

# まようどう

一人は万人のために 万人は一人のために

2019

07

やっぱりそうめん！



おいしい  
ツミツミ



# きょうどう

CONTENTS 2019 07

「きょうどう」とは…組合員の“協同”の力でくらしを  
拓く変わらない生協の理念を表しています

- 01 巻頭特集  
やっぱりそうめん!
- 05 エリア掲示板  
地域の楽しい情報がいっぱい!
- 15 インフォメーション
- 17 ニュース
- 18 大学生といっしょに活動レポート  
「買い物を楽しむ」
- 21 ひょうごの工場めぐり  
印南養鶏農業協同組合 土山事業所
- 23 あなたならどうする?
- 24 クイズ コーピーからの挑戦状
- 25 たどってみよう! コープの100年  
セルフサービス方式の店舗をオープン
- 27 季節を飾る 文月

## コープこうべの現況(5月末現在)

|           |            |
|-----------|------------|
| 組合員数      | 170万2165人  |
| 出資金       | 358億2139万円 |
| 1人当たりの出資額 | 2万1045円    |
| 宅配訪問軒数    | 48万4149軒   |

マイバッグ持参率(5月度) **91.2%**

コープこうべ ホームページ

※コープこうべは組合員の出資金で運営しています。  
ご加入のうえご利用ください

※本紙の募集記事などに寄せられた個人情報は、  
それぞれの目的のみに使用させていただきます

※本紙の表示価格は、消費税込みの総額を記載しています

※使用している食器などの小物は撮影スタジオの備品  
です。お問い合わせはご遠慮ください

**facebook** 「いいね!」してね  
<https://www.facebook.com/coopkobe>

コープこうべへのご意見・お問い合わせは

**くらしの情報センター**

**無料 0120-44-3100**

携帯・IP電話からは ☎06-7636-2000(有料)  
(年中無休、火～金8時半～19時半、土～月8時半～18時)



## 1 夏の焼き野菜 そうめん

### 材料(2人分)

|           |          |
|-----------|----------|
| かぼちゃ      | 100g     |
| とうもろこし    | 1/2本     |
| なす        | 1本       |
| ししとう      | 6本       |
| うすあげ      | 1枚       |
| サラダ油      | 大さじ2     |
| そうめん      | 3束(150g) |
| みょうが      | 1本       |
| soy sauce | 200ml    |
| すりおろししょうが | 小さじ1     |



### そうめんつゆ ストレート

かつお節のうまみ  
と香りが利いたま  
ろやかな味のスト  
レートつゆです





しょうがを利かせてサッパリ♪

#### 作り方

- ①かぼちゃは7mmの厚さに切る。とうもろこしは実を縦に切り落とし、食べやすい大きさにする。なすは8mmの厚さの斜め切りにし、水につけアクを抜き、水分を拭き取る。ししとうは切り込みを2カ所入れる
- ②うすあげは油を使わずにフライパンで両面に焼き色が付くまで焼き、7mm幅に切る
- ③フライパンに油を入れ、①を並べて焼く。火が通った野菜から取り出し、油を切る
- ④そうめんをゆで、水で粗熱を取る
- ⑤器に④を入れ、②③をのせ、薄く輪切りにしたみょうがを添える。そうめんつゆにしょうがを混ぜてかける

教えて  
いただいた  
のは



ゆみこのお料理教室  
谷口 祐美子さん

自宅で教室を開くかわら、雑誌などのレシピ作成も。『コープステーション』でも人気。

# やっぱり そうめん!

特集

いつものそうめんつゆにちょっとプラス。つけて食べるのもいいけれど、具をのせたそうめんにかけるだけで、手軽でおいしい一品に変身しますよ。

よく目にする  
い の い  
損保 乃糸 って?



## どこで作られているの?

たつの市、姫路市などの兵庫県南西部。損保川の水がそうめん作りに適した軟水であったこと、近隣で良質な小麦や赤穂の塩が手に入ったことなどから、日本有数のそうめんの産地になっています。

## ゆで方がポイント!

沸騰したお湯 (3束150gに1.5ℓが目安) の中にパラパラと入れ、再び沸騰したら吹きこぼれないように火加減を調節。ゆで時間の目安は1分半~2分間です。ゆで上がったならザルに移し、水で粗熱を取ります。水を流しながらしっかりもみ洗いすればさらにおいしくなります。



カレーの  
風味が豆乳で  
まろやかに

## 2 カレー豆乳 そうめん

### 材料(2人分)

豚肉(しゃぶしゃぶ用)……………100g  
酒……………大さじ1/2  
カレー粉……………小さじ1～小さじ2  
co-op そうめんつゆストレート……………100ml  
豆乳……………100ml  
そうめん……………3束(150g)  
青ネギ……………2本

### 作り方

- ①600mlの湯に酒を入れ、豚肉を手早くゆで水分を切る
- ②カレー粉にそうめんつゆを少量入れて溶かす。混ざったら、残りのそうめんつゆと豆乳を加えて混ぜる
- ③そうめんをゆで、水で粗熱を取る
- ④器に③を入れ、①と小口切りにした青ネギをのせる。②をかける

## 3 冷や汁そうめん

### 材料(2人分)

きゅうり……………1本  
青ネギ……………2本  
大葉……………4枚  
水で戻したわかめ……………30g  
みそ……………大さじ1強  
水……………100ml  
co-op そうめんつゆストレート……………100ml  
すりごま……………20g  
そうめん……………3束(150g)  
ツナフレーク(油無添加)……………70g

