


コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

和・洋・中
オールマイティーな
頼れる味方!



生産者訪問レポート


産直豚肉
(国東市 安岐農場)

Co-op Recipe!

『CO-OP 旨キムチ鍋つゆ』を使って

豚肉と根菜のミルフィーユ鍋



材料(4人分)

- ・豚バラ薄切り肉…400g
- ・大根…1/2本
- ・にんじん…1本
- ・れんこん水煮…1袋
- ・豆苗…1袋
- ・CO-OP 旨キムチ鍋つゆ(750g)…1袋

つくり方

- ① 豚肉は食べやすい大きさに切る。大根、にんじん、れんこんは1cm幅の輪切りにする。豆苗は食べやすい長さに切る。
- ② 鍋に豚肉・大根・にんじん・れんこんを交互に重ねてフチに沿って敷き詰める。鍋つゆを火にかけてひと煮立ちしたら、中央に豆苗を加え、火が通るまで煮る。



CO-OP 旨キムチ鍋つゆ

魚介と鶏の旨みをベースに、りんご果汁やみそでマイルドな辛さの味に仕上げました。辛味より旨みのきいたキムチ鍋用つゆです。

ポイント

いろんな具材を交互に重ねることでおしゃやな鍋に。余っている野菜を入れてアレンジしてもOK!

コープサービスおおいた 二目川営業所 紀野 由衣 /きの ゆい

いつもみなさんの笑顔に元気もらっています。私も負けないような笑顔と元気をお届けします!

好きなコープ商品

CO-OP 切れてる
バイクドチーズケーキ(冷蔵)

一つ食べたら手が止まりません。チーズケーキ好きにはたまらない商品です!



こんにちは!
コープおおいたです!!

初めて買いました。
満足な味付けでした。
 味付けは辛くなく、
 また買いたいと思います。

みんなの くちこみ!

いつも、
 ぜんざいにしています。
 四角い容器なので
量を分けやすいです。



2合用のレシピが
 うれしかったです。
 楽ちん。

CO-OP 国産具材の
鶏ごぼう釜めしの素
 (2合用)



CO-OP つぶあん
 北海道十勝産小豆使用
 (400g)

甘さ、硬さが
何にでも使えて
 便利です。

みなさんの**声**がカタチになっています

TSU KU RO

『**CO-OP** ぶちかりかり大学いも(スイートポテト風)』は、
 香料を使わないとダメなのでしょうか？

という組合員さんの声にこたえて!



これまでさつま芋の風味を高めるために香料を使用していましたが、**使用する原材料のさつま芋をより風味の高い品種に変える**ことで、香料を不使用方法でも芋の風味が感じられる商品に仕上げました。

「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO 検索



今月のおすすめ!



CO-OP おさかなソーセージ
 (8本入り)

オキアミの自然な色あいのおさかなソーセージです。そのまま、おやつとして、お弁当・料理素材としてご利用ください。マジックカット包材を使用しています。



※紹介する商品は一部店舗、宅配で取り扱いがない場合がございます。



SPF豚認定農場として、毎年厳しい認定審査をクリアしています。

コープおいたの『産直豚肉』は、大分県内の五つの産直生産者によって育てられています。今回うかがったのは、『JA北九州ファーム株式会社』が運営する国東市の『安岐農場』。『産直豚肉』のほとんどを生産し、母豚約900頭、子豚約1万500頭を、16名の従業員で管理している大規

クリーンな環境の中で 健やかに育つSPF豚

国東市 安岐農場

模農場です。

『安岐農場』では、「SPF豚」として出産から肥育まで一貫管理されています。「SPF」とは、Specific(特定の)、Pathogen(病原体)、Free(不在)の略で、「日本SPF豚協会」が定めた、豚の健康に悪影響を与える特定の病原体を持たないことを表しています。肥育段階では、抗生物質やワクチンを投与せず健康に育っていきます。SPF豚はうまみが豊かで臭みが少なく、モチモチとした柔らかさな食感が特徴です。

SPF豚認定農場である『安岐農場』は、外部から病原体が侵入しないように厳重な防疫体制が敷かれています。農場内に入る車はすべて消毒液が噴霧さ



成長段階に応じて
8種類の配合飼料を
与えています。



れ、豚舎に入る人は、髪も含め
全身をシャワーできれいに洗っ
ています。取材陣もシャワーで
全身を洗ってから、豚舎に入ら
せてもらいました。

豚舎は、離乳後の母豚を休
ませて種付けをする休息舎、
妊娠した母豚が過ごす妊娠舎、
母豚が出産して子豚と過ごす
分娩舎、離乳舎、子豚舎、肥
育舎と細やかに分けられてい
ます。取材にうかがった日、
ちょうど出産中のお母さん豚
と赤ちゃんに出会うことができ
ました。赤ちゃんが産まれ
ると、担当スタッフが赤ちゃん



