



料理コンテストグランプリ受賞
ふっくら
とれとれいわしのハンバーグ

レシピは
4ページを
check

おいしさ・手軽さ 再発見

とれとれいわしたたき身

料理コンテスト受賞レシピ大公開…4P

コンテンツ

表紙：料理コンテストで準グランプリを受賞したN・Wさんのお子さん。とれとれいわしのはさみ揚げがおいしい！

2P ◆ くらぶ・サークルで日々の活力をチャージ！
2024年度募集開始

4P ◆ おいしさ・手軽さ 再発見
とれとれいわしたたき身
料理コンテスト受賞レシピ大公開

7P ◆ わたしのくらしとSDGs
コアノロールの魅力を発見！
一松江南支所エリア委員会のSDGsの取り組みー

8P ◆ みんなあつまれ

10P ◆ 第35回 戦争体験を語り継ぐ集い開催報告
◆ フードバンクしまね 冬休み便作業報告

12P ◆ 3月4回で失効するポイントはありませんか



生協しまね
Instagramは
こちらから



安来市 安来のバーバさん

共に生き 共に創る 豊かな暮らし

2024年度
募集開始

くらぶ・サークルで 日々の活力をチャージ!

楽しく“おしゃべり”することで元気がでたり、気づきや知恵・工夫を教えてもらったりしますよね。それが日々の活力につながったり、自分のくらしが少し豊かになったりした経験はありませんか。生協しまねでは、そんなつながりを作る場を応援するため、今年度もくらぶ・サークルの参加者を募集します。



活動名

おしゃべりくらぶ

子育てくらぶ

サークル

対 象	組合員3名以上で結成できます。	妊娠中から末子が就学前までのお子さんを持つ組合員3名以上で結成できます。	組合員を含む3名以上で結成できます。組合員でない方も登録できます。
活 動 内 容	月に1回(何回でも)集まって、くらしのことや趣味のこと、何でもおしゃべりします。生協から年に数回、試食品をお届けします。	月に1回(何回でも)集まって、子育てのことやくらしのことなど何でもおしゃべりします。生協から年に数回、試食品をお届けします。	自分たちの興味・関心ごとについて、自分たちのペースで集まります。
活動補助費	○年間6,000円 年度途中での結成の場合は残りの月数×500円	○年間6,000円 年度途中での結成の場合は残りの月数×500円 ○子育て応援費 上限5,000円 託児費・会場費のみに使えます。	○年間上限3,000円 ※補助費の申請は、半数以上が組合員で構成されていることが必要です。 ※補助費の対象は9月までの登録サークルとなります。
活 動 期 間	2024年4月から2025年3月		
活 動 場 所	ご自宅、公民館、生協の施設など、開催場所は自由です。		
お 約 束 事	・毎月開催報告書を提出します(3カ月続けて提出がなければ登録から外れ、活動補助費を返還していただきます)。 ・年度末に活動補助費使用報告書(領収書添付)を提出します。 ・年度末に子育て応援費申請書を提出します。(子育てくらぶ)		年度末に活動報告と活動補助費申請書を提出します。
そ の 他	申し込みは2024年12月までです。 くらぶ・サークルの同一メンバーでの重複登録はできません。		一人の組合員が登録できるサークルは2つまで。 くらぶと同一メンバーでの重複登録はできません。
	政治・宗教・営利目的での集まりは不可。		

お申し込みは代表者から

問合せセンター 0120-336-021 まで(月～金曜日/8:30～20:00 土曜日/9:00～18:00)

①希望する活動 ②組合員名 ③組合員コード をお伝えください。

※4月から活動スタートの場合は3月22日(金)までにお申し込みください。(以降も受け付けます)

こちらからも
お申し込み
いただけます



今年度登録されているくらぶ・サークルへは別途、継続確認のご案内をお届けします。

おしゃべりくらぶ、始めてみた! 「みさき12班」の活動に潜入!

おしゃべりくらぶ「みさき12班」は、共同購入の班で結成しており、月1回、商品の荷受け時におしゃべりくらぶを開催しています。

「注連縄は生協がいいよね〜」
「ちゃんと届くから安心」と話題に!



