

くらしとなかま

KURASHI TO NAKAMA

くらし豊かに
なかまとともに

2014 No.473

4

無料
ご自由にお持ちください

2 特集 みんなの力で再建40周年

SPECIAL EDITION

4 今月の逸品 オリーブオイルのある豊かな食卓 エキストラバージンオリーブオイル

6 声にこたえて／おかげさまで再建40周年

／たべる・たいせつ きほんのき

8 インフォメーション コープファームおかやまの トマトの準備がすすんでいます

／理事会だより

9 おかやま春夏秋冬「津山市 清眼寺」

10 みんなの広場

12 旬レシピ

おかげさまで
40th anniversary
CO-OP
OKAYAMA

フルーツヨーグルトサンド

材料(4人分)		1人前あたり:309kcal
コーププレーンヨーグルト	450g	
生協食パン(6枚切り)	4枚	
はちみつ	大さじ2	
バナナ(輪切り)	1本	
キウイフルーツ(半月切り)	1個	
いちご(2等分)	8個	

作り方

- 1 ボウルの上にザルを置き、キッチンペーパーを敷く。ヨーグルトを入れて一晩水気を切る。
- 2 2等分した食パンに①を塗って②をのせ、はちみつをかける。

くらしとなかま

2014年 4月号 第473号 発行日/2014年4月1日 発行/おかやまコープ 理事長 平田昌三 編集/組織本部 〒700-0026 岡山市北区春遊町二丁目七十七 TEL 086-256-2511(代)



アスパラガス

アスパラガスのスティック春巻き

【材料(4人分)】	
グリーンアスパラガス	8本
赤パプリカ	1/2個
ピザ用チーズ	100g
春巻きの皮	8枚
揚げ油	適量



1人前あたり
270kcal

作り方

- ① アスパラガスは根元の固い部分を切り落とし下のほうは皮をむき、縦半分に切る。パプリカは太めのせん切りにする。
 - ② 春巻きの皮を半分に切り、①とチーズを等分にのせてまぐ。皮の一方から穂先を出して巻く場合はチーズを根元側にのせる。
 - ③ フライパンに油を1～1.5cmの深さに入れて熱し、②の巻き終わりを下にして入れる。きつね色になったら裏返して両面揚げ焼きにする。
- ※パプリカの代わりに、トマトを棒切りにして種と水気を取って同様にしてもよい。

アスパラガスのマヨネーズ焼き

【材料(4人分)】	
グリーンアスパラガス	100g
生しいたけ	8枚
赤パプリカ	1/2個
にんにく(みじん切り)	1片分
ベーコン(1cm幅に切る)	3枚
マヨネーズ	大さじ1と1/2
味噌	小さじ2
砂糖	小さじ1
塩・こしょう	各少々
オリーブ油	大さじ1



1人前あたり
145kcal

作り方

- ① アスパラガスは根元の固い部分を切り落とし下のほうは皮をむき、3～4cmの斜め切り、しいたけは2～4つ切り、パプリカは太めのせん切りにする。
- ② フライパンに油を熱し、にんにくを中火で炒め香りが立ってきたらベーコンを炒め、①とあらかじめ混ぜておいたマヨネーズを加えて炒め合わせる。塩・こしょうで味を調える。

現在の品種は明治以降に導入されたもので糖質が多い。特有の芳香があり、その刺激成分は硫化アリル(涙の原因)で、加熱により甘味の強い物質にかわる。密閉せず通気性のよい所で保存。葉タマネギや白タマネギ(早生種)は日持ちがしにくいので、早めに使うか炒めて密封して冷凍保存。

