しまれる

2023



表紙:子育てくらぶGOGO☆が巻き寿司を楽しみました

- **2P** ◆ おしゃべりが日々の活力に くらしづくり活動を始めてみませんか?
- **4 P ◆** 一緒に巻いて、一緒に食べて盛り上がる! 『上巻用芯』で手軽に手作り"巻き寿司"を作ろう!
- **6 P ◆ 地域とともに** 津和野町との懇談会を行いました
- **7P** ◆わたしのくらしとSDGs 多世代が交流する地域の居場所 なないろ食堂
 - ◆わたしのお気に入り お弁当用もずく三杯酢と中華味

- 8P ◆ みんなあつまれ
- 10P ◆第34回戦争体験を語り継ぐ集い開催報告
 - ◆ 2022年度「ユニセフ・ミャンマー指定募金」のご報告
- 12P ◆生協しまねのつながり応援!! おしゃべりパーティーのご案内



共に生き 1990年の中

Instagramは

こちらから

仁多郡 らんらんやさん



楽しく"おしゃべり"することで元気がでたり、他の方から気づきや知恵・工夫を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便利になったりした経験はありませんか。生協しまねでは、それを「くら しづくり」と言っています。

組合員のみなさんの「くらしづくり」を応援するため、今年もくらしづくり活動の参加者を募集します。

活動名	おしゃべりくらぶ	子育でくらぶ	サーケル
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、 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、 子育ての情報などおしゃべりしま 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。
補助費	○年間6,000円 年度途中の結成の場合は残り の月数×500円	○年間6,000円年度途中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 ○生協の施設を無料で使用できます。 ※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。
活動期間	2023年4月から2024年3月		
活動場所	ご自宅、公共の場所、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から外れ、補助費を返還していままでは から外れ、補助費を返還しています。 ・年度末に補助費使用報告書(第 ・年度末に子育て応援費申請書を	年度末に活動報告と補助費申請書 を提出します。	
登録制です。 受付は2023年12月まで。 おしゃべりくらぶと子育てくらぶとの重複登録は出来ません ・年度途中で新しい仲間を増やすことも大歓迎です。			登録制です。 年間を通じての受付ですが、補助 費の対象は9月登録までとなりま す。一人の組合員が登録できる サークルは 2つまで です。
・政治・宗教・営利目的での集まりは不可です。 ・新型コロナウイルス感染拡大状況によっては変更する場合があります。			

お申し込みは

問合せセンター 0120-336-021 まで (月~金曜日/8:30~21:00 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。またはこちらからもお申込みいただけます。⇒ ※4月から活動スタートの場合は3月17日 金までにお申し込みください。(以降も受け付けます)



ネコラブ



総代・組合員交流会に参加した際に、 子育てくらぶがあることを知り、気軽 にお話できる友人どうしで結成しまし た。コロナがあったり忙しくしたりと なかなか集まれないことも多いのです が、みんなで公園に行ったり、おいし いものを食べながらお話したり、楽し い時間を過ごしています。先輩ママの メンバーに子育ての悩みを相談する場 にもなっています。それぞれ忙しくし ているので、このような機会がなけれ ば集まっていなかっただろうなと思う と、子育てくらぶを結成してよかった なと思います。

みなさんの 活動の



太極拳



現在は4名で活動しています。ゆっくりとした動きです が、これが結構きつくて体幹に効いていると感じます。 現在メンバー募集中ですので、興味のある方はぜひ一緒 にやりましょう!!