生協トラックが来る30分前に集合し、おしゃべりタイム。家庭のこと、健康のこと、生協商品についてなど、トラックが来るまで会話が途切れません。

「年末年始に向けてたくさん注文したけど冷凍庫に入るかな?」と、おしゃべりしながら賑やかな荷受けです。

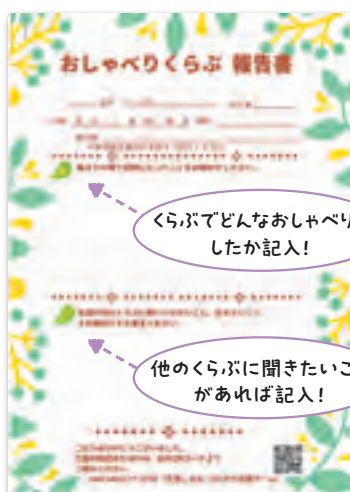


トラックが来たら荷受けスタート! 月1度、おしゃべりくらぶの代表者の注文商品と一緒におたのしみ商品(試食品)が届きます。

おたのしみ商品
(試食品)の例



荷受け終了とともにおしゃべりくらぶも終了。どんなおしゃべりをしたか思い出して、メンバーの石井さんが代表して報告書を記入します。



くらぶでどんなおしゃべりをしたか記入!

他のくらぶに聞きたいことがあれば記入!

このように荷受け前、荷受け後のくらぶの開催も大歓迎です!

「私たちいつも荷受け前(後)に集まっておしゃべりしているわ…」という組合員のみなさん、ぜひ「おしゃべりくらぶ」にご登録ください!

2023年度にご登録いただいた くらぶの活動調査!

どんな活動をしている?

- お茶を飲みながらおしゃべり
- ハーバリウムのボールペン、カバン作りなどのハンドメイド
- パン作り、豆腐作り、みそづくり等
- 森林セラピーを体験
- 道の駅巡り ● バーベキュー ● 生け花
- ヨガやウォーキングなどの運動
- お弁当を作り、子どもたちと一緒に公園に出かける
- 保健師さんを招いての体力測定

活動補助費は何に使っている?

- 気になる、またはお気に入りの生協商品を購入
- お弁当を購入して食べる
- 活動補助費を活用してカラオケ
- 子どものトイレトレーニングパンツを購入してメンバーで分け合う
- メンバーでモーニングを食べに行く

おいしさ
手軽さ
再発見

とれとれいわしたたき身

料理コンテスト受賞レシピ大公開

いろいろな料理に使えて栄養豊富な、山陰（境港市）で作られている『とれとれいわしたたき身』。商品の良さや暮らしの中での役立ちを発信する小委員会の暮らしをつなぐ委員会では、この商品の良さをより多くの組合員みなさんに広げたいとの想いから、『とれとれいわしたたき身料理コンテスト』を開催しました。

今回は、コンテストでグランプリ、準グランプリを受賞したレシピをご紹介します。



【次回企画予定：シエル2月3回】



試食・審査会のようす

9月に募集した料理コンテストへは、26名の組合員みなさんから応募がありました。役職員で投票を行い、絞り込んだ4品を実際につけて試食し、グランプリ・準グランプリを決定しました。試食審査会では、『とれとれいわしたたき身』を製造している(株)大新の代表取締役社長の山本さんと食品部係長の池淵さんにお越しいただき、一緒に審査をしていただきました。

グランプリ

益田市
K・Sさん

ふくら
とれとれいわしのハンバーグ

魚嫌いな家族が おいしく食べられるように

主人は子どもの頃にいわしの小骨をのどにひっかけて以来いわし嫌いになったようで、食卓に出してもあまり食べてくれませんが、私自身は魚が好きで体にも良いので食べてほしいと思っていました。そんなときに見つけたのが『とれとれいわし』です。

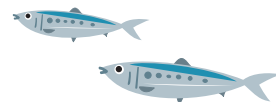
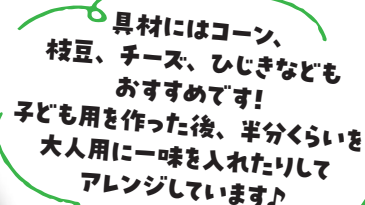
この商品は魚の味はするのに臭みがなく、主人も小骨が気にならないよう*でいわしを食べてくれるようになりました*。特にこのハンバーグは魚嫌いな家族にも好評で「おいしい」と言ってもらえました。それからは、いわしを買うときはもっぱらこの『とれとれいわし』です。他のいわしを買うことは無くなりました。

材料（2～3人分）

- | | | | |
|--------------|----------|------------------|--------|
| ・とれとれいわしたたき身 | 1袋（150g） | ・玉ねぎ | 1/2個 |
| ・鶏ムネ挽き肉 | 75g | ・オートミール（クイックオーツ） | 18g |
| ・しょうゆ | 大さじ1 | ・豆乳 | 大さじ2 |
| ・酒 | 大さじ1 | ・塩 | ひとつまみ |
| ・みりん | 大さじ1 | ・コショウ | 少々 |
| ・砂糖 | 小さじ1 | ・オリーブオイル | 大さじ1/2 |

