

コープあおもり 広報紙

2025

4

Vol. 326

はばたき

●組合員 164,022人 (2025年2月20日現在)

●宅配利用人数 61,999人

●出資金 4,227,428千円 (一人当たり25,773円)

コープのインターネットサービス

コープあおもりのホームページから登録できます

登録無料

ホームページアドレス <https://www.aomori.coop/>



今月は、宅配センターの職員のみなさんと一緒に、コープあおもり開発品の「おうちで簡単!生ハンバーグ」を製造していただいている青森市の伶俐いしおかさんに訪問しました。2面で詳しく紹介しますが、写真は出来立ての「お家で簡単!生ハンバーグ」です。ご家庭でハンバーグを手作りすると

きには写真のような形にならないと思います。この形には美味しさの秘密が隠されています。これ以外にも、シンプルながらも、美味しさの秘密がたくさんある「お家で簡単!生ハンバーグ」を紙面で紹介していますのでご覧になってください。

フードサポートで集まった募金から購入した商品を社会福祉法人へ寄贈しました。



▲福祉法人へ県内6つの宅配センターで受け渡しをおこないました。(写真は青森センターでの様子)

3月6日(木)、宅配で実施された「コープあおもりフードサポート」の取り組みで、組合員の皆様から寄せられた募金で商品を取り寄せ、「青森しあわせネットワーク」を通じ、県内19法人へ寄贈しました。寄贈品の受け渡しは、県内6か所の宅配センターで行いました。2024年度は、2024年1月20日までに269,453円の募金があり、その中から258,065円分の商品を購入し寄贈しました。残金は2025年度に引き継ぎます。

もくじ

「お家で簡単!生ハンバーグ」..... 2
「コトコトの「農」ある風景」..... 3
トピックス..... 4
今月のテーマは..... 5
「おススメのコープ商品」..... 5
LDAの会からの役立つ情報..... 6
コープな話/Q&A拡大版..... 6
おたより/コープパズル/組合員の声から..... 7
たんぽぽ/八戸で社会福祉に携わる法人にサンタリット..... 7
ライプの寄付品を贈呈しました..... 8



COOP.AOMORI.TAKUHA1

焼くだけ簡単！
コープあおもりの
本格ハンバーグ

お家でかんたん！ 生ハンバーグ



お家で簡単！ 生ハンバーグ



1個80gを宅配・店舗で取り扱います。不定期で120gの大きい増量規格のハンバーグも取り扱っています。

宅配にて
4月4週、5月3週
80g単品
本体118円(税込み127円)

5月1週
80g×4個セット
本体438円(税込み473円)
にてお取り扱い

店舗にて
80g単品
本体122円(税込み132円)
にてお取り扱い

「お家で簡単！生ハンバーグ」は2012年に、株式会社いしおかとコープあおもりが協同で開発したコープあおもり開発品です。過去宅配では、1週間に約3万個のご利用があった事もある人気商品で、昨年実施されたコープあおもり開発品総選挙では1位になっています。今回は、各宅配センターでコープ商品や開発品などの商品普及に携わる職員の皆さんと「いしおか」を訪問しました。

「いしおか」について

「お家で簡単！生ハンバーグ」を製造して頂いている「いしおか」は、青森市問屋町(本社)、浪岡、戸門に加工場を持つ、主に飲食店など業務向けにお肉を卸している会社です。生のお肉から、チャーシューなどの調理済みのお肉まで様々なお肉を取り扱っています。2019年には、加工場の設備を改修し、衛生環境をはじめ製造に関係する能力を向上しています。コープあおもりとは、ギフトの取り扱いからお付き合いが始まり、冷凍豚のスライスなどの商品供給を経て、コープあおもり開発品の開発や製造にも関わって来ています。

シンプルだから難しい ハンバーグづくり

お肉は、温度変化で色が変わってしまうため、同社では加工場内の温度を一定に保つなど、最大限注意を払っています。しかしながら、お肉は工業製品ではないため、仕入れたお肉ごとに品質が異なります。そのため、色みを合わせるため管理を徹底しています。

また、ハンバーグは具材を混ぜる工程があることから、万が一にも異物が混入してしまうと発見が困難です。青森県産のお肉、牛脂を使ったジューシーで簡単に焼ける「お家で簡単！生ハンバーグ」みなさまも是非ご賞味ください。

