

コープおおいた情報誌「おさんぽコープ」

Osampo CO・OP

キラキラひかる次のステップ。

生産者訪問レポート

 国産野菜で作ったなめらかキューブ
5種の緑黄色野菜&根菜

香川県 株式会社フードテック

生後6カ月を
お祝い!

『CO-OP やわらかいミニうどん』を使って

Co-op Recipe!

ハーフバースデープレート



離乳食
初期に

材料(1皿分)

- ・CO-OP やわらかいミニうどん…20g
- ・CO-OP 国産野菜で作ったなめらかキューブ
5種の緑黄色野菜&根菜…各種1個
- ・さつまいも…20g
- ・ブロッコリー…20g
- ・トマト…10g

作り方

- ①野菜をペースト状にする。
- ②なめらかキューブ、ミニうどんは表示の通りレンジで解凍し、ミニうどんはすりつぶす。
- ③①と②をスプーンや竹串などを使い、プレートに文字や絵を描いていく。

ポイント

プレートに文字や絵を描くときは、
絞り袋があると描きやすい!



CO-OP やわらかいミニうどん

九州産小麦を使用し食塩を使用せずに製麺。箸でも切れるほどやわらかくゆで上げた、1個80gのミニうどん。内袋のままレンジで手軽に調理ができます。

二目川センター 宮本 琉央 / みやもと りお

「いつもありがとう」のお言葉がとてもうれしいです。これからもそう言っていたできるように頑張ります!

CO-OP 鶏ごぼうピラフ

レンジでチンするだけで簡単に召し上がれます。他にも高菜ピラフやえびピラフなど、色々な種類があるのでチェックしてみてください!



こんにちは!
コープおaita
です!!

炊飯器に入れて
炊くだけで簡単です！
おかずが少ないときに
使っています！

みんなの
くちこみ！

辛いので
大人向きの味です。
お昼のスープに
ぴったり！



きのこが
どっさり入っていて
おいしい！

co-op きのこ
釜めしの素
(3合用)



co-op 海鮮だしの
キムチスープ
(5食入)

はるさめやご飯を入れて
アレンジしています♪

みなさんの声がかたちになっています

TSU KU RO

『co-op ゼロカロリーサイダー 食物繊維入り
(天然水使用)』の
甘味料の味が強すぎます。

という組合員さんの声にこたえて！

〈改善前〉



仕様を変更し、甘味料
特有の後引きを改善し
ました。



〈改善後〉

「TSUKURO」のサイトを見に来てね♪

TSUKURO 検索



今月のおすすめ！



co-op 広島県産かきフライ (8個160g)

衣はふっくら、中身はジューシーなかきフライです。食べやすい小粒の原料を使っています。8個入りなので、家族の夕食にちょうど良いかきフライです。



※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。



パッケージの表面には対象月齢が、裏面には月齢に応じた使い方や分量の目安が記載されている。

「子育てをするママとパパを応援したい」という想いから生まれた、乳幼児向けの食品シリーズ「きらきらステップ」。月齢5カ月から3歳児頃までのお子さんを対象としたシリ

組合員の声を活かして 生まれた乳幼児向け食品

香川県 株式会社フードテック

ーズで、「離乳食期以降向け」「幼児食期向け」の商品を揃えています。

「きらきらステップ」は、実際に乳幼児を育てている組合員モニターから聞いた意見を参考に、誕生しました。商品開発においては、何よりも安全を優先。お子さんに安心して与えられるように、また、使い勝手の良さを考慮して、商品化されています。買い置きに便利な冷凍品が充実しているのもうれしいですね。

今回は「きらきらステップ」の中から、特に人気の高い商品のひとつである『国産野菜で作ったなめらかキューブ5種の緑黄色野菜&根菜』をご紹介します。こちらは、野菜のペーストをキューブ状に凍ら





『株式会社フードテック』取締役の新田一平さん。「なめらかキューブは、同シリーズの白かゆと合わせて利用している方も多いそうです。ペースト状なので、パンケーキに混ぜるなど、手軽にアレンジしていただけます」

