

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

サメないうちに
召し上がれ

生産者訪問レポート

ふかひれスープ

東京都 理研ビタミン株式会社

『かに風味かまぼこ』を使って

Co-op Recipe!

旨みたっぷり! あんかけチャーハン



ポイント

お好みで酢・ごま油・ラー油等をかけたり、
ねぎを散らしたりしてもおいしい!



材料(2~3人分)

- ・冷やご飯…300g
- ・長ねぎ(小口切り)…10cm
- ・ハム(みじん切り)…30g
- ・かに風味かまぼこ(手で割いておく)…40g
- ・椎茸(細切り)…30g
- ・卵…2個
- ・ふかひれスープ…1袋
- ・片栗粉…大さじ1
- ・マヨネーズ…大さじ1
- ・鶏がらスープの素(顆粒)…大さじ1
- ・塩こしょう…少々
- ・水…200ml

つくり方

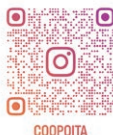
- ①フライパンにマヨネーズを入れて中火で熱し、液状になってきたら冷やご飯を加え、パラパラになるよう炒める。
- ②鶏がらスープの素と塩こしょうで味を調え、ハム・長ねぎを加えサツと炒める。
- ③②を茶碗などを使い、器に丸く盛る。
- ④鍋にふかひれスープ・水・片栗粉を入れ、しっかりと混ぜ合わせる。
- ⑤④を木べらで混ぜながら火にかけ、椎茸を加えて、沸騰後1分程度加熱をする。
- ⑥溶き卵を鍋に回し入れ、かに風味かまぼこを加え混ぜ合わせる。
- ⑦③に⑥をかけた後完成。

かに風味かまぼこ

ほろりとほぐれる身とぷりっとした食感が特徴。
一度、繊維状にしてから束ねているので、ほぐれ
やすさもポイントです!

コープおおいたの Instagram

コープおおいたのお得な情報や、
おすすめの商品をInstagramで
ご紹介しています!
いつも使っているあの商品の
簡単アレンジレシピなども公開!
ぜひ右記コードよりフォローしてください。



COOP OITA



ゲット したい



ただ揚げるだけの
気軽さから
アレンジも色々できて
楽しんでいます。

みんなの
くちこみ!

レモンと聞いて
酸っぱいのを連想しましたが、
マイルドでさっぱりして
美味しかったです。



衣が薄いので
えびを丸ごと食べている
贅沢感が味わえる!

CO-OP サクッと
プリプリ
えびフライ



CO-OP 瀬戸内産レモンの
ドレッシング

リピート買い決定!
サラダスバゲッティに
使ってもOK。

みなさんの声がかたちになっています

TSU KU RO

『CO-OP 9種の具材の焼ビーフン』の
外袋を捨ててしまい、賞味期限がわかりません。

という組合員さんの声にこたえて!



内袋にも賞味期限を印字するようにしました。
同様に『CO-OP 高菜と明太子の焼ビーフン2食入』も
変更しています。

「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO

検索



今月のおすすめ!



CO-OP 沖縄県産もずくスープ

沖縄県産もずく本来の美味
しさをお楽しみいただける
よう、うすくちしょうゆとか
つおの旨みでお吸い物風に
仕上げました。国産ゆず・み
つばを使用しています。



※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。

家庭で簡単に本格的な ふかひれスープを

東京都 理研ビタミン株式会社

ふかひれスープといえば高級中華料理のイメージがありますが、コープの組合員さんの中にはお手頃価格の『ふかひれスープ』を思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。調理は水で希釈して沸騰させ、溶き卵を加えるだけ。ほぐしたフカヒレの食感の良さ、スープの深いコクと旨味が楽しめる本格的な味わいは、約40

年間変わることなく組合員さんに愛され続けています。

販売するのは、ノンオイルドレッシングというジャンルを定着させたパイオニアであり、乾燥わかめやわかめスープなどの生産でも知られる『理研ビタミン株式会社』。今回は同社に『ふかひれスープ』の特徴やこだわりについて、話をうかがいました。

