

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

ふ
ゆ
じ
た
く。

生産者訪問レポート



産直白ネギ

(大分市 赤峯農園)

Co-op Recipe!

『CO-OP ホワイトソース』を使って

白ネギの甘さ引き立つ♪ネギグラタン



材料(1人分)

- ・白ネギ…1/2本
- ・ブロッコリー…3〜4切れ
- ・ニンジン…1/3本
- ・ベーコン…1枚
- ・CO-OP ホワイトソース…70g
- ・牛乳…50g
- ・溶けるチーズ…適量
- ・パセリ…適量

作り方

- ①白ネギ、ニンジン、ブロッコリー、ベーコンを食べやすい大きさに切る。
- ②ニンジンとブロッコリーを耐熱ボウルに入れ、ラップをして600Wの電子レンジで5〜6分加熱する。
- ③②の水気を切って、グラタン皿にすべての具材を入れる。
- ④ホワイトソースに牛乳を入れてよく混ぜる。
- ⑤③に④をかけ、チーズをたっぷりのせる。
- ⑥オーブンで12〜15分、焦げ目がつくまで焼く。
- ⑦刻んだパセリを振りかけて完成。



CO-OP ホワイトソース

まろやかでクリーミーなホワイトソースに仕上げました。シチューやグラタン、クリームパスタなど、お料理のベースソースとしてお使いいただけます。使い勝手よく処分も簡単なレトルトパウチタイプです。

宇佐センター 本田 歩夢 / ほんだ あゆむ

組合員みなさんの「いつもありがとう」や「気を付けて」といった優しい声掛けがうれしいです。元気に商品のお届けをがんばります！

CO-OP 骨取りさばのみぞれ煮

小骨を取って、味付けも甘めで、魚嫌いの方や小さいお子さんでもパクパク食べられます。



こんにちは！
コープおいた
です!!

外はカリカリ、
中はホクホクで
おいしかったです！

みんなの
くちこみ！

キャンディーのように
個包装しているので、
子どものテンションも
上がります！



冷たいままでも
温かいままでも美味しいので
二度楽しめます！

CO-OP 紅まさりを使った
大学いも

CO-OP キャンディー
チーズ

そのままでも美味しいし、
海苔と一緒に食べても
最高でした♪

みなさんの声がかたちになっています

TSU KU RO

『CO-OP 柔軟剤ソフター フローラルソープの
香り600ml』を本体容器に移し替える際、
容器のどこまで入っているかが分かりにくいです。

という組合員さんの声にこたえて！



本体容器に透明の窓(ビジブルライン)を付け、
中身の量が見えるようにしました。

「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO

検索



今月のおすすめ！



CO-OP こだわりの醤油せんべい

国産うるち米の旨味とサクツとした食感が出る厚みを再現し、
たれを染みやすくするため、ひび
割れがつく製法で作った専用生
地を使用。豆味噌、米味噌を隠し
味に使った醤油たれを、生地と
生地表面に2度漬けし、味わい深
く仕上げました。サイズと食べや
すい縦長の形状もポイントです。



※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。

手作業でこまめに管理 農薬節減で育てる産直野菜

大分市 赤峯農園 あかみね

大分市戸次^{へつぎ}は肥沃な土壌に恵まれ、昔から農業が盛んに行われてきた地域。特に、ごぼうの産地として知られています。全盛期は40軒近くあったごぼう農家も、現在は生産者の高齢化や後継者不足等の影響により数軒のみ。そのうちの1軒が、コープおおいたの産直生産者として20年以上お付き合いが続く『赤峯農園』です。

同園の畑は25カ所に分かれており、すべてを合わせた広さは東京ドーム約1個分(1万2000坪)。代表の赤峯^{あかみね}収^{おさむ}さんが4名の従業員の方とともに20種類以上の野菜を栽培しています。コープおおいたの産直野菜として出荷しているのは、ごぼう、キャベツ、人参、白ネギ、ほうれん草、水菜、ブロッコリー、スイートコーンの8種類です。

