



食とくらしを共にはぐくむ情報誌 //

COOP LETTER

2025

4

April

南すおうアスパラ

歯応えが美味しい！

シャキシャキ

Contents

コープの美味旬菜

南すおうアスパラ..... p2-3

行政懇談会

安心して暮らせるまちづくりを
行政と一緒に..... p4-5

第19回女性いきいき大賞

受賞団体発表!..... p6-7

インフォメーション

みんなのひろば..... p8-11

アスパラレシピ..... p12

■コープやまぐち公式SNS

最新情報をお届けします♪



コープの
美味旬菜

南すおうアスパラ

コープやまぐちおすすめ旬の野菜や果物を
ご紹介する「コープの美味旬菜」。
今回は、濃厚な甘みと香りが特徴の「南すおう
アスパラ」をご紹介します。



南すおうアスパラ

(アスパラの一般的な旬は
4月下旬～6月中旬)

宅配 取り扱いあり

生産者

南すおうアスパラ 生産部会

柳井市・平生町・田布施町・上関町・光市(大和地区)の生産者が、温暖な気候を活かしたハウス栽培をしています。アスパラガス生産者団体として初となる山口県認証制度「エコやまぐち50(※)」を取得するなど、安全と環境へ配慮した栽培を行っています。

2013年4月「産直事業協定」調印。

(※)化学農薬と化学肥料の使用量を50%以上減らした農産物



南すおうアスパラ 栽培のこだわり

できるだけ農薬を
使わずに栽培

化学肥料を全く使わずにアスパラガス栽培を行っている産地は国内でほとんどない中、南すおうアスパラ生産部会では、100%有機質肥料のみでの栽培に取り組んでいます。できるだけ農薬を使用しない栽培をするために、化学農薬の使用を50%以上削減したり、農薬使用状況の記帳・提出を義務づけ、定期的な残留農薬の検査を行っています。



栄養と美味しさを
逃さない工夫

秋以降のビニールハウスの中では、アスパラの葉は茶色の地面にアスパラだけが並んで生えています。葉っぱは秋のうちに切り取ってしまうことで、栄養と美味しさを1本1本のアスパラに行きわたらせることができるそうです。南すおうアスパラ生産部会ではこのように栽培での工夫を取り入れています。



南すおう アスパラの特徴

有機肥料栽培でよりよい土壌を持続させ、アスパラ本来の濃い甘みと香り、やわらかくシャキシャキとした食感を引き出すことが可能になりました。新鮮なものはそのまま食べても美味しくいただけます。アスパラにはビタミンA、C、Eやカロテン、葉酸、カリウムのほか、動脈硬化や高血圧を予防する「ルチン」が含まれているそうです。

穂先がしまっている

切り口が丸みを帯びていて、瑞々しい

美味しいアスパラのCheckポイント

鮮やかな色をしていて、全体にハリがある

美味い味が詰まっています!



組合員さんの声

組合員さんから寄せられた、今旬の食材のおすすめポイントやアレンジレシピをご紹介します。皆さんもぜひお試しください!

産直アスパラは太さがちょうど良いものが多くて使いやすいです!

(山口市 H.さん)



食べ応えある太さと新鮮な瑞々しさが魅力。定番のベーコン巻きや豚バラ巻きが最高です!

(山口市 N.Y.さん)



色が鮮やかな緑で、太く瑞々しいです。また食感も良いです。

(宇部市 F.さん)



揚げ物、ゆで、蒸し物、炒め物、何でも春を感じさせてくれるアスパラ。嫌いな人はいないのでは!?と思います!

(山口市 T.H.さん)



口当たりがよく、茹でるとシャキシャキホクホクマヨネーズを少し添えると美味しいです。

(山陽小野田市 J.M.さん)



アスパラの旬なレシピ紹介



①半分に切ったアスパラをフライパンに並べ、中火で2〜3分焼く。②バター・醤油(各小さじ1)を回し入れて火を消し、器に盛り付ける。③フライパンに卵を割り入れ、半熟状に焼いて醤油小さじ1を回し入れる。④②の上に③をのせ、好みでバルメザンチーズ、黒こしょうをふる。

(下関市 S.N.さん)

アスパラとホタテのめんつゆバターソテーが簡単で絶品です!バター・塩胡椒でアスパラとホタテを炒め、仕上げにめんつゆを絡めたら出来上がりです。お好みでレモン汁をかけてどうぞ!

(山口市 S.T.さん)

まるごとアスパラつくねがオススメ!軽くゆでたアスパラをまるまる1本使い、周りにつくねを棒状につけて焼きます。新鮮なアスパラは甘みがあり、お肉との相性がばっちりです!

