



今月のピックアップ商品 2-3P

## COOP ハチバンの焼きぎょうざ

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 4-5P 【特集】商品検査をのぞいてみよう                        | 11P お知らせ、福祉のへや                 |
| 6P 暮らしのコラム「子どもの生活リズム」                        | 12-13P わくわくを見つけにいこう!「コープでくみかつ」 |
| 7P 子育て通信『笑顔のたね』<br>「離乳食作りの負担を軽くする工夫」         | 14-15P インフォメーション<br>機関運営報告     |
| 8-9P おたよりでつながる『リアンのひろば』<br>商品口コミコーナー『これいいね!』 | 16P リアンおたよりカード/レッツクッキング        |
| 10P みんなの声を聞かせて!<br>『SDGsアクション!』#3            |                                |

# COOP ハチバンの焼きぎょうざ



## コープ北陸の オリジナル焼きぎょうざ

北陸ではおなじみ「8番らーめん」の(株)ハチバンが作る「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」。おいしさの秘密、生協商品ならではの工夫について、(株)ハチバンの若林さんにお話を伺いました。



「毎日食べても飽きない味」をコンセプトに、素材と品質にこだわった餃子です。

(株)ハチバン  
若林さん

商品カタログ「コープファミリー」で企画中!!

**COOP**  
ハチバンの焼きぎょうざ  
450g(30個)  
税抜478円(税込516円)



7月3日 注文番号 814

環境に配慮して  
プラスチックトレーを  
なくしました



たっぷり30個入り!  
冷凍だから  
食べたい分だけ調理できる



## お店の味により近くリニューアル

「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」は、北陸でおなじみのラーメンチェーン店「8番らーめん」の(株)ハチバンが作っています。2004年から生協で企画がスタートしたのち、好評だったため2005年に北陸3県の組合員とともに食味テストを行い、さらにおいしくリニューアル。コープ北陸のオリジナル商品としてデビューしました。

2024年4月に再びリニューアルされ、よりお店の味に近くなったそうです。

「具材の肉が、以前使用していた加熱済みの肉から生肉になったので、ご家庭で焼く際に初めて加熱されることになります。加熱済みの肉を焼くより、生から焼く方がジューシーでおいしいんです」と若林さん。

以前は冷凍食品を作る際の微生物に関する規制をクリアするのが難しく、生肉を使うことができませんでしたが、保管や製造技術の向上により、お店と同じように生肉を使った冷凍餃子をお届けできるようになりました。

また、生肉を使うようになったことで、これまでつなぎの役割で入れていた卵が必要なくなり、卵アレルギーが削除になりました。

「おいしくなっただけでなく、卵アレルギーがある人にも食べていただけるようになり、より多くの方に利用の機会を広げることができました」

## 生協オリジナル商品だけの工夫

一つ目の工夫は皮。「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」は、カリッと焼けて、かつ、もちっとした食感になる小麦を選んで作っています。そして、お店の餃子の皮よりやや厚め。1/100mm単位の違いですが、ご家庭のフライパンで焼いた時においしくなるように細やかに調整されています。

二つ目は具材。「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」には椎茸が入っています。(株)ハチバンの商品づくりのコンセプト「毎日食べても飽きない味を」を大切に、椎茸が持つうま味やほかの野菜の味・食感を引き出し、幅広い年齢層が楽しめる味付けになっています。

## 「毎日食べても飽きない味」は アレンジ自在!

名前の通り焼き餃子が一番おいしい「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」ですが、そのまま焼く以外の食べ方もいろいろ楽しめます。

「やってみておいしかったのは、チーズ焼き餃子です。通常通り蒸し焼きにし、焼きあがる直前にとろけるチーズをかけます。最後にチーズをかけることで、チーズが溶けても焦げ付きません」

ご家族みんなで楽しめる「COOP ハチバンの焼きぎょうざ」。お気に入りのアレンジやつけダレを工夫して召し上がってみてください。



## いろいろな食べ方を楽しんでみよう!

### つけダレ編

#### ごまだれ

ごまの香ばしさやまるやかさが餃子のお肉の味にマッチします!



#### お酢と柚子胡椒

お酢の酸っぱさ、柚子胡椒の香りとピリッとした辛味でさっぱり食べられます!



### リメイク編

焼き餃子にして残ってしまった時は、揚げ餃子にするのがおすすめ。焼き餃子にしたときに皮が水分を含みもちりするので、揚げると皮のモチ×カリ感がより楽しめます♪  
揚げ餃子はお弁当にもおすすめ!  
凍ったまま揚げても揚げ餃子を作ることができます。



### 料理法編

ゆで餃子は暑い日でもつるつと食べられます♪



↑ゆで餃子・揚げ餃子の作り方はこちら

写真はイメージです

特集 食の安全を守る

# 商品検査をのぞいてみよう

とやま生協では、食の安全を守るためにコープ北陸事業連合と連携して「安全確認5業務」に取り組んでいます。今回は、5つの安全確認業務の「商品検査」について詳しくご紹介します！

## 安全確認5業務とは？

組合員のもとへ安全・安心な商品をお届けするために、①産地・原料管理、②商品仕様書管理、③商品検査、④工場点検、⑤組合員お申し出対応の5つの取組みを行っています。

- 産地・原料管理** 産地・業界・行政などのリスク情報収集や産地判別検査の実施など
- 商品仕様書管理** その商品が法律や生協の商品取り扱い基準に適合しているかなどを確認
- 商品検査** 食品衛生法や生協の自主基準を逸脱していないか確認
- 工場点検** 商品を製造している工場の衛生状況や記録の整備状況などを確認
- お申し出対応** 組合員からの商品の品質に関するお申し出を全国の生協と一緒に管理

