

リターン

Lien

2025
10
OCTOBER VOL.43

産直

地場産小松菜(少量)

今月のピックアップ商品

特集／CO・OPきょうとう店
ブランドオープン！
あんあんニュース／食品添加物の
チカラを学ぼう！

クイズ応募
おたより投稿
大募集!!

おたより掲載、
クイズ応募(抽選で20名)で
宅配で使える

500
ポイント
プレゼント!!

500
P

写真はイメージです



産直 地場産小松菜(少量)

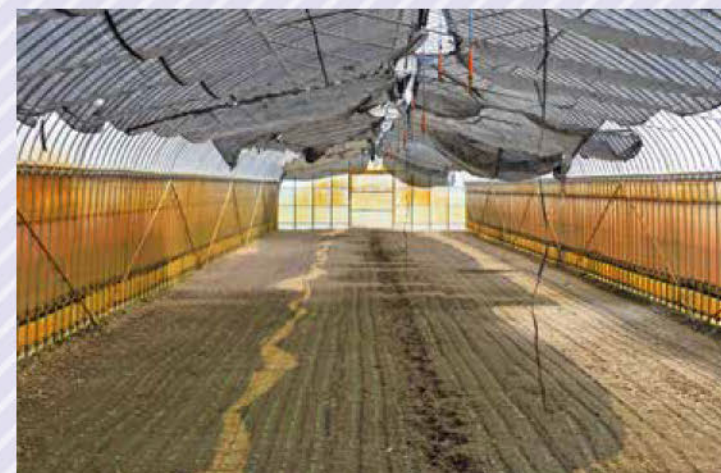


収穫直前の小松菜

2024年度、新たにとやま生協の「産直産地」になった(株)ファニーファームベジタブル。そこで栽培されている「地場産小松菜(少量)」は、やわらかく、えぐみが少ないことで好評です。
今回は、(株)ファニーファームベジタブル代表取締役の前川さんから、小松菜づくりのこだわりについてお話を聞きました。

そのままかじりたいから、農薬の使用を最小限にして小松菜をつくっています。

株式会社
ファニーファームベジタブル
代表取締役 前川さん



▲種まきから1週間のハウス。近年の猛暑は小松菜にとっても厳しい環境で、暑すぎると芽が枯れるため、夏場は遮光ネットをかけ日陰をつくっています。(7月の取材時)



▲ハウスの中を見せてくださる前川さん。小松菜のハウスは41棟あり、水やりが一番大変な作業だそうです。

ファニーファームベジタブル(株)は、2025年2月から「産直産地」になりました!

生協の産直3原則



01 生産地と生産者が明確であること



02 栽培方法(肥料の種類や農薬の種類・使用など)や肥育方法が明確であること



03 生産者と組合員の日常的な交流があり信頼関係があること

生で食べてほしい!

地元の小松菜

商品カタログ

スマイルコープで企画中



新鮮なうちに食べやすい少量パック

産直 地場産小松菜(少量) 130g

10月3回 の「スマイルコープ」で注文できます!

障がいがある人たちの働く場をつくりたい 農福連携の小松菜づくり

(株)ファニーファームベジタブルは、もともと建設会社の農業部門としてスタートし、2020年に農業法人として独立。現在は、富山市にある呉羽山のふもとで小松菜を栽培しています。

農業部門としてスタートした当初は、有機栽培の米や大豆を作っていました。しかし、米、大豆は1年が1サイクルの作物。経験を積むのに時間がかかり、「これではなかなかプロになれない」と考えたそうです。

一方、小松菜はハウス栽培で1年に数回収穫できるため、1年のうちに何度でも栽培方法や作業を学ぶ機会があります。

「小松菜なら早く学べて、『誰でもプロになれる』と思いました」

前川さんが「早く学べる」ことにこだわったのには理由があります。

(株)ファニーファームベジタブルは就労継続支援A型が利用できる企業です。就労継続支援A型とは、病気や障がいがある方を対象に、就労機会の提供や訓練を実施する福祉サービスのこと。

(株)ファニーファームベジタブルでは、福祉事業者と契約を結び、働きたい方一人ひとりの体調やできることに応じて、小松菜の梱包作業、収穫後のハウスの片づけや草むしりなどの仕事を任せています。

「昔、福祉施設から施設外就労に来てくださった障がいのある人たちが、いつもニコニコしながら作業してくれました。彼らが働く場を作りたいと思って、小松菜栽培を始めたんです」

サラダやスムージーに! 生がおいしいから食べ方が広がる

「地場産小松菜(少量)」の特徴は「生で食べてほしい小松菜」であること。

(株)ファニーファームベジタブルでは、堆肥と独自にブレンドした有機肥料で土づくりをしています。この肥料が、えぐみの少ない小松菜の味につながっています。

農薬の使用も最小限です。特に、小松菜が発芽したあとは農薬を極力使わないことにしています。農薬の代わりに防虫ネットでハウスを囲っていますが、虫の侵入は防ぎきれないことも。

