

2021年11月発行

No. 171

いきいきわくわく

組合員活動交流誌

発行：こうち生協
運営企画グループ



「いきいきわくわく」
全ページカラーで
見ることができます！



「こーびのある暮らし」



健康と子どもたちの未来のために

こうち生活協同組合

本部 〒781-0013 高知市薊野中町16-8

こうち生協 ☎ 088-826-5211



♪ もくじ ♪

・SDGs とエシカル消費～エコチャレンジ 2021～	3
・こーぷのあるくらし投稿プレゼント	4
・コープ委員会の報告	5-10
・商品活動委員会の報告	11-15
・商品活動委員会ニュース	16
・いきワク Voice	17-18
・心に響く名言の紹介	18

みんなの消費が未来を変える



SDGsとエシカル消費

エシカル消費はSDGsの17の目標を実現するための重要な手段の一つです。エシカル消費とは、買い物をするとき自分視点だけでなく、環境や社会など他者への視点をプラスする消費のことです。

あなたの消費行動がサステナブル（持続可能）なくらしへと世界を変えます!!

今、世界中では地球温暖化が起因と思われる天候不順、プラスチックごみなどの環境問題、更には食料不足で飢餓に苦しむ国がある一方、限られた国で大量の食品が廃棄されている食品ロス問題など、数多くの課題に直面しています。

SDGsは、国境を越えて世界全体で、未来も含めて地球上に生まれた誰もが、自分らしく幸せにくらし続けられることを目指しています。私たちが購入した商品がどんな場所で、どんな人たちによって作られてきたものなのか、一人ひとりが、今までに気にしていなかった商品の背景に目を向けて商品を選ぶこと、エシカル消費をすることでサステナブル(持続可能)なくらしへと世界を変えることができます。



日常のお買い物に

おいしい 安い
エシカルな
視点をプラス!
かわいい 便利

誰かの笑顔につながるお買い物



1 豊かな地域をつくり出せたら



2 地球の環境を守り続けることができたら



3 公正な社会の仕組みがつくり出せたら



4 人々の「生きる」を支えることができたら



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS エコチャレンジ 2021

3種類のエシカルマークを集めよう!

応募期間 2021年10月1日～11月30日

共同購入や店舗で以下の対象エシカルマークの付いた商品をご購入後、商品パッケージに付いているエシカルマークを3つ(種類の違うマーク)添付して、配送時または店舗サービスカウンターにご提出ください。応募者全員にCOOP水切りゴミ袋(30枚入)をプレゼントします。



応募者全員にプレゼント!

◆こちら生協以外で購入した商品でもOKです。
◆プレゼントは配送時または店舗サービスカウンターにてお渡しします。
※プレゼントは変更になる場合があります。

対象エシカルマーク



国産素材

産地指定



詳しくは こうち生協 情報機関紙『ひまわり』11月1週号をご覧ください

こーぷのあるくらし

こうち生協ホームページ「こーぷのあるくらし」は、ひまわり返信カードと連動した組合員さん同士の交流サイトです。みなさんからの投稿の声を掲載しています。ぜひ、アクセスしてみてください!

7月のテーマ「エコなくらし」

むむママ

お風呂の残り湯、洗濯でも使いますが、いつもその残りは捨てていました。毎日毎日もったいないなあ〜。ある時、ふと、庭の花壇に水をあげるのに使えないかな、と思いに立ち、風呂の残り湯をベットポットに汲み込んで、花壇や鉢の水やりに使ってみました。ホースで水やりすると広範囲に散水してしまいうし、水道代も夏場はいつも上がっていました。今年からはそのやり方にかえて少し水道代がおさえられました。お花にもケチチらず朝晩思っきり水をあげることができています。

ばあば

普段エコを心がけてはいますが、特にこれといったことはしていません。牛乳パックやトレイをスーパーに持っていくとか、夏場はゴーヤをつくって日よけして、エアコンをできるだけ使わないように心がけています。

あさがお

エコ、やっていますよ。免許を持っていないので移動は自転車か公共の乗り物、電気はこまめに消すし、ゴミの分別もパッチリ! エコバッグはレジ袋有料以前からはずっと使っています。でもなんとなくがんばってエコしても、誰にもほめられないし、感謝もされません。自己満足ですかね。ま、小さなことだからコツコツとエコしましょう!