作り方

- ①とれとれいわしは半解凍し、玉ねぎはみじん切りにする。
- ②玉ねぎはオリーブオイル少々で（分量外）炒める。深さのある耐熱容器にオートミールと豆乳を入れ混ぜ、ラップをかけずに600wのレンジで40秒加熱して玉ねぎと混ぜ、よく冷ます。
- ③②と、とれとれいわし、鶏ムネ挽き肉、塩コショウを混ぜ、よく練る。
- ④焦げ付きにくい冷たいフライパンにオリーブオイルを引いておく。③のハンバーグの種を6等分にし、空気が入らないように楕円型に丸めて、フライパンに並べる。フタをして中火で加熱を始める。焦げ目がついたら裏返し、フタをして中弱火でふくらするまでしっかり焼く。弱火にしてAを入れ、アルコールを飛ばし少し煮詰め、タレをハンバーグに絡めてできあがり。



N・Wさんのお子さんたち。はさみ揚げも食べて「おいしいーいー！」

出雲市
N・Wさん

材料（5人分）

- ・ とれとれいわしたたき身…………… 2袋 (300g)
- ・ 玉ねぎ…………… 中 1/2玉
- ・ 人参…………… 1/3本
- ・ おろし生姜…………… 3cmくらいチューブから出す
- ・ 塩…………… 3つまみ
- ・ 焼のり (板のり) …………… 適量
- ・ 揚げ油…………… 適量

作り方

- ①玉ねぎ、人参はみじん切りにしておく。
- ②とれとれいわしと①、生姜、塩をよく混ぜ合わせる。ねばり気が出るとうり良い。
- ③②を板のりではさみ、熱した揚げ油で色良く揚げてできあがり（多めの油で揚げ焼きも可です！）。

松江市
H・Aさん

とれとれいわしの
お好み焼き



材料（4人分）

- ・とれとれいわしたたき身…………… 1袋 (150g)
- ・サラダ油……………適量
- ・はんぺん…………… 1枚 (110g)
- ・ねぎ (小口切り) …………… 30g
- ・キャベツ (太めの千切り) ……………100g
- ・片栗粉……………大さじ2弱
- ・お好みソース、マヨネーズ、かつおぶし、青のり、紅しょうが…適量

作り方

- ①ビニール袋にはんぺんを入れて形がなくな
るよう、手でつぶす。
- ②①にとれといわしを入れ、ビニール袋の
中でよく混ぜ合わせる。
- ③ボウルにねぎ、キャベツ、片栗粉を入れ、
軽く混ぜる。②を入れさらに混ぜ合わせる。
- ④熱したフライパンにサラダ油を入れ、③を
適量入れ、フタをして3分焼き、裏返して
2分焼く。
- ⑤ソース・マヨネーズ・かつおぶし・青のり
をかけて、お好みで紅しょうがを添えてで
きあがり。

母から受け継いだレシピ

このレシピは母から受け継いだレシピです。私もこのはさみ揚げが大好きだったので、子どもも喜んでくれるんじゃないかと思い作ったところ、とても喜んで食べてくれました。魚が大好きな次男は、お兄ちゃんに負けないくらいの量を食べてくれます。

生協に入る前は市販で冷蔵のすり身を買っていましたが、欲しいときに手に入らないこともありました。生協に入ってからこの『とれとれいわし』を見つけたときは、冷凍でストックができることに『ばり便利やん!!』と思いました(笑)。骨を取ったりほぐす面倒も不要で、手軽に魚の栄養も摂れます。他にもお魚バーグやつみれ汁など、我が家では大活躍してくれています。



魚だと気づかずに…

長男は臭みが苦手で普段魚をあまり食べませんが、このお好み焼きは臭みがないので魚が入っていることに気づかずに喜んで食べてくれました。「実は魚だよ」とネタバラシをすると驚いていました。

青魚は健康に良いと聞くので、ミンチになっていて手軽に料理に使える点がお気に入りです。



準グランプリ
出雲市
勝部 彰子さん

いわしと 夏野菜のトマト煮



使い勝手が良い

普段はいわしを団子にして煮たり揚げたりすることが多いのですが、今回は変わったものを作ってみようと思いトマト煮を考えました。家族にも好評で、野菜もたくさん摂れるレシピになっています。

『とれとれいわし』は、1袋の量が150gなので、少人数の我が家には使い勝手の良い商品です。魚のミンチは自分で作ることが難しいので、手間いらずで冷凍庫でストックしておけるのが便利です。