「自分の家族や自分に関わる人たちに『食べてもらいたい』と思える野菜しかつくりたくない」との赤峯さんの思いから、『赤峯農園』では農薬節減栽培に取り組んでいます。農薬節減で栽培すると害虫が発生しやすくなりますが、今年のように夏の暑さが続くと、いっ



『赤峯農園』の野菜はほぼ露地栽培。
写真はブロッコリー畑。





『赤峯農園』代表の赤峯さん。白ネギ畑の前で。直売やネット販売も行っている。インスタグラムでの発信も積極的に行っており、農園には県内外から常連客が訪れる。

『赤峯農園』の産直野菜はこのラベルが目印！



そう害虫が発生しやすくなるそうです。その対策として畑に防虫ネットを張り、収穫した作物の中に害虫がいらないか一つひとつ確認しています。また、除草剤を少なくしているため、雑草は生えてきたら抜く、の繰り返し。それでも「安心して食べられる美味しい野菜を」と、手間をかけて農薬節減栽培を続けています。

『赤峯農園』のもうひとつの栽培の特徴が、ほとんどすべての工程をマンパワーで行っていること。近年、機械やロボットを導入した農業が進ん



人参畑で育成状況をチェックする赤峯さん。

でいますが、同園では植え付けから収穫、出荷までほとんどが手作業。水やりも、水の入ったタンクをトラックにのせて、一つひとつの畑をまわり、じょうろで水やりをしています。

「農業は植え付けや収穫が目されがちですが、育成状況や気候変化に合わせた日々の管理が大事です。植え付けから収穫まで、ずっと手をかけて育てているからこそ、一つひとつの野菜への思い入れは大きいですね」と赤峯さん。

農作物の出来ばえは気候に大きく影響されます。ここ最



包装も一つひとつ手作業。朝収穫した野菜は、翌日には店舗に並ぶ。

近は気候の変動が特に著しく、対応に悩まされているようでした。ある年は台風の影響で、1日にして作物が全滅してしまったこともあったそう。今年の夏は暑くて雨が少なかったため、苗の時点で枯れてしまったものもあったようです。そんな苦勞の絶えない農業を続ける赤峯さんの原動力となっているのは、野菜を食べた人たちの喜ぶ声だと言います。「産直交流会やコープのお店で、直接組合員さんと交流する中で、『美味しかったから、またつくってね』『この人参しか食べられない』という

う声を聴けるのが何よりうれしいです」と話します。

『赤峯農園』の産直野菜は現在の生産量から、コープ南大分、コープ下郡、コープ大分駅店、コープ別府店の4店舗で取り扱っています。宅配では、不定期ですが「食べちゃくれ！おおい」カタログで取り扱っています。「今後、取り扱い店舗や企画回数が増やせるように頑張ります！」と、赤峯さんよりうれしい言葉をいただきました。これらの季節は白ネギや人参が収穫の季節を迎えるので、店頭やカタログで見かけたら、ぜひお試しください。

産直白ネギ



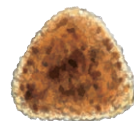
※コープ南大分、コープ下郡、コープ大分駅店、コープ別府店でお取り扱いしています。

あと一品に
ちょうどいい！

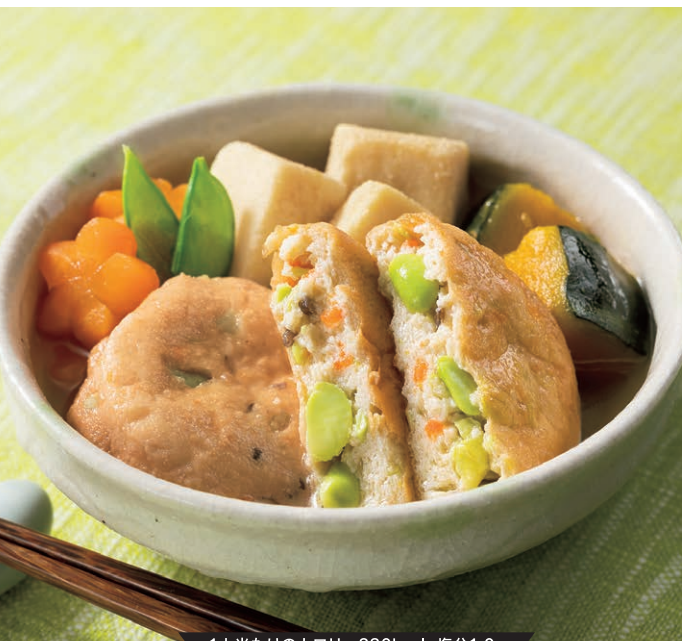


かんたんおいしい!

