

コープあおもり 広報紙

は ば た き

2025



Vol. 327

●組合員
161,337人
(2025年3月20日現在)

●宅配利用人数
61,850人

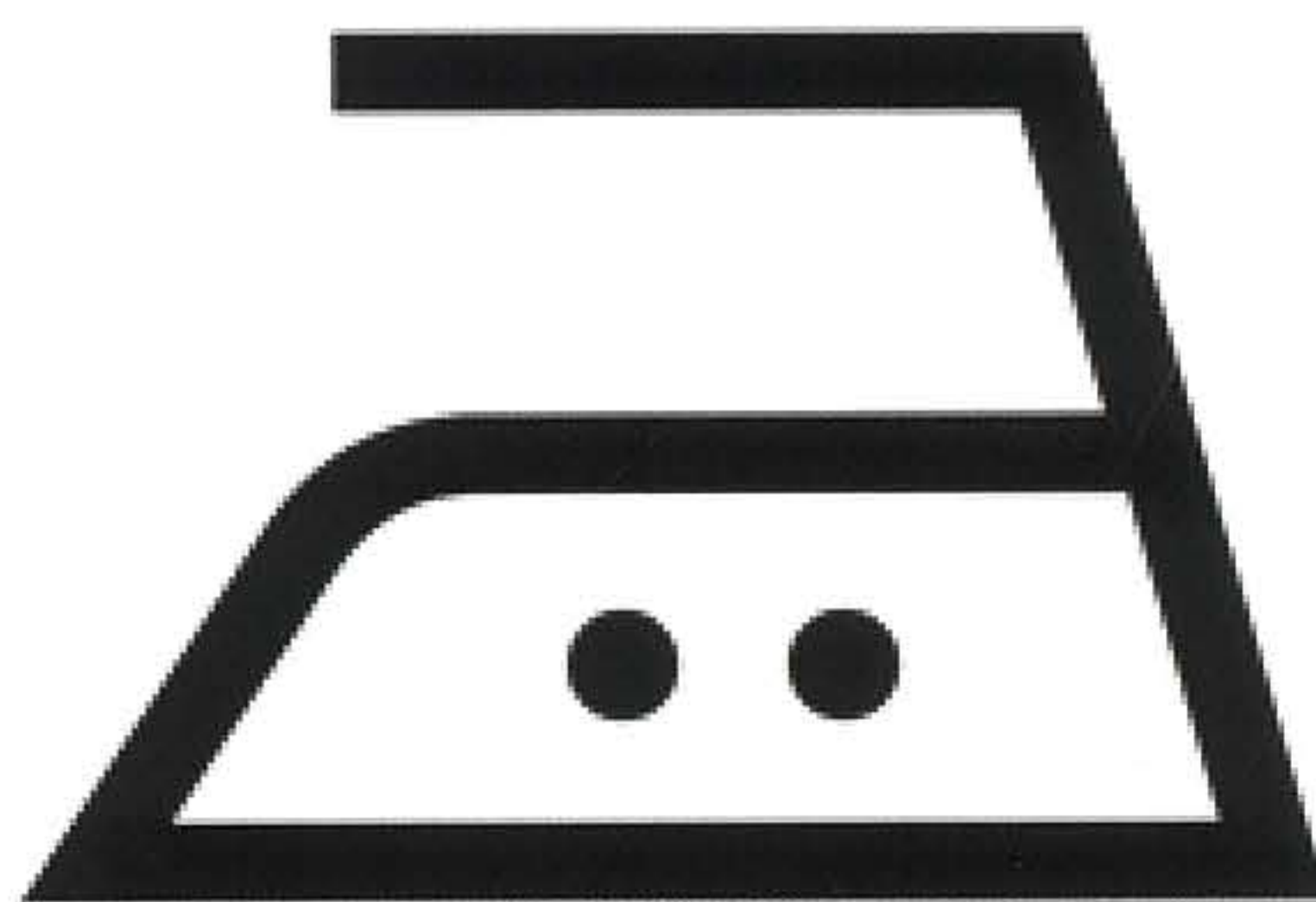
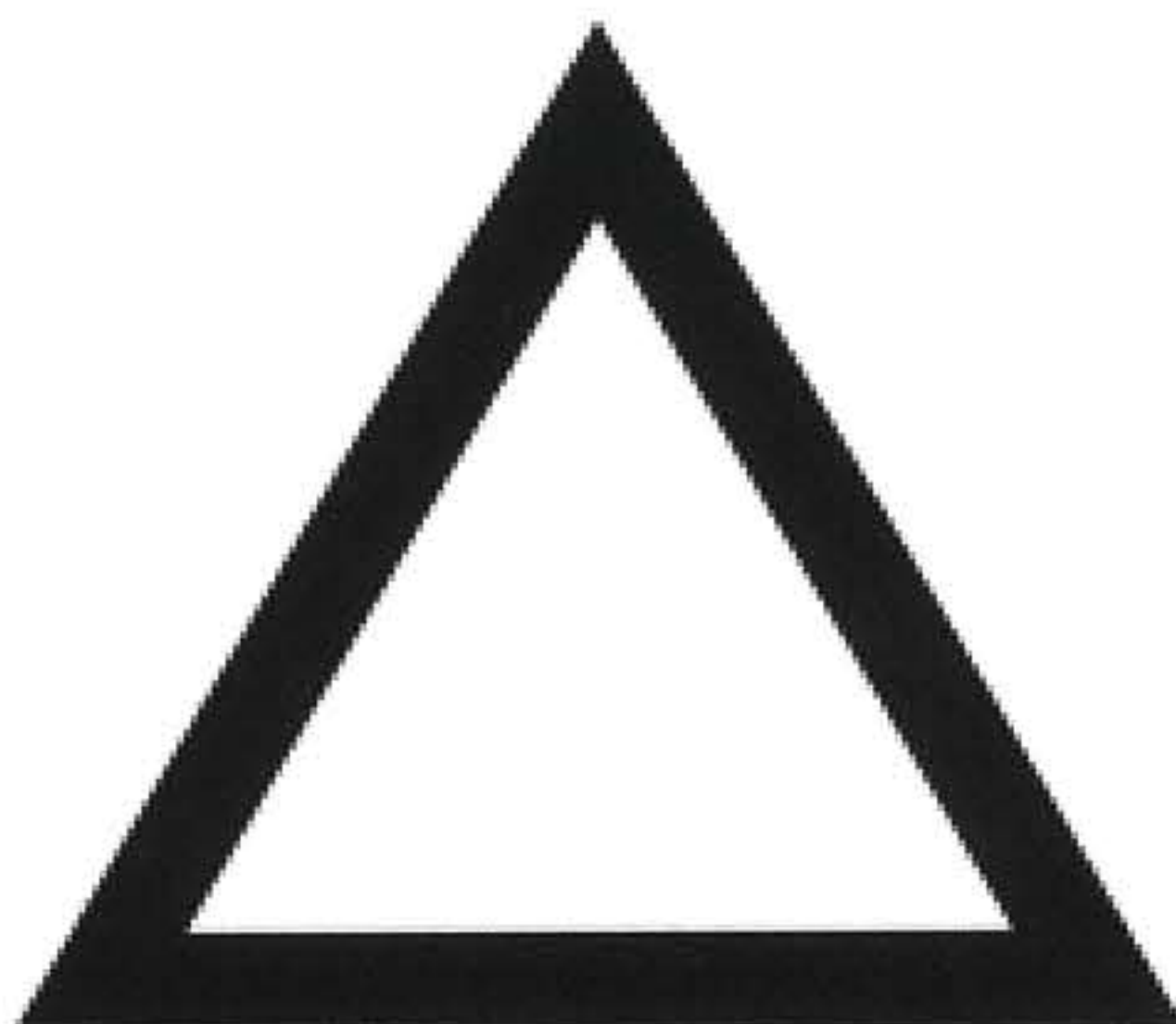
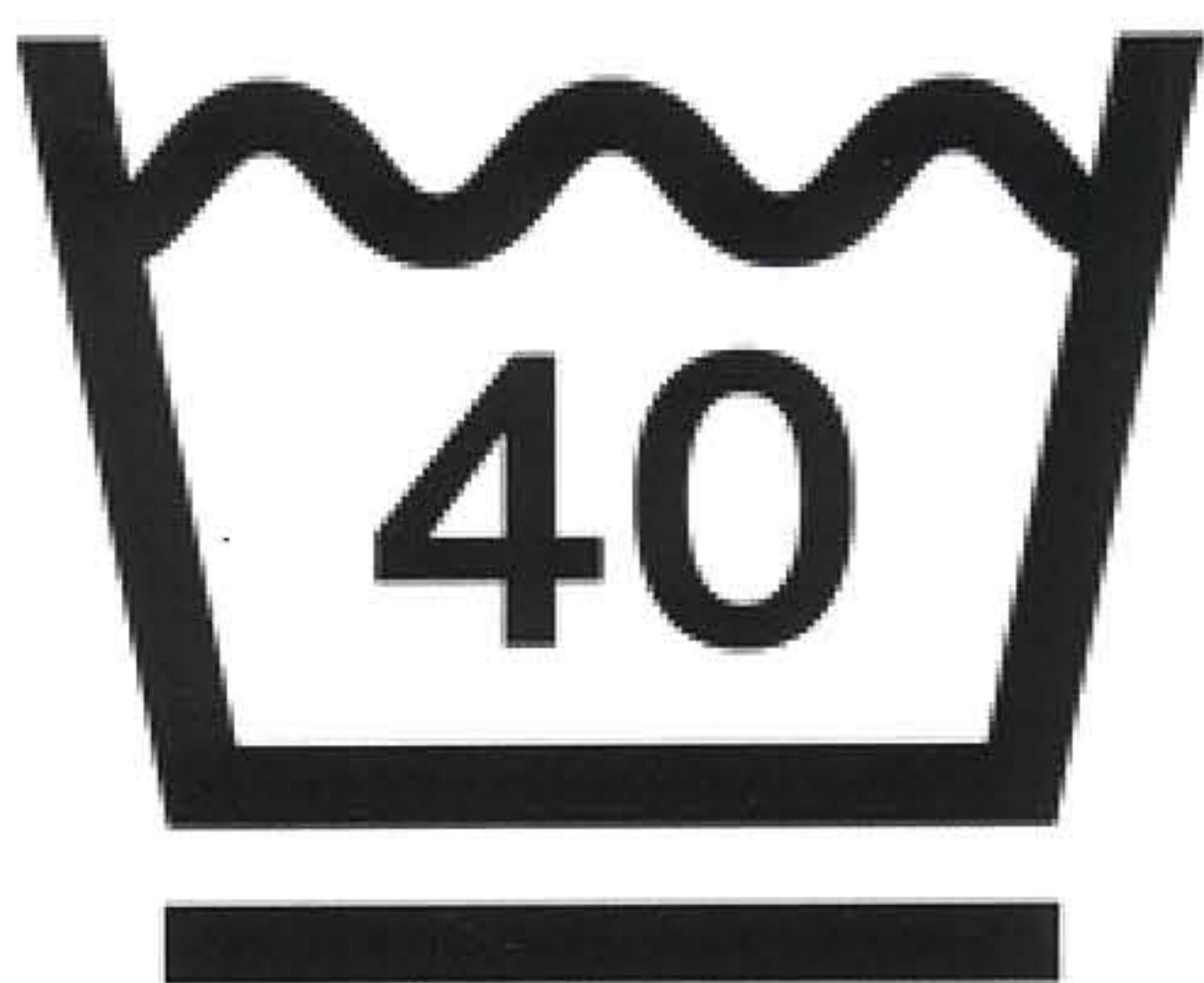
●出資金
4,086,421千円
(一人当たり25,328円)

