

リアン

Lien

2023

10

OCTOBER

2030 ビジョンフレーズ ^{みんな}地域でつくる、とやまの未来

VOL.19



今月のピックアップ 2-3P



きのこ四姉妹

4-5P 【特集企画】農産物流センターをのぞいてみよう!

6P 『くらしのコラム』食:無添加・不使用表示が変わる 誤認を防ぎ、よりわかりやすく

7P 子育て通信『笑顔のたね』:子どもの「遊び食べ」

8-9P おたよりでつながる『リアンのひろば』

商品口コミコーナー『これいいね!』

10P みんなの声を聞かせて!

『SDGs Journey~誰も取り残さない世界を目指して~⑩』

「目標13 気候変動に具体的な対策を」

11P お知らせ
福祉のへや

12-13P わくわくを見つけにいこう!「コープでくみかつ」

14-15P インフォメーション
機関運営報告

16P リアンおたよりカード/レッツクッキング



きのこ四姉妹



いろんなきのこをちよつとずつ
わがまま叶えるこだわりパック

組合員の声に応じて開発され、4種類のきのこが少量ずつ入った便利な「きのこ四姉妹」。おいしさへのこだわりについて、製造元の(有)エムプランテーション 山内さんにお話を伺いました。



袋を開けると、キノコの香りがあふれてくる採れたての鮮度を味わってください！煮てよし！焼いてよし！揚げてよし！種類ごとの異なる旨味を楽しみたい方にとってつけの商品「きのこ四姉妹」です！

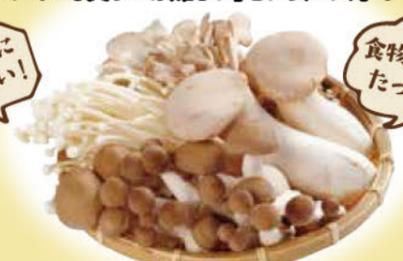
(有)エムプランテーション
山内さん

スマイルコープで掲載

「いろんな種類のきのこを食べたいけど、量や価格を考えるといくつも買うのは難しい」という声に応じて！

秋の料理にかかせない！

食物繊維がたっぷり！！



10月は毎週企画あり！ きのこ四姉妹

16Pに「きのこ四姉妹」を使ったレシピがあるよ♪

2021年9月に組合員投票を行い
パック内容をみんなで決めました！

きのこ四姉妹
投票総数1,485票のうち909票を獲得した
えのき まいたけ エリンギ しめじ
のセット内容に決定！しました



セット内容は組合員の投票で決定

「きのこ四姉妹」は、えのき・まいたけ・エリンギ・しめじが少量ずつ入った便利なパック。「いろいろなきのこをちよつとずつ食べたい」という組合員の声に応え、2003年に旧CO・OPとやまで開発されたプライベートブランド商品です。2022年のとやま生協誕生に合わせ、どんなセット内容がいいか組合員投票を行い、商品を見直しました。現在はとやま生協のプライベートブランドとして愛されている商品です。

きのこの品質を決める こだわりの培養

「きのこの培養には、空気・湿度・温度の3つが大切」と、(有)エムプランテーションの山内さんは語ります。

例えば、しめじは20℃の部屋の中、おがくず・小麦のふすま・米ぬかなどを混ぜた培地で育てられています。きのこの温度管理はとて難しく、室温が1℃変わってしまうだけで菌の成長に影響が出るため、きのこの品質が落ちてしまう原因になるのだそう。

特に冬場は空気が乾燥しているため、きのこの表面が乾かないよう加湿する必要があります。しかし加湿すると室温が下がってしまうため、ストーブで暖めて室温を維持しなくてはなりません。すると今度は酸素濃度が薄くなってしまい、きのこが酸欠にならないよう外気を入れるとまた室温が下がり……と、いたちごっこの状態に。

「バランスよくやらないときのこは綺麗に生えてこない。簡単そうに見えて難しいのがきのこ栽培」と山内さん。培養に適切な環境を保つため、常にきのこの様子を見ながら、繊細な温度管理が行われています。

生協へ直接出荷、だから鮮度抜群

「きのこ四姉妹」のうち、しめじとまいたけは自社で栽培し、えのきとエリンギは近隣の農家が栽培したきのこを直接仕入れ、1つずつ計量して詰め合わせています。「きのこ四姉妹」は生産者同士で協力し、組合員の声に応えるため、手間を惜みず作られています。

収穫したきのこは翌日までに包装し、直接とやま生協へ出荷。パキッとした歯ごたえのよい「きのこ四姉妹」の食感は、鮮度の良い証。この鮮度で食べられるのは、生協へ直に出荷されるプライベートブランド商品だからこそです。

ヘルシーでおいしい きのこを日々の食事に

「きのこは秋冬のイメージが強く、夏場は利用が減ってしまうことも。健康に良いきのこだからこそ、一年を通して食事に取り入れてほしい」

きのこは低カロリーで、食物繊維が豊富な食品。調理も簡単で、電子レンジで加熱し、汁物に入れるだけでもおいしく食べられます。家族の健康を守るために、ヘルシーで手軽に食べられるきのこを日々の食事に取り入れましょう。



- 1 培地づくり**
おがくずなどが均一にきわたるよう荒ねり。水を加えて一時間混ぜ続ける。
- 2 瓶詰**
きのこ菌の成長を阻害する乳酸菌が育ってしまう前に素早く培養瓶に詰め込む。
- 3 蒸気で殺菌**
培地内の雑菌を殺すために、蒸気でしっかりと殺菌作業を行う。
- 4 培養**
植菌した培地を温度・湿度管理した培養室で一定期間寝かせる。
- 5 収穫**
- 6 パック詰めして出荷**
1種類ずつ計量して4種類をパック詰め。新鮮なうちに生協へ出荷。



培養室の様子
一番上と一番下では0.5℃ほど温度差があるため、途中で上下を入れ替えて成長度合いを均一にします



ひとつずつ計量していきます

特集 農産物流センターをのぞいてみよう!



