

年末年始 ハレの日料理

みんなで食べたいハレの日料理に、
いつもと違ったパーティー料理はいかがですか？
良い年を迎える準備にも
お役立てください！

野菜巻き鶏ハム



(おいておく時間は除く)

材料(4人分)

鶏むね肉……2枚 にんじん……縦1/2本 A 塩……小さじ2
さやいんげん……6本 塩・こしょう……各少々 B 砂糖……小さじ2

- ① むね肉は皮をとって観音開きにし、包丁の背でたたいて薄く伸ばす。
- ② 保存袋に①と(A)を入れてもみこみ、冷蔵庫で一晩おく。
- ③ いんげんは筋を取り、にんじんはいんげんと同じ太さの棒状に切り、それぞれ塩茹でする。
- ④ ②の汁気を拭きとり、両面にこしょうをふって広げたラップの上のせる。手前に③を3本ずつのせ、手前からきつめに巻く。
- ⑤ もう一重ラップを巻き、両端をきつねり輪ゴムで留める。
- ⑥ 鍋にたっぷりの湯を沸かし、⑤を入れて弱火で6分程度茹でる。火を止め、蓋をして3時間程度おく。
- ⑦ 鍋から取り出して冷蔵庫で冷やし、食べやすい厚さに切って皿に盛る。☆お好みでピンクペッパーをふってどうぞ。

チキンの ブルスケッタ



材料(4人分)

鶏もも肉……1枚 ゆで卵……2個
バケット……1本 ミニトマト……4個
にんにく……1片 塩・こしょう……各少々
オリーブオイル……大さじ1 粒マスタード……適宜

- ① にんにくはみじん切り、バケットは1cm幅の斜め切りにする。
- ② フライパンにオリーブオイルを入れ、にんにくを加える。香りがしてきたらもも肉を皮目を下にして入れ、塩・こしょうをふって両面を焼き、1~2cm角に切る。
- ③ バケットにハケでオリーブオイルを塗り、トースターでこんがり焼く。
- ④ ③の上に、②とスライスしたゆで卵、4等分にカットしたミニトマトをのせる。お好みで粒マスタードを添える。☆さらにオリーブオイルをかけてもいいですよ。

安全で美味しい山口県産の鶏肉 産直ふかわ鶏



地元山口県長門市の自然豊かな環境でのびのびと育つ「産直ふかわ鶏」。種鶏の飼育から生産・処理・加工・流通まで一貫した機能を持つ深川養鶏農業協同組合で育てられる産直ふかわ鶏は、飼料に5種類のハーブを配合して鶏肉特有の臭みを少なくし、肉の旨みを引き出しています。



コープの産直で産地応援！



産地・生産者が明確で、どんな肥育・肥培方法で育てられたかがはっきりしているコープの産直は、生産者と消費者の交流を通して産地との信頼関係を育んでいます。



年末年始もエシカル

心もせわしい年の瀬が近づいてきました。お掃除に食事、お飾りの準備
今回は組合員さんに年末年始に関わるエシカルな知恵や、欠かせないア

在宅ワークで忙しいときは 簡便商品を活用

在宅ワークのため、年末年始はほぼ仕事の
予定です。そのため、ごはんのおかずはコー
プに頼っている部分が多いです。
おすすめは、卵の花や煮物などがパウチになっ
ているシリーズ。美味しくて飽きないし、子ども
も喜んで食べてくれます。あと骨取りさばシリ
ーズは、子どもたちが自力で食べられるので重
宝しています。本当は骨があった方が、魚の食
べ方を学ぶ良い機会だとは思っていますが…仕事で忙しいときは頼りにしています。



松本さん

コープ商品と一緒に ゆっくり年越し

夫が31日まで仕事なので、子どもと一緒に
実家に帰ってのんびりする予定です。
帰省するときに欠かせないのがおやつ。子ども
は「わいわいスティックゼリー」が好きで、
カップよりもこぼれにくくて食べやすいので、お弁当やデザ
ートにも良いですよ。私は「カカオ70%チョコ」が好きなんです。
エシカルでもありますし、美味しくお気に入りです！



