

COOP LETTER

2020

12

December

手軽で華やか!産直ふかわ鶏を美味しくパーティーアレンジ♪



Contents

わが家のいちおし活動

産直ふかわ鶏 p2-3

くらしのお役立ち

アースフレンドさんに教わる!

身近なものでリサイクル p4-5

ココランドに行こう! 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

生産者さんと地域をつなぐ

パイプ役になりたい 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。



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中心に取り組む「わが家のいちよし活動」。
今回はコープの産直商品でもある「ふかわ鶏」のこだわりや、商品に寄せられた組合員さんの声をご紹介します。

深川養鶏農業協同組合さんからメッセージ



今回お話を伺った
山口センター営業課
伊藤 龍彦さん

生産者が心を込めて飼育している、安心・安全な「ふかわ鶏」。お子様から年配の方まで、美味しく安心して食べられるので、ぜひご利用ください。

清潔で快適な飼育環境で
育てています

鶏舎ごとにオールイン・オールアウト方式(※)を導入し、一定の空舎期間を作ることで、その間、鶏舎の除糞・水洗・消毒を行っています。

美味しい鶏を育てるためには、鶏の体調管理が何より重要なので、天候には一番気を付けています。夏場は鶏も夏バテをして餌を



▲鶏舎の消毒

食べなくなったり、気温が35度以上になるとぐったりして熱死する場合も。そのため、噴霧器と大型扇風機、窓の開け閉めで温度調節をしています。夏と台風シーズンを乗り越えるのが一番大変ですね。
※一度にひよこを鶏舎に入れ、成長したら一度に出荷することで、約30日間の空舎期間を設けます。鶏舎に鶏がいない時期を作ることで病原菌を絶ち、飼育環境を改善・維持していく管理方法です。

迅速な加工と殺菌検査

深川養鶏では、肉に人の手が触れるだけ触れないことで菌数を抑え、鮮度を保つことに心がけています。そのため肉の解体や成形はほとんど機械で行い、また、一羽の鶏が処理場に運ばれてから商品になるまで、約2時間以内で終わるように作業しています。

処理場には保健所の方が常駐していて、食鳥検査を行っています。また、自前の検査室でも、毎日原料と加工品の細菌検査を行っています。



▲石灰を散布して鳥インフルエンザ対策も。

ふかわ鶏 宅配取り扱い商品の一例

鶏の健やかな成長にうってつけの、自然豊かな長門市近郊が生産地域。種鶏の飼育から処理・加工・流通・販売まで、深川養鶏農業協同組合が一貫して管理しています。五種類の天然ハーブ(タイム・セージ・ローズマリー・ローレル・オレガノ)を配合した飼料を使い、鶏肉特有の臭みが少ないのが特徴です。
※店舗では各商品を冷蔵で取り扱っています。
※宅配では他にも、様々な料理に合わせてカットした商品も企画しています。

ふかわ鶏
スジなしささみ
(バラ凍結) 450g
宅配予定
1月3回



ふかわ鶏
手羽もと開き
(バラ凍結) 500g
宅配予定
1月2回

ふかわ鶏
もも肉一口カット
(バラ凍結) 400g
宅配予定
12月2回



むね肉も
ジューシーで美味しい!

もも肉だけでなく、むね肉もジューシーで美味しいです。から揚げ、蒸し鶏、塩麴に漬けて焼くなど、いろいろな料理に使えます。子どもも喜んで食べてくれます。
(山口市 A・Oさん)



コープの産直はエシカル消費のひとつでもあります。



どこのだれがどんなふうに育てたかが、はっきりしている「コープの産直」。産直三原則に基づき産直協定を結び、安心・安全な商品の育成、安定した供給が可能な関係づくりに取り組んでいます。

産直三原則

- 産地・生産者が明確であること
- 肥育・肥培方法・管理が明確であること
- 生産者との交流が行われていること

産直ふかわ鶏に寄せられた

玉ねぎたっぷりトマト煮

(岩国市 ぽこまさん)

玉ねぎを多く用意して千切りにし、鶏肉は一口大に切り、鍋に玉ねぎ・鶏肉・トマトジュースを入れて煮る。コンソメで味付け！美味しいです。簡単です。

鶏むね肉のステーキを様々な味付けで

(光市 kooさん)