とやま生協には2つの物流センターがあります。
1つは要冷蔵物流センター（富山市北押川）で、宅配をご利用の組合員の皆さんにお届けする冷蔵・冷凍商品の仕分けを行うとやま生協の物流拠点です。
もう1つは農産物流センター（富山市金屋）です。農産物流センターは富山センターに隣接し、農産品（野菜や果物）の仕分けを行っています。今回は農産物流センターの仕事をのぞいてみましょう!

要冷蔵物流センターの特集はこちら
リアン2022.9月号



基本情報

農産物流センター

2011年、富山県生協の冷蔵・農産物を仕分けする物流センターとして稼働開始。とやま生協誕生後は農産品専門の物流センターになりました。富山センター（富山市金屋）と隣接しています。

- 仕分けアイテム数 1日当たり約 200種類
- 仕分け点数 1日あたり 15,000～18,000点
- スタッフ 23名



安心して召し上がっていただくため、農産物流センターでは「全量検品」を行っています

ご注文いただいた商品を安全にお届けし、安心して召し上がっていただくために、農産物流センターでは**全量検品**を行っています。

入荷した野菜・果物は**すべて開封するか、袋の外からキズや腐食がないか目視で点検**。

検品は、コープ北陸事業連合から送られてくるその週にお届けする農産品のリストと、「全量検品作業前確認書及び作業報告書」を元に行います。このほかに、果物の出荷・品質基準、外観基準が写真で掲示されていて、その基準にそって商品をひとつひとつチェックします。

また、入荷から仕分け、配送センターへ発送するまでのすべての作業が行われる物流センターの中は**1年を通して9.5℃**。仕分け中に野菜や果物が傷まないよう**品温管理も徹底しています**。

検品、品温管理に加え、納品までの時間短縮でお申し出を削減し、安全・安心な商品をお届けできるように取り組んでいます。



取り除いているものの例



傷・腐食・着色不良・虫食いによる痛みなど、出荷できない理由はさまざま。これらをもれなくチェックしていきます。出荷できるかどうかの判断に迷う時は、商品の写真を撮ってバイヤーと相談し出荷の可否を決めています。

外から見ただけではわからない傷みが商品についてお気づきの点があれば、

生じている農産品がお届けされてしまう場合があります。ご遠慮なくコールセンターへお電話ください。

コールセンター ☎0120-555-192

受付 月～金曜日 8:30～19:30



農産物流センターでの作業の流れ

1 商品の入荷

朝～昼頃にかけて、野菜や果物が順番に入荷します。入荷する農産品は、翌日の配達で組合員さんのお宅に届くもの。開封し、順番に検品していきます。

入荷した野菜・果物



このエリアから
ずっと9.5℃!

2 検品

～傷みがないか入念にチェック～
農産物流センターで最も力を入れている作業が、入荷した農産品の検品作業です。入荷した商品は**全量検品**しています。

3 シッパーに内袋とグループ名シールをセット

午後3時ごろから仕分け作業がスタート。「シッパー」という発泡スチロール製の通い箱に機械で内袋をセットし、お届けするグループごとのシールを貼り付けます。（農産品はグループごとの仕分けになっています。2人以上のグループで注文された場合、農産品は1つの箱にグループ全員の商品が入ります）

シールを貼り付け、仕分け作業エリアへ送られていきます▶

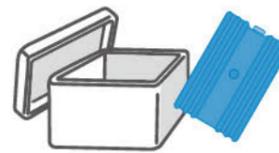


4 グループごとに商品をセット

仕分けエリアでは、流れてきたシッパーのバーコードが読み取られることで商品棚のランプが光り、ランプが光った商品をシッパーに入れていきます。1アイテム2秒程度でピックアップしていく高い集中力が求められる作業です。



5 お届けまでの品温を保つため、蓄冷材を入れる



商品が入った内袋を整えて、蓄冷剤が野菜や果物に直接接触して傷めてしまわないようにアルミシートを敷き、蓄冷剤を入れます。（冬季は蓄冷剤を入れていません）



◀最後はロボットがシッパーを台車に積み上げます。

6 センターへ発送

夕方から順次各配送センターへ発送し、翌日の配達で組合員の皆さんにお届けします。



無添加・不使用表示が変わる
誤認を防ぎ、よりわかりやすく

「無添加食品のほうが添加物入りの食品より安全」と思っていないですか？ 科学的にはそうとは言えませんが、消費者は誤解しています。「無添加」や「不使用」などの表示は消費者の誤認を招きやすいため、消費者庁が2022年3月、ガイドラインを策定しました。

添加物の安全は守られている

まず、知っておいてほしいこと。食品添加物は安全性が評価されており、ルールを守って使われていれば安全です。添加物を原材料とした場合は、原則としてパッケージの「一括表示欄」に記載しなければなりません。

それとは別に、事業者は自主的な表示として製品の特徴などをパッケージに印刷できます。「無添加」「不使用」などと表面に大きく表示されていると、消費者が「添加物はやっぱり危ない」と受け止めたり、ほかの意味に誤解したりすることが、調査でわかりました。

そこで、消費者庁は検討会を開き関係者の意見を聞きました。消費者団体代表者などからも「改善を」との要請があり、ガイドラインを策定し是正を図ることとしました。また、消費者の誤解を招き食品表示法違反のおそれがある「表示の種類」も整理しました。事業者に対して、「こうした表示はしないように」と促したわけです。いくつか紹介しましょう。

●単なる「無添加」の表示

パッケージに大きく「無添加」と示されていると、一部の添加物の無添加であっても、すべての添加物が使われていないと誤認する人がいます。そのため、「着色料無添加」など、対象を明示するべきとされました。

●人工や合成、化学、天然など

食品表示基準に規定されていない用語を使用した表示

化学物質の安全性は、人工合成か天然自然かでは判断できません。しかし、多くの消費者は天然自然により印象を持っており、「合成着色料無添加」「化学調味料不使用」などの表示は、実際のものより優良である、などの誤認を招きやすい、とされました。