「商品が誕生した当時は高度経済成長期で、バブル経済に後押しされるように所得は増え、食生活も豊かになり、人々がより美味しいものを求めている時代でした。そのような中、3つの偶然が重なり合って誕生した奇跡のような商品が『ふかひれスープ』なんです」と、福岡支店家庭用食品営業チームの王野



『理研ビタミン株式会社』の協力会社である、長野県の『株式会社アーデン』の工場で製造されている。写真は雄大な浅間山を背景に建つアーデンの工場。





今回お話をうかがった『理研ビタミン株式会社』のみなさん。上段左から、家庭用食品営業本部 小林祐二さん、経営企画部 広報・IR室 吉岡ちなみさん、下段左から、福岡支店 家庭用食品営業チーム 長尾正則さん、王野哲志さん。

原料となるふかひれは、
形が不ぞろいなもの、
小ぶりなものを仕入れることで
コストダウンを図っています。



哲志さん。

1つ目は、当時の販売責任者であった福岡営業所所長が、商品開発や企画開発に精通した方で、自社製品以外の商品提案を積極的に行っていったこと。2つ目は、食べ歩きが趣味で、お店で食べて美味しいと感じた味を見事に再現できる舌を持つ開発担当者がいたこと。3つ目は、オリジナル商品の開発を考えていたエフコープが、商品化に賛同したこと。これらの3つの偶然がタイミングよくめぐり合わせたことによって生まれたのが



スープを作る、大きな釜の中にたけのこを投入しているところ。

「奇跡の一品と言われる理由です。」

『「ふかひれスープ」は根強い人気がある商品のため、40年間その味わいをほとんど変えていません。美味しさの決め手となるのは、やはり主役のふかひれです。ふかひれは食感の良さだけでなく、スープにとろみやコクを出す重要な役割も果たしています。実はサメは独特のニオイを持つため、加工が非常に難しいのですが、日本の加工技術は大変優れており、日本では無味

無臭の高品質なふかひれが生産されています。

また、スープの味の決め手となる鶏も、この商品に欠かせない大事な食材。鶏がらスープ・鶏肉・香味油から、鶏の旨味を最大限に引き出しています。「ふかひれも鶏も、安定確保が年々難しくなってきた状況ではありますが、長年愛されてきた味を守るために、原料の確保と維持に努力していかねければいけないと考えています」と、家庭用食品営業本部の小林祐二さんはお



出来上がったレトルトパウチの商品を、120℃で23分殺菌を行う殺菌装置。

話してくださいました。

原料や製法、味わい、どれを取っても、バブル期のあの時代だったからこそ製品化できた贅沢な商品と言っても過言ではない『「ふかひれスープ」』。組合員さんとともに歩んできた商品を、これからも愛用していきたいですね。

スープとしてだけでなく、あんかけチャーハンやあんかけ焼きそば、井やおかゆ、うどんなど、多彩なアレンジが楽しめるのも魅力の商品。ぜひ、あなただけのオリジナルメニューも作ってみてください。



コープのレシピ!



コープ商品を使用した
レシピ公開中！



1人あたりのカロリーー261kcal・塩分0.6g



1人あたりのカロリーー384kcal・塩分1.5g

鶏むね肉のソテー
アボカドクリーム添え

材料(2人分)

- ・ **◎** 深煎り胡麻ドレッシング…大さじ1
- ・ 鶏むね肉(厚さ1.5cmのそぎ切り)…160g
- ・ アボカド(皮と種を除く)…1/2個
- ・ 塩、こしょう…各少々
- ・ 片栗粉…適量
- ・ オリーブ油…小さじ2
- ・ 酢…小さじ1
- ・ 付け合わせ野菜(ミニトマト、ベビーリーフなど)…適量

つくり方

- ① アボカドはボウルに入れてフォークでつぶし、胡麻ドレッシング、酢を加えてよく混ぜ合わせる。
- ② 鶏むね肉に塩、こしょうを振り、片栗粉を薄くまぶす。
- ③ フライパンにオリーブ油を熱し、②を入れて中火で5分ほど両面をこんがりと焼く。
- ④ ③をお好みで付け合わせ野菜と共に器に盛り、①を鶏むね肉にかける。

ピラフコロツケ

材料(4人分)