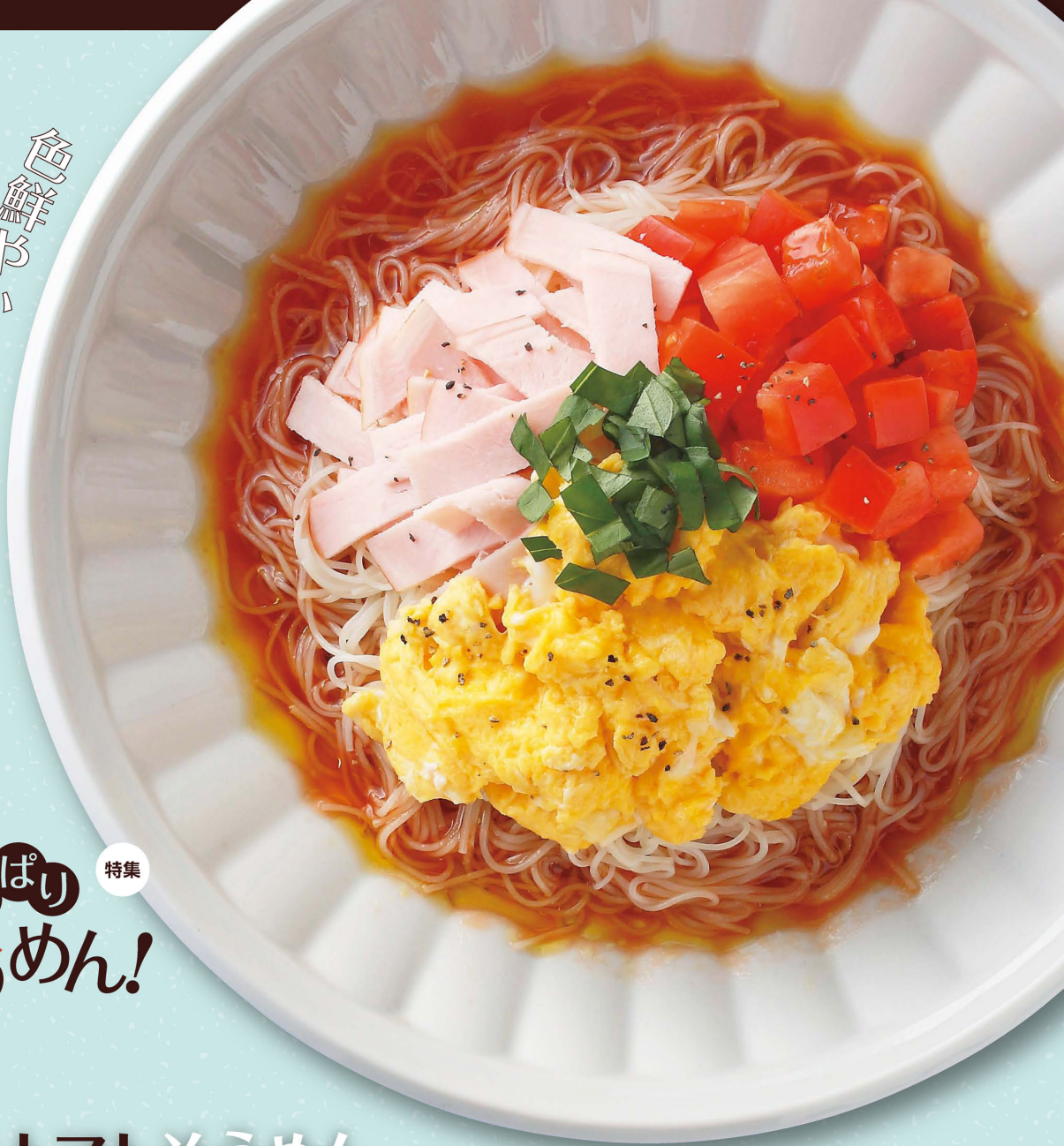
### 作り方

- ①きゅうりは薄い輪切り、青ネギは小口切り、大葉は千切りにする。わかめは2cmに切る
- ②みそを水で溶かし、そうめんつゆとすりごまを加え混ぜる
- ③そうめんをゆで、水で粗熱を取る
- ④器に③を入れ、①と汁を切ったツナをのせる。②をかける

具は  
加熱いらずで  
ラクラク



色鮮やかなイタリア風



やっぱり  
特集  
そうめん!

# 4 トマトそうめん

## 材料(2人分)

トマト .....1個  
 ロースハム .....4枚  
 卵 .....2個  
 パルメザンチーズ .....小さじ2  
 水 .....大さじ1  
 オリーブ油 .....大さじ1  
 co-op そうめんつゆストレート・100ml  
 トマトジュース(食塩無添加)・100ml  
 オリーブ油 .....小さじ2  
 そうめん .....3束(150g)  
 バジル .....4枚  
 黒コショウ .....少々

## 作り方

- ① トマトを1cm角に切る。ハムは短冊切りにする
- ② 卵を溶きパルメザンチーズと水を混ぜ、オリーブ油大さじ1を入れたフライパンに流し込む。強火で熱し手早くかき混ぜる
- ③ そうめんつゆとトマトジュースを混ぜ、オリーブ油小さじ2を加えて混ぜる
- ④ そうめんをゆで、水で粗熱を取る
- ⑤ 器に④を入れ、①②と短冊切りにしたバジルのをせる。③をかけ、黒コショウを振る

## 組合員ライターの ひとこと

そうめんが主食のときは、おかずを何にするかいつも悩んでいました。このそうめんなら、おかずになる具が上についているので一品でOK。洗い物も少なくて済みますよ。

(石川 京子)



## 募集 100周年プロジェクト企画

### 「わたしのSDGsアクションコンテスト」

持続可能な地域の未来づくりに取り組む活動を募集します。身近なこと（フェアトレード商品の購入、リサイクル活動への協力など）から仲間や地域と一緒に取り組む活動（コミュニティー食堂、市民発電など）まで幅広く募集。抽選で100人の方にコープ商品券1,000円分を進呈します。