鶏むね肉をそぎ切りにして片栗粉をまぶし、フライパンで弱火で裏表がきつね色になるまでゆっくり火を通します。ポン酢で食べたら和食に、ゴマダレ七味(またはラー油)で食べたら中華に、デミグラスソースで食べたら洋風になります。付け合わせに野菜をたっぷり添えて。美味しいですよ！

彩りチキンチキンごぼう

(周防大島町 M.Uさん)

①鶏むね肉は小さめ一口大に切り、薄く小麦粉をまぶす。②ごぼう、ピーマン、人参は揚げやすい大きさに。③タレはみりん2、薄口しょうゆ1で合わせ、お好みで砂糖少々、一味唐辛子を加える。①②を油で揚げ、③を絡める。ボリュームがあり野菜もとれます！

ふかわ鶏の一夜漬け蒸し焼き

(山口市 リコさん)

①焼肉のタレにふかわ鶏を一夜漬け込んで寝かせます。翌日、油なしでもやし、千切

組合員さんの声

りのパプリカ(赤・青・黄)を①に被せて蒸し焼きに。お弁当の一品に重宝します。ヘルシーな一品です。

ふかわ鶏のチキンブリル

(岩国市 まーちゃんさん)

ニンニク½個、塩麹をお肉の20%程度を用意。チャック付ポリ袋にニンニクみじん切り、塩麹を入れて揉み込み、20分以上冷蔵庫へ。オーブンを210℃に予熱して15、20分焼く。むね肉でもしっとり柔らかく美味しくなります。ニンニクの量は調節してもOKです。

凍ったレモンをすりおろして

(宇部市 あーこさん)

先日、長門市出身の「伝説の家政婦志麻さん」が作っていた「鶏の照り焼きレモン風」を産直ふかわ鶏で作りました。鶏の照り焼きに凍らせたレモンをすりおろしてかけます。美味しかったです！

王道！ふかわ鶏のから揚げ

(防府市 K.Gさん)

鶏肉をフォークでプスプスさせて、料理酒、漬したニンニク、すりおろし生姜、醤油、オリーブオイル、みりん、塩で下味をつけて、キッチンバスミで一口サイズに切り、しばらく置きます。片栗粉をつけてから揚げに。



表紙の料理レシピのご紹介

手羽元のマリネ

材料(3人分)

鶏手羽元…9本/塩麹…大さじ1.5/A「ブラックペッパー」…10粒/ローリエ…3枚/ローズマリー…1枝/タイム…小さじ½/「マリネ液」(白ワイン…150ml/レモン…1個/白ワインビネガー…50ml/しょうゆ…小さじ1/ローリエ…2枚/ブラックペッパー…10粒/ローズマリー…1枝/ミントマト…適量)

作り方

①手羽元に塩麹とAを絡めて数時間ほど冷蔵庫で漬けておく。
②レモンは輪切りにし、バットにマリネ液の材料を合わせておく。
③サラダ油を手羽元が浸る程度注ぎ、160℃に熱して、①の手羽元の水気を拭きとってから、5〜6分ほど煮るように揚げる。
④③とミントマトを②に漬け込み、ときどき上下を返しながらい晩置く。
※お子様用には白ワインを炭酸水に替えて作ってみてください。

ささみのチーズ蒸し

材料(2人分)

鶏ささみ…150g/片栗粉…大さじ1/酒…大さじ1/塩…少々/キャベツ…100g/玉ねぎ…½個/にんじん…20g/ピーマン…1個/ピザソース…適量/ミックスチーズ…60g/オリーブ油…大さじ1/黒こしょう…適宜

作り方

①ささみは縦半分に切る。塩と酒をもみ込み、さらに片栗粉をもみ込む。
②キャベツ、玉ねぎ、にんじんは細切り、ピーマンは輪切りにする。
③ホットプレートにキャベツ、玉ねぎ、にんじんとを敷き、上にささみをのせる。さらにピザ

ソースを塗り、ピーマンとチーズを散らす。
④蓋をして高温で熱し、5分程度加熱する。ささみが白くなったら保温にし、オリーブ油を回しかけ、お好みで黒こしょうをかける。

もも肉のソテー

材料(4人分)

鶏もも肉…2枚/塩こしょう…各適量/「ほうれん草とトマトのソースを添えて」
①ほうれん草…1束/オリーブ油…50ml/粉チーズ…大さじ2/塩こしょう…各少々
②トマトソース…トマト缶…1缶(400g)/にんにく…少々/玉ねぎ…¼個/オリーブ油…大さじ1/塩こしょう…各少々

