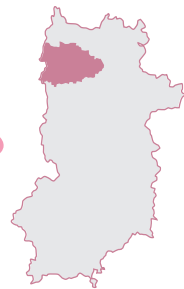


2022
12

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

2022年度 エリアテーマ「つながって ひろげよう 話・和・輪」

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。

組合員のつどいと夕食宅配の学習会

田原本コープ委員会

10月24日(月)道の駅「レスティ唐古・鍵」で、組合員のつどいと夕食宅配の学習会を開きました。初めは、組合員のつどいで、エリア担当理事から「SDGs」「エシカル消費」「産直」「平和」について説明がありました。

次に、生活支援部職員から夕食宅配のことを聞きました。利用者は高齢の方だけと思いがちですが、ひとり暮らしの方や子育てなどで忙しい方、夜間勤務の方、また、健康に気を配っている方など、幅広いとのこと。高齢者やひとり暮らしの利用者にとっては、配達のときに訪問することが見守りにつながっています。弁当箱はラッピングしており、安全で衛生的です。参加者からの質問にアレルギー対応についての質問がありましたが、今は対応していないとのことでした。

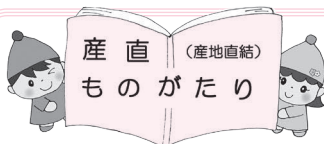
(株)若草食品の工場見学
手作りこんにやく体験もしました

中エリア

9月16日(金)「CO・OPねじり糸こんにやく」や「CO・OP生いも板こんにやく」などでおなじみの若草食品の工場を見学しました。若草食品は、昭和20年に「上杉商店」として創業、昭和59年に奈良で開催された「わかさ国体」にちなみ社名を変更されました。

原料のこんにやく芋は、群馬県で11月中旬から収穫されるものを冷凍保存しておくそうです。

手作りこんにやく体験では、まず生芋を煮て、ミキサーで糊状にしてから1～2時間放置。次に、凝固剤の水酸化カルシウム溶液を加えて素早く練り、バットに流し入れ30分ほど置いて固まったら適当な大きさに切り、30分ほど茹でると出来上がります。こんにやくのあく抜きや保存方法も教えていただき、試食もしました。



滋賀の小松菜

「2006年に産直となった“滋賀の小松菜”は、(株)滋賀有機ネットワークの生産者グループ『(株)リッチグリーン』が生産してるんだって」

小松菜は、いろいろな料理に使えて、栄養が豊富、シャキシャキとした食感で、夏と冬で味の違いを楽しめます。有機質肥料を使って栽培。安心・安全で美味しい小松菜を提供しています。生育時期をビニールハウスによって変えているため、年間を通して組合員さんに安定して供給することができます。

「なるほど！だから、無店舗（共同購入・こまどり便・受取ハウス）での年間野菜利用数で1番なんだね。なっとく!!」

(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12日(月)～12月16日(金)
Webのみ12月18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9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

(株)コモのパンを学ぼう



主催 香芝西コープ委員会

「毎日クロワッサン」や「CO・OPメープルキャラメルクロワッサン」などロングライフパンでおなじみのコモの学習会です。日持ちの秘密や食べ方について学びます。試食もありますよ♪

日時 1月26日(木) 10:00～11:30

場所 コープなんごう 集会室

参加費 100円

定員(抽選) 10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

※駐車は道路側から、乗り合わせで。



2

中エリア2回連続企画！第2弾 バス企画&クッキング企画



主催 中エリア

子育て中の組合員のみなさん、組合員活動を体験して、リフレッシュしませんか？

〈日程・内容〉

① 1月16日(月) タケダハム(株)羽曳野工場見学

② 1月30日(月) 3歳～6歳向けの「CO・OPきらきらキッズ」商品学習会と簡単パン作り

場所 ①Dコープたつたがわ 集合

②くまがしステーション2階調理室(平群町平等寺75-1) ※駐車は第2駐車場

時間 ①8:50～14:30頃/②9:30～11:30

参加費 200円(①の昼食代は各自) ※返金不可

定員(抽選) 10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

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: 12/12(月)～16(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: 12/18(日) 23:59まで
<https://form.run/@kumikatsunaka2212>

