

# おしゃべり・かわら版

2020年  
**10月号**  
発行日/2020年10月5日  
Vol.221

## おしゃべり交流会

## 楽しく! おいしく! 便利に!



～各ブロックで提供した試食のレシピを一部ご紹介します～

毎年2月～3月に※「おしゃべり交流会」を開催しております。今年も多くの方々に参加申し込みをいただきましたが、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、2月27日以降の開催を残念ながら中止いたしました。今回は、各ブロックで提供した試食のレシピを一部ご紹介いたします。

※おしゃべり交流会とは

地域の身近な会場で開催し、組合員さんだけでなく、どなたでも参加できるおしゃべりの場です。試食やおしゃべりの中から、様々なくらしの交流や情報交換ができます。

### ■ 彩り野菜のビーンズサラダ

#### 【材料】

CO-OP国産素材ごぼうドライパック …… 1袋  
CO-OPミックスビーンズドライパック …… 1袋  
ツナ缶 …… 1缶  
にんじん …… 1/2本  
CO-OP深煎り胡麻ドレッシング …… お好きな量で

#### 【作り方】

- ① 千切りにしたにんじんを耐熱容器に入れてフタをし、500Wの電子レンジで40秒位加熱します。
- ② ①とごぼう・ミックスビーンズ・ツナ缶をボウルに入れ、よく混ぜます。
- ③ ②にドレッシングを入れ、軽く混ぜたらできあがりです。

### ■ かんたん油淋鶏

#### 【材料】

CO-OP油で揚げていない国産若鶏竜田(250g) …… 1袋

A { CO-OPべんりな合わせ酢 …… 大さじ3  
かき醤油 …… 大さじ1  
ネギのみじん切り …… 適量

#### 【作り方】

ボウルにAを入れて合わせた中に、電子レンジで加熱した国産若鶏竜田を入れ、味をからめてできあがりです。

### ■ レモン牛乳ケーキ

#### 【材料】

レモン牛乳 …… 100ml位  
CO-OPプレーンビスケット …… 10枚  
らくらくホイップ …… お好きな量で

#### 【作り方】

アルミカップにビスケットを1枚入れてホイップをしほり、上からもう1枚のビスケットをのせて挟みます。レモン牛乳を大さじ2～3位かけて、適度にビスケットにしみこませたらできあがりです。

### ■ 簡単もずく梅混ぜご飯

#### 【材料】

米 …… 2合  
CO-OP産直伊平屋島産味付太もずく(土佐酢) …… 2パック  
CO-OPふっくら味いなりあげ …… 1/2袋(5枚分)  
かりかり梅赤しそ(ソフトタイプふりかけ) …… 1/2袋

#### 【作り方】

- ① 少し固めに炊いたご飯に、味付太もずくを入れて混ぜます。
- ② 味付いなりあげを1cm角に切り、軽く汁気を切ってから①に混ぜます。
- ③ ②にかりかり梅赤しそを混ぜたらできあがりです。

### ■ 和風ポタージュ

#### 【材料】

CO-OP産直のはぐくむたまごで作った茶わんむし …… 2個  
CO-OP国産フクユタカ大豆の調製豆乳 …… 200ml  
パセリ・こしょう …… お好みで

#### 【作り方】

茶わんむしを耐熱容器に移し、泡立て器で滑らかになるまで混ぜます。そこに豆乳を入れ軽く混ぜて500Wの電子レンジで4分位加熱します。お好みでパセリ・こしょうをかけたたらできあがりです。

### ■ 乾パンの和え物

#### 【材料】

乾パン …… 10個  
CO-OPツナ・マヨネーズ風味 …… 1袋  
CO-OP塩吹昆布 …… ひとつまみ

#### 【作り方】

乾パンをビニール袋に入れて手で好みの大きさにつぶし、ツナ・マヨネーズ風味、塩吹昆布を和えてできあがりです。

### ■ にんじんスープ

#### 【材料】

CO-OP北海道のうらごしにんじん …… 1袋  
CO-OPコープ牛乳 …… 500ml  
生クリーム …… 200ml  
CO-OPコンソメ(キューブタイプ) …… 2個  
塩・こしょう …… 少々  
CO-OPパセリ(乾燥) …… お好みで