浜田 I

くらぶの前身の地域ネットの時代から続い ています。「やっぱりみんなに会えないと寂 しいよね」ということから、おしゃべりくら ぶを結成しました。いつも作ってみたい料理 や食べてみたいものを出し合って調理をし ます。ここで作っておいしかったものは家で も作ります。みんな食べることが好きです し、ここなら何でも言い合えて、気軽に集ま ることができています。ゆるく活動してい るので、ずっと続いているんだと思います。

くらぶには、年に数回おたのしみ商品の提供があります









コーヒーバッグオリジナルブレンド ぴよっちサブレ













お弁当用もずく《◇果汁100%スティックゼリー









ほくほくお豆の玄米ごはん ピスタチオクッキー





時々おたのしみ商品を いただけると、話や 試食の幅が広がるので 助かります。 (松江南 にこにこくらぶ)



Q:毎月の開催報告書の提出が大変そうで、 申し込みを迷っています。

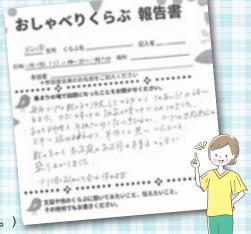
A:基本的にどんなおしゃべりをしたのかを記入するだけの簡単 な報告書ですので、お気軽にお申し込みください。 メンバーで交代で記入しているくらぶもありますよ♪

Q:開催できない月があっても大丈夫でしょうか?

A:コロナの感染状況や学校・職場・家庭の状況もありますので、集まること ができない月があっても大丈夫です。その際は報告書に「今月は集まるこ とができず、お休みとしました」と記入して提出してください。

こーボ・Lまね2023.2 (3カ月連続で報告書の提出がない場合は補助費を返還していただきます。)





に食べて盛り上がる!

巻き寿司"を作るう!

「あまり話題にはならないけど、便利な商品ってたくさんあるよね」。こんな 会話が"くらしをつなぐ委員会"(理事会内の小委員会)で交わされ、そこ で名前があがったのが『上巻用芯』でした。作るのが難しいイメージのある 巻き寿司ですが、この商品があれば手軽に作れちゃう?! そんな便利な『上 巻用芯しの良さを一緒に探りましょう。

☆くらしをつなぐ委員会では、くらしの中での商品の良さや役立ちなどを組合員へ発信 しています。





上巻用芯

270g(3本入)

参考 598 円 (税込8%) 価格 598円 (税込8%)

春になったら巻き寿司をお弁当に、ピクニック にでかけてもいいですね^

『上巻用芯』は今週配布のカタログ「だいすき」 2月3回に企画されています!



上参用芯のココがイイ ①うす焼きたまごで包んであって巻きやすい

②いろいろな材料を揃えなくても良い

③冷凍庫にストックしておけば、 食べたいときにすぐ使える



のみなさんに試してもらいました!!

子育てくらぶ G0G0☆のみなさん

1人1本ずつ巻きましたが、1本巻くごとに歓声と拍手 ああできない、こうできないとおしゃべりしながらの 調理はとっても盛り上がりました。

簡単に作れて感動!

完成!!

びっくりするくらい、本当に手軽に巻き寿司が作れて感 動しました。今までは中の具が落ちてきたり、巻いても ふにゃふにゃになったりしていましたが、これは具を薄 焼きたまごで包んでいるからか、支柱が中にあるよう な感覚で、とてもスムーズに巻くことができました。 巻けた瞬間、初めてうまくできた実感があり、自分で

もびっくりするくらい心が躍りました!!



「巻き寿司=難しい、具材の準備が面 倒」なイメージでしたが、芯の中に具 材が入っているので、具材の準備も楽 でした。他の具材をプラスしてアレン ジしたり、自家製の酢飯で作ることで 我が家の味になるところがいいです♪



○ 上巻用芯を使った巻き寿司の作り方

一緒に参いて、一緒

で手軽に手作り



· 米······ 1合 ・上巻用芯…… 2本

· 海苔··········· 2枚 ・べんりで酢… 30cc

· 酢…… 10cc

・ほうれん草や きゅうりなど お好みの野菜



①べんりで酢と酢を合わ せ、あたたかいご飯に少 しずつ入れながら、切る ように混ぜ、粗熱をとる。



②巻きすの上にのりをセッ トし、のりの端を2~3 cm残して酢飯を全体に 均等に敷き詰める。

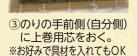


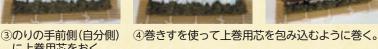


⑤巻き終わったらぎゅっ ぎゅっと少し力を入れて 押さえてできあがり!



