

COOP LETTER

2021

10

October

野菜もたっぷり♪とりとんボールで、満足ごはん



Contents

わが家のいちおし活動
とりとんボール p2-3

みんなのおしゃべりから誕生！
ファミシユウるおいミルク p4-5

Zoomで参加！
夏休みオンライン親子クッキング p6-7

インフォメーション
みんなのひろば 他 p8-11

コープのなかま
ご自宅での介護を支援します p12

■ホームページは

コープやまぐち 検索



■フェイスブックは

コープやまぐち フェイスブック 検索



ご自由にお持ち帰りください。コープレターは再生紙を使用しています。

国産の鶏肉・
豚肉で作った
肉だんご！

とりとんボール

お気に入りの商品や、料理方法など、組合員さんから寄せられた声を伝えて広げる「わが家のいちおし活動」。
今回は、とりとんボールに寄せられた組合員さんの声や、とりとんボールを使ったレシピをご紹介します。

とりとんボールに寄せられた

組合員さんの声

んで照りやき風にしても美味しいです。

いろんな料理に使える優れもの

(山口市 I・Mさん)

酢豚の豚のかわりに、一度揚げたとりとんボールを入れたり、ミートボールにしたりと冬はお鍋にと大活躍♪



煮込みハンバーグ風にアレンジ

(宇部市 ふかちゃんさん)

とりとんボールとデミグラスソースの煮込みは、孫の大好物です。オリーブ油でマッシュルームと玉ねぎを炒め、赤ワインを入れてアルコールを飛ばし、水400ml、コンソメ×2、ケチャップ大さじ6を入れ、ひと煮立ちさせたデミグラスソースにとりとんボールを入れて20分くらい煮る。最後に生クリーム50ml、パセリを振って出来上がり。

酢豚の豚肉代わりに...

(宇部市 S・Kさん)

にんじん、玉ねぎ、ピーマンと一緒に炒めて、酢豚風に作るのが、我が家の定番メニューです。2歳の息子はかたまり肉があまり好きではないのですが、このとりとんボールはすごく好きで、たくさん食べてくれるのでよく買っています。



お弁当にもバッチリ

(宇部市 M・Mさん)

サイズもよいので、よくお弁当の一品に使っています。玉ねぎやピーマン、人参と一緒に炒めて、トマトケチャップとソースで味を調え、お手軽ミートボールになり、一緒に野菜も食べられるので、栄養面もバッチリです。しょうゆと砂糖、みり

国産の鶏肉・豚肉を使用したふんわりと味染みのよい冷凍の肉だんごです。鍋もの、シチュー、炒め物などいろいろな料理にお使いいただけます。レンジ調理で温めてお弁当にもおすすめです。

解凍方法

電子レンジの場合

凍ったままのとりとんボールをお皿にのせ、ラップをかけて加熱してください。

	1個	4個	6個
500w~600w	約30秒	約1分	約1分20秒
1000w	約20秒	約40秒	約50秒

※冷たい場合は、10秒ずつ再加熱してください。

煮る場合

凍ったままのとりとんボールを、シチューやおでんに入れて約5分煮込んでください。

油で揚げる場合

凍ったままのとりとんボールを、たっぷりの160~170℃の油で約3分揚げてください。



co-op 宅配予定 10月2回 店舗 取扱い

わが家の冷凍庫には欠かせない1品

わが家の必需品です。子どもの大好物です。カレー、シチュー、肉じゃがに加えたり、そのままチンしてお弁当の一品に加えたり、とても重宝しています。これから鍋物にも入れて楽しみたいと思います。

(岩国市 O・Mさん)



コープ商品では、加工食品の分野で国産原料利用を拡大し、日本の農畜水産業を応援する商品の開発を進めています。

国産素材
主要な原材料に国産素材を使用している
コープ商品につけられるマークです。

組合員さんからのお問い合わせで多いのは、「原料は国産ですか」というもの。「わかりやすいマークをつければ、国産原料を使った商品の利用が広がり、日本の農業・水産業・畜産業を応援することができるのでは」そんな想いを込めました。

【今回のテーマ】
かさ増しのために使っている商品

ラブコも大好き♪



そのまま使えて便利

(山口市 N.Aさん)

大根と豚肉・茄子と牛肉など、冷蔵庫内にあるものを煮る時にミニ厚揚げと一緒に入れます。切る必要もないしすぐに使えてとても便利です。孫たちも厚揚げが好きなので、好評です。厚揚げにめんつゆをかけて食べるのも良いみたいです。



便利なクッキングミニ厚揚げ

宅配予定 10月4回 店舗取扱い

かにかまでポリウムアップ！

(山口市 M.Yさん)

市販のもずくは小さくて、ほとんど酢を飲んでいる感じがしますが、コープの太もずくは食べごたえもあり、子どもも大好きです。きゅうりを細切りにして、カニカマもさいて入れるとポリウムもあり、我が家の定番です。