それでも農薬を使わないようにするのは、「生でかじれるくらい、安心して食べられるものを作りたいから」です。「小松菜は収穫から5日ほどで味が落ちていきます。生協

で買われたら、最初は生でサラダなどにして食べ、3、4日経ったらさっと加熱する炒め物などで食べるのがおすすめです。すぐに食べられない時は、ざく切りにして冷凍し、凍ったままスムージーに入れるとおいしいですよ」

生で食べてもおいしい小松菜は、さっと一品作るのにとっても便利! ぜひ一度、「生で」食べてみてください。

This month's Recipe



カイツレ大根やカニカマを入れても美味しいですよ~

高岡市 豊島さんの

かんたん小松菜レシピ

【材料/2人分】

- 地場産小松菜(少量) ... 1/2袋
- 人参 ... 1/2本
- うす塩なめ苺 ... 1/2瓶

【作り方】

- ① 洗った小松菜の葉は、縦半分に切り茎と一緒に5mm幅に切る。人参は千切りにする。
- ② ①となめ苺を和え、30分くらい冷蔵庫でなじませたら完成。

※なめ苺の量は味を見て調整してください。

特集

とやま生協で初めての大型店舗「CO・OPきょうどう店」がいよいよオープン！

組合員や地域のみなさんの「くらしを支えるセンター」として、安全・安心な「食」の提供はもちろん、組合員や地域の方が集まり、つながれるお店になるよう準備を進めてきました。

今回は「CO・OPきょうどう店」の魅力を紹介します！一緒にワクワクしながらご覧ください！

オープン記念プレゼント

10月23日(木) 限り

2,000円以上
お買い上げの方に
紅白まんじゅうを
プレゼント！



先着
200名

くらしの中にいつも生協 くらしに寄り添うあなたの お店～ CO・OP きょうどう店



10月23日(木) 午前9時
グランドオープン！

お店の場所はこちら



営業時間／9:00～21:00 ※1月1日、2日は休業日です
住所／富山市経堂3丁目2-36

お店でお買い物する際にポイントが貯まる店舗カードや、お得な情報が届く店舗アプリについては、10月6日(月)～10日(金)に同時配布した「新店舗NEWS」vol.5をご覧ください！

心をこめたサービス・
こだわりの商品で
みなさんのくらしに
寄りそいます！



生産者とのつながりを感じる
地域一番の
地場産野菜コーナー



食べてみて！



お店でしか買えない
とやま生協オリジナル
「まごころバナナ」

80品目以上の地場産野菜がずらり！生産者と交流しながらの試食で「おいしい！」を発見していただけます！

鮮度抜群！
店内でカットしたこだわりの肉



食べてみて！

肉質がやわらかく
脂が甘い「さくら豚」

担当者が試食を重ねて選びぬき、自信をもっておすすめできるお肉を揃えています！

お買い物と一緒に
イベント参加も楽しめる！

2階の組合員ホールでは、試食会や学習会などのイベントが開催される予定です。お買い物だけではなく、交流の場所としてCO・OPきょうどう店をご利用ください！



旬の魚を
手間なく楽しめる
一品を提供！



食べてみて！

店内でネタをさばき、
シャリにこだわったお寿司

調理のご要望にもお応えします！気軽に声をおかけください！
魚のおいしい食べ方をご提案します。

お店限定からあげと
鉄板焼きのだし巻き玉子を
食べてみて！



地元の調味料を使ったお惣菜、お子さん向けのお弁当など、家族みんなが見て・選んで楽しめます！誰でも購入しやすい1個売りやハーフサイズもご用意！

富山・北陸の
おいしいものを
集めました！



富山の豆腐や北陸3県のパンが多く数そろい、
「慣れ親しんだ味」も「新しい発見」もあります！

試食を通して
お気に入りが探せる！



コープのお菓子の試食を実施！「食べて、知っていただく」ことにこだわります！

環境に配慮した サステナブルなお店

再生 プラスチックの利用

お店で使用するトレーは、再生プラスチックを使用し、石油由来のプラスチック使用量を削減します。

ごみの削減

生ごみを分解し、水(下水)として廃棄できる装置を使い、生ごみを削減します。

太陽光発電

店舗屋上に太陽光発電パネルを設置します。推定20万kwh(CO・OPきょうどう店の年間電力消費量の14%に相当)を発電できる予定で、電気使用によるCO₂排出量を削減します。

フードドライブ常設 (12月頃から常設予定)