作り方

①鶏肉は両面に塩こしょうをする。
②フライパンを火にかけ、①の皮目を下にして並べ、中火で約7分焼く。ひっくり返してもう片面を弱火で約3分焼く。
③お好みのソースでいただく。
④ほうれん草ソース

①ほうれん草は塩を入れた湯で茹で、冷水に取り、絞ってから適当な大きさに切る。
②材料すべてをフードプロセッサに3分かき、ペースト状にする。
③へトマトソース

①にんにくと玉ねぎはすりおろし、オリーブ油を混ぜる。ラップをしてレンジで約1分加熱する。

②①にトマト缶を加えよく潰す。

さらに、塩こしょうを加え、ラップをし約7分加熱、間で全体を混ぜ、さらに約3分加熱する。
※冷凍カットタイプのもも肉の場合は十分解凍してから調理してください。



今回は「国産野菜の五目あなかけラーメン」に関するエピソードや、「休日のランチに使う簡単お助け商品」について教えてください。



11ページの「おたより用紙」にて、お待ちしております。



くらしのお役立ち

アースフレンドさんに教わる！ 身近なものでリサイクル

コープでは、組合員さんの「やってみたい！」を応援するため、様々な活動支援を行っています。
今回はその中から、テーマグループで活動している「アースフレンド」の皆さんに、家でできるエコな手作り品を教えてもらいました。



テーマグループの基本ルール

【形成に必要な人数】

5世帯5人以上。代表者が組合員であれば、コープに加入されていない方もメンバーとして参加OKです。

【活動テーマ】

環境、福祉・ボランティア、地域活動、平和、商品、くらしの見直し、子育て教育、健康、文化。

【活動支援費】

毎年、8月までにご登録いただいたテーマグループには、年度末に報告書をご提出いただいた後、活動費3000円をお渡しします。

※登録月・参加世帯数によって金額が異なります。
詳しくは登録用紙をご覧ください。

2月1回カタログ（1月18日（配布）と一緒に登録用紙をお配りします。

すでにテーマグループにご登録されている組合員さんも、継続ご希望の方はお見逃しなく！

今回お話を伺ったのは...

アースフレンド
(宇部地域)の皆さん

作品と一緒に
ハイポーズ♪



ケープ

バッグ

買物袋

ヘアキャップ

アームカバー

※新型コロナウイルス感染症対策を十分に講じた上で撮影しています。

環境について学習する 自主活動グループが始まり

もともと、30年くらい前にコープで始まった牛乳パックの回収運動を推進するために活動していた組合員さんが、引き続き環境について考える自主活動グループとして継続したいと考えて作ったのがこのグループです。

『また来月ね！』 と言い合える仲間たち

グループです。13年ほど前から、活動が続けやすいようにリサイクルやリフォームを中心に活動するようになりました。「環境にやさしく、物を大切に」という気持ちは今でも変わりません。

活動は月に一度、ここと宇部店の組合員集客室に集まって、傘をリサイクルした作品を作ったり、持ち寄りしています。一ヶ月に一回会えるこの機会をみんな楽しみにしているんですよ。元気をあげたりもったり。このテーマグループで、「また来月ね」と言い合える友達ができました。作品の技術もお互い盗みつつ...（笑）自分一人で作るより、みんなで見せ合いながら、教え合いながら活動するから楽しいですね。

月に一度の活動は
みんなのお楽しみ！



使っていない傘を簡単リフォーム♪

傘のリフォームで『買物袋』を作ろう!

1. 傘の布を8等分にします。三角形の生地が8つできます。
2. 2枚を縫い合わせて、筒状にする。(○と○、×と×を縫い合わせます。)
3. 片方を折り曲げて、ゴムが入る穴を作る。もう一方は折り返して縫う。
4. ゴムを通してできあがり。傘1本で2組分のアームカバーができます。
5. 裏返して左右から5cmのまちを縫う。※まち部分は2度縫い
6. 持ち手部分 切り離した方を5mm巾の三つ折りで縫う。※傘本体の縫い目がある部分は縫わなくてもOK
7. 持ち手部分 17cmずつに切る
8. 持ち手部分 17cmずつに切る
9. 持ち手部分 17cmずつに切る
10. 持ち手部分 17cmずつに切る
11. 持ち手部分 17cmずつに切る

傘のリフォームで『アームカバー』を作ろう!