かに風味フレーク

宅配予定 10月3回 店舗取扱い

お肉がふわふわになります

(岩国市 K.Iさん)

豆腐を水切りし、ハンバーグやロールキャベツを作るとき、ミンチ肉に混ぜています。□当たり



もめん豆腐

宅配毎週 取り扱い 店舗取扱い

もやわらかく美味しいです。ミンチ肉料理の時、いつも利用しています。

インフラボン補給にも

(光市 M.Kさん)

ドライパックの大豆はミートソースやカレーにそのまま入れて、かさ増し・栄養補給。女性に嬉しいインフラボンを簡単に摂れて助かっています。保存ができるので冷蔵庫の食材不足の日でも料理に使えて便利です。



大豆ドライパック

宅配予定 10月2回 店舗取扱い

どんな料理にも使える万能しめじ

(北部地域 弁天島コープ委員会)

しめじは、料理のかさ増しになります。麻婆豆腐に細かく刻んで入れたり、焼きめしの時も細かく刻んで入れたりしています。大家族なのでとても重宝しています。市販のしめじは熱を入れたらやわらかくなりますが、生協のはコリコリ食感が残って美味しいです！



産直ぶなしめじ(蕨樹)

宅配毎週 取り扱い 店舗取扱い

「わが家のいちおし活動」では、皆さんのおすすめ商品もご紹介していきます。テーマに合わせて、ぜひご参加ください！

表紙の料理レシピのご紹介

とりとんボールと

かぼちゃのチーズ焼き

材料(2人分)

とりとんボール…10個／かぼちゃ…200g／ミニトマト…10個／ミックスチーズ…適量／塩こしょう…各少々／バター…10g

作り方

① かぼちゃは1cm程度の厚さに切り皿に並べ、ラップをかけてレンジで4～5分加熱し、塩こしょうをふる。
② 耐熱容器にバターを薄く塗り、①と、とりとんボール、ミニトマトを交互に並べる。
③ チーズをたっぷりかけて、オーブントースターで7～10分程度加熱する。

※様子をみて、焦げそうな時はアルミホイルを被せるといいですよ。

とりとんボールのマリネ

材料(2人分)

とりとんボール…12個／パプリカ(赤黄)…各1/2個／いんげん…10本／にんにく…1片／塩…少々／オリーブオイル…適量／ブラックオリーブ…適量

A 酢…大さじ2／オリーブオイル…大さじ4／塩こしょう…各少々

作り方

① パプリカは1口大に、いんげんは三等分の長さに切る。にんにくはみじん切りにする。
② フライパンに油を熱し、にんにく、とりとんボール、パプリカ、いんげ

んを炒め、塩をふる。

③ 容器にAの材料を入れて混ぜ合わせ、②とブラックオリーブを入れて、冷蔵庫で1～2時間冷やす。
※お好みで仕上げにブラックペッパーをかけてもいいですね。

とりとんボールのリゾット風

材料(2人分)

とりとんボール…12個／じゃがいも…1個／玉ねぎ…1個／にんじん…1本／ブロッコリー…1/4株／カットトマト缶…1/2缶／コンソメ…2個／ご飯…2人分／粉チーズ…適宜

作り方

① じゃがいも、玉ねぎ、にんじんは食べやすい大きさに切る。ブロッコリーは小房にわける。
② 鍋に水2カップ強とコンソメ、とりとんボールと①、トマト缶を入れ、アクを取りながら材料に火が通るまで煮る。
③ 最後にご飯を加えてひと煮立ちさせる。お好みで粉チーズをかける。

※ベースのスープには、冷蔵庫の残り野菜を入れてもOK！



次回は、「CO-OPアボカドディスプレイ」に関するエピソードや、**時短で活躍する商品**を教えてください。



11ページの「おたより用紙」にて、お待ちしています！

組合員さんの声に込めて

「ファミシュシュうるおいミルク」は、組合員さんの「こんな商品があったらいいな」、「生協で発売されるといいな」という声から生まれた商品です。そこで上がった「6つの願い」のひとつ「家族みんなで使えるスキンケア」に着目し、商品化が決まりました。組合員さんのお悩みを聞き出すところから、商品コンセプト、成分や中身・使用感・香り・デザインもすべて組合員さんと協議し、他の願いも参考にしながら商品開発を進めました。