あるため、他の商品以上に注意を払って製造しています。とハンバーグづくりの難しさを教えていただきました。

おいしくて、簡単な理由

「お家で簡単！生ハンバーグ」は、同社でひき肉の配合や味付けなどの微調整をしながら試作を繰り返すとともに、弘前地域の組合員にも繰り返し試食してもらい完成しました。ひき肉は、牛肉と豚肉の割合が、7:3の合いびき肉を使用しています。牛肉は青森県産のホルスタイン、豚肉はコープあおもりで取り扱っている「こめっこ地養豚」を使用しています。

ハンバーグをよりジューシーにするため加えている牛脂には青森県産黒毛和牛のものを使用しています。さらに石岡社長によると、

「当初は解凍してから焼くことを前提にしていたのですが、牛脂を加えると冷凍のまま焼ける事はわかってきました。試しに冷凍のまま焼いてみたところ、冷凍のまま焼いた方がおいしい事が分かり、解凍の手間も省けてより簡単に調理できるハンバーグになりました」と教えてくれました。

表紙にも掲載しましたが、出来立ての「お家で簡単！生ハンバーグ」は、最初自宅で作るハンバーグとは少し違う形をしています。これは、粗目のタネを細目のタネで包むお饅頭のような構造をしているためです。お饅頭のような構造にする事で、焼いたときに肉汁を閉じ込めています。

組合員のみなさまへ

ハンバーグに限らず、様々なお肉の商品で長くお付き合いさせて頂いております。「お家で簡単！生ハンバーグ」は、開発品の人気投票でも1位を頂き非常にやりがいをもって作っています。これからも安全安心で美味しい商品を作っていきますので、よろしくお願いいたします。



◀当日、取材や職員への説明、工場のご案内をいただいた、いしおか取締役社長の石岡晃一さん(左)と特販営業部課長の齊藤正哉さん(右)、ご両名とも、当時「お家で簡単！生ハンバーグ」の開発に携わっていました。

お家で簡単！生ハンバーグは、販売以来、作り方こそ変わっていませんが、加工場の改修や機器の更新で、加工場内をお肉の鮮度を保ちながら、職員が作業しやすい環境に保つ特殊布でできている「ソックダクト」や-40℃まで急速に冷却・冷凍する「プラスチックラ」などが導入された事によって、より新鮮な状態でハンバーグが提供出来るようになっていきます。



①粗目と細目のひき肉を作り、それぞれ他の材料と混ぜ合わせて2種類のタネを作ります。



⑤冷凍したハンバーグは、浪岡加工場に冷凍状態で運ばれ、パッキングして出来上がり。



④並べたハンバーグをプラスチックラ(急速冷却・急速冷凍できる機械)に入れ、鮮度を保ったまま急速冷凍します。表面が白っぽくなる場合がありますが、冷凍焼けではなくしっかり冷凍できている証拠です。



③包んだハンバーグは機械で平に整えられ、手早くトレイに並べます。



②それぞれを包餡機「火星」に入れ、粗目のタネを細目のタネで包んだお饅頭と同じ構造のハンバーグを作ります。機械の中で、2重構造(内側:粗目、外側:細目)の棒を作り、外側のタネでおおうように切ります。

お家で簡単！生ハンバーグができるまで

「お家で簡単!生ハンバーグ」を使ったレシピ

「お家で簡単!生ハンバーグ」はそのまま焼いて食べる以外にも、煮込みハンバーグやハンバーガーを作っても美味しいですが、青森県産の牛肉・豚肉・黒毛和牛の牛脂を使っているので、材料としてもとても優秀です。そこで、今回は生ハンバーグを使ったレシピを作ってみました。

生ハンバーグのオープンオムレツ



材料(2人分)
お家で簡単!生ハンバーグ 1個 卵 3個
ピザ用チーズ お好みの量

- 作り方
- ①生ハンバーグを解凍し、耐熱容器に入れラップをかけレンジで2分加熱する。フォークなどで細かくほぐす。
 - ②卵3個をときほぐし、①と一緒に耐熱容器に入れ、ラップをかけて7分ほど加熱する。
 - ③表面にピザ用チーズをのせ、オーブントースターでチーズに焦げ目をつける。

※耐熱容器は浅めのものを使うと焦げ目がつけやすい

千切りキャベツロール



材料(1人分、4個)
お家で簡単!生ハンバーグ 1個
キャベツ(千切り済みの物でもよい) 70g
片栗粉 大さじ1 水 100cc
(A)ケチャップ 大さじ1
(A)中濃ソース 大さじ1