## 商品検査は2つ

### 微生物検査

食品についている菌が「どんなもの」で「どれくらいあるか」を調べる検査です。例えば、サルモネラ菌や黄色ブドウ球菌など食中毒を引き起こす菌がないかを調べています。

### 理化学検査

農産品や加工食品の残留農薬の分析を行い、残留基準に適合しているか調査しています。ほかに米と肉のDNA検査、ヒスタミン検査、アレルギー検査などを行っています。

## 微生物検査

株式会社アルプに依頼し、新商品やコープ北陸事業連合のプライベートブランド商品、ナショナルブランド商品などを定期的に検査しています。

### 検査している微生物

一般生菌数…食品の微生物汚染の程度を調べる。  
大腸菌、カンピロバクター、黄色ブドウ球菌など…食中毒の原因になる微生物を調べる。

2023年度検査数 6,677品



案内してくれた人

株式会社アルプ  
食品環境部  
高柳さん

みなみ店で販売しているお惣菜も、とやま生協から検査を依頼して安全を確認しています。

## 検査の様子を見せていただきました

Q 検査を行うのはどんな商品？ A 商品カタログに掲載される時点でリスクが高いと判断された商品や、利用者が多い商品、卵や牛乳、豆腐などの日配品を検査します。

- 届いた商品(検体)を、常温や冷蔵など、商品ごとに決められた温度で一定期間保管する。
- 検体を少量取り出し、粉々にして10倍に薄める。
- 無菌状態のブースで検体をシャーレにとり、栄養分を混ぜた寒天で菌を培養する。
- 培養してできたコロニー(菌の集まり)を数えて微生物の数を評価する。



微生物検査は食中毒などの急性的な健康被害を防ぐために重要な検査です。基準を超える菌が検出された際は、すぐにコープ北陸事業連合へ報告します。



白いつぶつぶがコロニー



## 理化学検査

コープ北陸事業連合と石川県立大学が共同で検査の新しい手法を研究しながら、理化学検査(残留農薬検査、DNA検査、ヒスタミン検査、アレルギー検査)を行っています。産直の農産品や新しく取り扱いを始めた商品などを検査しています。



案内してくれた人

コープ北陸事業連合  
安全政策部  
福岡さん

### 残留農薬検査

農産品や加工食品に、定められた基準を超えて農薬が残留していないかを調べる

2023年度検査数 109品

### アレルギー検査

表示にないアレルギーが混入していないか調べる

2023年度検査数 5品

### DNA検査

米や牛肉加工品を中心に他の品種・畜種が入っていないかを判別する

2023年度検査数 7品

### ヒスタミン検査

赤身の魚やこれを原料とする加工食品について「ヒスタミン」が検出されないか調べる

2023年度検査数 11品

米や肉の原料の偽装があったことを受けて始めた検査

グルテンフリーや卵不使用の表示などがある商品を調べ、重篤なアレルギー症状を引き起こすアレルギーが混入していないか確認しています。

検査する項目や対象は、必要に応じて見直しや追加を行い、検査できるものを増やしてきました。

## 残留農薬検査の様子を見せていただきました

Q 残留農薬検査を行うのはどんな商品？ A 産直の農産品で「今季初」のもの、新しく取り扱いを始めた農産品、輸入したカットフルーツやカット野菜などを検査します。

- 届いたサンプル(商品)をミキサーでペースト状にし、試薬を入れる。
- 遠心分離機にかけ、野菜や果物の繊維などと、水、農薬に分離させる。
- 分離した農薬が溶けている液体をろ過して不要なものを取り除く。
- ガスクロマトグラフ質量分析計という機械で、農薬の種類と濃度を検出。



農薬が溶けている上澄みを使います



農薬が検出された場合は、法令で定められた基準を超えていないかを確認します。

分析結果は最終的に人の目で確認します。チェックする農薬の種類は275種類!

Q 基準値を超えて検出された時はどうする？

A まずは再検査を行います。それでも基準値を超えて検出された場合は、公的機関での検査を行うと同時になぜその基準値を超えたのか、使用予定はどうだったのか、などを取引先や生産者とともに調査します。法令違反となった場合は、組合員の購入履歴をもとに回収などの対応を行います。



次々に新しい農薬が開発されているので、検出できる農薬の種類を増やしていきたいです。

生協はさまざまな企業・機関と連携して食の安全を守っています！  
今回ご紹介した商品検査以外の「安全確認5業務」についても動画でご紹介しています。



食の安全・安心



食中毒を防ぐためにご家庭でもできるキッチンのお掃除方法などもご紹介

子どもの生活リズム

安定した生活リズムは、子どもたちの心身の発達にとってとても大切な要素です。

ヒトは24時間を1日とする地球のリズムの上で生活する昼行性の動物ですが、私たちの身体にある生体時計は1日約25時間で動いています。暗室で生活すると起床・就寝時刻が次第に後ろにずれていくことが実験でわかっています。このため生体時計を毎日調整する必要があり、調整に関わるものとして、光、食事、運動、社会的接触などありますが、その中でも最も強い影響を与えるのが、光とされています。毎日、朝の太陽の光を認識することによって脳で生体時計の調整(リセット)が行われています。

睡眠リズムを整えましょう

睡眠には、①身体の発育・成長・修復、②記憶の固定・知識の習得・心の発育、③脳の老廃物の除去など多くの効果があります。睡眠不足や不規則な睡眠リズムは、イライラする、攻撃性が高まる、無表情になるなど、情緒面に影響を与えられています。年齢が低いと攻撃性に現れ、年齢が高いとうつ傾向が出るという調査もあります。



平日と休日の生活時間帯のずれを少なくしましょう

私たちは、平日は学校や仕事などの社会的な影響で早寝早起きになりやすい一方、休日は遅寝遅起きになりやすい傾向があります。平日と休日との睡眠・生活時間帯のずれ(平日と休日との間の睡眠時間の中央時刻の差)を「社会的時差」と言います。社会的時差が1~2時間以上あると、時差ボケのような心身の不調(起床時の目覚めの悪さ、身体の疲れ、憂うつ感)が生じるとされています(=社会的時差ボケ)。



