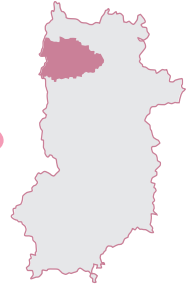




エリアニュース



中エリア対象地域 | 大和郡山市・天理市・香芝市・生駒郡・北葛城郡・磯城郡

2021年度 エリアテーマ「やっぱりいいね みんなのコープ」

くみかつひろば エリア委員会・コープ委員会など中エリアの組合員活動を紹介します。

ゴールドパック(株)の学習会 「ミックスキャロット」は組合員の声で誕生 広陵コープ委員会

9月27日(月)コープなんごう集会室で、「CO・OPミックスキャロット」「CO・OP彩果菜園」などでおなじみのゴールドパックの学習会を聞きました。

事業内容やミックスキャロットの製造工程の映像を見ながら説明を聞きました。ミックスキャロットは、「にんじん嫌いの子どもに、にんじんの栄養を取らせたい」という組合員の声によって1981年に誕生しました。

製造工程の説明で、にんじんを湯通してから絞ることで、まろやかでおいしいジュースになることがわかりました。また、発売当初にんじんの配合率は40%でしたが、組合員の声を反映しながらリニューアルを重ね、配合率を増やし、2020年には60%になりました。



不二製油(株)の学習会と組合員のつどい 「大豆食品」を毎日の食卓に！

天理南コープ委員会

10月5日(火) (株)CWS本社会議室で、「CO・OP枝豆がんも」など大豆を使った商品でおなじみの不二製油の学習会と、組合員のつどいで“エシカル消費”を学習しました。

不二製油の学習会では、大豆の持つ栄養成分や商品の説明、大豆のエネルギー効率と環境への配慮、アレンジレシピも教えていただきました。



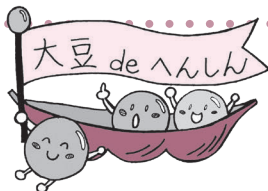
大豆には、肉や魚・乳製品・卵に匹敵するたんぱく質が含まれています。また、必須アミノ酸もバランスよく含んでいます。さらに、わずかな肥料で栽培できる効率的な作物なので、エネルギー効率が牛肉の



64.8倍(不二製油資料より)とされています。後半の組合員のつどいでは、クイズを交えて“エシカル消費”を学びました。

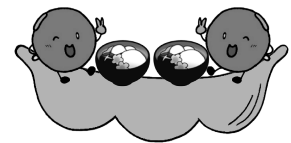
大豆には、肉や魚・乳製品・卵に匹敵するたんぱく質が含まれています。また、必須アミノ酸もバランスよく含んでいます。さらに、わずかな肥料で栽培できる効率的な作物なので、エネルギー効率が牛肉の

64.8倍(不二製油資料より)とされています。後半の組合員のつどいでは、クイズを交えて“エシカル消費”を学びました。



《奈良のきなこを付ける雑煮》

お正月にかかせない雑煮は、一年の無事を祈っていただく料理。奈良の一部の地域では、白味噌仕立ての雑煮からお餅を取り出して、砂糖入りのきなこを付けて食べるんだよ。きなこは、大豆を炒って皮をむき、挽いた粉なんだ。加熱によって大豆特有の臭みが抜けて、香ばしい香りになるんだね。きなこの黄色には、米の豊作を願ったり、家族の健康と子孫繁栄の願いが込められているんだ。地域によってさまざまな雑煮があるけど、奈良の伝統的な雑煮で新年を迎えよう！



(中エリア委員)





