

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

一皿に ひとひら さいた

生産者訪問レポート

 かに風味かまぼこ
(広島県 株式会社大崎水産)

Co-op Recipe!

『CO-OP 早ゆでスパゲッティ』を使って

かに風味かまぼこの和風オイルパスタ



材料(2人分)

- ・CO-OP スパゲッティ…200g
- ・しらす…適量
- ・かに風味かまぼこ…1パック
- ・小松菜…1束
- ・オリーブオイル…大さじ2
- ・クレイジーソルト…適量
- ・刻みにんにく…1切れ
- ・醤油…大さじ1

つくり方

- ①パスタを茹でる。茹で上がる少し前にカットした小松菜と一緒に茹でる。
- ②しらすは醤油で和えておく。
- ③ポウルにオリーブオイル、刻みにんにく、割いたかに風味かまぼこ、②を入れる。
- ④茹で上がったパスタと小松菜をしっかり水切りし、③と和える。

CO-OP 早ゆでスパゲッティ1.6mm (結束タイプ) 100g×5束

軽量の手間がいらない、100g結束タイプのスパゲッティです。歯ごたえがあり、コシのある食感をお楽しみいただけます。

組織支援本部 商品政策室 安藤 璃徳 / あんどうりたく

みなさんに安心いただける商品管理に努め、一人ひとりのたのしく豊かな食卓を守っていきます。

好きな
コープ商品

CO-OP ふっくらジューシー
生ハンバーグ

焼くだけでふっくらとしたハンバーグができます。中からあふれる肉汁が食欲をそそります。



お詫びと訂正

いつもコープおおいたの情報誌『おさんぽコープ』をご覧いただきありがとうございます。

おさんぽコープ3月号(Vol.56)表紙に記載した「大在ネーブル」の表示マークが間違っておりました。訂正してお詫び申し上げます。

誤
CO-OP ネーブル

正
ネーブル

冷凍庫にあると
小腹がすいた時に
電子レンジで温め、
すぐ食べられるので
助かります！

みんなの
くちこみ！

いろんなナッツが
入っていて嬉しい！



co-op 焼おにぎり

味付けもやさしく
ふわふわとして
食べやすいです。



co-op ナッツ
チョコレート

家族みんなで
食べています。
とてもおいしい！

みなさんの声がかたちになっています

TSU KU RO

『手造りキムチ』の容器から液が漏れています。
液漏れしないようにできないでしょうか。

という組合員さんの声にこたえて！



液が外に漏れにくい構造の容器に変更しました。
底容器の溝は、容器を傾けた際に以前の容器と比
べて液が外側に流れにくい構造になっています。
また、容器の形状が変わったことで、輸送時の傾き
や揺れによる液漏れも軽減しました。

「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO

検索



今月のおすすめ！



co-op クリーミーココア

お湯を注ぐだけでミルク感
たっぷりのココアをお楽しみ
いただけるクリーミーココア
です。カカオと生クリームの方
風味を大切に、香り高くまろや
かな味わいに仕上げました。1杯
で食物繊維1.3gを摂ることが
できます。



※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。



主原料のスケソウダラのすり身に液体調味料を
加えてかくはんしたペースト

味も見た目もカニの身に似せてつくられたカニカマは、美味しさ、食べやすさ、買いやすさから人気が広まり、ひとつの食品ジャンルとして成長を遂げられました。高たんぱく低カロリーであることも手伝って、その人気は世界にも広まり、日本が世界に誇る食文化のひとつとなっています。

ニカマが各メーカーから販売されていますが、コープ九州共同開発商品として誕生した『かに風味かまぼこ』は、来年で30周年を迎えるロングセラー商品です。日頃から利用されている組合員さんも多いのではないのでしょうか。

製造元の『(株)大崎水産』は、広島県で昭和3年より続く水産ねり製品のメーカー。なんと、業界内で先駆けて棒状のカニカマを製造した会社で、自社商品のカニカマは来年で50周年を迎えるそうです。「かつて、魚のすり身とカニの身を一緒に使用した商品をつくっていたとき、製造機に残る魚肉とカニ汁が混ざると、カニのような味になることに気づいたそうです。それが、棒

約30年のロングセラー かに風味かまぼこ

広島県 株式会社大崎水産





約100本を束ねることで、
カニの身のほぐれ感を再現!

