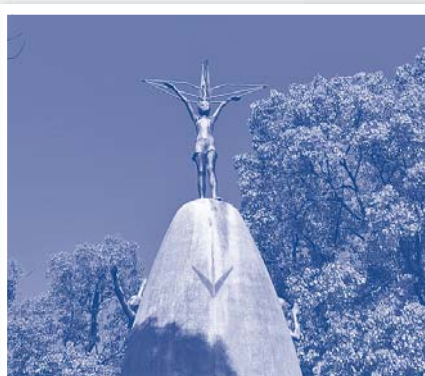


もくじ

- 組合員活動紹介 ①～③
- 「平和の活動」 からのお知らせ／平和の知っ得講座 ④
- 「食の活動」 からのお知らせ／野菜の冷凍保存 ⑤
- 「くらしの活動」 からのお知らせ／生協ひろしまの電気事業についてNo2 ⑥
- 1月の学びあい商品〈ラムレーズンサンド〉 ⑦～⑧
- 委員長会・委員会で商品の学習をしました!! ⑨
- 「委員会からの声」 紹介します ⑩
- 災害支援活動「呉市安浦安登仮設住宅談話室茶話会」 ⑪
- くらしの助けあい活動 ⑫

平和と核兵器廃絶を願い、歌い続けて25年。 虹のコーラス「歌声のつどい」が300回を迎えました。

1995年10月のフランスの核実験をきっかけに「見えるかたち核兵器反対を歌おう」と広島に原爆が落とされた8月6日にちなみ、毎月6日を折り鶴の日とし「歌声のつどい」を開催してきました。その活動も今年10月6日で25年を迎え、そして12月6日が300回目の「歌のつどい」となりました。当日も平和公園ではいつもと同じ虹のコーラスの歌声が響き、公園を訪れた外国人や子ども連れの家族、300回を記念して集まった皆さんと一緒に平和を願い歌いました。



核兵器禁止条約の発効が決定し被爆者の長年の願いに1歩近づきました。被爆者の願いにより添いながら、長年継続されている活動は本当に素晴らしいことであり、生協の平和活動の原点です。「回を重ねることより、核兵器がなくなる日が来ることが会の願いです」と虹のコーラス代表の片岡さん。これからも元気で1日も早く核兵器廃絶が実現するように、広島への想い、被爆者の想いをみんなで発信していきましょう。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、会議やつどいなど組合員活動をおこなう際は、下記内容に注意してください。

共通事項 | 開催時の注意事項

1 3密回避

- i 換気の悪い「密」 閉空間
- ii 多くの人々が「密」 集まる場所
- iii 近距離での「密」 接した会話

2 人との社会的距離の確保

3 マスクの着用

4 手洗い

5 健康チェック (体調不良時の不参加)





組 合 員 活 動 紹 介



「ハーバリウムを作ってHAPPYクリスマス！」

2020年11月12日(木)
安佐南区③コープ委員長会

コロナ禍の今、できることを考えて皆さんが明るくなるようなものを作ろう！ということで、かわいい小瓶にお花やモチーフをオイル漬けして、お手入れせずとも美しい姿を保ち続けるという「ハーバリウム」を作るつどいを11月12日(木)にコープ安東集会所で開催しました。

クリスマスを来月に控え、モチーフにはサンタさんや星など可愛いものから、きれいなドライフラワーなど各種そろえてありました。

密にならないように、注意しながら2～3人ずつでモチーフ選び。この時間が一番楽しいかもしれませんね。皆さんからは、アットホームな雰囲気の中で楽しくできた。材料も豊富で楽しかった。コロナで気分も滅入る中こういう催しがあると気持ちが前向きになるというお声をいただきました。

感染予防対策に、参加のみなさんご協力いただきありがとうございました。



どれにしようかな～。材料選びも楽しい！



素敵なものが出来上がりました♪



創作する楽しい時間を共有



「コープでんき学習会」～生協ひろしまが取り組むCO₂削減～

2020年11月17日(火)
くらしの記録委員会(呉市焼山)

「なんで生協が電気事業に取り組むの？」の声が委員会から上がり、コープでんき学習会を開くことになりました。11月17日(火)政敵組合員集会所で16名が参加して、講師の佐々木さんから話を聞きました。

これまでの環境状況のお話から始まり、現状・未来に向けて自分たちにできる事や達成すべき目標を聞きました。

私たちが毎日の生活で節電を努力していますが、これ以上の取り組みはなかなか難しいと感じていました。コープでんきは切り替えるだけで、再生可能エネルギーの比率を高めCO₂削減できるのだと良く分かったので、ひとりひとりがCO₂削減に協力していくべきなんだと思いました。オール電化の方以外は、支払い料金が下がるメリットもあります。