- ・えびピラフ…1袋
- ・ベビーチーズ…2個
- ・パン粉…40g
- ・サラダ油…適量
- ・リーフレタス・レモン・ケチャップ(お好みで)…各適量

- A** { ・薄力粉…大さじ4
・水…大さじ5

つくり方

- ❶ えびピラフは袋の表示に従って解凍し、粗熱を取る。ベビーチーズは4等分する。
- ❷ ❶のピラフを8等分してラップに置き、ベビーチーズを中央にのせる。
- ❸ ❷をラップで茶巾絞りのように丸く形を整え、ピラフでチーズを包む。これを計8個作る。
- ❹ ❸に薄く薄力粉(分量外)をまぶし、混ぜ合わせたA、パン粉の順で衣をつける。
- ❺ ❹を180度に熱したサラダ油で揚げ、油を切って器に盛り、お好みでリーフレタス、レモン、ケチャップを添える。

家族が喜ぶ!
ご馳走メニュー



かんたんおいしい!



1人あたりのカロリー246kcal・塩分1.5g



1人あたりのカロリー147kcal・塩分0.8g

漬けてしっとり 鶏の塩から揚げ

材料(4人分)

- ・鶏むね肉…2枚(約600g)
- ・揚げ油…適量
- ・サニーレタス…1枚
- ・片栗粉…適量
- ・溶き卵…1個分
- ・レモン…適量
- ・小麦粉…小さじ4

- A <
 - ・浅漬けの素…100ml
 - ・にんにく(すりおろしたもの)…小さじ1
 - ・しょうが(すりおろしたもの)…小さじ1
 - ・ごま油…小さじ1
 - ・酒…大さじ1

下準備

鶏むね肉は一口大に切り、ボウルに入れてAをよく揉み込み、15～20分漬け込む。サニーレタスは一口大に手でちぎる。

作り方

- ① 漬けた鶏肉の余分な汁気を切り、溶き卵を加えてよく揉み、小麦粉を入れてさらに揉み込む。
- ② 揚げ油を160度に熱し、①に片栗粉を1つずつまぶし、余分な粉をはたいて3分ほど揚げ、油を切る。
- ③ 再び揚げ油を180度に熱して②を入れ、鶏肉がこんがりときつね色になるまで揚げる。
- ④ ③の油を切り、器に盛ってサニーレタスを添え、お好みでくし形切りにしたレモンを添える。

スパイシーチップスの おつまみサラダ

材料(4人分)

- ・ベビーチーズ…4個
- ・粗挽きこしょう…小さじ1/2
- ・生ハム…8枚
- ・ミニトマト…16個
- ・リーフレタス…4枚

- A <
 - ・オリーブオイル…大さじ2
 - ・塩…少々

作り方

- ① ベビーチーズはサイコロ状に8等分し、粗挽きこしょうをまぶす。
- ② ①の半量をクッキングシートを敷いた耐熱皿に置き、チーズが膨らみ表面が乾くまでを目安にレンジ500Wで約2分半加熱する。
- ③ ①の残りの半量も同様に加熱する。
- ④ 生ハムは食べやすい大きさに切り、ミニトマトはヘタを取り除いて半分に切る。リーフレタスは一口大にちぎる。
- ⑤ ④とAを混ぜ、③とともにグラスに入れる。

\\ コープおおいたのイベント //

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。

インスタ投稿企画

あなたのおすすめコープ商品教えて！ #イチおしコープ2024

Instagram投稿企画！**CO-OP**マークのついたおすすめ商品を投稿してプレゼントをもらっちゃおう！商品だけの写真はもちろん、レシピやおでかけ先でのお写真なども大募集♪抽選で10名の方にコープ商品詰め合わせをプレゼントいたします！



【期間】6月30日(日)まで

※抽選対象は大分県にお住まいの組合員で、コープおおいたくみかつInstagramをフォローしている方のみ。

※ハッシュタグはお間違いないお付けください。

※抽選当選の方にはDMにてご連絡いたします。

※ハッシュタグに投稿いただいた写真はコープおおいたの広報等にご使用させていただきます。

※詳細はHPを必ずご確認ください。

Instagramの
フォローはこちら

詳細は
こちら



参加
無料



パパとお料理教室！ ～七夕ランチでママにおもてなし！～

お父さんとお子さんを対象にした料理企画！お母さんは別室でリフレッシュ！七夕にちなんだ料理をつくってお母さんをおもてなししましょう♪お父さんとお子さんが料理中、お母さんは別室で「大分のママあつまれ！」さん主催の企画に参加いただけます！ぜひご参加ください。