店内にフードドライブを常設します。ご家庭で眠っている食品をお持ちいただき、いつでもフードロス削減の取り組みに参加することができます。



毎日の食事を陰で支える 食品添加物のチカラを学ぼう！

食品の製造や加工の際に、さまざまな目的で使われている「食品添加物」は、現代の食生活に深く浸透しています。具体的にどのような働きをしているのか見ていきましょう。

＼私たちが説明するよ！／



食品添加物の妖精

食品 添加物 の 役割と種類

1 腐敗や変色を抑える

微生物や有害物質を増やさないようにすることで品質を良い状態に保ち保存期間を延ばすことができるんだ★

主な食品添加物

●保存料 ●酸化防止剤 など

食品例

●水産加工品 ●加工肉 など

2 見た目や風味を良くする

食品だって印象が大事！色・ツヤを良くしたり風味を保ったりして「美味しそう」と思える工夫に役立っているよ♪

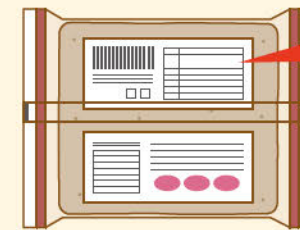
主な食品添加物

●甘味料 ●発色剤 など

食品例

●魚卵 ●飲料 ●菓子 など

どんな食品添加物が含まれているか確かめてみよう！



名称	こんにやく
原材料名	こんにやく芋精粉(国内製造)、海藻粉末／水酸化カルシウム(こんにやく用凝固剤)

原材料名欄に「／(スラッシュ)」で区切られた後から記載されている部分が食品添加物

他にも

- 別欄を設ける
 - 改行する
 - 線で区切る
- 方法で表示されているものもあります。

3 形や独特の食感を作る

原料を固めて違う形状にしたり、歯ごたえを良くしたり、バリエーションが豊富だと食べるのがもっと楽しくなるよね♡

主な食品添加物

●豆腐用凝固剤 など

食品例

●豆腐 ●寒天ゼリー など

4 品質を安定させる

食品は味や成分が均一であることが絶対！だからこそ原料をよく混ぜ合わせたり分離しないようにすることが大切なんだよ～◎

主な食品添加物

●乳化剤 ●安定剤 など

食品例

●マヨネーズ ●ジャム など

5 栄養価を強化する・補う

食品添加物には足りないもしくは加工時に失われた栄養を補うものや、もともとの栄養価を高めるものもあるって知ってほしいな★

主な食品添加物

●アミノ酸 ●ビタミン など

食品例

●サプリメント など

あんあんクイズ

正解者の中から抽選で20名様に
500ポイント進呈！

※ポイントの進呈は、とやま生協・コープいしかわ・福井県民生協の組合員が対象です。

今回の記事で紹介した「腐敗や変色を抑える」
役割がある主な食品添加物はどれでしょう？

① 安定剤 ② 酸化防止剤 ③ 乳化剤

注文用紙 >>> 6桁注文番号欄に応募番号[370200]を、注文数欄にクイズの答え(番号)を記入。

はがき >>> クイズの答え・郵便番号・住所・氏名・電話番号・ご所属の生協を明記して下記の宛て先まで。
当日消印有効

Web >>> ホームページの応募フォームから必要事項を入力。

応募フォームはこちら▶



応募締切

2025年11月21日(金)

(注文用紙は11月4回まで)

※お預かりした組合員個人情報は、あんあんクイズ、その他ご本人への通知に利用させていただきます。
※当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。

Webサイトもぜひチェックしてね♪

Webサイトでは過去の記事をはじめ、記事以外の情報や動画で詳しい内容を「いつでも」「気軽に」見ることができます。また、「あんあんクイズ」への応募も可能です。ぜひ答えてね！

サイトは
こちらから



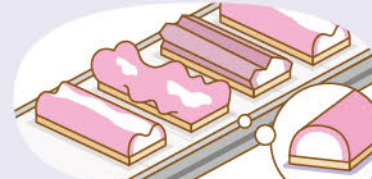
食品添加物を使わないとどうなる…？

1 食中毒のリスクが高まる



食品の長期保存や安定した流通が難しくなる

2 製造が難しい食品がある



食品の形を保てなかったり食感がバラバラになる

3 必要な栄養素をとりづらくなる



食品選択の幅が狭くなり栄養の偏りが起きやすくなる



食品添加物って普段何気なく食べているものに大きな影響を与えているんだね

だから新たな研究や情報をもとに都度安全の見直しもされているんだよ～



★Webサイトでは国やコープ北陸での食品添加物に関するとりくみについても紹介しています。



フォロー&
クイズへの回答で応募!

Instagramプレゼントキャンペーン

応募期間 10月6日(月)～10月19日(日) 23:59

応募方法 ①とやま生協Instagramアカウントをフォロー。
②「プレゼントキャンペーン」の投稿に、クイズへの回答をコメント。
→これで応募完了! さらに…「#とやま生協のたべれぽ」をつけて、生協商品の写真を投稿した方は当選確率がアップします!

Quiz
クイズは
こちら!

2025年10月に新しくオープンするお店の名前は何でしょう?

CO・OP○○○○○○店

○○○○○に当てはまる言葉をInstagramのコメント欄で答えてね!



とやま生協Instagram
フォローはこちらから

すでにフォローしている方の応募也大歓迎!