皆さんもコープでんきについて、気軽に配送担当者に声をかけて聞いてみてね。



分かりやすい説明に納得

「ベルシーオクリアソープ」商品学習会をリモートで開催

2020年11月4日(水)
三次コープ委員長会

8月の委員長会で「最近ベルシーオのクリアソープを見かけないよね」という声をいただきました。声を委員長会から出したところ、商品がリニューアルし、ちょうど9月に企画があるという回答をもらったので、すぐ組合員さんに伝えました。

その後、購入して使ってみた感想を10月の委員長会でいただきました。「箱が小さくなった」「石鹸の形が違う」「パッケージのビニールが剥がしやすくなった」「匂いも泡立ちも違う」など。その方は髪以外、顔から体全身クリアソープを長年愛用されている方だったのです。今度は「リニューアル前後で何が変わったのか知りたい」という声を出したところメーカーより是非説明に行きたいと連絡がありました。でもコロナ禍で難しいと断ったのですが、コープCSネットからの提案で11月の委員長会でリモート商品学習会が実現。皆さん初めてのリモート体験でしたが、商品やお肌の悩みなど沢山の質問にもスムーズなやり取りで答えていただき感動。コロナ禍で出来ないことが多い中、コープCSネットの協力で実現出来た新しい形の学習会に皆さん大満足されていました。



初のリモート体験中

株かがやくコスメのご担当者からも「組合員様と交流ができ、ご意見もたくさんいただき大変参考になりました。また今後の長期的なご愛用のきっかけになれば幸いです。」と声をいただいております。





組 合 員 活 動 紹 介

「小学生による折り鶴昇華再生解体作業の体験」

2020年11月10日(火)・17日(火)
ベジタブルコープ委員会(三原市・県東部)

三原市立中之町小学校3年生が授業の一環として地域のコミュニティセンター(公民館)の役割を学ぶため、今年も中之町コミュニティセンターへ見学&体験にいられました。

ベジタブルコープ委員会では昨年と同様に「折り鶴昇華再生解体作業」を体験していただくことにしました。

子どもたちは、糸から折り鶴を外す作業に夢中です。

千羽鶴の中にはビーズで装飾されているものや、セロハンテープで留められているものなどもあり、細かくハサミを使ったり、テープがビニール手袋にくっついて上手く取れなかったりもします。一方、装飾物がない千羽鶴は、糸を切ればするすると鶴が外れて面白いように取れます。子どもたちにとってはそれが楽しかったようで、競うように作業をしてくれあっという間に選別できました。

中之町小学校では、毎年千羽鶴を平和記念公園へ奉納します。

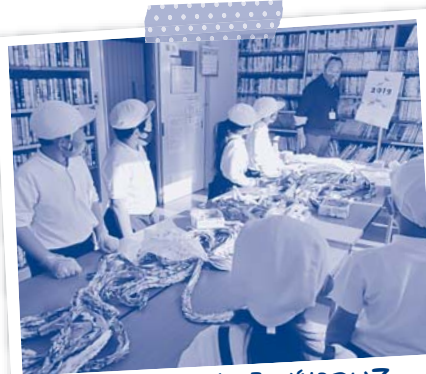
「奉納した千羽鶴がその後どのように保管され再生されていくのかをこれまで考えることはありませんでした。」

「世界中から届く千羽鶴の数はきつともすごい量ですね。」

「自分たちが折った折り鶴がカレンダーや封筒、折り紙などに再生されていくのだと知る事は子どもたちにとってとても良い勉強になったと思います。」

と先生方も感心されていました。

また来年も小学生の皆さんに是非体験していただきたいです。



奉納された千羽鶴のその後について、お話を聞いています。



ハサミを使って選別します。

「平和の折り鶴昇華再生解体作業」を委員会でやってみませんか？

2020年11月19日(木)
仁賀田コープ委員会

11月19日(木) 仁賀田コープ委員会で作業をしていただきました!!

初めて作業をされた方、ベテランの方も一緒になって、糸はこっち、ビーズもこっち・・・あれ?? なんでこっちに糸が混じっているの?・・・と。作業後の感想からは、頭の体操をしながら楽しく作業された様子が伝わってきました。仁賀田コープ委員会さんありがとうございました。

作業後の感想

コロナ禍でも作業を通じて平和の想いを共有することができそうですね!



