生活協同組合コープやまぐち
食とくらしを共にはぐくむ情報誌

COOP LETTER

2022
1
January

お正月にはアボカドちらしで華やかごはん♪

コープやまぐち
Instagramはじめました!
生活協同組合 コープやまぐち
COOP.YAMAGUCHI

Contents

新年のご挨拶／2021年トピックス／
2022年に取り組むこと …… p2-3
わが家のいちおし活動
アボカドダイスカット …… p4-5
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 …… 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
大好きなお友達との
かけがえのない出会い …… 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。

迎春

新年あけまして おめでとうございます

▲浪岡りんごの生産者さんとのオンライン交流会の様子

新年明けましておめでとうございます。

２０２１年は、２０２０年に引き続き、コロナ禍での活動を余儀なくされた一年になりましたが、組合員の皆様には、普段の活動や事業にご理解を賜り心より感謝申し上げます。

一年を通して、活動面では、人と人が対面で触れ合う交流会、事業面では、商品の展示会や出張を制限することになりました。しかし、その一方で、オンラインでの交流やリモートワークが進み、青森浪岡りんごの生産者とコープやまぐちの組合員が７地域同時に約１００名参加する産地交流が開催されるなど、新しいつながりも広がりました。

今年度は、核兵器禁止条約の署名・批准を求める署名に取り組み、現在１万筆を越える署名を頂くことができました。また、10月には、山口県エシカル推進パートナー※1の第１号に認定されました。これらはすべて、平和や環境を守る活動など、これまで組合員の皆様が地域とともに取り組みを進められてきた成果であると存じます。これからも、「誰一人取り残さない持続可能な世界と元気な山口県」の実現を皆様と一緒にめざして参ります。

２０２２年の干支は壬寅で、この干支は「冬が厳しいほど春の芽吹きは生命力に溢れ華々しく生まれる」という意味があるようです。Withコロナのくらしの中にあっても、未来に向けて生命力に溢れる事業と活動を力強く推進する年をめざしていきます。

生協は、「命とくらしを守る組織」です。これまでも先人の皆様の礎の上で「命とくらしを守る」活動を積み重ねてきました。これからも一層、組合員組織と職員組織が力を合わせた活動を進め、２０３０ビジョンで掲げる「つながる・創る 共に生きる未来！」に向け、コープファンを広げる取り組みにお力添えをいただければ幸いです。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

※1 山口県で地球温暖化や食品ロスのような消費に関わる社会問題への取り組みとして、エシカル消費に積極的に取り組む事業者を対象にパートナー登録を行い、県内におけるエシカル活動の普及推進をめざす取り組みのこと。

コープやまぐち理事長
山崎 和博

2021年 コープトピックス

1 宇部店リニューアル

リニューアルオープンを機に、レジでの精算を組合員さん自身が行う「セルフレジ」を導入し、コロナ禍での非接触対応とレジ待ち時間の短縮につながりました。また、店内のショーケースや空調には環境に配慮した「ナノイーX」を採用。農産売り場を拡張し、新鮮な地場野菜の取り扱いも開始しました。

2 連携協定

地域包括連携協定を、7月に周南市、11月には柳井市と新たに締結しました。周南市との締結式では、協定内容に基づき、「しゅうなんブランド」として認定された特産品（お酒・グリーンカレー・ポン菓子など）をここと各店で販売する等、地域とのつながりを深めています。

3 新型コロナウイルスへの対策

依然続くコロナ禍への対応として、光触媒除菌スプレー（9月）や、店舗の買い物かごを除菌する装置（10月）の導入を行いました。また、そのような状況にあってもこれまでコープやまぐちが大切にしてきた産地との交流を守ろうと、オンラインでの産地交流会が行われました。

8月　沖縄県恩納村もずく
10月　青森県浪岡りんご
11月　長野県ぶなしめじ薫樹

4 エシカル消費の推進

〝誰かの笑顔につながるお買い物〟としてエシカル消費を推進しました。わが家のいちおし活動でもエシカル消費につながる商品を取り上げたほか、全7店舗での「てまえどり」ポップの掲載（9月）を通じて食品ロス削減を呼びかけています。