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/>



暖かくなってきた今日この頃、お外で洗濯ものを干すというかたが多くなると思います。そこで今月は、洗濯表示の特集です。

昨年8月に改正され、表示の意味も少し変わっています。2016年の一覧をお持ちの方がいらっしゃれば、すこし見

比べてみてください。

突然ですがクイズです。上の三つの洗濯表示はそれぞれなにを表しているマークでしょうか？

正解は2ページ目の洗濯表示の一覧表をご確認ください。

「古紙リサイクルで笑顔！

こども食堂応援キャンペーン」の
寄付金を青森県社会福祉協議会へ
贈呈しました。



コープあおもり、青森県民生協、伊徳、伸和産業の4団体で実施した「古紙リサイクルで笑顔！こども食堂応援キャンペーン」の寄付金を3月11日(火)に青森県社会福祉協議会へ贈呈しました。

キャンペーン期間中に、県内計20店舗（コープあおもりは4店舗）のエコステに持ち込まれた新聞や雑誌、段ボールなどの古紙の量は合計17万8439キ口、店舗を運営する3団体、伸和産業のそれぞれが、古紙1キ口につき1円ずつ（計2円）を寄付金として出し合い、合計で計35万6878円が、青森県社会福祉協議会を通じて、こども食堂を運営する10団体に届けられます。コープあおもりは4店舗の合計で51,607kgの持ち込みがあり、コープあおもり、伸和産業からそれぞれ51,607円、合計103,214円の寄付をしました。