皆さんが一生懸命おられた鶴を再生することは大変有意義だと思いました。



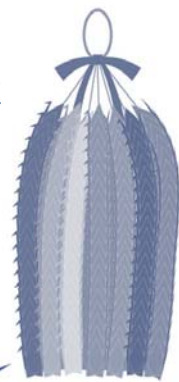
今年もできたので嬉しかったです。



平和を願って折り鶴の再生は良いと思います。



楽しく作業をさせていただきました、また機会があったらやりたいです!





組 合 員 活 動 紹 介

「ハートランド大根 収穫体験」を開催



11月21日（土）ハートランドひろしまの活動を知っていただくことを目的に「農業体験シリーズ」として大根の収穫体験を開催しました。少し肌寒い中、9家族28名の方が参加されました。

ハートランド所長より「大根の育成状況」と「就労継続支援A型」の説明があり、職員より「保存方法」の説明がありました。畑へ向かう道中、子どもたちは大根が「大きくなっている？」そんな会話が聞こえてきました。そして自分で植えた大根を家族で楽しく収穫していました。記念写真を撮ったり、小さなお子さんは1人では抜けないのでお父さんが手伝ったりと、ほのぼのとした収穫風景でした。子どもたちの笑顔がすべてを物語っています。

組合員さんからも「楽しかったです。また参加します。」との声もいただきました。ハートランドひろしまでは、野菜の生産を行うとともに、組合員さんの農業体験や学習など農業への理解を深める場としても活動していきたいと考えています。



碑巡りガイド平和講座と12月の碑めぐりガイドの研修報告



生協ひろしま碑めぐりガイドの会

生協ひろしま碑めぐりガイドの会では、年に1度碑めぐりガイドのスキルアップを図るために研修を行っています。今年は12月2日（水）広島市南区にあります「旧広島陸軍被服支廠」を学習しました。当日は被爆者の切明千枝子さんと一緒に現地を訪れ、当時のお話を伺いました。

また、2月に開催します「碑めぐりガイドによる平和講座」には、切明千枝子さんに被爆の証言をお願いしています。当時の時代背景から原爆投下時の体験は、昨日のことのよう鮮明に伝わってくるお話です。是非、一人でも多くの方に参加いただき、直接被爆者の想いを聞いてほしいと思います。

〈生協ひろしま碑めぐりガイドによる平和講座〉

◆スケジュール（時間はすべて10:00～12:30）

月 日	内 容	集合場所
2月 2日(火)	開講式・生協の平和活動 (広島県生協連合会 会長 岡村信秀氏) 被爆の証言(切明千枝子さん)	第7ウエノヤビル3階会議室 (中区本川町2丁目6-11)
2月 9日(火)	平和公園碑めぐり(北側)	原爆ドーム前(電停側)
2月16日(火)	本川小学校・爆心地・閉講式(修了書授与)	本川小学校(川側裏門)

◆参加費：無料（ただし、当日平和公園内ガイドブック代150円・本川ガイドブック50円が必要です）

◆持参物：筆記用具

◆お申込みは生協HPもしくは、お問い合わせセンター ☎ 0120-500-935へ





「平和の活動」からのお知らせ

平和の 知っ得講座 2021年1月

戦争孤児

戦争で親を失い家族を亡くした子どもたちのことを戦争孤児といいます。第二次世界大戦で戦争孤児になった子どもたちは、「全国孤児一斉調査」によると、日本全国に12万人以上いたと言われています。でもこの調査は、1945年3月10日の一晩で10万人亡くなった東京大空襲から3年近く過ぎてからの調査で、それまで亡くなった子、養子縁組した孤児、浮浪児、沖縄孤児などは調査外で、都合の悪いデータは隠されています。平和が失われると、子どもの命は守られません。戦争孤児の問題は、過去の出来事ではなく、未来の問題です。戦争で犠牲になるのは誰か、考えてみましょう。



孤児の種類	孤児になったいきさつ	注 記	調査結果※
戦 災 孤 児	軍の攻撃(空襲・原爆・沖縄戦)で両親を殺された。	学童疎開中に、都市に住む親家族が空襲で殺された、10歳前後が多い。	28,247人
引 揚 孤 児	外地(日本の領土とされていた台湾や朝鮮、南洋諸島、中国満州など)からの引揚途中に孤児になる。	引揚者は約660万人おり、失業者が多く、戦後の混乱で親のない子どものことは後回し。外地に取り残された子は残留孤児に。	11,351人
棄 迷 児	捨て子。	焼け跡をさまよう。	2,647人
一 般 孤 児	戦争中に両親病死や、両親が行方不明で親の死が確認されていない孤児。		81,266人
施設収容：12202人、親戚・知人に預けられた：107108人、独立した生計を営む孤児：4201人 養子縁組した孤児・浮浪児(家がない、推定3.5～4万人)・沖縄孤児(占領中)は調査外。			総数 123,511人