玉ねぎ



玉ねぎの和風サラダ

【材料(4人分)】	
新玉ねぎ	250g
めんつゆ(2倍濃縮)	小さじ2
酢	小さじ2
青しそ(せん切り)	4枚
削り節	適量



1人前あたり
29kcal

作り方

- ① 玉ねぎは横に薄切りにし、辛みがあれば水に放ち水気をよく切る。
- ② ボウルに①を混ぜ、食べる直前に、③を和えて器に盛り④をかける。

玉ねぎとあたりめのかき揚げ

【材料(4人分)】	
玉ねぎ	300g
あたりめ	20g
青しそ	4枚
小麦粉	50g
片栗粉	50g
水	50cc
揚げ油	適量



1人前あたり
848kcal

作り方

- ① 玉ねぎは薄切り、あたりめは3cmの長さに切り細く裂く。青しそは適当な大きさにちぎる。
 - ② ボウルで①を混ぜ③を入れて混ぜ合わせ、水を加えてさっくり混ぜる。
 - ③ 160℃に熱した油に、②を木じゃくしの上に平らに広げて、滑らすように静かに入れ、途中で裏返して両面を揚げる。
- ※あたりめが固くて苦手な場合は、剣先するめに代えてもよい。

みんなの力で再建 40周年

これからも、くらしに 役立つ生協に

おかやまコープは、今年7月に再建40周年を迎えます。記念するこの年をみんなで祝うとともに、一人ひとりが生協の価値を再認識して、将来に夢や希望の持てるおかやまコープにしていきたいですね。再建40周年の記念企画を紹介します。

記念事業としてトマトの生産をはじめます

瀬戸内市牛窓町の耕作放棄地を活用してすすめるトマト生産の準備がすすんでいます。

「おかやま育ち」の安全、安心なトマトです。

夏頃から収穫が始まり、新鮮でおいしいトマトをお届けできる予定です。



糖度と酸味のバランスのとれた県産のおいしいトマトです。

8ページもあわせてご覧ください。

コープフェスタ2014

2014年9月27日(土)
in コンベックス岡山

再建40周年の記念イベントとして40周年を祝いアピールする場として、盛大に開催します。

組合員へのインタビュー

40年前の思い出話など、ぜひお聞かせください。

40周年記念 作文募集

おかやまコープ40周年への想いや願いを作文にしてお寄せください。(6月、募集予定)

ど〜んと40周年ありがとう♡セール

感謝をこめて「40」にちなんだ特別価格や企画にご期待ください。

10年後こんなことが できたらいいね

10年後、こんな生協でありたい」という想いや願いが組合員や職員から寄せられました。その声をもとにおかやまコープの長期ビジョン(案)をまとめています。厳しい情勢に対して、生協への期待が高まっている今だからこそ、みんなが元気になるビジョンでありたいと思います。

行政・他の協同組合・NPO・学校・町内会などのつながりが広がっています。

くらしの変化に対応し、地域に密着した活動がすすんでいます。

赤ちゃんにも子育て世代にも高齢者にも優しく、元気な中高生も応援しています。

くらしのシーンを、生協がまるごとサポートしています。

ほぼ過半数の世帯が生協に加入しています。

どの世代からあてにされています。

「おかやま育ち」の商品が増えて広がって、地産地消や食料自給率をもっと向上しています。

毎日の食卓に、生協の商品が並んでいます。

おかやまコープのビジョン

つながり支えあって育む 笑顔広がる心豊かなくらし

安心感に包まれ、夢や希望が持てるくらしを目指して、つながりを大切にし、それぞれの強みを生かしながら支えあい、地域社会の中で役割を發揮していきます。

こんなことができたらいいね!!