おかゆの
トッピングとして使うのも
おすすめ！



せたもの。5カ月頃からの赤ちゃん向けの商品です。下ごしらえなしで、解凍すればすぐに使うことができ、手づくり離乳食に役立ちます。

袋を開けると、トレイの中に2種のキューブが6個ずつ。1種のキューブは、5種の緑黄色野菜（かぼちゃ・人参・トマト・小松菜・ほうれん草）とじやがいのペーストで、もう1種のキューブは、根菜（じゃがいも・人参・大根）と玉ねぎのペーストです。

商品を製造しているのは、香川県の『株式会社フードテック』。幅広い冷凍総菜商品を製造・販売しています。

「国産野菜と水のみでなめら



『株式会社フードテック』の工場は、食品安全の国際規格「FSSC22000」を取得している。

かなペーストに仕上げています。野菜のカットは繊維や粒が残らないように、目視で確認しながら慎重に行い、出来上がったペーストも目視で確認しています。キューブが1個ずつ取り出しやすいように、トレイの形や深さにもこだわりました」と、取締役の新田一平さん。自身の子育てにも、この商品を利用されたそうです。

続けて「ご自宅で野菜をうらごしすると、かなり手間や時間がかかります。なめらかキューブを利用して離乳食づくりを時短することで、子育



カットした野菜を釜の中で加熱したら、早急に冷却。その後、手作業でトレイに充填。

て中の保護者のみなさんに少しでも時間を有効活用していただけたらと思います」と、お話ししてくださいました。

『国産野菜で作ったなめらかキューブ5種の緑黄色野菜&根菜』は、コップおいたでも人気の商品。子育て世代の店舗でのお買い物が5%オフ（一部対象外）になる水曜・日曜（※1）は、買いだめする方も多くいらっしゃいます。ぜひ「きらきらステップ」シリーズの商品を、お子さんの食事づくりにも活用してみてください！



国産野菜で作ったなめらかキューブ
5種の緑黄色野菜&根菜



「きらきらステップ」シリーズの一部

国産米を
ふっくら炊いた
白かゆ



国産大豆と
角切り野菜入り
トマトコンソメソース

5種の国産野菜の
ミニハンバーグ
(ひじき入り)



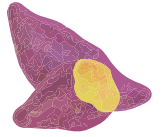
※一部店舗・宅配カタログで取り扱いがない場合がございます。

(※1)店舗での登録が必要です。企画内容は変更になる場合がございます。



秋の旬を
楽しもう！

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人あたりのカロリー・249kcal・塩分1.2g

管理栄養士 藤井 恵 制作



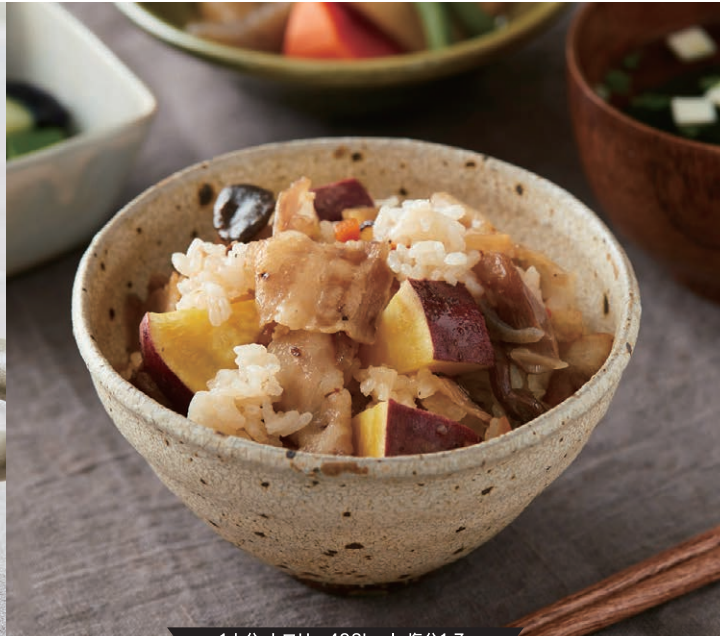
厚揚げと揚げなすの 生姜豆乳スープ

材料(2人分)