スキンケアに関する6つの願い

1

化粧品ってどれを選んでいいかわからない…。オススメの化粧品が知りたい。

2

旦那さんや子どもも、家族みんなで使えるスキンケアがあったらいいな。

今回は②をピックアップして商品化！

3

香料が苦手。肌に優しいストレスフリーな化粧品が欲しい。

4

時間もなくてスキンケアを怠りがち。手早くスキンケアができればいいのに。

5

最近目立ってきたシミやソバカサなど、気になる肌トラブルを解決したい。

6

紫外線対策はしているけれど、他にも効果のある化粧品があれば。

乾燥する季節のスキンケアに！ ファミシュシュうるおいミルク

お肌と同じ弱酸性！

おすすめポイント

1

顔にも体にも、カサカサなひじひざにも！全身に使えるモイスターミルク。べたつきにくいのにしっかりと保湿してくれます。

おすすめポイント

2

地産地消原料として瀬戸田レモン果汁※1、出雲湯村温泉水※1を使用！※1 保湿成分



12 つくば市産 つかば産

コップのエシカル Ethical

地産地消によって地域活性化やエネルギー削減効果が期待できます。

おすすめポイント

3

こだわりのうるおい成分 大・小2種類のコラーゲン※2とヒアルロン酸※3配合
※2 水溶性コラーゲン、加水分解コラーゲン
※3 ヒアルロン酸Na、加水分解ヒアルロン酸

おすすめポイント

4

ポンプタイプなので、お子様でも使いやすい！



無香料

無着色

無鉱物油

無※4パラベン

アルコールフリー

ほんのり柑橘の香り

※香りは配合成分による香り

※4 他の防腐剤を使用しています



組合員さんのおしゃべりから生まれた商品「ファミシュシュうるおいミルク」がこの秋から発売となります！
商品の内容や、開発担当者さん・組合員さんに聞いた開発秘話をお届けします。

二みんなのおしゃべりから誕生！

ファミシュシュうるおいミルク

宅配予定 10月2回
1,078円(税込)
180ml

ファミシュシュの名前の由来 家族の「Family」とフランス語でお気に入りという意味の「Chouchou」を組み合わせたもの。みんなのお気に入りになってほしいという願いが込められています。

開発秘話

1

組合員さんのお悩みに応えていきたい コープCSネット 熊谷さん

ファミッシュうるおいミルクの商品化は、コープCSネット『CS商品開発委員会』・『おしゃべり会』に参加されている組合員理事さん、組合員さんと共に進めてきました。開発・商品化には、コープのフリーアでおなじみのナリス化粧品さんにも関わっていただき、『想い・共感』と『さまざまな思いやり・エシカル』をテーマに、みんなが使いたい!欲しい!あったらいいな!と本当に思える商品を作ろう!という思いでスタートしたプロジェクトです。開発にあたって、組合員さんへの最初の聞き取りテーマは“スキンケアに関すること”でしたが、まず驚いたのは、化粧品について皆さん止まることなくおしゃべりされていたことです。これまで食品の開発にも携わってきましたが、その時よりも多くの意見が出て、会が終わっても皆さん帰らずに話を続



けられていたんです。時にはナリス化粧品さんの『眉毛の描き方講座』が即興で始まったり(笑)。とにかく皆さんが盛り上がっていたのが印象的でした。でも、それだけ盛り上がるということは、皆さんにかしら“肌の悩みや困りごと”を抱えていらっしゃるということ。そんな悩みにお応えする商品を作りたい!と開発を重ね、今回皆さんのおかげで商品化に辿り着くことができて本当に良かったと思っています。



コープCSネットとは

生活協同組合連合会コープ中国四国事業連合。中四国の生協とともに、商品の仕入れ・開発・カタログ作成など、共同事業を行なっています。

開発秘話

2

“生の声”を聞いていただきました

フリーアでおなじみ!

ナリス化粧品 田辺さん

2年以上かけ、のべ500名以上の組合員さんのご意見を元に開発を行ないました。コロナ前は、中国地方5県のおしゃべり会に参加し、生活スタイルや個々の化粧品への要望等、組合員さんの“生の声”を聞くことにこだわりました。

たとえば、「ポンプ状のこっくりクリームが良い」というご意見をいただいたのですが、こっくりクリーム状ですとポンプで吸い上げることが難しいため、使用感も容器もご要望に応えることが難しく、もどかしい気持ちになったこともありました。何度も改良を重ね、ポンプで利用できる、出来るだけしっとりしたミルクが完成しました。

他にも、「中国地方の成分を配合したい」という声から、保湿成分として角質柔軟効果のある瀬戸田レモン果汁と、お肌を美

肌にするとされている出雲湯村温泉水を配合しました。

また、今回の製品ですが、顔にも体にも使えるミルクとなっており、全身を一気にケアできます。伸びが良いので少量でスーッと伸ばせ、肌がしっかりうるおいます。私自身、3歳になる子どもがいるのですが、子どもの顔・体にささっと塗ることができ、そのまま自分の体にも塗ってしまえるので楽です。夏は日も強く、冬は乾燥が厳しく、子どもも大人も肌ダメージが大きいので、日々保湿の大切さを感じます。



開発秘話

3

家族みんなが安心して使えるものを

コープやまぐち組合員 辻野さん

私たち組合員一人ひとりの年齢も家族構成も違うけど、みんなの思いは1つ!「生協に家族みんなで安心して使える商品があったらいいね」の声から誕生した「うるおいミルク」は、私たち組合員の願いがいっぱい詰まった商品です。

きっかけは、普段のスキンケアの「悩みあるある」から「家族のあるある話」。何気なくくらしのおしゃべりから、ナリス化粧品さんがイメージして商品提案をしてくれたことに驚きました!せっかく開発する商品なら、生協ならではの商品にしたいという想いから「原材料も安心して使えるものがいいよね」「原材料に県産のものが入っていると地産地消にもつながるよね」な

ど、私たちの声を出しあい、何度も改良していただきました。ボトルのデザインもみんなで意見を出して決めたんですよ!