健全な組織運営と安定した経営を行っています。

平和への想いをつなぎ続けます。

いつまでも被災地に望まれる支援をしています。

誠実で信頼され続ける職員であり続けます。

くらしを支える事業に挑戦し続けています。

毎日のお買物が楽しいコープのお店が、地域の中でもっと増えています。

共済の輪がもっと広がっています。

食の安全安心においては「県のリーダー」であり続けています。

商品のお届け方法や仕組みを研究しています。

福祉事業が地域の中でもさらに浸透しています。

たくさんの方が利用される宅配事業に成長しています。

これからもくらしのいろんな場面で、生協があってよかったなと思えるおかやまコープであって欲しいです。

エキストラバージンオリーブオイルは、
どんな料理にもお使いいただけますが、
風味を楽しむには生(そのまま)がおすすめです

co-opピュアオ
リーブオイルは
炒め物や揚げ
物など加熱す
る料理に適し
ています。



お好みで、バジルやレモン、松の実などを
軽く刻みオリーブオイルに漬け込んで、
素材と一緒に味わいましょう。

サラダにそのまま、カルパッチョ、
マリネ(魚系)が特におすすめ。

トマトとの相性も抜群です。

おいしい風味が損なわれないうちに
早めに使いきりましょう。

豆腐にも



パンにも



株式会社
J-オイルミルズ
しらはま しげと
白浜 成人さん

co-op オリーブオイルのある豊かな食卓

エキストラバージン オリーブオイル



今月の逸品
Excellent article
this month

遮光フィルムで
フルーティな風味を
守っています

商品

エキストラバージン
オリーブオイル (400g)

4月3回 399円
宅配予定価格 (税抜価格 370円)



絞られたての鮮度を保ったまま
スペインから日本へ

古代より地中海沿岸で食
用されてきたオリーブオイル。
今や全世界に利用が広がり、
日本でも食卓にのぼることが
多くなりました。オリーブオ
イルのヨーロッパでの生産国は
スペイン、イタリア、ギリシャと
続き、種類は世界に約千種あ
ります。



スペインから日本へ

コブのオリーブオイルはス
ペインから輸入しています。そ
の際、酸化を防ぎ鮮度を保持
するため、現地で瓶詰めせず、
窒素入りのバルクで輸入し、
国内でボトルに1本ずつ充て
んします。

一本で、どんな料理にも合う
使いやすい風味!

生のオリーブの果実を絞った
だけのものを「バージンオリ
ブオイル」といい、最高級グ
レードのものが「エキストラバ
ージンオリーブオイル」です。コブの
「エキストラバージンオリーブオ
イル」は、鮮度にこだわった本
格的な香りが特長です。オ
リーブオイル初心者にも好ま
れるクセのない風味です。

スペインで日本で、味と香りを
何度も厳しくチェック!

オリーブオイルの味と香り
は、品種だけでなく天候にも

大きく左右されるため、現
地の鑑定士が厳密に管理し
たオイルを調達します。輸入
する前にサンプルを評価し、
合格したもののみ輸入を決
めます。日本に到着後も、品
質分析や風味検査などの確
認を繰り返して、安心の商
品を完成させています。



「風味を守るといことはとても難しく、プレッシャーもありますがやりがいを感じています。」

J-オイルミルズ
横浜工場品質管理室鑑定士の
みなさん

オリーブオイルでごちそうメニュー

アレンジレシピは
こちらから♪



1人前あたり
326kcal

がっつり、ベーコンと 春野菜のおかずサラダ

【材料(1人分)】			
COOPベーコン	1枚	COOPエキストラバージン	
春キャベツ	2枚(約100g)	オリーブオイル	大さじ1
新玉ねぎ	1/4個	塩	小さじ1/2
グリーンアスパラガス	2本	酢	小さじ1
スナップえんどう	2さや	温泉たまご	1個
ミニトマト	2個		

作り方

- 1 ベーコンは半分の長さに、春キャベツは食べやすい大きさに切り分ける。新玉ねぎは1cmの厚さの輪切りに、アスパラガスは根元の固い部分を切り落とし、半分の長さに切る。スナップえんどうは筋を取り、ミニトマトはヘタを取る。
- 2 フライパンでベーコンを焼き、取り出す。
- 3 ②のフライパンにオリーブオイルを足し、野菜を両面、焦げ目がつくように焼く。
- 4 ②と③を皿に盛り、全体に塩をふり、酢を回しかける。
- 5 温泉たまごをのせてからめていただく。

*野菜は焦げ目をつけて焼くと香ばしく、旨みが増す。



1人前あたり
221kcal

イカのカルパッチョサラダ

【材料(4人分)】			
生いか(刺身用を薄切りにしたもの)	100g		
ズッキーニ(薄い輪切り)	1/4本		
ミニトマト(4等分)	4個		
水菜	1/6束		
塩	少々		
COOPエキストラバージンオリーブオイル	大さじ1		