- 作り方
- ①キャベツを千切りにし、片栗粉を加えて軽く混ぜる。
 - ②生ハンバーグを解凍し、1個を4つに分け、丸く形を整え①のキャベツをくるむようにつけていく。
 - ③フライパンにクッキングシートを敷いて②を並べる。クッキングシートをめくり、フライパンとの間に水を入れ、中火で熱する。沸騰したら蓋をして10分ほど肉に火が通るまで蒸す。
 - ④(A)を混ぜたソースをかける。

フライパンでハンバーグのパイ包み



材料(1人分)
お家で簡単!生ハンバーグ 1個
冷凍パイシート 1枚
(クリームソース)
牛乳 300ml 片栗粉 大さじ1
コンソメキューブ ½ ミックスチーズ お好みの量

- 作り方
- ①生ハンバーグと冷凍のパイシートを、冷蔵庫が常温で解凍しておく
 - ②パイシートをめん棒で生ハンバーグが包めるくらいに伸ばす
 - ③パイシートで生ハンバーグを包み、まわりをフォークでつぶしおさえる
 - ④ハンバーグが入っている所の上部に、フォークで穴をあける
 - ⑤フライパンに油を塗って蓋をして温めておく。フライパンが温まったら弱火で焼く
 - ⑥焦げ色がついたら裏返して、両面10分程度しっかりと焼いて、最後に蓋を取って表面をカリッと焼く
 - ⑦牛乳に片栗粉を溶いたものをフライパンに流し、混ぜる
 - ⑧弱火で煮詰めていく。ふつふつしてきたらコンソメとチーズをお好みの量入れて溶かす
 - ⑨パイ包みにソースをかける

コプ子さんの「農」ある風景

新年度が始まり「コプ子さんの産直大好き」が・・・進化します!
農産担当のコプ子さんが、産地や生産者、野菜や果物について紹介する「コプ子さんの「農」ある風景」にリニューアル!
産直だけでなく、もっと広く「農」の世界に飛び込んでお届けします。
これからもどうぞお楽しみに☆

今回ご紹介するのは和歌山県の産直産地

「紀ノ川農協」さん

1年を通して、レモンや不知火、はっさくなどの柑橘類やキウイ、たけのこ水煮、冬至用のゆずなども扱っている紀ノ川農協さん。とても遠い和歌山県ですが、紀ノ川農協の皆さんはとても優しく温かい方ばかりで、この様子を組合員の皆さんにも伝えたいと思いました!

コプ子さんがレモンについて調べているとき、何度もやり取りしながら詳しく説明してくださったのが松本和広専務、また、交流会などで何度もお会いし親しくさせていただいている西野文敏副組合長は産地のことをたくさん教えてくださいました。コープ東北産直提携協議会で伺った際にお会いした生産者のみなさんも、お話のおもしろい方ばかりで、笑顔いっぱいの産地だなあとコプ子さんは感じています。

Weekでも生産者さんの写真をご紹介しますが、産地や人を知ること「この人達の作ったはっさくが食べたい!レモンを買ってみたい!」という思いが湧くのではないのでしょうか。ぜひその思いを組合員の皆さんと共有したいと考えています。

近年の猛暑や雨不足で産地は大変な苦勞をされています。思うように農産物の育成が進まないこともあります。そんな中でもおいしいものを作りたいという願いはどの生産者も同じです。産地と組合員の皆さんの相互理解、少しずつでも進んでいけばいいなとコプ子さんは願っています!



みかんの木



▲コープ東北産直提携協議会で訪問した際の1枚。左端が松本専務。



▲宇田組合長は、猛暑の影響や、生産者の高齢化、生産にかかるコストの高騰など、問題はたくさんありますが、「前にもある問題を受け止めて、元気に明るくやるしかない!」とおっしゃっていました。とても印象的でした。



▲副組合長の西野さんは柿や梅などの生産者。とても高い所にある畑で作業しています!最近ベトナムから来ている研修生たちのやる気に満ちた姿勢から元気をもらっている、とおっしゃっていました。



▲キウイ生産者の吉岡さん。



コプ子さん

トピックス

トピックスでは、この間の行われた取り組みの一部を掲載しています。組合員活動についての最新情報や取り組みはホームページをご覧ください。

「2月のつどい」を開催しました。

青森県内各地のこ〜ぷ委員会が「2月のつどい」を開催しました。年3回開催する「つどい」では、共通のテーマについての学習や各こ〜ぷ委員会で異なる企画を実施しています。今回、共通のテーマとして、マイ・タイムラインと組合員の声から商品開発・改善されるコープ商品に学習するとともに、共通のテーマに加え、各地域で学習や体験を行いました。