■募集内容 環境、福祉、防災、平和などの分野の活動

■対象 コープこうべエリア内で活動する個人または団体

■応募方法

ホームページから、活動内容が分かる文章と写真データ(jpg)を送信

コープこうべ SDGs アクション

検索



※送信された内容はコープこうべのホームページや関連するSNSで紹介させていただく場合があります

■締め切り 12月31日(火)

【事例発表会】 ※2020年2月下旬に開催

優秀なアクションの応募者に参加いただき、グランプリには5万円分、準グランプリには3万円分のコープ商品券を進呈します

■問い合わせ

SDGsアクションコンテスト事務局 ☎078-856-2068

## 募集 「核兵器のない世界へ」学習会に参加しませんか

核兵器の現状を知り、廃絶のために何ができるのか考えませんか。

■と き 8月31日(土)

13時半～15時半

■ところ 神戸栄光教会(神戸市営地下鉄県庁前駅すぐ)

■講師 中村桂子さん(長崎大学核兵器廃絶研究センター准教授)

■定員 150人(申込順)

■参加費 無料

■応募方法

電話かFAXで「核兵器学習会」と明記し①名前②電話番号を下記へ

■申し込み

地域活動推進部

☎078-856-1105

(月～金10時～17時)

FAX078-856-1248

## うなぎが育つための環境づくりを支援します

コープ商品のうなぎ1パック購入につき3円を「鹿児島県ウナギ資源増殖対策協議会」「愛知県養鰻漁業者協会」に寄付。うなぎの保護・増殖の取り組みに活用します。

■宅配 8月31日(土)お届け分まで

■店舗 9月1日(日)まで

## 募集 更別村虹っ子使節団 同窓会を開催します

北海道更別村の産直メークイン取り扱い50周年を記念して行う同窓会です。「虹っ子使節団交流会」で更別村を訪れたことのある方、ぜひご参加ください。

■と き 11月23日(土・祝)

10時～12時(予定)

■ところ コープこうべ住吉事務所7階(JR住吉駅北側)

■参加費 無料

■応募方法

ハガキに①名前②年齢③〒住所④電話番号⑤コメントを記入し下記へ

■締め切り 9月30日(月)必着

■申し込み

〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19 コープこうべ供給政策推進室 商品政策

☎078-856-1180

(月～金10時～17時)

## 募集 雪印メグミルク夏休みファミリーミュージカル

12歳以下のお子さんと保護者200組800人を抽選で招待します。

■と き 8月21日(水)

14時半開演(開場14時)

16時半終演予定

■ところ メルパルク大阪(JR新大阪駅徒歩8分)

■応募方法

対象商品を含む200円(本体価格)以上のレシートまたはお届け票を1口として、郵便ハガキまたは専用の応募ハガキに貼り、①〒住所②名前③電話番号④年齢⑤購入店舗・協同購入センター名⑥参加希望人数(4人まで)⑦うち12歳以下のお子さんの人数を記入し下記へ

■対象商品

「コープスあじわい牛乳」「コープス毎日続けるカルシウム」、雪印メグミルク商品全品

■締め切り 8月1日(木)必着

■当選発表

当選者に招待状を送ります(8月上旬の発送を予定)

■申し込み

〒105-0012 東京都港区芝大門1-6-5 4階「雪印メグミルク夏休みファミリーミュージカル」CK係

無料 0120-951-236

☎ (祝日を除く月～金10時～17時)



## 募集 遊ぼう屋「里山昆虫採集&標本作り」

西宮市立 甲山自然環境センターとの共催イベントです。

- 【と き】 8月4日(日)  
10時～15時
- 【ところ】 コープの森・社家郷山  
(西宮市越水社家郷山)
- 【講 師】 遠藤知二さん(神戸女学院大学人間科学部教授)と学生
- 【対 象】 小学生以上(小学生は保護者同伴)
- 【定 員】 10家族(申し込み多数の場合は抽選)
- 【参加費】 1人500円(標本材料、資料代) ※弁当持参

### 応募方法

往復ハガキに①プログラム名・日程②参加者全員の名前・年齢③〒住所④電話番号(FAXの有無、携帯電話も)を記入し下記へ

【締め切り】 7月17日(水)必着

### 申し込み

〒662-0001 西宮市甲山町67番地

西宮市立甲山自然環境センター  
☎0798-72-0037(9時～17時)

## 募集 西宮ストークスの選手に教わる!夏休みバスケットボール教室

- 【と き】 8月24日(土)  
10時～11時半
- 【ところ】 生活文化センター西館  
(神戸市東灘区田中町5-3-20)
- 【対 象】 小学3年生～6年生(保護者同伴)
- 【定 員】 40人(申し込み多数の場合は抽選)

【参加費】 無料

### 応募方法

右のコードを読み込んでご応募ください



【締め切り】 7月20日(土)

※当選者には7月26日(金)までに電話で連絡

### 問い合わせ

広報室 ☎078-856-1080

(月～金9時～17時半)

## 募集 夏休み自由研究スペシャル「水の教室」

あいな里山公園と兵庫県ユニセフ協会の共催事業。水くみやろ過実験などを通して、水について学びます。

- 【と き】 8月3日(土)  
10時半～12時半
- 【ところ】 あいな里山公園内「相談ヶ辻の家」(神戸市北区山田町藍那字田代)

※隣接の「しあわせの村」から無料送迎バスあり

【対 象】 小学生(保護者同伴)

【定 員】 20人(申込順)