1. 不要になった傘の布を8等分にする。三角形の生地が8つできます。
2. 2枚を縫い合わせて、筒状にする。(○と○、×と×を縫い合わせます。)
3. 片方を折り曲げて、ゴムが入る穴を作る。もう一方は折り返して縫う。
4. ゴムを通してできあがり。傘1本で2組分のアームカバーができます。



第44回生協まつりにて



「リサイクルは手間をかけちゃダメ!」というのが私たちの考えです。手間がかかると、継続しにくくなりますし、ハードルも高くなってしまうですね。リサイクルする資源もできるだけそのままの形で活用できるように、アイデアを出し合っています。

私たちは作品を作って販売したいわけではなく、皆さんにも作ってみてもらいたいなと思っています。以前から生協まつりに出展した時も、ブースに立ち寄られた方へ作り方のチラシを一緒にお渡ししてるんですよ。そのチラシの中から、買い物袋とアームカバーをご紹介♪(上記)ぜひ、皆さんも楽しくリサイクルにチャレンジしてみてください。

ぜひ皆さんも
作ってみて
ください♪

う!

宇部市、常盤湖のほとりにあるホテル、ココランド。
森の中にある複合リゾート施設ならではの魅力を、
スタッフから教えてもらいました!



2 お部屋で ゆっくり



窓から見える
素敵な景色!



3 季節の素材と 「おもてなしの心」を 込めた夕食を

できるだけ作りたて、出来立ての料理を提供したいという思いから、段取りや手順を工夫して、仕上げています。「美味しかった」「また来たい」と言ってもらえて、楽しんでいただけると幸いです。感謝することを忘れずに、食で元気にしたいと、ひと皿、ひと皿に心を込めて作っています。今その時、その瞬間を大切に、お酒とお料理を味わっていただき、「心」一杯のおもてなしと“粋”な演出をお楽しみください。



から本格的な料理人を志す。
旅館・ホテルで修業を重ねる。
任し、現在に至る。
と、働大臣表彰



3 3つの魅力

遊ぶ・泊まる・食べる

ココランドはコープやまぐちの関連会社で、ホテルやコンベンション、スポーツ施設などを併せ持つ複合リゾート施設。自然豊かな山口県で湖畔や海など景色も楽しめます。子どもから大人まで、ご家族、ご友人と思いつきリフレッシュできる憩いの場です。

ココランド 魅力 1

フットサル・体育館・ゴルフ場など 充実したスポーツ施設



遊ぶ



スポーツ部 荒井さん

フットサル場は個人でもチームでも貸出可能。最近ではゴルフをご家族で楽しまれたり、若い方も多くご利用されています。体育館はスポーツから書道まで、施設が傷つかなければなんでもOK!(笑)運動不足になりがちなこの時期、ぜひご利用ください。

バルコニーから観る夕日は絶景!

自然あふれる景色を お部屋から



常盤湖畔には歩いて行けます。
早朝のおさんぽやジョギングに人気です。

ココランド 魅力 2

泊まる

ココランド 魅力 3

子どもからお年寄りまで大満足!

ランチバイキング

食べる



料飲部 遠山さん

今年の春にリニューアルオープンしたレストランで過ごすランチタイムは、常盤湖を見渡せて景色ばっちり。毎日季節の食材を使っていて、どの時期でも楽しめます。





楽しさ満載!

ココランドに行こ



6 朝食のおすすめは「たまごかけごはん」



朝食で好評なのは、たまごかけごはん。トッピングは10数種類、さらに醤油にもこだわり、アレンジ自在で「自分好みのたまごかけごはん」を作れます。アレンジ提案も掲示しておりますので、参考にどうぞ！私はまだまだ修行中の身ですが、厨房から「ワクワクする食事」をお届けします。



調理部
鈴木さん



7 地元特産品も取り揃えた売店でお買い物

8 チェックアウト

ご利用ありがとうございました♪
またのお越しをスタッフ一同心よりお待ちしております！



1 チェックイン



フロント部
平重さん

お客様が帰るときに「楽しかったな」「来て良かった」って思ってもらえるよう、お手伝いできればと思います。荷物運びのお手伝いや台車の貸し出しも行ってまいりますので、お困りごとはお気軽にお申し付けください。