動画でも作り方を 紹介しています!





普段あまり食べない いろいろなくらぶて

具 材をアレンジ たくさん食べてくれて嬉しかったです。 されていました

・ほうれん草 ・大葉 ・たくあん

・魚肉ソーセージ



巻き寿 司と一緒にキンパを 作ると、とっても豪 華に!

手育てくらぶ、おしゃべりくらぶ



3 本とも違う味で

子どもたちが

楽しく手作りできました♪

〈ねこ好きくらぶ〉



1本目は芯だけ。2本目はレタスときゅう り、マヨネーズを加えてサラダ巻き風に。 3本目はキンパ風にごま油・塩を混ぜたご 〈アシモくらぶ〉 はんで巻いてみました。

巻き方を教え合ったり、巻き寿司の思い出話に花が咲きました♪/



〈ひじり草くらぶ〉



〈斐川くらぶ〉









懇談会の

樣 子

共に生き「全命曲なるので

津和野町 下森博之 町長

生協しまねが今年度掲げた活動方針に、生協しまねは「地域社会において、連携する力、つなぐ力、つながる力を磨き、 新たな関係性を生み出していきます」というものがあります。

所得の減少や雇用不安、少子高齢化、買い物難民問題など、日々のくらしは・ 一層厳しさを増しています。 このよう な状況の中、今まで以上に地元自治体、地域諸団体と連携を深め、生協組合員のみならず地域に暮らす多くの方々の くらし応援を進めていく必要があります。くらし応援のために、まずは地域の課題を知る、地域に生協しまねの活動 を知ってもらうための地域との対話を進めていきます。

今回、津和野町の下森博之町長に懇談の場を設けていただきました。



うに、津和野町と生協しま らし続けることができるよ くらしをより良くするた め、また安心して地域で暮 支援以外の分野でも町民の うことができるようになっ 災害支援協定を結んでいま ねとで協力・連携できるこ 際には物資の支援などを行 す。万が一、災害が起きた

とがないかを話し合いまし 今回の懇談会では、災害

スも増えてきています。

とが難しくなり、自宅へお届けする「個配」に変わるケー

また、コロナが発生してからさらに 「個配」の増加に

商品を取りに来られていた組合員も商品をもって帰るこ きく状況が変化しています。これまで班(グループ)へ しまねの存在意義を大きく感じています。

このような環境の中、

生協の商品お届けについても大

と声をかけて頂き、

ることが難しい状況にあります。

「生協さんが週一回きてくれるけぇここで生活できる」

地域の一つのライフラインとして生協

ということもあり、買い物や通院等、

車がないと生活す 中山間地域

特に津和野町では県内でも高い高齢化、

になってきています。 住み慣れた土地、 集落の増加等、そこで暮らす多くの方が望んでおられる、

地域の高齢化による限界

住み慣れた家で住み続けることが困難

の方のくらしの様子などを も参加いただき、生協しま 聞かせていただきました。 たり、津和野町にお住まい ねの現状の活動をお話しし 13年ぶり。下森博之町長に 津和野町との懇談会は約 津和野町と生協しまねは

が進む中では、スーパー る」というお話もいただき ビスと連携や役割分担を行 などさまざまな課題におい でいくことが求められてく ある。今後、町民の買い物 い、同じ方向を向いて進ん て、生協さんの事業やサー いという状況にある地域も マーケットの後継者がいな 下森町長からは 「高齢化