【参加費】 無料

※別途、入園料、駐車料が必要

### 申し込み

兵庫県ユニセフ協会

☎078-435-1605

(月～金10時～16時)

次回の『きょうどう』発行日は

**8月6日(火)**です

## コープの福祉講座(協同学苑)

### ①ケアマネジャー全国統一模擬試験&解説講座

模擬試験 8月24日(土)13時～15時15分(7,020円)

解説講座 8月24日(土)15時半～17時半(2,160円)

### ②2019年度 介護職員初任者研修課程(通学)

教育訓練給付金対象講座です(事業指定番号第19503-1号)。

【と き】 9月5日～2020年3月12日 10時～17時  
(全24回、いずれも木曜日)

【受講料】 77,120円(実習費8,000円・テキスト代を含む)

### ③介護福祉士受験対策講座

【と き】 9月25日(水)、10月9日(水)、16日(水)、30日(水)、  
11月9日(土) 10時～17時(全5回)

【受講料】 28,500円(テキスト「介護福祉士国家試験受験ワークブック2020上・下」(中央法規)を各自購入)

### ところ・申し込み

教育学習センター(三木市志染町青山7-1-4 協同学苑内)  
※無料駐車場あり ☎0794-87-3364(月～土9時～17時)

## 7月の刃物とき

堺 ■ 三木 ●

|                    |                  |
|--------------------|------------------|
| 2 火 ■ 香櫨園          | 17 水 ■ 北須磨       |
| 3 水 ■ 篠原 ● シーア     | 18 木             |
| 4 木 ● シーア          | 19 金 ■ からと       |
| 5 金 ■ 新多聞 ● シーア    | 20 土 ■ 浜芦屋       |
| 6 土 ■ デイズ神戸西       | 21 日 ■ デイズ豊岡     |
| 7 日 ■ 西神 ● 志染      | 22 月 ■ 吹田        |
| 8 月 ■ めふ           | 23 火 ■ マリナパーク    |
| 9 火 ■ 箕面中央 ● 桃山台   | 24 水 ■ 安倉        |
| 10 水 ■ ミニ東舞子 ● 播磨  | 25 木             |
| 11 木               | 26 金 ■ 龍野        |
| 12 金 ■ 仁川 ● 岡本     | 27 土 ■ 六甲        |
| 13 土               | 28 日 ■ 六甲 ● 山手   |
| 14 日 ■ 横尾          | 29 月 ■ 行基 ● 東加古川 |
| 15 月 ■ 打出浜 ● 三木緑が丘 | 30 火 ● 尼崎近松      |
| 16 火               | 31 水 ■ 武庫之荘      |

※諸事情により中止・変更する場合があります。詳しくは各店舗にお問い合わせください



## 豊かで美しい海について考えよう 「虹の仲間で海づくり」

5月18日、兵庫県漁業協同組合連合会とコープこうべの共催イベント「虹の仲間で海づくり～海辺の清掃と漁船クルージング～」を明石市の望海浜公園南の海辺で開催。親子13組37人が参加し、海の現状や魚、漁業のことを楽しく学びました。

まずは海岸を清掃。空き缶や釣り道具など、さまざまなごみが集まりました。その後、班ごとに漁船で明石海峡大橋の真下までクルージング。また、海の透明度を測る装置を海中に沈め、約7mの深さまで

見えることを確認しました。昼食には「白鷺サーモンのホイル焼き」や「明石鯛の一夜干し」など地元漁協いちおしの魚介類を使ったバーベキューを楽しみながら交流。明石近海の魚に触れるタッチプールもあり、子どもたちは大喜びでした。参加者は「プラスチックごみの多さに驚きました。普段の生活を見直したい」と話していました。



海岸のごみを拾う参加者

プロジェクト」が紹介され、助成団体の活動報告が行われました。

交流タイムは、助成団体のメンバーが実行委員となって企画。団体同士がつながれるよう、毎年、工夫を凝らしています。今年も、互いの活動について聞いただけでなく、一緒にできることを模索しながら積極的に情報交換する姿があちこちで見られました。

## プラスチックごみ削減へ シンポジウムと海岸清掃

6月1日、明石市内で「プラスチックごみと未来を考える」イベントを開催。第1部、第2部に延べ約250人が参加しました。

第1部は、明石市立勤労福祉会館でのシンポジウム。神戸大学名誉教授・石川雅紀さんが、5mm以下のマイクロプラスチックを魚が摂取している事実や、ごみを海に流出させないことの重要性などについて講演しました。その後、漁業者や飲料メーカー、学生、市民団体などが「プラごみ」削減の取り組みについて発表。海岸に漂着したさまざまなごみの映像に、会場からは驚きの声が上がりました。

第2部は、大蔵海岸の清掃活動。きれいなビーチにもよく見るとたくさん「プラごみ」が。参加した小学生は「思っていたよりごみが多かった」と感想を話していました。そのほか、海辺の生き物を観察するなど、身近な環境問題について考える一日になりました。

## 第99期通常総代会が 開催されました

6月12日、神戸国際会館（神戸市中央区）で第99期通常総代会を開催。全地区の総代が集まり、7つの議案について意思決定を行いました。詳しくは『きょうどう』8月号でお知らせします。

## 尼崎市と 包括連携協定を締結

5月7日、コープこうべは尼崎市と包括連携協定を締結しました。

尼崎市とはこれまでに「緊急時における生活物資確保に関する協定」や「高齢者見守りに関する協定」など5つの協定を結んでいました。今回の協定により、子育てや福祉、教育、環境保全など、さらに幅広い分野での連携を深め、自治体や地域住民と一緒に「安心して暮らせる地域づくり」に向けた取り組みをすすめます。