コロナ対策実施中

現在新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、検温をお願いしております。また、お部屋に複数人が入る作業もできるだけ少なくしているため、お協力をお願いする場合がございます。予めご了承ください。



4 大浴場でリラックス



就寝

5 カラオケやキッズルームで家族団らん



フロント部
白上さん

お子様も盛り上げられる曲から懐かしの歌まで揃った最新機種がご利用可能。ご家族でのんびり楽しく過ごせるひとときとして、カラオケをおすすめします。



組員様特別宿泊プランも！詳しくはココランドまでお問い合わせください。

お問い合わせ・ご予約

ココランド

ココランド

〒755-0091
宇部市上宇部75(常盤湖畔)

TEL:0836-33-6116

宿泊やその他の詳細は
パソコン・スマホから
簡単にチェックできます！



QRコード

ココランド 検索

総料理長 川野 亘

【経歴】

1967年、福岡県甘木市(現朝倉市)生まれ
1983年に魚屋にて初めて包丁を握り、87年から
二日市温泉から始まり、90年代から山口県内の
2014年、宇部市COCOLANDの総料理長に就任
日本料理専門調理師免許取得、食育推進員認定
2018年11月 調理師法施行60周年 厚生労働省

※1グループ内に組員様お一人以上でご利用いただけます。



美味しい笑顔をお届けする コープの夕食宅配



お弁当のお届けを通して、地域に元気を！

「夕食宅配こくる」は、夕食をお届けしています。山口県内なら離れて暮らすご家族にもお届け出来ます。ご家族にコープやまぐちの組合員さんがいらっしゃれば、組合員さんの口座から引落しができ、手続き不要でご利用いただけます。

平日+土日・祝日もお届けする7日間コース

平日だけでなく、土日・祝日(年末年始を除く)も夕食をお届けできるエリアが広がりました。現在は下関市～岩国市、県北部の長門市・萩市もお届けしています。

※詳しいお届けエリアはお問い合わせください。



黄色が土日・祝日お届けエリア

毎日お弁当をお届けする事で 見守りにもつながっています

前日分を召し上がっていないなど異変を感じた場合、ご家族や緊急連絡先として、行政に連絡し確認を取っています。今後も、地域の自治体や他団体とも協力連携しながら取り組みを進めていきます。

お問い合わせ・お申し込み
(月～金 9:00～18:00)

☎ 0120-272-428

7日間コースのご注文は、

平日お届け分を8種類のコースの中から選択+土日祝お届け分を3種類のコースの中から選択して組み合わせます。平日と土日祝日の商品を変更することで飽きのこないご利用も出来ます。

7日間利用例(一人前)



平日
おかず手鞠
2,450円
(490円×5日)



平日
おかず華
3,490円
(698円×5日)



土日
おかず舞
1,388円
(694円×2日)

7日間合計
3,838円

7日間合計
4,878円

組合せ
自由!

●土日・祝日は休日割増料金です。
初日のある日は価格が変わります。

他にも色々なおかずからお選びいただけます!

(一社)やまぐち食の安心・安全研究センター報告 10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80検体のべ252項目(一般生菌数/大腸菌群/大腸菌/黄色ブドウ球菌/腸炎ピブリオ/サルモネラ属菌)

結果は、すべて良好。

店舗商品21検体のべ66項目(一般生菌数/大腸菌群/大腸菌/黄色ブドウ球菌/腸炎ピブリオ/サルモネラ属菌)

2検体2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。

※その他、夕食宅配43検体のべ132項目、その他の依頼62検体のべ174項目の検査を実施。

【理化学検査】

生協不使用添加物、成分分析等の検査:依頼1検体1項目の検査を実施。

残留農薬検査:宅配商品26検体のべ4,507項目、店舗商品12検体のべ2,036項目。1検体1項目のコープやまぐち基準超過があり、取引先に指導。

※その他、夕食宅配4検体のべ656項目、その他の依頼41検体のべ7,081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OK (ただし、光熱費やドリンク代、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

10:30～13:30 (周東センターは10:30～13:00)
(厚狭センターは10:30～12:30)

次回
12/22(火)

11/24(火) 「はあもにい〜」(小郡駅前)(山口市)

12/3(木) 「とくやま店組合員集会所」(周南市)