※厚生省の全国孤児一斉調査結果(1947.2.1.現在)による

浮浪児

助けてくれる人がいなかった戦争孤児、推定35,000人が路上や駅で暮らした。彼らは「浮浪児」「駅の子」と呼ばれ、飢えと寒さの中で、国と社会に見放され、過酷な生活を強いられた。彼らは垢にまみれたままのその日暮らしで、餓死、凍死、病死、変死、幼い子から死んでいった。自殺する子も。生きるために食べ物を盗み、新聞売りや靴磨き、闇屋の手伝いで暮らした。持ち金を消費し、身売りした子もいた。そして、社会からの目は無関心から嫌悪へと変わっていった。

狩り込み

終戦直後、子どもたちを保護する公的施設は少なく、環境も劣悪だった。1946年春、GHQの指示で、自治体による一斉収容「狩り込み」がおこなわれた。収容施設は定員の数倍にふくれ、食料不足と体罰の日常化で脱走が繰り返された。1947年11月、児童福祉法が成立し、子どもの人数に応じた運営費が児童養護施設に配布される仕組みが整備された。

参考図書：『戦争孤児たちの戦後史1.総論編』吉川弘文館
『「駅の子」の闘い 戦争孤児たちの埋もれてきた戦後史』幻冬舎

子どもにもおすすめの本

『命のうた』

『ぼくは路上で生きた十歳の戦争孤児』

著：竹内早希子/童心社



山田清一郎さんは、10歳の時、神戸空襲で両親を亡くし、その後の過酷な日々の記憶を胸に閉じ込め暮らしてきた。「話たことはないが、今話さなければ、誰が共に路上で生きた戦争孤児の仲間たちの声を伝えるのかと。」60歳を過ぎてから語り始めた。戦後75年、戦争孤児12万人の声なき声を伝えるノンフィクション。



「食の活動」からのお知らせ



野菜の冷凍保存



冷凍すると『栄養価が減る？』

野菜は冷凍保存することで栄養価は高いまま保つことができます。収穫した後も細胞は生きており蓄積された栄養を使って成長しています。常温や冷蔵では少しずつ栄養価が下がりますが、**新鮮なうちに**冷凍することで細胞が活動なくなり栄養もそのまま残ります。また、細胞組織が弱く家庭の冷凍庫で保存すると組織が壊れ、シャキシャキ感がなくなりますが栄養価や旨味は増します。生のまま冷凍できる保存方法（例）を見てみましょう。

野菜の保存例

トマト ザク切り、またはヘタをくり抜いて皮付きのまま丸ごと。ペースト状にして製氷皿やフリーザーパックに入れる。（冷凍することでグルタミン酸が増える。）



葉野菜 キャベツ・白菜・ブロッコリー・ほうれん草・小松菜など食べやすい大きさに切る。（ほうれん草は冷凍することでシュウ酸のえぐみが消える。レタスは水分が多く、冷凍には向かない。）



もやし そのまま袋に入れて。（繊維が壊れ水分が抜けるため、シャキシャキ感がなくなるが味染みが良くなる。）



ピーマン 丸ごと冷凍。または、ヘタと種をきれいに除いて細きり。（丸ごとでも冷凍のまま切ることができるので、ヘタと種も冷凍後に処理できる。冷凍すると苦味がやわらぐ。）



薬味系 ニンニクは、すりおろしや皮のまま1粒ずつラップで包む。ショウガは、すりおろしや皮をむいて千切り。（すりおろしたものはラップに薄く伸ばした状態で冷凍。）きざみネギは、フリーザーパックに、刻んだものが広がるように入ると使いやすい。