## つながりから協働へ 「市民活動交流会2019」開催

5月16日、生活文化センターで「市民活動交流会2019」が開催されました。今年のテーマは「連携」。(公財)コープともしびボランティア振興財団から助成を受けている団体のメンバーが一堂に会しました。冒頭の募金贈呈式では、組合員から寄せられた総額7,126,150円の募金をコープこうべから財団へ贈呈。続いて、社会的課題に取り組む団体を賛同企業18社やコープこうべとともに財団が応援する「やさしさにありがとう ひょうご



握手で挨拶して交流会がスタート



清掃活動を終えて笑顔の参加者



# 大学生と いっしょに 活動レポート

## 「買い物を 楽しく」

高齢で外出しにくい、子育てや仕事、介護などが忙しい…さまざまな事情で買い物に行きにくい人が増え、コープこうべでは宅配や移動店舗などが注目されています。そして、店舗での買い物のしやすさや楽しさにも工夫を凝らしています。



## 地域と共に 問題解決に取り組む

近年、学生とその近隣地域との関係を深める方法のひとつとして地域との連携が注目されています。「明石高専ユニバーサルデザイン学生プロジェクト」は、学生自らが地域に行き、地域の方々の困っていること、一緒に取り組みたいことなどの声をリサーチ。それらに対し、自分たちにできることを「かたち」にしていきます。

今回はより良い生活を提案するというコープこうべの考えに賛同して取り組みました。トリックアートに挑戦したゼミ生の原くんたちは、営業している店舗でアクションを起こしていく中、建物の老朽化の現状や買い物する組合員やその家族の目線に立つ難しさなど、さまざまな問題にぶつかりました。これらの問題点に対し、自分たちにできることは？と試行錯誤を重ねて一つの形にできたことは、彼らにとって今後の糧となる経験になったと感じています。

独立行政法人 国立高等専門学校機構  
明石工業高等専門学校 建築学科 教授  
大塚 毅彦さん





大学生といっしょに **活動レポート**

# 子どもの目線を考えて 楽しく買い物を



「楽しんで買い物するために、自分たちにできることは？」からスタートした「コープ魚住×明石高専店内デザインプロジェクト」。  
閉店後に作業を行うなど、構想から約10カ月かけて完成しました。

## まずは リサーチ！

最初に「単に買い物をするだけでなく、地域と共にコミュニティをつくり上げていく」というコープの考えを学び、店長を交えた会議を開催。その後学生たちで話し合い「親子で買い物を楽しめるお店」をデザインすることに決定しました。

より良いデザインにしようと、職員にアンケートを実施。回答から見えてきた問題点を解消するための対策を立てました。

「今年度はどんな  
取り組みにするのか」  
Co+work\*の様子



\*Co+work (コワーク) : 学科学年横断でのチームによって計画した活動の実施に基づく授業

## トリックアートでつくる 「空想のまち」

まずは、楽しい仕掛けを考えることに。平面のはずの床が飛び出して見えたり、穴が開いたように見えたりする「トリックアート」に取り組みました。店を一つの町と

見立て、売り場に関連したデザインを配置。「ほかにもあるかな」と店内を探してもらうのが目的です。お子さんの目線で立体的に見えるよう微調整するのは大変でした。





# 私たちができることを 使ってこの地域を 知って楽しんでほしい

欲しい物のラインを  
たどって進んでいくと、  
売り場に着きます



## カラフルな 店内案内図

職員アンケートから「商品の場所を口頭で案内するのが難しい」「高齢の方にはカタカナの商品名が伝わりにくい」などの問題点が見えてきました。これを解消するためには「分かりやすい店内案内図」が必要と考え、商品の分類を文字とイラストで床に表記。さらに色合いはその上を歩きたくなるようなカラフルな色にしています。

## 組合員の 反応は…

「買い物だけでなくワクワクすることを見つけると楽しい」「近隣の学校が考えているのでさらに親しみが持てた」など、多くの組合員から「意義がある」と予想以上の好評価をもらいました。

私たちの強みは“ものづくり”。この強みと自然豊かなこの地域が協力し合って、より楽しいアクションをメンバーで考えています。

先輩方が取り組んだ「コープ魚住×明石高専店内デザインプロジェクト」では、分かりやすさはもちろん、温かみが感じられました。私たちがつくり出したものがきっかけ

となって、情報や人が集まりひとつのコミュニティができればいいなと思っています。



明石工業高等専門学校  
建築学科 3回生

みう  
宮岡 美海さん

## 地域と学生を 結ぶかけはしに



コープ魚住 店長  
まるい  
圓井 秀樹さん

学生の視点から「楽しく買い物ができる店舗を」と取り組んでもらうことで、地域と学校を結びつけられるのではないかと感じています。

週末には子育て世代の家族連れが写真を撮る姿も見られ、高齢の方からは「売り場が分かりやすくなった」などの声が聞かれました。また職員にも良い刺激になり、店舗に対する意識も高まったようです。これからも、地域の皆さんに「行くと楽しいことがある」と思ってもらえる店づくりをめざします。

## 取材を終えて…

学生さんたちの思いをひとつのかたちにするまでには、いろいろな人のアイデアや知識、協力など本当にたくさんの要素が集まっているのだと改めて感じました。  
(組合員ライター 木下 亜紀)





# ひょうごの 工場めぐり

加古郡  
いなみ  
稲美町

兵庫県内にある  
コープ商品の製造工場を  
訪ね、おいしさの秘密や  
働く人の思いに迫ります。

今日は



95g

兵庫県産ひね鶏\*のもも肉とむね肉を焼き上げてスライスし、ゆずやだいたいを入れたオリジナルのポン酢とごまで和(あ)えた商品。さわやかな風味で、そのまま手軽に食べられる播州の名物料理です。