もくじ

洗濯表示見てみませんか？	2
「環境について思うこと」	5
「LPAの会かろうのお役立ち情報」	6
「コープな話／Q&A拡大版」	7
「おたより／コープパズル／組合員の声から」	8
「たんざく／コープくらしのたすけあいの会」	8
「コープは「プリントセルカバー」を贈呈しました」	8



見てみよう洗濯表示

暖くなったら、洗濯物をお外で干すという方が多いと思います。そこで今回は、2024年8月に改正された洗濯表示を掲載します。2024年8月の改正以降に販売された服には新しい表示のルールに従った表示が変わっています。前回2016年の改正から変わったこととして、新しい記号に「液温30℃での手洗い処理」の記号と「低温（120℃まで）でスチームなしのアイロン処理」の記号が追加されました。また、参考情報として、記号だけでは伝えられない参考情報が、簡単な言葉で記号の近くに記載される場合もあります。買った服を長くきれいに使い続けるために洗濯表示をしっかりと確認してお洗濯しましょう。

アイロン



底面温度210℃を限度としてアイロン仕上げ処理ができる。



底面温度160℃を限度としてアイロン仕上げ処理ができる。



底面温度120℃を限度としてアイロン仕上げ処理ができる。



底面温度120℃を限度としてスチームなしでアイロン仕上げ処理ができる。



アイロン仕上げ処理はできない

タンブル乾燥



洗濯処理後のタンブル乾燥処理ができる。高温乾燥:排気温度の上限は最高80℃



洗濯処理後のタンブル乾燥処理ができる。低温乾燥:排気温度の上限は最高60℃



洗濯処理後のタンブル乾燥処理はできない。



ドライクリーニング処理ができない。



パークロロエチレン又はジブトキシメタン若しくは記号Fの欄に規定の溶剤でのドライクリーニング処理ができる。通常の処理



石油系溶剤(蒸留温度又はデカメチルペンタシクロシロキサンでのドライクリーニング処理ができる。通常の処理

クリーニング



ウェットクリーニング処理ができる。



ウェットクリーニング処理ができる。非常に弱い処理

洗濯



液温は、40℃を限度とし、手洗いによる洗濯処理ができる。



液温は、30℃を限度とし、手洗いによる洗濯処理ができる。



洗濯処理はできない。

漂白



塩素系及び酸素系漂白剤による漂白処理ができる。



酸素系漂白剤による漂白処理ができるが、塩素系漂白剤による漂白処理はできない。



漂白処理はできない。



液温は、40℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる。



液温は、40℃を限度とし、洗濯機で弱い洗濯処理ができる。



液温は、40℃を限度とし、洗濯機で非常に弱い洗濯処理ができる。



液温は、30℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる。



液温は、30℃を限度とし、洗濯機で弱い洗濯処理ができる。



液温は、30℃を限度とし、洗濯機で非常に弱い洗濯処理ができる。



液温は、95℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる



液温は、70℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる。



液温は、60℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる。



液温は、60℃を限度とし、洗濯機で弱い洗濯処理ができる。



液温は、50℃を限度とし、洗濯機で通常の洗濯処理ができる。



液温は、50℃を限度とし、洗濯機で弱い洗濯処理ができる。

干し方



平干し乾燥がよい



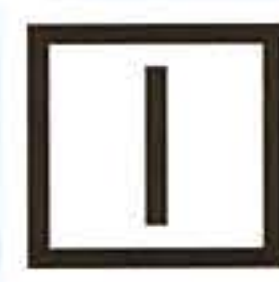
日陰での平干し乾燥がよい



ぬれ平干し乾燥がよい



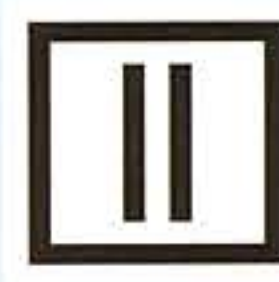
日陰でのぬれ平干し乾燥がよい



つり干し乾燥がよい



日陰でのつり干し乾燥がよい



ぬれつり干し乾燥がよい



日陰でのぬれつり干し乾燥がよい

タンブラー乾燥って？

乾燥機の中で、洗濯物を回転させながら温風で乾燥させる方法です。コインランドリーではタンブラー乾燥機が一般的です。ご家庭では、洗濯とタンブル乾燥機能が一体となったタテ型洗濯機やタンブル乾燥機として独立しているタイプのものがあります。

タンブラー乾燥は、回転と熱と風で短時間に乾燥させる事ができます。

反面、型崩れしやすい服、縮みやすい服、ボタンやビーズ、スパンコールなどの付属品が傷つきやすい服、風合いが損なわれやすい服など、回転と熱と風によって服にダメージを与えてしまうことから使用できない洗濯表示がついている服があります。

表示によって温度の上限が決まっているのでご家庭でタンブラー乾燥をさせる際や、カーペットやカーテンなど大型の洗濯をコインランドリーで行うという場合もタンブラー乾燥のマークを気を付けて見てみてください。

洗濯表示に関する「ひい」

家庭用のドラム式洗濯機の乾燥を使いたいのですが、カタログの衣類や布団カバーなどに「タンブラー乾燥禁止」のマークがないので、購入するのをためらってしまいます。出来れば衣類や布団カバーなどに、そのようなマークを付けていただければ有難いです。

折込みチラシ「キャロット」では、洗濯に関する紙面のご案内には「洗濯機」「手洗い」「ドライ（クリーニング）」のそれぞれが不可となっております。紙面スペースに限りがあることに加え、組合員の皆様に分かりやすい統一的なご案内をするために、「洗濯機」「手洗い」「ドライ（クリーニング）」のみをご案内しております。

特にご紹介商品の多くが「タンブル乾燥不可」なこともありご案内表示が多くなってしまうことで、組合員様にとって分かりづらい紙面になってしまつ可能性があります。大変申し訳ございませんが、表示をしております。今回のご意見は今後の課題とさせていただきます。これからもお気づきの点がございましたらお声をお聞かせください。