創る豊かな暮らし」の実現 ビジョン「共に生き 共に と力を合わせ、生協しまね のみなさん、行政や他団体 に向け、 歩みを進めていき

います

域のくらしを看て、組合員 生協しまねは、今後も地

西部 エリアマネジャ[.] 岡崎 礼一

変化は著しく、 は大きく変化しています。 特に県西部大田以西の 私たちを取り巻く環 人口減少、

生協しまねにできることを今後も積み重ねていきたいと思 るのではないかと考えます。 有しておくことで、 解決に導く道筋が少しずつできてく 地域や行政と一緒に実態を確認しながら互いに状況を共 けていくために、 これからも住み慣れた土地、 このような問題は必ずしも生協だけの問題ではなく くらしを支える生活のインフラとして 住みなれた家で住み続

が抱える課題が生協の課題にも直結している現状です。 コミュニティーの低下が招くさまざまな問題もあり、 な利便性は高まる一方で家から出なくなることで地域の 拍車をかけている状況です。自宅へお届けすることで色々

地



わたしのくらしと







なないろ食堂 多世代が交流する地域の居場所

「なないろ食堂」は、"子どもがひとりでも来られるところ""遊んだり、宿題ができるところ""子どももおとなも一緒に作って 食べるところ"として、2016年に介護医療院「虹」(松江市大庭町)をお借りして始まった子ども食堂です。地域の諸団体や住 民のみなさんと一緒になって生協しまねも運営に参加しています。コロナ禍では以前のように賑やかな「なないろ食堂」はできま せんが、地域の学校や公民館へと会場を移し、人数制限などの対策を講じて、また寺子屋形式(軽食付き)も行いながら継続開催 しています。



ボランティアに参加されている組合員さんの声

松江南支所 波多野 美枝さん 友人に誘われ、子どものことに興味があったので参加しました。調理が主です が、子どもたちがおいしく食べ、おかわりしてくれたりするとやって良かったと 思えました。

ボランティアに参加したことがきつかけで、私自身も子ども食堂や、世代を越 えた地域の人どうしの交流について考えるようになりました。

12月10日には、湖東中学校でクリス マス会を開催。 勉強をした後はバドミン トンや将棋をして遊び、昼食は実に1年 ぶりの会食でした。お楽しみは、大きな 骨付きチキンとケーキ、そして大学生の ボランティアさんが扮したサンタさんから のプレゼント。 子どもたちの明るい笑顔 におとなも元気をもらい、楽しい会にな りました。

子どもだけでなく誰もが気軽に立ち 寄って「ホッとできる、安心できる場」 を、これからも地域のみなさんと一緒に つくっていきたいと思っています。



一わたしのお気に入り。組合員1+オシの商品を おたしのお気に入り、紹介するコーナーです

井ゲタ竹内

お弁当用もずく三杯酢と中華味

18g×10

参考 276 円 (税込8%) 価格 298円)

【次回企画予定:だいすき3月2回】 ※次回企画予定は変更になる場合がございます。







子どもと大人のお弁当に入れました。 子どもはよくお弁当の感想を言ってくれ るので、どんな反応をするのかな?とドキ

お子さんのゆうとくん ドキしていました。見た目からゼリーだと 思ったようでびっくりしたようですが、「おいしい」と言っ てくれました。外仕事の主人も夏場は特にサッパリしたも のが食べやすいようで、おいしかったと好評でした。酢の 物は水分があるのでお弁当には入れにくいですが、これな ら手軽に入れることができます。保冷材にもぴったりでし た。また入れてほしい!と2人からリクエストもありました。



組合員さんのアレンジアイディア

- ●調味料の代わりに 豆腐やトマトにかける
- ●おくらや長芋、
 - きゅうりの酢の物に和える
- 納豆と和える
- ●卵焼きに入れたらおいしい
- ●たまごスープに入れる
- ●ランチプレートの彩りに
- ●子どものおやつの代わりに
- ●お茶口に
- ●運動会やイベント、 スポーツ大会などの集まりに (一人ずつに分けられるのがgood!)
- ●お弁当の保冷剤代わりに

引かせてく

も良さそうだけど、自分で作るには

∠買いしています!魚のつみれ…体に

真あじのふんわりつみれ汁』リピー

大田市 2人の男の子ママさん

ハードルが高いので、よく利用しま

*お気にいりの豆腐

よくなります!