状カニカマ開発の原点になつたと聞いています」と、営業部課長の原山一輝さんが棒状カニカマの誕生秘話を教えてくださいました。

『🍎かに風味かまぼこ』の主原料は、アメリカカのペーリング海で獲れたスケソウダラのすり身。船上で加工した上質なすり身は、鮮度が高く弾力が違います。また、スケソウダラのすり身は味や風味を付けやすいため、原料としてこだわっています。

『株』大崎水産』の工場に届いた冷凍すり身の塊は、まず



『株』大崎水産』営業部課長の原山一輝さんと、品質管理部主任の石崎美里さん。



15センチ幅のシート状に伸ばされたすり身のペースト。

解凍機で表面を解凍し、裁断機にかけて粗めにカット。そして、かにエキスやみりんなどの液体調味料を加えてかくなします。なめらかなペーシート状になったら、横幅約15センチのシート状に伸ばしてスチーム加熱し、機械を通して細い繊維状に。繊維約100本をフィルムシートで包み、1本のカニカマができあがっています。「シートから繊維状にするこの工程は、当社独自のカニの身の『ほぐれ感』を再現するのに非常に大事な工程となっております」と、品質管理部主任の石崎美里さん。裁断されたカニカマは、熟練のスタッフが目視で確認しながら手作業で並べています。

『🍎かに風味かまぼこ』は、

透明感のある身と薄めの赤い着色が特徴です。着色には紅麴を使用。なんとと言っても、噛んだ瞬間、ほろりとほどけるような『ほぐれ感』が美味しさのポイント。

「約30年愛されてきた商品なので、これまで通り変わらないうものをつくり続けていくという使命感を持って、さらに40年、50年と愛される商品をめざしていきたいです」と、原山さんからメッセージをいただきました。

そのまま食べてもよし、料理の具材としても、彩を添える食材としてもよし、と用途



真空パックした商品は90℃以上で約35分の殺菌加熱をした後、冷却して出荷されます。

の幅が広いカニカマですが、おすすめのお取り扱いは、1本を半分斜めに切りにして、斜めの断面が上になるように立ててお弁当に入れていただきます」と教えてくれたのは主婦でもある石崎さん。「カニカマは魚肉製品なので、加熱調理すると魚のダシが出ます。チャーハンやお好み焼き、グラタンなどに入れると、魚の旨味に加わってさらに美味しくなると思います」と、グルメな原山さん。ぜひ参考にして、カニカマをますます美味しく、楽しく、便利に活用していきたいですね。

🍎かに風味かまぼこ



※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。
※宅配では2個セットでのお取り扱いとなります。

かに風味かまぼこを
使って!



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人当たりのカロリー・72kcal・塩分1.6g



ブロッコリーの ミルクたまごスープ

材料(4人分)

- たまごスープ…個包装4食分
- 顆粒片栗粉 とろみちゃん…大さじ2程度
- ブロッコリー…1/3株(約50g)
- 水…600ml
- かに風味かまぼこ…3本
- 牛乳…100ml

作り方

- 1 ブロッコリーは食べやすい大きさに切り分ける。
- 2 鍋に湯を沸かして①を入れ、火を通す。
- 3 かに風味かまぼこ、たまごスープ、牛乳を入れる。
- 4 ひと煮立ちしたら火を止め、顆粒片栗粉 とろみちゃんを振り入れる。

くるくるラップサンド3種

材料

- スライスチーズ(7枚入)…3枚
- サンドイッチ用食パン…3枚
- A. チーズ×レタス×ソーセージ
 - ソーセージ…1本
 - レタス…1/2枚
- B. チーズ×かに風味かまぼこ×きゅうり×マヨネーズ
 - かに風味かまぼこ…2本
 - きゅうり…約15g(1/7本)
- C. チーズ×いちごジャム×くるみ
 - いちごジャム…大さじ1/2
 - くるみ…適量

作り方

- A ① サンドイッチ用食パンにスライスチーズ、レタス、ソーセージをのせる。
② 手前から巻き、ラップで包む。
- B ① きゅうりは千切りにする。サンドイッチ用食パンにスライスチーズ、かに風味かまぼこ、きゅうりをのせる。
② マヨネーズを細く絞り、手前から巻き、ラップで包む。
- C ① サンドイッチ用食パンにスライスチーズをのせて、手前1/3にジャムを塗って軽くくだいたくるみを散らす。
② 手前から巻き、ラップで包む。