作り方

- 1 水菜は洗って水気を切り、根元を切り落とし、3cmの長さに切る。
- 2 皿に生いかを並べ、上に水菜、ズッキーニ、ミニトマトをのせる。全体に塩をふり、オリーブオイルを回しかける。

*オリーブオイルとしょうゆを混ぜ合わせたものをかけても美味しい。
*生いか(刺身用)の代わりにいかそうめんでもとっても美味しい。



1人前あたり
227kcal

あじのソテー サラダ仕立て

【材料(4人分)】			
あじ(三枚におろす)	4尾	かいわれ大根	1/3パック
塩・こしょう	各少々	マッシュルーム	3個
薄力粉	適量	レモン汁	適量
にんにく	1片	グリーンアスパラガス	4本
COOPエキストラバージン		オレング・トマト	各1個
オリーブオイル	大さじ1	イタリアンドレッシング	大さじ4~5
レタス(一口大)	2枚	パセリのみじん切り	大さじ1

作り方

- 1 マッシュルームは薄切りにして、レモン汁をふる。アスパラガスは、固い部分を切り落とし固めに塩ゆでし、1cmに切る。オレングは皮をむき、半分はくし型に、残りは5mm角に切る。トマトも5mm角に切る。
- 2 イタリアンドレッシングに、①の角切りのオレングとトマトを合わせてドレッシングを作る。
- 3 あじに塩・こしょうをし、薄力粉をまぶす。フライパンに包丁の腹でつぶしたにんにくとオリーブオイルを入れて弱火で熱して香りが出たら、取り出す。あじを入れて両面よく焼く。
- 4 器にレタス、かいわれ大根、マッシュルーム、オレング、③を盛り、②のドレッシングをかけ、パセリのみじん切りを散らす。



おかげさまで再建40周年 ①

おかやまコープは、岡山県を区域として活動する生活協同組合（生協）です。生活協同組合は、よりよい暮らしを願う組合員一人ひとりが主役となり、「出資・利用・運営」を行なう組織です。このコーナーでは、おかやまコープのあゆみや組合員の思い出、元気あふれる職員などを紹介します。

おかやまコープのあゆみ

1974年	旧「岡山生協」倒産。再建へ向けてスタート。 【組合員数】504人	1987年	【組合員数】10万人
1978年	開発商品第1号の食パンの誕生。	1988年	第1号店 コープ大野辻オープン。
1979年	新配送センター（現・東岡山センター）完成。共同購入で冷蔵・冷凍商品のお届けが可能に。	1992年	オルガ開設。
1981年	【組合員数】1万人	1994年	【組合員数】20万人
1983年	OCR注文書スタート。	2000年	福祉事業スタート。
1984年	【組合員数】5万人	2006年	コープCSネットでの共同購入チラシ統一。
1985年	商品センター（岡山市南区藤田）が完成し、班別の商品仕分けが可能に。	2007年	デイサービス開設。 【組合員数】30万人
		2011年	夕食宅配サービス県南拡大。
		2014年	【組合員数】33万人（2月末）



賞味期限表示

アイスクリームに賞味期限表示がないのはなぜ？



アイスクリームは温度管理がきちんとしていけば長期保存が可能な商品です。そのため、賞味期限表示を省略することができるとJAS法に定められています。しかし一度溶けると食感や形状が変化して、元の状態に戻らないので、保存中に溶かさないことが大切です。家庭の冷凍庫は開け閉めによる温度変化が起こりやすいため、賞味期限表示の有無に関わらず、購入後はなるべく早めに食べることをおすすめします。