材料（4人分）

- ・とれとれいわしたたき身 …… 1袋（150g）
- ・薄力粉 …… 70g
- ・玉ねぎ（みじん切り） …… 70g
- ・生姜（みじん切り） …… 15g
- ・塩コショウ …… 少々
- ・オリーブオイル …… 8g
- ・ニンニク（スライス） …… 10g
- ・トマト缶 …… 340g
- ・なすび …… 80g
- ・とうがん …… 80g
- ・オクラ …… 5本
- ・ケチャップ …… 60g
- ・コンソメ …… 4g
- ・水 …… 300g

作り方

- ①Aをボウルでよく混ぜておく。
- ②オリーブオイルでニンニクを炒め、輪切りのなすびを軽く炒めて、トマト缶、コンソメ、ケチャップ、水を加えて煮る。
- ③とうがんは皮をむいて、2cm角切りにしてボイルしてから、②へ入れ煮る。
- ④①をスプーンで団子にして、③へ入れ煮る。
- ⑤時々かき混ぜながら汁気が少なくなったら、オクラ（半切）を入れて、さっと火を通してできあがり。

『とれとれいわしたたき身』の おいしさの秘密を教えて！

おいしさの決め手は“鮮度”

『とれとれいわし』は添加物を一切使用しない、いわし100%の商品です。国内産のいわしを原料にしており、その中でも多くは境港産を使用しています。境港で早朝に水揚げされたいわしを買い付け（入札）した後、漁港から5分ほどの距離にある大新の工場まで運び、到着後すぐに選別・加工を行います。当日の朝に水揚げされたいわしは、なるべくその日の内に商品にします。水揚げされたばかりのいわしの鮮度感を大切に、ご家庭にお届けします。

株式会社大新の
池淵さんに
伺いました



株式会社大新 食品部 係長
池淵 泰輔さん

鮮度を維持する製造工程

①入札したいわしを選別



とれとれいわしには、100g以下のいわしを使用しています。

②頭・内臓の除去



機械に魚の向きを揃えて並べ、頭・内臓を除去します。

③ミンチ状に



いわしを3mmの穴が開いたドラム型の採肉機に入れ、押し出すようにしてミンチ状にします。

④急速凍結



ミンチを充填機で自動充填包装し、-35℃で約50分かけて急速冷凍し『とれとれいわし』の完成です。

製造工程で
いわしに
触れるのは、
機械に並べる
ときだけ！
いわしになるべく
触れないことで
鮮度を保って
います。

今回料理コンテストに参加し、試食をさせていただきました。4品ともとてもおいしく、レシピも工夫されており『とれとれいわし』が組合員さんの食卓のお役に立てていることを実感しました。また、その他にも多くのレシピ応募があり、メーカーとして大変うれしく感じました。

これからも組合員のみなさんに鮮度感のあるおいしい商品をお届けできるよう努力していきたいと思っています。

その際に中骨やヒレなどは除去されますが、小骨や皮は除去されません。



コアノロールの魅力を発見！

—松江南支所エリア委員会のSDGsの取り組み—



松江南支所 エリア委員会のみなさん

私たち松江南支所エリア委員会は、2023年度の活動目標を「生協のSDGsの取り組みを組合員のみなさんへ発信していく」に決め、活動をしてきました。その中で『コアノロール』のリサイクルの流れや魅力を発見しました。ぜひみなさんにも知っていただきたいです。



2月3回のカatalog『雑貨通信』では、コアノロール各種が年間最安値になっています！

『コープCSネットエコセンター』見学

2023年8月2日、14名の組合員と広島県尾道市にある『コープCSネットエコセンター』を見学に行きました。

発見1

捨てればゴミ、分ければ資源

エコセンターでは、中国5生協で発生する古紙や牛乳パック、袋、OCR注文用紙等が集約されます。ここで集められた牛乳パックは全てコアノロールに生まれ変わります。何気なく生協へ返しているカタログや袋が捨てればゴミ、分ければ資源になることを実感しました。



集約された牛乳パックやカタログ

発見2

CO₂削減にも

コアノロールを製造している西日本衛材さんがコアノロールを商品セットセンターに納品した後、帰りの便で古紙を回収するという効率の良い流れになっているため、CO₂削減にも寄与しています。