エリアの活動 インフォメーション

受 付:12月6日(月)~12月10日(金)
Webのみ12月12日(日)まで

エリア委員会・コープ委員会及び、
エリアが主催する“商品学習会、
産地・工場見学、くらしの学習会や
講習会”に参加してみませんか？

次回発行は
1月10日(月・祝)
です。

マークの見方



ハガキ

…申込方法



…保育有り



…子どもの参加OK

※企画当日は自宅で体温を測り、37.5度以上の熱がある場合や、咳・咽頭痛などの症状がある
など体調のすぐれない方はご参加いただけません。欠席される場合は、必ず組織部にご連絡
をお願いします。新型コロナウイルスの対応について、ならコープHPをご確認ください。→



1 ならコープ商品部担当による “ばあく”こだわりの豚肉学習会



主催 王寺コープ委員会

五條市で子育て中のお母さんたちが安心安全を
求めて始まった「手づくりハム・ソーセージ工房
ばあく」の豚肉について、一緒に学びませんか？

日 時 1月27日(木) 10:30~12:00

場 所 Dコープたつたがわ 2階研修室

参加費 100円

定 員 (抽選) 7人 大人のみの参加

申 込 電話、Webで3人まで

持ち物 筆記用具・マスク・飲み物

※駐車は西側(店舗から離れた医
療棟・自動車販売店)から、乗
り合わせをお願いします。



予告 福祉学習会を開催します 「老いても安心して暮らし続けるために」

主催 あすなら友の会

後援 中エリア

「高齢者福祉の現状とこれからの暮らし方」の
お話です。元気な時から施設と関わりを持つこと
で、最期は安心して看取りまで任せられる社会福
祉法人協同福祉会の取り組みも聞きます。

みなさんのご参加をお待ちしております。

日 時 1月27日(木) 10:00~12:00

場 所 コープなんごう 集会室

定 員 30人

参加費 無料

※申込等の詳細は、1月号で案内します。

企画への申込 申込方法は企画ごとに違います。各企画でご確認ください。

TEL 申込:12/6(月)~10(金)
組織部 ☎0742-45-7884
(9:00~17:00)氏名・電話番号・
組合員番号をお聞きます。

web 申込:12/12(日)23:59まで
<https://form.run/@kumikatsunaka2112>

※アドレスは
毎号変わります。



● TEL・web申込の当落の結果は、
締切後1週間以内にハガキを
発送します。連絡のない場合
はお手数ですが、組織部まで
お問合せください。

*聴覚障がいの方は、申込・質問
等にはFAXをご利用ください。
送信先:組織部
FAX 0742-55-0504

問合せ:組織部
☎0742-45-7884
(月~金9:00~17:00)

申込ルールとお願い

- キャンセルの場合は必ず申込先にご連絡ください。また、キャンセル料が発生する場合があります。
- 参加は申込者に限ります。
- 応募者数や天候、取引先の都合により、企画が成立しない場合あり。
- 企画内容の変更や天候などの都合で主催者から連絡が入る場合があります。
- 参加者は、主催者及び見学先からの注意事項を必ずお守りください。
- 個人情報、ならコープで適切に管理し、ならコープの企画等のお知らせに利用します。

所在地・行き方

コープいまご
☎0743-57-0666
ディアーズコープたつたがわ
(Dコープたつたがわ)
☎0745-45-8181
コープなんごう
☎0745-25-1120
コープ七条
☎0742-45-7882

大和郡山市今国府町366-5 近鉄筒井
駅から徒歩約15分、JR大和小泉駅から
徒歩約18分

生駒郡平群町椿井734-1 近鉄竜田川
駅から徒歩約10分

大和高田市大谷758-81 近鉄築山駅
北側すぐ

奈良市七条西町2丁目1100 近鉄西
ノ京駅から奈良県総合医療センター行
きバス「六条山」下車すぐ

ならコープ with ローソン真美ヶ丘店 香芝市真美ヶ丘1丁目14-5
☎0745-77-8200 近鉄五位堂駅から徒歩約10分

使用済み天ぷら油回収拠点

コープいまご 偶数月の第1土曜日10:00~12:00
今回:12月4日(土) 次回:2022年2月5日(土)
Dコープたつたがわ 毎月20日10:00~11:30
今回:12月20日(月)