(下関市 M.O.さん)

今回は、「JAそらち南たまねぎ」のおすすめポイントや「たまねぎのアレンジレシピ」を大募集!いただいた声は「コープの美味旬菜」でご紹介させていただきます。



安心して暮らせるまちづくりを 行政と一緒に

コープやまぐちでは、1996年から組合員と行政との懇談会を継続して行っており、今年度も昨年11月から今年2月にかけて県内13市で開催しました。

この懇談会は、くらしを良くするためのテーマを設け、首長と住民(生協組合員)が話し合い、住みよい町づくりにつながることをめざしています。

山陽
小野田

テーマ 居場所づくり

11月のSOS健康フェスタに出展し、約300名の方に健康にまつわる商品の紹介・がん検診への関心調査・コープ商品の体験をしていただいたことを報告しました。保護者世代の健康づくりにも課題があるため、子育て関連商品の紹介とともに次年度の子育てひろば交流会で一緒に取り組んでいきます。また、ここサークルの機能を活用して、既存の小さな繋がりを応援しながら各課との連携を強めていきたいです。



▲藤田剛二 山陽小野田市長(右から3番目)と。(11/22)

下関

テーマ 子育て

新しく稼働した学校給食センターでの地場野菜の使用によって地産地消が進んでいることや、衛生面や安全面、アレルギー対応等も良くなっていることを伺うことができました。こうした市の取り組みは、子育て世帯だけでなく、地域の皆さんに知ってほしいと思います。今後は、学校給食センターの見学等を通じて組合員に情報発信をするとともに、下関市とコープやまぐちと一緒に取り組める活動を提案し、関係性を深めていきたいと考えています。



▲島崎敏幸 下関副市長(左から4番目)と。(12/19)

様々なテーマで「協同」をめざして

これまで懇談会を通じて、安心してくらし続けられる地域づくりへの思いを共有する中で、生協の活動や事業に対する理解にもつながっています。今回の懇談会では、それぞれの市でテーマを設けて話し合いが行われ、参加した組合員さんから報告をいただきました。(掲載は開催順。氏名は開催当日のものです。)

長門

テーマ つながりあえる地域づくり

市長より少子高齢化や物価高騰など市民生活が厳しい中で、国際協同組合年である今年、共に問題解決をめざしていきたいとお言葉をいただきました。子育て支援や地元ケーブルとの取り組み、幼稚園によるセンターの社会見学など地域連携した事業活動報告を行いました。「きょうちくとうこクラブ」の代表者より長門市の戦跡マップと冊子の完成を報告すると、担当課の方から市が取り組む戦後80年の記念事業の計画もご紹介いただき、学校教育の場での具体的な活用についてご提案をいただきました。



▲江原達也 長門市市長(後列左から5番目)と。(1/29)

防府

テーマ 子育て

1月に開庁された新しい防府市役所で懇談会を行いました。池田市長から「回廊からぜひ市内を見てください」とのお話があり、参加者は8階からの素晴らしい展望を楽しんだのちに「子育て」について懇談しました。これからの未来を担う子どもたちのことを第一に考えられた防府市の施策は、地域の産業にも活力を与えるよう考えられていることを知り、参加者は防府市で子育てをすることに、より安心感が持てた時間となりました。



▲池田豊 防府市長(中央)と。(1/24)

山口

テーマ 子育て

組合員の関心事である「子育て(教育)」に関して、市の考えや施策の内容を詳しくお聞きしました。小中一貫教育は、小中学校の先生方が校種を越えて授業することで、中学校進学後のいわゆる「中一ギャップ」を緩和したり、中学校区単位で地域クラブを組織化することで部活動を継続できるような準備に取り組んでいることなどを知り、安心しました。また、子育てを応援する「ふあみ〜ゆ」の商品を、市のイベント等で紹介する機会を設けていただけることとなりました。



▲伊藤和貴 山口市長(前列左から5番目)と。(1/30)

萩

テーマ つながりあえる地域づくり

「萩時代まつり」への参加のお礼・報告と地域ですすめている新規事業活動を紹介します。また、コープやまぐちの商品に関わる地元の生産者との交流、牧場への視察など報告し、生産者と消費者の関係づくりの必要性について意見交換をしました。夏の平和月間で多くの子どもたちから届いた760点のめりえやメッセージの展示等、平和の想いを共に地域に広げる取り組みについて呼びかけました。市長からは、地域の平和の取り組みへのご理解と、まちづくりの為に生協の協力は不可欠とお言葉をいただきました。



▲田中文夫 萩市長(前列中央)と。(12/19)

下松

テーマ ① 消費者トラブル防止
② 子育て支援

うそ電話詐欺や投資詐欺などの身近にある消費者トラブルについて、事例もご紹介いただきながら必要な対策などについて意見交換しました。今後も組合員活動の場や広報物等で周知していき、消費者被害防止につなげていきます。子育て支援では、今後力を入れていくことや部活動の地域移行について、下松市のめざす姿をお聞きすることができました。コープやまぐちとしても共に取り組んでいけることを探していきます。