青森地域 小柳造道こ〜ぷ委員



2月5日(水)、青森県民生協八重田店2F多目的室で、しおりの学習とともに、CO・OP国産大豆カット絹豆腐や下北のワカメを使って作ったみそ汁を試食していただき、大変好評でした。

学習の後は、コープあおもり商品企画課の職員を講師に迎え、宅配チラシWeekの上手な利用の仕方を、分かりやすい資料を見ながら学習しました。価格表示情報や色々なマーク、宅配ポイント、インターネットサービスなど普段見逃していることなどの気づきがありとても勉強になりました。他の人の質問で自分の分からなかったことや誤解していることも分かりよかったです。コーヒーとお菓子を食べながら楽しくできました。



弘前地域 致遠こ〜ぷ委員会



2月5日(水)、浜の町東4丁目集会所で、致遠こ〜ぷ委員会主催の2月のつどいを開催しました。

はじめに、「2月のつどい」のしおりで防災について学習し、次にコープ商品について学習しました。

また、コープ商品の展示と、委員会の1年間のまとめを張り出し致遠こ〜ぷ委員会の活動をお知らせしました。

最後に、宅配の組合員担当者も駆けつけてくれて、みんなでミックスキャロットの試飲やお店の総菜「ジャンボキャベツメンチカツ」や「卵焼き」も試食しランチにしました。参加者からは、「おいしいね!」との声がありました。



「CO・OP de ブックカフェ」を開催しました。

五所川原地域 子育て委員会



1月18日(土)、五所川原地域事務所で「CO・OP de ブックカフェ」を開催しました。

当日、準備した絵本や手芸・料理の本は、子育て委員会の委員と担当リーダーが自分で集めたものを持ち寄りました。

外は寒かったのですが、お子さんと一緒に本を読む様子や、大人がゆっくと本を読む様子にあたたかな気持ちになりました。

コーヒーやお茶、コープ商品の試食品も気に入ってもらえた様子でした。

「ベビーマッサージ」で お子さんも、お母さんもリラックス

組合員活動部



2月13日(木)、赤ちゃんすくすくくらぶ登録者を対象に「ベビーマッサージ」を開催しました。はじめは、少し緊張気味の参加者も、講師の廣谷洋子先生のやさしい声にリラックスしてマッサージを楽しみました。お子さんと一緒にお母さんもリラックスする体操の体験をしました。参加者からは「赤ちゃん向き合える時間を過ごすことが出来て良かったです」「遠方なのでイベント参加が難しいが、今回ZOOMで参加ができたので助かった」との感想がありました。

年金について学習しました。

LPAの会



2月27日(木)、和徳店2階組合員集会所にて「女性の年金～年金で安心の暮らしをするために知っておきたいこと～」を開催しました。

ライフプラン・アドバイザー(LPA)の須々田さんを講師に、不安のない年金暮らしのために制度を知ってもらい、十分な備えをしていただくことを説明しました。加給年金、年金の繰り上げ、繰り下げの説明や、自分の経験談を交えた学習会でした。

最後に、参加者の質問にお答えして学習会は終了しました。

今後の予定、最新の各地域の取り組みはこちらからご確認できます。



今月のテーマは・・・ 「おススメのコープ商品」

冷凍豆腐です。使いたい分だけ、すぐに使えて便利です。冷凍？と思つたのですが、煮崩れもせず、いいなと思ひました。



弘前市 H・Kさん

主に冷凍食品を購入していますが、他では見かけない商品があり購入したところ、子供達にウケています。帰宅が遅くなつても子供達が自分で温めて食べられる冷凍食品があるおかげで子供達は毎日元気で、ありがとうございます。

八戸市 R・Sさん



「CO-OP めっちゃ長い トイレトペーパー シングル 2500m x 16ロール」芯がなく、長いのでゴミも減つて交換頻度も少し下がり便利です。

六戸町 T・Kさん



3種のナッツが入った塩バターサブレです。サクサクのクッキーの中にアーモンドなどのナッツが入つていてバターと塩味がちょうど良いバランスでとっても美味しいです。ちよつとした贅沢コーヒータイムに最適です。