コープのレシピ!



コープ商品を使用した
レシピ公開中!



1人当たりのカロリー230kcal・塩分1.0g

こうや豆腐と枝豆がんもの 炊き合わせ

材料(2人分)

- ・枝豆がんも…2個
- ・ひとくちこうや豆腐…4個
- ・かぼちゃ…40g
- ・にんじん…20g
- ・絹さや…1本

- A <
 - ・ひとくちこうや豆腐添付の粉末だし…1袋
 - ・水…500ml
 - ・うすくち醤油・みりん・砂糖…各大さじ1
 - ・塩…少々
 - ・和風顆粒だし…小さじ1/2

つくり方

- ① かぼちゃは2～3cm角に切る。絹さやはヘタと筋を取り、斜め半分に切る。
- ② にんじんは5～7mmの輪切りにして梅型の型抜きで抜き、形を整える。
- ③ 鍋にAと②を入れて煮立たせ、凍ったままのがんも、こうや豆腐、かぼちゃを入れる。
- ④ 再沸騰したら落とし蓋をして弱火で約10分煮る。
- ⑤ 絹さやを入れて1～2分煮る。



1人当たりのカロリー367kcal・塩分2.6g

管理栄養士 藤井恵 制作



揚げ焼おにぎり中華あんかけ

材料(2人分)

- ・焼おにぎり…6個
- ・えびたっぷりシーフードミックス…100g
- ・にんじん…1/3本(40g)
- ・玉ねぎ…1/4個(50g)
- ・チンゲン菜…1株(100g)
- ・サラダ油…適量
- ・ごま油(仕上げ用)…小さじ1/2

- A >
 - ・酢…大さじ1
 - ・砂糖・しょうゆ…各大さじ1/2
 - ・片栗粉…大さじ1/2
 - ・水…150ml

つくり方

- ① シーフードミックスは塩水(水200ml+塩小さじ1)に約10分浸して解凍し、水気をふき取る。
- ② 焼おにぎりは包材の表示通りに電子レンジで加熱する。
- ③ にんじんは4～5cm長さの短冊切り、玉ねぎは薄切り、チンゲン菜はにんじんと同じくらいの長さに切る。
- ④ フライパンに油を深さ1cm程度入れて中火で熱し、②を入れて両面カリッとなるまで揚げ焼きにして器に盛る。
- ⑤ ④のフライパンをふいて、油小さじ1を中火で熱し、③を入れてふたをする。
- ⑥ しんなりしたら、①、合わせたAを入れて混ぜ、煮立ったら火を止めてごま油をたらす。
- ⑦ ④に⑥をかける。

コープおおいたの組合員のみなさまへ

「ろうきん」は「コープおおいた」から出資をいただいております。生協組合員の方はろうきん会員として、また同一生計の同居ご家族のみなさまもろうきん会員と同様に預金・ローンがご利用できます!! ※ローンご利用時には組合員番号を確認させていただきます。

インターネットでいつでもどこでもお申込みOK!

カーライフローン 教育ローン キャンペーン

キャンペーン期間：2024年4月30日(火)まで

※教育ローンキャンペーンは2023年10月1日(日)からとなります。

※本キャンペーンは、予告なしに期間を変更または終了する場合がございます。

変動
金利

1.8

最大
引下金利

年

% ~ 年2.1%

カーライフローン

固定
金利

年2.0%
~年2.3%

金利は安心の
保証料込み!