抽選で5名様に
「あると便利! コープのストック商品セット」
をプレゼント!

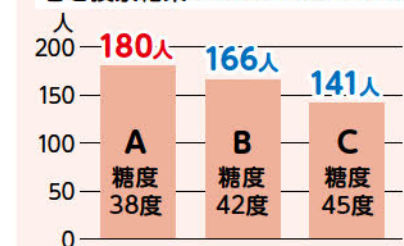


2026年度プライベートブランド商品化!

「味付乾燥きんとき」 甘さ投票結果発表!!

新しくとやま生協のプライベートブランド商品となる「味付乾燥きんとき」の甘さを決定するため、組合員の皆さんや職員、合計 487 人に試食していただき、好きな甘さに投票していただきました。

甘さ投票結果 (投票参加人数 487人)

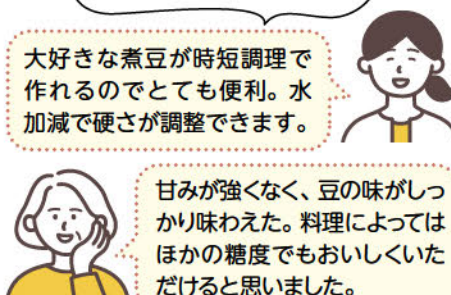


A (糖度38度) が1位で、甘さ控えめが支持されました。2位はB (糖度42度) でした。
しかしながら、糖度38度だと「糖蜜の日持ちが短くなり、製造コストが高くなる」ことが判明したため、**現行品 (糖度42度) より糖度を控えた糖度40度でプライベートブランド化をすすめます。**

「味付乾燥きんとき」とは?

- 北海道産の金時豆と砂糖のみを使用した味付きの乾燥豆
- 水を加え、約10分お鍋で煮るだけで簡単に煮豆が作れる!
- 蒸しパンや豆ごはんなど、シンプルだからアレンジも自在!

試食した皆さんの感想



試食してね! 10月に各ブロックで開催される「とやませいきょうまつり」で糖度40度のきんとき豆の試食を行います! ぜひ味を確かめてください!

リアン1月号でも特集予定!
お楽しみに!

大切なお知らせ

10月1回より、食品カタログが新しく1冊になりました!



カタログが
いくつもあって
見にくい...

という組合員の声に応じて
「コープファミリー」
「ゆとろぎ+」が
1冊にまとまります!



新しいカタログの
嬉しいポイント

文字や写真を大きくし、
見やすく、探しやすい
なります!

少量サイズや簡単に
調理できる商品の
品ぞろえがさらに充実!

こだわりの商品やお取り寄せ商品など、
新しい「お楽しみ」も!
コープファミリー 14～19 ページに
「ゆとろぎ+」コーナーが誕生します!

迎春商品の「先行予約」を開始しました!

「先行予約」は「迎春早割」企画よりさらに買い得! 年末年始に大活躍の調味料や乾物、飲み物やお菓子がお得にまとめ買いできます!

先行予約のカタログ配布 10月4回・10月5回 (10月6日～10月17日)

注文受付期間 10月13日(月)～10月24日(金)



お正月に欠かせない「おせち」はこちらでチェック!

年末宅配商品専用カタログ

年末年始の食卓を豪華にするお肉や海鮮、おせちを1冊にまとめました!

10月13日(月) から11月21日(金) まで、ゆっくり選んで注文できます!

※このカタログに掲載された商品は、年末に宅配便でお届けします。

年末宅配商品専用カタログ配布 10月4回・10月5回 (10月6日～10月17日)

注文受付期間 10月13日(月)～11月21日(金)

6週間ゆっくり選べる!



迎春早割期間終了
まで保管を
お願いします。

早割が
お得!

生協の冬ギフト

受注期間: 10/13(月)～12/7(日)

お得な早割注文は11月23日(日)まで! (宅配での注文書受付は11月21日(金)まで)
eフレンズでご注文なら受注期間中ずっと早割価格でご利用できます。

お世話になった方、大切な方へ...

「生協の冬ギフト」を贈りませんか?

地元富山の名産品、スイーツ、お酒、フルーツ等々、
種類豊富にご用意しております!

ご自宅への発送も可能です



詳しくは
こちらから

帰省の手土産に

ご自分へのご褒美に



お留守でも
配達します

配達料
無料

とやま生協の 灯油宅配

50リットル (ポリ容器 約3缶) からご利用いただけます!

配達のお申し込み・
お問い合わせは

☎0120-20-4761 (有) とやませいきょうサービスまで
受付時間 月～金 9:00～18:00

灯油価格、配達曜日
などの詳細は
こちらから



とやま生協の組合員限定

燃焼機器のトラブル対応も承ります!

現地調査・お見積もりは無料

ホームタンクの
交換・設置
工事



石油給湯器の
交換・設置
工事



油漏れ・
配管修繕



寒くなる前に
早めの準備!