二次元コードから直
接店舗ファンクラブ
に登録できます。



FANCLUB



廃棄を減らす！ おいしく笑顔につながるお買い物



野菜のカット工場で天ぷら用などにカットされたあとの端材。今までは捨てられていたけど、「もったいない！」という声から、食品廃棄を減らす取り組みとして、端材を利用した商品が販売されているのを知っていますか？



蒸してパックされた「冷凍さつまいも」「冷凍かぼちゃ」などが、店舗と共同購入・こまどり便・受取ハウスの注文で購入できますよ。どちらもカットされた状態のものペースト状のものがあるので、お菓子やスープ、離乳食など、さまざまな料理に使える優れ物です！組合員からは、「さつまいもの天ぷらにすると美味しい！」「かぼちゃペーストでパウンドケーキを作ったら美味しかったよ」などの感想も寄せられています。

加工しているのは、農福連携による就労支援B型作業所まんなりを運営する(株)萬成水耕栽培です。ここでは、障がいをもつ人たちがいてねいに手作業で加熱・冷凍加工しています！あなたのお買い物が食品ロス削減や雇用にもつながります。

コープいまごの峯岡店長に聞くと、「特に“カットさつまいも”を多くの組合員にご利用いただいています。納品が月に一度なので、売場に商品がないと『ありませんか？いつ入りますか？』と聞かれることも。まだ食べたことないわ〜という方はぜひ一度ご利用ください！」とのことでした。

コープいまごの「いまごのパン屋さん」には、それらを使った“かぼちゃ塩パン”に“さつまいも塩パン”“お芋たっぷりデニッシュ”“お芋とごまミニブレッド”がラインアップされています。どれも、たっぷり入ったお芋やかぼちゃの甘味が生きていて、塩パンは塩味がプラスされて美味！デニッシュはサクサク生地とのコラボが最高です。



ぜひ、「冷凍さつまいも」や「冷凍かぼちゃ」だけの利用ではなく、コープいまごの「いまごのパン屋さん」のパンも食べてほしいですね！ちなみに、中エリア委員の中には「朝にも昼にも…いや、おやつにもだな」と大ファンになったメンバーもいますよ。食品ロス削減の取り組みは、おいしく誰かの笑顔につながっています！

(中エリア委員)

さつまいもペーストを使ったケーキ

【材料】

- 冷凍さつまいもペースト 250g
- 牛乳 100ml
- ホットケーキミックス 150g
- 砂糖 大さじ3
- 卵黄 (Mサイズ) 2個
- 溶かしバター (無塩がベスト) 50g

【作り方】はじめに…オーブンは180℃に予熱しておこう。

- ①冷凍さつまいもペーストをやわらかくなるまで解凍する。
- ②ボウルに①を入れ牛乳を3回に分けて加える。その都度しっかりと混ぜる。
- ③別のボウルに卵黄と砂糖を入れて、なめらかになるまで泡だて器で混ぜ合わせたら、②と溶かしバターを加えてさらに混ぜる。
- ④③にホットケーキミックスを加えて、ゴムベラで混ぜ合わせる。
- ⑤パウンド型に流し込み、予熱したオーブンで50分加熱する。
- ⑥粗熱を取り、型から出したら完成です！

やさしい
甘さだよ！



☆ワンポイントアドバイス☆

- このレシピでは、**CO・CP国内麦全粒粉ホットケーキミックス**を使っています。
- 冷凍さつまいもペーストは冷蔵庫解凍なら2～3時間、室温解凍なら1時間弱でOK。
- 作り方②の時、強く混ぜると牛乳が飛び散るので、やさしく混ぜてね！

中エリア フラッシュ

第2回中エリア活動交流会を開催しました

9月29日(水)、コープ委員会メンバー対象の活動交流会で、ならコープ職員を講師に平和の学習をしました。ならコープでは核兵器の廃絶に向けての学習会、国際会議(NTP再検討会議)に向けての代表派遣、署名・募金活動をしています。