（品質管理室）



組合員のみなさんから寄せられた声を集めるページです。



梅酢たこ

この中の調味液は使えますか？



調味液はきゅうりや大根を漬けて酢の物にするなど、お料理に使えます。梅酢たこは酢の物として食べる他にも、マリネ、たこ飯、サラダなどにもおすすめです。



（コープCSネット）



和食の基本！おいしい『だし』を取りましょう

粉末だしなどで手軽に取れる方法もありますが、時には、昆布とかつお節で、意外にカンタンで、香りのよさに習慣になるかもしれませんね。



昆布とかつお節の混合だし

【材料】	
水	500cc
昆布	10cm角1枚（約10g）
かつお節	片手に山盛り（約10g）

【作り方】

① 昆布は洗わず、表面を乾いたふきんで軽くふきます。あらかじめ30分以上、水に浸しておきます。



② ①を入れた鍋を弱火～中火にかけ、沸騰直前に昆布を取り出します。

10分位で沸騰直前になるように火加減を調節しましょう。



ポイント①

昆布もかつお節も、水に耐えて1～2%の分量です。おうちで使う分量を一度きちんとき量っておくとよいですよ。

ポイント②

雑味が出やすくなるので、かつお節は絞らないように！



さらに

だしをとった後の昆布も、おいしく再利用。少しずつ冷凍保存して、まとめて作ってみましょう。

こんぶの佃煮

【材料】	
だしをとった後の昆布	100g（10回分）
しょうゆ	大さじ4
砂糖	大さじ2
みりん・酒・酢	各大さじ1
ごま	適量

【作り方】

- ① こんぶを2cm角に切る。
- ② ごま以外の材料を全て鍋に入れ、弱火で20～30分煮る。
- ③ ほとんど水分がなくなったら、ゴマを入れて完成。



ポイント① 焦がさないように火加減に注意！

ビンのキャップの分別



リサイクルするのに、キャップが取れにくいビン（商品）があります。

商品ラベルに、キャップの取り方説明があります。

ご指摘の商品は、メーカーに改善を伝えていきます。いただいた声から、複数の商品で検証しました。商品ラベルにキャップの取り方が分かりやすく書かれています。また、リサイクルばさみを使うと簡単にとれます。



ここに切れ目が入っているので、上手に利用すると力を入れなくてもキャップを外すことができます。



（組織本部）



おかやま
春夏秋冬 94

津山市 清眼寺



津山市西部、院庄の田園地帯に静かにたたずむ清眼寺は、淳和天皇（在位823～833年）のころ、弘法大師が開山したと伝わっています。当初は「極楽山雲清寺」という寺号で、後醍醐天皇も隠岐に流される際に立ち寄ったといわれています。火災により焼失後、長祿年間（1457～1460年）に今の地に再興され、「極楽山清眼寺」に改号しました。現在は毘沙門天を祀る、美作国七福神のひとつとして知られ、美作八十八ヶ所霊場の56番札所です。

また、「ぼたん寺」としても知られ、毎年ゴールデンウィーク前後になると、手入れの行き届いた境内一帯に、およそ100種類、300株の美しいぼたんの花が競うように咲いて華やきます。住職が昭和48年頃、島根県にある大根島の行商人から二株ほど買って植えたのが始まりだそう。今年のぼたん祭りには、ぜひ美しいぼたんを見に訪れてみてはいかがでしょうか。



MAP

お問い合わせ先
極楽寺 清眼寺
TEL/0868-28-1237

アクセス
中国自動車道院庄インターより5分。駐車場あり

ぼたん祭り
4月27日(日)～5月6日(火)
筆供養や演奏会、甘茶の接待などが行われる。



御所御車 見返り桜

山門脇に大きな桃色の花をつける桜が植えられている。

嵯峨天皇が御所に帰る途中、あまりに見事だったので車を止めて振り返ったと言われている。遅咲きで、4月中旬ごろが見頃。

おかやまコープが設立した「コープファームおかやま」のトマトの準備がすすんでいます

40周年記念事業として、耕作放棄地を活用したトマト生産の準備がすすんでいます。このトマトは全国的にも最新のトマト栽培技術(独立ポット耕栽培※)による、糖度と酸味のバランスがとれた美味しいトマトです。

トマト農園で働く障がい者の方の採用も順調にすすんでおり、4月には苗を植えて、夏頃から収穫が始まり、組合員みなさんにおいしいトマトをお届けできる予定です。

※独立ポット耕栽培とは、トマト畑全体で管理するのではなく、トマト一株単位で管理することができ、より行き届いた丁寧な栽培により、美味しいトマトがたくさん栽培できる方法です。



(例)コープファームおかやま(岡山県瀬戸内市牛窓)では7,410㎡の栽培ハウスを建設し、私たちのトマトを栽培していきます。

コープファームトマト(仮称)のこだわりは?