商品セットセンターとエコセンターは同じ敷地内にあります。

コアノロール学習会

2023年9月27日、製造メーカーである西日本衛材の藤本さんをお招きして、コアノロールがどのようにSDGsに貢献しているのかを学びました。

発見1

芯をなくしてゴミ削減

コアノロールはペーパーで芯を形成しているため、紙芯がありません。芯ゴミ削減と自然保護にもつながります（紙芯1本を作るのには、割り箸3膳分の木材が使われます）。

笑顔のみんなの学習会でした



発見2

森林資源の保護に

古紙50kgは樹齢20年の立ち木1本に相当します。牛乳パック30枚からコアノロールが2個作られます。コアノロールを使うことは森林資源保護にも貢献します。

発見3

紙幅が狭い？！

実はコアノロールは他社の製品より紙幅が9mm狭くなっています。紙幅を狭くすることで、紙の使用を少なくすることができます（コアノロール12個で1個分に当たる紙の節約につながります）。

発見4

エンボス加工でやわらかい

「もっとやわらかくしてほしい」という組合員の声を受けて、紙の表面に凹凸をつけるエンボス加工を試行錯誤の末に施されました。硬いイメージのある再生紙のペーパーですが、やわらかさを体感していただきたいです。 ※一部対象外

学習会を終えて、コアノロールを使うことでSDGsに参加できていることが嬉しいという声をたくさんいただきました。また、新発売の『3倍長巻きワンタッチコアノ200m』は災害時の備えに役立ちます。

環境や社会問題について共に考え、この商品が意味のあるものだと知って使うことで、心も豊かになると願っています。

みんなあつまれ



あなたの声を
聞かせてください！



とびつきりの笑顔で

出雲市 K・Fさん

3歳の息子に好きな食べ物を聞いたところ、『焼ナポリタン』と、とびつきりの笑顔で答えました。レンチンで簡単にできるので、大変助かっています。顔、両手、エプロンを真っ赤にしておいしそうに食べています。



【次回企画予定：DOSATTO 2月4回】

※次回企画予定は変更になる場合がございます

見終わるまでに何個も

浜田市 Y・Kさん

休みの日、朝のルーティーンを済ませ、コーヒーを横に準備し、生協のチラシをゆっくり時間をかけて見るのが習慣になりました。最近『コーヒーに合うちんすこう』がお気に入り、チラシを全部見終わるまでに何個も手を出してしまいます。このままではチラシを見るたびに体重が増えてしまいそうです。お願いですから、これ以上チラシを増やさないでください。



【次回企画予定：味彩 2月3回】

のちの活躍選手と同じ名前

松江市 S・Wさん

我が家に10歳・12歳の兄弟がいます。生まれたときには男女どちらでも使える名前がいいなと名付けました（生まれるまで性別を聞いてなかったのです）。碧・律と名付けましたが、一昨年のサッカーのワールドカップでは2人の名前の選手の活躍があり、全然関係ないです。

腕を振って姿勢よく

松江市 マダムくららさん

ウォーキングは認知症の予防にもなると情報番組で紹介されていたので、その日から歩くことにしました。午前と午後10分歩いていきます。高台の住宅地なので、上りと下りがあり、結構キツイですが、徘徊婆さんに間違われないように、腕を前後に振り、姿勢良く歩いています。心身ともにスッキリします。

いつもとは違うお雑煮を

出雲市 M・Takasさん

我が家には6ヶ月になる子どもがいて、毎日バタバタと過ごしていますが、こーぷ・しまねを見ることが楽しみの1つです♡お雑煮の特集では、地域によつて家庭によつて様々な種類があつて、読んでいて面白いなと思いました。次のお正月では、いつもとは違うお雑煮を作ってみようかなと思っています♡

益田大好き

益田市 M・Sさん

松江地方のお雑煮豪華ですね。私の住んでいる益田では本場にシンプル。鮎のだしで餅の上に黒豆を2〜3個乗せるのが普通です。私は十六島のりを乗せるのも大好きです。故郷北関東の

推しメンバーと同じ誕生日

松江市 S・Kさん

息子（5才）が、私の大好きな7人組ボーイズグループの推しメンバーと同じ誕生日です！大人になってからこんなにハマってしまったグループ、歌手は初めて…。同じ誕生日と知ったときには、「この日に産んで良かった…!!」と心からガッツポーズしました（笑）。今では息子も私と一緒にこのグループの曲を歌ったり踊ったり、英才教育大成功しています（笑）。いつか息子と一緒にライブに行きたい!!