家族みんなで使えるアイテムというコンセプトの通り、「うるおいミルク」は、肌に優しく、開発に関わった私たちの想いがたくさん詰まったものになりました。ぜひたくさんの組合員さんに愛される商品になってほしいです。





夏休み

オンライン親子クッキング

株式会社シーサットさんのご協力の元、8月3日(火)にオンライン親子クッキングが開催されました。その当日の様子をお届けします♪

オンライン親子クッキングってなあに？

今回が初の試みとなるオンライン親子クッキング。昨年から、新型コロナウイルスの影響により、組合員さんの学習の場、メーカーさんとの交流の場であったセミナーや学習会の中止が相次ぎ、従来の交流ができないう状況が続きました。そこで、オンラインの活用を進められないかと試行錯誤し、株式会社シーサットさんのご協力の元、実施したものです。

今回参加されたのは、5組のご家族。Web会議システムのZoomを使用して、ご自宅からご参加いただきました。自家製サケフレークを使った「ゴマ香る鮭チャーハン・ドームライスに何仕込む？」をみんなで一緒に作りました♪

シーサットは、1950年に下関市場の鮮魚仲介業者からスタートした会社です。生協宅配中心に冷凍加工のお魚・フライなどを製造・販売しています。

当日の講師
（株）シーサット 営業部
藤田 宗三さん

レシピ紹介

自家製
サケフレークを
使った

ゴマ香る鮭チャーハン

ドームライスに
何仕込む？

今回使用した商品はこちら



北海道産
秋鮭切身(甘塩味)
宅配予定
10月3回

材料(4人分)

北海道産秋鮭切身(甘塩味):4切/温かいご飯:お茶碗4杯分/ごま油:大さじ4/中に仕込む具材お好みで:ミニトマト、うずらの卵、黒ゴマ、お菓子など

作り方

★自家製サケフレーク

- 1 鮭を冷凍庫から取り出し、凍った袋のまま電子レンジ500wで解凍する。(解凍方法はコツ・ポイントでご紹介!)
- 2 フライパンにクッキングシートを敷き、鮭を並べて中火で焼く。
- 3 熱の通りを確かめながら裏返し、30秒経ったらお皿に取り上げる。
- 4 皮と骨を取り除いたら中火の弱火で鮭の身をから煎りし、水分を飛ばし完成。

★ドームライス

- 1 フライパンに火をつけずにご飯4杯分を入れ、ごま油を混ぜる。
- 2 中火にしてご飯を炒め、パチパチ音が鳴ったら自家製サケフレーク(大さじ8)を投入する。
- 3 コップの底にお好みの具材を仕込み、ライスをスプーンでギュッギュッと詰めながら真ん中にも具材を入れ、お皿の上にコップをひっくり返して型を抜いたら完成。



コツ・ポイント

鮭をふっくらさせるコツは、
十分な解凍と控えめな加熱!



解凍

- 袋のまま電子レンジへ ● 表面500w1分、裏面500w1分

加熱

- フライパンにクッキングシートを敷き、シートを持ち上げて90度ずつ回しながら加熱する。
- 片面をしっかりと焼き、表面に肉汁が出てきたら鮭をひっくり返す。
- ひっくり返すのは1回のみ

この他にもカタログ「こくる」で人気の商品はコレ!



CO-OPLしめさば昆布じめ
宅配予定
10月2回



あじフライジャンボパック
宅配予定
10月4回



すぐに使えて、
簡単おいしい!!



当日の様子

1 スタート!



▲シーサットの工場見学に行った気分♪

「充電はされていますか?」「リアクションは大きく!」などリモート開催ならではのオープニングで、まずはオンライン工場見学からスタート!

2 材料紹介



みなさん準備は整いましたか〜?



▲コープ商品が勢ぞろい!

「私は、どうぶつビスケットを入れます!」と話す藤田さんに、参加者からは驚きの声。参加者のみなさんは、アボカドやコーン、そしてグミなど、それぞれ好きな具材を用意されていました!どんな味になったのでしょうか?

3 調理開始

冷凍の鮭を解凍し、まずはサケフレークから作っていきます!



ゴマ油を木べらに沿わせながら入れると風味が全体に広がりますよ〜



いよいよチャーハンを炒めていきます。

鮭には骨があるので、ほぐしながら骨を取っていきます。多少骨が残っていても食べるときに取り出せば大丈夫!

