くらしを見つめる　私たちの機関紙

こーぷ・しまね

CO·OP Shimane

2025
6
vol.482

表紙：出雲市との『包括連携協定』締結式のようす

地域とともに…6P

Contents

2P ◆食材をムダなく、おいしく、安全に！
暑い時期の保存のコツ&フードロス対策

4P ◆「味パック（おふくろ自慢）」を使ってみる。
皆さん、「味パック」ってご存じですか?

6P ◆地域とともに
出雲市と『包括連携協定』を締結しました
鳥取県生協と生協しまねは『災害時相互支援に関する協定』を締結しました

7P ◆商品の返品・交換・追加のルール
◆わたしのお気に入り「調理焼ビーフン（冷凍）」

8P ◆みんなあつまれ

10P ◆折り鶴昇華再生活動　ご家庭、職場で体験してみませんか?

12P ◆みんなのくみかつ　～支所エリア委員会～
「松江北支所エリア委員会」

飯石郡　ニャンズ（しっぽ）さん

生協しまね
Instagramは
こちらから

2025
国際協同組合年
協同組合はよりよい世界を築きます

食材をムダなく、おいしく、安全に！

暑い時期の保存のコツ＆フードロス対策

暑くなるこれからの時期は、食材がいつも以上に傷みやすくなります。毎日のごはん作りに欠かせない食材をムダなく、おいしく使い切るには「ちょっとした工夫」が大切です。暑い時期に役立つ食品保存のコツをご紹介します。ぜひご家庭で役立ててみてくださいね。

粉類

直射日光や高温多湿を避けて、涼しく乾燥した場所へ。できれば密閉容器に入れて。開封後は、開け口をしっかり閉めて密閉容器に入れ、早めに使い切ります。

牛乳

購入後は早めに冷蔵庫へ入れ、開封後は2～3日を目安に飲み切るように。注いだ後はすぐに冷蔵庫へ戻しましょう。

たまご

卵のとがった方を下にして、パックのまま温度変化の少ない冷蔵庫の奥（冷気の吹き出し口を避けて）で保存するのがおすすめです。

バナナ

保存の最適温度は15℃～20℃です。直射日光の当たらない風通しの良い場所で保存しましょう。
暑い時期は皮の色は黒くなりますが、冷蔵庫の野菜室で保存するのも一つの方法で、お好みの熟度になったバナナを新聞紙に包み、ビニール袋に入れて保存しましょう。

トマト

真夏以外は常温で。熟れたトマトはヘタ側を下にして、1個ずつキッチンペーパーで包み、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ。

きゅうり

表面に付いた水分をふきとってキッチンペーパーで包み、ヘタを上にして冷蔵庫の野菜室に立てておきます。

葉物野菜

霧吹きなどで軽く湿らせた新聞紙にくるみ、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室に立てておきます。

ジャガイモ

ダンボール箱や厚手の紙袋に入れて、風通しのよい真っ暗で涼しい場所へ。夏場は2～3個ずつ新聞紙で包み、ポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ。

玉ねぎ

1個ずつ新聞紙で包み、ネットやかごに入れて日の当たらない風通しの良い場所へ。梅雨～夏場は傷みやすいので冷蔵庫の野菜室へ。

キノコ類

食品用の保存袋などに入れ、余分な空気を抜いて冷蔵庫の野菜室へ。保存目安は購入後3～4日。冷凍する場合は、すぐに調理できる状態にして生のまま冷凍保存袋に入れて冷凍庫へ。

食パン

湿気が少なく、直射日光の当たらない場所に。開封して2～3日で食べ切ります。食味が落ちるので冷蔵は×。冷凍する場合は、1枚ずつラップで包み、冷凍保存袋に入れて冷凍庫へ。