大鰐町 R・Hさん



切り干し大根ですかね。少し太目の大根が歯ごたえがありがたいです。

むつ市 E・Mさん



昨年長期の入院後、つくづく感じた事は、食材を1回分ずつ使い切る「ミールキット」です。今年もその食材で自分なりのアレンジにチャレンジしたいです。

青森市 N・Yさん



92歳の母は1日分の鉄分と葉酸が摂取できる「毎日鉄分ヨーグルトブルーン」が大好き。「これを食べるのが楽しみなんだよね」と言いながら毎日朝食にバナナのスライスと載せて食べています。おかげで、お腹の調子も良いようです。

つがる市 H・Uさん



『鉄分とカルシウムがとれるキャンディーチーズ』です。朝のトーストとコーヒーにコレ1粒で、リッチな朝ごはん(笑)更にオススメは、おにぎりの具に昆布の佃煮とこのチーズを入れて握ります。お昼にチンして食べてます。カルシウムも取れ、勿論そのままでもおいしいです！

弘前市 S・Kさん



ヨーグルトです。利用登録して食べてます。あつさりしていて美味しいです。

大鰐町 Y・Nさん



①「ごまあえ」の素、茹で野菜に和えるだけでOK！週5は使える！！②フリーズドライのスープやみそ汁、玉子スープはおじや、麺類のつゆに色々使えます。

青森市 K・Iさん



「とりとんボール」がお気に入りです。お鍋やシチュー、揚げても美味しいです。量もたっぷり入つているのでカタログに載つていると即購入です！冷凍庫に入っていると安心します。

八戸市 Y・Kさん



「中華甘酢あん」です。カニカマやねぎの小口切りを入れて、スクランブルエッグ風の卵焼にして、ダーツとかけただけでおかずにも丼物の具にもなります。

八戸市 H・Yさん



国内麦強力粉です。ホームベーカリーで、普通の食パンはもちろん、レーズンパンやかぼちゃパンなどを作つて楽しんでます。

八戸市 H・Iさん



子供のおやつや、少し小腹がすいたときに「3種のプチドーナツ」がオススメです。個包装なのもとても嬉しいです。ハニ味、「コナツツ&チョコ」味、オールドフアッシュの3種が入っています。どの味もとても美味しいです。子供のお友達におやつにだすととても喜ばれますよ。価格も手にとりやすい位で本当にありがたいです！値上りしないといいな...

八戸市 W・Sさん



無えんせきの「ハム」や「ウインナーソーセージ」は、生協ならではの味です。スーパーではほとんど見かけませんが、我が家の冷蔵庫にはいつもストックしています。安心して食べています。

七戸町 月見草さん



『竜田揚げ』です！お肉も大きいし、味付けにはニンニクも入つていますが、ほとんど気にしなくてもいい程度なので、時と場面を選ばずに、いつでも食べられるのが最高です。それに、何よりも「おいしい」です。今まで食べてきた何処のメーカーのものよりも、イチバン好きです。文句の付けようのない商品です！！

八戸市 N・Kさん

6月号のテーマは「我が家の湿気対策」です。

暑さと湿気で、お洗濯物が乾きづらかったり、ジメジメして不快な気分になったりする季節が近づいています。そこで今回は、皆さんのご家庭でしている湿気対策を教えてください。

氏名(よみがな)・組合員番号・掲載時のお名前を明記の上、ご応募ください。〆切は4月25日(消印有効)です。ご投稿お待ちしております。

テーマコーナーは、読者の皆さまからの投稿と、「はばたき」レポーターの皆さまのご協力で、紙面を作成しています。ご協力ありがとうございます。

宛先 おハガキの場合、〒038-0012 青森市柳川二丁目4-22 コープあおもり本部 広報担当宛て、Eメールの場合は、habatakicoop@amori.comまでお寄せください。パズルの応募と一緒の投稿もお待ちしております。よろしくお願ひします。(左の二次元コードを読み込んだ際、メールのアプリが起動しない場合は、お手数ですが、Eメールアドレスを直接入力頂き、ご投稿ください。)



▲はばたき宛てメールフォームこちらからも投稿できます。

おたより

お名前をインシヤルまたは匿名で掲載しています。

食品添加物の話、とても興味深く拝読しました。アメリカでも先日赤色の添加物についてニュースになっていましたね。添加物がない食品をたくさん開発している生協の取り組みは素晴らしいと思います。できるだけ生協商品を選びたいと思います。

八戸市 W.Sさん

物価高の昨今、キャベツの価格の高さに驚きました。2度キャベツになり3回目ですよやく届きました。毎日キャベツの千切りを食べていたので体に野菜不足を感じました。毎週ブロッコリーを注文していますが、すごく小さい時もあり一週間持たない時もあります。

