



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

**真っすぐな海老フライを作ろう！
水産部門チーフからコツを学びました**
生駒西コープ委員会

1月30日(月)ディアーズコープいこまひろば“いこっぴ”で、同店水産部門のチーフを講師に実演講習会「真っすぐな海老フライを作ろう！」を開催しました。

講師から、エビの種類や下処理の仕方、真っすぐに伸ばす方法、ちょっとした調理のコツを教わ



りました。今回は参加者も実際に調理するので、講師の

手元をビデオカメラで撮影しながら大きな画面に映し出し、マイクも使って、説明が聞こえるように工夫しました。

出来上がった「真っすぐな海老フライ」に、店舗職員手作りの4種類のタルタルソースをつけて試食しました。中でも、カリカリ梅を使ったタルタルソースが好評でした。



〈参加者の声〉

- 調理にひと手間かけることが大切だと思いました。
- エビの腹側に切れ目を入れるのは知っていたけれど、伸ばし方を知らなかったので勉強になりました。多少小さめのエビでも大きく見せることができるので、今後はこの方法で作ります。
- 講師の職員が博識で、聞きたいことを丁寧に説明して下さり、手際の良さにも驚きました。

**コープクオリティの学習会
商品へのこだわりを知りました**
西大寺コープ委員会

2月20日(月)コープおしくま組合員集会所で、ならコープ職員を講師にコープクオリティシリーズの商品学習会を開きました。



ズの商品学習会を開きました。

商品説明を聞きながら、

「発酵バターショートブレッド」「バターが薫る国産小麦のラングロール」「アーモンドリーフ」の試食と「青森県産葉とらずりんごのストレートジュース」を試飲しました。

コープクオリティシリーズは、原材料や製造方法にもこだわり、「100人規模の組合員モニターの8割以上がおいしいと評価」という基準で商品作りをしていることを知りました。



その後、「CO・OPまめごろろう」などのコープクオリティ以外の商品の説明と試食。感想や質疑応答で学習会を終えました。



〈参加者の声〉

- コープクオリティは価格が高く、買ったことがありませんでした。原材料や製造のこだわりを聞き、試食しておいしさもわかったので、気になった商品を買ってみようと思います。
- 「カカオを味わう濃厚チョコレートケーキ」は美味しいけれど、個包装の袋をお客様に出せるようなものに工夫してほしい。

北 エリアの活動 インフォメーション

受付: 4月10日(月)～4月14日(金)
Webのみ 4月16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
5月1日(月)
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。〔組合員活動の運営ガイドライン〕はこちら →



1 ならコープ職員による ミールキットの学習会

TEL
web

主催 奈良西コープ委員会

簡単な手順で調理ができる「ミールキット」。
食材を手に取り使ってみてはじめてわかる！あらためて商品の良さを体験してみませんか。

日時 5月19日(金) 10:00～12:00

場所 コープ学園前 2階集会室

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 エプロン・三角巾・
ふきん・筆記用具・
マスク・飲み物



※店舗駐車場は2時間まで無料です。

こんにちは北エリア委員会です！

わたしたち北エリア委員は、奈良市と生駒市を中心に3人で活動しています。2022年度は北エリアの「たべる、たいせつ(食育)活動」のテーマにそって、産直(産地直結)商品の良さや美味しさを組合員の皆さんにお伝えしました。

本誌4ページ「エリアフラッシュ」では、北エリアでの活動をお知らせしていますので、ぜひご覧ください。

随時メンバー募集中です！楽しそ



うだな♪と思われた方、一緒に活動してみませんか？お気軽に組織部までご連絡ください。

問合せ 組織部 北エリア担当

☎0742-45-7884 (月～金 9:00～17:00)
(北エリア委員会)

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: 4/10(月)～14(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: 4/16(日) 23:59まで
<https://form.run/@kumikatsukita2304>