ありがとう

我が家の洗濯機の名前「お湯取物語」その名の通りお風呂の残り湯をポンプで取り、すずぎの一回もしてくるので水道代の節約、エコなくらしとなっています。

こーぷのあるくらし「ひまわりお便りバックナンバー」にみなさまからの投稿を掲載しています。

カプリコーン

家庭菜園で作った野菜をお弁当当に入れ、食卓に並べています。買い物へは自転車、本は図書館へ、これでもかかって思うくらいエコなくらしをしています。週一回のソフトップパレードでは、これでもかかっていうくらい無駄に動きまわっています。

スカイ

古くなったお出かけ着や仕事着は部屋着にする。古くなったタオルやゴムが伸びて履けなくなった靴下は、掃き掃除に使ってさよならする。コンロの火の大きさ、水を流しっぱなしにしない、使っていない部屋は電気をつけっぱなしにしない。妻も同じ価値観なので、何の苦もなくケンカもなくやれています。

コンちゃんママ

私のエコなくらしは、買い物するときにはエコバッグを持つことです。地球環境を守るためにも、買い物はなるべく歩いて近くの店に行き、生協で1週間分の必要な食品や日用品を買うようにしています。畑で野菜を育てているので毎朝とれたてのキュウリをぬか漬けにするのも楽しみです。

堂ぶくろ

娘の誕生祝いに父から贈られたお雛様がざりが、仕舞われたままでした。そのままでは、切なく、保育園に声をかけ譲り、飾ってもらいました。新しいものは処分する前に必要な人に、ベルマークや切手は寄付します。なにか買う時は、最後に手放す手順を考えます。



こちらからアクセス!

スマホから
簡単投稿


商品券
500円分
プレゼント!!
毎月抽選で3名様





【 10 】 月 度 【 中 央 】 支 所 【 春 野 】 コープ委員会報告書

開催日時		10月8日(金) 13:30 ~15:00		報告者		
出席者	コープ委員	5名		理事	職員	
欠席	1名		会場	春野公民館 弘岡上分館		
次回開催日		11月 19日(金) 13:30		会場	春野公民館 弘岡上分館	
●議題	●内容・意見			●確認内容		
質問	7月委員長会報告					
試食	Co-op の冷凍きつねうどんに入っているねぎがすじっぽく残るのはどうしてですか シャインマスカット レモンチーズケーキ 乳酸菌入り大麦若葉の粉末青汁					
						
全体の感想	久しぶりの会だったので、話がつきず楽しかったです。				担当者	
					リーダー	
					支所長	

【9】月度 【中央】支所 【朝倉】コープ委員会報告書

開催日時		9月22日(金) 11:00~14:		報告者		
出席者	コープ委員	3名	理事	職員		
欠席			会場	アムパー		
次回開催日		10月20日(水) 10:00 ~ :		会場	コープ朝倉	
●議題		●内容・意見		●確認内容		
現状様子。		<ul style="list-style-type: none"> ○ コープもハ使用不可と連絡。 ↓ アムパーへ変更 ○ 今後委員会内容話し合い。 産地見学も不可なり! ○ 今更いそいそで作りを楽(み)から “次は何しようか”と悩むからやめて 近所から物を買って楽(み)を 勉強しようかと。手先を使うとE15から 近所まで車を走らせ物を買って楽(み) と取手も残り1本書“般若心経” 写経と。 誦経——仲々むかしから也て作。 				
全体の感想	今更-作水もの思-本は、アムパーと いい所。 スマホの勉強もしたいとの意見もあり、又話し 合っている。コロナと関係から、いい所も				担当者	
					リーダー	
					支所長	

開催日時		9月18日(土) 15:00 ~ 16:30		報告者		
出席者	コーポ委員	12名		理事	職員	
欠席	1名			会場	LINEを使用したリモート会議	
次回開催日	10月16日(土) 15:00 ~ 16:30			会場	LINEによるリモート	
●議 題		●内容・意見			●確認内容	
試食品についてなど		<p>いつもは、試食品を選んでくれている委員さんから連絡を貰って、支所をお願いしているのですが、今回商品の企画回を間違えてしまっ注文できなかったのので、急遽別の物を注文しました。</p> <p>せっかく選んで貰ったのに申し訳なく、次回から気を付けたいと思います。</p> <p>予定では切り干し大根でした。</p>				
						
全体の感想	<p>コロナの感染状況が見通せないのので、夏休み明けの学校行事などがほとんど無くなってしまい残念です。</p> <p>やはり中3生の修学旅行も中止になってしまいました。</p> <p>飲み薬ができれば少しは改善されるのかなあとありますが...</p>				担当者	
					リーダー	
					支所長	