※注：冷凍した野菜は（大根おろしなどの一部を除き）必ず加熱して食べるようにしましょう。

きのこ 鮮度が落ちるため石づきなどを切り、ほぐして空気が入らないようにする。（冷凍することで旨味成分が増す。風味が落ちるので洗わない。）



◎きのこは鮮度が落ちやすいので、その日のうちに使わない場合は冷凍保存しましょう。



根菜類

にんじん 皮をむかずに短冊や千切りなど。（大きめの切り方は食感が悪くなる。すりおろして冷凍し、カレーに入れるとコクが出る。）



大根 皮をむいて水分をふき取り、乱切りやイチョウ切りなど。（大根おろしでも冷凍できる。）



ゴボウ 土を洗い落して千切りやささがき。（水にさらしてアク抜く。）



◎根菜類は常温保存のほうが向いていますが、冷凍すると火が通りやすくなり味染みも良い。料理の時短としても活用できます。

※**水気を切る・袋に入れたら空気を抜く・金属性バットに置く・アルミホイルで包むなど工夫をしましょう。**



家庭での冷凍保存でも、野菜ごとの冷凍術で美味しく食べることができます。野菜を家庭で冷凍保存するときは、直ぐに調理できる状態に下処理をして、**しっかり水気を拭き取り**フリーザーパックなどに入れて冷凍する。使うときは解凍せずに、凍ったまま加熱調理するほうが良いでしょう。

みんなで『私のおすすめ冷凍術』を出し合ってみましょう！



「くらしの活動」からのお知らせ

No.2

生協ひろしまの電気事業について

＊暮らしと環境にやさしい電気＊



電力事業の歴史

- 戦前は、国策企業の日本発送電(株)と9つの配電会社が担っていた。
- 1951年、発電・送電を一貫とする9電力(北海道、東北、東京、北陸、関西、中国、四国、九州)に移行。
- 1995年、市場原理による電気事業法改正で新電力会社(注)の参入を認め、2000年から段階的に自由化。
- 2012年、固定価格買取制度(FIT)が始まる。
- 2016年、4月1日より50kW未満(家庭・商店)の電力小売りの自由化が始まる。

(注)新電力会社は、電力10社とは別に電気事業を行う特定規模電気事業者(PPS:Power Producer and Supplier)のこと。

「コープでんき」の選べる2つの電力料金プラン

「コープでんき」は再生可能エネルギー比率が高く、CO₂排出量が少ない電気をお届け！

再生可能エネルギー比率の違う2つのプラン。

- ◆きほんメニュー 再生可能エネルギー比率35%
- ◆FITメニュー 再生可能エネルギー比率70%

●電力小売りのCO₂排出量

中国電力CO ₂ 排出係数	0.00063	t-CO ₂ /kWh
生協きほんCO ₂ 排出係数	0.00045	t-CO ₂ /kWh
生協FITCO ₂ 排出係数	0.00035	t-CO ₂ /kWh

●使用電力料金(1kWhあたり)

	基本料金	15kWh超過120kWhまで	120kWh超過300kWhまで	300kWh超過
中国電力従量電灯A	337.37円	20.79円	27.47円	29.59円
きほんメニュー	281.37円	20.54円	26.40円	28.50円
FITメニュー	281.37円	20.54円	27.22円	29.29円

※中国電力の口座振替割引は含んでいません。※オール電化・太陽光発電のお宅は中国電力従量電灯A契約でないため、上記に当てはまりません。

生協ひろしまポイント
が毎月1kWh毎に、
0.5ポイント
貯まります。



Q 停電しないか心配、大丈夫？

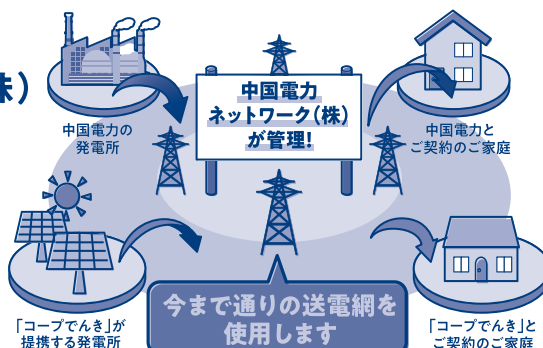
- A 電気は今まで通り中国電力の配電ネットワークを通じて各家庭に供給され、電線など配線にかかわる設備の管理もこれまで通り中国電力が行うので安心です。

Q 手続きが大変じゃない？

- A 生協ひろしまに申込むだけです。現在契約中の中国電力への解約手続きは生協ひろしまが行います。スマートメーターの設置が必要ですが、設置費用は不要です。また、切り替え費用や変更に伴う各種費用も発生しません。

今まで通りの
中国電力ネットワーク(株)
の送配電ネットワークを
通じて、
ご家庭に供給されます。

コープでんきは、外部のコールセンターで
24時間365日対応
しますので安心です。



検針票を持って、コープでんきの話を聞いてみませんか？

配送担当者に声をかけてみてください。

または組合員サービスセンター ☎ 0120-500-935まで



1月の

学びあい商品



福山北コープ委員長会
おすすめ商品!!
北海道のメーカーのものより
リーズナブルで、しかもおいしい!!
お茶菓子にも最適!!