●同一機能・類似機能を持つ食品添加物や

原材料を使用した食品への無添加・不使用表示

保存料の代わりに、同様の日持ち向上効果を持つ添加物を使用し「保存料無添加」と表示するのはいけません(図参照)。また、調味料(アミノ酸等)の代わりに肉や酵母などのエキスを使い「調味料無添加」とうたうのもダメ。エキス類の主成分はアミノ酸で、調味料(アミノ酸等)と同じ物質だからです。

一括表示欄をしっかりと見よう

ガイドラインでは、ほかにも、不適切な「類型」を示しています。関心のある方は消費者庁ウェブサイトでお読みください。ガイドライン遵守は2024年3月末まで猶予されています。事業者は徐々にパッケージの切り替えを進めています。

ガイドラインが策定された当時、「無添加などの表示が禁止されると、消費者の選択の権利が奪われる」という声が出ました。しかし、それは誤解。事実在即し、誤認を招かないのであれば、無添加表示も可能です。そもそも、食品原材料や添加物の使用の有無は、一括表示欄で確認できます。裏や側面にある、法律で規定された一括表示欄をしっかりと見てほしいと思います。

ガイドラインで「消費者の誤認を招きやすく
食品表示法違反のおそれがある」とされた類型の一例



一括表示欄の原材料名の/の後が、使われている添加物。グリシンと表示されている。グリシンも、保存料と同じように日持ち向上に働くため、こうした「保存料無添加」表示は、実際のものよりも優良または有利であると誤認させるおそれがある、とされた。
出典：消費者庁 食品添加物表示に関する情報
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/food_sanitation/food_additive/



まつなが わき
松永 和紀

科学ジャーナリスト。京都大学大学院農学研究科修士課程修了。新聞記者として10年間勤めたのち独立。食品の安全性や環境影響について執筆や講演活動を続けている。
2021年7月より内閣府食品安全委員会委員。
※本記事は所属する組織の見解を示すものではなく、個人として執筆しています。

子どもの「遊び食べ」

幼児期は好奇心が旺盛で、興味を引かれるものへ次々に気持ちが移ります。まだ集中力が続かず、食事中に席を立って動き回ってしまうこともあります。まずは玩具を片付け、テレビなども消して、食事を持続できる環境を作りましょう。その上で、どんな「遊び食べ」をしているのかをよく見て、対応を考えます。

「遊び食べ」によくあるのは、料理を手や指、食器でベチャベチャと潰す行動です。初めて食べる料理や食品に対して多く見られます。最終的に口へ運ぶようであれば、料理の固さや大きさ、感触などを確かめながら食べたいのかもしれませんが、少しの間見守ってから、遊ばず食べるように導いてあげましょう。

逆に、いっこうに口へ運ばないようであれば、お腹が空いていないのかも知れません。食前に何か食べさせなかったか、思い返してみましょう。「おやつが多かった」「おやつを食べてから時間が空いていない」という場合、食欲がわかず料理をいじり回すだけになります。何回か食べるように促しても嫌がるようなら、無理に食べさせず、あとから小腹が空いた場合に備えて小さなおにぎりを作って、料理は片付けましょう。そして、食前に与えるものを見直し、次からは食事に影響しない量やタイミングで与えるようにします。

また、わざと食べ物を床に落としたり、投げたりすることもあります。まだ「食べ物で遊んではいけない」とわかりませんから、拾ってもらうのが楽しくて、遊び



になってしまうのです。その際は「ダメ」とだけ叱ったり「せっかく作ったのに悲しいよ」と泣きまねをしたりすると、その反応が面白くて繰り返すこともあります。なかなか理解してくれなくても「落としたり投げたりしたら食べられなくなってしまうよ」と、繰り返し優しく教えてあげましょう。

「遊び食べ」は2~3歳の成長過程ではよくあることですが、料理を好きにだけ玩具にしてよいわけではありません。ダラダラと遊ばせず、食事のマナーを伝え、食べないようなら「ごちそうさまにしようか」と同意を得てから、片付けるようにしましょう。

さらに、食事をお子さん一人で食べさせるのではなく、家族と一緒に食べることも大切です。

幼児期は、一緒に食事をする家族の様子をお手本に、食べ物が玩具ではないことや、食事のマナーを学んでいくのです。

Recipe

お豆腐ナゲット

手づかみで食べやすく、お子さんの好みに合わせてアレンジもしやすいです。お子さんがお好みのソースを自分でつけて食べるのも楽しめるとおもいます!

- 《材料》(約10個分)
 鶏むねひき肉 150g
 木綿豆腐 1/2丁(150g)
 玉ねぎ 50g
 卵 1/2個分
 鶏がらスープの素 小さじ1
 片栗粉 大さじ2
 揚げ油 適宜
- バーベキューソース
 トマトケチャップ 大さじ1
 中濃ソース 小さじ1
- ハニーマスタードソース
 はちみつ 小さじ1
 粒マスタード 大さじ1
 マヨネーズ 小さじ1
 しょうゆ 小さじ1/2

- 《作り方》
- 豆腐はキッチンペーパーで包んで水気をきっておく。
 - ボールにひき肉と①の豆腐を入れ、豆腐をつぶしながら混ぜる。
 - 卵、鶏がらスープの素、片栗粉を入れ、ねるようによく混ぜる。
 - フライパンに1cm程度の揚げ油を熱し、③を成形しながら入れていく。中火で、こんがりきつね色になるまで両面揚げる。
 - ソースの材料を合わせておく。
 - 揚げたナゲットにソースを添えて盛り付ける。



※はちみつは1才未満のお子さんには与えないでください。

フリーク 趣味のお話

おたよりでつながる

リアンのひろば

我が家のレシピ クチコミ

テーマトーク

「私のやる気スイッチ」

●あつたか〜いお風呂につかって目をつむりフーッと息を吐いた時、何か降りてくるんです!!仕事で行きづまった時、そうするといつもアイデアが浮かび、やる気スイッチがオンになるんですよ〜。不思議です。 砺波市 naopeeさん