#### 【作り方】

- ① 鍋にうらごしにんじんを入れて、牛乳を加えて弱火でにんじんが溶けるまで煮ます。
- ② コンソメを細かく砕いて入れます。
- ③ 生クリームを入れ、塩・こしょうをして味をととのえ、温まったら火を止めます。
- ④ ③を器に入れ、お好みでパセリを散らしてできあがりです。

### ■ 鮭のポテチーグリル

#### 【材料】

CO-OP北海道産秋鮭の塩焼(4切入) …… 1袋  
CO-OP皮付きポテト十勝めむろ産マチルダ種使用 …… 8個～12個  
CO-OPミックスチーズ …… 適量  
CO-OPあらびきコショウ …… お好みで

#### 【作り方】

- ① ポテトと鮭をそれぞれ電子レンジで適度に加熱し解凍しておきます。ほどよく温まる位、表示時間より短めで大丈夫です。
- ② ポテト2～3個、鮭1切、チーズの順に盛り付けて電子レンジで加熱します。チーズがおいしそうに溶けたら、お好みであらびきコショウをかけてできあがりです。

## 機関誌おしゃべり・かわら版終了のお知らせ

2002年に創刊して以来「機関誌おしゃべり・かわら版」は、日常の何気ない疑問に答え合ったり、職員との心温まるエピソード等、組合員同士の誌面上のおしゃべりの場として、また理事会報告等のとちぎコープからのお知らせの場としての役割を担ってまいりましたが、この度2020年12月号をもちまして終了させていただきます。

これまでたくさんの組合員のみなさまが「少しでも誰かのお役に立てれば」や「コープの仲間ならおしえてくれるかな」といった、他者を思いやる気持ちやお互いに信頼する気持ちからの声を寄せ続けてくださったこと、そこから組合員同士の知恵の交流や温かいつながりが生まれてきたことに、編集委員会一同心より感謝申し上げます。

とちぎコープはこれからも新しいつながりの場を模索しながら、組合員のみなさま一人ひとりに「いごちの良生協」を感じていただけるように取り組んでまいりたいと思っております。これからもとちぎコープへの変わらぬご支援をよろしくお願い申し上げます。

機関誌おしゃべり・かわら版 編集委員会

# ほっ、ほっ、ほっとな話

## 大切にしていきたいもの

バナナの品出し中のことです。初めて見かけた組合員さんがどのバナナを買おうか、と悩まれているようでした。その日、通常より高原バナナがお買い得だったためおすすめすると「割高だし、一人の年金暮らしだから贅沢できないんですよ…」と話されましたが、さらりとしたバナナとねっとりとした高原バナナのおいしさを伝えたところ、高原バナナをカゴに2袋入れられました。私は一人では食べきれないだろうと思い、そのような時はスライスしてレモン汁をかけ冷凍し、食べる少し前に出すとおいしいことをご案内し、あわせて熟度が進んでいない物もおすすめしました。すると組合員さんが「毎日一人で誰かと話をするのもなく、買い物に出ても会話を交わすこともなく過ごしているんです。今日はお話しできて嬉しかった。ありがとうございます」とおっしゃって頭を下げられました。その組合員さんの言葉に思わず涙が出そうになりました。

今は「はい」「いいえ」等の短い単語でほとんど言葉を発しなくてもすむ世の中です。組合員さんとのやりとりから会話の大切さを改めて感じました。その後、この組合員さんとお会いできていませんが、見かけた際にはぜひ声をおかけしたいと思います。



おもちゃのまち店  
小林和江 担当

## おいしく召しあがっていただきたい

ある日、精肉売り場で年配の女性の組合員さんから「アメリカ産の豚肉をこれまで食べたことがないのだけど、味ややわらかさ等気になっているのよ」と声をかけられました。私もこの仕事をするまでは、アメリカ産に抵抗があったので組合員さんの気持ちがよくわかることをお伝えし、国産と比較しても肉の臭みはなく、さっぱりと召し上がれること等を丁寧に説明させていただきました。組合員さんはとても興味深そうに真剣なまなざしで聞いてくださり、その後アメリカ産豚肉を購入されました。

後日、その組合員さんが来店された時に「家族も私も本当においしく食べられました。ありがとうございます」とお礼を言ってくださいました。以前質問された時とは違い、表情が明るくとても嬉しそうでした。満足していただけたようで私も嬉しく思いました。これから組合員さんに積極的に声をかけたいと思います。