▲国井益雄 下松市長(右から4番目)と。(1/14)

周南

テーマ ① 子育て支援、若者の定着
② 高齢者支援

「こどもまんなか社会」の実現に向けて10年後、20年後を見据えた施策を行うことが必要という市長のお話は、コープやまぐちの事業や組合員活動にも通じるものがあると感じました。24年度から始めた周南公立大学とのインターンシップは、今後対象学年を広げて実施する予定です。高齢化が進む周南市で、住み慣れた街でいきいきと暮らし続けるために、おたがいさま活動や宅配事業等でお役立ちにつながっている事例などを紹介しながら交流しました。



▲藤井律子 周南市長(中央)と。(1/31)

光

テーマ 心豊かなくらしと安心・安全な街づくりのために

市長と防災についての懇談を行い、市民の安全・安心を守るために生協との物資協定の重要性についてのお話し、防災庁舎からの情報発信や防災情報の入手方法についても理解を深めることができました。また、高齢者や障がい者の避難支援や子育て世代の防災への関心の高さなどについて意見を交わし、生協の「やさしい避難所」などの取り組みを紹介しました。今後の防災活動についても、さらに連携を強化していきたいです。



▲芳岡統 光市長(前列中央)と。(2/4)

岩国

テーマ 住み続けたい街
いわくに

れんこん掘り取り体験や防災センター見学など、岩国の魅力や取り組みを知る活動の報告をしました。市長からは建設中の福祉・科学・防災・交流の施設「いこいと学びの交流テラス」についてお聞きし、ワクワクしました。組合員さんから「中高生が安心して過ごせる居場所が欲しい」という声もありました。岩国をもっと良くしたいという想いは市長と同じなので、一緒に住み続けたいまちづくりを進めていきたいと思いました。



▲福田良彦 岩国市長(前列左から3番目)と。(1/15)

宇部

テーマ 居場所づくり

今年度の子育てひろば交流会で、こども支援課・健康増進課・廃棄物対策課にブース出展いただき、一緒に盛り上げていただいたことを報告しました。2025年はときわ公園開設100周年を迎えるということで、ココランドの恐竜の森アドベンチャーと連携したウォーキング等に取り組んでいきたいです。これまでも多くの活動で連携してきましたが、地域における様々な活動の輪が広がるよう、ここサークル1,000グループをめざします。



▲篠崎圭二 宇部市長(前列中央)と。(1/24)

柳井

テーマ 心豊かなくらしと安心・安全な街づくりのために

地域の交流の場づくりと防災について懇談を行いました。市長からは、柳井市では一人世帯が増え、空き家問題が深刻化していることなどについてお話がありました。また、「みどりが丘図書館」が地域交流の場となっていることや避難所機能を担っていること、さらに地域一体となった避難訓練やイベント企画を盛り込んだ防災訓練の事例などが紹介されました。生協からは、見守り機能の一面を持つ宅配の現場で実際にあった事例や、防災活動の取り組みについて報告しました。今後さらに連携を強化し、様々な取り組みを行っていきたく考えています。



▲井原健太郎 柳井市長(前列中央)と。(2/6)

美祿

テーマ 居場所づくり

「美東地域まちづくりセンター」など地域の核となる施設が完成し、まちづくりの新たなステージについてお話しいただきました。コープやまぐちからは、こことオリジナル商品で、山口農業高校の生徒が開発した美祿市産のはだか麦を使ったクッキーを紹介しました。今後も、美祿市の特産品や観光資源を広げるような取り組みをしていきたいです。また、手厚い子育て支援をされている美祿市の離乳食教室や子育てサークルの開催と一緒に取り組んでいきます。



▲篠田洋司 美祿市長(前列左から2番目)と。(2/12)



女性いきいき大賞

コープやまぐちが山口県や報道団体などの後援を得て行っている「女性いきいき大賞」。応募された県内20団体から、選考基準に基づき、第19回目の各受賞団体が選ばれました。

女性いきいき大賞とは

女性いきいき大賞は、住み良い地域社会づくりと男女共同参画社会づくりをめざして創設。「くらしづくり」子育て「福祉」地域づくりの4分野で募集し、女性を中心となってチャレンジしている団体を表彰・支援し、活動が広がることを願っています。

第19回受賞団体発表

- 最優秀賞（山口県知事賞）
グリーフサポートやまぐち（地域づくり分野/防府市）
- 優秀賞（朝日新聞社賞）
セレーノ四つ葉（肢体不自由・障がい児者/親と仲間の集う会）（福祉分野/宇部市）
- 優秀賞（yab山口朝日放送賞）
NPO法人親子ステーションあんころもち（子育て分野/宇部市）
- 優秀賞（山口新聞社賞）
一般社団法人レベルフリー（くらしづくり分野/山口市）
- コープやまぐち奨励賞
・知的障害者女子バレーボールチーム「きららsoleil山口」（福祉分野/周南市）
・特定非営利活動法人光けんじのがっこう（子育て分野/光市）
・kikkake（地域づくり分野/山口市）
- コープやまぐち奨励賞・学生の部
・やまぐち食べちゃる隊（地域づくり分野/山口県立大学）
- コープやまぐち組合員賞
子育てリンク周防大島（子育て分野/周防大島町）