浜田市 むぎさん

格別の可愛さ

出雲市 Y・Oさん

昨年産まれた息子です。なんととっても、可愛い!!めちゃくちゃ可愛い!!!今まで甥や姪も可愛いと思ってきましたが、我が子の可愛さは別格なんだなと感じています。初めての育児で大変なことも多いけれど、少しずつできることが増えたり成長を感じられるとうれしくなります。夫と「可愛いね」と愛でながら、ほっぺにチューする毎日です。

寝る前に

出雲市 ピーマンさん

うちの息子(ミニチュアダックス12才)は私と夜、布団で寝ています。いつの頃からか夜21時頃に布団を敷こうとすると、廊下に敷いてあるトイレシートに向かうんです。「あつ!もう寝るんだな!」とシートのところに行つて、ちゃんとおしっこをして寝るんです!!まるで人間のよう:えらいでしょ?!

手作りのプレゼント

雲南市 ミーシャさん

いろいろと手作り料理を作り友人にプレゼントするのが趣味です。昨年は柚子がたくさんとれたので、ポン酢、柚子味噌、塩柚子、ジャム、柚子餅、柚子こしyou etc、たくさん作りました。これ私のプチ自慢です。

お宝に見える

安来市 M・Hさん

みんながいらない!捨てようかな?!!という物が全部お宝に見えること♡それを使って小物作りを楽しんでマス。たまに「それ!めっちゃいい!」モノができますが:8割強はどれも良いモノです。

プチ自慢ではなく:

浜田市 ふぐのやどさん

うちのお嫁さんは孫(2才)にいろいろ工夫をして遊ばせています。絵具で色水を作つてキッチンペーパーに色をたらして遊んだり、寒天に色をつけてかためてお料理ごっこしたり、包装紙をビリビリやぶいてのりではったり、空箱にゴムを渡してギターみたいにしたり:。お金もかけずに家にあるもので上手に遊ばせるのですごいなーと思います。お散歩や公園にもまめに連れていっていますし、子育てをたのしんでいるようです。うちのプチ自慢ではなく大自慢のお嫁さんです♡

剛刻作り

江津市 ごうちちゃん

もうすぐ80才の主人は目が不自由です。1級の手帳をもっておりませんが、ここ2~3年、懸命に彫刻をしております。今年度も県展に出品し賞をいただきました。これが我が家の自慢話です。

無農薬で野菜作り

邑智郡 無添加大好きさん

我が家の自慢は、ほとんど無農薬で野菜を作っていることです。野菜は、子どもたちに送つたり、産直で売つたりしています。また、ご近所さんや同じ趣味の教室の方、知り合いの方に食べてもらっています。今では、「おいしい!!」という言葉が我が家の宝物です。

家計簿をつけて50年

出雲市 F・ーさん

結婚して50年近くになりますが、毎日家計簿を記帳していることです。一円でも合わないところとん調べます。これが、わたしのプチ自慢です。

心強い家族

邑智郡 Nばあばさん

何かあったときに家族が一丸になれること(自身の弟妹はもちろん義妹達も娘・息子・孫も協力してくれる)。心強いです。



雲南市 晴木 智恵子さん

平和のバトンをつなぐ「第35回 戦争体験を語り継ぐ集い」を開催しました

主催：戦争体験を語り継ぐ集い実行委員会
(松江保健生協、新日本婦人の会、
松江民主商工会、島根県教職員組合、生協しまね)



西尾さん（中央）と対談する
島根大学の宗接さん（左）と栗岩さん（右）



朗読劇「さあちゃんとヒロシマ」の上演のようす

12月17日(日)、松江市市民活動センターにて行われたこの取り組みには、一般参加者も含め85名の参加者が来場しました。今回の集いのメインテーマは「平和のバトンをつなぐ」。戦中・戦後を経験した世代から新しい世代に向け、平和の尊さを伝え、バトンタッチしていくことの意味について会場全体で考えました。

また、新たな試みとして第二部では、第一部で上演した朗読劇「さあちゃんとヒロシマ」の主人公、西尾幸子さんと島根大学の学生の皆さんとのパネルディスカッションも行われました。

「平和のバトン」を渡していきたい

朗読劇は当時のようす、原爆の恐ろしさがよく伝わり、涙が出ました。西尾さんの劇中のセリフ、“生きとっていいかな”……生きとっていいんです。後世の人々に伝えるために、さあちゃんは生かされてきたのだと思います。

私たちはこれから「平和のバトン」を次の世代に渡していきたいと強く思い、実践していきたいです。島根大学の皆さんからは、若い世代の力を感しました。若い方々の考えや想いが聞けて良かったです。つなげていくことは、大切ですね。(松江市 60代)



フードバンクしまね『あったか元気便』～冬休み便～ 仕分け・パッキング作業報告



松江市大輪町「大輪児童クラブ」での仕分け作業には大学生も参加しました

昨年12月14日、今回の『あったか元気便』冬休み便は、松江市内の20校の就学援助世帯の519世帯、1,893人の方々にお米をはじめ冬休み便ならではのお餅や年越しそばなど総量8.5トンの食品を届けることができました。