栃木店  
関口千恵子 担当

## 9月度 理事会だより

### ●8月度まとめ

- とちぎコープ全体の総事業高は26億4692万円で、経常剰余金は1億2194万円でした。725人の新しい組合員さんをお迎えしました。
- 「がんばろう栃木！コロナ支え合い基金」への寄付について確認されました。

### ●理事協議会報告

「コロナ禍の中でもできる組合員参加企画」について報告されました。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のために中止になっている交流会等の代わりに、何らかの形で組合員さん同士が交流できる企画を各ブロック委員会で検討しています。

### ●栃木県生協連報告

- 2020年度第1回常務理事会を開催しました。
- 今回より、くらし部会に「パルシステム茨城 栃木」が参加。地域4生協で活動します。
- 福祉部会では、県若年者支援機構代表理事の中野氏より「子ども若者・ひきこもり支援の現状と課題」を学びました。
- 県が主催する「とちぎ食育推進連絡会」および「プラスチックごみ削減対策事業協議会」に参加しました。
- 食の安全ネットワーク世話人会では、近年の農業に関する動向について、宇大名誉教授 宇田氏より学びました。

- 消費者ネットワーク第1回幹事会では「2019年度消費者行政アンケート」の概要報告等を行いました。
- 今年度初回のとちぎ消費者カレッジを自治医大で開催し115名が参加しました。
- 2020年7月豪雨災害支援募金を開始しました。

### 8月度の経営状況について

	8月度(単月)		2020年度累計(4月度~8月度)	
	実	績	実	績
総事業高	26億4692万円		127億3600万円	
事業総剰余金	6億4735万円		31億1565万円	
事業経費合計	5億2771万円		27億707万円	
経常剰余金	1億2194万円		4億6677万円	
組合員数	26万3963人		平均出資金	2万9899円

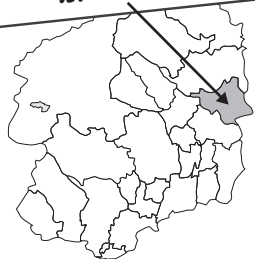
### ●商品検査レポート 8月度の商品検査件数 (毎月下記の検査を実施しています。)

検査の種類	微生物や食品中に残留する化学物質等の検査										食品の品質を確認する検査			食品の表示を確認する検査			調査		合計	
	検査の項目	微生物検査	残留農薬	動物用医薬品	食品添加物	汚染物質等	カビ毒	ヒスタミン	放射性物質	遺伝子(微生物)	ノロウイルス	官能検査	品温検査	品質	特定原材料	栄養成分	肉種・品種・産地判別	お申し出品検査(左記以外)		施設衛生検査
8月度検査数	品目数	1,538	85	12	17	0	19	46	43	13	0	1	24	82	71	47	13	0	942	2,953
2020年度検査品目累計		7,668	393	57	64	2	51	204	510	59	0	1	126	435	224	346	29	0	3,170	13,339

## とちぎコープフェスタ開催中止のお知らせ

この秋開催を予定しておりました「とちぎコープフェスタ」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、中止することといたしました。開催を楽しみにされていた皆様には誠に申し訳ございませんが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

### 栃木県の中山間地域紹介 ～那珂川町～



### 那珂川町が誇る2大特産品!!

### 「八溝ししまる」と「里山ほんもろこ」

那珂川町は、清流那珂川と緑豊かな里山に抱かれ、美しい自然と歴史や文化が調和した町です。そして、町を代表する特徴的な2つの特産品として「八溝ししまる」と「里山ほんもろこ」があります。

「八溝ししまる」とは、鳥獣害対策の一環でイノシシを捕獲し、町にある専用の加工処理施設で販売されているイノシシ肉のことをいいます。イノシシ肉は、綺麗な赤肉が特徴で、食感は豚肉に近く野性味あふれるワイルドな味わいとなっております。

「里山ほんもろこ」は、琵琶湖固有のコイ科の魚で味は淡泊で肉質が良く、骨ごと食べられるのが特徴の高級魚です。那珂川町では、町内にある休耕田を活用して、養殖池を整備し、現在では町内に6つの養殖池があります。