最優秀団体

グリーフサポート
やまぐち（防府市）

大切な人、大切な何かを失った経験からくる様々な感情グリーフを抱える大人や子どもが、地域の中で孤立せずに集える場づくりと、人と人がつながり本来持っている力を取り戻せるように支援活動をしている「グリーフサポートやまぐち」。

もっと地域を豊かにしていけるのではないかと考えています。



左から山野さん、代表の京井さん、平田さん

悲しい思いを抱えて孤立することがないように

2000年に当時4歳の長女を飲酒運転事故で亡くされた京井さん。当時は相談窓口もなく、途方に暮れていました。そんな中、被害者救済と交通事故撲滅を目的に活動していた「全国交通事故遺族の会」と出会ったことが当時の自分にとって大きな心の支えとなりました。自分も「同じ思いをしている」と多くの人を助けたいと思い、同じ交通遺族の方々の相談を受けるようになり、いろいろな縁の中、自助グループ「アサポート」は設立しました。その後、事件や事故だけでなく、病気やいじめ、自死等の相談や支援が増えたことから、2015年に「グリーフサポートやまぐち」と名称を変更して活動を始めました。2018年には女性いきいき大賞の優秀賞をいただき、「自分の活動を見られる人がいるんだ」と本当に嬉しく、その賞が励みになりさらに活動の幅を広げることができました。

地域をつなぐコーディネーターとして

同団体では、約20人のメンバーがそれぞれの地域で支援活動をされているそう。「家庭や職場以外の繋がりが希薄になりがちな昨今、生きづらさを感じている人が多いのが現状です。実際、『グリーフサポートやまぐち』に名前を変えてから、相談内容が多岐にわたってきました。私たちは、そんな人たちの『相談の入り口』として、悩みに合った市の窓口や団体に繋げるお手伝いをしています。また、講演会に参加してくださった方に研修やアドバイスをを行い、広島県でも『グリーフサポートひろしま』が立ち上がりました。」として、私たちの活動を通じて、近くに生き辛さを抱える人や悩んでいる人がいることを知ってもらい、寄り添っていける社会づくりができれば、

女性いきいき大賞を通して広がるつながり

7年前の優秀賞の受賞を機に、毎年の受賞団体により関心をもつことで生まれたつながりもあるという京井さん。「受賞というきっかけから、それぞれの団体でどんな取り組みをしているのか、情報交換の機会を得ることができました。今では代表者と連絡を取り合い、お互いの活動の幅を広げ合うような関係になった団体さんもあります。そういった意味でも、この女性いきいき大賞は素敵な賞だと思います。男女共同参画社会をめざす上で、男性と女性で少なからず違いはあると思いますが、頑張っている同性に認められることで、励みにもなりますね。社会問題が多くある中で、こういった民間の賞が地域力を上げていくためのいいきっかけになるのでは、と思います。」

イベント紹介

グリーフサポートやまぐち10周年記念イベント

いのち
生命のメッセージ展

7月12日（金）～13日（土）
10:00～17:00 / 最終日16:00
防府市地域協働支援センター 多目的ホール

理不尽に生命が奪われることなく明日を未来を生きることが出来る社会を願うパネルには、ひとりひとりの素顔やメッセージが添えてあります。講演会も行います。

《女性いきいき大賞の受賞グループからのメッセージ》

第15回「最優秀賞」・styleドットスタイル」代表 小西 凡子さん



小西 凡子さん

受賞した年の前後くらいから知っていました。私たちが機に距離が近くなりました。私たちがくる相談内容に応じて、グリーフサポートやまぐちさんの専門分野を活かすなど、お互いの力を双方で連携した支援活動ができています。

第16回「優秀賞」異世代交流子育てサロンassis」代表 岡崎 麻衣さん



岡崎 麻衣さん

京井さんの「人に寄り添う気持ちにぐっと来ているひとりで。とにかく巻き込み上手で、相談者の悩み事に一番適していると思われるところに結び付けてくれます。『style』の小西さんも含め、私たち自身のネットワークが「あなたのことを守っている人」はこんなにもいるよー」という相談者さんの安心感になりますね。

Pick Up!