4 完成!



上手にできました♡

最後はみんなで記念撮影



クッキング動画はこちらから♪



親子の食育の場を大切に

「参加者の皆さんに伝えたかったのは、子どもの食事を親が手伝いすぎないということ。自分で骨を取って食べることで危険を見つけることが大切」と話す藤田さん。「子どものことが心配だから親御さんが骨を全部取ってあげる、骨取りの魚で調理する、というのを最近よく聞きますが、子どもの食育のためには、わざと骨を残すなどのハザードを作り、自分で骨を取るという経験をさせることも大事だと考えています。食べるという行為は、異物を体に入れるということでは実は注意力も必要な行為です。最近では、あまり噛まなくても飲み込める食事が多いように思いますし、例えば、よく噛まなかったせいで魚の骨に気づかず飲み込んでしまふのは怖いことだと思いませんか?よく噛んで、口の中の違和感に気づき、骨を取り出すことが大切です。自身を守るためにも骨がある魚を調理して食べ、口の中にも骨を確認し、しっかり噛みながら、おいしさも味わうことを幼い頃から習慣づけてほしいです。」



参加された方々より

きょうだいが力を合わせて

（毎田恵美さん 小学6年、4年、2年生のお子さん）
双方向のオンラインでの料理教室は初めてでしたが、料理方法も見やすく、子どもだけで作ることができていました。コロナ禍で我慢する生活が続いていますが、オンラインで様々なことを体験出来るようになったのは、良いことだなと思っています。コロナが落ち着いたら、実際に工場見学に行ってみたいです!



調理のコツを学ぶことができました

（山本裕美さん 小学2年生のお子さん）
工場見学では、手作業の部分が多くて驚きました。シンプルな材料で、きちんと丁寧に作られていることが分かってよかったです。サケフレークは、解凍や焼き方のちょっとしたコツで味や食感がガラッと変わることにびっくりしました。クッキングシートを使うと、あとの調理で余熱を使うことができるというのが目から鱗でした。子どもは、鮭を手で触って温度を確認するのが怖くて出来ずに泣いてしまいました。が、無事に完成して良かったです。



16 平和と公正を
すべての人に

2021年夏の平和活動レポート

コープやまぐちでは、一人でも多くの人々が平和について考え行動していけることをめざし、平和活動に取り組んでいます。2021年度の夏は、各市町村での平和要請や原爆と人間展のパネル展示、平和会議、署名活動、ピースアクションなどが行われました。また、ピースアクションinヒロシマ・ナガサキは昨年度に引き続きオンラインで開催され、コロナ禍ではありますが、今できることを試行錯誤しながら活動を行っています。

7~8月 県・市町への平和要請

山口県と県内全19市町へ、核兵器廃絶と平和な世界を願って平和要請を行いました。

コープやまぐちでは現在、「日本政府に核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名」に取り組んでいます。平和な未来を子どもたちに残すために、ご協力をお願い致します。

詳しくはこちら



8月7日 オンライン子ども平和会議

未来の担い手である子どもたちが自ら「平和」について学び、考えて、感じたことを家族や友達など周りの人たちに伝えてほしいという思いから、



オンライン子ども平和会議が開催されました。全国から64人の子どもたちが参加し、コープやまぐちからもkid'sピースサポーターが参加しました。

8月13日 原爆と人間展

「原爆と人間展」を宇部市立図書館で開催しました。「原爆と人間展」は、コープやまぐち所有のパネルで、原爆被災当時のヒロシマ・ナガサキを鮮明に伝える写真や、原爆の悲劇を語り伝える写真です。

当日は2階の講座室で映画の上映があり、上映後にパネル展に足を運んでくださる方も多くいらっしゃいました。会場中央の机では、色とりどりの折り紙・画用紙を用いた「メッセージカード」づくりも。夏休み中の子どもさんやご家族と一緒に楽しめていました。



(一社)やまぐち食の安心・安全研究センター報告 8月

一般社団法人やまぐち食の安心・安全研究センター生協検査部門では、生協独自判定基準に従って、宅配・店舗・夕食宅配取扱商品の抜き取り検査等を行っています。



【微生物検査】

宅配商品92検体のべ292項目(一般生菌数/大腸菌群/大腸菌/黄色ブドウ球菌/サルモネラ属菌/腸炎ビブリオ)すべてコープやまぐちの基準値以内で問題ありませんでした。店舗商品15検体のべ50項目(一般生菌数/大腸菌/黄色ブドウ球菌/サルモネラ属菌/腸炎ビブリオ)1検体から1項目のコープやまぐち基準超過があり、取引先に改善指導を行いました。