（参考：農林水産省HP等）

保存のコツ

冷蔵保存のポイント

1. 加熱調理したものは素早くあら熱をとって、密閉容器に入れるかラップでぴったりと包み、早めに冷蔵庫へ入れます。
2. 肉・魚介類から出るドリップ（汁)には食中毒菌などが含まれることがあり、容器や袋に入れて他の食品にドリップが付かないようにします。
3. 冷えにくかったり、温度ムラができたりするため、食品を詰め込みすぎないよう冷蔵庫の５～７割程度にします。
4. ドアの開け閉めはできるだけ少なく、素早く行います。
5. 冷蔵庫を過信せず早く食べるようにします。

冷凍保存のポイント

1. ラップでぴったり包むか、袋に入れてしっかり空気をぬきます。
2. 冷凍庫は食品を詰め込むことで庫内温度が安定して、節電にもなります。
3. 開け閉めはできるだけ少なく、また素早く行います。

フードロス対策

すぐにできる！フードロスを防ぐ５つの習慣

1. 買ったらすぐ冷蔵 or 冷凍に
2. 余ったらリメイク・小分け冷凍
3. 賞味期限は「見える化」
4. 食材は使い切れる量だけ買う
5. 冷蔵庫の中身は週1でチェック！

冷蔵庫からSDGｓに貢献！

日々の保存方法を意識するだけでSDGｓに貢献できます。

①食品ロス削減

- 目の前に食材が見える→食べ切れる範囲で購入、無駄を防げる
- 賞味期限の近いものを先に食べることで無駄なく使い切る

②省エネ

- 適切な冷蔵庫の温度（４℃前後）でエネルギー消費を抑えつつ効率よく保存
- 冷蔵庫に詰め込みすぎない

③冷凍保存で長持ち&食材の無駄を減らす

- 余った食材や買いすぎた食材を冷凍することで再利用しやすく無駄がなくなる

“無駄を減らす”ことは小さな努力から始まります。冷蔵庫を見直して、環境にもお財布にも優しい生活を心がけましょう。「食品ロス削減＝地球にやさしい＝未来のために」と意識するだけで、私たちのくらしがもっと持続可能に！そして家計にも優しいエコライフを実現できます。日々の保存の工夫を見直すことで、食品ロスを減らし、環境にもやさしい暮らしをつくりましょう！

食品の「賞味期限」と「消費期限」

それぞれの表示を正しく理解することは、安全・健康な食生活というだけでなく食品を無駄にしないことにもつながります。

	賞　味　期　限	消　費　期　限
意　味	おいしく食べることができる期限。**この期限を過ぎても、すぐに食べられないということではありません。**	安全面から期限を過ぎたら食べない方が良い期限です。
表示の仕方	３ヶ月を超えるものは年月で表示し、３ヶ月以内のものは年月日で表示されます。	年月日で表示されます。

「賞味期限」「消費期限」といった期限表示は、開封前の期限が表示されています。一度開封してしまうと食品の状態は徐々に変化する為、表示されている期限に関わらず、早めに食べるようにしましょう。

皆さん、「味パック」ってご存じですか？

味パック おふくろ自慢 を使ってみる。

「春の総代・組合員交流会」のお持ち帰り商品にもなりました！

味パック
おふくろ自慢
参考価格398円（税込8％ 429円）
【次回企画予定：シエル6月3回】

商品の良さやくらしの中での役立ちを発信する『商品活動委員会』。2024年度に「味パック（おふくろ自慢）」を使って、様々な角度からこだわりの“出汁（だし）”について探求し、製造メーカーである㈱カネソ22への訪問もおこないました。今回は「味パック（おふくろ自慢）」について、くわしくお伝えします。