開催日時		10月16日(土) 15:00 ~ 16:30		報告者		
出席者	コーポ委員	12名		理事	職員	
	欠席	1名				会場
次回開催日		11月20日(土) 15:00 ~ 16:30		会場	LINEによるリモート	
●議 題		●内容・意見		●確認内容		
委員のみの学習会について		<p>委員会メンバーの子どもたちが中学生前後になってきたので、子どもの自立のためのサポートや、不安や悩みの解消に少しでも役立つように、最近聞くようになった、マザーズコーチングという講座を受けてみてはどうか？という提案がありました。</p> <p>1月くらいをめどに委員会で学習会ができるように準備していきたいと考えています。</p>				
						
全体の感想	試食品の受け渡しの時に、ご実家が秋田の委員さんから、干し柿をいただきました。毎年このくらいの時期にお母さまが作られているので、お裾分けを楽しみにしているメンバーも多いです。早速おいしくいただきました。				担当者	
					リーダー	
					支所長	

開催日時		10月12日(火) 10:00~12:00		報告者		
出席者	運営委員	1名 oゆうあいクラブ 7名	講師: 2名	理事	職員	
欠席	4名		会場	ゆうあい工房		
次回開催日	2021年11月12日(金)			会場	ゆうあい工房	
●議題		<p>ケーナの響きは川村かつえさんとギター演奏の和田さんのお二人です。素敵な音楽です。「コンドルは飛んでいく」「プロセンシャル レハーニア」。</p> <p>ケーナの材料としては、もともとはカーニャと呼ばれる葦が用いられていた他、遺跡からの出土品には、動物の骨を使ったものも発見されている。現在は楽器としてある程度以上の水準のものは、葦よりも格段に硬い材質の竹(バンブー材)または木で作られることが多い。吹き込む息によって湿気を帯びること、また、材料の木(ハカランダなど)で口がかぶれることもあるため、吹き口の部分だけ骨を使う場合もある。竹製のものは、いかにもケーナらしい哀愁を帯びた掠れた音色を奏でる特徴があるが、竹材による寸法のバラツキがあるため正確に調律するのが難しいそうです。</p> <p>和田さんが吹いている連続で作られた笛はサンポーニャといい、息を吹き付けて音を出すのだそうです。</p> <p>続いて「水色のワルツ」「小さな秋見つけた」、素敵な音楽盛り上がりしました。和田さんが一人で吹いていた曲は「天城越え」です。続いて「花まつり」です。有名な曲で、必ずリクエストされるそうです。今日も最後にこの曲で終わりました。素敵なケーナの響きに、参加者から再度の演奏会の企画を言われました。</p> <p>素敵な音楽の後は試食です。わきあい合いでおいしくパンの試食しました。食べるときはマスク外し、話をするときはマスクをするというルールです。</p>				
試食品見本	別紙参照	感想				
全体の感想	<p>9月は折り紙を折りました。コロナのこともあり試食は無し、5人参加で折り紙「もみじ」作りました。</p> <p>音楽は人の気持ちを高揚させます。食事も弾みました。</p>		担当者			
			リーダー			
			支所長			



【10】月度 【南国】支所 【山田】コープ委員会報告書

開催日時		10月11日(月) 13:30 ~ 15:30		報告者			
出席者	コープ委員	5名		理事	職員		
欠席				会場	中央公民館		
次回開催日		12月3日(金) 13:30 ~ 15:30		会場	中央公民館		
●議題		●内容・意見			●確認内容		
このからの活動について		<p>ようやく感染者数が減って来たので、今後の活動をどうするか？</p> <p>生協としての活動「セミナー」等が開かれているので、組合員さん参加の催しを開いても良いかもしれない。</p> <p>もう少し様子を見た方が良いと思うので委員のみでの活動にした方が良く等の意見があった。</p> <p>今年度は委員のみの活動にする。</p> <p>オンラインでのLPAセミナーもできると教えられたが、私達にはハードルが高いと思う。</p>					
全体の感想	2ヶ月ぶりの委員会では香美市の「かみかカード」の話し等、非接触の支払いが多くなり、カードでの支払いが増え便利な様でカードの枚数が増え嬉しい等				担当者		
					リーダー		
					支所長	秋友	

セルフレジが増えたりも嬉しい操作に手回がかかる。

支所別統代会場から今年変って公共交通機関を使って行きたいので、駅からバス等を出してもらえないだろうか？と、言う意見があった。

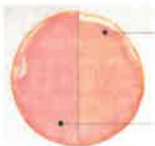
10月 東支所商品活動委員会報告書

開催日時	10月14日(木) 10:00~12:00		会場	こうち生協東支所 会議室
参加者	理事	2名	会計報告	食材費 講師料 交通費
	支所委員	1名 8名		
			次回	11月11日(木) 10:00~ サンスターリモート学習会 “オーラルケア”