※その他、夕食宅配42検体のべ126項目、依頼検査10検体のべ34項目の検査を実施。

【理化学検査】

残留農薬検査:宅配商品20検体のべ3,457項目、店舗商品12検体のべ2,130項目。結果は、すべて良好。

※その他、夕食宅配4検体のべ656項目、その他の依頼28検体のべ4,628項目の検査を実施。

■詳しい結果はホームページで月次報告中。

コープ子育てひろばのお知らせ

子育てひろばは赤ちゃん・未就学児を対象にした、出会いの場・ふれあいの場です。

参加予約は不要、いつ来てもいいです。ただし、気兼ねなく使っていただくため、光熱水費やドリンク代、保険の一部として利用料1家族1回100円をいただきます。

●催し物は特にありません。

絵本やおもちゃなどの遊び道具はありますが、基本的にノンプログラムで、のんびりくつろぎ、自由に過ごせる空間を提供する場です。

●先輩お母さんのスタッフさんがサポートします。

専門家ではありませんが、子育ての悩みなどに対して、経験を聞いたりすることで気が楽になることもきっとあるはず。



今月の日程

10/4(月) 10:30-13:00 「周東センター組合員集会所」(田布施町)

10/7(木) 10:30-13:30 「とくやま店組合員集会所」(周南市)

10/15(金) 10:30-13:30 「萩センター組合員集会所」(萩市)

10/20(水) 10:30-12:30 「厚狭センター組合員集会所」(山陽小野田市)

10/26(火) 10:30-12:30 「はあもにい〜」(小郡駅前) (山口市)

※子育てひろばの急なお休みや、コロナ対策に関するお知らせはホームページをご覧ください。

お問い合わせ: ☎ 0120-27-5520 (月~金 9:00~18:00)

めまぎ文庫さん
による
読み聞かせが
あります

私らしく生きる
生きかた講座

発達障害のある子どもの育ちを支えるために
— 家族ができること、社会ができること —

発達障害の診断のあるお子さんを育てているご家族及びそのご家族を支える友人や支援者はもちろんですが、診断はないが気になる子どもの理解について学びたい方も参加していただけたら幸いです。

子どもが笑顔で生き生きと子ども時代を送ることができる子育て環境のあり方について、参加者の皆さまと一緒に考えることができる講座にしたいと思います。



開催日時 **10月21日(木)**
10:30~12:00

定員 **40名程度**

開催形式 **Zoomミーティングによる
オンライン開催**

講師 **藤田 久美氏** (山口県立大学 社会福祉学部
社会福祉学科 教授)

申込方法 右記のQRコードを読み込み、申込フォームより必要事項をご入力いただくか、コープやまぐちホームページよりお申込みください。開催日前日までに、ご入力いただいたメールアドレスにZoomミーティングの招待メールをお送りします。(お顔は出さず、聴講のみでも大丈夫です)



申込締切 **10月8日(金)**

※組合員でない方もご参加いただけます。※ZoomアプリのダウンロードやWi-Fiなど、視聴環境を予め整えていただきますようよろしくお願いいたします。

お問い合わせ コープやまぐち組合員活動グループ ☎0120-27-5520(月~金 9時~18時)



平和の折り鶴がカレンダーに

注文番号 **301019**

1部 **650円**
(税込715円)

宅配予定

10月3回、11月4回

※12月3回までご注文いただけます。



▲リサイクルに不要な紐などを外す組合員理事の皆さん

平和の願いがこもった折り鶴を再生原料として作られた「おりづるカレンダー」が発売されます。コープやまぐちの組合員さんから寄せられた折り鶴も、原料の一部として活用されています。ぜひご利用ください♪

リサイクル 回収データ 8月分



みんなで
取り組もう!

今月のピックアップ!

宅記
カタログ・チラシ
192,051kg(約349,183セット分)
飲料用紙パック
2,333kg(約76,996本分)
注文シート3,050kg(約277,272枚分)

たまごパック(PET)
355kg(約25,357パック分)
仕分け袋
1,841kg(約231,125枚分)

お店
発泡スチロールトレイ
551kg(約167,061枚分)
透明トレイ
466kg(約25,883枚分)
アルミ缶
681kg(約34,043缶分)
スチール缶
148kg(約4,466缶分)
飲料用紙パック
763kg(約25,181本分)
ペットボトル
1,902kg(約57,655本分)

たまごパック(PET)
392kg(約28,000パック分)
買い物袋持参率



回収したトレイを
リサイクル!



(株)エフピコの「トレイtoトレイ®」

株式会社エフピコでは、回収した使用済みトレイを原料に戻し、また食品トレイ容器を作る「トレイtoトレイ®」事業を行っています。この「循環型リサイクル」は、世界初の取り組みです。コープやまぐちでもこのトレイが採用されており、CO₂の削減に向けて、組合員の皆様にもリサイクルの推進をお願いしています。

リサイクルの流れ



ねえ!

これがええんよ!



ティータイムのお供に

コープオリジナルのショートブレッドがめちゃうくちやお気に入りです! 2本1組の個包装で、ちよつとお茶をしたいときにピッタリ♡なにより原材料もシンプルで、バター風味と甘さとシヨートのブレッドらしい食感が最高! 満足度高いです!