『安岐農場』の従業員のみなさん。それぞれが担当する豚舎の豚たちを世話しています。



お母さん豚と赤ちゃん豚は、分娩舎で24日間一緒に過ごします。

の体の周りに付いた膜をはがし、
体温が低下しないように濡れた
体にパウダーをまぶします。赤
ちゃんは自力でお母さん豚のお
っぱいを探し、一生懸命お乳を
飲んでいました。

『安岐農場』では母豚の出産は
7回までとしており、1年平均
2・5回、妊娠・分娩を繰り返し
ます。1頭の母豚から生まれて
くる赤ちゃんは1回平均13頭。
約1・4kgで産まれ、成長段階
に応じたエサを食べてすくすく
と育ち、生後170日前後で約
11・5kgまで大きくなり、出荷
されます。

「豚はストレスに弱い動物で
す。ストレスは肉質に大きく

影響するので、飼養密度が高
くならないように気を付けて
います。寒暖差にも弱いので、
ウインドレスの肥育舎ではカ
ーテンを開閉したり、夏場は
ファンを回したりして、豚た
ちが快適に過ごせるように育
てています」と、『安岐農場』の
藤永和彦農場長。

肥育舎の床には、周辺の竹
林で採取した土壌菌を培養し
ておがくずに混ぜた敷料を敷
いています。豚の尿と糞を吸
収して発酵を繰り返す発酵床
は、清潔で温かく、ニオイも
吸収してくれます。ふかふか
の床の上で、豚たちは気持ち
よさそうに過ごしていました。



農場長の藤永和彦さん。「ここで育つた豚は『桜王』という国東市のブランド豚肉としても知られています」

「原油高により、配合飼料や
燃料費、光熱費も高騰してい
て、養豚の経営も厳しさが増

していますが、組合員のみな
さんに品質の高い豚肉をでき
るだけ安くお届けできるよう
に頑張っています」と、農場長
よりうれしいお言葉をいただ
きました。

豚肉はビタミンB₁、ビタミン
B₂、ナイアシン、鉄分などが含
まれる栄養豊富な食材です。こ
の冬はぜひ『産直豚肉』で、い
ろいろな鍋料理を楽しんでみて
はいかがでしょうか。

産直豚肉バラ
小間切れ



産直豚肉ロース
しゃぶしゃぶ用



宅配カタログ「ふれあい」「食べちよくれ!おおい」と
店舗にてお買い求めいただけます。



宅配スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
12月③週	12/19	20	21	22	23	24	25
提出する注文書	12/26(月)~30(金)配達分(12月④週)					お休み	
配布されるカタログ	1/9(月)~13(金)配達分(1月①週)						
12月④週	26	27	28	29	30	31	1/1
提出する注文書	1/9(月)~13(金)配達分(1月①週)					予約商品の 一斉配達 (おせち・お肉・ お魚など)	お休み
配布されるカタログ	1/16(月)~20(金)配達分(1月②週)						
	2	3	4	5	6	7	8
	お休み						
1月①週	9	10	11	12	13	14	15
提出する注文書	1/16(月)~20(金)配達分(1月②週)					お休み	
配布されるカタログ	1/23(月)~27(金)配達分(1月③週)						

注意事項

- ※今年度は、1/9(月)~13(金)が「1月①週」となります。
- ※12月③週、12月④週の【まごころ便】はお休みとなります。
- ※12月④週、1月①週の【いつもくん】は通常通りお届けとなります。
- ※12月④週、1月①週の個配料は課金されますのでご確認ください。
- ※「お米探訪(年間登録米)」は、1月①週は通常通りお届けします。今年度、1月③週の翌週が2月①週となりますので、①週・③週で登録の組合員さんは連続でのお届けとなります。月が変わりますので、お届けの商品(銘柄)は異なります。

2022年
12月分の

宅配ご利用の組合員さんへお知らせ

ご利用商品代金の振替日について

2022年12月分のご利用商品代金の振替日は右記のとおりとなります

▶ 2023年1月16日(月)



本来は1月13日(金)ですが、「お支払い明細書」の配布が1月9日(月)~1月13日(金)となり、金曜日の組合員さんにはご請求書のお届け当日が振替となるため、今回に限り16日(月)とさせていただきます。また、新規加入の組合員さんなど口座開設が遅れ、コンビニ払込票でのお支払いの方も同様に支払い期限は1月16日(月)とさせていただきます。何卒よろしくお願いたします。