10月には山口県が進める「エシカル推進パートナー」の第1号としてコープやまぐちが選ばれました。

2022年に取り組むこと

つながる・創る 共に生きる未来！に向けて

コープやまぐちでは、「つながる力」で新たな価値を「創る」ことにチャレンジし、共生の社会づくりを進めたいと考えます。2022年は、宅配・店舗でのお買い物の際に便利なアプリの配信開始などを行い、より一層組合員さんにとって選びやすい・買いやすい生協をめざします。また、特例子会社を設立し、障がい者雇用を進めていきます。

つながる・創る 共に生きる未来！

地域とのつながり

誰もが住みやすく、笑顔の広がる地域社会づくりには、各地域の行政や他団体との連携が不可欠です。地域とつながった子育て応援の新しい取り組みとして、赤ちゃんが誕生したご家庭に送るプレゼント企画を考案中です。

いつでも食べごろ！ アボカドダイスカット

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、「アボカドダイスカット」に寄せられた組合員さんの声や、アボカドを使ったアレンジレシピをご紹介します。

「食べ頃を見分けるのが難しい！」という組合員さんの声にお応えしました。

手軽に使える 冷凍アボカド ダイスカット

皮むき、種とり不要！

自然解凍で30～40分（室温20℃）

ペルー産のアボカドをダイスカットにした後、冷凍しました。皮をむき、種を除いてあるため、解凍するだけでそのまま料理に使えて便利です。熟度を手触りで選別し、食べごろのアボカドを加工しているため、おいしい状態のアボカド本来の風味と食感をお楽しみいただけます。サラダや炒め物など、アイデア次第で自由にアレンジもできます。

CO・OP アボカドダイスカット　宅配予定 1月3回　店舗取扱い

※1月3回以降の企画は未定です。

わが家のいちおし　カットしてあるのが便利

アボカド、子どもが大好きです。1個だと食べ頃が分かりにくかったり、中の色が悪かったりすることがありますが、カットされているとその心配がありません。調理するときには結局切るので丁度いいです。（岩国市　M・Hさん）

アボカドダイスカットに寄せられた 組合員さんの声

アボカドサラダに♡

（宇部市　M・Oさん）

アボカドは食べごろに切るのが難しいので、カットタイプは便利だと思います。茹でたポテトとミニトマトとカットのアボカドにマヨネーズをかけてサラダにしています。

寒い冬はオーブン焼きで

（宇部市　さくらんぼさん）

ブロッコリーをゆでてかぼちゃをうすく切ってレンジでチンしておいて、マヨネーズで和えたアボカドと一緒に耐熱皿に入れ、とけるチーズをのせたらオーブントースターで焼き目が付くまで焼くと簡単でおいしいですよ。

意外な組み合わせ…？

（宇部市　Y・Hさん）

お手軽・食べごろで大好きです。「スライスチーズで納豆とアボカドをサンドして焼く」というレシピがチーズサンドにマッチし、わが家で大活躍です。

イタリアン風サラダにも

（宇部市　M・Mさん）

アボカドを自然解凍して、きゅうり、トマトにバジルを入れて、マヨネーズとあえると簡単副菜になります。火を使わず、切った野菜と混ぜるだけで美味しいです。バジルが無い時は、ごま油を少し入れると和風になります。