深浦町 T.Nさん

鬼絡みで思ったことですが、恵方巻を某お店に予約して買ったはいけれど、海苔もお米も高くなり、手頃なもので妥協した結果、やっぱり満足出来なかつたので、来年は高くて満足出来る物を選びたいと決めています。年に一度の節分なのだから、恵方方向に願い事しながらお恵方巻を頼める！これに限ると思います！

青森市 M.Iさん

「たんさく」で真冬の蕪沼等を紹介していただきました。紅葉の蕪温泉に行つて、アントニオ猪木さんのお墓には行きましたが、冬は行ったことがありませんでした。寒い所が苦手なので紙面で紹介して下さいました。ありがとうございます。おいらせ町 E.Sさん

お正月に会えなかった息子夫婦へ、お年玉代わりにコープわくわく便で、美味しいものを沢山送りました！お嫁ちゃんからのリクエストに、息子の好きなクワッソンのアイス。先日「届きました！ありがとうございます。」と連絡が！「冷凍庫と戦っています。」とも(笑)。まだまだ寒い日が続きますが、美味しいものを食べて、元気に過ごしてほしいと願っています。

六戸町 K.Kさん

生協の果汁100%のりんごジュースの炭酸飲料が気に入って、店頭にもあるのかなと探しましたが、冬は行っていないので、半年近く、チラシをチエックしていたら、今度はりんご以外に葡萄など、これまた100%果汁の炭酸飲料が出ていたので、嬉しくて全種類大人買いしました。

八戸市 N.Sさん

1週間前の記憶力はあまりにもはかないものだと思います。前週に注文したものを続けて...というところに、どうしたものか、と閉口する自分。注文した物をメモをしたこともありましたが、ものぐさな私は長続きしません。みなさんは、どうしていますか。よきアドバイスをください。

五所川原市 R.Kさん

能登半島の支援活動報告等に目を通しながら感じた事は、一年過ぎたのですがまだまだ復旧・復興が進んでいない感じがとても残念に思っています。都会では何があつてもすぐ復旧するが田舎はどうしても時間がかかってしまつて、色々な問題があるのでしようね。頑張れ石川県。

平内町 H.Kさん

七戸町の実家の母も生協さんに大変お世話になってます！1月下旬実家へ行くの見たことのある鬼のお面と落花生：もしかして?!なんと私も全く同じ落花生と鬼のお面を生協に注文してました笑。親子だね〜と2人で大笑いしました！

青森市 Y.Mさん

郵便料金の値上げでも年賀状余分に買いました。応募させてもらいました。

五戸町の組合員さん

今年の冬は雪が多くて身体も心もお財布も大変です。春が待ち遠しいです。

青森市 R.Nさん

Q & A

「組合員さんの声」から

(要旨を抜粋して掲載しています)

◆ドレッシングがソースに、「遺伝子組み換え不分別」と書いてありましたが、どういふ意味でしょうか？教えて欲しいです。

浪岡センターの組合員さん

「遺伝子組み換え不分別」の意ですが、使用している原料について「生産、流通、加工のいずれかの段階で、遺伝子組換え農作物と非遺伝子組換え農作物を分別管理していない(分別生産流通管理が行われていない)」という意味です。