店舗の営業時間



	12月			1月									
	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)						
		大歳の市(全店開催)			初売り(大分駅店)		初売り(他6店舗)						
	営業時間	営業時間	営業時間	営業時間	営業時間	営業時間	営業時間						
コープ 大分駅店	9:30~22:00	9:30~22:00	9:30~20:00	全店 お休み	9:00~21:00	9:30~22:00	9:30~22:00						
CO・OP ふらいる	9:30~21:00	9:00~21:00	9:00~19:00					お休み (大分駅店以外)	9:30~21:00				
コープ 南大分	9:30~21:00	9:00~21:00	9:00~19:00							9:30~21:00			
コープ 下郡	9:30~21:00	9:00~21:00	9:00~19:00								9:30~21:00		
コープ 別府店	9:30~21:00	9:00~21:00	9:00~19:00									9:30~21:00	
コープ うすき	9:30~20:00	9:00~20:00	9:00~19:00										9:30~20:00
コープ つくみ	9:30~20:00	9:00~20:00	9:00~19:00										

注意事項

※12月26日(月)~1月4日(水)は曜日別サービスを実施しません。
 ※お買い物サポートカーは1月4日(水)より稼働開始します。
 ※移動店舗販売は1月5日(木)より稼働開始します。

最新情報は
 コープおいたホームページにて
 ご確認ください。



最新情報でもっとお得に!もっと便利に♪

お店のLINE、にぎわっています!!

お友だち限定のポイントクーポンを毎月プレゼント! お買い得チラシやおすすめ商品、店長のつぶやきなど配信中!

コープ
大分駅店



CO・OP
ふらいる



コープ
南大分



コープ
下郡



コープ
別府店



コープ
うすき



コープ
つくみ

オンラインお茶会part3 ～リンパケアでリラックス～

オンラインお茶会第三弾！ コープのウェブサイト、いくつか知っていますか？ お茶菓子をつまみながら、知らないコープウェブについてみんなで聞いてみましょう♪ 後半は、セルフリンパケアでリフレッシュ！ リラックスしたおうち時間に、みんなで交流してみましょう♪



【日付】1月31日(火)
【時間】10:00～11:30 【場所】各ご家庭
【募集人数】15組程度
【募集締切】1月22日(日)

※通信料は各ご家庭で負担となります。
※Zoom操作が分からない方には事前確認も行っています。
お気軽にお問い合わせください。

参加
無料

お申し込みは
コチラ

プレゼント
あり



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。



イベント
カレンダーは
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。

産直商品の生産の様子を動画で見よう！

コープおおいたの産直商品がどのように作られているかを動画でご覧いただけます。



(有)ベストクローブ(はしもと農園)
(パプリカ)



赤峯農園
(春ごぼう)



(株)安心院オーガニックファーム
(ヘビーリーフ)



園田農園
(みかん)



(株)夢ファームおおいた
(プロッコリー)



(株)ハートコープおおいた
(しいたけ)

動画は
コチラ



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。

大分市

リンパケア講座

年末年始にたまった疲れをリンパケアでリフレッシュしませんか？ たくさんのご応募お待ちしております。



【日付】1月31日(火)
【時間】10:00~12:00
【場所】植田公民館 和室
【募集人数】15名
【募集締切】12月23日(金)

参加無料
必ずチラシをご覧ください
プレゼントあり

杵築市

リサイクル DE 豪華商品を当てよう!!

宅配事業でいつも回収しているカタログ・集品袋や卵パック・牛乳パックが抽選券! 豪華賞品が当たります!!



【日付】1月25日(水)
【時間】10:30~13:00
【場所】旧コープ本町店

参加無料
必ずチラシをご覧ください
申込不要
プレゼントあり

日出町

リサイクル DE 豪華商品を当てよう!!

宅配事業でいつも回収しているカタログ・集品袋や卵パック・牛乳パックが抽選券! 豪華賞品が当たります!!



【日付】2月7日(火)
【時間】10:30~13:00
【場所】日出センター

参加無料
必ずチラシをご覧ください
申込不要
プレゼントあり

たくさんのご応募ありがとうございました!
応募総数 59,726票
45th CO-OP化粧品
コープ化粧品総選挙 結果発表

コープの"あるある"をつめこんだマンガ好評配信中!!

バックナンバーはこちらから

CO-OP WEB コンテンツ 日に日にコープ

子育て みんなの好きな絵本大募集!

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など、みなさまのおすすめの絵本を教えてください! 何度でもご応募いただけます。

【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。

プレゼントあり



コープおおいとの紐活、はじめました。

Instagram

Follow Me!!