- ①「おかやま育ち」「こだわり育ち」の両ブランドの安全・安心なトマトとして、おかやまコープが不使用と決めている農薬を使わない栽培方法で生産します。
- ②できるだけ熟度を上げ、コクのあふおいしいトマトをお届けします。県内生産だから、とても新鮮です。
- ③耕作放棄地をトマト栽培ハウスとしてよみがえらせることで、地域の農業発展に貢献します。
- ④年間を通して収穫できます。流通コストの無駄も省き、お手頃価格を実現します。

気象条件に恵まれた瀬戸内市で栽培します。



地元の学生に募集して、このキャラクターができました。このキャラクターの愛称とトマトの名前を募集中です。詳しくは、ホームページをご覧ください。(愛称募集締切 4月11日)

中国デザイン専門学校 岩崎 真由子さん 作

こちらからもどうぞ
コープファームおかやま 検索

Facebook はじめました!

2月の生協の動き

(2月末日現在)

組合員数	331,445人
出資金総額	106億9,645万円
一人当たりの出資金	32,272円
供給高(全体)	27億3,639万円
(宅配)	19億6,140万円
(店舗)	7億7,499万円
経常剰余金(全体)	△1,956万円
累計経常剰余金(全体)	4,924万円

※数字の△…マイナスの意味
※累計……4月からの累計

「春の総代・組合員懇談会」に向けて

「春の総代・組合員懇談会」に向け、「2013年度の振り返りと2014年度のすすめ方(一次案)」と資料①2014年度商品の取り組み、資料②新ポイント制度、資料③くらしの安心と地域づくりへの参加、資料④おかやまコープ再建40周年の記念企画を確認しました。

デイサービス倉敷幸町オープン

民家改修型のデイサービス「デイサービス倉敷幸町」が、3月3日にオープンしました。倉敷市では初めてになるデイサービスで、我が家のようにくつろげるデイサービスをめざします。



コープファームおかやまのトマトの準備状況と名称募集

コープファームおかやまのトマト生産の準備は、農場・事務所とも計画どおり工事が行なわれており、春からのトマト植え付けに向けて順調に準備がすすんでいます。

2014.2 だより理事会





2月号
特集へのお便り
「終活」を
考えてみませんか

今回は、真剣に考える機会になりました。ありがとうございました。まずエンディングノートを準備したいと思います。何はともあれ家族に迷惑をかけるまいと身辺整理から始めたいです。

●美作市 ハルちゃん

私は看護師をしています。突然家族に不幸が訪れた時の様々な姿を見てきました。家族の慰めのため延命治療がされる場合もあり、「本当にこの人が望んだ治療なのかなあ？」と疑問に思うことがあります。エンディングノートがあれば、最期までこの方の生きたかった人生が歩めると思いました。

●備前市 晴れの国岡山

今年の二月に叔父(八十歳)が急死しました。父母もいつ迎えがきてもおかしくありません。このくらしとなかまを見せ、エンディングノートのことを教えてあげます。私も含めて、一緒に終活のことを真剣に考えようと思います。

●岡山市 ミサコママ

終活の特集がとても興味深く、自分も作りたいと思いました。祖母のエンディングノートを一緒に作れてうれしかったです。

●里庄町 のん子



●岡山市 岡崎 晶代

2月号
逸品へのお便り
ファミリ
チョコレート

逸品、おもしろかったです。チョコレートは大好きで、ファミリチョコレートもよく食べていました。ちよつり大人向けのファミリチョコがあるのは知りませんでした。ピターなもの好きなので絶対食べてみたいです。

●岡山市 Jママ

一年前のバレンタインデーの頃は、産後の帰省中で、百貨店などへも買い物に行けず、生協

のファミリチョコを袋ずつ家族に配りました。何年もチョコ(某有名チョコなど)を渡していましたが、美味しいものを沢山食べるのが一番なんです。全員が今までにない喜び方でした。

●岡山市 うーたん母さん

チョコレート...それは私にとって「癒し」です。忙しい仕事から帰って「やれやれ...」とファミリチョコを3粒食べます。ある時は子どもたちと一緒に、ある時はこっそり一人で...