なんにでも使いやすい！

（山口市　まみーちゃん）

アボカドが大好きで店頭でも購入していますが、この冷凍のアボカドは使いやすくいろいろできて良かったです。今度はマグロと合わせ巻き寿司の具にもいいかも♡

味付け簡単♪

（宇部市　E・Hさん）

トマトのさいの目切りとチーズも同じように切って、塩こしょうとマヨネーズであえて食べてください。家族でおいしく食べてます。

声の輪 KOENOWA

【今回のテーマ】
時短で活躍する商品

下処理済みで便利！

（周南市　Y・Kさん）

カットしてあるので、すぐにフライや竜田揚げにできるので助かります。たまにお魚が食べたくなる時があるので、このような便利な商品があるのが嬉しいです。

お手軽生さんまカット
宅配予定 2月1回

レンチンで簡単♪

（周防大島町　うさぎだピョンコさん）

急いでもう一品という時に助かります。マッシュポテトがレンチンですぐに出来上がり、野菜と合わせておしゃれに盛り合わせれば簡単・便利。気に入りました。

十勝めむろ
ポテトサラダベース
宅配予定 1月2回

食欲のない時でも…

（下関市　リコさん）

粒入りコーンスープを作って中にご飯を入れ、よく混ぜ、チーズをかけて、オーブンで焼くととろっとして美味しいです。すぐにできるし、食欲のない時でもいつも完食します。食パンを入れてもOKです。

粒入りコーンスープ
宅配予定 1月4回　店舗取扱い

半解凍でご飯にのせるだけ

（和木町　H・Sさん）

あつあつご飯の上にのっけるだけでとってもおいしい！アボカドや玉ねぎと混ぜてポキ丼にするのもおすすめです。

まぐろたたき身丼の具
宅配予定 1月4回

しっとり食感が好き

（光市　匿名さん）

皮も具も全部美味しいです。他の肉まんは皮がパサパサしているなと感じますが、これは皮がすごくしっとりしていてお気に入りです！めったにない肉まんに出会えました。

具たっぷり豚まん
宅配予定 1月3回　店舗取扱い

同時に調理

（下関市　K・Mさん）

年齢的にすべてを手作りするのは大変なので、いろんなテクニックを応用しています。例えば冷凍ギョーザを焼く際には、フライパンの空きスペースに冷凍ほうれん草を一緒に入れて蒸らすと、青野菜も同時に食べられます。

宮崎のカットほうれん草
宅配予定 1月2回　店舗取扱い

表紙の料理レシピのご紹介

サーモンとアボカドのちらし寿司

材料（2人分）
すし酢：50mℓ／ご飯：1.5合分／サーモン：80g／いくら醤油漬：30g／アボカド：60g／きゅうり：1/2本／カイワレ：適宜／〈卵焼き〉卵：1個／砂糖：小さじ1/2／しょうゆ：少々／塩：少々／サラダ油：適量

作り方
1. 炊き立てのご飯にすし酢を混ぜ、冷ましておく。アボカドは自然解凍する。
2. 卵焼きを作り、1cm角に切る。サーモンも1cm角に切る。きゅうりは縦に4等分にし、5mm程度に切る。カイワレは2cm適度に切る。
3. 器にすし飯を広げ、具材を彩りよく盛り付ける。お好みでわさび醤油をかけていただく。

★材料はお好みでアレンジOK！見た目も鮮やかなサラダ寿司です。

和風アボカドスープ

材料（2人分）
アボカド：100g／玉ねぎ：1/4個／にんじん：1/6本／塩：少々／白だし：大さじ2／水：300mℓ

作り方
1. 自然解凍したアボカドは半量はそのまま、残りはフォーク等ですりつぶす。玉ねぎとにんじんは粗みじん切りにする。
2. 鍋に水、白だし、塩を入れて沸騰したら、玉ねぎとにんじんを入れる。火が通ったら、アボカドを入れてひと煮立ちさせる。

★すりつぶしたアボカドでクリーミーな食感になりますよ♪

次回は、「CO・OP種ぬきプルーン（大袋・個包装）」に関するエピソードや、美容のために食べてい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〜♪

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～

発達障害と診断された子どもを持つ親、その子を取り巻く地域、そして私たちにはなにができるでしょうか。子どもの育ちや子育てをたくさんの手で支えることの大切さについてお伝えします。