●「上手やね」「すごいね」と言われたらテンションが上がって頑張れます!褒められたら伸びるタイプだと自分で思っています(笑) 高岡市 しおママさん

●声を出して自分に「やる気スイッチオン!」と叫び、「アレクサ!やる気の出る音楽を聞かせて!」と言うとハッピーな曲を流してくれます。その曲を聴きながら家事をすると段々とやる気が加速してはかどります。 高岡市 みいさん



●化粧すると「よし!」ってなります。大事な日はアイラインをキリッと入れて気合入魂。お休みの日はすっぴんでリラックス。 富山市 ラスカルさん



●小6の息子です。仕事でもややもやしたりやる気がでないときでも息子なら「大丈夫。お母さんは頑張ってるよ」と言ってくれるのはわかっているので切り替えて頑張れます。 滑川市 F.Oさん

●朝の歯磨き、洗顔。そして、ゆっくり白湯を一杯いただきます。さっぱりした後、数分のリラックスタイムが、やる気スイッチをオンしてくれます。自然とからだは動きます。 射水市 みっちさん

●朝一番にCO・OPのドリップコーヒーを手間暇をかけていねいに淹れます。この一杯のコーヒーで私のやる気スイッチが今日も入ります。 滑川市 ががさん



●子供とハグをすることです。家事や仕事など面倒なことは後回しにしがちな私ですが、お母さん頑張るよ!という思いも込めてハグします。 入善町 ズボラママさん



●いまだに見つかっていません!!(笑)どこにあるの〜!?私のスイッチー!! 富山市 のっちさん

フリートーク

●2歳半の息子と花火を見ました。甚平を着て、花火の音と大きさ、キラキラ輝くさまを初めて見た息子。ほんとうに嬉しそうでした!すてきな夏の思い出になりました。 魚津市 伊東さん



●先日、レトルトのビーフシチューを食卓に出しました。とてもおいしかったのですが…レトルトだと言わず自分で作ったと言ってしまい少し反省しております。娘にまたビーフシチュー作ってと言われて…困ります。本当のことを言うべきか…隠し通すべきか…。 富山市 はひふへほっちさん

●北海道へ行ってきました。涼しかったのに帰る3日前から暑くなり(30~32℃)、なんで?と思ったら、富山へついたらそれどころではありませんでした。37℃がずーっと続いていて!きっと体をなじませるための暑さだったんだと悟りました。 富山市 リーちゃんさん

●最近歯医者さんデビューした息子。さっそく影響を受け、「おとなになったらはいしゃ、になる」と言うようになりました。歯医者さんごっこもブームで、この前私の診察をしてくれ、一言。「ママの、は、はでっかいですね〜」まさかの診察結果に笑ってしまいました。 高岡市 おばけママさん

●最近のマイブームが、トマトです。食後に、甘いデザートや果物を食べるよりも、冷やした大きいトマトを、薄切りにして食べると、すっきり満足します。おすすめです。 富山市 ナットウさん

●やっと実った恐らく最後の一本になるであろうプランターのきゅうりが、帰宅するとなくなっていました。出かける時にカラスが塀の上にとまっていたので、食べられてしまったかもしれません。美味しかっただろうな(涙) 富山市 ポムポムプリンさん

●夏休み、宿題の提出期限を意識しない子ども達にイライラ。自分の子ども頃はどうかしら?と思い返せば、最終日に泣きながら宿題をしたような…。親は忍耐強く見守ってくれたのだなあと思います。 富山市 てるさん

●今年の夏は猛暑日続きで体がしんどかったけれど、洗濯物がカラリと干せて、その点に関してはストレスなく過ごせました。 立山町 ゆきうさぎさん



リアンバックナンバーはこちら

これいいね! NICE

子持ちからふとししゃも

●からふとししゃもです!生協のからふとししゃもはたまごがたっぷり入っていてとても好きです。子どもも喜んで食べます! 富山市 ゆーさん



甘酒ストレート

●飲む点滴と言われる甘酒、中でも南日味噌醤油さんのが好きです。冷たい牛乳で割って飲むのが気に入っています。やさしい甘さで空腹時に飲むと食欲が抑えられダイエットにもおすすめです。 富山市 kankichi君さん



めっちゃうまいからあげ

●ネーミング通り、めっちゃうまいです!お肉がジューシーで大きめの食べごたえのあるからあげでごはんにも合い、おつまみにもなる優れものです。 富山市 今川さん



日本のいちじくジャム

●プレーンヨーグルトに「日本のいちじくジャム」を加えて食べてみました。とてもおいしくなり、アイスクリームの代わりにもなります。一度お試しください。 富山市 さくらさん



ざくろジュース

●ある番組でざくろは老化予防、美肌、健康、むくみ取りなどに良いと紹介されていたので、スーパーを探しましたが、100%ざくろジュースが見つからずがっかりしたタイミングでチラシに出ていました。飲みやすくつい飲みすぎてしまいますが、毎朝飲むコップ1杯が1日の活力になっています。 富山市 ひろさん



スライスチーズ

●我が家ではCO・OPスライスチーズを常備しています。この厚さ、味、使い勝手のよさは市販品で他に会ったことがありません。そのままおやつやおつまみに、サンドイッチやトースト、焼きカレーのトッピングに重宝しています。個包装がきれいに取れるのもGOOD! 小矢部市 まろんさん



お便り募集! 「今年一番おいしかったもの」

フリートーク、おすすめ商品情報、レシピ、イラストや写真の投稿もお待ちしております。

掲載者には「CO・OP 玉子とじ用こうや豆腐」をプレゼント!

※投稿は内容を変えない程度に修正する場合があります。おたより、レシピはとやま生協のSNSでも紹介する場合があります。

※写真・イラストは返却いたしません。スマートフォンでの投稿はこちらから

投稿は16Pのおたよりカード または WEBで!