※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。
- 個人情報は、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

コープ 真美ヶ丘 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
次回: 2023年2月4日(土)
Dコープたつたがわ 毎月20日10:00～11:30
12月はお休み 次回: 1月20日(金)

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。





中エリア3店舗とエリア運営協議会の『はなまる』コラボ企画♪

知って、知らせて、満点！



今月のはなまる商品は『CO・OP国産乾燥ごぼう』です。豚汁やきんぴら、炊き込みご飯の具材にも欠かせない「ごぼう」。でも、ちょっと下処理がめんどくさいと思う時ありますよね。そんな時、ささっと調理できるのが、「国産乾燥ごぼう」です。

- ・炒め物なら湯戻し5分、お味噌汁なら湯戻しなしでOK！
- ・しかも、乾物だから使いたい分だけ使って後は保存できる優れもの♪
- ・カップラーメンにもお湯と一緒に入れておけば、栄養もプラスできますね。



簡単ヘルシーな『乾燥ごぼうと豆腐の落とし揚げ』を紹介します♪



豆腐の水分を乾燥ごぼうが吸ってくれるから、湯戻しなしでOK！



材料：2人分

- ・木綿豆腐……………1丁
- ・CO・OP国産乾燥ごぼう30g ……1袋
- ・にんじん……………1/4本
- ・CO・OP北海道のそのまま枝豆250g ……1/2袋
- ・溶き卵……………1個
- ・薄力粉……………大さじ3
- ・料理酒……………大さじ1
- ・揚げ油……………適量

準備 豆腐はしっかり水切りをする。枝豆は解凍してさやから出しておく。にんじんは千切りにする。

作り方

- ①ビニール袋に豆腐を入れて形をつぶし、溶き卵と料理酒を加えてビニール袋の上からもむようにして混ぜる。
- ②乾燥ごぼう（乾燥のまま）、にんじん、枝豆を加えて混ぜさらに薄力粉を加えてよく混ぜたらビニール袋の中の空気を抜いてしっかりと縛る。
- ③ビニール袋の底部の角を三角に切り取り、しばらくしながら、160℃の揚げ油に落とし入れ、こんがりと色づくまで揚げる。
- ④お皿に盛り、塩、しょうゆ、ポン酢、マヨネーズなど好みの調味料でどうぞ♪



8月5日（金）被爆者救援募金の贈呈先を訪問しました



8月5日（金）被爆者救援募金の贈呈先を訪問しました。ならコープは、戦争や原爆の実相と平和の尊さを学ぶため、2002年から広島平和記念式典に合わせて、組合員が参加する「ヒロシマの旅」を実施してきました。今年は、役職員とくらしの安心・安全政策協議会から活動推進委員が代表で訪問しました。



5日（金）に「広島原爆養護ホーム舟入むつみ園」と「原爆被害者相談員の会」を訪問し、皆さ

んから寄せられた被爆者救援募金を贈呈しました。広島平和記念公園では、中エリアの皆さんから預かった千羽鶴を原爆の子の像に祈りながら捧げました。

6日（土）の平和記念式典は、残念ながら外周からの黙祷となりました。「ひろしま子ども平和の集い」や「8・6被爆者証言のつどい」にも参加し、平和の尊さを実感し、私たちひとりひとりに何ができるのかを考えさせられる2日間でした。

（中エリア組合員理事）

重大なシステムトラブルにおいての組合員参加の企画について

システムトラブルの復旧作業が長引き、組合員の皆さまに多大なご迷惑とご心配をおかけしていることをお詫びいたします。

組合員活動についてはできる範囲で行っております。この間、諸事情により急きょ中止せざるを得ない企画もあり、申し訳ございませんでした。

なお、10月号でお知らせした組合員のつどい「エシカルなつどいセット」の共同購入・こまどり便・受取ハウスでのお申し込み等につきましては、追ってチラシ等で再度ご案内させていただく予定です。その際には、ぜひ、お申し込みください。