2023年4月1日(土)開所^{予定}



コープおおいたが行う小規模多機能型居宅介護とは

あなたらしい暮らしを一緒に考えながら
自宅での生活を継続するために「通い」「訪問」「宿泊」を
柔軟に組み合わせて支援する介護保険サービスです。



施設内は木と畳のぬくもり
で落ち着ける雰囲気です。

宿泊室は和室と洋室をご
用意し、ご自分の時間を大
切にできる環境に配慮して
います。



『生協10の基本ケア』を通
して日々の暮らしをサポート
していきます。

小規模多機能ホーム にじいろ下郡

☎097-578-8990

【電話受付時間】8:30~17:30
大分市下郡南一丁目1番12号

体験や見学、受付中! まずはお気軽にお問い合わせください



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。5～6月は夏野菜の種・苗の植え付け、野菜のお世話等をし、最終回には採れた野菜の試食会なども行います。

【日付】5月13日(土)開校式、5月27日(土)、
6月10日(土)、6月24日(土)、
7月15日(土)最終回

※今年度は全5回の開催となります。



【時間】10:00～12:00

【場所】(株)夢ファームおおいた園場

初回集合場所:道の駅きよかわ横 神楽会館前

【募集人数】20家族(親子60名程度)

【費用】初回参加費1,000円(予定)

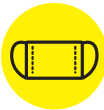
【募集締切】4月21日(金)

※育成された夏野菜を皆さんで分け合います。

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。

ピースアクション in オキナワ ～第40回沖縄戦跡・基地巡り～

沖縄県生協連と日本生協連は、沖縄戦の実相と現在の沖縄が抱える基地問題を学び平和について考える機会として、毎年沖縄で県内の戦跡・基地をめぐる活動に取り組んでいます。これまで現地に足を運ぶことができなかった方も、オンラインでご自宅から沖縄について学んでみませんか？



テーマ「沖縄で学ぶ 子どもと戦争」

内容 「沖縄で学ぶ 子どもと戦争」の企画テーマに沿って、沖縄戦で子どもがこうむった戦争被害の実相について、当時の体験談と専門家からの話、現地の若者から見る基地の実態について報告します。

講演①:川満 彰さん(沖縄国際大学 非常勤講師)

講演②:平良 啓子さん(対馬丸の生存者)

報告:沖縄の大学生(予定)

【日付】3月23日(木)

【時間】14:00～16:55

【場所】各ご家庭

※通信料は各ご家庭で負担となります。

参加
無料

申込
不要



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

毎回ご好評をいただいている「リンパケア講座」、講師に衛藤一美先生をお招きし、開催いたします。一緒に楽しくリフレッシュしませんか？



【日付】4月17日(月)
【時間】10:00~12:00
【場所】ホルトホール大分 ヘルスアップルーム
【募集人数】20名
【募集締切】3月24日(金)

参加
無料



日出町

春の寄せ植え教室

講師に門 克典先生をお迎えし、春の寄せ植え教室を開催いたします。出来上がった寄せ植えやお花の育て方、お手入れの方法等なんでもお聞さください！



【日付】4月18日(火)
【時間】10:00~12:00
【場所】コープおおいた日出センター
【募集人数】20名 【費用】1,000円
【募集締切】4月7日(金)

託児
あり



大分市

リンパケア講座

毎回ご好評をいただいている「リンパケア講座」、講師に衛藤一美先生をお招きし、開催いたします。一緒に楽しくリフレッシュしませんか？



【日付】4月27日(木)
【時間】10:00~12:00
【場所】植田公民館
【募集人数】15名
【募集締切】3月24日(金)

参加
無料



コープの”あるある”をつめこんだ



CO-OP
WEB
コンテンツ

日に日にコープ

バックナンバーは
こちらから



コープのお店と
お友だちになってね！



Cataroカード+LINE登録で
お買い物がお得になります！

チラシやイベント情報や倍率デーの他、Cataroポイントのプレゼントもお届け♪

無料送迎



週に一度決まった日時に
コープのお店へ運行中！

お買い物 サポートカー

☎097-529-7216 受付時間(月~金)
9:00~17:00

まずはお気軽にお問い合わせください

みんなのすきな絵本大募集！

子どものころ好きだった絵本、いつもお子さんに読んであげている絵本など、みなさん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。