みんなの声を聞かせて！

いただいたご質問にお答えします

Q 洗剤がほかの雑貨品とまとめて一袋に入っていたため、洗剤のにおいがほかの商品に移っていました。何かいいお届け方法はありませんか。

A 洗剤のようなニオイの強い商品は、別の袋に入れてお届けできればよいのですが、現状の仕組みでは対応できていないのが実情です。しかし、ニオイの強い商品の「移り香」のお申し出は、ほかにもいただいており、対策について検討してきました。

ニオイの強い商品は、「ニオイを通さない袋」に商品を入れてから、個人別仕分けができないか検討しています。この作業には袋代金や袋に入れる作業員の人員費などが発生することから、現時点では検討段階であり、実施の時期や可否などは決まっていますが、組合員のみなさんの声を受け止め、問題意識をもって改善に取り組んでまいります。

Q 欠品があると困ります。欠品の案内があつてからでは買い物に行けません。代替品でもいいから欠品のないようにできませんか。

A 生協では「ご注文いただいた商品はすべてお届けする」という基本のもと、商品の調達・仕入れをすすめております。ただ、ご用意できる数量以上の注文を受けることや、急な自然災害や天候不順により商品が揃わないなど、不測の事態が生じる場合があります。農産品については、やむを得ず欠品となる場合もございますが、基本はほかの産地の農産品を代替品でお届けします。（お気に召さない場合は返品を承ります）

しかし、ほかの商品（加工品）については商品毎に仕様を点検・管理していること、また、ほかのメーカーで類似品を取り扱っているとしても在庫があるとは限らず、急な追加製造も難しく、代替品を手配しお届けすることは難しいです。

今後も欠品が発生しないように製造メーカーと共に連携して取り組んでまいりますので、万が一欠品になった場合はご理解をお願いいたします。

eフレンズに登録すると、事前に欠品・遅配のお知らせメールが届きます。ご利用をご検討ください。

SDGs Journey 18

誰も取り残さない世界を目指して

目標13: 気候変動に具体的な対策を

とやま生協のSDGsの取り組み

気候変動に今すぐ対策を取らなければならない

近年、過酷な猛暑、「JPCZ（日本海寒帯気団収束帯）」による大雪、台風や集中豪雨の頻繁な発生など、気候が変わったことに気づかされます。今年7月には富山県でも、数時間にわたりほぼ同じ場所で豪雨をもたらす「線状降水帯」が発生し、大きな被害が出ました。原因は地球温暖化と考えられています。

- ・温暖化により台風の大型化、自然災害による被害の激甚化が進んでいる。
- ・海水温の上昇が水の体積を膨張させ、海水面の上昇につながっている。低地が水没すれば、そこに住む人・生物が住む場所を失う。

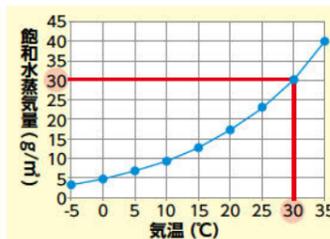
温暖化が進むとどうして災害につながるのか

気温が高くなるほど空気を含むことができる水分量（飽和水蒸気量）が増えます。温暖化が進むと大気を含む水分量が増え、その水分が雨となり、大雨につながります。

また、海水温が高くなると台風が発生しやすい条件が揃いやすくなり、台風の大型化につながっていきます。



出典：日本気象協会 tenki.jp



→STOP!温暖化

温暖化の原因の一つは、二酸化炭素(CO₂)排出量の増加。二酸化炭素(CO₂)排出量削減が求められている。

生協と一緒に

あなたにできる取り組み たとえば…

- ・ときには自家用車使用を控え、徒歩で出かけたり、シェア（相乗り）したり、公共交通機関を利用したりする。（お買い物は生協におまかせ！）
- ・「みんなで節電アクション」
ご家庭で節電に取り組み、節電結果をご報告いただく活動です。地球温暖化対策の具体的な行動を身に付けることを目指します。毎年8月頃にご案内していますので、ぜひご参加ください。

2023年 とやま生協 「みんなで節電アクション」



冬に備えて定期登録しませんか？

安心
便利な

灯油宅配



- 毎月定期的にお約束した日に満タン給油に伺います。
- 定期の灯油価格は、通常価格より1リットルあたり3円お得です。
- 冬期のみのご利用でも登録できます。
- ポリ容器は3缶50リットル以上からご利用できます。
※ポリ容器での定期配達、シーズンごとに登録が必要となります。
- 地域によって配達曜日が決まっています。

お留守でも配達します



配達料無料



ポリ缶3缶(50リットル)から配達します



ご注文方法 (有) とやませいきょうサービスへお電話ください。
☎0120-20-4761 (月～金曜日/9:00～18:00)



とやまレインボーファームの旬だより

これからの季節は
地場産白ねぎが
おすすめです

9月の畑の様子



とやまレインボーファームは2022年4月、とやま生協と北陸ポートサービスが共同出資してとやま生協のグループ会社として発足しました。堆肥を作る北陸ポートサービスと堆肥を共同で開発し野菜を栽培しています。

今年の夏は猛暑日が続きましたが、畑の夏野菜達は何とか乗り切ってくれました。現在は、秋野菜（カブ・白ネギ等々）が元気に育っています。

組合員の皆さまに『おいしい』と言ってもらえる秋野菜をとやまレインボーファームスタッフ丸となり育てています。ぜひ一度お試しください。

とやまレインボーファームの野菜は「スマイルコープ」で企画中!