中エリア フラッシュ

第2回活動交流会を開催 ～医療福祉生協の学習会と 被爆者救援募金の贈呈先訪 問の報告～

9月27日(火) コープいまご集会室で、コープ委員会メンバーを対象に活動交流会を開催。今年度の「たべる、たいせつ(食育)活動」のテーマは「わたしも地球も健康に」。そこで、「わたしの



健康」という観点から、奈良県医療福祉生協による、骨のお話と元気な毎日を

送るための「いきいき処方箋」を学習しました。

骨のためには、カルシウムの他にたんぱく質やビタミンDを含む食品をバランスよく食べること。骨を強くして免疫力を上げるためには、日光浴や運動で筋力を育てる“骨コツ貯筋”が大事だと教わりました。ぜひ毎日少しずつでも続けてい

きましょう。

「ころばん体操」で体を動かした後、同生協のみみなし診療所の紹介があり、予防接種や乳がん検診など各種検診



(要予約)の必要性も話されました。みみなし診療所では、日曜日(午前)も診療されています。

くらしの安心・安全政策協議会の活動推進委員が、8月に被爆者救援募金の贈呈先を訪問したこ



とを報告されました(P.3をご覧ください)。広島原爆養護ホーム舟入むつみ園の方とお話された時

のことを聞き、改めて平和について考えるきっかけになりました。これからも平和のことを学び伝えていくことが大切だと感じました。

(中エリア委員会)

うちの イチオシ

コープいまご はなまる運動の巻 各部門が「おすすめ商品」で買い場づくりをしています

コープいまごの「はなまる運動」は、毎月各部門がそれぞれのおすすめ商品で取り組んでいます。

チェッカー部門では、「私はこれが好き!」という商品を他部門と協力して買い場をつくっています。「いまごのぱんやさん」「アップルパイ」の取



り組みでは、「りんごとカスタードのバランスが絶妙」「ごろっと大きなりんごが食べごたえがあっておいしい」など「おすすめです☆」の思いがPOPに。アップルパイは通常1個170円ですが、毎週金曜日の「アップルパイ」の日は140円、箱入り850円(2日前迄要予約)も人気です。ぜひ一度、ご利用ください。(店長 峯岡恵美子)

中エリア運営協議会だより

2022年11月10日(木)開催

- ・組合員活動への参画進捗状況を確認し、今後の取り組みについて共有しました。
- ・エリアニュースやコープ会の組合員の声を共有しました。

エリア組合員活動状況 (2022年4月～10月)

産地見学
(参加人数)

1企画
(17人)

講習会・学習会等
(参加人数)

20企画
(325人)

コールセンターの営業時間を1月5日(木)から変更します

商品に関するお問い合わせおよび夕食宅配へのお問い合わせ・注文の時間を変更します。

月～金 8:30～20:00 土は17:30まで

(但し、1月5日(木)は19:00で終了します。)

コールセンター ☎0120-577-039 (通話料無料)

携帯電話・奈良県外・IP電話からは

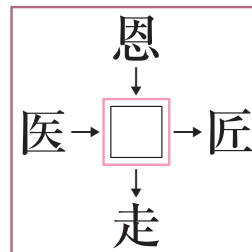
☎0743-68-3100 (通話料は組合員ご負担)

*共同購入・こまどり便・受取ハウスの商品注文受付時間は変更なしで(月)～(金)は21時、(土)は18時まで。

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19日(月)



☆正解者の中から3人にならコープ商品券(1,000円分)進呈。

☆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-202212>

※アドレスは毎号変わります。



11
月号

答え 紅

当選者
応募
(81人)

M・A (広陵町)
Y・K (大和郡山市)
Y・T (三郷町)