商品活動委員会が「味パック」を取り上げたのは、なぜ？

理由①
離乳食を作る子育て層に日常使いがしやすい価格で食塩不使用（天然由来を除く）の味パックを試してもらいたい！

理由②
『べんりで酢』や『なんでもごたれ』など、初めから調合されている調味液も良いですが、本来のだしの味を試して自分好みの味探しに関心を持ってもらいたい！

「味パック」の良さを知ってもらうには？

だしの味がマッチしやすい食材で試して提案してみる。改めて原点に戻ってみると新たな発見があるかも？市販のだし商品との比較もしてみよう！

市販のだし

塩分無添加、かつおあらぶし、こんぶ粉末を使用。

- やさしい味
- かつおの香りがする
- しょうゆと合うかも
- 1番だし

おみそ汁に

●パンチがある味

味パック

いわし、あじ煮干し、かつおぶし、こんぶ、乾燥しいたけを使用。

2時間浸けたもの
- 色が少し濃い
- しいたけの香り
- だし感が強い

浸けずにそのまま
- だし感がうすい

おみそ汁に

●浸け時間はおみそ汁にはあまり関係ない
●みそ汁や煮物、茶わん蒸し、麺類、おでんなどに合う

味パック（おふくろ自慢）を使った上手なだしの取り方

《4～5人分のだしを取る場合》

①鍋にカップ3杯（600ml）の水を入れ、1袋をパックのまま入れます。
②3～5分沸騰させます。
③袋を取り出します。
※だしが出にくくなるため、鍋のふたはしないでください。

岡山県笠岡市にある「味パック（おふくろ自慢）」製造メーカーの㈱カネソ22を訪問し、商品の良さについて、更に深掘りしました！

カネソ22の社員さんと商品活動委員会のメンバー

近海から遠洋でとれたものまでさまざまな「いりこ」が原料として集まっていました。

かつおぶし、昆布、あじ煮干し、いわし煮干し、干ししいたけのだしを飲ませてもらいました。ひとつでもおいしいですが複数合わさると、より豊かな旨味のあるだしになることがわかりました。

〈味パックの原料〉

人の目で一品ずつ、ていねいに検品されていました。

たこやえびなど、いりこ以外のものは、きちんと取り除かれていました。

見学した感想

- カネソ22さんは、原材料、だしへのこだわりを持って作っておられるのだと感じました。
- 日本で初めて、「パック入りのだし」を自社開発したと聞いて、驚きました。
- 細心の注意を払って、異物除去を徹底しておられました。
- 目詰まりしないような特殊なフィルターを使用されており、驚きました！
- 近年、「だし入りの調味料」が多く流通していますが、添加物や食塩、保存料を加えていない「味パック」で「だし」本来の旨味成分をみなさんに味わってみてほしいと思いました。

「味パック（おふくろ自慢）」を使った簡単レシピ

レンジで簡単ふりかけ

《材料》
❶味パック（だしを取り終わったもの）……１袋
❷しょうゆ…… 小さじ１/２
❸みりん…… 小さじ１/２
❹さとう…… 小さじ１/４

〈作り方〉
❶を袋から出し、❶～❹を混ぜてお皿に広げ、ラップをふんわりかけ、電子レンジ600Wで1分半加熱する。

味パックDE炊き込みご飯

《材料（約４人分）》
- 味パック(おふくろ自慢)… 1袋(10.5g)
- お米…… ３合
- ごぼう……１/２本
- にんじん……１/２本
- しいたけ…… ３枚
- 鶏もも肉……１/２枚
- 油揚げ……１/２枚

※調味料
- しょうゆ…… 大さじ２
- 酒…… 大さじ１
- さとう…… 小さじ１
- しお…… 小さじ１

〈作り方〉
①お米３合を洗い、適量の水と「味パック（おふくろ自慢）」を１袋炊飯器に入れ、３～５時間置く。
②ごぼうはささがき、にんじん、しいたけは千切りにする。
③鶏もも肉は適当な大きさに切り、油揚げは油抜きをして千切りにする。
④①にしょうゆ、酒、さとう、しおを加え、よくかき混ぜる。
⑤④に切った具材をのせ、「味パック（おふくろ自慢）」１袋を入れたまま炊飯する。
⑥炊き上がったら10分間蒸らし、パックを取り出して全体を混ぜ合わせる。

地域とともに

人と人との関係性が希薄化する中、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、誰もが安心してくらし続けることができる持続可能な地域社会めざしています。