ると、ボリュームも出て味もちょうど

の余り野菜やきのこ類なども足して作

す。分量通りに作ると少し味がしっか

りめかな?という感じなので、冷蔵庫

息子への送り物をするときにも2~3 的には高めですが、賞味期限も長く、 なりよろこんでいます。ちょっと金額 購入していたのですが、いつの頃から か生協のカタログに掲載されるように 近くの店で『ずっとおいしい豆腐』を 我が家は60才夫婦、2人家族です。

おいしいです。 くん』みたいで ふ・じゅうてん は『まい!とう ています。味 ば入れてやっ 個すき間があれ リーズナブルで お店で買うより



【次回企画予定シエル3月1回】

せん。どこへも行かず、生協で買い物 えています。なかなか名案が浮かびま

いて穴埋めしようかと、脳に刺激を与

何もかも値上がりの昨今。どこを省

浜田市 K・〇さん

出雲市 K・Sさん

【次回企画予定シエル3月2回】

夫にほめられ(?)

江津市 くりちゃん

*住みにくい世の中で

ギたっぷり、きざんでのせています。 す。冷凍○○丼ファンだからです。ネ のお~」と夫にほめられ(?)ていま から出して食べるのが上手になった きからの組合員です。36年を迎えます (拍手‼です)。最近は、「お前は、袋 うさぎ年生まれの長男を出産したと

の玉は作りません。なつかしい思い出

になりました。

寂しい。住みにくい世の中、コロナ・

しています。でも人との交流がないと

しているのが一番かな…と思ったりも

ウクライナ戦争早く終わって!!

※ストックしていれば安心

松江市 ひまわりさん

自分では

ハードルが高いけれど

思う毎日です。CO・OP商品がストッ クしてあれば、とても安心です。 ですが、ここいらで気を引き締めてと す。こんなに長引いているとダレがち 少し慎重になりながらも出かけていま ますが、感染は身近でもあり不安です。 活動が戻りつつありうれしく思ってい です(笑)。コロナ禍の中、少しずつ CO・OP商品に助けられていま お陰で?冷凍庫はいつもパンパン

おでかけ時のハプニング

靴底が片足スッポリとれ、あわてて室内 い足もとで店内へ…。 大事にしまってい 用のズックにはき替え、なんとカッコ悪 て出かけたところ、車から降りたとたん た靴、こんなことがあるなんてと

苦笑いー 先日友人とおいしいパンがあると聞い 浜田市 マミーさん

りがとう。

前からほしいものでした。息子よ、あ 安心したし、何よりうれしかったです。 ら突然贈り物が…。元気でいてくれて は反対に、ほぼ音信不通だった息子か

折りに触れ、贈り物してくれる娘と 安来市

櫻井翔子さん

≥お正月のなつかしい思い出

鹿足郡

S・Mさん

言っていました。子どもたちが家を出 ひとまわり大きいあんもちを人数分作 てからも、もちはついていますが、年 り、元日に食べていました。年の玉と ました。我が家でも、もちをつくとき、 おられましたが、近くの方かなと思い 方が元日にあんもちを食べると書いて こーぷ・しまね12月号で、吉賀町の



※孫のささやき

ることが増え、最近笑うようになって

出雲市 バーバあやさん

思うよ」思わず笑ってしまいました。 生になる孫が私の耳元でささやいた一 られて楽しみだね」と言ったら、2年 にぎやかな日々をありがとう。「これ なるのはとても淋しいですが、楽しい ていました。「バーバおいしかったよ. な生活ができて元気をいっぱいもらっ 間大変なこともあったけど、にぎやか 次女夫婦が今年はじめに新居に引っ越 という間に過ぎました。同居していた コープさんにも感謝です。 からはお母さんのおいしい料理を食べ と言ってくれていた孫たちに会えなく すことになり、孫たちと暮らした2年 言。「バーバ、きっとコープ商品だと コロナが収束しないまま1年間あっ

すが、待ち望んでいた子どもなので、 事で毎日あっという間に過ぎて行きま ますます可愛いです!娘のお世話や家 とても楽しいです!