【日付】6月30日(日)

【時間】10:00～12:30

【場所】J:COMホルトホール大分 調理室

【募集人数】親子15組

※火気を扱うためお子さんは年中さん以上でお願いいたします。

【募集締切】6月16日(日)

参加
無料

詳細は
こちら

託児
(抽選)



ふらいう de よみかせ会



コープふらいうで絵本の読み聞かせイベントを開催しています。

ぜひ、お気軽にご参加ください。

申込不要

【日付】毎月第2金曜日

参加無料

【時間】11:00～11:30

【場所】コープふらいうのABホール



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。

宇佐市

ミニバレーボール大会

組合員の交流を兼ねたスポーツ、健康イベント。同時開催でベジチェックと野菜ジュースの試飲も行います。



【日付】6月2日(日)
【時間】9:00～13:00
【場所】三和酒類スポーツセンター
【募集人数】80名
【募集締切】5月17日(金)

参加
無料

プレゼント
あり

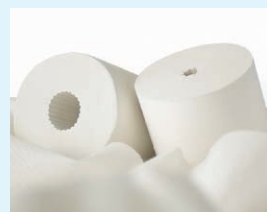
必ずチラシを
ご覧ください



佐伯市・津久見市

コアノンロール交換会

牛乳パック10枚とコアノンロール1ロールを交換します。
1家族3ロールまで。



【日付】6月3日(月)、10日(月)
【時間】10:00～12:00
【場所】6/3佐伯ステーション
6/10津久見集会所

参加
無料

プレゼント
あり

必ずチラシを
ご覧ください



玖珠町

はじめてクラブ《玖珠》

子育て世代の方が対象のイベントです。6月5日は「ママヨガ」と生協のお話、6月13日には「バナナ」のメーカー学習会&食べ比べを行います。



【日付】6月5日(水)、13日(木)
※両日の参加をお願いします。
【時間】10:00～12:00
【場所】森自治会館 【募集人数】5名
【募集締切】5月24日(金)

参加
無料

託児
あり

プレゼント
あり

必ずチラシを
ご覧ください



別府市

はじめてクラブ《別府》

子育て世代を対象に、6月5日は「フンドーキン学習会&試食」「コープカレー食べ比べ」と生協のお話、6月14日は「多肉植物寄せ植え体験」を行います。



【日付】6月5日(水)、14日(金)
※両日の参加をお願いします。
【時間】10:00～12:00
【場所】コープ別府店2階 【募集人数】10名
【募集締切】5月24日(金)

託児
あり

参加
無料

プレゼント
あり

必ずチラシを
ご覧ください



大分市

高齢者福祉サービスと介護保険制度の学習会

いざという時のために、高齢者福祉サービスや介護保険制度について一緒に学びませんか？ぜひ、ご参加お待ちしております。



【日付】6月10日(月)
【時間】10:00～12:00
【場所】大分中央公民館
【募集人数】20名
【募集締切】5月24日(金)

参加
無料

プレゼント
あり

必ずチラシを
ご覧ください



竹田市

ストレスケア講座

ストレスについて知り、セルフケアを学び、ストレスとうまく向き合えるようになりませんか？



【日付】6月11日(火)
【時間】10:00～12:00
【場所】竹田市中央公民館 岡本分館
【募集人数】10名
【募集締切】5月31日(金)