風味豊かな発酵バターのショートブレッド

店舗取扱い

(下関市 S.Yさん)

小さいサイズがちょうどいい

ミニ水餃子が1歳の孫の大好物です。食べやすく、スープも美味しー!

(下関市 K.Tさん)



お肉がおいしいミニ水餃子(チキンスープ付)

店舗取扱い

肌にやさしい洗剤

手荒れの気になる冬場でも、この洗剤は肌にやさしいので年中使っています。

(周南市 M.Oさん)



キッチンマイルド

店舗取扱い

※宅配はつめかえ用

美味しく時短!

忙しいときの夕飯にも、温かいご飯にのせるだけで出来上がるので重宝しています。

(防府市 ミッフィーさん)



まるい形のまぐろたたき身井の具(たれ付)

宅配予定12月2回

お便りから



おままだと

1歳7か月になる娘の最近のブームはおままだ。飲み物をついたり、野菜を切ったり...。そのせいか、キッチンで料理する様子をよく覗きに來ます。試しに踏み台に立たせて一緒に包丁で野菜をとんとん、フライパンでジュージュー。リアルおままだとに大喜び。やみつきになったのか、毎日おままだとそつちのけで手伝いに來てくれます(笑)娘の作った料理をみんなで美味しく頂いています。

(下関市 匿名さん)

食生活の見直し中

夫婦2人暮らし。そろそろ年齢に伴って健康が気になり始めるお年頃。最近、玄米を中心に、魚・肉は揚げ物より焼いたりして食べることが多くなってきました。食は大切ですよね。

(山口市 まーちゃんさん)

清掃ボランティアに参加して

地域活性化推進の一環で奉仕活動に参加させてもらいました。防府バイパスの駐車場のゴミを集めて汗だくになりましたが、きれいになり気持ちよかったです。公共の場です。自分で出したゴミは絶対に持ち帰ってほしいと改めて思いました。



(防府市 M.Tさん)

丁寧な対応に感動!

先日コンビニでもとても親切な対応をしてもらいました。思わず、「ありがとございます」と言わずにはいられなくなり、その方の元へ行き、お礼を言いました。どこにでもあるコ

ンビですが、今後はその「コンビニ」を利用したいと思えます。ちよつとしたことですが、とても気持ち良かったです。

(防府市 H.Nさん)

Instagramで情報をキャッチ

Instagramでもたくさんさんのコープ商品が紹介されています。「おいしいよ。コスパが良いよ。離乳食に便利だよ。」と色々な情報が載っていて、とても参考になります。カタログにはない商品もあり、いつかあるかなあと、カタログに掲載されることを楽しみにしています。

(周南市 M.Yさん)

コープレターを参考に、ご飯づくり

買った商品を温めたり、焼いたりしてそのまま食べることが多いですが、このコープレターを読むと、そんなアレンジがあったのか!と新しい発見があり、とても助かります。そして、食卓にそれを出すと、家族の笑顔も見ることができてとても嬉しいです。

(宇部市 Y.Iさん)

ハーブ栽培を楽しんでいます

ハーブを植えました。今年で2年目になる花壇には、ミント、アップルミント、レモングラス、ラベンダー、ローズマリー等々、花が咲き始め、香りに癒されています。料理やハーブティーを楽しんでいます。

(宇部市 Y.Hさん)

運動不足の解消には...?

外に出かける機会も少なくなり、運動不足を解消するため、フィットネスバイクを購入予定です。物干しにならないよう続けられる心配ですが... (笑)

(山口市 E.Hさん)



いちおし商品レポート「黒酢ドリンク」



今回は8月のいちおし商品「黒酢ドリンク」に寄せられた声を紹介します。



苦手な私でも

黒酢は体に良いと知りつつも苦手だった私。この黒酢ドリンクを実家の母からもらい、飲んでみるとこれなら飲める！りんごの爽やかな味でとても飲みやすく、今ではストックしています。



(宇部市 ぽんたさん)

オリジナルドリンクを発見

黒酢は独特な香りが強くて苦手なのですが、とにかくアップルジュースや果汁ジュースに希釈すると飲める！ということを最近発見し、この黒酢ドリンクもジュースに入れてオリジナル黒酢ドリンクを楽しんでいます。

(山口市 K.F.さん)

牛乳でマイルドにUP！

CO-OP 鹿児島島の黒酢ドリンク。お酢が体に良いと聞き、なるべく飲むようにしています。牛乳で割って飲むのもおすすめです。



(宇部市 Y.H.さん)

まちがいさがしに答えてコープ商品券(又は図書カード)プレゼント!!