コープ東北商品本部

モチモチしたものを作ってみました。



ごままんま

津軽地域で、田植えが終わった際や農作業の合間に食べられていました。家庭によって枝豆をのせたり、油揚げをいれたりします。

材料 (4人分)
もち米225g うるち米150g 黒ごま20g
酒大さじ1 しょうゆ50ml 砂糖25g

- 作り方
- ①もち米とうるち米を混ぜ、といで2時間浸水しておき、ザルにあげて水けをしっかりと切る
 - ②黒ごまはすり鉢で粗目にする
 - ③②のなかに調味料を入れて良く混ぜ、計量カップに入れる。全部で450mlになるよう水を足す
 - ④炊飯器に①と③を入れ、よく混ぜてから炊く
油揚げを細かく切ったものを一緒に炊いたり、炊きあがりにゆでた枝豆をかざっても美味しい



こびりっこ

南部せんべいで赤飯を挟んだ郷土料理。できたてはパリパリモチモチ、時間がたつとパリパリだったせんべいもモチモチになります。農作業の合間におやつとして食べられていました。南部地域の道の駅で販売されており、おやつにピッタリです。栗などを入れたものもあります。

材料 (6個分)
もち米115g うるち米115g
ゆでた小豆(缶詰でもよい) 100g
ごませんべい12枚

- 作り方
- ①もち米とうるち米をといで一晩水に漬ける
 - ②炊飯器に米とゆでた小豆を入れ、水を若干少なめに入れて炊く。
 - ③炊きあがった赤飯をごませんべい2枚に挟んで出来上がり



笹餅



材料 (8個分)
もち米粉100g 塩小さじ½ 砂糖100g
あんこ(つぶあん・こしあんどちらでも) 50g
水適量
笹の葉8枚(なければクッキングシートでも)

- 作り方
- ①もち米に塩、砂糖、あんこを入れてかき混ぜ、水を加えながら耳たぶ位の固さになるまでこねる
 - ②(生の笹を使う場合) お湯をわかし、塩を加え(分量外) 熱湯で笹の葉をゆで、すぐに冷水に取る
(冷凍の笹を使う場合) 必要分冷凍の笹を取り出し、お湯にさっとくぐらせる
 - ③蒸し器にクッキングシートを敷き、8等分に①を丸めて並べ、20分ほど蒸す。もちの色が濃くなりつやが出ると蒸しあがり
 - ④笹の水分をふきんで拭き取り、笹の表にもちを乗せて包みます。笹の葉の入手が困難な場合は、笹くらいの長さの長方形に切ったクッキングシートで代用も出来ます。
- 〈包み方〉
葉の茎側にもちを乗せ、先側を上を持ってきてくると包み込む。葉の先端をもちが入っている所へ差し込む

コプ子さんの「農」ある風景



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」。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。産地の様子や生産者にスポットを当てていきます!

元禄時代の豪商、紀伊国屋文左衛門ゆかりの地、和歌山県下津町の産直産地

「しもつコープファーム」さん

町の大半を占める山間部が、海岸まで迫った地形の和歌山県海南市下津町。山の頂上近くまで柑橘栽培の段々畑が広がる風景に、コプ子さんは感動しました。青森県では考えられない急な登り坂が、いたるところにあります。

しもつコープファームの皆さんは本当に優しく、特に担当の中尾さんは物腰が柔らかく、頼れる方。伺った際には、下津町の名所や景色の良い場所にわざわざ案内してくださったり、忙しい中にも写真や資料を送ってくださったり、お世話になりっぱなしです。

紀伊国屋文左衛門の話も中尾さんが教えてくださいました。「沖の暗いのに白帆がみえる、あれは紀州の「みかん」船」という有名なフレーズは、紀伊国屋文左衛門が荒れる海の中、決死の覚悟で下津港から江戸に向けて「みかん」を運んだ船の様子をうたったもので、下津町にはそれを称えた記念碑が建てられています。

遠い昔の時代から、「みかん」はこの地域の人々に親しまれ、町の発展を支えてきました。しもつコープファームでは、その伝統を受け継ぎながら、組合員の皆さんに安全・安心でおいしい柑橘商品をお届けするために丹精込めて栽培を続けています。歴史とこだわりが詰まったしもつコープファームの「みかん」・柑橘類、どうぞ、次の季節もお楽しみに!



しもつコープファームの生産者さんとみかん



生産者の西岡さん。優しい笑顔が素敵です。



丹精こめて育てられた「みかん」



「みかん」の貯蔵庫の様子。オレンジ色がすごくまぶしいです!

和歌山県海南市下津町をちょっとだけ紹介!