教育ローン

固定
金利

年2.2%
~年2.5%

お借入条件	カーライフローン	Web完結型 カーライフローン	教育ローン	教育ローン [カード型]	Web完結型 教育ローン
ご融資金額	1,000万円以内 (1万円単位)	500万円以内 (1万円単位)	2,000万円以内 (1万円単位)	2,000万円以内 (10万円単位)	500万円以内 (1万円単位)
ご融資期間	10年以内	10年以内	【変動金利】20年以内 【固定金利】15年以内 (据置期間含む)	【変動金利】20年以内 (ご利用期間は学期間を 限度とし最長7年以内)	【変動金利】20年以内 【固定金利】15年以内

カーライフローン
について詳しく
はコチラ!



Web完結型
カーライフローン
について詳しく
はコチラ!



教育ローン
について詳しく
はコチラ!



Web完結型
教育ローン
について詳しく
はコチラ!



◎キャンペーン金利は、(一社)日本労働者信用基金協会保証によるお申込み、かつ2024年4月30日までに受付し、2024年5月31日までに借入(ご契約)した場合、適用となります。その他の保証会社でのお申込みはキャンペーン金利が適用されませんのでご注意ください。キャンペーン金利以外の借入条件(金利等)は、九州ろうきんホームページまたは店頭でご確認ください。◎キャンペーン期間中に表示金利が変更される場合もございます。◎ご融資金額は所属される会員等により異なる場合がございます。◎変動金利型は年2回適用金利を見直します。ただし、「教育ローン(カード型)」については、カードローンご利用期間中は年4回、元金ご返済期間中は年2回適用金利を見直します。◎お借入後に返済方法(返済額・返済期間など)を変更される場合には、手数料(税込5,500円)がかかります。変更内容によっては、ご希望に添えない場合もございます。◎お借入予定資金に九州ろうきんで現在ご利用中のローンの借換が含まれる場合は条件がございます。◎Web完結型ローンは、所属される労働組合・共済会・互助会等との取り決めにより、お申込みを受付できない場合がございます。◎ご返済額の試算はお気軽に(ろうきん)まで。パソコンやスマートフォンから九州ろうきんホームページの「ローンシミュレーション」もご利用いただけます。◎記載内容は、2023年10月1日現在の内容で、保証先を(一社)日本労働者信用基金協会とする場合です。◎金利引下には、カードローンのご契約等、取引条件がございます。◎くわしくは、九州ろうきんホームページまたは店頭の商品概要説明書でご確認ください。◎融資には審査がございます。審査の結果、ご希望に添えない場合もございますので、あらかじめご了承ください。

※コープおおいたでは、お申込みやご相談は受付けておりません。各種商品のお申込みやご相談は、九州ろうきん営業店へお願いします。

中津支店 ☎0979-22-1925	佐伯支店 ☎0972-22-2561	別府支店 ☎0977-22-5331	臼津支店 ☎0972-63-4161	日田支店 ☎0973-22-6285	三重支店 ☎0974-22-0880	鶴崎支店 ☎097-521-8101
大分県庁支店 ☎097-538-7011	大分支店 ☎097-536-2211	宇高支店 ☎0978-32-6700	竹田支店 ☎0974-63-1411	国東支店 ☎0978-72-3311	玖珠支店 ☎0973-72-1155	ローンセンターおおいた ☎097-536-6366

くわしくは、九州ろうきんホームページから

九州ろうきん

検索

<https://kyusyu-rokin.com/>

つかえるろうきん
みんなのろうきん

九州ろうきん



コープのアプリ

「コーププラス」がこの秋始動！



くらしに「楽しい・嬉しい」が広がる

コープの配達も、お店も、組合員活動などのイベントもひとつになった、新しいコープのアプリ「コーププラス」が登場！コープの様々なサービスや情報を通じて、たくさんのおいしいとワクワクをお届けします。わかりやすく、おトクに、便利に。コープとつながるアプリで、毎日のくらしに笑顔をプラスします。