春遠からじ

松江市 C・Mさん

遠からじ』。暖かい春が待ち遠しいで あがりません。でも、『冬来りなば春 いつもどんよりした空で気分もあまり 山陰の冬は雪も多く厳しいですね。

楽しい娘との日々

江津市 K・Yさん

食べたことがありません。料理の だろうとずっと思っていて、まだ た。この貝はどうやって食べるん

万法を教えてほしいです。

だ生後2ヶ月半ですが、だんだんでき 娘が産まれて生協を始めました!ま

吉川愛子さん

教えてほしい

赤貝の料理方法

島根に引っ越してきてから、よ 大田市 K・Tさん

く赤貝を見かけるようになりまし

頃なかなか言えない想





我が子へ

今年結婚3年目、 待望の我 が子がやってきてくれました。2 人家族だった生活が一変。 ども中心の生活に。大変なこと もたくさんあるけど、それでも我 が子は愛しい存在です。生まれ てきてくれて、ありがとう。

松江市

娘へ

病弱な私をいつも支え助けてくれてありがとう!一緒にLIVEに行 くと癒され、パワーを貰え元気になって帰れますね!貴女がいるか ら出掛けることができ感謝です。買い物に行っても荷物を持って くれ助かります。 料理も上達しいろいろなメニューが食卓に並び おいしくいただいています。 お嫁さんに行って欲しいけど、 今は Y・Iさん

両親へ

お父さん、お母さん、いつも ありがと-!! 月1で浜田から松江 に帰省しています。 孫たちにおも ちゃや服を買ってくれます。どさ くさに紛れて私のものも…(笑)。 普段なかなか言えないけど、とっ ても感謝しています♡これからも よろしくね。 浜田市 S・Hさん

高知県にいる親友へ

10年以上前、パリの職場で出会った私たち。 「近寄りがたい子だな…」と思っていたのにある日を境 に急に仲良くなったね。仕事終わりには一緒にビ 飲み、休みの日にはパリの街を散策…。 歳は1つ違いで、 まるで本当の姉妹のように過ごしてきました。今はお互い の地元に戻りなかなか会うこともできないけど、 -緒にパリでビールを」と約束しています。この約束、 私は忘れてないよ!楽しいことばかりではなかったパリで の生活、あなたがいたからがんばれた。出会ってくれて S・Kさん 松江市 ありがとう!!



改めて強まる「平和」への願い

第34回 戦争体験を語り継ぐ集い開催報告



「第34回戦争体験を語り継ぐ集い」(主催:戦争体験を語り継ぐ集い実行委員会)が12月10日出に開催され、会場となっ た『松江市市民活動センター』には、様々な年代層の参加希望者111名が来場し、貴重な戦争体験の内容に耳を傾けま した。



第1部の講演では、佐々木幹法さん(83歳)が終戦時、満 州から故郷に引き揚げる際に体験された、ご家族についての辛 い出来事や帰国してから現在に至るまでのご苦労のようす、今 もなお継続して想い続ける平和への願いを丁寧にお話いただき

第2部は、4年連続の公演となった朗読劇「さあちゃんとヒ ロシマ」。西尾幸子さん(90歳)の実体験を基につくられた物 語です。おとな6名こども4名の演者の皆さんによる力強い反 戦の唄声と臨場感を創出した演出・効果が印象的でした。