2002年からは「ヒロシマの旅」として、8月5・6日に広島を訪問し、被爆者救援募金の届け先「広島原爆養護ホーム舟入むつみ園」との交流を続けていることを学びました。続いて、被爆体験証言のDVDを視聴しました。空が光った後、一瞬で街がなくなり、勤務先の命令で爆心地に入ったけれど、跡形もなく何もできなかつたこと、思い出



すのは辛いけれども伝えなければならないという思いを感じました。参加した委員からは、「風化しないように伝えていくことがとても大切だと思います」という感想がありました。

中エリアでは毎年、ヒロシマに届ける折り鶴の協力を呼びかけています。この日、多くの組合員の協力によってできあがった千羽鶴を、ならコープの代表でヒロシマを訪問される活動推進委員に渡しました。



その後、コープサステナブルを「海の資源を守る」「森の資源を守る」「大地の力を生かす」の3つのテーマでクイズ形式にして紹介。「サステナブルのことを理解できました。少し値段が高くて、こちらの商品を選びたいです」という感想が寄せられました。みなさんも右記二次元コードから「サステナブルクイズ」に挑戦してみてくださいね! (中エリア委員会)



うちのイチオシ

コープなんごう チェッカー部門 宮本紀子さんの巻 各部門の職員が开店時のお出迎いの挨拶をしています

チェッカー部門でリーダー的な存在の宮本さんを紹介し、現在、チェッカー部門では、「挨拶、お辞儀」を徹底しています。簡単なことですが、忙しくなるとついつい疎かになりが



ちなので、全員が実行できるように奮闘してくれています。その影響もあり、各部門から毎朝1人ずつ店舗の入り口に立って、开店時のお出迎いの挨拶を実施しています。宮本さんはいつも率先して、マイク放送や決めたことをしっかりと形にしてくれる頼もしい存在です。(店長 花田昌幸)

中エリア運営協議会だより

2021年11月11日(木)開催

- 「2021年組合員のつどい」の進捗状況を共有しました。
- 2021年度の中エリアのテーマ「やっぱりいいね みんなのコープ」について日頃感じていることを共有しました。

エリア概況 2021年10月度

- ▶供給高 エリア合計9億9,046万円 (予算比101.7%・前年比94.2%)
- 無店舗事業(支所計) 7億290万円 (予算比102.9%)
- 店舗事業(店舗計) 2億8,756万円 (予算比98.9%)

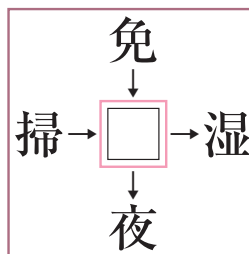
エリア組合員活動状況

(2021年4月~10月)

| | | | |
|----------------|-------------|--------------------|----------------|
| 産地見学 (参加人数) | 0企画 (0人) | 講習会・学習会等 (参加人数) | 18企画 (375人) |
|----------------|-------------|--------------------|----------------|

漢字二字熟語で 1字 あてクイズ

上下左右の漢字1字と□の漢字を組み合わせると二字熟語ができます。□に入る漢字は?
締切:12月13日(月)



☆応募は、ハガキ…答え・エリアニュース感想・住所・氏名・TEL・組合員番号を記入して、〒630-8043 奈良市六条2丁目17番6-11号 ならコープ組織部 中エリア事務局クイズ係 Web…アクセスは二次元コードまたは <https://form.run/@areanews-202112> ※アドレスは毎号変わります。



☆正解者の中から3人にならコープ商品券(1,000円分)進呈。

●個人情報は適切に管理し、ならコープの企画等のお知らせに利用します。

11月号

答え 冬

当選者
応募 99人
浅村 真弓 (田原本町)
武井 知子 (香芝市)
山口みち子 (大和郡山)