\*飼育日数が600日~700日の卵を産み終えた雌鶏

Coop ひね酢を作っている

いなみ

印南養鶏農業協同組合  
土山事業所



兵庫の力をギュッと集めて

1953年、印南郡(現・加古川市)で組合を設立。1989年に稼働した土山事業所では、鶏を使った商品のほか、ソーセージ、ベーコン、ハンバーグなどさまざまな食肉加工品を作っています。事業所はこのほか、加古川市と姫路市にもあります。

「コープスひね酢」は2011年に供給を開始しました。兵庫県内の農場で飼育されたひね鶏を加古川事業所で解体処理し、土山事業所では、その鶏肉を使用して商品を製造。兵庫の力を結集して作り上げた播磨の郷土料理は、独特の歯ごたえとうまみが特長です。

ひね酢ができるまで

1

加古川  
事業所で  
処理した  
鶏肉が届く

2

調味液に  
一晚  
漬け込む

3



高温で  
焼き上げ、  
冷却

4



スライスし、  
ごまを  
加える

5

計量、  
じゃうてん  
充填

6



ポン酢を  
充填し  
真空包装

7



85℃以上の  
お湯で殺菌し、  
氷水で冷却

箱詰めして  
出荷





## 働く人にインタビュー



食品製造部 製造課  
製造担当課長  
林 伸英さん

### Q 仕事への思いを聞かせてください

組合のスローガンは「命は食なり」「食は薬なり」。主に生協や学校給食の商品を手がけていますので、幅広い年齢層のお客さまに安心して食べていただけるものを一生懸命に作っています。柔軟な対応ができるのも私たちの強み。「こういう商品を作りたい」といった要望に応えられるよう、これからも努力したいと思います。

### Q Coop's のこだわりは？

まず、300℃の高温で15分焼くこと。余分な脂を落とし、うまみと風味を閉じ込めます。そして、厚さ2mmにスライスすること。程良い歯ごたえに仕上がっています。ここにたどり着くまで、試行錯誤を重ねました。

### Q 土山事業所のアピールポイントとは？

鶏の骨を可能な限り取り除くため、X線検査装置を使っています。加古川事業所からX線検査を終えた鶏肉が届きますが、より進化した装置を土山事業所に導入して入念にチェック。熟練の作業員の目視や手触りによる検査とあわせて実施しています。



### ひね酢を使った

### おすすめレシピ



### ひね酢まぜごはん

#### 材料 (3人～4人分)

みょうが …… 適量  
大葉 …… 適量  
ごはん …… 2合  
ひね酢 …… 1袋  
塩 …… 適宜  
白だし …… 適宜

#### 作り方

- ① みょうがと大葉を細長く刻む
- ② 炊きたてのごはんにひね酢と①を加え、よく混ぜ合わせる
- ③ 好みで塩や白だしを加え、味を調える

※ 紅しょうがやミニトマトを添えるときれいな彩りに

そうめんや  
ポテトサラダの具材にも  
おすすめ！

### 取材を終えて…

見学途中、すれ違った従業員の皆さんが明るくあいさつをしてくださったのが気持ち良かったです。「ひね酢」のおかげで、おかずのレパートリーが増えそう！  
(組合員ライター 桑田 稜子)



# あなたなら どうする？

## 生けるものに愛を

うちのネコ、何考えてる？ 動物園のカバは自分の子のこと、どう思ってる？ コウモリの、今日の獲物は？ **動物と話せる能力**がほしい。いっぱい話して、幸せに暮らせるように手助けしたい。  
(神戸市中央区・フリルのママ・71歳)

## 喝采を浴びまくる

**高い身体能力**です。サーカス団の花形スターになって、華麗な衣装をまとうて空中ブランコに乗り、たくさんの観客をハラハラドキドキさせたい。でも超高所恐怖症の私には夢のまた夢。  
(姫路市・空飛ぶ熟女・78歳)

## 会話を楽しむ！

人と話すのが苦手で、目立たず地味に生きてきた。**コミュニケーション能力**が手に入ったら、いろんな人と友達になって大勢の前でも堂々と話せるのに。それで残りの人生を謳歌したい！  
(宝塚市・らんまる・41歳)

今月の  
テーマ

もし自分に飛び抜けた能力があったなら、どんな人生に!?  
あれもしたい、これも叶えたい…、夢は広がります。

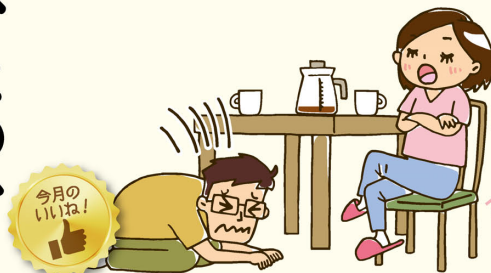
才能をひとつ、  
与えられるなら？

## 憧れの職業

敵なしと本気で思えるほどのオンチで、保育士になる夢をあきらめました。**歌唱力**が与えられたなら、今からでも小さな子たちと歌って過ごしたいです。  
(宝塚市・花菜・44歳)

## 癒やしの達人に

**ハンドパワー**が欲しいなあ。「膝が痛い」という人の膝に手を当てれば、ふあ〜っと温かくなって「あれ、痛くない!」。肩や腰が痛い人も、私のところへいらっしゃ〜い。  
(朝来市・はーこ・43歳)



## 正論でねじ伏せたい

直感で行動する私とは真逆の、理系の夫。ちょっと難しい話になると「ほんと考えてないよな」と私をバカにして論説を始めます。またそれがもっとにも思われ、反論もできず…。**論理的思考能力**を手に入れて、夫をうならせたい!  
(高槻市・うさくま・38歳)