前回受賞団体からの近況報告

MagMura8（宇部市）
【第18回 優秀賞・朝日新聞社賞】

「ママが笑顔で子育て」を目的に自然豊かな宇部市の万倉地域を拠点として外遊びを主体にした子育て支援活動を行っている団体。子育てで困っていたり、どこに相談していいかわからないといった不安でいっぱいママたちに「私たちがいるよ」と安心してもらうために活動しています。

【活動内容】自然の中でのびのび体験活動等

2024年度の活動内容と成果

平日開催の子育て支援の内容の充実、ママ達の拠り所になれるようなイベントを開催し、参加者の声を大事に寄り添っています。イベント内容はママのためのクリスマス会や世界に1つだけのマイお鏡餅づくりなど、ママも子どもも楽しんでもらえるものになりました。

また、毎月開催の小学生対象サバスフは2024年度は3グループが活動し、日ごろ経験できないことや子どもたちの思い、興味を大切にしながら年間の計画を立て、子ども主体で進めています。

不定期で開催していた、困り感を持つ親同士の会も毎月の定期開催で継続。子育ての不安や悩みを打ち明け、人に聞いてもらうことで少し子育てを頑張れたり、楽しめるようになったり…。また、意見を言い合うことで、違う何かが見えはじめ、自分の方向性が間違っていたななどに気づく方もいらつやり、参加者の方々の日々の子育ての活力になっているようで、開催側としてはとても嬉しい限りです。

子育てがある程度落ち着いた方からはもっと早くMagMura8さんと知り合いたかった「自分が子育てしているときにこんな活動があったら」などのお声も多くいただき、MagMura8の想いに賛同してご協力して下さる方、使わなくなったおもちゃ等の寄付をしてくださる方もいらつやってもありがとうございます。



今後めざしていること

万倉という地域を生かした活動をしていきたいと思っています。ママを笑顔にすることは、もちろんのこと、未来の子どもたちにいるような体験、いろいろな場所があることを知ってもらい、生きる力を身につけてもらいたいです。また、育児に悩んでいるママたちの精神的・肉体的にもサポートできる体制づくりに取り組んでいこうと思います。

ホームページとfacebookもご覧ください。

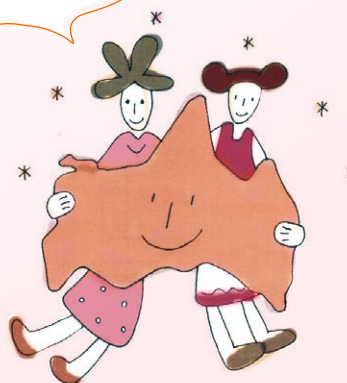


▲ホームページ



▲facebook

表彰式や表敬訪問の様子はコープレター5月号でご紹介予定です。



お問い合わせ

組合員活動グループ

0120・27・5520
(月～金 9時～18時)

第20回女性いきいき大賞の応募受付開始は2025年7月からの予定です。

ねえ！
これがええんよ！

サイズ感がイイ！

一歳の子どもが食べやすい大きさで、いつも利用しています。



国産大豆カット絹とうふ
360g
宅配予定
5月3回

(下関市Y・Mさん)

ご飯作りに重宝！

国産野菜のみじん切りミックスは子どものご飯作りに重宝しています！炒飯やオムライス、ドライカレー等…手軽に野菜を入れることができて助かります。



国産野菜のみじん切りミックス
宅配予定
4月2回

(山口市T・Nさん)

大好きです！

淡塩さば！臭みがなくて、塩加減もよくいつも購入させていただいております。



淡塩さば
宅配予定
4月1回 店舗
取扱い

(下関市M・Iさん)

小さめだから使いやすい！

人参ジュース用がお気に入りです。形は不揃いですが量も多いですし、甘くて美味しいです。人参ジャムを作ってパンにヨーグルトにと美味しく食べています。



長崎県産
人参(ジュース用)
宅配予定
4月1回

(光市T・Nさん)

お便りから



頑張っています！

最近、介護予防体操に行き始めました。私が最高齢です。70代の方々に負けないよう、頑張っています。あつという間に1時間が終わり、楽しい時間を過ごしております。

(光市K・Tさん)

いつもの日か…

コープレターの表紙の瓦そばを見て、わが家も昔はホットプレートを使って焼いていたなあと懐かしく思いました。またいつの日か皆でワイワイ言いながら美味しいものを食べたいです。

(平生町J・Hさん)

安心感！

買い物に行くときあれもこれも値上がりで、大好きなお菓子もびっくりする程小さくて少なく、それなら自分で作るうとコーヒーゼリーやシフォンケーキを何十年ぶりに作ってみました！子どもも独立し、主人と二人で食べています。ストレス発散にもなるので、しばらく続けます。

(下松市K・Dさん)



便利な宅配！

家に欲しいものを届けてもらえるって、改めて大変ありがたいことだなあと思えます！子連れでの買い物は出かけるまでの準備や帰宅後何かついていろいろあり大変です…。そうこうしているうちに、迫り来る上の子達や夫の帰宅時間…。もう母の体力は0に近い中での夕飯準備…。コープ