- ・国産大豆の無調整豆乳(フクユタカ)…400ml
- ・揚げなすと生姜のスープ…2食分
- ・厚揚げ…150g
- ・しめじ…100g

作り方

- ① 厚揚げは水気をふき取り、縦半分にしてから横1センチ幅に切る。
- ② しめじは石づきを取り、小房に分ける。
- ③ 鍋に国産大豆の無調整豆乳、①、②を入れて中火にかけ、煮立ったら弱火にし、1分ほど煮て火を止める。
- ④ 揚げなすと生姜のスープを加えて混ぜる。



1人分 カロリー・498kcal・塩分1.7g

さつまいもと豚肉の 炊き込みごはん

材料(3合分)

- ・五目釜めしの素…1袋
- ・米…3合
- ・さつまいも…300g
- ・豚バラ薄切り肉…200g

作り方

- ① 米は研いでザルに上げ、炊飯釜に入れて水(分量外)を3合の目盛りまで加え、約30分浸水させる。
- ② さつまいもはよく洗って、皮ごと一口大に切り、水にさらして水気を切る。
- ③ 豚バラ薄切り肉は食べやすい長さに切る。
- ④ フライパンに油を入れずに豚肉を広げ、中火で熱する。豚肉から油が出てきたらキッチンペーパーなどで取り除く。
- ⑤ ④に軽く焼き色がついたらさつまいもを加え、さっと炒め合わせる。
- ⑥ 炊飯釜に五目釜めしの素を入れて混ぜ、⑤をのせて炊く。炊き上がったらさっくりと混ぜ、器に盛る。

特別協賛

コープおおいた
コープおおいたは、竹田市と
地域包括連携協定を
締結しています。

「感動」と「躍動」の発見。そして、心のリフレッシュ。

高原ハイキング

受付締切
10月27日
ご応募は
お早めに!

天空のプロムナードウォーキング大会 in 久住 2024

開催日 令和6年11月2日(土) ※小雨決行

■午前9時30分より受付開始／午前10時・開会式

集合場所 くじゅう花公園 第2駐車場

■大分県竹田市久住町大字久住4050番地

参加料 1,000円 ■当日、受付にて徴収させていただきます。

コース ①集合場所～久住山南登山口～猪鹿狼寺本堂跡経由～
その先500m往復コース(約10km前後)

②集合場所～久住高原を見渡す遊歩道～ガンジー
ホテル折り返し～くじゅう花公園自由散策(約3.0km)

■ご希望のコースをお選び下さい。なお、久住山南登山口コースには、ガイドも
同行し、久住高原の山や自然の楽しいガイダンスも聞くことができます。

■昼食は「各自持参」となります。

参加者全員に
参加賞

- ①くじゅう花公園 無料入園券
- ②レゾネイトクラブくじゅう無料入浴券
- ③ガンジーヨーグルト無料券
- ④TAOの丘 LIVE 割引券

お申込

メール/zjep6080@yahoo.co.jp

お電話/070-5819-2458

■担当者/久住高原応援団事務局・カワノ

■公式LINEページ



\\ コープおおいたのイベント //

Co-op Event

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。

白ねぎ(おもしろいねぎ)収穫体験



コープおおいた宅配・店舗で取り扱っている「大分白ネギ」生産者のひとつ「シセイ・アグリ(株)」の協力のもと、「白ねぎ収穫体験」を開催します。収穫や出荷までの体験や生産者から直接おいしい食べ方を聞くことができます。実際に炭火で焼いて、ねぎたっぷり鍋にして食べてと、様々な調理法を学び食の大切さを実感する企画です。

【日付】11月23日(土・祝) 【時間】10:00～14:00

【場所】豊後大野市(シセイ・アグリ株式会社圃場)

【募集人数】親子20組(60名程度)

※応募者多数の場合は抽選

【費用】1組500円

※収穫した白ねぎを一部お持ち帰りいただけます。

【募集締切】11月3日(日・祝)

詳細は
コチラ



プレゼント
あり

子育て講演会



毎年恒例の子育て講演会を今回は第10回として、体験型のプログラムで開催いたします!ヘッドセラピストの資格をお持ちの衛藤一美さんを講師にお招きし、お家でもできるリンパケアや親子で一緒に行えるマッサージなどについてご講演いただきます。その後は、プチママカフェを開催します!