「私らしい」「あなたらしい」がきっと見つかる講座

私らしく生きる生きかた講座は、自分や家族の暮らしを豊かなものにするために「もっと深く、様々なジャンルを学びたい」という組合員さんのニーズに応える、山口県立大学と提携した講座です。山口県立大学の教授や准教授・講師の方々のご協力のもと、今年度は全8講座が行われました。今回は、10月21日（木）にオンラインで行われた講座「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～」の概要や、参加者さんの感想などをご紹介します。

講師プロフィール

山口県立大学社会福祉学部
藤田久美 教授

研究分野
- 障害児支援者の専門性に関する研究
- 発達障害の早期支援に関する研究
- 障害児・者の家族支援に関する研究

発達障害ってなんだろう？

発達障害は、生まれつきみられる脳の働き方の違いにより、幼児のうちから行動面や情緒面に特徴がある状態です。その特性の違いから、「ASD（自閉症スペクトラム障害）」、「ADHD（注意欠陥多動性障害）」、「LD（学習障害）」の3つに分類されます。

親の育て方が悪いわけではない

発達障害は、発達の過程で発見されます。だいたいは3歳以前に発症すると言われていますが、発達障害と診断される時期は人によって違います。ひと昔前には、『親の育て方が悪い』などという言葉が親や周囲の人を傷つけましたが、発達の遅れの原因は、脳の中枢神経に何らかの障害があることによるものであることが報告されています。決して親御さんのせいではないということが広く伝わればいいなと思います。

発達障害の分類

ASD
自閉症スペクトラム障害

自閉症
アスペルガー障害
高機能自閉症

コミュニケーションの場面で、言葉や視線、表情、身振りなどを用いてやりとりをしたり、自分の気持ちを伝えたり、相手の気持ちを読み取ったりすることが苦手。また、特定のことに強い関心をもっていたりする。感覚の過敏さを持ち合わせている場合もある。

ADHD
注意欠陥多動性障害

発達年齢に比べて、落ち着きがない、待てない、注意が持続しにくい、作業にミスが多いといった特性がある。

LD
学習障害

全般的な知的発達には問題がないのに、読み書き、計算するなど特定の学習のみに困難が認められる状態のこと。

発達障害の気づき・診断・支援

発達障害は、生まれてからすぐに分かるものではなく、育ちの過程で発見されるものです。気づくきっかけは様々ですが、乳幼児健診での指摘や、保育園に行き始めたことによる他の子どもたちとの関わりの中でのトラブルなどがあります。また2人目以降であれば「上の子と違う…」という違和感から発見される場合もあります。

その子の特性にもよって異なりますが、気づきの項目としては、ことば、コミュニケーション、社会性、行動面、感覚などが挙げられます。例えば他の子に関心がなくひとり遊びばかりしていたり、言葉数が少なかったり、じっとしていられなかったりというものです。

もしこのような特性が見られたら、専門機関や医師に相談されることをおすすめします。早期発見・早期支援が本人・家族にとっても必要です。

発達障害に気づくきっかけ

どこで？
- ☑健診（1歳半、3歳）
- ☑保育機関
- ☑地域（子育て支援の場等）
- ☑家庭生活の中で

どんなことで？
- ☑ことば
- ☑コミュニケーション
- ☑社会性
- ☑行動面（多動、こだわり）
- ☑感覚（過敏、鈍感）

私たちができること

発達障害のある子どもの育ちには、周囲の支援が欠かせません。自身の特性を否定されたり怒られたりすると障害が重くなる場合があります。周囲の環境は本人の障害の状態・家族の生活の質に大きな影響を与えることが分かっています。

発達障害は、努力では変えられないものであり、生まれつきの特性です。その子の特性を受容し、理解した上での対応が求められます。差別や偏見などの「社会的障壁」を取り除くことが大切です。

山口県内の相談窓口

- 山口県発達障害者支援センター まっぷ
  〒753-0814
  山口県山口市吉敷下東4丁目17番1号
  電話：083-902-2680
- 各市町の保健センター
- 各市町の障害福祉課