@coopita_kumikatsu



イベントの様子やコープ商品の活用方法などを各エリアからお届け!



コープ商品をいつもと
ひとあじ違ったアレンジ!



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!

かんたんおいしい!

コープのレシピ!



1人あたりのカロリー242kcal・塩分2.6g



管理栄養士 板橋里麻制作



1人あたりのカロリー251kcal・塩分1.9g



管理栄養士 板橋里麻制作

ひじきとお豆の鶏つくね

材料(4人分)

- ・ひじきドライパック(国産ひじき使用)…1缶(110g)
 - ・大豆ドライパック…1袋(60g)
 - ・長ねぎ…1/2本(50g)
 - ・鶏ひき肉…250g
 - ・サラダ油…大さじ1
 - ・青じそ…適宜
- | | | | | | |
|---|---|-----------------|---|---|--------------|
| A | { | ・片栗粉…小さじ2 | B | { | ・しょうゆ…大さじ3 |
| | | ・酒…小さじ2 | | | ・酒…大さじ3 |
| | | ・しょうゆ…小さじ1 | | | ・みりん…大さじ3 |
| | | ・おろししょうが…小さじ1/2 | | | ・砂糖…大さじ1と1/2 |

作り方

- ① ボウルに大豆ドライパックを入れ、フォークで形が残るくらいにつぶす。
- ② ①にひじきドライパック、鶏ひき肉、みじん切りにした長ねぎ、Aを入れてよく混ぜ、12等分にして丸める。
- ③ フライパンにサラダ油を中火で熱し、②を並べ、両面に焼き色が付くまで焼く。
- ④ ③にBを加え、弱火にして、つくねを返しながら煮汁をからめ、ふたをして約5分蒸し焼きにする。
- ⑤ 肉に火が通ったら、ふたを外して、水分を飛ばしながら照りをつける。
- ⑥ 器にお好みで青じそを添え、⑤を盛る。

トマト麻婆

材料(3人分)

- ・麻婆豆腐の素(国産ひき肉入り)甘口…1袋
- ・絹ごし豆腐…400g ※水切りしておく
- ・トマト…1個(200g)
- ・しめじ…80g
- ・長ねぎ…1/2本(50g)
- ・ごま油…大さじ1
- ・小ねぎ…適宜

作り方

- ① トマトはひと口大に切る。しめじは石づきを取り、小房に分ける。長ねぎはみじん切りにする。豆腐は1.5cm角にカットする。
- ② フライパンにごま油を入れ、弱火で熱し、長ねぎを入れて香りが出るまで炒める。
- ③ 麻婆豆腐の素と豆腐を入れて、中火で約2分煮る。トマト、しめじを入れ、さらに約2分煮る。
- ④ 器に盛り、小ねぎを散らす。

※豆腐の水切りは、豆腐をキッチンペーパーで包み、耐熱皿にのせてラップをかけ500W(600W)の電子レンジで2~3分加熱すると簡単です。

お店から
お知らせ

恵方巻のご予約が始まります！

2022年12月20日(火)予約開始(予定)

2023年2月3日は節分

コープの恵方巻は心を込めて店内手巻き！

特上・海鮮・中巻きセットなどをご用意しています！

ご予約でうれしい特典付き！

※詳細は店頭ポスターでご確認ください。

締切 2023年 1月29日(日)

受渡 2023年 2月3日(金)

※ご予約に関するお問い合わせは最寄りのコープのお店まで。



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



10
名様

クラブコスメチックス
CO-OP モイステイスト
リッチモイストゲル オールインワン

B



3
名様

CO-OP つぶあん
北海道十勝産小豆使用(400g)

C



3
名様

CO-OP 国産具材の
鶏ごぼう釜めしの素(2合用)

アンケート

『Osampo CO・OP』1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** お正月を過ぎると余りがちなお餅。みなさんの上手なお餅消費方法を教えてください！
- 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

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

1/8(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。

CO・OP CALENDAR

2023. 1

■ お店
 ■ 宅配
 ■ イベント (詳細は中面でご確認ください)

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
12/26	27	28	29	30	31 大晦日	1/1 元日
2 振替休日	3	4	5	6	7	8
9 成人の日	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	2/1	2	3 節分	4	5

※イベントやチラシの内容は急ぎよ変更になる場合がございます。※チラシは各お店のLINEとコープおおいたのホームページで配信中です。
 ※新聞折込チラシはエリアによって入らない場合がございます。ご了承ください。※宅配や店舗の年末年始のスケジュールは中面をご覧ください。