勝見さん

レインフォレスト・アライアンス認証マーク付きの製品を買
うことで、農園労働者の権利と福利の支援、天然資源の
保全、野生生物と環境の保護の支援の一助になります。



大根や人参は皮まで調理

年末までに済ませておきたい大掃除。コープのセミナーで習ったのですが、カーペット
は押すのではなく掃除機のノズルを手前に引きながらかけると、カーペットの毛が立
ってホコリが吸い込まれやすくなるそうです。私は今まで逆の順番で掃除していたの
で、日ごろの掃除から効率的にしていきたいです。
また、年末年始はかさばるゴミも悩みの種ですが、わが家では大根や人参は皮まで料
理に使い、みかんの皮は家庭菜園の肥料にしてしまうので、生ごみはいつも少なく済
みます。ぜひお試しください。

大根の皮のきんぴら ~作り方~

- ①フライパンにごま油を入れて中火で熱し、大
根の皮と唐辛子を入れる。
- ②中火のまま3分ほどしっかり炒め、大根に少し
透明感が出るくらい火を通す。
- ③しょうゆ大さじ1と1/2、砂糖大さじ1、酒大さじ1/2を加える。
しっかり煮詰めて完成。



磯部さん

古布や重曹で無駄なく掃除

年越しは夫と二人で過ごします。二人なのに料理をけっ
こう多めに作ってしまうので、焼うどんを作って、余った
ら卵で巻いてオム焼うどんにするなど、アレンジをしま
ながら食事を作るお正月になりそうです。そういえば、お
正月飾りを前は車や自転車にも付けていたのですが、
子どもに「もう最近では付けてる人少ないよ」と言われて
飾るのをやめてしまいました…。お正月飾り、皆さんは
どこに付けられるか気になります。
年末に大掃除する体力がもうないので、10月からちよ
っとずつやっています。重曹は台所やトイレにも使える
のでおすすめです。重曹だと鍋のこげつきも本当に
きれいになるし、ホーローは特にピカピカになります。
古いシャツやタオルなどの古布を使って拭き取れば、資
源を無駄なく使えます。



阿部さん

店舗クーポン

各店、有人レジにてご利用ください

1,000円(税込)以上ご購入で

100円 値引き券

見本

【有効期限】12月3日(土)~12月31日(土)

本クーポンは、コープのお店で1,000円以上の商品をご購入の際
100円を値引きさせていただきます。/ 1回のお買い物で1枚のみ使えます。/
本クーポンはコープのお店「ここと」(右記)でのみご利用できます。/ ご利用
の際はレジ精算前に商品と一緒にレジ係員にお渡しください。/ 本クーポンの
換金および返金はできません。/ クーポンを営利目的で第三者に貸与、販売、転
譲する事を禁止しております。なお、オークションならびにインターネットオー
クションへの出品も禁止します。/ フルセルフレジではご利用できません。通常レ
ジ、セルフ精算レジでご利用ください。発行元:生活協同組合コープやまぐち

笑顔がひろがる
コープ
のお店



毎日の暮らしに
「おいしさ、たのしさ、発見、
感動」を提供します。

買い物しやすく 楽しいお店!



LINE **こことLINEミニアプリで
お得なクーポン配信中!**

ここと各店の最新のチラシや、お得なクーポン等嬉し
い情報がたくさん。まずは、LINEのコープやまぐち公式
アカウントを友だち登録をお願いします。

※クーポンのご利用には、
「ここカード」の連携が必要です。



ここと 新下関店



下関市秋根西町 TEL.083-257-2240
営業時間 9:00~21:00

ここと 宇部店



宇部市恩田町 TEL.0836-32-5516
営業時間 9:00~21:00

ここと いずみ店



山口市泉町 TEL.083-923-2371
営業時間 9:00~22:00 (日曜 21:00まで)

ここと どうもん店



山口市道場前 TEL.083-901-0055
営業時間 9:00~21:00 衣料館 10:00~18:30

ここと 小郡店



山口市小郡下大正町 TEL.083-973-2277
営業時間 9:00~20:00

ここと とくやま店



周南市大字徳山 TEL.0834-27-0320
営業時間 9:00~20:00

ここと 島田店(三三店舗)



光市島田6丁目14-17 TEL.0833-74-1570
営業時間 10:00~19:00 ※日曜は定休日

ルで過ごそう



コープやまぐちは組合員さんと一緒に エシカル消費に取り組んでいます

これまでコープやまぐちでは、多くの組合員さんと一緒に被災地支援や産地応援、環境問題について考えたり、社会課題に取り組んできました。

特に「エシカル消費」は、日常の買い物でできることとして広まりましたが、今回ご紹介した組合員さんのおすすめ商品や豆知識は、そんなエシカル消費につながる一工夫。ロスのないように買い物をしたり、無駄なく活用したりすることは、エシカル消費のひとつと言えます。あなたも暮らしの身近なところからSDGsのきっかけになる、「暮らしの知恵」を見つけてみてください♪

お餅はアレンジして楽しめます!