〈当日の内容〉

須崎支所開催予定の“鎌倉ハム”リモート学習外に乗っかる形で参加させて頂きました
参加支所は今回、須崎、四万十、中央、南国、東の計5支所での開催となりました
鎌倉ハムの内田様がパワーポイントを使って以下の説明をして下さいました

- ① 鎌倉ハムとは?
- ② 鎌倉ハムのはじまり
- ③ 鎌倉ハムクラウン商会とはどんな会社か
- ④ 鎌倉ハムと生協との出会い ※生協組合員さんの熱い思いに根負け?
- ⑤ 初の無塩漬ハムの誕生
- ⑥ 7大アレルギー不使用の商品づくり
- ⑦ 生協取扱い品商品の紹介
- ⑧ ちょっと豆知識 ※ソーセージとウィンナーの違い
- ⑨ おいしい食べ方 ※実際にリモートで調理して下さいました
- ⑩ 質疑応答
- ⑪ 製造工場の工場見学的映像
- ⑫ 試食はローズハムとあらびきウィンナーの2種類でお持ち帰りでの試食としました
◆感想文は10月3・4週に配送時に回収→運営企画へ転送



生協の取扱い品
生協の取扱い品
生協の取扱い品



〈出た質問・意見〉

- Q: 大袋の企画がありますが、家族の人数の関係で少量パックでの企画はできないか?
A: 一日のパックできる数量は機械の関係で決まっているので、少量パックにすればするほど包材費も含めて経費が高くなり、商品価格も上がってしまう
- Q: 新商品の開発予定等はどんな風になっているか?
A: 開発するには長く続けていける商品でなければ成り立っていかないと考えます
- Q: 工場見学の映像の中で肉をカッティングしている段階で手袋はせずに、直接材料に“素手”で触れていることに抵抗を感じました。今後は手袋をしてほしい
A: 職人の熟練した素手の感覚(肉の粗挽き具合)が求められる行程 手袋をつけるとそれを感じることはできない為、あえて素手で行っている 今後の検討課題とします

〈参加者の感想〉

- ・初のリモート開催参加ではあったが違和感はなかった
- ・今までのリモートの中ではかなり内容を濃く感じました ホストの大塚さんお疲れ様でした

〈次月内容の確認〉 内容の要望一舌のお手入れ 試供品一歯磨き粉・歯ブラシ・洗口液

(9月) (安芸) 支所商品活動委員会報告書

開催日時		9月3週～9月4週		会場	
参加者	理事	1名		会計報告	
	支所委員	14名			
				次回	10月下旬開催で調整中

【アンケート参加者：13名】

【活動内容】

■「まいこぷ商品」の試食をモニター形式で開催

当初、9月度はサービス事業部（コープ葬祭）企画の「終活セミナー」に参加するよう計画していましたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止となりました。代替え企画としてカタログ商品を試食し、アンケート形式で感想・オリジナルレシピの聞き取りをしました。商品は委員さん全員に配送便でお届けし活動に参加してもらいました。

《試食した商品5品目》

企画	注文番号	商品名	供給単価（税抜）
2021092	248	国産きのこづくし釜めしの素 400g	398
2021092	290	減塩即席みそ汁いろいろ 30食	698
2021092	291	野菜がおいしい減塩おみそ汁 10食	698
2021092	331	さつまいもときんとき豆の煮物 80g	298
2021092	687	スイートコーン（北海道産）3本袋	398

■アンケート・委員さんの感想

詳しい内容については別紙

★オリジナルレシピ★教えて下さい！アンケート集約 等をご確認下さい。

■ 今回お届け商品一覧

配送回	注文番号	商品名
9月2回	248	国産きのこづくし釜めしの素 400g
9月2回	290	減塩即席みそ汁いろいろ
9月2回	291	野菜がおいしい減塩おみそ汁
9月2回	331	さつまいもときんとき豆の煮物 80g
9月2回	687	スイートコーン(北海道産)

NEW! **秋の味覚**
お肌しなやか
248 減塩 国産きのこづくし釜めしの素 3合用 **398円**
400g(仕分け品350g、スープ(濃縮)50g)(2~3合用) ●180日 ●430円

今週の目玉
さつまいもときんとき豆の煮物 **298円**
331 減塩 野菜がおいしい
減塩おみそ汁 10食(フリーズドライ)
1袋当り:140kcal/0.1g
国産さつまいも・パイン/還元成分約2%・タピオカ・キヌコ・
タイ/砂糖・日本国内産とうもろこし・タイ/煎大豆・大豆