※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

コープおしくま 奈良市押熊町1115 近鉄大和西大寺駅から
☎0742-41-0777 押熊行きバス「押熊」下車徒歩約5分

コープ朱雀 奈良市朱雀6-9-5 近鉄高の原駅から徒歩約15分、
☎0742-71-2904 JR奈良行き・左京循環バス「朱雀第一住宅」下車すぐ

コープ七条 奈良市七条西町2丁目1100 近鉄西ノ京駅から奈良
☎0742-45-7882 県総合医療センター行きバス「六条山」下車すぐ

コープ学園前 奈良市中山町西1-716-3 近鉄学園前駅から
☎0742-51-2900 バス「登美ヶ丘一丁目」下車すぐ

ディアスコープいこま 生駒市俵口町758-1 近鉄生駒駅から生駒台循環外回り北田原行きバス「俵口阪奈中央病院」
☎0743-73-8833 下車すぐ

コープふれあいセンター六条 奈良市六条2-17-6-11 近鉄西ノ京駅から
☎0742-45-7884 から徒歩約15分

ならコープ本部 奈良市恋の窪1-2-2 恋の窪一丁目バス停すぐ・
☎0742-34-8731 近鉄新大宮駅・JR奈良駅から徒歩約20分

使用済み天ぷら油回収拠点

コープおしくま	毎月第1土曜日10:00～12:00
コープ朱雀	毎月10日10:00～12:00
コープ七条	偶数月15日10:00～12:00

フードライブ開催日


全店舗	4月15日(土)10:00～12:00
-----	---------------------



アースデー 2023 in なら

テーマ「考えよう！ やってみよう！ 地球の未来 ♥ みんなの未来」



アースデーは地球環境について考え行動する日。ならコープでもさまざまな取り組みをおこなっています。詳細はならコープホームページ  でご確認いただけます。

①川の清掃活動 ※雨天中止

4月15日(土) 8:30 ~
秋篠川周辺
集合：コープ学園前
店舗前



昨年の川の清掃の様子

②アースデイ奈良2023に 出展します！


4月22日(土) 10:00 ~ 16:00 奈良公園登
大路園地内で開催される
「アースデイ奈良2023」
に、ならコープがブース
出展します。多用途小型
電気商用車「ELEMOMO」が会場（ステージ）の
電力を供給します。ぜひ遊びに来てください。



③インスタグラム投稿キャンペーン

普段から取り組んでいるあなたの「エコ」な行動の写真を、「#アースデー 2023 in なら」を

つけて投稿してください。投稿者の中から抽選で30人にCO・OP商品をプレゼントします。

*投稿は右記二次元コードから 
投稿期間：4月1日(土) ~ 30日(日)

④リサイクルの展示

回収されたペットボトルがどのようにリサイクルされるのか？店舗のリサイクルコーナーでお知らせ、掲示します。

⑤エコチャレンジ宣言（共同購入・こまどり便・受取ハウスご利用の方対象）

環境に配慮した行動5項目にチャレンジして、OCR注文書のアンケート欄にご回答ください。参加された方に、もれなくあったかポイント5ポイントをプレゼントします。eフレンズご利用の方も専用のサイトで参加できます。回答はCOMET 4月3回企画・4回企画で配布するOCR注文書で。

提出期間：4月10日(月) ~ 21日(金)

問合せ 環境エネルギー推進部内

アースデー 2023 in なら実行委員会事務局

☎0742-33-6443 (月~金 9:00 ~ 17:00)

※※※ 「くみかつ」を始めてみませんか？組合員活動メンバー大募集！ ※※※

～「できる時に、できる人が、できることで参加」が合言葉！

あなたの知りたいこと、広めたいこと、ならコープでみつけよう～

くみかつ（組合員活動）ってなに？

ならコープは、商品を利用するだけではなく、日々のくらしのなかで感じたことを共感しあい、学びあい、教えあうことを大切にしています。「私のお気に入り商品のことをもっと知りたい」「地域の介護について知りたい」「ペットボトルや食品トレーはどのようにリサイクルされるの？」「地元の野菜のことをもっと知りたい」「終活って？」など、「できること」から参加して、組合員同士が学びあうのが組合員活動です。

自分を磨ける組合員活動は、ならコープの魅力の一つです。誰でも参加できる活動を紹介します。

◆**コープ委員会**：お住いの地域で商品の学習会や試食会、産地や工場見学などを企画して、みんなで学び、広げる活動を行います。

◆**エリア委員会**：コープ委員会対象の活動交流会・学習会などの開催やくらしに役立つ情報をエリア内の組合員に発信します。

◆**店舗活動グループ**：普段お買い物に利用しているならコープの店舗で、「食」に関わるお知らせや試食会・学習会などを企画する「知って知らせる」の活動をします。

◆**活動推進委員**：くらしの中の課題を「福祉・子育て」「環境・エネルギー」「くらしの安心・安全」の分野にわけて、それぞれの政策（考え方）を協議し、活動を推進します。