組合員活動情報

コープでくみかつ

募集 & 報告

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 8:30～19:00)
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→

とやませいきようまつり
に行こう!

ステージイベントや飲食コーナー、
お買い得品いっぱいの直売コーナーなど、
楽しい催しがいっぱい!
各会場の詳細はホームページでも
お知らせしています!

詳しくは
こちらから↓

in 西部

開催日時 10月11日(土)
11:00～14:00

会場 西部センター
高岡市戸出春日 658-1

in 富山

開催日時 10月18日(土)
11:00～14:00

会場 富山センター
富山市金屋 555
澤武紀行さんのコンサートは 11:30～に
変更になりました。

in 東部

開催日時 10月25日(土)
11:00～13:30

会場 東部センター
魚津市本江 2914-2

会場ではフードドライブ、羽毛(ダウン)製品の回収を実施します。詳しくはホームページ、各ブロックで配布のチラシをご覧ください。

おしゃべりCafé

「おしゃべりメモ」を提出すると500ポイントプレゼント!

気軽に楽しく! 自宅や職場でおしゃべりしましょう!

おしゃべりCaféの様子を
投稿しよう!

おしゃべりメモをwebフォームから入力
&開催風景の画像を添付していただくと
さらに宅配で使える200ポイント
プレゼント(期間内提出分のみ)

開催方法

①好きな生協商品を注文して2人以上で集まります!

組合員を含む、2名以上で開催可能。家族のみは不可、子どもの数は含みません。
1人2回まで参加できます。ただし、代表者としての参加は1回のみです。

②おしゃべりCaféを開催しよう!

開催期間 11月30日(日)まで (おしゃべりメモ、画像提出は12/7(日)まで)
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

宅配で利用できる500ポイントがもらえるよ! (代表者のみ)

詳しくは、10月20日(月)～24日(金)に配布のチラシをご覧ください。

募集

全体

2025年度 第3回産直交流会

和歌山県・有機の会へみかんの収穫体験に行きましょう

「味が濃くておいしい」と長年親しまれている「黒潮みかん」の産地(和歌山県)へ行って、どんな場所で、どのように栽培されているかを学びましょう。収穫体験も行います。

収穫体験は山の斜面にあるみかん畑で行います。
そのため、足腰に自信のある方の応募をお待ちしております。

こちらの二次元コード
からも応募できます→

開催日/11月27日(木)・28日(金)の1泊2日

参加費/19,800円

(27日の夕食・28日の朝食・ホテル代を含む)

※行き・帰りの昼食は各自負担

申込締切/10月31日(金)

定員/22名

バス乗車場所/①富山センター(富山市金屋555)

②西部センター(高岡市戸出春日658-1)

スケジュール(予定)

●11月27日(木)

6:30 富山センター発→7:00 西部センター経由→

14:30 和歌山有機の会へ到着・出荷作業見学・体験→夕食・交流会

●11月28日(金)

7:30 ホテル出発→8:00 収穫体験→12:00 みかん畑を出発→

18:50 西部センター着→19:30 富山センター着

主催/産直推進委員会

お申し込み・お問い合わせ/コールセンター☎0120-555-192



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

全体

第3回コープでわくわく企画
漁師文化体験

富山湾のキトキトな魚が漁獲されてから食卓に並ぶまでのサイクルを現役の漁師と交流しながら学びます。漁師体験、魚の選別、競り、魚のさばき方や調理などを体験し、漁師鍋をいただきます。

開催日時/11月3日(月・祝) 9:00～12:00

申込締切/ Webでの受付締切 10月19日(日)

コールセンターでの受付締切 10月17日(金)

開催場所/富山市水橋漁港 ※現地集合

主催/組合員活動支援 G

講師/水橋漁民合同組合

協力: 合同会社遊水会、(一社)地域・観光マネジメント

対象/小中学生の親子

託児の有無/なし

参加費/1組 1,000円(1組の大人は2名まで)

定員/組合員親子 100名



申込みはこちらから



かご網漁体験

募集

全体

片付けが変われば、暮らしが変わる
整理収納セミナー

収納のプロ・浮田美紀子先生が伝えるスッキリ暮らすための第一歩。「片付けが苦手…」という方も大歓迎! 毎日がちょっとラクになる整理と収納の基本を、楽しく学んでみませんか?