減塩 野菜がおいしいみそ汁に比べて塩分25%カット!
減塩 即席みそ汁いろいろに比べて塩分25%カット!
291 減塩 MCエフデザイン 野菜がおいしい減塩おみそ汁 10食(フリーズドライ) **698円**
●1年 1袋当り:21kcal/0.9g ●764円
●特別栽培野菜・国産大豆/国産小麦/国産豆蔻/国産黒胡椒/国産山椒/国産唐辛子/国産生姜/国産チアシード/国産アジサイ/国産シソ/国産大葉/国産白味噌/国産赤味噌/国産白味噌/国産赤味噌/国産白味噌/国産赤味噌

とっても甘いとろけるスイートコーン! 3本でお使いいただけます!
人気No.1 スイートコーン
スイートコーン(北海道産) 3本装 **398円**
●1年 ●430円

★オリジナルレシピ★教えてください！ アンケート集約

I「とうもろこし」で自慢料理

①「とうもろこし」を使ったオリジナルレシピは？

おじゃこを入れて天ぷらにしました。
茹でる⇒そのまま食べるしかしたことが無いです..
サラダに少量入れました。
・野菜サラダにプラス ・野菜のかき揚げ ・コーンの炊き込みごはん
コーンと鶏ミンチのバター醤油炒め(コーンが香ばしくておいしかったです)
本当にシンプルにラップで包み5分チンの後ラップをはがし、白だし醤油を塗ってラップなしで2分チンし輪切りにしました。
先の方3cm切りとり、お湯で10分⇒そうめん5分を入れて湯がく。とうもろこしの先はお米と一緒に炊く(ヒゲも味が出る)。
特には無いです。
特には無いですが、孫達は「たこ焼器」でホットケーキミックスを使い、とうもろこし・チーズ・ウインナー等、好きな具を入れておやつにしています。
私はそのまま塩茹でが一番好きです。オリジナルなくてすみません。
焼きとうもろこしが大好きなのでオリジナル？クリームシチューに削ぎ切りしたのをさっと炒めて入れる。
とうもろこしは皮一枚残してレンジでチンする。ひげと身をかき揚げに入れる。パンにバジルソース・とうもろこし・とろけるチーズをのせオープンで焼く。塩を少し入れ「きびごはん」を炊く。

②今回お届けさせていただいた「スイートコーン(北海道産)」を試食した感想

甘くておいしかったです。
子供がおいしいと言って全部食べてしまいました。
地物よりもつぶがしっかりしていておいしかった。
いつも冷凍をしようしているのでは生は美味しいです。北海道の旅を思い出しました。
一粒一粒がしっかりして、甘くおいしかったです。
「もちきび」のようにスイートコーンがもちもちしていてとても美味でした。
とてもやわらかくて甘くおいしかったです。
甘くてとてもおいしかったです(サランラップを巻いてレンジでチンしていただきました)。
普通においしかった。
パーベキューにて試食しました。甘くておいしかったです。
モチっとしていて、でもふっくらしていました。甘く水分も多く食べやすかったです。
おいしかったです。
北海道のとうもろこしは甘く、おいしかったです。

II「国産きのこづくし釜めしの素」

③「きのこづくし釜めし」にどんな食材を足しましたか？

「かしわ」を足しました。
にんじん。
今は野菜のない時そのまま使いました。
人参
冷凍にしていた「しめじ」があったので足してみました。
足した食材は人参・ごぼう・新生姜(これがみそ)仕上がり輪切りオクラと、いただいたさつま芋と煮豆をトッピングしました。
油揚げをきざんで二合炊きで説明通りに、おいしかったです。残りのだし汁はそうめんに入れた。
食材を足さずに炊いてみました。
四方竹。
人参・あげ・大根(少々)を入れました。
鶏肉・人参
鶏肉・油揚げ・にんじん
ごぼう・人参を足しました。

④「きのこづくし釜めし」を試食した感想

きのこも多く、味もしっかりついておいしかったです。
きのこがコリコリしておいしかったです。
人参やごぼう等を足した方が良かったかと思ひ反省しています。
・美味しいです(味は少し濃い) ・いつもカニ・ホタテの釜飯を使用します ・きのこが複数で本来のきのこの味が分からない ・個人では使用しない ・一品のきのこで魚は白身を使用(ごちゃごちゃ入れない)
きのこの香りとエリンギ、舞茸などの菌ごたえがありおいしかったです。
釜めしの味は良かったのですが古米でお米がまずくて新米にすれば良かった。
丁度の味でおいしく頂きましたが、きのこを足して炊いた方がよかったです。
普通においしかったです。
薄味で甘みもあっておいしかったです。自分で作ると味がバラバラなのでこれを使いたいです。
届いた次の日に頂きました。炊き込みあまり食べない娘がおかわりしていました。とてもおいしかったです。
味もよくておいしかったです。
しいたけとか一種類の炊き込みなので、いろんな味が楽しめておいしかったです。味噌汁も簡単なのに手作り感があり良かったです。お芋と金時豆もホツとする味でした。