朝食をしっかり摂りましょう

生活リズムを良好に保つ大切な要素として、朝食があります。朝食を毎日食べる人は、早寝早起きの人が多いこと、睡眠の質が良い人が多いことが報告されています。また、朝食を食べる習慣は心の健康や学力・学習習慣、体力と関係していることも調査でわかっています。

寝る前のスマホに注意しましょう

私たちの生活に欠かせなくなったメディアとの付き合い方も、生活リズムに影響します。特に夜寝る前のスマホなどの視聴は、青色光により体内時計の遅れを招き、子どもたちの夜型化を促進する可能性があります。夏休みをきっかけとして、ご家庭でのメディア利用のルールを子どもたちと話し合ってみるのもよいですね。



夏休み中も子どもたちが安定した生活リズムで過ごせるよう、朝はカーテンを開け、子どもたちと一緒に朝食を食べるところから始めたいですね。楽しい夏休みになりますように。

なかおか さちこ 仲岡 佐智子 富山市民病院 小児科医師

富山市民病院の小児科では、感染症やアレルギー疾患(喘息、食物アレルギーなど)、心疾患(不整脈、先天性心疾患など)、神経疾患(てんかん、熱性痙攣など)、内分泌疾患(糖尿病、甲状腺疾患など)といった、子どもの急性・慢性疾患全般に対応しています。

子育て通信 笑顔のたね

離乳食作りの負担を軽くする工夫



離乳食を始めるにあたり用意しておきたい調理器具は、すり鉢、裏ごし器、おろし金が基本ですが、ブレンダーまたは小型のミキサーがあれば、その三役をこなしてくれます。

おろし金や小さなすり鉢は100円ショップに売られている物でも大丈夫です。離乳後期から使える物として、食品をみじん切りにする手動のチョッパーなども手軽なので、使いやすい物を選んでください。

ほかには麺類を食器の中で細かく切ることができるように、先端の丸い調理用ハサミやフタ付きの小鍋、スプーン、食事用スタイ(食べこぼしを受け止めてくれる物)ベビチェアを用意しましょう。

離乳食は1日1回1品から始め、月齢や個々の発育に合わせて回数、品数を増やしていきます。でも、少量を毎回調理するのは大変ですね。

離乳食作りの負担を少しでも軽くするために、多めに作って冷凍しておく方法があります。フタ付きの製氷皿を用意し、離乳食キューブを作っておいて、解凍して使います。冷凍庫の匂い移りや、細菌との接触を防止するた

め、製氷皿ごと冷凍庫対応のビニール袋に入れておくこともお勧めです。

キューブの大きさは、2~3個で1食分になるのであれば、食品を組み合わせたメニューにしやすく、食欲にも合わせて解凍ができるので便利です。

また、ご家庭で冷凍した離乳食を長距離の移動などに持ち出して「自然解凍して食べさせる」「溶けた離乳食を移動先で加熱して食べさせる」などは、大変危険です。無菌環境で作られたものではありませんから、自然解凍中に細菌が増える可能性が大きいのです。帰省やレジャーなど、出先で離乳食を食べさせる場合は、市販のベビーフードの活用をお勧めします。

離乳後期には、大人の食事から取り分け、潰すなどして与えられますが、味付けには十分気をつけてください。乳幼児期に塩分を摂り過ぎると、腎臓に負担をかけることとなります。味付け前に取り分けることが望ましいのですが、味付け後の料理から取り分ける場合は熱湯で洗い、味を薄めて与えてください。

離乳食に使いやすい食品の冷凍と解凍方法

食中毒防止のために、注意点は必ず守ってください。

冷凍するときのポイント

- やわらかく茹でて1回分ずつに分けて冷凍する。
- 作るときは1週間分を目安に(1週間に1度、食品の固さや大きさを見直すタイミングの目安にもできます)

与える際の注意点

- 解凍後、必ずしっかり再加熱する
- 一度解凍したものは再冷凍しない
- 冷凍して1週間経過したものは廃棄する
- 自然解凍はしない

食品	冷凍方法	解凍方法・使い方
おもゆ・粥	フリージングトレイ(製氷皿)でキューブ状にして冷凍	レンジ解凍 ※【おもゆ】全粥を炊き、熱いうちにミキサーでポタージュ状にして冷凍する。解凍・加熱時に水分を足してゆるめる。
軟飯	1食分ずつに分け、ラップで密封して冷凍	レンジ解凍
にんじん だいこん	大振りに切り、やわらかく茹でてから半月切りや粗みじんにして冷凍	レンジ解凍 加熱調理 半月切り…凍ったまますりおろす。粗みじん…レンジ加熱、茹でるなどで解凍後、必要ならさらに刻む。
ほうれん草	切らずに茹でてアク抜き後、水分を絞って1回分ずつに分けて冷凍	加熱調理 凍ったまますりおろすか、半解凍で刻む。(離乳食には葉の部分を使う)
ブロッコリー	柔らかく茹でて花蕾をみじん切りにし、1回分ずつに分けて冷凍	レンジ解凍
カボチャ 芋	茹でて1回分ずつに分けて冷凍(マッシャーでつぶしてから冷凍の方が扱いやすい)	レンジ解凍
ひき肉	“そぼろ”や“肉団子”など調理済みしてから冷凍	レンジ解凍
ゆで汁	野菜を茹でた「ゆで汁」はスープストックとして冷凍する	加熱調理
だし汁	昆布だし、かつおだしも冷凍が可能	加熱調理 小鍋に水と共に入れ、火にかけて解凍し、必ず沸騰させて使う。
卵	固茹でにした卵黄を、つぶして冷凍 ※加熱後の卵白は冷凍するとボンボンになるので冷凍には向かない	レンジ解凍 卵黄全部をつぶして冷凍するので、卵白に近接した部分まで食べられるようになってから冷凍保存を活用する。
豆腐	冷凍するとスポンジ状に固くなるので冷凍には向かない	