出雲市と『包括連携協定』を締結しました

今回の協定では、以下の４つの分野で連携・協力を進めていくことになりました。

①災害対策に関すること
災害時における応急物資等の提供 等

②高齢者等支援に関すること
高齢者の困りごと発見に向けた連携 等

③子育て支援に関すること
子育て支援センターでの情報提供 等

④その他、地域社会の活性化・住民サービスの向上に関すること

地域とともに、安心して暮らし続けられる地域づくりをめざして

2025年５月12日、生協しまねは出雲市と「包括連携協定」を締結しました。この協定は、日々の暮らしの中にあるさまざまな困りごと…突然の災害、高齢期の不安、子育ての孤立感、そして地域のつながりの希薄化…。こうした課題に、共に向き合い、支え合える仕組みをつくっていきたい…。そんな願いから生まれた、新たな一歩です。

締結式では、出雲市の飯塚市長よりこんなお話がありました。
「2024年、日御碕地区での大雨による道路崩落の際、生協しまねの災害支援にとても助けられました。生協がもつ地域に張り巡らされた「食」を中心にした宅配ネットワークは、市民の安心・安全を支える大きな力です。今後、この協定を通じた協働で“安心して暮らし続けられる地域”を創っていけることを期待しています。」

私たち生協しまねは、日ごろの宅配事業や配食事業で地域の組合員のみなさんとつながっていることを活かして、災害時の支援体制づくり、高齢者の見守り、子育て世代へのサポートなど、地域のさまざまなニーズに寄り添って活動を広げていきます。

この協定はゴールではなく、スタートです。
組合員のみなさんとともに、これからも出雲市と力を合わせて、誰もが安心して暮らせる地域づくりを進めていきます。

鳥取県生協と生協しまねは『災害時相互支援に関する協定』を締結しました

2025年３月31日、生協しまねは鳥取県生協と「災害時相互支援に関する協定」を締結しました。災害等発生時に被災生協独自では災害対応が十分実施できない場合に、相互に協力し応援活動を円滑に遂行することを目的としています。

島根県・鳥取県は共に災害リスクの高い県であり、それに高齢化ということもあり、災害時だけでなく日常的にいろいろな条件の中でお互いに持っている力を発揮できると思っております。お互いに地域に無くてはならない「たすけあいの組織」として協力し合いながら、安心して暮らすことのできる地域づくりに取り組んでいきます。

セーフティネットを強化

隣県同士でこういった協定に基づいた行動が早いタイミングでできることは価値がある協定であり、セーフティネットを強化できたと思っております。両県とも、生協と行政との災害時における緊急物資の提供等の協定を結んでいますが、生協同士がこうして手を結んだということは行政にとっても非常にプラスになるのではないかと思っています。生協間の相互協定に合わせて、県同士の関係も親密になるようになれば良いなと思っております。

理事長　安井光夫

協定内容

①生協間の交流
②相互連絡体制等の整備
③災害時の応援
④窓口担当者の明確化

商品の返品・交換・追加のルール

組合員のみなさんから、よく「どの商品が返品できるか分からない」というお声をいただきます。注文した商品の返品・交換・追加については一定のルールがあります。下記の表を参考にしていただき、分からないことがあればお気軽に配送職員、または組合員サービスセンターまでお問い合わせください。

返品・交換・追加の基本ルール

	良品		
	返　品	交　換	追　加
食　品	✕ できません	✕ できません	✕ できません
非食品（雑貨品）	△ お届けした状態で２週間以内のものであれば返品を受付けます。ただし、下記のいずれかに該当する商品は返品・交換ができません。 ■トイレロール、ティッシュ、洗剤、柔軟剤、シャンプー、消臭芳香剤、防殺虫剤などの日用消耗品 ■CO・OPマークのついた非食品 ■チケット（コンサート・テーマパーク）		○ 注文忘れや追加で注文したい場合、お届け週から２週前の企画まで追加可能です。 ※追加した商品の返品はできません。
スクロール	○ 色・柄のイメージ違い・サイズが合わない	✕ できません	△ 受注期間内であれば追加受付け可能です。
スクロールドラッグ	✕ できません	✕ できません	✕ できません
くらしと生協	返品連絡票に必要事項を記入し、下記の方法で返品してください。 ■共同購入で、配送担当者がお届けした商品は直接、配送担当者にご提出ください。 ■配送担当者がお届けしていない商品は着払いにて、直接カタログセンターへ送付してください。 ■お届け先の変更は配送担当者にお伝えいただくか、「くらしと生協カタログ注文センター」へ直接連絡してください。　☎ 0120-09-8282		

