中止になる場合があります。

## 日田市・玖珠町 平和川柳募集

平和をテーマとした川柳を募集します。戦後75年が経過した今、おうち時間で平和について考えてみませんか？



必ずチラシをご覧ください→



【日付】6月14日(月)～  
【募集締切】7月9日(金)



コープ商品  
プレゼントあり

参加無料

## 宇佐市・中津市・豊後高田市 ありがとうを伝えよう

「コロナ禍で頑張っている方や日頃お世話になっている方、家族へ感謝の気持ちを伝えてみませんか？」をテーマに写真、絵、絵手紙、イラストなどの作品を募集します。



必ずチラシをご覧ください→



【日付】6月21日(月)～  
【募集締切】7月9日(金)



コープ商品  
プレゼントあり

参加無料

※掲載写真はイメージです。

この他のイベントも!

## イベントカレンダーをチェック!

コープおいた イベントカレンダー

検索

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。



## GNリサウンド WEBセミナー 「聴こえの学習会」



(有)ヒューマック大分、生協くまもと、(株)コープサービスかごしまの合同でWEBセミナーを開催。難聴は「認知症発症の最大起因」を持つことも危険視されている昨今、高齢のご家族を持つ方や、ご自身のこれからのために、「補聴器」等の補助器をケアすることで、認知症発症のリスクを軽減できることを知ってもらうための学習会です。

【日付】

7月16日(金)①11:00～②14:00～  
7月17日(土)③11:00～④14:00～

各回1時間程度

【対象】

難聴や認知症のご家族をお持ちの方、もしくは、懸念されている方。

参加無料

申込不要



スマホやタブレット、パソコンからアクセスしてください。

<https://kikoe-huji.jimdofree.com>



## みんなのすきな絵本大募集!

コープおいたではInstagramでおすすめ絵本の紹介をしています。子どもの頃好きだった絵本、いつもお子さんに読んであげている絵本、思い出が詰まった絵本などがあると思います。ぜひみなさんのおすすめの絵本を教えてください。

【投稿方法】

右のQRコードより応募要項をご確認いただき、メールにて投稿ください。



コープ商品  
プレゼントあり



お申し込みはコチラ



「おつきさまこんばんは」  
作：林明子 出版社：福音館書店



＼ご都合のつく曜日・時間に、随時ご参加いただけます!／

## 夢ファームおいたの援農ボランティア(豊後大野市清川)



コープおいた関連会社「(株)夢ファームおいた」では、農作業のお手伝いをしていただける方を募集しています。作業内容は土づくり、野菜の種まきや収穫、出荷準備等です。作業日・作業時間はお好きなきときでOK! お子さんがいる方も大歓迎です! まずはご登録お待ちしています♪

何名でも参加OK

性別・年齢問いません

参加無料

※交通費の支給、現地までの送迎はございません。



お申し込みはコチラ

紫外線が  
気になる  
この季節

# 今すぐ始めましょう 本気のシミ対策!

※美白とはメラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐことです。

潤いを与え  
透明美肌に導く  
薬用美白化粧水



潤いを閉じ込め  
なめらかに  
肌を整える  
薬用美白乳液

美白有効成分  
ビタミンC  
誘導体配合

マスクによる肌荒れが  
気になる方に!

肌荒れ防止  
対策もできる!

有効成分  
グリチルリチン酸  
ジカリウム配合

CO-OP  
薬用ホワイトニングローション  
しっとり 180ml

無香料・無着色・アルコール無配合・医薬部外品  
●日本製

▶ ライン使いでしっかり美白ケア ▶

CO-OP  
薬用ホワイトニングミルク  
150ml

無香料・無着色・アルコール無配合・医薬部外品  
●日本製

マスク生活だからって  
UV対策をサボっていませんか?