参加者さんの声

特性を理解して心の支えに

学童保育の指導員で日々子どもたちと接しています。発達障害と診断を受けている子どもたちが年々増えていると実感していますが、発達障害の子が増えているわけではなく、保護者の方が周囲に理解され適切な関わりを持ってもらえるようにと発信してくださっているのだと理解しています。多くの方が、その子の特性を理解し、個性として受け取ってもらえるよう理解を促すのも私たちの役割だと思っています。同時に保護者の方の心の支えとなれるよう努めていこうと思いました。

宇部市・40代

子どもを見守る地域に

我が子は言葉がとても遅く一歳半健診で病院受診を勧められました。あれから十数年。小さい頃はいろいろと悩みましたがどうにか大きく育ちました。子育てをしながら私自身が育てられていたのだと思えるようになり、その頃から私の心も軽くなりました。もっとあたたかく子どもを見守る社会になると良いですね。『みんなちがってみんないい』誰もがそう思える社会になることを私も望んでいます。

周南市・40代

コープのつながり応援

おしゃべり会

おしゃべり会へのご参加ありがとうございました!

商品を囲んでいつでもだれとでも気軽に開催できる「おしゃべり会」。今年度も、多くの方々にご参加していただくことができました。組合員さんから寄せられた感想・写真を抜粋してご紹介します♪

話題の中心がだんだんと…

子どもたちの手が離れてきて、話題の中心が子どもたちのことから自分たちの体の不調や不具合が多いといった気になることへと変わってきました。その変化を受け入れ、今よりよりよく生きるために友達との情報交換が必要だし、こうして集まっておしゃべりすることで日頃のストレスが発散できることを改めて実感しました!

共に過ごす時間の大切さ

コロナ禍になりなかなか両親とも会うことができずにいましたが、やっと落ち着いてきたこともあって、おしゃべり会の商品でお昼ご飯を一緒に食べることにしました。短い時間でしたが、こうして顔を見て一緒にお互いのことを話したり聞いたりと楽しい時間を過ごすことができました。コープさんに感謝です!

コープのお菓子を囲んで

仕事の悩みや子育てについて話をしました。集まった皆がコープの商品や宅配を活用して仕事と家庭を両立している、助かっていると言っていました。これからもコープを味方につけてがんばろうと思いました!

(一社)やまぐち食の安心・安全研究センター報告 11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67検体のべ216項目(一般生菌数/大腸菌群/大腸菌/黄色ブドウ球菌/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13検体のべ45項目(一般生菌数/大腸菌/黄色ブドウ球菌/サルモネラ属菌)
3検体から3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43検体のべ129項目、依頼検査2検体のべ10項目の検査を実施。
店舗の総菜・水産等の加工場の包丁やまな板など81箇所のべ405項目について衛生検査を実施。検査結果に基づいて、改善指導を行いました。
【理化学検査】
残留農薬検査:宅配商品17検体のべ2,874項目、店舗商品8検体のべ1,338項目。結果は、すべて良好。
※その他、夕食宅配4検体のべ698項目、その他の依頼44検体のべ7,598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、いつ来ていつ帰ってもOK。
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、のんびりくつろげ、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

1/12(水)	10:30-13:00	「周東センター組合員集会室」(田布施町)
1/13(木)	10:30-13:30	「とくやま店組合員集会室」(周南市)
1/19(水)	10:30-12:30	「厚狭センター組合員集会室」(山陽小野田市)
1/21(金)	10:30-13:30	「萩センター組合員集会室」(萩市)
1/25(火)	10:30-12:30	「はぁもにぃ〜♪(小郡店前)」(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)

コープやまぐちの Instagramはじめました！

フォローしてね！

コープやまぐちの公式インスタグラムがスタートしました。レシピ・子育て・防災・暮らしお役立ち情報などを毎日配信中です♪

フォローはこちらから▶

COOP.YAMACUCHI

コープウインナー終売のお知らせ

コープやまぐちPB商品「コープウインナー」ですが、製造が困難となり2022年1月3回をもって宅配での企画は終了させていただきます。永きにわたる商品のご利用、誠にありがとうございました。