◆**活動サポーター**：興味がある分野の学習会や企画の運営スタッフとして活動します。

*上記の活動には、活動費と交通費（実費）が支給されます。詳しくは組織部までお気軽にお問い合わせください。活動に興味のある方、連絡お待ちしております。

問合せ 組織部 くみかつ募集係

☎0742-45-7884 (月~金 9:00 ~ 17:00)

北エリア フラッシュ 2022年度「産直交流会」が 開催されました

2月15日(水)奈良ロイヤルホテルで、産直交流会が開催されました。この間、コロナ禍により中止やオンラインでの開催となっていました。4年ぶりに生産者と組合員が会場で直接交流することができました。



生産者からは、産直品の栽培の様子や持続可能

なスマート農業を導入されている様子が報告されました。商品政策検討会議メンバーのエリア委員からは、柿を生産する西吉野産直組合の点検の様子を発表しました。

その後、産直商品を使った料理を試食しながら和やかに交流しました。生産者さんが「自然を相手にしているので、思い通りにならないことや、しんどいこともあります。組合員さんの応援が何よりの力になります」と話された言葉が心に残りました。生産者の思いが詰まった産直商品をたくさん利用して感謝の気持ちを届けましょう！



(北エリア委員会)

うちのイチオシ

コープ学園前 ピアノ隊の巻

3年ぶりに店内で“ピアノコンサート”を開きました

コロナ禍で自粛していました職員による“ピアノコンサート”を、2月18日(土)に3年ぶりに開催。今後の定期的な開催への一歩となりました。



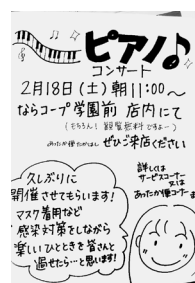
今後の定期的な開催への一歩となりました。

ピアニストはコープあつたか便担当のみぞべあやこ

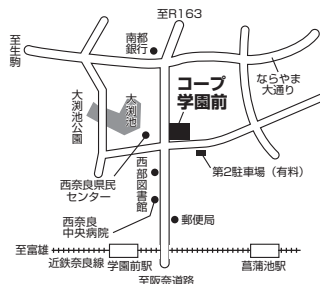
高橋純子さんとチェッカ一部門の溝邊章子さん、総合司会は日配部門の丸川正子さんでした。

組合員さんにも曲に合わせて一緒に歌っていた

だいて大盛り上がりでした。今回の開催を楽しみにしててください。(店長 中川武志)



コープ学園前への行き方



〒631-0013
奈良市中山町西1丁目
716-3
・近鉄学園前駅から徒歩で登美ヶ丘一丁目バス停下車すぐ

北エリア運営協議会だより

2023年3月9日(木)開催

- 2022年度北エリアのまとめと2023年北エリア方針策定に向けて修正案を確認しました。

エリア組合員活動状況 (2022年4月～2023年2月)

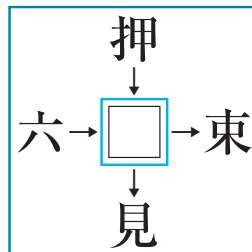
産地見学 (参加人数)	1企画 (8人)	講習会・学習会等 (参加人数)	43企画 (554人)
----------------	-------------	--------------------	----------------

イベント・企画でのマスク着用について

イベント・企画におけるマスクの着用を、基本、政府方針に準じて個人の判断に委ねます。企画内容や状況に応じ、運営者側で着用の有無を定める場合がありますのでご了承願います。マスク以外の基本的な感染対策(三密を避ける)は継続します。

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：4月17日(月)消印有効



☆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 北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-202304>

☆正解者の中から3人にならコープ商品券(1,000円分)進呈。

※アドレスは毎号変わります。



3月号

答え 桃

当選者
応募
(137人)

K・A (奈良市)
N・M (生駒市)
H・A (奈良市)