「命があれば、がんばれる!」

戦争体験をされた方のお話をお聞きす るのは初めてのことでした。

今までに家族や親せきの戦争体験者に もっと話を聞いておくべきだったと、つく づく感じました。佐々木さんのお言葉の「命 があれば、がんばれる!」と勉強に励まれ た当時のお姿が目に浮かび、「自分もこれ からの毎日をもつとがんばらねば!]と思 いました。

気配が生じるようなときこそ「声」

6才~7才というまだ幼い年頃の経験です が、生死に関わる日々が連続する怖い体験は、 幼少期の心の奥底に深いトラウマを残したかと お察ししました。

悲しいできごとが、また繰り返されないよう にと、改めて平和への願いが強まります。「戦 争は始まったらどうしようもない。気配が生じ るようなときこそ、声を上げなければ」とつく づく思います。

2022年度「ユニセフ・ミャンマー指定募金」のご報告



昨年10月3日月~10月21日金に取り組んだ 「ユニセフ・ミャンマー指定募金」には、組合員の皆さんから、 総額720,434円の募金が寄せられました。

※寄せられた募金より、400.000円を「ユニセフ・ミャンマー指定募金」、320.434円を「ユニ -般募金」として、それぞれの金額を日本ユニセフ協会へ1月末日に送金いたしました。 皆さんからのご協力に、心よりお礼申し上げます。ありがとうございました。

あきらめないで。負けないで。

少額で申し訳ありません。こんな形での支 援しかできないのですが、折に触れ、ミャン -のことは気にしています。あきらめないで。 負けないで。(募金袋に記入いただいたコメントより)

⑧ 女 ⑪ソング。日本語で。 ④和食は薄味でも○○が決め手で ®日本食の代表格® 味の英語。

()伸びた爪を切る道具。

⑪近年人気の○○ストーブ。 書き順のおぼえ方は?

3外からはそう見えないようにする

こと。○○○ファン。○○○家(が)。

①穏やかな、まろやかな、という章 よこのカギ

6個糸は蚕のこれからとれます。 ⑪女性高音はソプラノ、低音は? 回スパゲッティのこと。 ア料理は? ボ、ともいう。

⑨フランス料理はフレンチ、イタリ ⑤途中で終わることを○○○トン

> (ヒント) 今年はつくれそう? すく置き換えること。

④安眠のため、これといっしょに寫 ①ここのところ、風邪をひいてなく ③二つのうちから一つだけ選ぶと 90000にも三年。 てもつけています。 き、聞きます。「○○○がいい? ⑬スペイン料理の代表。 の具を入れ、 したごはん。

サフランで風味付け

魚介類など

®あることを説明するのにわかりや ⑪自分の個性を生かしてテレビやイ ⑤「アルプスの少女ハイジ」 山小屋。 ベントで活躍する職業。 一のおじ

てのカ

□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。

カ サ タ IJ ウ Ŧ ラ

☆12月号のお楽しみクロスワードは、 応募者307名、正解者306名でした。

締め切り▼3月3日 月号の答▼ハッモウデ

答えは1ページの投稿用紙に 記入してください

12月22日休に行われた第20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
- ②2022年度末損益見通しについて
- ③2021年度コープCSネットエコセンター収益の組合員還元について
- ④石見食品商品の製造中止についての経過報告
- 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

- ①2023年度春の総代・組合員交流会について
- ②役員報酬検討委員会の設置について
- ③2023年度方針(案)について
- ④2023年度事業方針・重点的な課題(一次案)について
- 以上の議案について協議・交流が行われました。

議決事項

- ①2023年度役員選挙について
- ②役員選考委員会の設置と委員の選任について
- ③役員選挙管理委員会の設置と委員の任命について
- 以上の議案についてすべて承認されました。

2022年11月度決算報告

○供給実績 7億7,945万円

(計画比 99.2%、前年比 99.6%)

事業総剰余金 2億1,803万円

(計画比 98.6%、前年比 99.9%)