コープ東北宅配商品本部

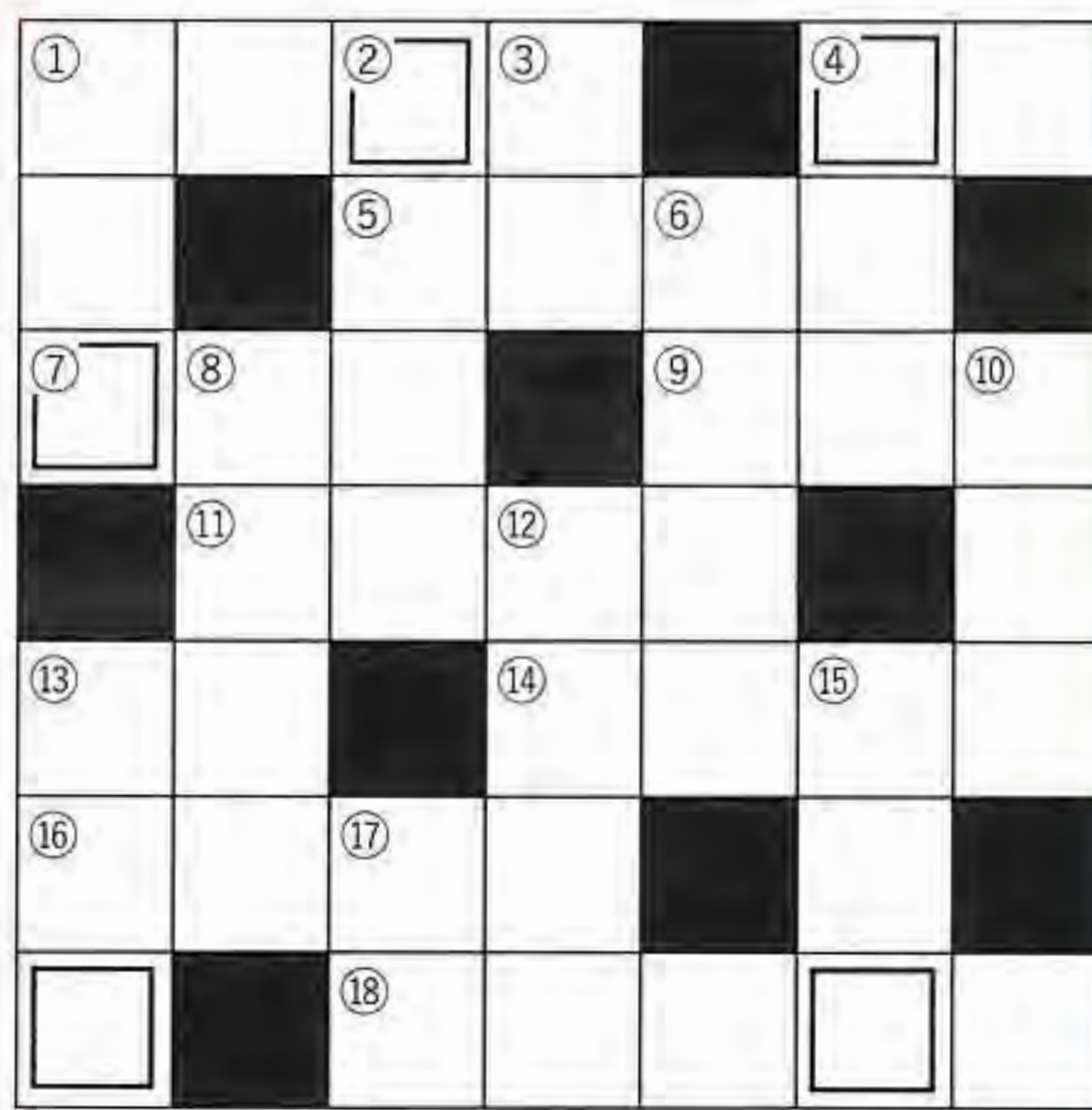
◆食品に含まれるアレルギー表示の順番は、決まっていますか？それとも原材料の中で、含まれる多い順だったりしますか？教えて下さい。

青森センターの組合員さん

お問い合わせは、生協宅配でお配りしている食品力タロウWeekでの表示に関するものと推察してお答えいたします。現在、Weekでご案内しているアレルギーは牛乳・卵・小麦・ソバ・落花生・エビ・カニの7種類ございますが、牛乳の4、落花生の5、エビの6、カニの7と番号を割り振り管

理しております(25年4月1週号からはクルミも加わり8種類となり、クルミも8として管理されます)。Weekではこの割り振られた数字の順番に基づいて、アレルギーを表示しております。原料に含まれるアレルギーの量に基づき、順番を変えてご案内しております。アレルギーの含有量に基づき、表示順を変えるにはチラシ編集システムの改修が必要となりますので、当面は現在そのまま継続させていただきます。コープ東北宅配商品本部

ちょっとひととき コープパズル



○る⑦石を使って貝を割る習性がある海の動物
⑨ニューデリーを首都とする、カレー発祥の国
⑩田んぼに苗を植える機械
⑬〇も歩けば棒に当たる
⑭欠けたり、割れた器を漆で修復し、仕上げに金を使う技法
⑯偶然に起こったことを指す慣用語
⑰体の成長に伴い声域や声質が変化する期間、変声期

【3月号の正解】正解は「しじみ」。

Grid for the 3rd month puzzle solution: トリモチフチ, シライベリ, ネライニジ, ルナキジ, シシド, ミジミドリ

【2月号の当選者】応募は346通(ハガキ145通、メールフォーム201通)。正解者は345名でした。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