ラムレーズンサンド ちばり甲府株式会社



規格：5個
498円（税込8%価格537円）
宅配：1月2回、
2月2回予定
店舗：常時品揃え

＜商品特徴＞

1. 丸粒のまま3種のラム酒（レッドラム、ジャマイカラム、ネグリタラム）に漬け込んだレーズンを使用。
2. クリームは世界有数チョコレートメーカー、バリーカレポー社のホワイトチョコレートを約49%配合。
3. サブレ生地はアーモンドパウダーを練り込んで風味よく、食べやすい細長サイズ。（約24×74mm）
4. 光を通さないフィルムで個包装され品質保持剤が一つずつ入っている。

アレルギー物質

小麦・たまご・
乳・大豆・
アーモンド



「コープクオリティ」 おいしさにこだわったプレミアムブランド



2015年6月に誕生した、CO・OPのサブブランドです。おいしいものを食べたいと思うとき、選んで間違いのない味を目指した商品です。3つのポイントを満たした商品のみをラインナップしています。

コープクオリティの3つの条件

①〇〇だから おいしい

原料や製造方法など
おいしさの理由
が明らか

②〇〇に こだわっている

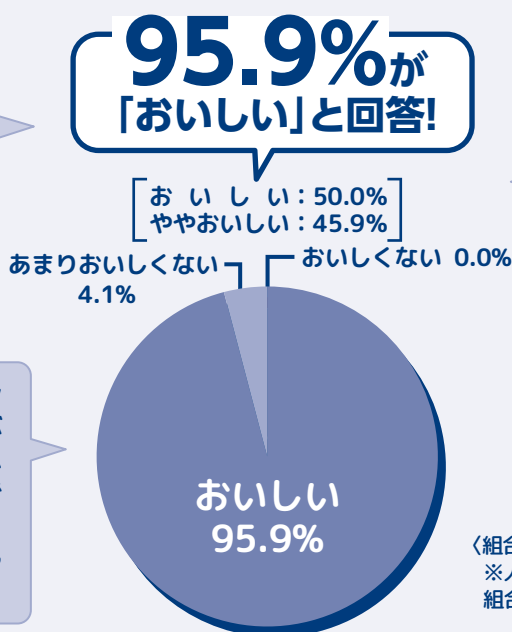
他の商品との違いが
明確

③みんなの 「おいしい」

100人規模の組合
員テストで8割以上
がおいしいと評価

ちょうどよい大きさに食べやすかった。有名なお店のレーズンサンドと比べてもひけをとらないくらいおいしいです。申し分ありません！以前に購入しましたが、価格もリーズナブルでこのクオリティはすごいと思いました。また購入したいと思います。

食べたことのある他社のレーズンサンドより油っぽくなく、小ぶりで罪悪感なく食べられるラムレーズンサンドでした。職場での仕事終わりのひと口にピッタリと思いました。サブレ生地も硬すぎずよかったです。



サブレがほろっとくずれるのがいい。レーズンもやわらかく歯に残らない。見ため小さいかと思ったが、食べてみると満足感があり、クリームの味もレーズンとなじんでよい。クリームのとけない、けれど口どけのよいやわらかさがいい。

〈組合員テスト：2018年7～9月実施〉
※人数=98
組合員の声：同テスト時のアンケートより



～ラムレーズンサンドについて～

1. 他商品とのレーズン量の比較



〈CO・OP〉

498円(税込8%価格537円)
5個入り(1個あたり26g)

- レーズンにラム酒がしっかり染みている。
- クッキーの味もサッパリして食べやすい。
- 縦長なので口に入れやすい。
- レーズンがたっぷり入っている。



〈A社〉

278円(税込8%価格300円)
6個入り(1個あたり20g)

- クッキー生地がサッパリしている。
- レーズンの量が少ない。



〈B社〉

298円(税込8%価格321円)
5個入り(1個あたり26g)

- ラム酒の味があまりない。
- クッキーが油っこく重たい。(バターでなくマーガリン使用)
- レーズンの量が少ない。



〈C社〉

338円(税込8%価格365円)
3個入り(1個あたり36g)

- クッキーは重みがあり、大粒のレーズンがたくさん入っている。
- レーズンにラム酒が染み込んでいてクリームも濃厚。
- クッキー生地の油分が手につく。



CO・OP

C社

レーズンの多かった
CO・OPとC社の
レーズンを
出してみました



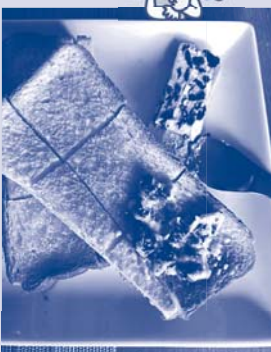
CO・OP

C社

CO・OPはラムレーズンを全体の約27%使用。C社は全体の約16%使用でした。

レーズンがぎっしり！
レーズン好きの方も満足♡

そのまま
食べるだけじゃ
もったいない!!