【日付】11月26日(火)

【時間】10:00～12:00

【場所】J:COMホルトホール大分
ヘルスアップルーム

【募集人数】20名程度

※応募者多数の場合は抽選

【募集締切】11月10日(日)

参加
無料

詳細は
コチラ



プレゼント
あり

託児
あり

水産産直交流会in長崎



待望の水産産直商品の取り扱いが10月より宅配カタログでスタートしました!産直活動にご参加いただく長崎県のエンマキを訪問し、工場を見学して産地のこだわりや水産商品について学びましょう!

【日付】11月29日(金)

【時間】8:00～18:00

【場所】長崎県松浦市

【募集人数】15名※抽選

【募集締切】11月3日(日)

※総移動時間は往復8時間を想定しております。
ご参加いただく場合は、その旨ご了承ください。

詳細は
コチラ



参加
無料

(有)ヒューマック大分主催 人形供養祭

大分県内の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人につき5体まで回収します。人形持ち込みの際は、コープおおいたの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1月下旬(予定)に、コープ葬祭にてご住職をお招きし、コープおおいた青崎本部で心を込めて供養いたします。



参加
無料

詳細は
コチラ



【受付期間】11月21日(木)～23日(土・祝)

【回収場所】県内のコープ葬祭提携斎場

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。

杵築市

コープカフェ in 杵築

事前申込でコープの宅配弁当を試食できます！コープのアプリcoop+の使い方レクチャーとページチェックもあります。みんなで楽しくお茶しましょう！



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月7日(木)
【時間】10:00~12:00
【場所】きつき生涯学習館
【募集締切】10月25日(金)

参加
無料



別府市

コープマルシェ

23組のハンドメイド作家さんに加え、フンドーキン醤油(株)さん・産直パプリカ生産者の(有)ベストクロップ(はしもと農園)さんをお招きします!!



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月8日(金)
【時間】10:00~14:00
【場所】コープ別府店2階

参加
無料



臼杵市

マネーセミナー

将来のお金のこと、資産運用のことを考えたい！興味はあるけど難しそう！
学んで不安や疑問をなくしませんか？



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月12日(火)
【時間】13:30~15:30
【場所】コープうすき 多目的ホール
【募集人数】15名
【募集締切】11月1日(金)

参加
無料

プレゼント
あり

託児
あり



大分市

メーカー交流会

さばフィーレでおなじみの天水水産(株)さん、フンドーキン醤油(株)さんに直接話を聞いたり、商品の試食をしたりしませんか？



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月13日(水)
【時間】10:00~12:00
【場所】J:COMホルトホール大分
キッチンスタジオ
【募集人数】25名
【募集締切】10月25日(金)

参加
無料

プレゼント
あり

託児
あり



中津市

アースデイ中津

コープおおいの宇佐センターのブースでは、居場所づくりのバザーとミニゲームを開催します。
仲間づくりキャンペーンも実施！



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月17日(日)
【時間】10:00~15:00
【場所】ダイハツ九州スタジアム西川芝生広場

参加
無料



佐伯市 津久見市

牛乳パックと コアノンロール交換会& コープアプリご紹介

予約の必要はありませんが、プレゼントには限りがあります。時間内の受付とさせていただきます。



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月18日(月)、11月25日(月)
【場所】11/18佐伯ステーション
11/25津久見集会所(コープつくみ横)
【時間】各日10:00~12:00

参加
無料

プレゼント
あり



別府市

コープのエシカル

「エシカル消費」について一緒に学びませんか。大分製紙(株)学習会・コアノンロール交換会も同時開催。エシカル商品の試食もあります♪



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月20日(水)
【時間】10:00~12:00
【場所】コープ別府店2階
【募集人数】20名
【募集締切】11月8日(金)

託児
あり

参加
無料



杵築市

自然を楽しむウォーキング in るるパーク

五感を使いながら楽しくウォーキング！晩秋の自然を楽しみましょう。ネイチャーゲーム、簡単なクラフトもあります！



必ずチラシを
ご覧ください

【日付】11月27日(水)
【時間】10:00~12:00
【場所】るるパーク
【募集人数】20名
【募集締切】11月15日(金)

参加
無料

プレゼント
あり



コープおおいた
組合員のみなさまへ

カーライフを応援する、頼れる補償

こくみん共済 NEWS

マイカー共済

自動車総合補償共済

こくみん共済 COOP
公式キャラクター
ビットくん



無事故が続けば
最大22等級・64%割引!