フリークのお話

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

### 「人に教えた節約術」

●お菓子などの商品が入っていた包装袋は、ゴミ袋としてリユースしています。満杯になったら、口をシール（お惣菜パックに貼付されていたもの）をリユースして閉じ、古新聞に包んで大きな市販のゴミ袋に入れてます。臭いが立たないからか、コバエも全然出なくなりました。

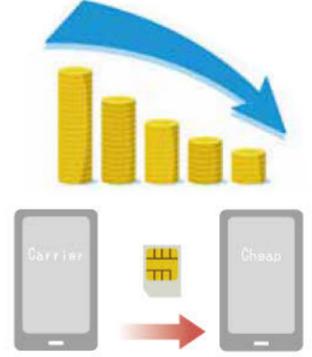
滑川市 テイクさん

●何かが欲しくなった時は「使う場面」「家にある似たもの」「代用できそうなもの」「しまう場所」「捨て方」まで具体的に考えてから買います！9割は買わずに済んでいます…(笑)

富山市 りよせまるさん

●大手キャリアスマホから格安スマホへ。毎月の支払いは今までの半額以下、1,800円ほどになりました。大きなトラブルもなく、サクサク使えています。固定費の見直しが節約につながることを実感しています。

射水市 ゆいさん



●エアコンを使う時、天井部と床付近の温度差が大きくなって不快感を覚えますが、室内の空気を攪拌するために、直流モーター式の扇風機を使うと音が静かで、上下の温度差が1から2度くらいの状態が維持できます。省エネで快適な室温にすることができ、おすすめです。

富山市 ともちゃんさん

●オススメ節約術は、シャワーヘッドの交換です。極小の気泡タイプのシャワーヘッドに交換したところ、節水効果に加え、洗浄+美肌効果もUPして大満足です。

射水市 まるさん

●キャベツの芯は細切り、椎茸の軸は細くして、大根やにんじんの残りは短冊切りなどにして、まとめて冷凍して、味噌汁の具やあんかけの餡の具に使っています。

富山市 しまちゃんさん



●最近よく耳にするポイ活！歩数や車の移動で貯めるアプリを複数活用しポイントを貯めています。通勤や、土日の子供との公園遊びだけでもチリツモになって、コツコツ毎日貯めています。また、テレビやYouTubeの視聴でポイントが貯まるアプリを最近見つけ、そちらも毎日コツコツ貯めています！！日々の努力が大事★

舟橋村 心なびーさん

●ももとの趣味が「あまりお金のかからない系」の読書の私。さらに節約して楽しむために図書館で借りたり、気になる新作はフリマアプリで購入したりしています。

高岡市 おばけママさん



●水の節約です。お皿やフライパンに残ったソース、油汚れを一度使ったラップ（おかずを温めた時に使ったりした物）で、拭きます。油とラップの相性が結構よくて、破れることもなく、かなり落とすことができ、食器用洗剤も水もかなり節約できますよ。

富山市 マッサマンさん

●わが家では洗い桶の中に洗剤を入れ、その中に汚れた皿を入れて洗います。特に汚れがひどい物は最後に入れ、汚れが取れない場合はスポンジに洗剤をプラスして洗います。そんなに変わらないかもしれませんが、洗剤の使用量が少なくてすむ気がします。

富山市 ゴートママさん



●「家事は明るいうちに」と決めて、なるべく電気をつけて家事をする事がないように日中頑張ってます(^^)

富山市 したかさん

●居間と玄関の入り口にシャワーカーテンをつけています。夏は涼しく冬は暖かく、節約できます。

黒部市 かずみんさん

## フリートーク

●【5月号を読んで】  
コープの洗濯洗剤セフターエナジーを使っていますが、少ない量で洗濯できるし、こだわりも改めて理解できました。これからは詰め替え用を利用し続けたいと思います。

高岡市 ブルーベリーさん



COOPセフターエナジーの特集はこちら

●62歳になり膝が痛くてヨレヨレですが、今年の挑戦は40年ぶりに中型バイクに乗ること。購入予約しました。楽しみにしています。

富山市 もやしさん

●この春、下の子が高校生になり、我が家は4つのお弁当作りが始まりました！朝から4合のご飯を炊いて、母と手分けして作っています！朝は大変ですが、帰ってきて空っぽのお弁当箱を見るとうれしくなります！これからも栄養面を考えて、がんばって作るぞ！

高岡市 すかいさん



●コープシェフを利用しています。初めはプレゼント企画につられて見始めたのですが、レシピから食材を注文できたり、購入した食材からレシピを検索したりと、大変重宝しています。私はレシピどおりではなく自己流に簡単にアレンジして作っています。マナー化しがちな献立のヒントになりとっても便利です！

滑川市 茶々さん

●入院手術を受けました。先生方や看護師さんたちの優しさやプロの技術に感動しました。命を大切にするために生き方を工夫しないといけないと痛感しました。

氷見市 トマト姫さん

リアンバックナンバーはこちらから

## これいいね！ NICE

カゴメの高リコピントマト 7月3日  
●濃厚な甘味も感じられる美味しいトマト。料理次第でメインにもなります。

富山市 ウィちゃんさん



CO-OP 半透明ごみ袋45L 7月3日  
●半透明ゴミ袋45L 100枚(箱入り)が便利でよく購入します。袋入りだと残り少なくなると取り出しにくいし、ペラペラなので置き場所に困る。でも箱入りだと安定感抜群だし、取り出しやすくなかなかなくならない。長期的に考えるとお得です。