※ご注文の際は、注文番号記入間違いにご注意ください。

返品希望の場合は、直接配送担当者にお渡しいただくか、返品商品ということが分かるよう荷ろし場所へ“返品”と記入した紙を貼るなどをして置いてください。

わたしのお気に入り

組合員イチオシの商品を紹介するコーナーです

調理焼ビーフン（冷凍）

180g×2

参考価格 **560**円（税込8％ 604円）

【次回企画予定：シエル6月3回企画予定】

ビーフンはお米100％でできた麺です。具材は野菜（緑豆もやし・キャベツ・玉ねぎ・にんじん・ピーマン）、豚肉、きくらげを使用しています。

出雲市　M・Sさん

調理焼ビーフンを初めて買ってみました。レンジで温めるだけで食べられてとても簡単で、もう一品ほしいと思った日にとても助かりました!!子どもも親も「おいしい!」と言って食べ、あっという間になくなりました!

みんなあつまれ

あなたの声を聞かせてください！

※次回企画予定は変更になる場合がございます

待ってました！

松江市　Nさん

品数の多さ、おいしさ、便利さにいつも助けられ、感謝感謝の毎日です。4月2回の『ずいきと油揚げの田舎煮』135番は待ってました！の声も出そうな品でうれしさ百万倍（ちょっと大げさ？）。ずいきはこの時代全く店にありません。今後は干したものでも大歓迎。ぜひカタログに載せてください。

【次回企画は未定です】

ちょっとごちそうを食べたいときに

邑智郡　T・Kさん

『三田屋のハンバーグ』を利用します。少しお高いのですが、ちょっとごちそうを食べたいときに、おいしくいただいています。

【次回企画予定：シエル6月4回】

目標を決めています

出雲市　にゃんちゃんさん

家でのんびりお茶しているのは楽ですが、暖かくなって花や草の芽が出て色づいてくると、自然はいつも動いていると感じます。冬の寒さの中ではみそ作り、夏には梅仕事、野菜の種や苗を植える面倒な作業ですが、先でのできあがったもののおいしさや野菜を収穫したときの喜びを想像して、頑張ります！半年～1年先の目標（何をいつするか）を決めて早めに計画的に動くようにしています。

コーすけくん

江津市　haruさん

次男が小学校に入学しました。学校から配られた交通安全の黄色いランドセルカバー、3種類あり好きなものを選んでつけてください、とのこと。次男も私も迷わずCO・OP共済のコーすけくんが可愛いカバーを選びました！次男は「せいきょうのカバーだね♡」配達トラックを見かけると「ランドセルといっしょだねー」と言っています。1年間大切に使わせていただきます。そして次男よ、たくさんの仲間と楽しい思い出をたくさん作ってね‼

にんじん大好き

大田市　T・Sさん

ほとんど毎週、にんじんを利用します。それも本田さんのにんじんが、うまみがあるようで大好きです。年末には箱入りがありますので毎年楽しみにしています。主人もうま年生まれでにんじんは大好きです。煮たりきんぴらにしたり、いろいろと使います。もちろんあとはみそ汁に入れますね。

思いきって

出雲市　ゆーさん

私は今、断捨離をがんばっています。毎年季節が変わるたびに洋服の入れ替えをしますが、「いつか着れるかも」「高かったから…」毎年同じことの繰り返しで、どんどん増えていく服を思い切って全部出し、本当に必要か、生きていくうえで必要か、着たいと思うかって考えたらほとんど不要かなって…思いきって断捨離して、身も心も軽くなりました。