抹茶の苦味と
ラムレーズンが
意外とおいしい。

ラムレーズンサンドを、
冷蔵庫で冷やして食べる
のもおいしいよ!

商品活動委員より

〈ローズhippティー
&トーストでブレイクタイム〉

ローズhippティーの香りとラムレーズンが合います。

- 焼いた温かい食パンにラムレーズンクリームを乗せてスプーンで伸ばして塗ります。
- クリームの甘さとレーズンが食パンに合うのでおやつにも最適です。



ーアイスに混ぜてー
ラムレーズンアイス
作りました♡♡

しっとりと
上品な口あたり。
芳醇なレーズンを楽しむ
大人の焼菓子です。
デザートにも最適。



学びあい商品
次月「2月」は…

「CO・OPサクッとプリプリえびフライ(特大)」……CO・OP通信2月号で紹介します。

企画回 〈大〉企画予定なし 〈特大〉4月1回、5月1回予定
〈特々大〉1月3回、2月1回、3月1回予定

店舗での取り扱い 〈大〉〈特大〉品揃えなし
〈特々大〉2月のみ常時品揃え

委員長会・委員会で商品の学習をしました!!

毎月、「商品の学びあい活動」として商品学習をおこなっています。
学習する中から出た「おすすめポイント」「おすすめの利用方法」を紹介します!!
(今回も報告書からたくさんの声を頂きました。ありがとうございました)



今回は10月学習商品の
「**co-op 枝豆がんも**」からの紹介です!!



委員長会・ 委員会からの声!!

- 原料に粉末状の大豆タンパクを使っていることを初めて知りました。そのため、味染み良く10分～15分でふくら美味しく仕上がるということも学習し、なるほどと思いました。ほとんどの委員がよく利用している商品なので、食べ方など話が盛り上がりしました。

(畑コープ委員会)

- 解凍、油抜きせずにそのまま調理できるので便利。
- 彩りが良い。
- おでんや炊き込みご飯にピッタリ。

(上記3つは多くの委員(長)会から声がありました)



教えてください

- 「CO・OP枝豆がんも」2個食べると大豆イソフラボン1日摂取量の取り過ぎになりますか?

⇒枝豆がんも2個食べた場合、単純計算しますと大豆イソフラボンを過剰摂取になります。しかしそれを毎日摂り続けた場合ですので、敏感に反応する必要はないと考えます。ただしイソフラボンのサプリメントを飲まれている方は、過剰摂取には十分ご注意ください。日々の食生活に気を付けて、適量の大豆製品を摂ることを心掛けていきましょう。



こんな料理、こんな食べ方 …おいしかったです!!

枝豆がんものオープンサンド風

材 料

- CO・OP枝豆がんも …… 適量
- アボガド …… 適量
- CO・OPそのまま食べられる
プリッとむきえび …… 適量
- わさび醤油 …… 適量
- オリーブオイル …… 適量

作 り 方

- ①包丁で切れる程度に回答する。
- ②解凍した枝豆がんもを半分に切ってトースターで3～4分焼く。
- ③食べやすく切ったアボガドとむきえびをトッピングする。
- ④わさび醤油とオリーブオイルをかける。

(ハモンズクラブコープ委員会)



ここが(こんな使い方) おすすめです!!

- トースターで焼いてみたら美味しかった!!
(多くの委員(長)会)

- 枝豆がんものピザがおすすめ!!