開催日時/11月15日(土) 10:00～12:00

申込締切/10月24日(金)

開催場所/富山センター

主催/くらしの助け合いの会「にこりな」

講師/整理収納アドバイザー・クラデュース株式会社

代表 浮田美紀子先生

託児の有無/なし

参加費/無料

定員/40名



申込みはこちらから



浮田美紀子 先生

報告

全体

「2025ピースアクション in ヒロシマ」に参加しました

被爆・戦後80年
平和とよりよい生活のために詳しい報告は
こちら

広島・長崎両県生協連と日本生協連では被爆体験の継承や核兵器のない世界への思いを共有する場として、「ピースアクション」に取り組んでいます。

8月4日・5日、被爆・終戦 80 年の節目に広島市で開催された「ピースアクション in ヒロシマ」に全国の生協が集まり、とやま生協からは組合員親子 4 組 8 名が代表として参加しました。

7月21日(月) 事前学習

とやま生協の代表として参加する親子が集まり、これまでのピースアクションの取り組みについてや、アジア太平洋戦争、原爆投下の経緯などについて学習しました。



原爆の威力を再現した
動画などを真剣に
見て学びました。

8月4日(月)・5日(火)
ピースアクションinヒロシマ参加

被爆の証言を聞く分科会や資料館の見学を通して、戦争や原爆がもたらした被害の大きさ、被爆者の苦しみや若い世代に伝えたい思いなどをじかに学ぶことができ、平和について深く考えるきっかけになりました。また、組合員の皆さんが平和への想いを込めて寄せてくださった「平和の折り鶴」も「原爆の子の像」に奉納しました。



組合員から寄せられた
折り鶴を参加者が
千羽鶴にし、広島
へ届けました

参加したお子さんの感想

原爆で家族を亡くした人の話を聞いてふつうの毎日が大切だとわかりました。話し合うことが平和につながると思います。やさしい気持ちを大事にしたいです。

施設紹介 とやま生協 輝くろべ

「座る」からできることを広げていく

とやま生協 輝くろべ(以下「輝くろべ」)は、黒部市牧野にある小規模多機能型居宅介護施設。利用者さんやご家族の都合に合わせて、通い・泊り・訪問介護を組み合わせ利用できます。

車いすを使う利用者さんが多い「輝くろべ」では、「生協10の基本ケア」の中で下肢筋力をつけてもらうことに特に力を入れています。施設内でいすに座り替えて過ごしていただくのはもちろん、利用者さんに職員が付き添い、「おじぎ体操」「尻上げ体操」や、立ち上がりのリハビリを行ってもらっています。これは、いすにしっかり「座れる」ことで、日常生活の中でできることが広がるからです。**自分の力で座る・立ち上がることができる**と、**トイレや入浴ができるようになったり、ご家族の車に乗って一緒にお出かけができたりと、利用者さんのくらしが豊かになり、元気に過ごしていただける時間がより長くなります。**

「輝くろべ」で過ごしながリハビリを続けたことで、トイレに行けるようになる利用者さんもあり、自宅でのくらしを続けるために役立っています。

職員が一丸になって考えるサポート

利用者さんに施設で安全に過ごしていただくためには、職員の介助が欠かせません。

輝くろべでは、**利用者さんに対してどのようなサポートが必要かを職員みんなで考え、全員が「正しい介助」ができるようにしています。**利用者さんの体格や、不自由な部分はそれぞれ。安全に立ち上がってもらうにはどのように支えるかを考え、意見を出し合い、利用者さんの残存能力を活用し自立を支援しています。

在宅生活には施設とご家族の連携が欠かせない

「住み慣れた自宅で過ごしたい」と利用者さんが望んでも、家庭の事情によっては、誰かの助けがなくては、その希望が叶えられないことがあります。「輝くろべ」では、**ご本人やご家族の都合に合わせて、利用日の直前まで予定の変更に対応し、ご家族のご負担を減らせるようにしています。**また、家での介助方法をアドバイスすることも。

これからも**家庭と施設、両方から利用者さんを支えることを大切に**、利用者さんの「自分らしいくらし」を叶えていきます。



立ち上がりの動作のために、自然な体重移動でお尻を浮かせられるように練習。

利用者さんの身体の状態に合わせて、どこをどんなふうを支えるか、職員みんなで共有しサポートしています。職員の「がんばって〜」という励ましに利用者さんも「がんばる!」と応え、取り組んでくれています。



座ってやる作業も上半身や手の運動!利用者さん同士で役割分担をしながら作業して下さることも。

ちょっとしたお手伝いをお任せすることは、運動だけでなく利用者さんのやる気ややりがいにもつながっています。

ゴミ袋として使う袋を丁寧にたたんでくださいました。

桜井高校から実習に来られた生徒さんとカレー作り。料理は頭や手先を使うことにつながります。利用者さんも張り切って参加して下さることで、生活リハビリになっています。



とやま生協 輝くろべ

黒部市牧野 750 番 1
☎0765-33-4515

介護の相談
施設見学
受付中!

とやま生協 輝くろべ
ホームページ



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

宅配の品数に対して箱(シッパー)が多すぎではないですか。ヨーグルト1個で1箱、レタス1個で1箱の2箱で届きました。商品の種類が違うのはわかりますが、もう少しまとめられますか?