義実家ではお餅も作っていて、冷凍で保存しています。冷凍のままオリーブオイルで両面を揚げ焼いて、砂糖醤油で食べると美味しいんですよ。私も今年のお正月はお雑煮以外にもお好み焼きに入れてアレンジしてみます♪



延井さん

など、いろいろと揃えるものも多い時期です。
アイテムについてお聞きしました。

今年はおせちを 予約注文してみました!

毎年、県内にある夫の実家で過ごしています。いつも義実家におせちのおかず数品を作ってもらってお世話になっているので、今年は初めてコープのおせちを予約して、みんなで食べようと思います!



食材を余らせないコツは 宅配のカタログ注文

自営業のため年末は31日まで仕事。1～3日まで休んで、同居の家族とゆっくり過ごします。

いろいろと買うものも多くなる年末ですが、基本的に食材を余らせたり、何かを買い忘れることはありません。コープの宅配で、購入するものをカタログで見て選んで、買ったものは忘れないようにメモしています。無駄遣いや買い忘れの防止になっています。コープの宅配の注文はアプリでもっと便利になりましたし、今年の年末もお世話になります♪

ネット注文
お試しは
こちら▼



コープの宅配のネット注文は便利なお試しサイトがあるんです。ぜひ試してみてください!



永富さん

お買い物が大量の年末は 宅配頼み!

最近の年末年始は夫と二人で過ごしています。お正月には手作りの黒豆に、コープで買った栗の甘露煮を入れて食べます。昔は三社参りに大坪八幡宮、赤間神宮、亀山八幡宮へ行っていました。今は夫があまり歩けないため、大坪だけ行っています。

コロナ禍前、妹夫婦たちと集まったときは10人以上の大人数になるので、鍋やすき焼きパーティーをしていました。そういうときは大量にお肉を買わないといけなくて大変なので、コープの宅配で何回かに分けて冷凍のお肉を注文していました。ついでに冷凍庫の整理もできますよ!



※画像はイメージです。



宮本さん



今ならご加入時に商品券 1,000円分プレゼント キャンペーン中!

カタログでご注文いただいた商品を、
毎週決まった曜日・時間にお届けします。

宅配ってどんな商品を取り扱ってるの?

留守のときはどうする?

気になる宅配のこと、まずは資料を見てください。4ページ目のアンケートから資料請求を受け付けています。

さらに、右の宅配クーポンも見逃しなく!

宅配利用料		
	週の利用金額 (税抜)	宅配利用料 (税込)
個配 (おひとりご利用)	4,600円未満	198円
	4,600円以上	55円

ご利用のない週：利用料0円

宅配を初めて利用する方は
最初の4週間、利用料無料!

ここくるのお問い合わせは
☎0120-49-5657
(月～金) 8:30～21:00
(土) 8:30～18:00



スマホでチェック↑

宅配クーポン

1人1枚限定 宅配担当者に直接お渡しください!

宅配の新規ご加入者さまへ
500ポイント
プレゼント券
見本

有効期限：12月3日(土)～2023年1月27日(金)

※ポイント付与は3月予定 ※宅配で購入代金の振替等にご利用できるポイントです。
有効期限内にコープの宅配をご利用された方へ、宅配で使えるポイント500円分をプレゼントします。お手続き時に担当者へ本券をお渡しください。web加入の場合は、後日担当者がお渡しする際に本券をお渡しください。本クーポンの現金および返金はできません。クーポンを営利目的で第三者に貸与、販売、転売することを禁止しております。なお、オークションならびにインターネットオークションへの出品も禁止します。ポイントの付与は2023年3月予定です。
発行元：生活協同組合コープやまぐち

担当者記入欄

[お預かり日]
[ご利用者氏名]
[担当者名]

コープやまぐちの公式Instagramを
フォロー&いいねで、ダブルチャンス!



公式アカウントをフォローして、該当記事に「いいね」をしていただいた方に、抽選でコープの人気商品をプレゼント♪本誌「くらしやまぐち冬号」のプレゼント企画と併せて、ぜひご参加ください♪



締切
12月16日(金)
(消印有効)

『クイズ』と『アンケート』に答えて 抽選プレゼント!!