がんもが苦手な子どももパクパク食べた。
煮物にすると子どもは食べないけれど、
この枝豆がんものピザは食べた。

(福山北コープ委員長会)



11月コープ委員長会、コープ委員会から出された声

Q こどもコーぷらざは、損はないのか？



A ご意見ありがとうございます。
「こども コーぷらざ」は、子育て支援センターと、放課後児童クラブの二つを運営します。東広島市より子育て支援センターは運営委託費を、放課後児童クラブは運営補助費と施設を利用する家庭から利用料を徴収して運営します。よって、両方の収入の範囲で運営しています。

Q 店舗での買い物、ペイペイとコプカを使用しているが、ポイント還元など、どちらを使えばいいかわからない。



A ご意見ありがとうございます。
コープカードは、買い物の際にご提示していただければ、生協利用ポイントを加算いたします。現金以外で清算される場合、以下の方法があります。
①コプカ：生協独自の電子マネーです。
コプカは、カード入金の際にプレミアム特典（現金）が付与される場合があります。
※例：5・15・25日は、特典付与日となっており、1万円チャージすると200円付与があります。
②クレジット：信販会社他、通常のクレジットカードでの支払い。（ポイント付与は各カード会社から付与されます。）
③PayPay：PayPay決済。（ポイント付与は、PayPayから付与されます。）
よって、コープカード（コプカ決済）であれば、生協利用ポイントのみ。
コープカード提示、PayPay決済であれば双方付与されますので、こちらの方がお得と考えられます。
もし店舗でご利用の際は、お尋ねください。



Q 今回の総代会について、中身が凝縮されていて経験している人にはよかった。初めて参加の総代さんから、サンプルを毎年配っていたが今回はなくて残念という意見があった。来てよかったと実感でき、商品の良さも知ることができたのであったほうが良いのでは。



A ご意見ありがとうございます。
新型コロナウイルス感染症が終息しない限り、会場での試食および持ち帰りなどは困難だと考えていますが、商品の配布に限らず「総代をやってよかった」と思われる工夫はこれからも検討し続けていきます。

こんな声もいただきました。



1人暮らしに向けた少量企画商品が少ない。 10月委員長会で持ち帰ったCO・OPの花かつお。市販品より安価なのに香りが良く食べ応えがあり、ものすごく美味しかった。

※頂いた声は、「事務局内」でも共有し、より「利用・参加」しやすくなるように取り組みます。



知って
ほしい

災害支援活動

「呉市安浦安登仮設住宅談話室茶話会」



間に楽しい時間は過ぎましたが、皆さんに“ありがとう”とおっしゃられていました。今後支援を続けていきます。

11月13日(金)呉市の組合員の呼びかけで、安浦安登仮設住宅に入居されていた被災者10名と呉市支え合いセンター3名、生協ひろしま災害ボランティア2名、職員2名の17名が参加して茶話会をおこないました。被災者のみなさんは、久しぶりの再会に喜ばれ会話と笑顔が広がりました。被災当時のことや現在のことなどを話され、あっという間に楽しい時間は過ぎましたが、皆さんに“ありがとう”とおっしゃられていました。今後支援を続けていきます。



今後の災害支援活動予定

呉市支え合いセンターと生協ひろしま災害ボランティアによるサロン活動を予定しています。
※12月には呉市、坂町の被災者の方に物資支援を生協ひろしま災害支援ボランティアと一緒にこなす予定です。



その他 お伝えしたいこと ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆



くらしの助けあい活動

東広島市をご紹介します

東広島は委員会活動が盛んな地域です。委員会活動中の子どもの見守りを助けあい活動で受けることが多かったのですが、春先からのコロナ禍でそれも減り、現在は高齢の方からのご依頼を数件受けています。

依頼者の方々にはいつも感謝のお言葉をいただきます。また、活動者の方々には、思いやりの心をもって依頼者さんに接していただき、本当に感謝しております。

東広島にはたくさんの方が活動登録をしていますが、なかなかお声かけできなくて申し訳なく思っています。

感染症の多くなる冬場を迎えますが、引き続きウィルス対策に努めながら安全第一で活動していきます！



地域コーディネーター
徳森

◆10月の活動状況

地 域	活動 日数	活動 時間	問合せ 件数
大竹市・廿日市市	67	89.5	6
佐伯区	47	97.0	4
西区	30	47.5	3
中区	16	21.5	3
南区	6	10.5	3
東区・府中町	51	102.5	2
安芸区・海田町・坂町・熊野町	17	34.5	3
安佐南区	14	25.0	1
安佐北区	23	31.5	4
安芸高田市・三次市・庄原市	5	12.5	0
東広島市	17	44.5	2
呉市・江田島市	75	141.0	23
三原市・世羅町・尾道市	1	2.0	1
福山市・府中市	40	53.0	3
保育	0	0	
総 計	409	712.5	58

問合せ先

● 本部 ☎0829-50-0686
● 呉 ☎0823-74-1215
● 福山 ☎084-945-5580



生協ひろしま

総合企画室

くらし応援グループ

〒739-0495

広島県廿日市市大野原1-2-10

TEL (0829) 50-0351

FAX (0829) 50-0352