●岡山市 ゴン太

大好きです。市販品よりおいしいです。ゆでたおもちの上にチョコレートを一割のせて食べるのが好きです。

●瀬戸内市 みかん



春のガーデニング

私の家では真冬というのに蚊が出ます。夏はなおさらのこと。どうにかならないものかと調べてみると、ゼラニウムやミント、ラベンダー、カモミールなどを植えておけば、蚊除け対策になるらしい。春にハーブを植えて、虫除けガーデニングを始めようと思います。

●岡山市 ガンバママ

年末からチューリップの球根を植えています。二月に二回も雪が積もったので、少々心配ですが、暖かくなる頃、きれいに咲いてくれることを願っています。

●倉敷市 春待ち母さん



小一の娘と球根を植えました。春が来るのが楽しみです。チューリップ、水仙、ムスカリ、フリージア...春には庭がカラフルになる予定です。

●岡山市 みいちゃんママ

6月号掲載予定の
お便りをお待ちしています!

特集 みんなの力で再建40周年
これからのくらしに役立つ生協に

逸品 エキストラバージンオリーブオイル

4月号

テーマ 父との思い出

くらしのSOS
アイデア募集

・生野菜や果物の残った皮の再利用方法を教えて。

●安納手

一時はプランターいっぱいに咲いていたピオラが増えすぎたために抜いてしまいました。でも、今年は残り少なくなった苗を植えて、再び満開にさせたいと思います。

●岡山市 マーチ

生協の長寿桜を購入して開花を楽しみにしています。桜の仲間だと思っていたら、何と沈丁花の仲間だったのです!

●赤磐市 みかん

キーワードクイズ

応募締切 4月18日(金)

下記の〇〇に入る言葉・数字は何でしょう?

- ① おかやまコープは今年7月に再建〇〇周年を迎えます。
- ② 記念事業として〇〇〇の生産を瀬戸内市牛窓町ではじめます。
- ③ エキストラバージンオリーブオイルの風味を楽しむためには〇(そのま)がおすすめです。

2月号キーワードクイズの答え ①終活 ②エンディング ③27

クイズの正解者から抽選で20名の方にコープの商品券をプレゼント。

応募総数は185通でした。

応募方法

- ① クイズの答え ② ご意見・ご感想など
- ③ 〒ご住所・お名前(匿名・ペンネームと本名)・電話番号 以上をご記入の上、ご応募ください。

●掲載の場合、内容の変わらない範囲で文章を変更させていただきます。
●ご記入いただいた個人情報は、「くらしとなかま」の編集のみに使わせていただきます。

〒700-0026 岡山市北区幸運町1丁目7-7
おかやまコープ「くらしとなかま」係

086-256-2588

携帯端末で二次元バーコードを読み込みメールアドレスに送信してください。
※二次元バーコードが読めない場合はこのアドレスへ
nakama@okayama.coop

ハガキ FAX e-mail

QRコード

リサイクル回収結果(2月) ご協力ありがとうございました

回収品(場所)	回収量(回収率)	主な再商品	回収品(場所)	回収量(回収率)	主な再商品
宅配 宅配チラシ	55.3万部 (79.1%)	カタログ・新聞紙	宅配 飲料紙パック	24.0万枚 (111.0%)	コアノンロール
宅配 たまごパック	12.1万個 (85.0%)	たまごパック・緩衝剤	店舗 ペットボトル	7.2万本 (93.1%)	容器・再生繊維
宅配 シッパ内袋	74.4万枚 (37.9%)	プラスチックのパレット	店舗 食品用トレー・透明容器	68.2万枚 (177.2%)	トレー・透明容器

買ったレジ袋代金……248,869円
持参率 71.9% (節約枚数34.8万枚)

お買い物はいつでも
マイバッグ、マイカゴで!