やまぐちさんに美味しい食料達を届けていただけて、買い物頻度が少なくなつて感謝感激です！いつも本当にありがとうございます！！

(岩国市I・Mさん)

毎年検診しています

山口県のがん検診受診率が全国最下位という記事を読んで、わたしは、毎年検診しています。受けてなくて悪くなつてからでは遅いので、気にかけて少しでも受ける方が増えるといいと思います。元気で生活できるのが、ありがたいと思います。

(周南市A・Tさん)



可愛いお年頃♡

1歳4か月の娘は何でも大人の真似をします。ごはんも大人用の大きい茶碗がいいし、スプーンに行けばエコバックを持ちたがりです。付き合うのに手がかりますが、とても可愛いお年頃です♡

(山口市もちほさん)

総出で！

今回の間違ひ探しは難しいと感じました！家族友人総出で探しました。思春期の息子や娘も協力してくれて、良い機会だったかもしれません。

(山陽小野田市J・Mさん)

助け合い！

周囲に高齢の方が増加。先日腰を痛めた方の不燃物当番の代理を務めました。助け合いの大切さを痛感する今日この頃です…。

(山口市Y・Iさん)

もっと
広げ隊！
いちおし商品

お気に入りの商品や、その商品を使った料理方法など、組合員さんから寄せられた「声」を中心に取り組んでいる「わが家のいちおし活動」。2024年度は「みんなに届け！あなたのいちおし!!」をテーマに、おひさま通信がらすにてお知らせ中！紙面を見て、あなたの「いいね」コメントと写真を募集しています。

3月のテーマ

「お弁当に入りたい商品」

お出かけする時のお弁当に入りたい商品の声を集めました。皆さんはお弁当にどんなものが入っていると嬉しくなりますか？ぜひ今後のお買い求めの参考にされてくださいね！

味付けいなりあげ

味付けいなりあげを袋ごと湯せんで温めて、少し飯を作った油揚げに詰めるだけ。時間もそれほどかからず、適度な甘さが食欲をそそります。すし飯に白ごまをかけるとうちよとしたアクセントにもなりますよ。わが家のいちおしです！



(周南市ましゆごさん)

レンジでサクッとローズとんかつ

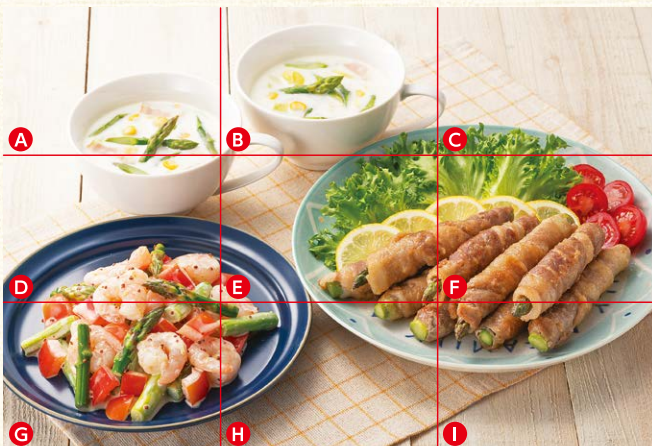
レンジで温めた後、更にトースターで焼くと揚げたてのようなサクサクのとんかつができていきます。かつ丼やカツカレーなど美味しくできて便利ですが、お弁当に入れても美味しそうですね。



(下関市I・Mさん)

まちがいさがしに答えて
コープポイントをゲットしよう！

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？



キリトリ線

クイズの答え

フリガナ
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掲載いたします。

【本名・イニシャル・匿名で掲載(ペンネーム)】

ご住所 ()市・町

TEL () -

年代 20～30代 / 40～50代 / 60代以上

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での感想などをお聞かせください。

おすすめポイント

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

今回は

「そらち玉ねぎ」
のおすすめポイントを大募集!いただいた声は、「コープのこだわり商品」でご紹介させていただきます。



※個人情報(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4/18(金)です。

広報戦略スタッフ行



webからのご応募は
こちらから!

ゆだ苑と山口県被団協に平和募金から 20万円ずつ贈呈しました



3月2日(日)、組合員さん13名とご家族の方11名の計24名で山口県原爆被爆者支援センターゆだ苑を訪れ、皆さんから寄せられた「虹の平和・おまかせ募金」より、20万円をゆだ苑活動支援として寄付しました。

また、昨年日本被団協がノーベル平和賞を受賞されました。2025年は終戦・被爆80年の年でもあり、山口県被団協へも今後の活動援助として組合員から寄せられた募金を20万円贈呈しました。

ゆだ苑の坂本事務局長から、「コープやまぐちの組合員さんの気持ちと、本日こうして皆様がお子さんにも平和のことを考える機会をつないでもらっていることがありがたい」、県被団協 村上副会長から「核兵器廃絶に向けて大切に使っていきたい」という言葉をいただきました。募金にご協力くださった皆様、誠にありがとうございました。



山口県 × 生活協同組合 コープやまぐち はじめましてBOX をお届け!♡



対象となるご家庭

山口県にお住いの1歳未満の赤ちゃんがいらっしゃる方
※「はじめましてBOX」のお届けは、お子様おひとりにつき1回限りとさせていただきます。



コープやまぐち
×
山口農業高等学校

オリジナル商品発売!