参加
無料

託児
あり

プレゼント
あり

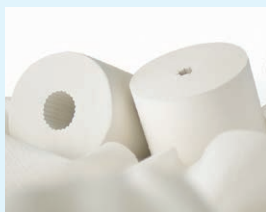
必ずチラシを
ご覧ください



竹田市

コアノンロール交換会

牛乳パック10枚とコアノンロール1ロールを交換する、リサイクルを目的とした企画です。組合員さんのご要望にお応えして、今回は竹田市で開催します。



【日付】6月13日(木)
【時間】10:00～12:00
【場所】竹田市中心下町交流プラザ

参加
無料

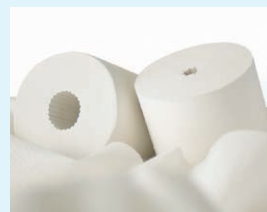
必ずチラシを
ご覧ください



玖珠町

コアノンロール交換会

牛乳パック10枚とコアノンロール1ロールを交換いたします。
1家族3ロールまで。予約は必要ありません。当日の受付時間内にお持ち込みください。



【日付】6月25日(火)
【時間】10:00～14:00
【場所】玖珠ステーション

参加
無料

必ずチラシを
ご覧ください



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

組合員は

団体割引が

12.5%※適用されます。



どんな補償が
必要なのかしら？



車のトラブルは？

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(共済契約証書等)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、氏名が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、車検証がお手元にない場合は、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」向けの商品を含めたものになります。ご契約の際は「パンフレット」「ご契約のてびき(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。



0120-6031-60

受付時間 月～土(祝日営業) 9:00～18:00 ※日曜・年末年始休業

※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。

取扱い団体 日本コープ共済生活協同組合連合会(コープ共済連)

契約引受団体 全国労働者共済生活協同組合連合会(こくみん共済 coop)



回るスープ

コープ商品の詩 Vol. 34
 絵+詩ノザ+キャビン
 カンパニー

おごそかに回転テーブルの上ふかひれスープが
 お出ました。空きっ腹に急かされて
 テーブル回す食いん坊。慌てて逆回しする
 向かいの食いしん坊。落ちつけ落ちつけ
 スープがたゆたゆ笑っている。

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



ビヨーンとのびる傘カバー
※お届けの色はブラックになります。

1
名様

B



ブライトニング
UVプロテクター

5
名様

C



ふかひれスープ

5
名様

アンケート

『Osampo CO・OP』6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** 今年のゴールデンウィーク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
スマホの場合

応募専用
フォームから



応募締切

6/9(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。

お詫びと訂正

2024年5月6日配布の機関紙『虹のたより』2024年5.6月号(vol.744)の見出し発行月に誤りがありました。
(誤)2024年3.4月号 → (正)2024年5.6月号 訂正してお詫び申し上げます。

● 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
5/27	28	29	30 店頭 チラシ 週末チラシ	31	6/1	2 ミニバレーボール 大会 (宇佐市)
3 ふくしま 復興支援企画 注文受付開始 コアノンロール 交換会 (佐伯市)	4	5 はじめてクラブ (玖珠町) はじめてクラブ (別府市)	6	7	8 新聞折込 チラシ 独自チラシ 組合員 サービスデー 5%オフ みんなのスペース ぽっかぽか (別府市・鉄輪)	9
10 高齢者福祉 サービスと 介護保険制度の 学習会 (大分市) コアノンロール 交換会 (津久見市)	11 ストレスケア 講座 (竹田市)	12	13 新聞折込 チラシ 父の日チラシ コアノンロール 交換会 (竹田市) はじめてクラブ (玖珠町) 宅配 商品代金 振替日	14 はじめてクラブ (別府市) 10ポイント プレゼント	15 ポイント 5倍デー	16 みんなのスペース ぽっかぽか (コープ別府店)
17 鰻予約 受付開始 おさんぼコープ 7月号発行日	18 組合員 サービスデー 5%オフ	19	20	21 第73回 通常総代会	22	23
24	25 新聞折込 チラシ コープフェア うすき・つくみ コアノンロール 交換会 (玖珠町)	26 宅配 商品代金 再振替日	27 新聞折込 チラシ コープフェア ふらいる・南大分・別府店・大分駅店・南春日	28 ポイント5倍デー うすき・つくみ	29 ポイント5倍デー ふらいる・南大分・ 別府店・大分駅店・ 南春日	30 パパとお料理教室! ～七夕ランチで ママにおもてなし!～ (大分市)

※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。

※みんなのスペースぽっかぽかの詳細情報はInstagramで更新中です。

2024

6

7月71

コープおおいた情報誌「おさんぼコープ」
2024年5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>