III その他

⑤今回お届けさせていただいた上記以外の商品や今後の商品活動について 等

みそ汁がさわやかでおいしかった。
味噌汁はそれなりに味わいがあり価値も安くいいと思います。金時豆は良いけどさつま芋は甘すぎになり糖尿病の方に向いていないと思います。
早くコロナが終息したら料理教室がしたい(同じ材料でも個人//アイデアが見られる。ほんの少しの盛り付けとか)。
「減塩即席みそ汁いろいろ」この商品はよく利用していますが、減塩だけ私にはまだ辛く感じるのでみそを少し減らしています。「野菜がおいしい減塩みそ汁」は、丁度よくおいしかったです。
お味噌汁に今が旬のミョウガをきざみ入れました(減塩と感じなかった)。釜めしを作ったことがなかったので珍しかった。
金時豆とさつま芋の煮物は味付けはおいしかったです。金時豆は少し固かったです。さつま芋は丁度のやわらかさでした。
ウクチンを打っている人が増えたので三密にならないように気配りながらの活動、又は今回のように同一の試食なども良いですね。

2021年度10月須崎支所商品活動委員会報告書

開催日時	2021年10月14日 (木) 13:30~15:00		会場	こうち生協須崎支所 会議室・調理室
参加者	理事	2名	会計報告	
	職員	1名		
	委員	9名		
			次回	10月11日 (木) 13:30 「40年ぶりに改正！相続セミナー」 場所 須崎支所会議室

10月の商品活動委員会は、9月開催予定だったZOOMでの鎌倉ハム産地見学です。9月はコロナ蔓延防止措置として、泣く泣く延期をしました。10月は全国的にコロナ感染も随分少なくなり、商品活動も再開出来るようになりました。今回の企画は「コロナやし、ZOOMで産地見学できんろうかねえ」から始まりました。他の支所の商品活動委員さんにも声をかけいくつかの支所との合



同開催です。須崎支所とは馴染み深い鎌倉ハムさんにおねがいをしました。まずは鎌倉ハムの概要を内



田様から説明していただきました。鎌倉ハムと言っても地域ブランドで鎌倉ハムと名の付く大きなメーカーは5社あるそうです。生協でお世話になっているのは鎌倉ハムクラウン商会という会社になります。鎌倉ハムクラウン商会創業の歴史、地域生協の組合員さんの声で添加物や7大アレルギー不使用のハム・ソーセージの誕生。

生協取扱い商品の紹介。ご自宅での美味しい調理法のライブ中継。工場の紹介動画など。後は各支所の皆さんからの質疑応答で終わりました。内田さんの説明も楽しく詳しく、調理の実演、質問コーナーも分かりやすく説明してくれました。ありがとうございました。今後もコロナが続く限りこのような形での産地見学もいいのではないかと思います。



皆さんお疲れ様でした。

次回は11月11日 (木) 13:30 須崎支所 LPA勉強会

「40年ぶりに改正！相続セミナー」 です。よろしくおねがいします。

今月は【鎌倉ハムクラウン協会】さんをオンライン産地見学でした。説明と工場での製造過程をDVDで見せてもらいました。

★説明の中で「えー、そうなが！」と思ったことを皆さんにもお伝えします。

① 【鎌倉ハム】ってメーカーの名前と聞いていた方いませんか？

【鎌倉ハム】は地域ブランドの名前で神奈川県鎌倉郡(現横浜市戸塚区)で作られたハムの事を言うらしいです。現在【鎌倉ハム】とつくメーカーは5社以上はあり、製法・価格などに特徴を持っているようです。

② ハム・ソーセージ包装に「無塩せき」と表示されていますが、食塩を使用していないこととおもいませんか？
「無塩せき」とは発色剤(亜硝酸ナトリウム等)を使用していないと言っ事で、JAS規格では、発色剤を使わないハムやウインナーは「無塩せき」と表示する決まりになっています。袋の裏側に「無塩せき」の説明もあります。

③ ウインナー・ソーセージ・フランクフルトの違いは？ なんとソーセージは総称だったので。

- ・ウインナーソーセージ : 羊腸使用、太さ20mm未満
- ・フランクフルトソーセージ : 豚腸使用、太さ20mm以上36mm未満
- ・ポロニーソーセージ : 牛腸使用、太さ36mm以上 (JAS規格)