また、11月下旬から12月19日までの食品のチェックや仕分け、パッキング作業にはボランティアの方々、スタッフのべ370人にご協力をいただきました。

「フードバンク支援募金」にご協力いただいた皆さん、ボランティア作業に加わっていただいた皆さん、ありがとうございました。

あったか元気便も受け取った方からのメッセージ

とても励まされています

近くに頼れる人がいないため、私が体調を崩してしまった時などインスタント類があり、とても助かりました。特にレンジで温めるだけの物は娘でもできるもので、安心して任せることができます。一緒に入っているお手紙にも娘共々とても励まされています。

(母子2人家族)

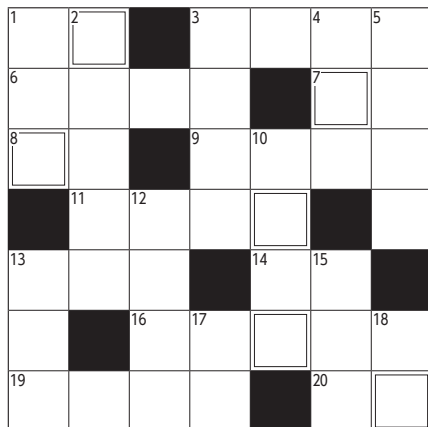
- よこのカギ**
- 1 天気予報。○○○もり、雨、雪…。
 - 2 夜遅くまで起きていること。
 - 3 散らかっている状態。
 - 4 居酒屋、スナック、○○○。
 - 5 ○○○の上にも3年。
 - 6 双子。英語で。
 - 7 友だち。
 - 8 無理が通れば○○○が引込む。
 - 9 舟をこぐときに使う道具。
 - 10 イベントや式典などで特別身分の高いお客様が座る席。

- たてのカギ**
- 1 美しい文字を書くコツは、とめ、はね、○○○。
 - 2 スポーツ選手は苦しい○○○○○もおろそかにしない。
 - 3 十字路。四つ角。
 - 4 バッグ。日本語で。
 - 5 季節。オール○○○○。
 - 6 大事な書類の仕上げに押します。
 - 7 ソールドアウト。日本語で。
 - 8 縄文時代の遺跡から出土した土人形。
 - 9 施設などを別の場所へ移すこと。
 - 10 魚はこれを動かして泳ぎます。
 - 11 南の反対。

図書カードが当たる!

お楽しみクロスワード

□の中の文字を並べかえて言葉をつくってください。正解者の中から抽選で20名の方に図書カードをお送りします。当選者の発表は、図書カードの発送をもってかえさせていただきます。



【ヒント】友だちにも恋人にも。

- 19 ハワイアン音楽に欠かせない4弦楽器。ギターより小さい。
- 20 古い建物の壁に生えている印象の植物。○○○のからまるチャペルで。

ミ	ケ	ア	イ	ガ	モ
ツ	ー	ル	ッ	ツ	ジ
キ	キ	イ	ッ	パ	ツ
ー	ジ	イ	ン	ケ	
マ	カ	シ	シ	ガ	
ウ	ン	テ	ン	シ	ユ
ス	キ	マ	チ	ン	ミ

☆12月号のお楽しみクロスワードは、応募者292名、正解者291名でした。

締め切り▼3月1日(金)
1月号の答え▼カガミモチ

答えは11ページの投稿用紙に記入してください

12月25日(月)に行われた第8回定例理事会で話し合われた主な議案

報告・確認事項

- ①事業運営部、組織運営部、管理部より定例報告
 - ②2023年度年度末見通し(11月決算起点)について
 - ③株まい・しまね流通ラボ2023年度上期事業報告
- 以上の議案について報告・確認が行われました。

協議・交流事項

- ①「第40回通常総代会議案書」作成に向けて
 - ②「2023年度の振り返りと2024年度方針」について
- 以上の議案について協議・交流が行われました。

決議事項

- ①2024年度『経営リスク保険』更新について
- 以上の議決についてすべて承認されました。

2023年11月度決算報告

○供給実績 7億8,906万円 (計画比 103.6%、前年比 101.2%)

事業総剰余金 2億1,838万円 (計画比 100.8%、前年比 100.2%)

人件費 計画比 99.6% 前年比 101.1%

物件費 計画比 93.8% 前年比 98.1%

経常剰余金 2,655万円

○一人当たり平均利用金額 4,319円

利用者人数(一回当平均) 38,750人 (計画比 99.3%、前年比 99.5%)