ゴエちゃん(スタッフの川越さん)マークが目印です

福祉のへや

Q. 福祉施設では日常的な介護のほかに、どのようなことをされていますか。

A. 機能訓練を意識した活動や、季節を感じていただく活動、利用者さんの本来の性格やペースに合わせ、その方のやりたいことを引き出すコミュニケーションを心がけています。今年の夏、輝 城東では利用者の皆さんが七夕飾りを作成し、願いを込めて短冊を書きました。誕生祭では中庭で流しそうめんやスイカ割りをし、ご家族も一緒に楽しんでいただきました。普段から利用者の皆さんが興味を持っておられることを伺い、普段の生活に取り入れることもあります。そのうちのひとつが天然素材の竹を使った青竹踏みです。足裏の血行をよくする効果があり、天然素材を使うことで利用者さんの興味を引き出すことができ、会話が弾んでいます。今後も竹で遊び道具を作る企画など、みなさんに楽しんでいただけるよう、職員がアイデアを出し合っています。



介護に関する不安やお悩み、ちょっとした疑問にお答えします。
お問合せはこちらから



とやませいきょう輝 城東 [高岡市城東] のご利用のご相談は ☎0766-30-2071

コープでくみかつ

～組合員活動情報～

参加申込みされた方には事前に連絡を差し上げます。連絡がない場合はお問い合わせください。

募集

富山ブロック 迎春試食会

詳細は10月16日(月)～の週に配布のチラシをご覧ください。
開催日/①11月1日(水) ②11月6日(月) ③11月8日(水)
申込締切/10月27日(金)
開催場所/①堀川事務所 ②北部センター ③富山センター
主催/富山ブロック宅配活動委員会
参加費/無料



東部ブロック 迎春試食会

詳細は9月18日(月)～の週に配布の東部組合員活動チラシをご覧ください。
開催日/11月1日(水) 11:00～12:45
申込締切/10月13日(金)
開催場所/東部センター多目的室
主催/東部ブロック宅配活動委員会
参加費/無料
定員/100名



参加申し込みはコールセンター ☎0120-555-192 もしくは [こちらから](#)➡

西部ブロック 迎春試食学習会

詳細は10月9日(月)～の週に配布のチラシをご覧ください。
開催日/11月1日(水) 11:00～13:00
申込締切/10月20日(金)
開催場所/西部センター 多目的ホール&調理室
主催/西部ブロック宅配活動委員会
参加費/無料 定員/100名程度



富山ブロック 人生会議

将来、自分自身で自分の事を
決められなくなった時に備えて

開催日/11月13日(月) 10:00～12:00
申込締切/11月3日(金) 開催場所/富山センター
主催/富山ブロック福祉活動委員会
講師/富山西総合病院の看護師さん
託児の有無/あり(1歳児以上) 定員/30名
参加費/無料



募集

オンラインこ～ぶ会

〈11月のテーマ〉

「乾燥・手荒れ予防のハンドマッサージ&健康法座談会」

生協のことや、くらしの中の色々なテーマで、月1回のペースで「おしゃべり」をオンラインで楽しんでいます。お手持ちの乳液やハンドクリームを用意してご参加ください。
※Zoomミーティングアプリを使います。初めてアプリを使われる方で、事前練習を希望される場合はお知らせください。

開催日/11月15日(水) 10:00～11:00

申込締切/11月8日(水)

主催/組合員活動支援グループ

参加費/無料

定員/10～15名

申込みはこちら↓



募集

第3回コープでわくわく講座 「みんなの満足度が高まる話し合いのコツ」 ～楽しく学べる入門講座～

地域や学校、職場などの集まりに活かせる、発言しやすく本音で話し合えるようになることを目指した初心者向けの楽しい講座です。



申込みはこちら↑

開催日/11月23日(木・祝) 10:00～12:00
申込締切/11月10日(金) (web応募は11月12日(日)まで)
開催場所/①富山センター ②東部センター ③西部センター
④自宅からリモート参加 (講師は会場①に来場)

主催/組合員活動支援グループ 講師/ひびのあゆみ氏
託児の有無/あり(富山会場のみ・1歳以上) 参加費/無料
定員/①富山センター30名 ②東部センター20名
③西部センター20名 ④自宅参加40名

募集

福島視察交流ツアーへ参加しませんか

東日本大震災から12年が経過した被災地の視察・交流を通じて、被災地の今を知り、今後の支援について考える「福島視察交流ツアー」を行います。現地ではみやぎ生協・コープふくしまの方がバスへ同乗し、これまでの復興の取り組みについて説明を聞きながら視察します。

開催日/12月1日(金)～2日(土) 募集人員/25名 申込みはこちら↑

主な視察先/大震災・原子力災害伝承館、震災遺構・請戸小学校、りんご狩り(生産者応援のため)、等

参加費/一人21,000円(バス代、1泊2食の宿泊費、見学・体験料を含む)

※参加費の一部には東日本大震災復興支援募金があてられ組合員の代表として視察に参加します。

※10/2(月)～10/6(金)に配布のチラシまたはホームページをご覧ください。



◀◀その他、参加募集中の組合員活動イベントの情報はホームページでご覧いただけます

報告

西部ブロック 夏休み!親子で自然体験学習

主催:西部ブロック環境委員会 参加者:28名

8月17日(木)、「NPO法人自然環境ネットワーク・射水市ビオトープ協会」のみなさんにご協力をいただき、里山ビオトープ(射水市)と富山県自然体験博物館ねいの里(富山市)で「夏休み!親子で自然体験学習」を行いました。

午前中は、野鳥を保護するための「巣箱づくり」や防草効果などがある竹チップを作る体験、植樹体験を行いました。巣箱づくりでは、参加者のみなさんがスタッフに作り方や釘の打ち方のコツを教えてもらいながら、「真上から叩くと綺麗に釘が刺さるよ」などと声を掛け合い、楽しみながら巣箱を完成させることが出来ました。



巣箱の見本を確認しながら仕上げにかかります



植樹体験。スコップで穴を掘るのが思いのほか大変...

午後からは「富山県自然体験博物館ねいの里」で水生生物の観察を行いました。

まずは「ねいの里」スタッフの方から外来生物とは何か、何が問題になっているのかなどを教えていただき、次々見せられる生物の写真に、子どもたちは名前を当てるのに夢中。

池を周り、泳いでいる生き物を捕まえたあと、スタッフの方から捕まえたのはどんな生き物なのか説明していただきました。事前に仕掛けていた罠にかかっていた生き物も含めると、ギンブナやウシガエルのオタマジャクシなどたくさんの水辺の生き物を見つけることができました。捕まえた生き物を仲間のところへ返してあげて、自然観察は終了しました。

とっても盛りだくさんな一日に、参加した子どもたちはとても楽しそうでした。



こんな生き物があるんだね!