12/8(火) 「周東センター組合員集会所」(田布施町)

12/11(金) 「萩センター組合員集会所」(萩市)

1/21(木) 「厚狭センター組合員集会所」(山陽小野田市)

※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。
※しばらくの間、岩国センターでのひろばはお休みさせていただきます。



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

組合員さんの出資金が生協を支えています

組合員みんなで出資し、利用・運営するという生協のしくみの中で、出資金はその礎となる資金です。コープやまぐちではご加入時に100円以上の出資金をお預かりし、脱退時にお返ししています。

年度末に剰余(利益)が出た場合、総代会決定後、出資に対して配当があります。

例えば1人100円の増資でも、組合員さん20万人がすれば2000万円集まるね。その出資金は、より良い商品の開発や設備投資に利用されて、私たちの暮らしに返ってくるよ♪

1人ひとりが力を合わせて、みんなの夢を叶えていくよね!



出資金を増やす いつでもできます

出資金を増やすことを「増資」といいます。

宅配

注文シート右上の増資欄で、増資できます。



店舗

レジにて、現金またはポイントを使って簡単に増資することができます。



出資金を減らす 12月は減資申し込み締め切り月です

積み立てた出資金を一部引き出すことを「減資」といいます。減資後の出資金残高が3万円以上であれば減資ができます。減資申し込みの締め切りは**3月、6月、9月、12月末**で、翌々月10日に指定口座に振り込まれます。

減資のお申し込み

問合せセンター **0120-49-5657**
(月～金 8:30～21:00 / 土 8:30～18:00)

受賞報告 令和2年度チャレンジやまぐち! 地域貢献賞を受賞しました!

山口県では、地域づくりの推進力となる県民活動を促進するため、県民活動団体や社会貢献活動に取り組む事業者等の特に優れた取り組みを、「チャレンジやまぐち! 地域貢献賞」として表彰しています。

6回目の表彰となる今年度、コープやまぐちの災害時の物資確保や、高齢者等の見守り活動、子育て支援のほか「女性いきいき大賞」など幅広い地域貢献活動に対して表彰されることとなり、10月28日、表彰式が行われました。

表彰式の様子



これからも、誰もが住み慣れた場所で安心して暮らし続けられる地域づくりを、組合員さんと一緒に取り組んでいきます。

2020年11月より、ペットボトル入りお茶 デザインボトルが登場!

毎年好評のデザインボトル。これまでは期間限定の取り組みでしたが、「ずっと取り扱ってほしい」という組合員さんの声に応えて、通年でお届けします!



日本生協連の組合員モニターさんから、デザインの意見を募りました!

「茶屋でひといき」デザインボトル

COOP麦茶 (国産六条大麦使用) 600ml

COOPハト麦入りさわやかブレンド茶 ノンカフェイン 600ml

2月に回収のご案内予定!

書き損じハガキ等を とっておいてください!

2021年も、ハガキや未使用切手等を、飢餓・貧困のない世界をつくるために活動する「ハンガーフリーワールド」に送り、役立てる運動にも引き続き取り組みます。

2021年2月に、宅配カタログと一緒に回収専用封筒をお届け予定です。年賀状等の書き損じハガキなどをおいてください!

ハンガーフリーワールド
こんなものを募集します!

- 書き損じハガキ
- 使用済み または 未使用切手
- 未使用ハガキ
- 中古CD・DVD



昨年は多くの方にご協力いただき、換金額394万6722円相当の支援ができました。ご協力ありがとうございました!

ねえ！
これが
ええんよ！

トースターでカリッと焼いて

主人は病気で寝込んでいて、昼食がなかなか食べられませんでした。でも、この今川焼きをレンジで温めて、トースターでカリッと焼くと喜んで食べてくれます。私も美味しいと思って食べています。



ふんわり今川焼き
(北海道小豆の小倉あん)

宅配予定 12月2回
店舗 取扱い

(宇部市 K・Kさん)

レモンソースでさっぱり

魚が好きなので、よく魚を注文させていただいています！小あじのレモンソース仕立てが美味しかったデス！サラダの上のせて食べたところ、さっぱりして良かったです！



骨まで食べられる
小あじのレモンソース仕立て

宅配予定 12月2回

(宇部市 コウチさん)