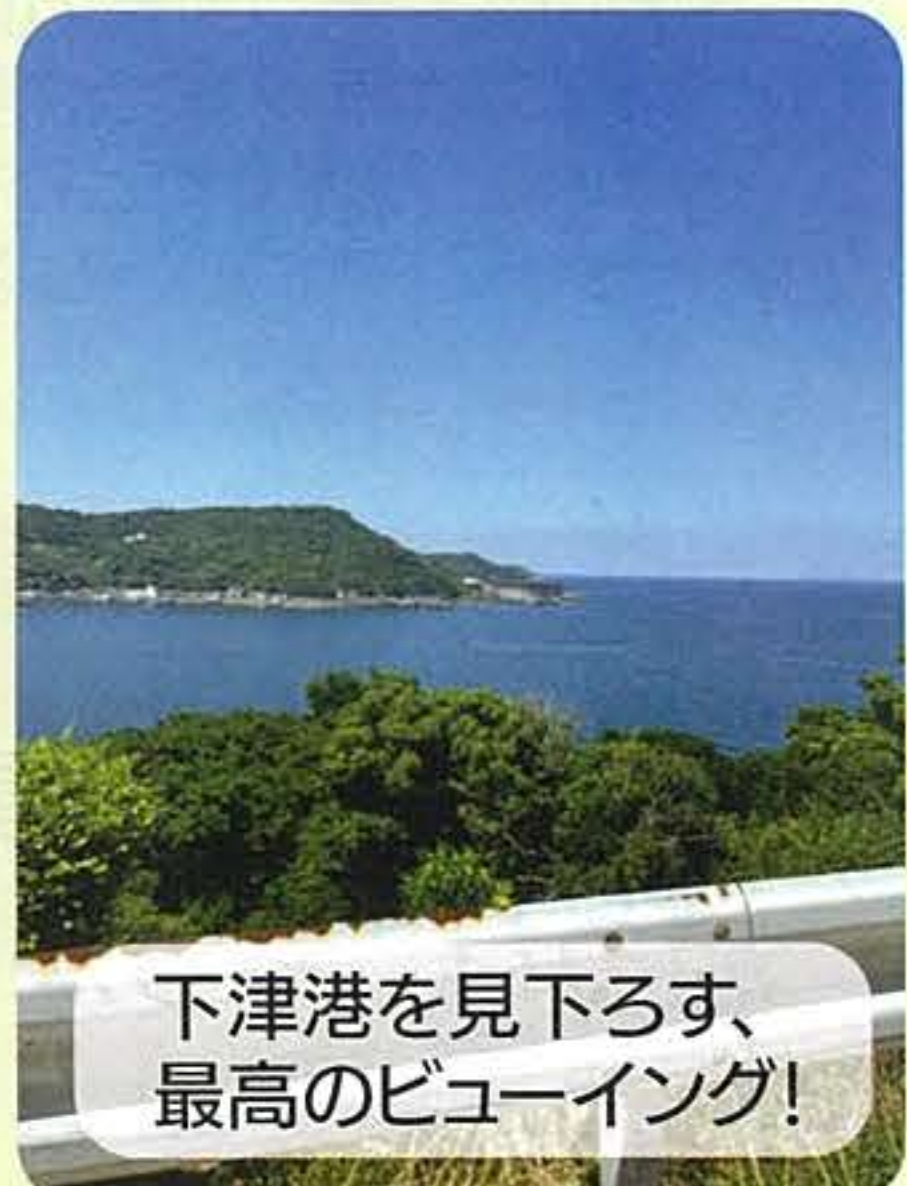


▲紀伊国屋文左衛門の記念碑。荒れ狂う下津から、「みかん」を積んだ船を決死の覚悟で江戸に向けた伝説の商人です。



近くに熊野古道の入り口もある、空気の澄んだ、水のきれいな場所です。

熊野古道
KUMANO KODO



下津港を見下ろす、最高のビューイング!

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を学習するとともに、共通のテーマに加え、各地域で学習や体験を行いました。

八戸地域
城北こ〜ぷ委員会

2月22日（土）八戸市根岸公民館で「2月のつどい」を開催しました。「フラダンス ハワイの風をかんじませんか」をテーマに、フラダンスを教えている先生に講師として来ていただき、その教室の生徒さんも参加してくださいました。最初は足から教えてもらい、次に手の振り付けでしたがなかなか手と足があわずに難しかったです。ゆっくりの動きですが、かなりの筋肉を使うんだなと感じました。

弘前地域
平賀こ〜ぷ委員会

2月17日（月）本町公民館において、平賀こ〜ぷ委員会主催の「2月のつどい」が開催されました。

しおりの学習のあと、コープの冷凍弁当、冷凍豆腐のみそ汁などを試食しました。しおり掲載の「ミックスキャロット」の試飲も行いました。参加者は、「冷凍弁当が美味しかった」「冷凍の豆腐があることを知らなかった」など冷凍でもとても美味しいことに驚いていました。

ミックスキャロットも以前より美味しくなったという感想も聞かれました。

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。



毛糸で円座を作りました

八戸地域
くらしのアイデア委員会

2月19日（水）るいけ店2F研修室1, 2でくらしのアイデア委員会の企画を開催しました。

皆さん毛糸と編針を持ち寄り、円座を作成しました。初めての方もいらっしゃいましたが、編み始めると夢中になって編んでいました。おしゃべりをしながら円座を完成させました。

シールアートでステンドグラス風の
素敵な作品を作しましょう青森地域
リーダー会

2月20日（木）コープあおもり本部集会室において、地域リーダー会主催「お茶会パート5～シールアートでステンドグラス風の素敵な作品を作しましょう～」を開催しました。

参加者には、2種類のキットから好みの絵柄を選んで作ってもらいました。シールを型からはみ出ないように貼るのがポイントですが、皆さん少し苦戦しながら作成していました。

完成した作品を額にいれると更に素敵な作品に仕上がりました！参加者からも「とても綺麗！」や「どこに飾ろうかしら」と感想が聞かれました。

冷凍野菜で時短レシピ

五所川原地域
リーダー会

3月3日（月）、五所川原事務所で、「冷凍野菜で時短レシピ」を開催しました。日本生協連監修で昨年「はばたき」にも登場していただいたコープフローズンアンバサダーを務める西川剛史さんの書籍「コープと冷凍の専門家が本気で考えた！ぐぐっと時短&もっと絶品！感動の冷凍野菜レシピ」に掲載されているレシピを参加者で作って試食しました。

冷凍野菜を今まで使ったことがないという方や気になっていたという方が多い中、実際に作って食べてみると、皮やタネなどの処理も不要で簡単で美味しいことから、コープの冷凍食品への感心が高まる企画となりました。

今月のテーマは：「環境について思うこと」



ちよつとテーマが大きすぎて難しいですね。今まわりで環境問題がさけられていますがやはりどこか人ごとに感じ身にせまっている感じがしません。本当はこれではいけないと思っはいるのですが、でも孫が2人になりやはり日々の成長を見ていると可愛い孫達の為には少しでも身体にいい物を考えていきたいと思うようになってきました。

五所川原市 RYばあちゃんさん

秋口から体調を崩し、3月になってやつと復調してきました。日々環境(ゴミ減量、マイバック持参、資源ゴミ...)について自分のできることはがんばつてきましたが、自分自身が健康でなければ持続できないことを実感しました。そして個人のできることは限界があるので、市町村が危機感を持つて、しくみ作りをして、環境問題に取り組んでもらいたいと思います。

二戸町 S・Kさん

昨年、祖母が作っていた畑に、父がアスパラガスを植えた様子を見に行きました。実家を離れて長い月日が経ち、畑に行くこともなくなつていたので行つてびっくり。道路からずっと畑が広がっていた辺りがアスキなどの背の高い草などでおおわれていました。高齢になり、畑ができなくなつた方が大勢いるのだそうです。緑の田んぼや畑が当たり前の風景ではないのだと感じました。人の手が入つて維持される緑がたくさんあるんですね。

弘前市 Y・Mさん

とても大きな問題ですが、私は「ハチドリのひとつく」の本を心に置き、取りくんではいます。山が火事になつた時、ハチドリのクリキンディはくちばしでひとしずくの水を一滴ずつ運んで炎の上に落とします。周りの動物たちはそんなことをして何になるんだと言いますが、クリキンディは「私は私にできることをしているだけ」と答えます。私もクリキンディと同じ気持ちです。大切な子どもや孫に安心して住める地球を残してあげたいです。

七戸町 月見草さん

昨年夏、子どもの用事に付き合い、東京に数日間滞在しました。数年前より、暑くて暑くて。建物の中と屋外の温度差も大きく、身体がとても疲れました。新青森駅に降り、親子で「涼しいー」とホッとしたが、温暖化を強く感じた出来事です。