報告

富山ブロック 男の料理教室「カレーを作ろう」

主催:呉羽・五福地域会 参加者:12名

8月24日(木)、富山センター調理室にて男の料理教室「カレーを作ろう」を行いました。

講師は呉羽・五福地域会の男性メンバー。普段から料理をしている男性が考案したレシピをもとに「スパイスカレー」と「夏野菜カレー」の2種類を作りました。

参加した男性の中には「普段全く料理をしない」という方もいて、少し緊張した面持ち。食材を無駄にしない切り方など、料理の際のコツをベテラン主婦の組合員さんから教えてもらいながら、丁寧に調理をすすめました。

下味をつけるため塩を振りかける際には、普段料理をしない参加者が恐る恐る塩を振る様子に、「もっと思い切り

振らんと味つかんよ」とアドバイスされる場面も。

できあがった夏野菜カレーは野菜の甘みがたっぷり詰まって、食べやすい辛さ。ピリッとした辛さの本格的なスパイスカレーは、食べると体の中から熱くなり、「暑いねー」と言いながらも、皆さんとても楽しそうな顔で召し上がっていました。

参加者の中には、普段料理をしない旦那さんとご夫婦で参加された方もおられました。「家で自分が教えるのってかかになりそうだから、こういう機会があってよかった」との感想もいただきました。



玉ねぎの切り方を教わります



フライパンを囲みながら和気あいあいと調理



2種類のカレーを美味しくいただきました

とやませいきょうまつり

in富山

開催日/10月21日(土)
11:00~14:00
会場/富山センター(富山市金屋555)

ステージイベント
よさこい演奏
コーラス・アカペラ・
ちびっこダンスなど

お楽しみ抽選
受付でアンケートに
答えて応募してね!
(プレゼントは後日お届けします)

飲食コーナー
CO・OPの駄菓子屋さん
遊べる
ちびっこコーナー
もあるよ!!

**生産者直売
コーナー**
30社参加!

in東部

開催日/10月28日(土)
10:30~14:30
会場/東部センター(魚津市本江2914-2)

ステージ企画
オープニング
[CHIKO]コンサート
よさこい・フラダンス など

キッチンカー
ラーメン・どんどん焼
など

販売コーナー
コープ商品
生産者やメーカーの
販売試食

子どもの遊び場
バルーンや輪投げで
遊ぼう!!

まつり会場でフードドライブを実施します。

フードドライブとは、家庭で眠っている食品を持ち寄り、フードバンクを通して地域の福祉団体や施設に寄付する活動のこと。

集めるもの

- 賞味期限が1か月以上ある食品で未開封のもの
- レトルト食品や缶詰、乾物・常備品
- おむつなどの未開封の日用品
- 冷凍冷蔵品や生もの、アルコール類はご遠慮ください。

2024年4月デビュー!

プライベートブランド商品 「とやま生協 こしひかり」のお米が 決定しました!

6月から7月にかけて全ブロックの組合員活動で候補となる3種類のお米を試食していただきました。

選ばれたお米

生産者 (株)クボタファーム紅農友会
お米の産地 富山県高岡市佐野
庄川の伏流水が流れている水に恵まれた地域です。

試食参加人数
330名

総合評価	Aのお米 560点	Bのお米 483点	Cのお米 537点	1位=3点 2位=2点 3位=1点 で算出
------	------------------	------------------	------------------	--------------------------------

東部ブロックでの試食会

各ブロックのとやませいきょうまつりで、「とやま生協 こしひかり」のパッケージを選ぶ投票を行います!ぜひ遊びに来て、投票してください! ※西部ブロックは9月30日に開催済み

富山県産こしひかりだけでもいろいろな特徴があることにびっくりしました。3種類の食べ比べができて楽しかったです。

どのお米も美味しかったですけど、Aが一番甘みがありバランスが良かったです。

自宅や職場で!生協商品を囲んでおしゃべりしよう!

おしゃべり Café

おしゃべりCaféを開催して「おしゃべりメモ」を提出すると代表者へ**500ポイント**プレゼント!!

開催方法

- ①代表者(組合員)がおとな3人以上で集まる日を決めます!
(みんなで試食する生協商品を注文しておきます)
- ②おしゃべりCaféを開催しよう!
開催期間:10月2日(月)~12月3日(日)
生協商品を囲みながら、料理の話、家族の話、健康のことなど何でも楽しくおしゃべり。
- ③おしゃべりメモを提出すると後日代表者へ500ポイントプレゼント!
(宅配事業のご利用に使えるポイントです。代表者に付与します)

さらに!おしゃべりメモをwebフォームから入力&開催風景の写真を添付していただくと追加で**200ポイント**プレゼント!(開催期間内の提出分のみ)

詳しくは
10/2(月)~10/6(金)配布のチラシをご覧ください。

Instagramで! 購入品紹介キャンペーン

Instagramでハッシュタグ「#とやま生協購入品紹介」をつけて、とやま生協で購入した商品を紹介しよう! Instagramを担当している広報グループのスタッフも、実際に購入した商品をリアルタイムでご紹介!今まで知らなかったおいしい商品に出会えるかも!?

キャンペーン期間:10月9日(月)~10月20日(金)

応募方法

- ①Instagramでとやま生協広報アカウント(@toyamacoop)をフォロー
- ②「#とやま生協購入品紹介」をつけて、購入した生協商品を投稿!おすすめポイントやお気に入りの理由も紹介してくれると嬉しいです!

投稿してくれた方の中から、抽選で**3名様に「COOP 焼きほぐし鮭フレーク」**をプレゼント!

※プレゼント当選者にはとやま生協アカウントからDMでご連絡させていただきます。

みなみ店のお知らせ

10月
26日(木)
10月
27日(金)
10月
28日(土)

ポイント2倍セール開催

フードドライブ 常時受付中!