④ ★【鎌倉ハムクラウン協会】さんの特徴について

- ・発色剤・添加物を使わない ⇒ 一般的なハム・ソーセージに比べ色が自然で賞味期限が短くなる
- ・7大アレルゲン(卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに)不使用
- ・国産チルド豚肉使用 ⇒ 冷凍肉からは解凍によりドリツツが出てしまいますが一度も冷凍していない新鮮な原料肉はドリツツがあり、肉本来の旨み・結合力があるので添加物を入れなくてもおいしいハム・ソーセージができる(品使用)

★今回お世話になった【鎌倉ハムクラウン協会】さんのこうち生協取り扱ひ商品をPRさせていただきます。

・あらびきウインナー



・ローズハムスライス



・腸詰めあらびきソーセージ



・ポークソーセージ



・つかいきりミニポークウインナー



毎週企画

毎週企画

10月4回でした

次回 11月2回

次回 11月1回

★「ソーセージのおいしい食べ方」もお伝えたいいただきました。中まで火がとおって、香ばしい旨みの詰まった食べ方は「蒸し焼き」。

フライパンに冷たいままのソーセージと大さじ1程度のお水を入れ、蓋をし中火、「チリチリ」となり始めたら蓋を取り、お好みの色になるまで炒す。

次回の商品活動委員会はLPA(ライフプラン・アドバイザー)による『40年ぶりに改正！相続セミナー』です

11月11日(木)13:30～ 生協須崎支所で行います。興味のある方はご一緒に聞いてみませんか先着10名とさせていただきます。

申込は11/5(金)までに須崎支所(0889-43-1211)山崎まで



鎌倉ハムクラウン協会さんは、
原材料名の欄を見るととてもシンプル！
「いろんなものを入れなくてもおいしくできている」と味に自信のあらわれです。



みなさんのおたよりを首を長〜くして待っています。

★今回のいきいきワクワクで一番印象に残ったのは？★

(2021年10月号より)

●まだまだ続きそうなコロナ禍。中央支所朝倉コープ委員会は切り口を変え『般若心経』に取り組まれ、心が洗われるすばらしい写経になったのでは…。いつも前向きで私も心が洗われます。【ペンネーム ピース】

★写経は一心不乱に行うと雑念が消え、心が洗われそうですね。時には心を落ち着かせることも健康のために大切なのかもしれません。

●四万十支所の焼き肉のタレ。作り方もすごく細やかにあるので、ぜひ作ってみたいです。(ミキサーある・なしもすごいですね)

【ペンネーム プルメリアンコ】

★「材料を配布し各家庭で作る感想を委員会ニュースに掲載する」というコロナ禍ならではの工夫をされた四万十支所商品活動委員会のみなさんに頭が下がります。ミキサーを使用する場合と使用しない場合を別途に掲載されていて非常にわかりやすいですね。プルメリアンコさん、作られた感想などもまたご返信いただけると大変嬉しいです。

●四万十支所の「焼肉のタレ」レシピ。我が家と違うけれど挑戦したいです。

【ペンネーム ありがとう】

★『四万十支所商品活動委員会ニュース』にレシピと作られた方の感想も掲載されましたね。作った焼肉のタレに色々たしてアレンジされている方もいらっしゃいましたね。ありがとうございますのお家のレシピも知りたいですね〜♪

●勉強会がリモートなしでは出来ない事を日々実感しています。【ペンネーム グロリオサ】

★コロナ禍の中、本当にそう思います。こうち生協も例外ではなくリモート会議、オンライン産地見学・商品学習会等、以前に比べて増えてきております。オンラインでの産地見学・商品学習会では遠方のメーカーさんの顔を拝見しながらの会話は、メールや電話とは違ったお人柄が伝わり、楽しむことができます。また、参加者が遠方へ足を運ばなくても良いので移動時間の短縮や、体力面でも楽にご参加いただけます。コロナ禍でも良い事がありますね。いつでも前向き、できることからしてみようと日々思います。

★気持ちが救われたことば★

(2021年10月号より)

●娘からの「お母さんが居てくれてよかった！」と一言。中学生時の言葉ですが、悩んでいる様子をそばで見守ることしか出来ない時期でした。「こうすれば」「ああすれば」と口出しせず子どもを信じていて良かったし、親の心が通じたのかやがて素晴らしい友達にも恵まれより良い思春期を迎えてくれた時のひとコマでの言葉です。【ペンネーム ピース】

★娘さんからの言葉、嬉しくずっと心に残りますね。何も言わなくても娘さんにはピースさんの存在が一番心強かったのでしょうか。思春期の子どもに「口出しせず」にいらっしゃったピースさんを尊敬します。