A

「良い商品を良い状態でお届けする」ために、温度帯別に箱(シッパー)に仕分けしています。

とやま生協では、商品に適した「温度帯」別に仕分けを行っています。

「冷凍」商品は冷凍の状態、「冷蔵」商品は冷蔵の状態、野菜や果物などの「青果」商品は鮮度が保たれる状態、ドライ商品は常温の状態で仕分けされ、物流センターから配送センター、組合員さんのお宅へお届けします。それぞれの温度帯で1点のみの注文の場合は、箱(シッパー)の中に1点のみ入れられてお届けとなります。今回の「ヨーグルト」と「レタス」では、冷蔵のヨーグルトで1箱、青果のレタスで1箱と、合計2箱でのお届けになります。

温度帯が違う商品を一つの箱に入れると商品の劣化につながりますので、「良い商品を良い状態でお届けする」ために、温度帯別に箱(シッパー)に仕分けしています。

ご理解いただけますように、お願いします。



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)	牛乳パック	卵パック	食品トレイ(白のみ)
回収量	175t 回収率 55%	1.4t 回収率 23%	1.4t	1.7t (4~6月分)	182kg

※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

返却時のお願い ▶▶ カatalog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/2025年8月27日(水)

承認・協議・確認事項

●2025年度7月度の事業・活動および経営報告の件
・7月度の全事業合計は15億173万円(計画比98%)でした。

・7月1日から、地産地消の再生可能エネルギーでつくられた「とやま水の郷でんき」を導入しました。

●2025年度12月事業及び年末商品取組方針の件
・年末年始の事業計画や配送日程、迎春試食会について確認しました。

●CO・OPきょうどう店準備状況報告の件
・オープンに向け、建設状況や採用状況について確認しました。

事業報告 2025年7月現在

組合員数/138,478人 出資金/88億7,660万円

●全事業合計 56億9,248万円(計画比99%)

事業分野別実績

宅配事業 52億904万円 (計画比99%)	生活支援事業 1億8,494万円 (計画比102%)	福祉事業 1億7,613万円 (計画比98%)
共済事業 4,836万円 (計画比98%)	店舗事業 7,055万円 (計画比97%)	太陽光発電事業 343万円 (計画比93%)



テーマトーク

「旅の思い出」

●学生時代に北海道の富良野と美瑛を一人で旅したことです。富良野では『北の国から』推しのご夫婦と出会い、同行させていただきながら関連スポットをめぐり、解説もしていただくという贅沢でありがたい時間を過ごしました。そのご夫婦が富山に来られた際には、恩返しに、私の車で富山の観光スポットめぐりをしました。

滑川市 テイクさん



●スケートが好きな友人に誘われて、初めてアイスショーを見に横浜に行きました。テレビで見ていたあのメダリスト達が、目の前を颯爽と滑っていき、そして、ジャンプ！イナバウアー！今でも、最高の思い出です。

黒部市 サンキューさん



●ブルーインパルスをみるのに氷見に一泊小旅行しました。素敵なお宿に泊まり、お料理とお風呂を堪能し、次の日は念願のブルーインパルス！最高の旅になりました。自分へのご褒美旅行です。次はどこに行こうか考え中(笑)

富山市 まゆげさん

●昨年、数年ぶりに家族旅行をしました。あとかから旅行の写真をみるといつの間にか私が家族で1番小さくなっていました。旅行をして子ども達の成長を改めて感じました。

富山市 ヤマショウさん

●旅といえば温泉。以前、山の中の温泉宿で露天風呂から見た、空いっぱい広がる綺麗な星空が忘れられません。

魚津市 ももりんさん

●とても暑い日、家族3人で富士山を見に行きました。曇っていて山は見えなかったけれど、パパに抱っこされた子どもの笑顔が、空より明るく輝いていました。

富山市 すめたさん

●夫とまだお付き合いしている頃の話ですが、温泉旅行で夕飯を食べすぎた私は気持ちが悪くなりお部屋でダウン！そのタイミングでプロポーズされました(笑)記念写真の私の顔色がとても悪く、今でも笑い話です！

入善町 食いしん坊さん

●7歳、5歳、3歳の孫を連れて、電車とバスを乗り継いでコスモアイル羽咋へ1泊2日の旅をしました。初めて親元を離れていこと出かけることに孫たちはテンションMAX。ばばもチャレンジャーだったなど、思い出しては笑みがこぼれます。

砺波市 なみちゃんさん

フリートーク

●主人が乗車用草刈機で、もと田んぼだった場所の草刈りを始めると、必ず1羽のカラスがやってきて、ずっとその様子を見ています。我が家では、『黒い監督』が今日も来た』で通じます。あのカラスと話してみたいなあ。