青森市 Y・Tさん

環境のために私ができることはあまり多くはありませんが、日々資源のリサイクル、洗つて乾かして分別して。節電・節水、二つの動作を考えながら。近場の用事はできるだけ徒歩か自転車。毎日当たり前にやっています。疲れている時なんかには時々面倒な気持ちになつてしまします。でもそんな時は、この小さな二つ行動は全部子供達の未来のためになつていて、と自分に言い聞かせて取り組んでいます。子供のために、と思うとなぜか頑張れます。

黒石市 S・Kさん

食品ロス、必要な物だけ買うようにして、次の生協が来る前に残つた食材でカレーライスを作り、(残つた野菜を入れる)食べ切るようにしています。マイボトルを利用したり、リサイクルもきちんと分けるようにしています。私は車を運転しません。が、車に乗る人も近い所は歩いたり、自転車に乗るようにしたら、健康のためにも、環境にも良いと思います。

中泊町 C・Yさん



①毎週配布されるウィークの「もったいない」の商品を注意してみえています。その時自分に必要であれば価格と相談して購入しています。フードロスはとても気になります。②スーパーの食品を前列からとるようになっています。

新郷村 N・Sさん

雪の降る場所、量など例年とは違うような感じがしています。これも温暖化が関係していると思うと、この先地球はどうなっていくのか心配になります。

二沢市の組合員さん

「無洗米」は横着な人が楽をするためではなく、川の水質汚染を改善するために生まれたというのをご存知でしょうか。米を磨ぐ手間もなく、自然環境にもやさしく、その上いざという災害時にも重宝する「無洗米」です。お米を磨いで炊く場合の「磨ぎ汁の活用」として植物に与えている方も少なくないと思います。お隣の国、韓国では、「水キムチ」を作る時、ただの水を使うのではなく、磨ぎ汁を入れるんだそうです。そうする事で発酵を促進させ、おいしくなるそうです。また、スープを作る時にも磨ぎ汁に具材を入れて食べるそうです。マシヨヨ。

八戸市 N・Kさん

環境のことという一番身近だと思つたのはゴミに関して。分別しないとただのゴミ、分別すると資源という宝になる。最近職場でプラごみ回収箱が設置された。今までは、燃えるゴミとして捨てていたけれど意外とあつて資源だったんだなど。知つて大事だと感じた。

六ヶ所村 M・Yさん

今年の冬は八戸側は降雪が少なくとつても助かっています。青森・弘前方面の二コースを見るに申し訳ない気分になります。極端な天候なのも気になります。温暖化? が絡んでるのかな。今から数十年後どうなっているのか心配ですが、できることからやるしかないですね。(生協さんの環境に優しい商品を選ぶとか!)

八戸市の組合員さん

紙ストローは環境に良いけれど、飲み物の味がイマイチになりますね。環境のためには多少の我慢が必要ですね。

青森市 ふらわーさん

7月号のテーマは「暑い季節の乗り切り方」です。

すでに、2025年も猛暑の予報が出されています。ここ数年猛暑が続く北国の青森県でもきつい毎日が続きます。そこで今回は皆さんが暑い季節を乗り切るためにしていることや涼み方、定番の食べ物などを教えてください。

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5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、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、habataki@coopaomori.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ので、よろしく願います。(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。

LPA の会からのお役立ち情報

「65歳からの遺族厚生年金」③



第3回 遺族年金の支給額について

4. 妻に厚生年金がある場合の遺族年金

現在は女性も卒業後に働くのが一般的になり、厚生年金の加入期間がある人が多くなりました。自分に老齢厚生年金がある時、遺族年金は支給調整されることがあります。

自分の年金と遺族年金の受給権がある時には3つの選択肢があり、最も多い額が支給されます。

①自分の厚生年金だけを受給する（遺族年金をもらわない）

夫の厚生年金より自分の厚生年金の方が多い場合は厚生年金だけを受け取ります。ふつう男性が妻に先立たれても遺族年金がないのは、これが理由です。

②夫の厚生年金の4分の3から自分の厚生年金を差し引いた額を遺族年金として受け取る

年金収入全体では夫の厚生年金の4分の3と同じです。以前は自分の厚生年金を捨てて遺族年金を受け取る形でしたが、「自分が働いて受給権を獲得した年金を捨てることに抵抗感がある」という意見が多く、この形になりました。

③遺族年金の3分の2（＝夫の厚生年金の2分の1）と自分の厚生年金の2分の1を合わせて受け取る

自分の厚生年金が夫の厚生年金の半分以上ある場合は、これが最も多くなります。夫婦ずっと公務員のような場合、年金は夫より少ないとしても極端に大きな違いはないでしょう。そういう人が該当します。

5. 妻が年金の繰り上げ・繰り下げをしている場合の遺族年金

前回、夫が厚生年金を繰り上げ・繰り下げをしても遺族年金の額は変わらない、と言いましたが、では妻の方が年金の繰り上げ・繰り下げをした場合

はどうなるのでしょうか。

この場合は繰り上げ・繰り下げをした後の金額が妻の厚生年金額になります。②の場合、妻が繰り上げをしていれば減額、繰り下げをしていれば増額した金額に加えて夫の厚生年金の4分の3になるよう、遺族年金を調整します。要するに、妻の年金額がどうだろうともらう年金の合計は夫の4分の3、というわけです。（繰り下げした結果②から③のパターンになる場合は少しだけ増えます）

終わりに

夫婦二人暮らしの場合、夫が亡くなればおひとり様になります。お金の面では年金収入が減りますが支出の方もそれなりに減ります。まず夫にかかっていたお金が無くなり、もろもろの公的負担も小さくなります。知らない不安も大きくなりますが、とりあえず現状の家計を振り返り、将来を予想してみましょう。少なくともお金に関してはある程度の予測はつきましますし、知ることが安心につながります。

コープな話し

食品添加物について④

①使用制限添加物（42品目）

制限する内容を品目別に確認して、コープあおもり開発品及びコープ東北の開発商品に使用できる食品添加物です。具体的には、「安全性を量的に判断できる科学的根拠はあるが、懸念すべき問題点がある物質」のうち、使用制限することが可能で、それによりリスク低減を図ることができる添加物です。「懸念すべき問題点がある物質」とは、「不純物や代謝物に安全上の問題があるもの」「純度など成分規格に不十分な点があるもの」「国が評価していない新しいリスク要因が懸念されるもの」などが該当します。「制限する内容を確認して使用する」とは、物質ごとの評価に応じて、「使用できる食品の対象範囲の制限」または「使用量または残留量の制限」「成分規格の指定」(二つまたは複数の措置)を行うことを指します。新規の開発品は日本生協連に制限する内容の確認を行います。