富山市 cozaruさん



CO-OP 北海道のむき枝豆 7月3日  
●煮物やあえ物、炒め物など、盛り付けたあとにいろどりをよくするためにレンジで温めて飾り付けに使います。

富山市 のっこちゃんさん



福田のマフィンチョコ 7月4日  
●福田食品工業さんの福田のマフインはどれも美味しいです！冷凍のマフィンが電子レンジでこんなにももちになるなんて！小腹が空いたときに丁度いい量です。

南砺市 しげこさん



CO-OP 酢の物ベース 7月5日  
●酢の物ベースをよく利用しています。賞味期限も長いので、いつでも食べられるところが便利です。

射水市 ハルハルさん



CO-OP チョコアイスボール 7月5日  
●子どもたちの夏のおやつに欠かせません。一口サイズなので手が汚れずぱくっと食べられるのでおすすめです！

富山市 かび子さん



## お便り募集！

募集テーマ 「あなたの“思い出の味”は？」

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。  
掲載者にはコープ商品をプレゼント！

※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** 冷凍食品を冷凍庫に入れていたら、袋がパンパンに膨らんでいました。大丈夫でしょうか?

**A** 冷凍庫内の温度が上がったことで起きる現象です。念のため、開封時には臭いや状態をご確認ください。  
冷凍庫の開閉や霜取り機能などによる温度変化が影響して、食品の表面についた細かい氷の粒が、氷から水にならずに、水蒸気になることがあります。その結果、袋内の気体が増えて、密封状態の袋が膨張することがあります。「昇華」と呼ばれる現象であり、食品の品質には問題ありません。  
ただ、冷凍庫の不調などにより温度が上がると、食品が解凍・腐敗した可能性もありますので、念のため開封時に臭いや状態をご確認ください。

**Q** 「コープのフェアトレード有機バナナ」以外のバナナはフェアトレードではないのですか?

**A** 公正な取引が行われていても「フェアトレード」の認証を取得していないバナナは「フェアトレード」と表記することができません。

フェアトレードの一般的な定義は、「公正・公平な貿易を継続することで、生産者の自立を促し、持続的な生活向上を支える」とあります。この「フェアトレード」を謳うには、国際団体による認証が必要です。  
「コープのフェアトレード有機バナナ」は、「国際フェアトレードラベル機構」による認証を取得しています。ほかのバナナは認証を取得していませんので、たとえ公正な取引が行われていたとしても「フェアトレード」と表記することができません。  
認証はありませんが、コープのフィリピン産バナナ、コープの高原バナナは、日本生活協同組合連合会の産直商品となっており、産地の自然環境や生産者の労働環境の改善などに取り組みながら栽培しています。

**とやま生協もあなたも** **SDGs アクション!** #3

「アクション」は行動、取り組みという意味です。

今月の主な関連目標

**今月のテーマ とやま生協のCO<sub>2</sub>排出量削減**

とやま生協では、環境への取り組みを重要な社会的責任の一つとして位置づけ、持続可能な循環型社会の実現をめざしています。

**とやま生協の温室効果ガス削減計画**

とやま生協では「2030温室効果ガス削減計画」を策定しており、**2024年度からは「2030年にCO<sub>2</sub>排出量を2013年度比で58%削減」を目標**に取り組んでいます。2023年度のとやま生協のCO<sub>2</sub>排出量は1,711tで、これは「2013年度比で53%削減」に相当します。

とやま生協のCO<sub>2</sub>排出量

年度	排出量 (t)	削減率
2013年度実績	3,696t	-
2023年度実績	1,711t	53%削減
2030年度目標	1,552t	58%削減

※2013年度は、合併前の2生協の合算値

**主な取り組み**

**6つのセンター・施設の屋上で太陽光発電**

- ①富山センター
- ②東部センター
- ③西部センター
- ④要物流センター
- ⑤農産物流センター
- ⑥輝かみいいの(2024年8月稼働予定)

富山センターを除く5カ所で、発電した電力を自家消費しています。

**太陽光発電の自家消費で、2023年度は年間343tのCO<sub>2</sub>を削減!**

**再生可能エネルギー由来電力の利用**

昨年10月に高圧電力契約を再生可能エネルギー由来の電力に切り替えたことで、2023年度の電力総使用量の88%が再生可能エネルギー由来(CO<sub>2</sub>排出ゼロ)となりました。

**みんなのアクション!**

**みんなで節電アクション**

とやま生協では毎年夏～秋頃に「みんなで節電アクション」に取り組んでいます。この取り組みは、組合員の皆さんに参加していただくことで、暮らしの中での温室効果ガス削減について考える一つの機会にもなっています。  
「電気をこまめに消す」「使っていない時はコンセントからプラグを抜く」など、小さなことでもみんなで取り組めばCO<sub>2</sub>の大きな削減につながります。自分のできる「地球の温暖化防止」について考えてみませんか。

# お知らせ

～大切な方へ 富山の美味しい呉羽梨を贈りませんか?～

## 毎年好評! 呉羽梨ギフト

7月8日(月)～7月19日(金) 注文受付中



**利用者の声**

毎年注文し、県外へ送っていますが、呉羽梨のおいしさに皆さんから喜んでいただいています。



●詳しくは、7月1日(月)から配布のチラシをご覧ください●

## 新店舗NEWS

とやま生協が取り組む「くらしのトータルケア事業」の一環として、組合員が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、毎日の暮らしを支えるために新たな店舗の準備を進めています。