やまぐち虐待防止全力宣言企業に登録されました

児童虐待の発生を少しでも減らしていくため、山口県では地域で活動する企業・団体と協働して社会全体で子育て家庭を見守り、支える環境づくりをすすめています。この度、コープやまぐちも「やまぐち虐待防止全力宣言企業」として登録され、11月2日、山口県庁にて登録証交付式が行われました。

コープやまぐちではこれからも、毎週同じ曜日にお宅へ商品をお届けする宅配事業の特徴を活かし、組合員さんとも協力しながら地域の見守り活動を継続していきます。

リサイクル回収データ 10月分

宅配

- カタログ・チラシ：205,204kg（約373,098セット分）
- 飲料用紙パック：1,832kg（約60,462本分）注文シート3,795kg（約345,000枚分）
- たまごパック（PET）：251kg（約17,928パック分）
- 仕分け袋：1,674kg（約209,250枚分）

お店

- 発泡スチロールトレー：522kg（約158,121枚分）
- 透明トレー：423kg（約23,506枚分）
- アルミ缶：670kg（約33,533缶分）
- スチール缶：99kg（約2,977缶分）
- 飲料用紙パック：555kg（約18,317本分）
- ペットボトル：1,602kg（約48,561本分）
- たまごパック（PET）：392kg（約28,000パック分）

買い物袋持参率

どうもん店	50,454枚	92.22%
いずみ店	49,582枚	91.08%
小郡店	14,880枚	90.75%
新下関店	71,909枚	90.34%
宇部店	50,371枚	91.77%
とくやま店	24,807枚	94.01%
合計	262,003枚	91.47%

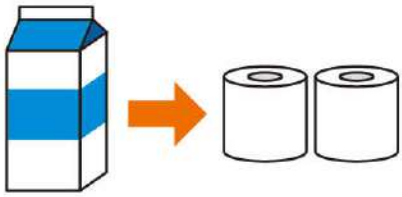
みんなで取り組もう！

今月のピックアップ！

使ってエコ！リサイクル商品 ～コアノンロール編～

コアノンロールは再生紙を100%利用したコープの人気商品。紙芯を省いているので資源を節約、取り換える手間もありません♪

再生紙には、組合員さんから回収した宅配注文シートや飲料パックなどが含まれています。



▲牛乳パック30枚分の再生紙でコアノンロールが2個作れます。

これからもリサイクルにご協力お願いします！

ねぇ！これがええんよ！

サクサクの衣がたまらない！

わが家の人気商品です。表面の衣が驚くほどサクッとした食感で食べ応えのある一品です！甘酢タレを使うことでまた違った味を楽しめるのも魅力の1つです。ぜひ皆さん食べてみてください！

（美祢市　クロちゃん）

チキン南蛮

宅配予定 2月1回

シナモンシュガーを巻き込んだロールパン

トースターで焼いて、熱々のシナモンロールが手軽に食べられるのは本当にありがたいです。大きさも丁度よくてとっても美味しいです！

（美祢市　H・Kさん）

シナモンロール

宅配予定 2月2回

ちょこっと贅沢お菓子

見た目もオシャレだけど、味も上品で来客の時によく出しています。サクッとした食感と、アーモンドの香ばしさ、キャラメルの甘さと、どれをとっても上級品です。

（山陽小野田市　ひなパパさん）

アーモンドリーフ

宅配予定 2月4回　店舗取扱い

ストックしていたら安心！

これをストックしていると、もう一品を急いで作らないといけない時に超便利。残り野菜をあれこれ入れるだけで具だくさんの汁物が出来上がり。スープが付いているので味も安心。きのこ類などもあれば入れています。