●「職場の人やお客様に仕事辞めないでいつまでも来てね」と言われ、手術後で老齢の身でありながら嬉しく励みになりながら今も頑張っています。【ペンネーム ありがとう】

★手術されていたのですね。お体は大丈夫ですか？ご無理さらないよう願っております。ありがとうございますの職場の方やお客様に対する日頃の感謝のお気持ちが、そのまま返って来たのではないのでしょうか？嬉しい言葉ですね。ありがとうございますの誠実さが伝わってきました。

●小学生の頃(60年以上前)大卒の叔母がいて、その方から頂いたキュリー夫人の伝記、豊かそうではないけれど努力する事の大切さが文面から教えられ、それが原点だと思っています。【ペンネーム グロリオサ】

★物理学者であるキュリー夫人、誠実で努力をする強い女性のように思えます。叔母様は小学生のグロリオサさんに人生を強く歩んでいく術を教えて下さったのではないのでしょうか？

★その他何でもOK★

(2021年10月号より)

●名言です。いつも障害にぶつかっています。【ペンネーム プルメリアンコ】

★『どうにも乗り越えられない障害にぶつかった時は頑固さほど役に立たないものは

ない』という名言ですね。頑固さは信念を貫く為に役に立つこともありますが、時には役に立たないこともあります。常に柔軟な心を持つことが大切なのかもしれませんね。

●「過去の自分の子育て…」掲載され返信の文章を嬉しく読んでいたら、息子から二人目のおめでた報告。「おめでとう」と伝えると、「こちらこそお母さん達に命いただきありがとうございます」と感謝と喜びの声。【ペンネーム ありがとう】

★大切に育ててこられた息子さんにお子さんが産まれたのですね♪おめでとうございます!! 息子さんのありがとうございますへの言葉、感激しました。「命をいただいた」と感じられた息子さんのお言葉を拝見し、ありがとうございますの子育ては大正解だったのではないかと思えました。子育て真っ最中の私には、この様な日が訪れることを夢見て頑張ろうと励みになりました。ありがとうございました!!

いつも
ありがとう
ございます



☆心に響く名言☆

寒さにふるえた者ほど太陽を暖かく感じる。

人生の悩みをくぐった者ほど生命の尊さを知る。

- ホイットマン -(アメリカ合衆国の詩人 / 1819-1892)

いきワクVoice



投稿された方の中から
抽選で3名様に
粗品プレゼント!!

「いきいきわくわく」の感想・こうち生協へのご意見・ご質問、日常の出来事など
お気軽にお寄せください。「いきいきわくわく」にて皆様の声を掲載させていただきます。

また委員会でのこぼれ話、サークルでの出来事など、たくさんの声をお待ちしております。
写真等送っていただいてもOK! コピーしての投稿也大歓迎。

●今回の「いきいきわくわく」で一番印象に残ったのは?

●2021年は新型コロナウイルス感染症に悩まされましたね。そのほか様々な
事がありましたことでしょうか。2021年を振り返りあなたの暮らしのなかで
今年流行った言葉を教えてください。

テーマ：あなたの2021年の流行語は?

●その他何でもOK

切り取ってください

☆店舗職員もしくは、支所担当職員、
配送職員にお渡しください。

※アンケートを受け取った担当者は
本部運営企画グループ小川まで
転送よろしくお願ひします。

支所・店舗

委員会名・サークル名

名前

班名

—匿名希望—


←匿名希望の方はこちらに○を

ペンネーム

組合員コード



クイズ



オンラインでの会議を実現するクラウド型のビデオチャットサービスで、パソコンやスマートフォン、タブレットなどを通して複数人でのビデオ通話を可能にするサービス、国内トップシェアのWeb会議システムは何と呼ばれているのでしょうか？

(参考資料：LISKUL2020.10.22 更新資料より)

答え（ ）

ヒント：コロナ禍のビジネスで最近よく利用される企業が増えていますね。

裏面（いきワク Voice）の投稿をしてくれた方の中から抽選で3名様に

景品をプレゼントさせていただきます。【11月12日締切】

切り取り線から切り取って裏面に必要事項を記入し、店舗サービスカウンター、生協職員、配送担当者、または本部運営企画グループ小川までお渡してください。



10月のクイズの問題：『須崎支所商品活動委員会で8月に開催されたスマートフォンを使って投稿するという企画、この時投稿したこうち生協のホームページの1つのコーナーとは何でしょうか？』

正解は 「**こーぷのある暮らし**」 でした。

ご応募ありがとうございました。

「いきいきわくわく」に掲載された声や情報は、こうち生協が発行する広報誌で使わせていただく場合がございますのでご了承くださいませ。
ダメな場合は遠慮なくご相談してくださいませ。

切り取ってください