滑川市 ちゃびさん

●お盆におばあちゃん家に行ったので、手作りの干し芋を渡しました。渡したらすぐに食べてくれて「上手に作ったねえ」と言ってもらえて嬉しかったです！

朝日町 みさまるさん



リアン
バックナンバーは
こちらから



我が家の推し商品

これいいね! NICE

みなさまから寄せられたおすすめの推し商品をご紹介します!
「美味しい!」「簡単!」「便利!」がいっぱい!
あなたも試してみてくださいませんか。

ライスバーガー(焼肉) 10月4回

●子どもの夏休みの昼食に重宝しました。味付けもおいしく、大好評です。

富山市 キウイ兄弟さん



富山県産大豆油揚げ 10月4回

●煮物にするととても味しみがよいです。厚さもあり食べ応えがあります。昔、母が作っていた煮物の油揚げの味に久しぶりに出会ったなと思いました。

高岡市 オクラさん



山彦酢豚セット 10月4回

●酢豚がオススメです。家族皆大好きで、お肉とタレがセットになっているので、時短でさっと野菜を切って炒め合わせるだけで簡単です。美味しいと言ってくれるので月に何度も作ります。プームの時には週に2回作っていました。

高岡市 チロママさん



CO&Sラチ十勝豚丼のたれ 10月5回

●十勝の豚丼のたれは、焼き肉にも合います。家族全員好きです。

立山町 ユカリンさん



お徳用八宝菜春巻き 10月5回

●我が家は麻婆豆腐と一緒に食卓に並べます。失敗なく皮がパリッと揚がります。ぜひ一度召し上がってみてください。

黒部市 猫村えみさん



薬用エルベナソープ 10月5回

●泡立ちも良く長持ちするので、何年も愛用しています。

射水市 ほっちゃんさん



チキン南蛮 10月5回

●とってもおいしいです。外はカリカリ、中はふっくらジューシーな鶏肉、甘酢ダレが食欲をそそります。たっぷりの玉ねぎをレンチンして下に置いて食べてます。オールシーズンおいしいです!

砺波市 naopeeさん



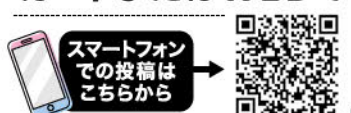
COOP 骨取りかれののみりん漬け 11月4回

●味がしっかりついているので、お弁当のおかずになれるとごはんが進みます。4歳と2歳の孫も喜んで食べてくれます。

富山市 しげしげさん



お便りの投稿・クイズの応募は16PのおたよりカードまたはWEBで



お便り募集!!

募集テーマ
「冬こそ食べたい○○」

生協のイベントに参加した感想もぜひお便りで教えてください!

フリートーク、我が家の推し商品情報、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 500ポイントプレゼント!!

※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。

今月のクイズ

問題 「地場産小松菜(少量)」が掲載されている商品カタログは? ○○○○コープ

締め切り 10月24日(金)

10月号だけのスペシャルプレゼント! クイズ正解者の中から抽選で20名に500ポイントをさしあげます

8月号のクイズの答え

富山市 経堂

応募総数469通、正解者数454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10/6(月)~10/10(金)の週にお届けしています。

とやま生活協同組合の商品を使って作る

レッツクッキング

高岡市 popo さん 投稿レシピ

調理時間 10分 1人分 86kcal

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)

お弁当にもぴったり

こどもが大好き!
サーモンの照焼き材料
(分量/4人分)使い方いろいろサーモン切り身(180g)・・・1袋
焼き油・・・・・・・・・・・・・・・・・・適量

- A
- 醤油・・・・・・・・・・・・・・・・大さじ1
 - 砂糖・・・・・・・・・・・・・・大さじ1/2
 - みりん・・・・・・・・・・・・・・大さじ1/2
 - しょうが(チューブ)・・・・・・2～3cm

作り方

- 1 解凍したサーモンの水気をふく。
- 2 Aを合わせてたれを作る。
- 3 フライパンでサーモンを焼く。(少し焦げ目がつくくらい)
余分な油があれば、ペーパーなどで吸い取る。
- 4 たれを入れて絡める。



使い方いろいろサーモン切り身

今回使ったのはこれ!!

POINT!!

余分な油を吸いとることで、
たれが絡まりやすくなりますいつでも見られるよう
インスタで保存!!普段ご家庭で作っているカンタン
レシピを大募集中! 採用された
方にはコープ商品をプレゼント!分量も
適当で
OK!!

✂ キリトリ

2025
10月号
VOL.43
OCTOBER

リアン

おたよりカード

広報グループ行

WEBでのクイズ
おたより投稿は
こちらから →

組合員コード

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

15Pのクイズの答え

このカードであんあんクイズには応募できません。

よかった・面白かったと思うコーナーに3つまで☑をつけてください

- | | |
|--------------------------------------|--|
| ☐ 今月のピックアップ商品 | ☐ 特集「CO・OPきょうどう店 グランドオープン!」 |
| ☐ あんあんニュース | ☐ 8～9P お知らせ |
| ☐ 福祉のへや | ☐ 10～11P イベントインフォメーション |
| ☐ リアンのひろば | ☐ みんなの声を聞かせて! |
| | ☐ リサイクル・理事会・事業報告 |
| | ☐ レッツクッキング |

おたより記入欄

- | |
|--|
| ☐ テーマトーク「冬ぞこ食べたい○○」 |
| ☐ フリートーク |
| ☐ おすすめ商品 |
| ☐ レシピ投稿 |

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。