○仲間づくり 加入 243人 (計画比 113.0%、前年比 115.7%)

CO・OP共済 11月支払共済金実績

《たすけあい》《あいぷらす》《終身医療》《終身生命》《学生総合共済》計

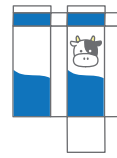
○給付件数…479件 ○給付金額…1,942万3,400円

(事故入院…16件、病氣入院…210件、事故手術…4件、病氣手術…107件、ケガ入院…142件)

リサイクル通信

11月の回収量

牛乳パック



牛乳パックは水で洗い、開いた状態でご提出ください。

1,574kg
(回収率 49.2%)

カタログ



カタログは袋から出して、ひもで縛らずにご提出ください。

131,505kg
(回収率 66.7%)

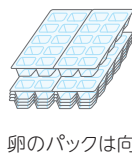
共同購入袋



集品袋に貼っているシールははがしておいてください。

1,442kg
(回収率 25.8%)

卵パック



卵のパックは向きをそろえてください。とってもコンパクトにまとまります。

1,120kg
(回収率 73.4%)

11月 商品定期検査報告

○農産品の残留農薬検査結果報告

商品名	検査項目数
サン・くらふとの会 サンふじ	200
サン・くらふとの会 王林	200
折笠農場グループ 北海こがね	200
大自然ファーム 本田さんのフルーツ洋人参	200

すべての項目について基準値を超える残留農薬の検出はありませんでした。

生協しまねソーラー発電所

11月の発電状況

発電量 18,006kwh (昨年対比80.5%)

売電料 720,240円

商品センター(出雲市長浜町)の屋根及び、駐車場の太陽光発電の実績です。

こーぷ・しまね 投稿用紙

班名

氏名

組合員コード

☐ 回答必要 ☐ 実名掲載可

☐ ペンネーム ()

※ご指定のない場合は、イニシャルで掲載いたします。



投稿募集

- 災害が起こったときのために備えているものや、これから準備したいと思っているものを教えてください。
- こーぷ・しまね2月号の感想をお寄せください。
- イラストを募集します！
季節のものを描かれる場合は4月のイメージをお願いします！

※班名、氏名、ペンネーム、クロスワードの答えもお忘れなくご記入ください。

※誌面のスペースの都合上、全ての投稿を掲載できかねますことをご了承ください。

※この投稿は、こーぷ・しまねやカタログ等の広報物への掲載、組合員活動、運営に活用させていただきます。ご了承の上、投稿ください。

●Eメール: kouhou@coop-shimane.jp

●投稿募集フォームから

<https://www.coop-shimane.jp/form/toukoubosyuu/>

●郵送:

〒690-0017 松江市西津田一丁目10-40

生協しまね「こーぷ・しまね」

みんなあつまれ係

●FAX: 0852-27-5742



携帯電話はこちらから

クロスワードの答え

投稿用紙を切り取って配達担当者にお渡しください。



3月4回で失効する ポイントはありますか

みなさん、生協のポイントは貯めておられますか？貯まるのが嬉しいポイントですが、有効期限がありますので、ご注意ください。有効期限を超えるとポイントが無くなってしまいますので、失効する前に必ずご使用ください。

ポイントの有効期限について

ポイントは、付与された年度の翌年度末までが有効期限となります（最長2年）。



2022年4月1回～2023年3月最終企画回までに付与した未使用のポイント
⇒2024年3月4回で失効となります。

失効ポイントの確認方法

商品お届け表兼請求書に記載されている「ポイントのご案内」の《ポイント有効期限のお知らせ》をご確認ください。

※ポイント付与のタイミングでポイント数が異なる場合があります。

ポイントのご案内			
前回ポイント残高	獲得ポイント	ご利用ポイント	残高ポイント
1,636 P	1 P	0 P	1,637 P
《お知らせ》 ポイントのお知らせ：1,637ポイント（2023年12月9日現在）			
《ポイント有効期限のお知らせ》 既得ポイントのうち、2024年3月4回までの有効ポイントは280ポイントです。			
<獲得ポイント明細>		<ご利用ポイント明細>	
ポイント明細	ポイント数	生協からのお知らせ	明細
ご利用ポイント	1 P	ご利用ありがとうございました。	



ポイントの利用方法

ポイントは、1ポイント=1円として、**1ポイント単位**でご利用いただけます。※消費税には使用できません。

注文書から使用する場合

注文書表面の右上の「ポイント欄」に利用したいポイント数をご記入ください。

コープアプリ・eふれんずから使用する場合

《コープアプリ画面》



《eふれんず(スマホ)画面》



ここをクリックして
利用画面に!