詳しくはコチラ



コープの配達でうれしい！
アプリだけの限定商品を注文できます



コープのお店でのお買い物物がスマートに
Cataroカードがアプリに



お店のセール
組合員活動やお店のセール予定を確認

(有)ヒューマック大分主催

人形供養祭

コープ葬祭提携斎場にて供養してほしい人形を、組合員（一世帯）につき5体まで回収します。人形持込みの際は、組合員と分かるものをお持ちください。お預かりした人形は、後日コープ葬祭にてご住職をお招きし、心を込めて供養いたします。



【日付】12月8日(金)～10日(日)
【受付斎場】コープ葬祭提携斎場
※斎場と持込場所が異なる場合があります。右記のQRコードからご確認ください。



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。

日出町

フラワーバルーン教室

透明のシャボン玉のような風船の中に、クリスマスの造花が入ったバルーンアレンジを手作りして、お部屋に飾りましょう。



【日付】12月4日(月)
【時間】10:00～12:00
【場所】日出町保健福祉センター
【募集人数】10名
【費用】1500円
【募集締切】11月24日(金)

必ずチラシを
ご覧ください



託児
あり

豊後大野市

クリスマスリース作り

フレッシュなユーカリ、ティーツリーを使って香りのいいリースを作ります。



【日付】12月6日(水)
【時間】10:00～12:00
【場所】三重センター会議室
【募集人数】15名
【費用】1300円
【募集締切】11月24日(金)

プレゼント
あり

必ずチラシを
ご覧ください

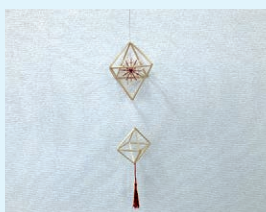


託児
あり

日田市・玖珠町

ヒンメリでクリスマス飾り

「ヒンメリ」という、藁に糸を通して作る、北欧の国々で長く親しまれている多面体の飾りを作ります。



【日付】日田/12月7日(木)、玖珠/12月13日(水)
【時間】10:00～12:00
【場所】日田/日田市複合文化施設AOSE(アオーゼ)2階
・体験学習室1、玖珠/森自治会館・研修室
【募集人数】各日10名※子どもは3歳以上、応相談
【費用】300円 【募集締切】11月24日(金)

必ずチラシを
ご覧ください



プレゼント
あり

大分市

寄せ植え教室

冬のお花を使った寄せ植え教室を開催します！ぜひたくさんのご参加をお待ちしています。



【日付】12月13日(水)
【時間】10:00～12:00
【場所】植田公民館
【募集人数】20名
【費用】1500円
【募集人数】11月17日(金)

必ずチラシを
ご覧ください



託児
あり

大分市

クリスマスワックスサシェ作り

クリスマスワックスサシェを手作りし、お部屋に飾りましょう。



【日付】12月14日(木)
【時間】10:00～12:00
【場所】CO・OPふらいる
【募集人数】20名
【費用】1500円
【募集締切】11月17日(金)

必ずチラシを
ご覧ください



託児
あり

コープのお店と
お友達になってね！



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♪



コープおおいの組活、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！



カーライフを応援する、頼れる補償

マイカー共済

自動車総合補償共済



どんな補償が必要なのかしら?



車のトラブルは?

組合員は

団体割引が

12.5%※適用されます。



安心をまとめたら、こんなプランになりました!

安心の補償内容

おすすめ安心タイプ

基本補償

あなたをがっちり守る!

人身傷害補償

最高5,000万円

大きな事故の場合でも、相手方への賠償が無制限なら安心!

対人賠償

対物賠償

無制限

車両損害補償

愛車の損害も幅広く
しっかりカバー!

一般補償

お車の事故により発生する
代車費用等を補償

付随諸費用補償

弁護士費用等補償特約

事故のトラブルを
弁護士に相談できます。



安心の事故対応サービス

事故発生時	事故受付	休日・夜間を問わず、24時間365日
	現場急行	現場急行サービスも24時間365日
対応・示談	事故初期対応	土・日・祝日(9:00~21:00※)もサポート ※19:00までにご連絡いただいた場合の対応時間です。
	示談交渉	示談交渉サービス付き(対人・対物賠償事故に限りです)
事故後のフォロー	事故の相談には	マイカー共済事故相談ダイヤル

安心のサポート体制

マイカー共済 ロードサービス



自走不能な場合のレッカーけん引
または積載車による搬送



現地にて実施可能な30分
以内の路上クイックサービス



燃料切れ時のガソリン
または軽油お届けサービス



脱輪・落輪等
引き上げサービス

車検・修理・点検は全国ネットの
こくみん共済 coop 指定整備工場で!!