## 投稿募集

あなたなら  
どうする？

9月号のテーマは  
今一番、  
会いたい人は？

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報&刊行物」のページから、専用の応募フォームでご応募ください。

きょうどう 応募

検索



憧れの人、気になる人、今は亡き人、歴史上の人物…。誰と会って、どんなことをしてみたい? ハガキ、FAXの場合は、〒住所、名前(ペンネーム)、年齢、電話番号・FAX番号・Eメールアドレスのいずれかを記入してご応募ください。

■あて先: 〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19  
コープこうべ『きょうどう』どうする?係

■FAX: 078-856-1239

7月16日(火) 必着

※原文は短くする場合があります

Present! 掲載分には薄謝をさしあげます







やさしい問題から難しい問題まで5つのレベルがあるよ。  
 レッツチャレンジ!  
 正解者の中から、抽選で商品券をプレゼント♡  
 みんなの応募を待ってるよ!

## Question 1 難易度 プレゼント 3,000円×10人

### ナンバープレイスに挑戦!

ルールに沿ってマスを埋めてね。  
 オレンジのマスの数字を足すといくつかな?

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 3 |   |   | 8 |   |   | 4 |   |
|   | 6 |   |   |   |   | 1 |   |   |
|   |   |   |   | 7 |   |   |   | 5 |
|   |   | 5 |   |   |   | 9 |   | 7 |
|   |   |   |   |   | 5 |   | 8 | 4 |
|   |   |   | 2 |   |   |   |   |   |
|   | 9 | 2 |   | 3 |   | 8 |   |   |
|   |   | 8 |   |   |   | 7 | 6 |   |
| 7 |   |   |   | 9 | 6 |   |   |   |

#### ルール

- ①縦、横どの一列にも1～9の数字が1個ずつ入ります
- ②太枠で囲まれた3×3のどのブロックにも、1～9の数字が1個ずつ入ります

答え

|  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
|  | + |  | = |  |
|--|---|--|---|--|



コツコツ  
がんばってね!

## Question 2 難易度 プレゼント 1,000円×20人

### しりとりで挑戦!

リストの言葉を全て使ってしりとりを完成させよう。  
 最後のマスに入る言葉を「カタカナ」で答えてね。

答え

|  |   |  |   |  |   |  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|
|  | → |  | → |  | → |  | → |  | → |  |
|--|---|--|---|--|---|--|---|--|---|--|

#### リスト

綿菓子 胡瓜 団扇 浴衣 竜宮城 真珠

### 応募方法

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報 & 刊行物」のページから、専用の  
 応募フォームでご応募ください。

きょうどう 応募

検索



ハガキの場合は、クイズの答え(1問でも可)と『きょうどう』の感想、〒住所、名前、年齢、あれば電話番号を記入してご応募ください。

■あて先: 〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19

コープこうべ『きょうどう』挑戦状係

締め切り **8月5日(月) 消印有効**

※当選者の発表は商品券の発送をもって  
 かえさせていただきます

**Present!** 正解者の中から抽選で  
**コープ商品券を30人に**



### 6月号の答え

#### Answer 1 ニュウバイ(入梅)

|    |   |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|---|
| 1  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| ア  | ジ | サ | イ | ニ | シ |
| 7  | イ | ヌ | バ | シ | リ |
| 9  | コ | シ | ガ | シ | ユ |
|    | ト | ア | キ | ビ | ワ |
| 14 | バ | シ | ヤ | ウ | ズ |
|    | レ | ト | ロ | モ | ネ |
| 20 | エ | イ | リ | ソ | ウ |
|    |   |   |   |   | ジ |