賞味期限が長めなのが嬉しい！

「れんこんサラダ」、賞味期限が長めで嬉しいです。大豆マヨネーズが使われており、とても美味しいです。レタスやきゅうり、蒸し大豆、とうもろこし、ごぼう等を入れて食べると、とても良いですね！



和さらだ れんこんサラダ

宅配予定 1月4回

(山陽小野田市 M・Tさん)

アボカド&サーモン丼に

この間、サーモントロと、アボカドがダイスカットにしているのを買った。その日に丼で食卓に出しました。88歳の父も「美味しいしやわらかい」と喜んでいました。



COOPアボカド(ダイスカット)

宅配予定 1月2回
店舗 取扱い

(防府市 M・Tさん)

一本で味が決まる！

コープの商品全部好きですが、今年の夏にハマったのは「コープすし酢」で、釣った魚(コノシロ)の南蛮漬けを作りました。すし酢1つで味が決まるので、おすめです。



コープやまぐち
すし酢

宅配予定 12月3回
店舗 取扱い

(山口市 Y・Yさん)

お便りから

「びったれ」さんは急いで！

暑い暑いと言っていた昨日まで。気が付けば二か月分のカレンダーはあと一枚。びったれおどし(※)が来る前に、片付けをしないと...と思う今日この頃です。

(宇部市 まちやこねさん)

※「びったれ」は「不精者」という意味の方言。不精な人は早く秋の支度をしなさいという意味から、初秋や秋の終わりに急に寒くなる日のことを指すと言われています。

リサイクル 回収データ 9月分



宅配

カタログ・チラシ
197,226kg(約358,592セット分)

飲料用紙パック
2,473kg(約81,617枚分)
注文シート 3,028kg(約275,272枚分)

お店

発泡スチロールトレイ
475kg(約161,119枚分)

透明トレイ
361kg(約20,056枚分)

アルミ缶
645kg(約37,950缶分)

スチール缶
126kg(約2,700缶分)

飲料用紙パック
890kg(約29,373枚分)

ペットボトル
1,549kg(約46,955本分)

たまごパック(PET)
360kg(約25,714パック分)

仕分け袋
2,070kg(約258,750枚分)

たまごパック(PET)
371kg(約26,500パック分)

買い物袋持参率

店舗	回収枚数	回収率
どうもん店	48,244枚	93.33%
いずみ店	49,423枚	90.94%
小郡店	14,497枚	91.58%
新下関店	70,264枚	91.92%
宇部店	43,624枚	93.89%
とくやま店	24,714枚	95.02%
合計	250,766枚	92.95%

みんなで
取り組もう！

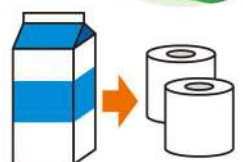
今月のピックアップ！

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をお願いします！

絶好の機会

コロナ禍のおかげで、今まで知らなかったカタカナ用語がいろいろと出てくるので、スマホの「Siri」を使ってその都度調べています。クックパッドも便利ですねっ！

(下松市 和崎町子さん)

慌てん坊の桜

新下関駅前の桜が日中の暖かさうのせいか、花が咲いていてびっく。葉は落ちていのに、生きているんですネ。

(下関市 ビリケンさん)

お家で手作り回転寿司

コロナ禍で外食がなかなかできない中、ケーキを作るための回る台を装飾し、数枚お皿を置いて手作り寿司で回転寿司ごっこをしました。回転寿司好きの息子に大好評でした。

(山口市 ブレッドさん)

リサイクルの実感

食品トレーやペットボトルなどをリサイクルに出したとき、自分も何か協力できたような気持ちになります。これからも取り組んでいきたいです。

(下松市 M-iさん)

このころに注意

涼しくなったので最近近所を散歩していますー(ダイエットも兼ねて)しかし、山の中を歩いていると、いのしの跡の跡が…。暗くなるのも早いので気を付けねと…。

(光市 M・Mさん)

いちおし商品レポート「ふっくらしらす干し」

今回は10月のいちおし商品「ふっくらしらす干し」に寄せられた声をご紹介します。

ぎょうざの皮でしらす干し

コープ委員会できょうざの皮ヒザを試食。チーズの香りと、しらすの香りが鼻から抜ける感じで、おやつや夜食にちょうど良いですよ。フライパンに油をひくか迷いましたが、最初こそ少し焦げましたが、2回目からはチーズの脂がほどよくフライパンになじみうま焼きました。