事故時の修理はもちろん、各種点検整備や車検などをご利用できる指定整備工場が、安全運転をサポート。
全国ネットワークだから、お出かけ先でのアクシデントにも安心です。



スマートフォンで簡単見積もり依頼!



- ① 左記の二次元コードにアクセス
- ② 車検証・保険証券(共済契約証券等)の画像を撮影し、資料の送付先を入力します。
- ③ 「ご希望プラン(現在ご加入の補償内容と同程度のプラン)」と「おすすめプラン」のお見積書をお届けします。

お見積もり時には、ご加入いただいている生協、生協組合員番号、氏名を確認できる書類をお手元にご用意ください。

※新規購入等で、車検証がお手元でない場合は、ご購入時の注文書(売買契約書等)を代用してください。

<電子車検証をお持ちの方へ> 車検証を自動車検査証記録事項と読み替えてください。



「未来ある子どもたちを
交通事故から守りたい」

そんな思いから、こくみん共済 coop はみんな
で子どもたちを事故から守っていく取り組み
をはじめました。

●本チラシに記載されている内容は、「生協(コープ・COOP) 組合員」向けの商品と案内したのになります。ご契約の際は「パンフレット」「ご契約のたびき(契約概要・注意喚起情報)」を必ずご覧ください。
●組合員向けのマイカー共済では、加入時や生協異動時に、ご加入いただいている生協、生協組合員番号、氏名の確認が必要になることから、組合員資格を証明する書類が必要になりますので、ご協力をお願いいたします。
●こくみん共済 coop の共済ショップで手続きを希望する場合は、本チラシをご持参いただくか、組合員であることを申し出いただき、上記組合員資格を証明する書類をお持ちください。
※記載の団体割引率は、当該団体に対する割引率です(車種や補償内容により契約個々の割引率は異なります)。また、適用される割引率は、毎年11月末時点の実績(契約件数・損害率)で決まるため、変動することがあります。
※団体割引は、多くの組合員の利用と安全運転に支えられています。

マイカー共済
コールセンター

各種資料のご請求や補償内容に関する疑問など、みなさまからのさまざまなお問い合わせにお答えします。

フリーダイヤル
0120-6031-60

取扱団体 日本コープ共済生活協同組合連合会(コープ共済連)

受付時間 月~土(祝日営業) 9:00~18:00 ※日曜・年末年始休み

※受付時間は変更となる場合があります。 ※お電話のかけ間違いにご注意ください。

契約受入団体 全国労働者共済生活協同組合連合会(こくみん共済 coop)

コープ商品の詩 Vol.31 絵+詩/ザ+キャビンカンパニー

チーズの救え歌

チーズを一つ、一人で食べた。
はなうたルルルと飛ぶ出した。
チーズを二つ、二人で食べた。
目と目が合ってハイタッチ。
チーズを三つ、三人で食べた。
さあさあ、少女のはじまりだ。
チーズの救え歌

鉄分とカルシウムがとれる
キャンディーチーズ
手軽にとれる
1個(約10g)あたり
220kcal
食品
アレルギー
要冷蔵 70g

幸せがある。

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



ボタニカルエッセンス
ボディミルク

5
名様

B



ラムレーズンサンド

3
名様

C



カトラリー

1
名様

アンケート

『Osampo CO・OP』12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** 2023年を振り返って記憶に残っていることを教えてください。
- 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

ハガキの場合

応募専用
フォームから



応募締切

12/3(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
11/27	28	29	30	12/1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25 クリスマス	26	27	28	29	30	31 大晦日

※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。※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

12

7th 65

 コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」
 2023年11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>