（防府市　玉ねぎさん）

お肉がおいしいミニ水餃子（チキンスープ2袋付）

宅配予定 1月2回　店舗取扱い

お便りから

ピーナッツを食べながら…

「そういえば、ピーナッツはナッツじゃないんよ」って夫に言ったら、「それは俺があなたに言ったことよね」と…。人の話はちゃんと聞こうと思った出来事でした。

（山口市　E・Aさん）

思わず笑いました

保育園でおもらしすることが多い娘に、「どうしておもらししちゃうのかなぁ？」と聞いたら、「遊んでいると心が楽しいから！」と言われました。（笑）心が楽しいとトイレに行くのを忘れて遊びたくなっちゃうよねーとつい笑ってしまいました。

（岩国市　まーちゃんさん）

チラシやカタログ何に使う？

コープのチラシやカタログは、新聞を頼んでいない私にとって、折り込んでゴミ入れにするのに最適です。そのまま捨ててしまう方もおられるでしょうが、とてももったいないです。再活用するのもいいですよ。

（萩市　N・Dさん）

編集メモ

チラシやカタログは配達時に回収し、リサイクルも行っていますよ♪

ご存知の方、教えてください

庭で育てている山椒、大好きな和のスパイスです。まだ30㎝足らずの細い枝で、それでも青葉を広げて育っていましたが、ある日、丸坊主に。バッタがすべての葉を食べてしまったようです。何かできることはありませんか？

（光市　としこさん）

お兄ちゃんの真似をして

なわとびが大好きな年中さんの娘。先日、小学1年生のお兄ちゃんが体育の授業であやとびを教えてもらったと、娘の前でやってみせてくれた日から、2人そろってあやとびばかりしています！1回ならできるけど、続けて飛べず悔しそうな娘。あともう少し！がんばれ！

（山口市　M・Sさん）

幸運のサイン…？

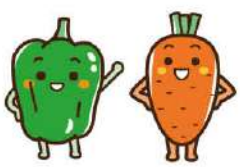
買い物の帰り道、雨上がりの空に大きな二重の虹を見つけて、思わず車を止めて写真を撮りました。すごく幸せな気分になれました。

（防府市　ぱんださん）

お野菜克服できるかな

娘が出産するため、孫娘のお世話のお手伝いに行ってきました。孫娘は食が細かったのですが、食事後の果汁100％ゼリーを楽しみに苦手な野菜にも挑戦していました。野菜のお皿の横にゼリーを置いて、触りながらがんばっている姿がかわいらしかったです。お土産に持って行って良かったです。

（山陽小野田市　Y・Iさん）



来週からは気を付けよう

今日はコープの配達の日。あれ～！同じものが2個届いた。明細を見ることなく、またやってしまった！今週のおすすめ欄にチャッチャッと注文してカタログを見ながらもう一度注文したのが原因。今回はチョコ！被った分を娘たちにおすそわけすると、「またやったん」と笑われました。皆さんもこんな経験ありますか？

（周南市　K・Yさん）

いちおし 商品レポート「とりとんボール」

今回は10月のいちおし商品「とりとんボール」に寄せられた声を紹介します。

手作りみたいな味わい！

とりとんボールは、わが家でも大活躍です。ほかのミートボールにはない「コリコリ感」がクセになります。食感は柔らかくて中に軟骨みたいなコリコリがあるのでまるで手作りのような味わいで大好きです。

（宇部市　ペコちゃんさん）

今度試してみよう

とりとんボールにはいろいろな調理法があるのですね。わが家はもっぱら鍋に使っていましたが、カレーやシチューに入れるのも試してみたいと思います。

（山口市　まーちゃんさん）

アレンジレシピが参考になりました

今回のコープレターでとりとんボールの使い道がたくさん載っていて、参考になりました！とりとんボールのリゾット風を今度作ってみようと思います！

（周南市　Y・K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!!