正解者の中から抽選で下記いずれかのプレゼントをお送りします♪

ホテルココランド とらふぐ刺し「菊盛り」 10名様	or	商品券 1,000円分 20名様	or	図書カード 1,000円分 20名様
--	----	-------------------------------	----	---------------------------------

- | クイズ | アンケート |
|--|--|
| <p>Q1 表紙でご紹介しているのは、山口県産の鶏肉、コープの産直〇〇〇鶏</p> <p>Q2 コープの移動販売車の名前は「〇〇〇〇号」</p> <p>Q3 コープのお店こことでは、LINE〇〇アプリでお得情報を配信中!</p> | <p>1 コープのご利用状況についてお答えください。
ア.宅配 イ.店舗 ウ.お休み中 エ.利用していない</p> <p>2 「くらしやまぐち」を読んで興味を持ったところは?(複数回答可)
ア.年末年始ハレの日料理 イ.年末年始もエシカルで過ごそう
ウ.コープの事業紹介 エ.ココランド</p> <p>3 ご希望の資料をお届けします。
ア.宅配の資料がほしい イ.ココランドの資料がほしい ウ.今は必要ない</p> <p>4 くらしやまぐちを知ったきっかけは?
ア.新聞折り込みで見た イ.お店に置いてあった
ウ.ホームページで見た エ.テレビCMで見た オ.その他</p> <p>5 「くらしやまぐち」の感想や、コープへのご要望などをどうぞ。</p> |

くらしやまぐち2022年夏号の応募総数は1,203人。クイズの答えはQ1「平和首長」、Q2「17」、Q3「エクアドル」でした。

応募方法 必要事項を記入し、ハガキやFAX、メールでご応募ください。
【必須】住所、氏名、年齢、電話番号、クイズの答え、アンケートの回答

ハガキ 〒753-0872
山口市小郡上郷10901-21
コープやまぐち くらしやまぐち係

FAX 083-995-3712
MAIL info@yamaguchi.coop

注意事項
※いただいた個人情報はアンケート集約とプレゼント・資料送付の他には使用しません。
※当選の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。
※アンケートの内容は抽選には関係ありません。

応募メールフォームはこちら



ココロにのこる・コミュニケーションホテル
COCOLAND

「ふぐ」を楽しむ一泊二食付きプラン!

ホテルココランドで冬を楽しもう!

山口県の冬の味覚といえばやっぱりふぐ!
ふぐ刺し・ふぐ鍋・ふぐのから揚げが揃った会席料理を
ぜひホテルココランドでお召し上がりください。

詳しくはこちら



「ふぐ」ミニ会席プラン
14,300円~/人(税込)*



「ふぐ」フルコースプラン<竹>
16,500円~/人(税込)*



「ふぐ」フルコースプラン<松>
22,000円~/人(税込)*

【お問い合わせ】ホテルココランド
TEL 0836-33-6116

上記の抽選プレゼントで
ホテルココランドのふぐ刺しが当たる!
ぜひチャレンジしてみてください!



※ホテルココランド本館洋室を2名様でご利用の場合の1名様のご料金。

The Tokiwan



わんちゃんと泊まれるホテルTOKIWANでは、お部屋でお召し上がりいただける「ふぐ」フルコースプランもご用意しております。

【お問い合わせ】ホテルTOKIWAN(トキワン)
TEL 0836-33-6115

ご自宅前がスーパーに! コープの移動販売車『おひさま号』

近年高齢化が進む中、スーパーの撤退等のある地域では、「商品を直接手に取って買い物したいけれども、車の運転も出来ず、出かける手段もなく困っている」高齢者や買い物に不便な方が増えてきています。そこでコープでは、そんな方々にも利用しやすい利用形態の「移動店舗販売事業」に取り組んでいます。移動店舗は、コープやまぐちことのお店から、新鮮で安心・安全な商品を、専用トラック「おひさま号」に積み込み、週1回から2回の決まった曜日・時間・場所でルート販売を行っています。

お一人でも
ご利用可能

12月からはJA山口県とのコラボ車が登場!

JA山口県さんの車両を引き継いだコラボ車が、12月から下関市で活躍予定です。



※画像はイメージです。



おひさま号の訪問エリアはホームページからチェックできます。



*個人のお宅も含まれるため、詳しい運行ルートは公開していません。大変申し訳ありませんが、詳細は下記までお問い合わせください。

【問合せセンター】TEL 0120-49-5657 (月~金) 8:30~21:00、(土) 8:30~18:00