美白有効成分  
ビタミンC  
誘導体配合



日焼け止め 化粧下地 くすみカバー

CO-OP  
薬用ホワイトニング  
UVベースクリーム30g

無香料・紫外線吸収剤無配合・アルコール無配合・医薬部外品 ●日本製

プレゼント  
あります!!  
P11をチェック!



Kirei 6月5週 (No.113号) 5ページ / 7月1週 (No.114号) 4ページ でご案内します

お問い合わせ 無料ダイヤル 0120-502-811 【受付時間】●月曜日から金曜日9:00~17:00●土曜日9:00~16:00(日曜日と年末年始は休業)



# 土用の丑の日ご予約承り中!



暑い時期を乗り切る、「日本伝統×コープのこだわり」。鹿児島県産・宮崎県産のうなぎをそろえました。九州うなぎの味わいをぜひご堪能ください。

**締切** 7月20日(火)

**受渡** 7月27日(火)・28日(水)

※ご予約に関するお問い合わせは最寄りのお店まで。

詳しくはコチラ→



## 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!



牛乳月間スペシャルセット



クラブコスメチックス  
薬用ホワイトニングローションしっとり・  
薬用ホワイトニングミルク・  
薬用ホワイトニングUVベースクリーム



真空断熱ジョッキ  
600mlステンレス(2個セット)

## アンケート

『Osampo CO・OP』7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** みなさまの梅雨の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、ペンネーム**、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「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

7/8(木)  
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。

2021  
July



# CO・OP CALENDAR



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
<p>65+ 登録者5%引き 朝食の日</p>	<p>いいもの いっぱい 均一 100円</p>	<p>コプの すくすく 登録者5%引き 惣菜の日</p>	<p>ポイント 3倍</p>	<p>お菓子 10%引き</p>	<p>野菜・ くだもの 冷凍食品 アイス クリーム 30%引き</p>	<p>コプの すくすく 登録者5%引き サービス 休日 コープ本町店</p>
6/28	29	30	1	2	3	4
<p>宅配 お店 イベント</p>		<p>ドリンクフェア 締切日</p>		<p>個室予約注文 締切日</p>		
5	6	7	8	9	10	11
<p>チラシ 月曜・火曜・水曜セール コープ本町店を除く</p>			<p>チラシ ワクワク木曜日&amp;土曜生鮮市 コープ本町店を除く</p>			
				<p>個室ギフト 締切日</p>	<p>ポイント5倍デー コープ本町店を除く</p>	<p>夏ギフト 締切日</p>
12	13	14	15	16	17	18
	<p>宅配 商品代金 振替日</p>		<p>なかななかデー コープ本町店のみ</p>		<p>チラシ お買い得チラシ コープ本町店を除く</p>	<p>組合員サービスデー 5%オフ コープ本町店を除く</p>
				<p>P9 聴こえの学習会 (オンライン)</p>		
19	20	21	22 海の日	23 スポーツの日	24	25
	<p>チラシ コープフェア コープうすき・コープつくみ・コープ本町店・コープ大分駅店</p>			<p>コープフェア コープ南大分・CO・OPふらいる・ コープ下郡・コープ別府店</p>		
<p>おさんぽコープ 8月号発行日</p>	<p>丑の日ご予約 キャンペーン 締切日</p>			<p>P8 おうちde たなばた会 (オンライン)</p>	<p>ポイント5倍デー コープ南大分・ CO・OPふらいる・ コープ下郡・ コープ別府店</p>	
				<p>ポイント5倍デー コープうすき・ コープつくみ・ コープ大分駅店</p>		
26	27	28	29	30	31	8/1
<p>宅配 商品代金 再振替日</p>	<p>チラシ 土用の丑の日</p>				<p>月末大市</p>	
	<p>P8 大分県との 子育て交流会 (大分市)</p>					

※コープ本町店の曜日別サービスとチラシ、ポイントデーは異なります。くわしくはホームページをご覧ください。  
※イベントやチラシの内容は急きょ変更になる場合がございます。