わかるかな？

下の2枚の写真には4カ所のまちがいがあります。
さぁて、どこでしょう？

〆切 1/21（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。

答えはこちらへ

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○印でご選択ください。※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種ぬきプルーン（大袋・個包装）" のいちおしポイントや、美容のために食べている商品を大募集！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ィア・コープレターを読んでの感想などをお聞かせください。

※個人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。応募〆切は1/21（金）です。

2021年コープレター10月号クイズ：正解はB,E,F,G、応募者は291名、正解者281名です。

2021年コープレター11月号クイズ：正解はA,C,D,H、応募者は356名、正解者は352名です。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

大好きなお友達とのかけがえのない出会い

コープやまぐちが組合員さんのいろんな「やってみたいな」を応援している活動、テーマグループ。今回は、北部地域で活動されている「笹舟」のメンバーに活動のきっかけや現在の想いなどをお聞きしました。

自由にのびのびと活動がしたい

今回取材したテーマグループ「笹舟」さんは、手芸や苔玉づくり、陶芸など様々なものづくり活動を行っています。

「もともとはコープ委員会(※)の後におしゃべりしながら手芸などを楽しんでいましたが、それでは時間が足りなくなり、一緒に活動していたメンバーを中心にテーマグループを立ち上げました。枠に囚われず、もっと自由に好きなことをしたいという思いでスタートし、10年以上が経ちますが、それぞれが好きなことをするというスタンスは当時と変わっていません。みんなが集まることができる日に集まり、いつ来て、いつ帰るのも自由。無理なく続けられるような雰囲気づくりをしています」と話す田中さん。取材日は、手芸の日。時々話に花を咲かせながら、教本を参考に真剣に作品に取り組む皆さんの姿が印象的でした。手芸が得意な田中さんは、メンバーの先生役として時には厳しく、時には優しく声かけをされていました。

※基本的に月1回集まり、コープや暮らしに関わることについておしゃべりしながら楽しく学び合う場です。

▲素敵な作品がずらり!

▲取材当日の様子

みんな大好きなお友達

15年前に関西から萩市へと引っ越してきた田中さん。当初は、周りに友人もおらず、心細い思いをされていたと言います。そして、生協に加入したのはそれから少し経った頃。「家は山奥にあって、買ったアイスが溶けてしまっていることがありました。でも、ご近所さんから『コープの宅配ならアイスクリームも凍ったまま持ってきてくれるよ!』と聞いて、加入を決めました」。生協への加入をきっかけに出会ったたくさんの仲間たち。田中さんは、テーマグループのメンバーの皆さんのことを「なくてはならない、大好きなお友達」と話します。「今は手芸の先生みたいになって教えていますけど、私はメンバーのことをすごく尊敬しているんです。皆さん長く組合員活動にも携わっていて、自分にはできないことをしてらっしゃる方々なので、学ばせてもらうことも多いです」。

コープに入って良かった

「みんな大好きなお友達です」と水津さんもまた話します。「ここにいるみんなは、生協に入ったおかげで出来た仲間です。また、みんなで集まって、好きなことをのびのびとできているのも、こうして組合員集会室という集まる場所を生協さんに提供して頂いているからこそです。月に何回か集まれるだけですごく楽しいですし、年齢を重ねても元気に動けているのはこの活動や皆さんのおかげだと思っています」。

▲左から田中さん、水津さん、野間さん、小野さん。

テーマグループについて

テーマグループは、代表者が組合員さんであれば、コープに加入されていない方もメンバー登録できます。5人以上が集まったら地域を問わず、自分たちの好きな興味や関心をテーマに自由に活動できるグループです。

普段のくらしの中から生まれる関心事など、組合員さんのいろんな「やってみたいな」を応援することで、地域のつながりづくりをめざしています。

詳しくはこちら

宅配では2月1回(1/17~配布)カタログと一緒に登録申込書をお届けします

発行●生活協同組合コープやまぐち 〒753-0872 山口市小郡上郷10901-21 TEL.083-995-3600 FAX.083-995-3711 ホームページアドレス https://yamaguti-coop.or.jp
編集●広報戦略スタッフ TEL.083-902-3023 FAX.083-995-3712 Eメール info@yamaguti.coop