②宅配では極力取り扱わない添加物（42品目）

宅配事業では、使用制限添加物が含まれる食品は、極力取り扱わないこととします。これらの食品添加物が使用された食品を取り扱う場合は、理由を明確にしてコープ東北の宅配商品本部長が個別に許可します。許可した申請書は、許可後2年間保管します。また、許可された場合でも、メーカーに対しては、該当添加物を使用制限添加物であることを確認し、その制限内容を伝え、今後の開発に生かしてもらうようにします。

No	名 称	主な用途
1	安息香酸	保存料
2	安息香酸ナトリウム	保存料
3	イマザリル	防かび剤
4	エチレンジアミン四酢酸二ナトリウム	酸化防止剤
5	オルトフェニルフェノール及びオルトフェニルフェノールナトリウム	防かび剤
6	過酸化ベンゾイル	製造用剤
7	カンタキシサンチン	着色料
8	食用赤色40号及びそのアルミニウムレーキ	着色料
9	食用赤色106号	着色料
10	食用黄色4号及びそのアルミニウムレーキ	着色料
11	食用黄色5号及びそのアルミニウムレーキ	着色料
12	食用青色2号及びそのアルミニウムレーキ	着色料
13	チアベンダゾール	防かび剤
14	二酸化チタン	着色料
15	ポリソルベート20	乳化剤
16	ポリソルベート60	乳化剤
17	ポリソルベート65	乳化剤
18	ポリソルベート80	乳化剤
19	ウレランガム	増粘安定剤
20	アルミニウム	着色料
21	エレミ樹脂	増粘安定剤

No	名 称	主な用途
22	カラギナン	増粘安定剤
23	カンゾウ抽出物	甘味料
24	カンゾウ末	甘味料
25	グアヤク脂	酸化防止剤
26	α-グルコシルトランスフェラーゼ処理ステビア	甘味料
27	酵素分解カンゾウ	甘味料
28	酵素分解リンゴ抽出物	酸化防止剤
29	サイリウムシードガム	増粘安定剤
30	植物炭末色素	着色料
31	ステビア抽出物	甘味料
32	ステビア末	甘味料
33	ツヤプリシン(抽出物)	保存料
34	ファーセララン	増粘安定剤
35	ブドウ種子抽出物	酸化防止剤
36	ブラジルカンゾウ抽出物	甘味料
37	ペクチン分解物	保存料
38	e-ポリリシン	保存料
39	マスチック	ガムベース
40	ラック色素	着色料
41	L-ラムノース	甘味料
42	ログウッド色素	着色料

使用制限添加物、宅配事業では極力取り扱わない添加物の一覧

Q&A 拡大版

洗濯機で洗えるセーターと載っていたので、洗ったら1回以上小さくなってしまいました。ネットに入れ、乾燥機にかけていないのに、何故小さくなってしまったのでしょうか？

現品を調査したところ、生地は硬くフェルトのようになっていたことを確認しました。現品と未着用の同商品と比較しました。

当商品は、毛100%の生地を使用しています。繊維製品は洗濯時や洗濯後の干し方により多少伸縮します。当商品の洗濯等による寸法変化率は、通常の吊り干しで「たて±5%・よこ±7.5%以内」であれば合格としています。当商品を企画・販売する際には、公的な検査機関により寸法変化率も検査を行ない合格していることを確認しました。しかし、お申し出品は洗濯後の寸法変化率について身丈、身幅ともに許容範囲より大きく縮んでいることを確認しました。当商品の洗濯表示を確認したところ、一番左のマークは「液温は30℃を限度とし洗濯機で非常に弱い洗濯処理ができる。」※とありました。しかし、現品の生地はフェルト化していました。フェルト化の原因は、毛織物を濡らした状態で、その状態から強く揉む、擦る、押すなどの外

調査の結果、お申し出品はお洗濯が要因となり縮んでしまったものと思われますが、詳細なお洗濯方法を伺っていないため、明確な原因の特定には至りませんでした。

出荷元の取引先では今回のお申し出を真摯に受け止め、今後複数回の同様の申し出が継続して発生するようであれば、素材や製造工程の見直しを行うことを確認しました。

コープ東北商品本部

見てみよう！

洗濯表示！

洗濯表示は2016年、国際基準に合わせた新しいマークへの変更がありました。さらに2024年8月には、マークが2つ増えたことやアイロン記号の上限温度の変更、表示の微細な修正（×の位置の修正など）などがありました。2ページで洗濯表示を掲載していますのでご確認ください。下に文中に出てきたマークについて記載します。