安全運転が続けられた
優良ドライバーを応援
しています。



子供特約をご存じですか?

学生や新社会人など、年齢の若いお子さまが
いる場合、運転者の年齢条件を変えなければ
なりません。年齢条件を変更す
ると、掛金が引き上がりますが、
マイカー共済の子供特約を付帯
すると、掛金を抑えることができ
ます!(一部の場合を除く)



団体割引
適用!

組合員には12.5%の
団体割引が適用されます。



割引制度と
組み合わせれば
さらにおトク!

カンタン! 無料! お見積もり

保険証券(共済契約証書)と車検証のコピーをご用意の
うえ、スマホでもお見積もりができます。

お見積もり時には、ご加入いただしてい
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。
<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。



特約を付帯してさらに安心!



弁護士費用等補償特約
「もらい事故」の対応を
依頼するときも安心



自転車賠償責任補償特約
自転車事故で法律上の
賠償責任が生じたときに など

24時間・365日受付の
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
(100kmまで)

※現場から最寄りの
指定整備工場までは無制限



燃料切れ時の
ガソリン等お届けサービス

ガソリンまたは軽油を
10Lまで無料サービス
(1共済期間1回のみ)



現地に実施可能な
30分以内の
路上クイックサービス

●バッテリーあがり
●パンク
●キー閉じ込み など



脱輪・落輪等
引き上げサービス

クレーン等の
特殊作業も無料



●組合員向けのマイカー共済では、加入時や生協活動時に、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。

おすすめプランは

		ご自身の補償		相手方への賠償		
四輪自動車	基本の 補償	人身傷害補償 最高 5,000万円 (被共済者1名につき)	自動車事故傷害見舞金 左記と別枠で見舞金の支払い 例)死亡の場合 500万円	対人賠償 無制限 (被害者1名につき)	対物賠償 無制限 (1事故につき)	対物超過修理費用 最高 50万円
	お車の 補償	車両損害補償 一般補償 (自己負担額 10万円)	付随諸費用補償 お車の事故により発生する 代車費用等を補償	特約 をプラスしてさらに広がる安心! 割引 制度で掛金がおトクに!		
二輪車	シンプル タイプ	自損事故傷害特約 1,500万円 入院:日額6,000円(被共済者1名) 通院:日額4,000円(1につき) 支払限度日数:事故日から200日	無共済車傷害補償 無制限	対人賠償 無制限 (被害者1名につき)	対物賠償 無制限 (1事故につき)	対物超過修理費用 最高 50万円

本チラシに記載されている内容は、「生協(コープ・COOP)組合員」向けのマイカー共済の概要を説明したものです。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。

7才の交通安全プロジェクト

「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。

マイカー共済の
お見積もり1件につき、
横断線1本を寄贈する
取り組みを実施します。



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

お電話のかけ間違いに
ご注意ください。

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。

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)

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)

コープおおいた「環境基金助成金」を 活用してみませんか？

コープおおいたでは、本部事務所から排出される古紙などや各店舗のリサイクル食品トレー・有料レジ袋の益金を「環境基金」として積み立て、環境活動や助成事業に取り組んでいます。

2024年度も県内の団体などへの助成金を支給させていただくことになりました。

大分県内で3年以上の環境活動の実績がある団体やグループに対して助成金を支給しています。

【募集数】6団体以内 【助成金額】1団体 20万円以内

【公募期間】2024年11月30日まで

【選考方法】コープおおいた環境基金委員会による選考会を開催します。



詳細・申込は
こちらから

お問い合わせ コープおおいた 組織支援本部 TEL 097-524-0122

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

うるおう
ヘアオイルミスト
高保湿



5
名様

B

セフター
ENERGY
抗菌・防臭
(洗濯洗剤)



5
名様

C

ボタン付きひざ掛け毛布



1
名様

アンケート

『Osampo CO・OP』11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** 「このコープ商品のココが好き！」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

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

11/10(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
10/28	29	30	31	11/1	2	3 文化の日
4 振替休日	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23 勤労感謝の日	24
25	26	27	28	29	30	12/1

※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。
※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。