【問題と解き方】□の文字を並べ替えるところある5文字の言葉が出来ます。

タテのカギ

- ①青森では、4月下旬に見頃を迎える白やピンク色の花をつける樹木
②猛烈に攻撃すること
③「打者一巡の○○○○」
④「〇〇熱」「〇〇の輪」
⑤鼻水、鼻つまりなどの症状を起し腫れた状態のこと
⑥禁止していたこと
⑦溪流釣りの○○○○日
⑧南八甲田の麓にある蕪七沼の

1つ、紅葉の時期には事前予約が必要なほど混雑します。⑩空手や柔道といった武道や武術などに用いられる衣服
⑫駅の前の地域
⑬繰り返し返して物事の決着がつかないことを「〇〇〇〇」

⑮電話や無線で話をする

⑰海にすむ

⑱腕をもつ軟体動物

ヨコのカギ

①もち米とあんこをこね、蒸したものを笹の葉で包んだお菓子

④木製の扁平な茄子の形

⑤楽器、「〇〇法師」

⑥植物を大きな鉢に〇〇〇

を直接入力ください。

WEBからはこちら

たんけん 雪が解けたら、春になる「ミズバシヨウ沼公園」



新緑



キンクロハジロ



ザゼンソウ



アオジ



沼を一周しながら、かわいらしいミズバシヨウを見ることができます

写真を見ると、ミズバシヨウとザゼンソウがなんとなく似ているような気がした方がいると思います。それもそのはず、両方ともサトイモの仲間、イモもできます。しかしながら、葉、茎、根にいたるすべてに、シユウ酸カルシウム、サポニン・アルカロイドといった毒を含んでいるため、触ったり、食べたりせず眺めるだけにしてください。

ミズバシヨウは、今回紹介したミズバシヨウ沼公園、過去紹介した青森市の原別稲荷神社など4月中旬〜5月上旬ころ県内各地で咲きます。皆さんの地域にもミズバシヨウがみられる場所があるかもしれませ

津軽岩木スカイラインの嶽(だけ)温泉と湯段(ゆだん)温泉の中間地点にある「常盤野農村公園」は、通称「ミズバシヨウ沼公園」と呼ばれ、古くからミズバシヨウの群生地として知られています。4月下旬〜5月上旬に見頃を迎え、ミズバシヨウを見に来た人や撮影に来たカメラマンでにぎわいます。時期が合えば、周辺にはオオヤマザクラも咲いており、一緒にサクラとミズバシヨウを近場で楽しむことができます。

公園内には、白く可憐なミズバシヨウ以外にも、紫褐色の大きな仏炎苞(ぶつえんほう)を仏像の光背に、中の黄色い花を座禅を組む僧侶の姿のように見えることから名づけられた「ザゼンソウ」がところどころに咲いています。ミズバシヨウと比べると数が少なくひっそり咲いているので、よく探してみてください。このザゼンソウの真ん中の玉は肉穂花序(にくすいかじよ)と呼ばれ、黄色い粒に見えるのが花です。ザゼンソウの肉穂花序は、25℃くらいまで発熱する珍しい性質があり、周りの雪を溶かして、いち早く地上に

でたり、訪花昆虫の活性が低い寒い時期に、昆虫を誘引して受粉機会を得るといふ生存戦略をとっています。



ザゼンソウの肉穂花序

八戸地域でサニタリドライブを実施。寄付で集まった衛生用品を八戸市で社会福祉に従事する団体へ寄付しました。



八戸市社会福祉協議会にて



ワーカーズコープ・センター事業団にて

八戸地域では、従来からいけ店でサニタリドライブを実施していますが、この度、八戸センターが五所川原地域と同じく宅配でもサニタリドライブを実施しました。るいけ店・八戸センターの協力でおこなわれた取り組みで集まった寄付品を2月21日(金)に、青山理事と加藤理事、職員で八戸社会福祉協議会と労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団八戸・階上地域福祉事業所を訪問し寄付しました。寄付品は団体から必要としている人に配布されます。八戸市社会福祉協議会への寄付品は、2月23日(日)に実施された子ども宅食おすそわけ便で活用されました。ご協力いただいた皆様へ感謝申し上げます。

寄付品が活用されています。

3月号で掲載いたしました。五所川原地域と浪岡センターのサニタリドライブで寄付した衛生用品が2月22日(土)に実施された「五所川原おすそわけ便」のパントリー(選んで持ち帰る方式)で必要としている方に配布されました。

また、五所川原事務所を事前に申し込みのあった方への受け取り場所として提供すると共に組合員・職員のボランティアで受け取りに来た方へお渡ししました。



五所川原事務所でのお渡しの様子



パントリーでの設置の様子