### 安全・安心

- ・鮮度の高い良質な商品、産直商品を充実させます
- ・少量企画商品を充実させます

### おいしさ

- ・素材の美味しさや季節を実感できる「旬」の商品を提供します
- ・新鮮な朝どれ商品を充実させます

## 新店舗の新しいお店作りで大切にしたいこと

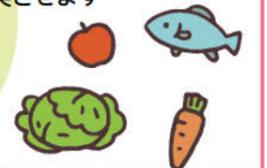


- ・季節のイベントに合わせたワクワクできる売場を作り、食卓の楽しさを彩ります
- ・組合員さんの声に応じて品揃えします

### 楽しさ発見

- ・健康に配慮した商品を充実させます
- ・食を通じて家族の健康にお役立ちします

### 健康



## 福祉のへや

### とやま生協の福祉事業所紹介

## とやま生協 ヘルパーステーションまる～な

「とやま生協 ヘルパーステーションまる～な」の事業所は富山市月見町にあります。事業所名は組合員からの応募で、「月岡、月見町の皆様と輪(まる)になって仲良くなりたい」という想いと、ギリシャ語で「月」を意味する「ルナ」という言葉が掛け合わさって「まる～な」と名付けられました。  
スタッフ11人で富山市南部を中心に訪問介護サービスを行っています。日頃から連絡や相談を密に行い、支援がスムーズに行えるよう、そして、お互い笑顔でいられるよう心掛けています。直に「ありがとう」と言葉を頂けると訪問介護のやりがいに繋がっています。



New Open!

## 5月1日、「とやま生協 輝かみいいの」がオープンしました!

通い・泊り・訪問の3つのサービスを、ご本人とご家族で自由に組み立てて利用できる「小規模多機能型居宅介護施設」です。



**所在地**  
富山市上飯野 14-3

**提供サービス**

- ①通い 8:30～17:00
- ②泊り 17:00～翌8:30
- ③訪問サービス 24時間



動画で「輝かみいいの」の中を見よう



# コープでくみかつ

～組合員活動情報～

活動の参加申し込みはコールセンター ☎0120-555-192 (受付時間 月～金曜日 8:30～19:30) または申し込みフォームから [組合員活動参加申し込みフォーム](#)



## 募集

### 富山ブロック 夏休み親子平和企画

戦時中の体験を聞き当時の食事(すいとん)や玄米、脱脂粉乳を味わってみましょう。戦中戦後の物資(赤紙、千人針など)展示もおこないます。夏休みの宿題の教材におすすめです。  
※当日は物資の展示のみ14:00～16:00の時間で自由に見ることが出来ます。

日時/8月2日(金) 10:00～12:00  
申込締切/7月26日(金)  
開催場所/とやま生協堀川事務所 2階組合員ホール  
主催/ユニセフ・平和委員会 (せいきょうクラブ産地消共催)  
講師/戦時中語り部 稲垣よし子さん  
託児/なし 参加費/無料  
定員/30名程度



### 富山ブロック ナチュラリストと一緒に里山の昆虫や植物を観察しよう

いきものコレクションアプリ「バイオーム」を使用し、アプリ内にある「コープいきもの探しクエスト」に挑戦します!

日時/8月9日(金) 10:00～11:00  
申込締切/7月26日(金)  
開催場所/自然博物館ねいの里  
主催/環境委員会  
持ち物/汗拭きタオル、飲み物、アプリの入ったスマホ  
託児/なし  
参加費/無料  
定員/親子10組程度

アプリの詳細はこちら→



### 西部ブロック 子育てひろば

室内の小さなプールで魚釣りや水遊びをして楽しめます。

開催日/8月19日(月) 10:00～11:30  
申込締切/8月9日(金)  
開催場所/西部センター2階会議室  
持ち物/着替え、替えオムツ、タオル  
主催/子育て委員会  
託児/なし  
参加費/無料  
定員/なし



### 富山ブロック 親子調理 ～スギヨのカニカマを使って簡単調理～

(株)スギヨの商品学習動画を見て、「ロイヤルカリブ」を使ったサラダうどん、カニカマ餃子ピザなどを作ります。

日時/8月7日(水) 10:00～12:30  
申込締切/7月26日(金)  
開催場所/富山センター2階 調理室  
主催/宅配活動委員会  
持ち物/エプロン、三角巾、手をふくタオル  
託児/あり(1歳以上)  
参加費/大人1人200円、子ども1人100円  
定員/親子10組程  
※調理台(70cm)で調理ができるお子さんが対象



### 西部ブロック 神通川左岸浄化センター見学

夏休みの社会科見学会に!浄化センターを見学したあと、能作で箸置きづくり体験をします。

9:30 西部センター出発 ～ 10:20 神通川左岸浄化センター見学 ～ 12:30 道の駅新湊 ～ 13:50 能作で箸置きづくり ～ 15:30 西部センター帰着

日時/7月25日(木) 9:30～15:30  
申込締切/7月12日(金)  
集合場所/西部センター駐車場  
主催/子育て委員会  
託児/なし  
参加費/親子で1,000円(体験代・おやつ代込み)  
定員/小学生の親子20組程度



### 東部ブロック ミニ夏祭り

射的、くじ引き、輪投げ、魚釣りなどで遊べます!室内でお祭り気分を楽しみましょう!

日時/7月30日(火) 13:30～15:00  
申込締切/7月19日(金)  
開催場所/東部センター 多目的室  
主催/子育て委員会  
託児/なし  
参加費/100円  
定員/なし



## その他のくみかつ情報

参加申し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

### コープサステナブルアクションに参加しよう! (主催:日本生活協同組合連合会)

コープサステナブルアクションは、環境や社会問題について、知り学び、行動する仲間を増やし、持続可能(サステナブル)な世界の実現を目指す取り組みです。みなさんのご参加をお待ちしております。



いきものコレクションアプリ「バイオーム」

#### 【コープいきもの探しクエスト】

開催期間 8月31日(土)まで開催 対象エリア 日本国内全域

いきものコレクションアプリ「バイオーム」を使用し、出会ったいきものを投稿して、生物多様性の保全につながる取り組みです。ぜひ、たくさんのいきものとの出会いに出かけてみませんか?