家庭で眠っている食品を持ち寄って福祉団体などに寄付する「フードドライブ」を行っています。食品はどなたでもお持ちいただけます。みなみ店へお立ち寄りの際は、ぜひご協力ください。

集めているもの

- 賞味期限が1か月以上あり、未開封の食品
- レトルト食品や缶詰、乾物・常温品
- おむつなど未使用の日用品

これまでのフードドライブ ご報告

食品を寄付した「若者生きづらさ寄り添いネットワーク協議会」から、感謝状をいただいています。これまでご協力くださった皆さま、ありがとうございました。

お寄せいただいた食品(重量)

5月/40kg	7月/18kg
6月/24.5kg	8月/11kg

ホームページからみなみ店のチラシ情報がご覧いただけます。

7月度 リサイクル回収

種別	商品カタログ	通い箱の内袋・注文書袋(ポリ袋)	
回収率	69.9%	19.8%	
回収量	195t	1.6t	
種別	牛乳パック	卵パック	食品トレイ(白のみ)
回収量	1.3t	2.0t(4~6月分)	212kg

※回収率は商品カタログと通い箱の内袋・注文書袋のみの集約となります
カタログが入っていた透明袋も回収しています。

理事会だより

《第4回》開催日/2023年8月23日(水)

承認・協議事項

- 2023年度7月度の事業・活動および経営報告
全事業合計は13億6,309万円でした。第3期の総代選出を開始しました。
- 輝かみいいの建設業者決定の件
輝かみいいの施設工事の一般競争入札結果を受け、建設業者を決定し承認されました。
- 新店舗事業政策補強の件
新店舗事業に関する組合員調査の報告に基づき、新店舗事業政策の補強案について協議しました。

事業報告 2023年7月現在

組合員数/138,166人 出資金/87億2,138万円

- 全事業合計 55億6,074万円(計画比100%)
- 経常剰余金 ▲4,120万円

事業分野別実績

宅配事業  51億3,522万円 (計画比100%)	配食事業  1億4,759万円 (計画比101%)
福祉事業  1億5,368万円 (計画比101%)	共済事業  4,886万円 (計画比102%)
店舗事業  7,198万円 (計画比109%)	太陽光事業  339万円 (計画比92%)

組合員コード	よかった・面白かったと思うコーナーに3つまで <input checked="" type="checkbox"/> をつけてください <input type="checkbox"/> 今月のピックアップ <input type="checkbox"/> 特集企画「農産物流センターをのぞいてみよう」 <input type="checkbox"/> 暮らしのコラム <input type="checkbox"/> 子育て通信「笑顔のたね」 <input type="checkbox"/> おたよりでつながる「リアンのひろば」 <input type="checkbox"/> これ いいね! <input type="checkbox"/> みんなの声を聞かせて! <input type="checkbox"/> SDGs Journey ~誰も取り残さない世界を目指して~ <input type="checkbox"/> 福祉のへや <input type="checkbox"/> コープでくみかつ <input type="checkbox"/> インフォメーション <input type="checkbox"/> 機関運営報告 <input type="checkbox"/> レッツクッキング
組合員名	
ペンネーム	おたより記入欄 <input type="checkbox"/> テーマトーク 「今年一番おいしかったもの」 <input type="checkbox"/> フリートーク <input type="checkbox"/> おすすめ商品 <input type="checkbox"/> レシピ投稿
年代(○をつける) ~ 30代・40代・50代・ 60代・70代~	
電話番号	
在住市町村名	
クイズの答え	

切り取って提出してください。

※ペンネームの記入がない場合は苗字を掲載します。

お預かりした個人情報は、機関誌リアンに関連する業務にのみ使用します。

QUIZ クイズ

問題 「きのこ四姉妹」はえのき・まいたけ・
○○○○・しめじのセット

締め切り 10月20日(金)

10月号のクイズ正解者の中から抽選で20名に
「 玉子としめじ用こうや豆腐」をプレゼント!



8月号 クイズの答え

答え **炭火** で焼きあげる

応募総数379通、正解者数373通でした。
当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。
※プレゼントは10/2(月)~10/6(金)の週にお届けしています。

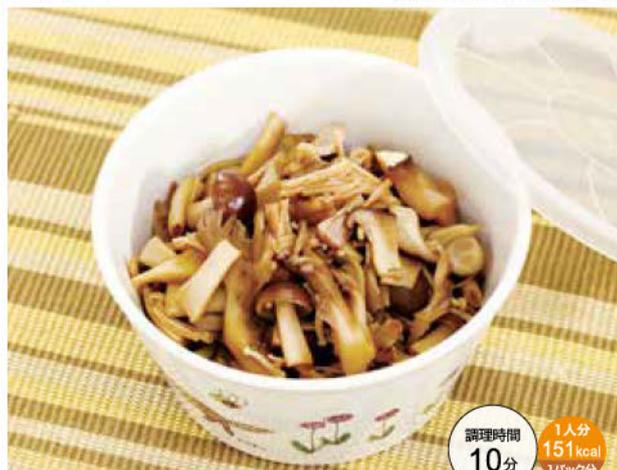
WEBでの
クイズ・おたより投稿は
こちらから!



1分で見られる! *

レシピは動画でも
ご覧いただけます!

とやま生協の商品を使って作る
レッツクッキング
水見市 芽衣ちゃんさん 投稿レシピ
レシピ監修/管理栄養士 大畑 洋子
(有限会社 食のコンサルタントブーク)



調理時間
10分
1人分
151kcal
1パック分

Let's Cooking

食物繊維たっぷりて菌活にびったり♪

きのこの佃煮ストック

【材料(作りやすい分量)】

きのこ四姉妹…………… 1パック
酒…………… 大さじ1
醤油…………… 大さじ2
砂糖…………… 大さじ1/2
みりん…………… 大さじ1

【作り方】

①きのこ四姉妹を食べやすい大きさに切る。
②鍋にAときのこを入れて、中火にかける。
③煮立ってから約3~4分づつと煮る。

※お好みのきのこ1種類からでもおいしくできます。

POINT!!
煮汁が少し残る程度に仕上げると、
味がしっかりします。

冷や奴やご飯にのせる、チャーハンに入れるなど、作り置きしておくといろんな料理に使えます。

普段ご家庭で作っているカンタンレシピを大募集中! (分量も適当でOK!)



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。