下の2枚の写真には4カ所のまちがいがあります。さあて、どこでしょう？

メ切
10/15
(金)



必要事項、ご意見・あなたのいちおしを記入し、切り取って配達担当者又は店舗サービスコーナーへお渡しください。(クイズは回答しなくても構いません。)

正解者の中から抽選で10名の方にコープ商品券(又は図書カード)500円分をプレゼントします。



キリトリ線

クイズの答え

フリガナ
お名前

ご住所 () 市・町

TEL () -

年齢 性別 男・女

おすすめレシピやメッセージをチラシ等に掲載する時の希望するお名前を○印で選択ください。※指定のない場合はイニシャルで掲載いたします。

【本名・イニシャル・匿名で掲載(ペンネーム)】

今回は

“CO-OPアボカドディスクット”のいちおしポイントや、時短で活躍する商品を大募集！いただいた声は、「わが家のいちおし活動」でご紹介させていただきます。



いちおしポイント

※今回の商品以外でも、お気に入り商品の「いちおしポイント」や、アレンジレシピがあれば教えてください。

ご意見(おたよりだけでもOK!)

※身の回りの出来事や、子育てや暮らしのアイデア・コープレターを読んだ感想などをお聞かせください。

※個人情報情報はクイズ対応とアンケート集約の他には使用いたしません。応募メ切は10/15(金)です。

2021年コープレター7月号クイズ: 正解はD,E,G,I. 応募者は334名、正解者324名です。

11 2021年コープレター9月号クイズ: 正解はA,C,G,I. 応募者は集計中です。当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

コープの
なかま

ご自宅での介護を支援します

2021年10月1日、「福祉生活協同組合さんコープ」が山口市にて、「看護小規模多機能型居宅介護 宮野」をオープンします。施設の概要や特徴、生協ならではの看護・介護ケアについて管理者である四反田陽子さんにお話を伺いました。

住み慣れた自宅で過ごしたい

という思いに寄り添う

病院に通うことが多かった幼少期に、心身ともに支えてくれた看護師さんに憧れ、看護師免許を取得した四反田さん。病棟や訪問看護ステーションでの勤務を経験されました。「訪問看護師として働いている時、『自分の家で過ごしたい』と言われる利用者さんが多く、『病院や施設などの慣れない環境ではなく、住み慣れた我が家です』という想いにもっと寄り添いたいと思いました」。さらに他職種との連携の必要性も感じていた四反田さんは、介護士やケアマネジャーと一緒に利用者さんやご家族を支えられる看護小規模多機能型居宅介護に魅力を感じたといいます。

看護小規模多機能型

居宅介護とは？

「看護小規模多機能型居宅介護とは、医療依存度の高い人や退院直後で状態が不安定な人、在宅での看取り支援など、住み慣れた自宅での療養を支える介護保険サービスです。主治

医との連携のもと、医療処置も含めた多様なサービス（訪問看護、訪問介護、通い、泊まり）24時間365日提供します。4つのサービスを1つの事業所が提供するため、利用手続きが1回で済むことが特徴です。また、利用者さんの体調やご家族の状況に合わせ、4つのサービスを組み合わせながら、専門の看護職や介護職のスタッフが対応します」。

めざしていた想いと一致した、

コープとの出会い

「利用者さんの尊厳を護りながらケアをしたい」ということは、訪問看護師をしながら感じていました。そんな中、さんコープが「生協10の基本ケア」を実践していることを知り、「さんコープで自分の想いを実現したい」と入職しました。また、そのことをきっかけにコープの宅配も利用するようになったという四反田さん。「冷凍の豆腐ハンバーグやフリーズドライのスープなど、便利なものがたくさんあってついつい頼みすぎてしまいます（笑）」



四反田 陽子さん

生協10の基本ケア

- 1 換気をする
 - 2 床に足をつけて座る
 - 3 トイレに座る
 - 4 あたたかい食事をする
 - 5 家庭浴に入る
 - 6 座って会話をする
 - 7 町内におでかけをする
 - 8 夢中になれることをする
 - 9 ケア会議をする
 - 10 看取りケアをする
- の10項目から成り立ちます。全国の生協で学び合いをしながら広がりつつある考え方です。

人生最後の瞬間まで自分らしく

「人生の最終段階をどこで迎えるかということと考える方が多くなっています。住み慣れた我が家で、最期まで暮らしたいという想いを持つておられる方も多いです。この施設では、看護師が中心となってご家族とともにその方らしい最期を過ごせるようケアをしています。人員確保や支援サービスなど24時間サポートできる体制を整え、看護や介護が必要となった方でも、大好きな自宅や地域で、家族や親しい人とゆつくりと過ごせるよう支援いたしますので、お困りの方々はぜひ一度ご連絡ください」。

さんコープ 看護小規模多機能型居宅介護 宮野

〒753-0021 山口県山口市桜島2丁目9番17号

ご利用対象者

- 山口市にお住まいの方（住民票がある方）
- 要介護1～要介護5の認定を受けている方
- 医療処置が必要な方も利用することが可能

ご利用人数

- 登録定員29名
- 通い定員18名
- 泊まり定員9名



お問い合わせ

HP▶

083-902-0977