コープやまぐちでは昨年より、山口農業高等学校で取り扱っている多くの生産品・製造品を協業することで山口県内の消費量を伸ばしたいと考え、学校との意見交換を続け、この度、美祢市の裸麦を使用した「農業高校生が考え抜いたはだか麦クッキー」を共同開発し、商品化に至りました。ここといずみ店での先行販売後、全店舗で販売予定です。お見かけの際はぜひお試ください♪



リサイクル 回収データ 2月分

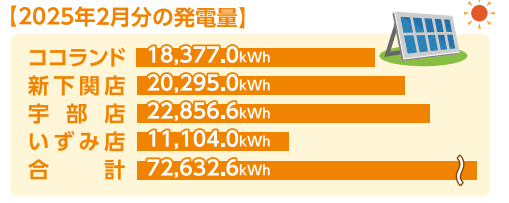
宅配	カタログ・チラシ 148,731kg(約270,420セット分)	たまごパック(PET) 560kg(約40,000パック分)
	飲料用紙パック 1,321kg(約43,597本分) 注文シート2,793kg(約253,909枚分)	仕分け袋 1,671kg(約208,875枚分)
お店	発泡スチロールトレイ 451kg(約136,727枚分)	たまごパック(PET) 147.4kg(約10,371パック分)
	透明トレイ 341kg(約18,961枚分)	買い物袋持参率
	アルミ缶 553kg(約27,668缶分)	どうもん店 39,940枚 90.26%
	スチール缶 120kg(約3,615缶分)	いずみ店 63,563枚 86.25%
	飲料用紙パック 614kg(約20,264本分)	小郡店 12,614枚 88.87%
	ペットボトル 1,011kg(約30,636本分)	新下関店 59,402枚 88.21%
		宇部店 46,329枚 90.26%
		とくやま店 19,764枚 91.61%
		合計 246,242枚 88.77%

組合員さんと一緒に 進める環境活動

次世代の子どもたちに安心して暮らせる地球を残すことをめざし、環境問題を身近な暮らしの中から、考える活動をすすめています。

今月の Pick Up! ピックアップ

コープやまぐちでは、店舗に太陽光パネルを設置し、店内への電力供給を行っています。ココランドにある太陽光パネルと合わせて、発電量を報告いたします。



2025年は国際協同組合年

コープやまぐちでは

「メッセー字コンテスト」を開催!



一年間を通じて、平和と安全、開発、人権・人道の問題など、ひとつの特定のテーマを設定し、国際社会の関心を喚起し、取り組みを促すために国連が制定した「国際協同組合年」。

みなさんの思いをカタチにしていくコープやまぐちは協同組合として、改めて「みなさんの感動や喜び、悲しみなどの思い受け止めたい」、「受け止めたメッセージを組合員さんや役員同士で共感し、広く知らせ、協同組合が思いを受け止めてカタチにしていく組織であることを伝えたい」と考え、メッセー字コンテストを開催することとしました。

「メッセー字」とは?

熟語の発音はそのままに、言葉の漢字やひらがな、カタカナ、数字、ローマ字などの表記を変えて新しい意味にする文字遊びのことです。



例

行動力 → 幸導力
(意味:自分や他人を幸せに導く力)
千客万来 → 千脚晩礼
(意味:夜まで多くの来客があり感謝)

募集期間

2025年4月1日(火)~12月31日(水)

賞品



毎月の
応募作品から
5名程度表彰



グランプリ(1名).....10万円
準グランプリ(1名).....5万円
コープやまぐち賞(1名).....3万円

※審査アドバイザーには、山口県のローカルタレント「大谷泰彦(ヤスベ)氏」をお迎え!



募集方法

右の二次元コードからWEB入力していただくか、店舗サービスカウンターに設置してある「応募用紙」をお使いください。宅配は担当者が携帯しています。



(一社)やまぐち食の安心・安全研究センター報告 2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89検体のべ284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/クロストリジウム属菌)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55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)店舗商品について、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23検体のべ92項目、その他の依頼6検体のべ24項目の検査を実施。結果はすべて良好。

【残留農薬検査】
宅配商品24検体のべ4,798項目、店舗商品12検体のべ2,400項目。結果は、すべて良好。※その他、夕食宅配4検体のべ800項目、その他の依頼34検体のべ6,799項目の検査を実施。結果はすべて良好。

■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。

子育てひろばへの参加は無料です。皆様のご参加をお待ちしております!