投稿いただいた内容は、コープおおいた組合員活動のInstagramにて紹介いたします♪

HOME

プレゼント
あり





コープ商品の詩 Vol.27
絵・詩 / ザ・キャビン
カンパニー

読者からの /
おたより

～今回のテーマ～

あなたの健康法or美容法を教えてください

良く寝て良く食べる。ほどよく運動。
お友だちといっしょにおしゃべりする
ことが、私の健康法です。
〈別府市 ゆーひーママさん〉

前は、朝ご飯は食べていませんでした。
三食しっかりご飯を食べると、疲れ
やすいのが良くなりました。リン
ゴ酢も摂るようになりました。
〈国東市 リクさん〉

朝、晩のフリーリアのフェイスクリ
アです。やはりくすみが少なくなり、
毛穴もキレイになります。
〈由布市 キヨロママさん〉

毎日家事の後、スクワット中心の筋
トレメニューを自宅でこなしていま
す。老後に備えて足腰を鍛えること
が大事だと思っています。
〈大分市 あんりさん〉

お風呂でのクレンジングの際に、
マッサージをしながら色々な箇所
を触ります。顔、首のリンパ、脇の下、
胸などしこりがないか？ ひと通り
触っています。特別なことはしま
せんが、シワができないよう鏡を見
ながら表情筋のトレーニングなど
もします。大きく口を縦や横に開けたり
など…
〈別府市 MEGとんさん〉

毎日、1万歩のウォーキング。
〈大分市 浜ちゃんさん〉

走るのは苦手なので自転車でも
こまでも行きます。100kmぐらい走
ります。基礎化粧品をつける時に、
マッサージやツボを押しながらリン
パを流すようにしてつけています。
〈大分市 びよんさん〉

タンパク質を毎食、必ず摂るよう
にしています。料理に手間をかける時
間がない時は、豆乳で補います。
〈杵築市 キツキノツツキさん〉

毎朝、きな粉と青汁を白湯に溶いて
飲んでます。外食する時も青汁を
持ち歩いて、ご飯の前に飲んで血糖
値が上がらないようにしています。
〈大分市 マチュビチュヘ行くぞ!さん〉

たっぷりの泡で優しく洗顔すること、
毎日体重を量ること、近頃は車を使
わずなるべく歩くようにしていること
です。
〈竹田市 コスモスさん〉

早寝、早起き！ 朝から軽い筋トレと
プロテイン！
〈別府市 ずーしみさん〉

トルコ・シリア緊急募金へご協力ください

2023年2月6日、トルコ南部とシリア北部の国境地域で大地震が発生し、日本生活協同組合連合会を通じて日本ユニセフ協会から援助資金の支援要請がありました。これを受けてコープおおいたでは、『トルコ・シリア緊急募金』活動に取り組みます。組合員のみなさまのご協力をお願い致します。



©UNICEF/UNO777947/AI-Aboud/AFF

トルコ・シリア緊急募金方法

下記4桁の番号と数量(口数)を注文書にご記入の上、ご提出ください。

1口 100円 **2829**

数量「1」で100円の募金となります。

1口 1000円 **2848**

数量「1」で1000円の募金となります。

募金締切

2023年**6月23日(金)**注文書回収分まで
期間内はいつでも募金ができます。

お店での募金受付→2023年**6月30日(金)**まで。

- 募金額は商品代金と一緒にご請求させていただきます。翌月の口座引落とし日に振替をさせていただきます(尚、口座振替不能の場合は、次回の請求はいたしません。)
- 納品書には災害募金と表記されます。予めご了承ください。※当募金は、確定申告の対象外とさせていただきます。予めご了承ください。

たくさんの方のご協力をお願いいたします。

お問い合わせ/生活協同組合コープおおいた 総合企画室 TEL.097-524-0118

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

5名様



クラブコスメチックス
コンパクトアイシャドウ
(パールブルー)

B

5名様



クラブコスメチックス
コンパクトアイシャドウ
(ロゼベージュ)

C

3名様



クリーミーココア

D

1名様



Bluetooth内蔵
スピーカー

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D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** My節約術を教えてください!
- 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
4/9(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
3/27	28	29	30	31	4/1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29 昭和の日	30

※イベントやチラシの内容は急ぎ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。

2023

4

Vol.57

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」
 2023年3月13日発行

発行/生活協同組合コープおおいた 編集/コープおおいた総合企画室
 〒870-0278 大分市青崎1丁目9番35号 <https://www.oita.coop>