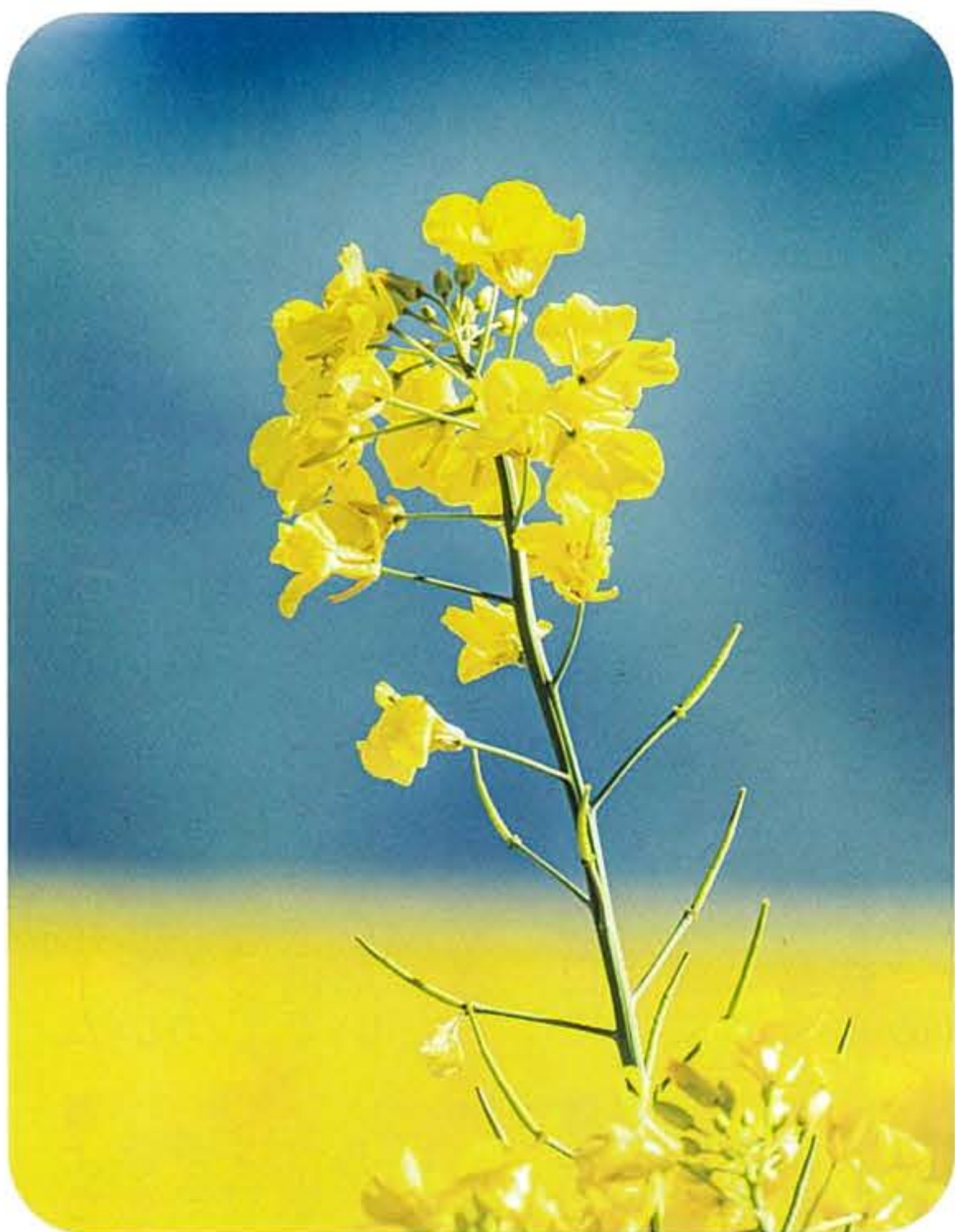
※「液温は30℃を限度とし洗濯機で非常に弱い洗濯処理ができる。」表示

参考：消費者庁 衣類の取扱表示(リーフレット)

◀下に表記してある2本の線が洗いの強さを表しています。0本は通常、1本は弱い、2本は非常に弱い、となっています。機種で洗濯表示に対応したコースの名称（ドライコースやデリケートコースなど）が異なる場合があります。説明書などで確認してみてください。

たんけん

毎年景色が変わる菜の花畑「鰯ヶ沢町建石地区の菜の花畑」



青森県で「菜の花」といえば横浜町が有名ですが、津軽にも菜の花で有名場所があります。岩木山の麓、鰯ヶ沢町の建石地区では毎年、同じ種類の野菜を同じ畑で生産し続けると発生する栄養不足や病気になりやすくなる連作障害を防ぐため、前年に別の種類の野菜を植えた畑に菜の花が植えられています。そのため毎年、菜の花畑の位置が変わり、雪が残る岩木山と黄色い菜の花絨毯で見に来た人を楽しませてくれます。

菜の花はアブラナ科の植物で、ブロッコリーや大根の仲間です。花が咲くと普段食べている花蕾や根、葉などが食用に向かなくなるため、菜の花以外のアブラナ科の花を見る機会はありません。菜の花自体の日本国内での生産は少なく、この畑で栽培された菜の花がどの様に利用されているかは定かではありませんが、菜の花は様々な利用の仕方があり、種から絞った油は菜種油、つぼみの状態ではナバナとして食用にされています。食べる以外にも、植えた植物を収穫せずにそのまま田畑を耕して次に栽培する作物の肥料にする緑肥作物としても利用されます。連作を防ぐ目的で植えられている鰯ヶ沢の菜の花ですが、菜の花自体は連作に弱いので、毎年作る畑が違ふことはきれいな菜の花畑に働いているのかもしれない。

建石地区の菜の花畑は、土地を所有する農家さんご厚意で開放されています。そのため路上駐車したり、立ち入りが禁止されているところに入ったりするなどしないよう気をつけながらご覧になってください。

新入学児童に、「コーすけランドセルカバー」を贈呈しました。



青森市では毎年新入学児童へ、交通事故防止を目的に市内の事業者や団体からの寄贈された交通安全用品を配布しています。3月28日(金)青森市内のアップルパレスで交通安全用品の贈呈式が実施されました。この取り組みに、コープ共済連から「コーすけのランドセルカバー」を贈呈しており式典には、青森市内でコープ共済を取り扱うコープあおもりと青森市民生協、コープ共済連の代表として、コープあおもりから古村理事が出席し、新入学児童へ「ランドセルカバーのコーすけと一緒に交通安全に気をつけて登下校してください」と話しました。「コーすけのランドセルカバー」は青森市内の新入学児童をはじめ、青森県内183校の小学校に6,496枚が配布されています。

コープくらしのたすけあいの会

コープくらしのたすけあいの会は、1998年青森県内の生協が協同して、思いやりのある豊かな地域づくりをめざして活動をスタートしました。以来26年、たすけあい活動は八戸地域を皮切りに弘前地域、青森地域、下北地域へと広がりました。生協組合員だけでなく、県民ならだれでも利用でき、地域包括支援センターやケアマネジャーとの連携のもと、くらしを支える有償ボランティアの会として多くの方に利用いただいています。

○2024年度たすけあいの会の利用が広がりました。

1年間で76名の方が新たに利用会員に登録され、2月21日現在497名の登録です。

活動会員も6名増え、161名の登録となりました。賛助会員は13名増え177名です。

○利用相談事例の紹介

- ・一人暮らしの利用会員から「玄関から動けない。助けてくれ。」との電話が事務局に入りました。担当コーディネーターに連絡をとり、現場に駆けつけてもらってのことと包括の連絡をお願いしました。包括で救急車を呼び、救急病院搬送となり脳梗塞で入院となりました。
- ・目が見えない利用会員さんと息子さんの2人暮らしのお宅に掃除に入っているBさんからの報告です。「とてもきれいにしてくれてありがとう。一緒に料理を作ったり掃除をした感じが、とても気持ちよくなりました。」とのこと。
- ・出産直後のお手伝いや、精神的な病気で動けないなどの相談に家事支援で入っています。こうした支援で気持ちの和らぎ、身体の不調も改善していくことが多いです。



・下北地域は地域包括支援センターとの関係が濃いです。研修会等の講師に包括支援センターにコーディネーターが直接お問い合わせしたり、困ったことがあれば相談に乗っていただいたりしています。様々な団体が役割分担して地域を支えていることを実感させてくれます。