参加予約は不要、いつ来てもいつ帰ってもOK。

- 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お互いのつながりづくりや気軽に楽しめるようにサポートします。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		※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。	
日付	時間	場所	
4/4(金)	10:00-13:00	「とくやま店組合員集客室」(周南市)	ママカフェタイム
4/14(月)	10:30-12:30	「周東センター組合員集客室」(田布施町)	
4/16(水)	10:30-13:30	「厚狭センター組合員集客室」(山形小野田市)	ふあみ〜ゆ商品試食
4/17(木)	10:30-12:30	「はあもにい〜」(小郡駅前) (山口市)	第4火曜日から第3木曜日に変わりました
4/18(金)	10:00-12:00	「岩国センター組合員集客室」(岩国市)	新聞びりびり&かぶとを作ろう
4/18(金)	10:30-13:00	「萩センター組合員集客室」(萩市)	子育てお悩み相談室

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

{アスパラレシピ紹介}



肉巻きアスパラ

材料(2~3人分) 調理時間 約20分

豚バラ薄切り	10枚	薄力粉	大さじ2	
アスパラ	5本	塩・こしょう	各少々	
A	バター	10g	サラダ油	大さじ1
	ぼん酢しょうゆ	大さじ2	ミニトマト	適宜
	みりん	大さじ2	レモン	適宜
			フリルレタス	適宜

作り方

- ①豚バラ肉は塩・こしょうをふる。
- ②アスパラは根元の硬い部分をピーラーでむき、長さを半分に切る。
- ③豚肉を広げ、アスパラをらせん状に巻いていき、最後は手でぎゅっと握って押さえ、全体に薄力粉をまぶす。
- ④フライパンに油を熱し、③の巻き終わりを下にして並べる。中火で転がしながら3~4分焼く。
- ⑤火が通ったら、ペーパータオルで余分な油を拭き取り、Aを回し入れ、全体に絡める。
- ⑥ミニトマトやレモン、レタスを添える。

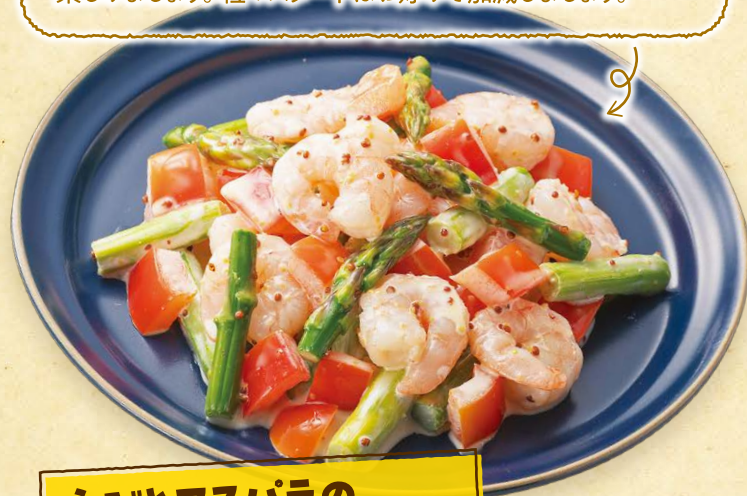
POINT

アスパラが細い場合は2本ずつ巻くといいですよ。



POINT

アスパラとえびは茹で過ぎず、シャキシャキ感とぷりぷり感を楽しみましょう。粒マスタードはお好みで加減しましょう。



POINT

野菜の色が悪くならないよう、煮込み過ぎに注意しましょう。



えびとアスパラのハニーマスタードサラダ

材料(2人分) 調理時間 約15分

アスパラ	5本	A	マヨネーズ	大さじ1.5
むきえび	100g		粒マスタード	小さじ1.5
パプリカ(赤)	1/2個		はちみつ	小さじ1
塩	小さじ1		酢	小さじ1/2

作り方

- ①アスパラは根元の硬い部分をピーラーでむき、5cmに切る。むきえびは背わたを取る。
- ②パプリカは1.5cm角程度に切る。
- ③塩を入れたお湯で①をさっと茹で、水気をよく切る。
- ④ボウルにAの材料を入れてよく混ぜ、②と③を入れて全体を和える。

アスパラの野菜たっぷりクリームスープ

材料(2人分) 調理時間 約20分

アスパラ	4本	玉ねぎ	1/2個
粒コーン	大さじ2	牛乳	200ml
ベーコン	2枚	水	200ml
キャベツ	2枚	コンソメ	1個

作り方

- ①アスパラは根元の硬い部分をピーラーでむき、2~3cm程度の斜め切りにする。キャベツは1.5cm角に、玉ねぎは薄切りにする。ベーコンは1cm幅に切る。
- ②鍋に①と水を入れてアクを取りながら弱火で煮る。
- ③全体に火が通ったら、コンソメと牛乳、粒コーンを加えてさっと煮る。