詳細はこちら↑

※バイオームを使った環境イベントを開催します。詳細は P12 の「ナチュラリストと一緒に里山の昆虫や植物を観察しよう」をご覧ください

## 募集

### ユニセフ ミャンマー指定募金



ユニセフ(国連児童基金)は、国連機関の一つです。世界中の子どもたちが平和に、健康に暮らせるように「子ども最優先」を掲げて資金を集め、190以上の国や地域で支援活動をしています。

今回寄せられた募金は、ユニセフミャンマー指定募金として、紛争やクーデターの混乱により困難な暮らしを送るミャンマーの子どもたちへ栄養支援を行います。

受付期間 7月1日(月)～8月2日(金)

募金方法 注文番号 375161

※詳しくは7/8(月)～配布のチラシをご覧ください。

OCR注文書やeフレンズに上記の注文番号を記入してください。注文数「1」の場合、100円の募金となります。(非課税)

## 報告

### 西部ブロック 戦争の歴史を学ぼう、松代大本営見学ツアー

開催日 5月25日(土)

主催 平和委員会



西部ブロック平和委員会では、一昨年から沖縄についての学習をすすめ、その中で太平洋戦争末期の沖縄戦の背景には松代大本営建設があることを知りました。戦争の歴史を学ぶためにこの見学ツアーを開催し、34名が参加しました。

現地では、NPO法人松代大本営平和祈念館ガイドの方に説明していただきながら、象山地下壕(政府機関、国営放送などの施設)、舞鶴山(天皇御座所建設跡)を見学しました。

1944年11月に沖縄が大空襲にあってから長野県松代へ大本営移転の工事が始まり、翌年4月に沖縄本島での地上戦が本格化すると、松代で仮皇居を建設するなどして本土決戦の準備が進んでいきました。

その時間稼ぎの戦いで沖縄が多く犠牲を出したことや、壕内の岩盤や掘削に動員された朝鮮人労働者のこと、工事に日々1万人が従事したことなどを、ガイドの方が丁寧に説明していただきました。

帰りのバスの中では、参加者に感想を発表していただき交流しました。松代大本営の背景に戦争があり、想像もつかない悲しい歴史があったことがよくわかり、これからどう行動していくべきか、考えさせられる1日になりました。



象山地下壕入り口で説明を聞く参加者



削岩機の先が刺さったままになっている地下壕

#### 参加者の感想

松代大本営工事で沖縄の悲惨な戦争が関係していたことは知らなかった。

同じ戦争を繰り返すことがないように活動をしていく必要を強く感じました。

# 食の安心 食の安心研究所 個人会員募集

## 「食の安心研究所」とは？

県内で商品を生産・製造している取引先に対して「品質の向上と安全確保のための支援」を目的に、2006年に「食の安心基金」を立ち上げました。この基金は「安全なものを安心して食べたい」と願う組合員と、「安全安心なものを作りたい」と願う県内取引先、双方の願いを実現していくためのものです。その基金を運用しているのが「食の安心研究所」です。

基金の趣旨にご賛同いただいた方に会員となっており、皆さんからの協力で運営しています。

## 「食の安心基金」の使いみち(例)

- 消費者や生協組合員への情報提供**
- 取引先と組合員の交流会開催 など
  - イベントで手洗いの重要性を学んでもらうブース出展 など
- 取引先への支援**
- 製造機械の入れ替えや手洗い場の自動水栓化の費用補助
  - HACCPなどについて学ぶ研修



## 個人会員になると...

- 学習会の講師をされた先生のコラムなどが掲載された会報を年2回お届けします。
- 交流会に参加したメーカーなどの試食商品を無料でお渡ししています。
- 毎年6月に総会があります。
- 秋の学習会開催についてダイレクトメールでお知らせします。



## 個人会員申し込み方法

※会員になるには年会費1口1,000円が必要です。会費は生協の商品代金と一緒に引き落としになります。  
※毎年6月の総会終了後に更新の案内をさせていただきます。

注文書6桁番号の記入欄に「370762」と数量「1」をご記入ください。

お問い合わせ 食の安心研究所 事務局(総合品質グループ内) ☎076-443-8004

## 「出資金」についてのお知らせ

「出資金」は生協にとっての「運営資金」です。組合員のみさんから預かりした出資金は、みなさんのより良い暮らしと社会を実現するために大切に活用させていただいています。

〈活用例〉 配送センターや施設の建設、商品の仕入れや開発、事業を行うための備品等の経費

### 出資金の増額にご協力をお願いします

出資金を増やすことを「増資」といいます。増資の方法は2通りあります。

#### 積立増資

事前に増資する金額をお申しいただくことで、毎週の宅配のご注文代金と一緒に増資する金額をご請求します。積立増資のお申し込みや金額変更はコールセンターへお電話ください。

#### 手書き増資

注文書の「手書き増資欄」に金額をご記入いただくと、その注文の商品代金と一緒に増資する金額をご請求します。

コールセンター ☎0120-555-192 (受付時間 月～金曜日 8:30～19:30)  
増資した出資金は、商品代金引き落とし後にお届け表の「出資金残高」の欄でご確認いただけます。

### 出資金の返還について

- 出資金の返還時期は、生協法やとやま生協の定款で2通りの方法が定められています。
- ① 県外に転居される場合  
申込書提出日より2～3カ月後にご指定口座にお振り込みします。
  - ② 出資金の一部引き出し(減資) やとやま生協のご利用をやめる(脱退) 場合  
申込書を毎年12月31日必着でご提出後、翌年4月にご指定口座にお振り込みします。