人件費 計画比 99.1% 前年比 103.6% 98.5% 前年比 100.8% 物件費 計画比

経常剰余金 2,532万円

○一人当たり平均利用金額 4,239円

利用者人数(一回当平均)38,952人 (計画比 99.4%、前年比 99.9%)

○仲間づくり 加入 210人 (計画比 93.8%、前年比 85.0%)

圳サイクル通信

カタログ 共同購入袋







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。

1.720kg (回収率 52.5%)

牛乳パックは水

で洗い、開い

た状態でご提

出ください。

集品袋に貼って いるシールはは がしておいてく ださい。

133.763kg 1.440kg (回収率 25.6%) (回収率 64.8%)

卵パック

11月の回収量

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

881kg

(回収率 71.9%)

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
サンふじ・王林(サン・くらふとの会)	171
産地指定米きぬむすめ (石見銀山農協)	182



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。

○しまね開発商品の微生物検査結果報告

11月の実施はなし

11月の発電状況

発電量 22.344kwh (計画比 127.7%)

売電料 893,760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。



こーパ・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。

- 小さな幸せを感じる瞬間を教えてく 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 ジでお願いします!
- ※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.ip
- ●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



3年ぶりです♪

生協しまねのつながり応援!!

生協しまねは、組合員どうしはもちろん

地域のみなさんや身近な人どうしでの集まりの場を通したつながりづくりを応援しています。 いつもの仲間と!ひさしぶりにあの人と!この機会に組合員でない方も誘っておしゃべりしませんか?

①大人3人以上からの 開催とします

組合員が1人以上いれば、組合員でない方 との開催も大歓迎です。

- ○同居の家族だけでの開催はできません。 申し込みは1人1回です。
- ○班のメンバーで開催する場合は、代表し てお一人の方がお申込みください。

②「おしゃべりシート」を ご提出ください

普段のくらしのことや商品のこと、 おしゃべりしたことをお聞かせくだ さい。

「おしゃべりシート」は、開催の翌 週にご提出ください。

③お申し込みはパーティーの 開催がお約束!

届いた商品を分け合うだけ…はご遠 慮くださいや

ご希望のセット(11七ット+飲み物1品)をお選びくだけい

A・Bのいずれかの1セット





- ①ハイシャレル 8枚
- ②ごまごま小魚 10袋
- ③大山乳業ベルギーワッフル 6個

おしゃべり





- ①発酵バターのショートブレッド 6袋
- ②こだわりのおかき しお 95 g
- ③アーモンドチョコレート 170g(個包装)

お届け時の包材は変更になることがあります。

どちらか 1品をチョイス





- ①コーヒーバッグオリジナル 10袋
- ②カフェインレスアールグレイ 20袋

◇以前の //

おしゃべりパーティーのようす

班や職場、ご近所など、さまざまなつながりから おしゃべりパーティーが開催されています。

どもたちも入れて 16名で開催

保育園の保護者どうしで開催しました。卒園 シーズンだったため、保育園の思い出話で盛り 上がりました。友人が炊飯器を持参しており、 炊き立てのご飯でおにぎりを作り、子どもたち と一緒にピクニック気分で盛り上がりました。 購入したことのない商品をいただき、新しい 発見があり、笑いの絶えない、おいしくて楽し いひと時となりました。

申し込み期間

2月13日~2月24日の2週間

商品お届け

3月6日~3月10日 (3月2回)

2月6日~10日 に配布する チラシで お申し込み ください。



毎年開催しています

ご近所どうしだけど、普段なかなか話す機会がなく、3 年前から毎年開催しています。現在介護している人と以前 介護をしていた人、これから介護をするであろう人。介護 あるあるで盛り上がりました。認知症は昔のことはよく覚 えていても、今のことが覚えられない。あちこちで買い物 をしてしまい、あとで謝り歩いた話など…明日は我が身。 孫がいる人から孫自慢も!