#### Answer 2 あめ ①あ ②め

5月号のクイズは解答総数3,905のうち、  
 正解は3,789でした。



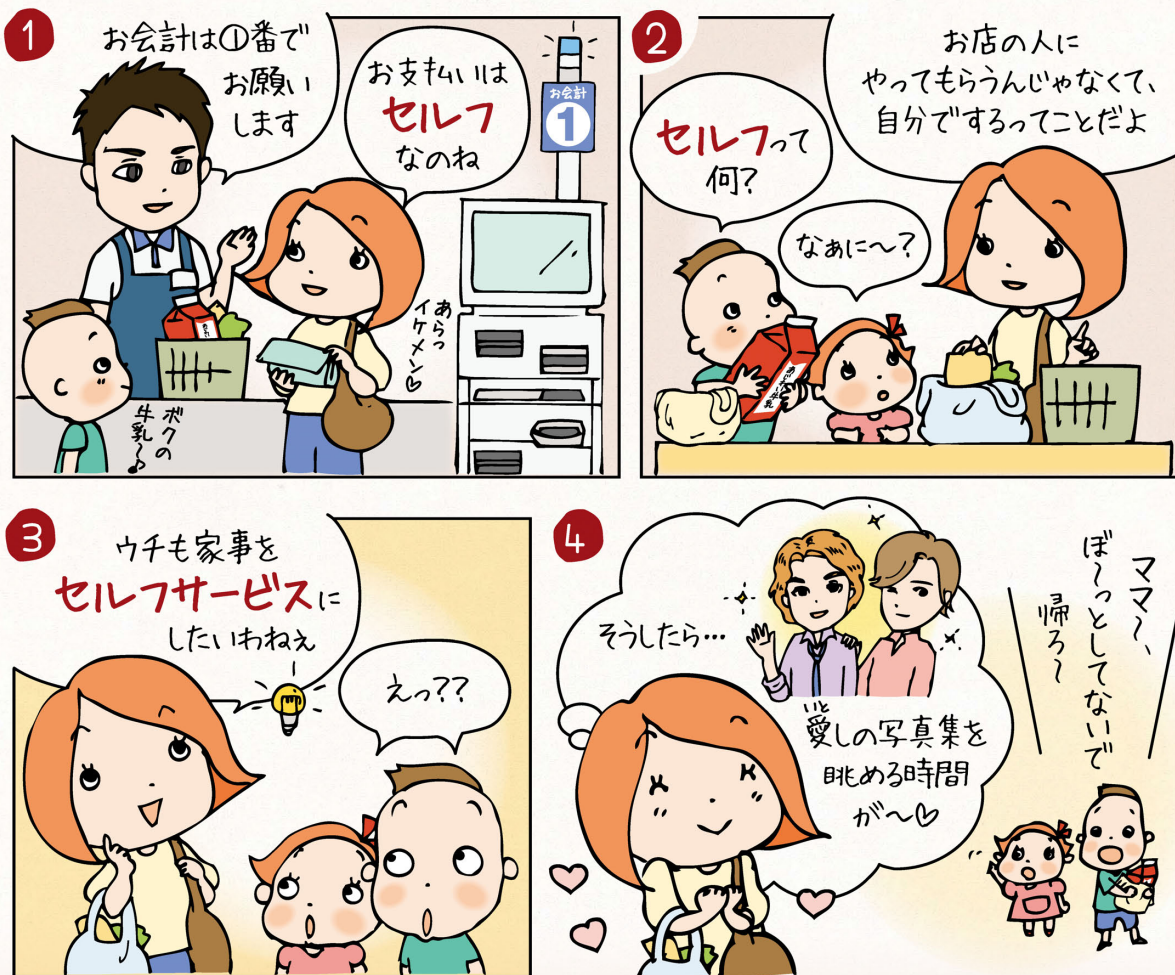
# たどってみよう！ コープの100年

コープこうべはもうすぐ100歳。  
これまで、どんなことがあったのかな？  
コープちゃん一家と振り返ってみよう！

1931年（昭和6年）

## セルフサービス方式の 店舗をオープン

商品を自分で量って買うという珍しい方式の  
店舗が瀬購買組合にできたよ。集会所も併設  
されて、組合員の憩いの場になったんだ。



## 今日の店舗形態の原点

裕福な住民が多い地域では物価が高くなりがちな中、適正価格で買い物が  
できる購買組合は一般庶民の救いでした。後に瀬購買組合第4代組合長とな  
る田中俊介の発案で、1931年には芦屋支部に店舗を併設。従来のように職  
員が量り売りするのではなく、組合員が商品を自由に見て、自分で量って袋な  
どに詰め、伝票を書いてレジで支払うという方式を導入しました。また2階に  
は集会所ができ、組合員活動の拠点となりました。



田中 俊介 (1893~1968)



## 住吉本部にも店舗を併設 取り扱い商品が増え、職員も増員

瀬購買組合は1933年、改築した住吉本部にも店舗をオープン。品ぞろえは幅広く、食品の他に化粧品や陶器、履物、金物、雑貨、毛糸などを取り扱いました。この時、レジ係として女性職員を初めて採用。同年、神戸消費組合も六甲支部に百貨店式陳列の店舗をオープンしました。

瀬購買組合本部と店舗(1933年)



## 取り扱い商品やサービスも拡充

### 1932年



時計販売・修理



ピアノ調律



書籍



氷

お仕事が  
いっぱいだね  
あれ? パパ!



物産展も商品が  
増えるきっかけ  
だったのか!



～ある仕入れ担当の一日～

朝 大阪、天満の市場へ  
1杯3銭の粕汁で暖をとる  
商品を見て回り仕入れ  
店舗に戻る

昼 商品を配達

夜 店舗で翌日の準備



### 1933年～1937年

- 靴
- 染物(紋付、色染め)
- 写真
- 衣料
- 洋裁
- 菓子
- 園芸
- 雑貨
- 洋家具
- 葬儀



住吉本部店舗の「近江国(おうみのくに)物産即売会」の様子(1933年)

## 研究熱心な第4代組合長 田中俊介

実業界を引退した那須善治<sup>ぜんじ</sup>は1921年、同郷の青年・田中俊介とともに賀川豊彦を訪ね、購買組合の重要性について話を聞きました。やがて瀬購買組合ができ、那須が組合長に就任すると、田中も片腕として活躍。「人を信じる」という信念のもと、アメリカのレポートなどを参考に、経費が節約できるセルフサービス方式を発案したと言われています。田中は芦屋支部店舗オープンの前年、大きな設備を整えたマーケットづくりや自動車での買い物送迎、集会所を併設した店舗など、今日にもつながるさまざまな構想を語っていました。

組合員ライターのみとこ

人の善意を信じて始まったセルフサービス方式。その裏には、組合員の生活を安定させたいという思いがあったんですね。厳しい時代を懸命に生きる人々の姿が目に見えました。(瀬古 香代子)

coop next  
100





# 季節を 飾る 文月

七夕

今月の作者は

コープカルチャー西宮 さっさ  
ディンプルアート 講師 佐々 志津香さん

ディンプルアートの公認インストラクター。資源の  
リサイクル研究から生まれた新しいアートを多くの  
人に楽しんでほしいと活動中。

まるでステンドグラスのような風合いの作品。  
「ディンプルアート・カラー」という絵の具で  
描かれています。実はこの絵の具、廃車のフ  
ロントガラスに使われている「PVB樹脂」をリ  
サイクルしたもの。ガラスやプラスチック板に  
着色して乾かすと、表面にさざ波（ディンプ  
ル）のような凸凹ができます。光を通してみ  
ると、また違った趣がありますよ。

問い合わせ

コープカルチャー西宮  
☎0798-67-8444  
(祝日を除く月～土9時半～17時)

コープのカルチャー

検索