## 「ヘルパーステーションまる～な」の一角に 6月1日 「にじパン」オープン



6月1日(土)、とやま生協の訪問介護事務所「ヘルパーステーションまる～な」の一角に「にじパン」がオープンしました！株式会社K-DIC(ケイ・ディック)より、地域の活性化や高齢者も元気になる町づくりに向け「にじパン」を出店できないかとお話があり、誰も取り残さない地域社会づくりに取り組んでいるとやま生協としてその趣旨に賛同し、開店の運びとなりました。

開店日に来店された方から「この寂しかった月岡に花が咲いたようです」「昔の賑わいをもう一度作ってくれてありがとう」など、たくさんの喜びの声をいただきました。

パンを買いにいらっしゃるついでに、日頃の介護の悩みなど「ヘルパーステーションまる～な」へお気軽にご相談ください。

**にじパン(月岡店)**  
住所: 富山市月見町4-42  
定休日: 水・日曜日  
営業時間: 10:00～16:00

## みなみ店のお知らせ



### ポイント2倍セール開催

7/24(水)は土用の丑の日!

みなみ店のうなぎをぜひご賞味ください!

国産うなぎを当店で生から焼き上げます。タレは化学調味料を使用しない自家製タレを使用。リピーター続出の自慢の一品です!

当日朝焼き

臭みがなく身がふわふわです!

店頭にて事前予約を受け付けます。(前日まで)

とやま生協公式LINEアカウントを友だち登録すると、みなみ店のチラシをすぐご覧いただけます。みなみ店で使える5%OFFクーポンも毎月配信!

種類	商品カタログ	通い箱の内袋・注文書袋(ポリ袋)	
回収率	74.2%	20.7%	
回収量	187t	1.3t	
種類	牛乳パック	卵パック	食品トレイ(白のみ)
回収率	1.5t	1.6t(1~3月分)	156kg

※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  
納豆パック、カップ容器は回収していません。

## 理事会だより

《第13回》開催日/2024年5月22日(水)

- 承認・協議・確認事項
- 2024年度4月度の事業・活動および経営報告  
4月度の全事業合計は14億2,042万円(計画比99%)でした。
  - 第3回通常総代会議案承認の件  
2024年度春のブロック総代会議で総代から寄せられた意見について報告があり、質疑応答の後、承認可決されました。

## 事業報告 2024年4月現在

組合員数/137,480人 出資金/84億9,203万円  
● 全事業合計 14億2,042万円(計画比99%)

### 事業分野別実績

<p>宅配事業</p> <p>13億1,087万円 (計画比99%)</p>	<p>生活支援事業</p> <p>3,752万円 (計画比97%)</p>
<p>福祉事業</p> <p>3,915万円 (計画比99%)</p>	<p>共済事業</p> <p>1,217万円 (計画比105%)</p>
<p>店舗事業</p> <p>1,988万円 (計画比108%)</p>	<p>太陽光発電事業</p> <p>81万円 (計画比87%)</p>

## 広報グループ行

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商品 <input type="checkbox"/> 特集「商品検査をのぞいてみよう」 <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アクション! <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	
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	おたより記入欄 <input type="checkbox"/> テーマトーク 「あなたの“思い出の味”は?」 <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
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** 安全確認5業務の1つとして行う商品  
 検査は微生物検査と○○○検査

**締め切り** 7月19日(金)

7月号のクイズ正解者の中から**抽選で20名に**  
**コープ商品をプレゼント!**

### 5月号 クイズの答え

答え

**アブラヤシ由来**

応募総数522通、正解者数518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7/1(月)~7/5(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!



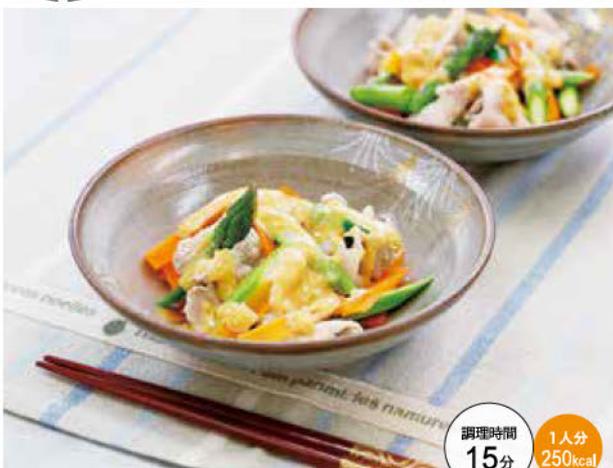
とやま生協の  
 商品を使って作る

## レッツクッキング

南砺市 **かわちゃんさん** 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)

いつでも  
 見られるよう  
 インスタで  
 保存!!



調理時間 **15分**  
 1人分 **250kcal**

野菜も摂れてヘルシー!

## 豚肉とグリーンアスパラガスのみそマヨネーズかけ

【材料(2人分)】

豚ローススライス …… 100g  
 グリーンアスパラガス …… 1/2把(50g)  
 にんじん …… 1/4本(40g)  
 塩(ゆでる用) …… 少々

<みそマヨネーズ>

・みそ …… 大きじ2  
 ・マヨネーズ …… 大きじ1.5  
 ・酢 …… 小さじ1  
 ・砂糖 …… 小さじ1

**POINT!!**  
 豚肉をゆでるときは  
 肉同士がくっつかないように、  
 手早くほぐしましょう

〔豚肉豚ロース  
 (冷しゃぶ用)を使って



※豚ローススライスはひと口大に切る  
 ※グリーンアスパラガスは根元の硬いところを切り  
 落として斜め切り、にんじんは短冊切りにする

【作り方】

- 鍋に湯を沸かして、塩少々を加え、豚肉を入れて手早くほぐす。
- ひと煮たちしたら、にんじん、アスパラの順に加えてゆで、ザルにあげる。
- みそ、マヨネーズ、酢、砂糖をまぜてみそマヨネーズをつくる。
- ②をお皿に盛り、みそマヨネーズをかける。

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。