材料

ふっくらしらす干し、ミックスチーズ、ぎょうざの皮

作り方

- 油を引かずに餃子の皮をフライパンに並べる。
- しらすとチーズを散らし、火をつける。
- 蓋をして、チーズが溶けたらできあがり。

お好みでネギや大葉を散らしてもOK。



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。

左の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？

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。)

キリトリ線

“国産野菜の五目あんかけラーメン”の「いちおしポイント」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。



クイズの答え		ご意見(おたよりだけでもOK!)	あなたのいちおし
フリガナ		※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での感想などをお聞かせください。	※その他、お気に入りの商品の「いちおしポイント」や、アレンジレシピを教えてください。
お名前			
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お願いします。			
本名・イニシャル・匿名で掲載(ペンネーム:)			
ご住所 ()市・町			
TEL () -			
年齢 性別 男・女			

※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。応募メ切は12/18(金)です。

2020年コープレター10月号クイズ: 正解はC,E,G,I、応募者は171名、正解者162名です。

11 2020年コープレター11月号クイズ: 正解はB,D,E,H、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
ななかま

生産者さんと 地域をつなぐ パイプ役になりたい



2020年8月よりスタートしたJAグループ山形の自主制作番組「うまいルみ」につけた！。番組では、コープやまぐちの組合員さんがリポーターとなつて生産者さんのもとへ赴き、山形県産商品の魅力や笑顔をお届けしています。今回は、そんな「うまいル」リポーターの松本千春さんにお話をうかがいました。

▼組合員の松本 千春さんと
息子の啓太くん



「うまいル」が
自己成長の場に

友人からコープを紹介されたことがきっかけで組合員になった松本さん。リポーターとして出演するきっかけもまた、お知り合いの組合員さんによる推薦でした。「これまでは人前で話す機会も少なく、むしろ苦手意識を持っていたんですけど、そんな自分を克服したい気持ちと、リポーターを通して今度は自分が皆さんに良いものを広めていきたいという思いからチャレンジすることに決めました」



▲オープニング撮影の様子

初めての収録に
ドキドキ

収録は10月21日に実施。この日の収録内容は、下関市豊北町にある司ガーデンの「ハロウィンカボチャ」を、ランタン作り体験

のレポートとともにご紹介。オープニングを撮影後、生産者さんのお話をうかがいながらカボチャ畑を見学。「近年はハロウィンイベントも増え、ハロウィンカボチャの需要が年々高まっている一方、生産が追いついていないという実態があるそうです。気候的に栽培が難しいとされていた山形県で2011年から観賞用カボチャの栽培を

同じ目線だから
伝えられることがある

司ガーデンでは「下関ハロかぼプロジェクト」というハロウィンカボチャを通じた地域活性化活動に取り組まれています。その一環として、地元の小学校でもランタン作り体験を行なっていることを聞いた松本さんは「生産者さんがすごく熱い方で、少子化が進む地元をなんとか盛り上げようと、地元のことを本気で考えていらっしゃるんです。そして実際に実行されているので尊敬します」と深く感銘を受けた様子。「私もPTA

で下描きをし、終わったら底を切り抜き、ワタを取り出して、最後に下描きに沿ってナイフでくり抜いていきます。体験した松本さん、「意



▲カボチャの名前はジャッキーだそうです



▲畑へ向かう生産者さんと松本さん

一生懸命に
絵を描く
啓太くん



などで、素敵な取り組みをされている生産者さんや、周りの保護者、先生たちと一緒に、子どもたちの身になる体験を実現して

ぜひご覧ください！

うまいル
み〜つけた！

Tysにて
毎週土曜日
17時24分～
好評放送中!!



放送時間は、番組編成の都合により変更になる場合がございますので、ホームページでご確認ください。

うまいル
公式HPは
こちら▶



うまいル
Twitterは
こちら▶



いきなです。私がそのパイプ役になれたら嬉しいですね」と、今後の意気込みも語ってくれました。最後に「最近では野菜も高くなつてきていますが、今回生産者さんの思いや生産の過程に触れることで、買ったものはしっかりと使い切るといふサイクルを大事にしようと思えました。同じ主婦という目線で伝えるからこそ、説得力を持って皆さんに発信できるのではないかと考えています」と消費者としてもリポーターとしても、たくましく生き生きと素敵な笑顔の松本さんでした。