こーぷ・しまね5月号を読んで

松江市　こでまりさん

『サン・くらふと』の皆さんのお話。生協がやめられない一番のこだわりは、冬のサン・くらふとのりんごです。ふじです。密入りでないりんごです。子どもがいるときは、毎週箱買いでした。特集を読んで再度納得。やはり良いものはいい‼『かしこい消費者・だまされない消費者になりましょう‼』人事ではありません。息子から、「知らない、わからないことはポチッと押さない」ように言われているので、言うことを聞いています。今一度ゆっくり読みました。便利との対極ですよね。

出雲市　M・Aさん

今月のテーマ

やる気スイッチ

自分の生き方をチェックする

出雲市　M・Kさん

やりたいこと、やらねばならぬこと、したいことを予定表、手帳などに記入する。やったことから消していく。時々チェックをして、見る。１年の計、月の計、週の計、日の計として短いスパン、長いスパンで物事を考える。自分の生き方をチェックする。

「めんどうだなぁ」と思う前に

仁多郡　スカイムさん

気分でやるやらない、をするのではなく、もうやる！と決めて、「めんどうだなぁ」と思う前に行動するようにしています。気分に頼ると、頭でやりたくないことばっかり考えてしまうので、即動く！を心掛けております。

自分だけの特別なごほうび

雲南市　K・Oさん

自分の中で、大変なこと、嫌なことなどのやる気スイッチを入れるには、終わったあとに自分だけの特別なごほうびを準備したり、考えたりしておく。旅行に行くこと、おいしいものを食べること、コンビニでデザートを買うこと、録画したドラマを一気に見ることなど、それを思うだけで、がんばろー！とやる気スイッチが入る。

やる気スイッチが発動しない

出雲市　N・Tさん

宿題はあるものの提出しなくてよいため、ゲームにYouTube三昧でまったくやる気スイッチが発動しない子どもたち…と言いつつ、私も子どもたちが休みのため早起きスイッチが入らず主人の見送りもせず寝過ごしています^^;

ない！ない！どこにもない！

大田市　ありがとう！アン！さん

かれこれ十数年前…。TVのCMでだれにでもある“やる気スイッチ“を信用して、一生懸命息子の勉強スイッチをさがしました！でも…ない！ない！どこにもない！のです。息子いわく「やる気スイッチは野球で使ったよ！」とのこと。どおりでない！わけです。母は深く納得したのでした。

かわいい写真をかけています

仁多郡　しーちゃん

ダイニングの壁に孫たちの“これは‼”というスナップ写真や、七五三、入学式etcのかわいい写真をかけています。また、賞をもらったお習字（子どもたちの）も額に入れてかけてあるので、それらを見ると不思議とやる気スイッチが入り、意欲的に動けます。コルセットを下腹の位置に巻いても"やるぞ‼"という気になるのでgoodですよ。

人を家に招くこと

浜田市　K・Hさん

一人暮らしなので、片付けや掃除が疎かになりがちです。なので、私のやる気スイッチは人を家に招くことです。そうすると、やらざるを得ないので家事が進みます。

まだまだ動ける

邑智郡　白川　富美子さん

72才。以前だったらすごく高齢者だなあと思っていましたが、自分がその年になってみると、まだまだ動ける、どこかへ行ける、そう思っています。毎朝出勤していく所もあるので仕事モードへのスイッチONしています。まだもう少し働いていきたいですね。生協しまねさんよろしくね。

誰かとおしゃべりする

松江市　まゆちんさん

誰かとおしゃべりする。友だちでもご近所さんでも親戚のおばさんでも…普段会わない誰でも、たま～に会って話をすると、自分を顧みて反省し、何らかのスイッチが発動することを最近体験し実感しました。

窓を全開にして掃除機

邑智郡　斉木　正子さん

私は窓を全開にして掃除機をかけることにしています。外の空気を吸い部屋もきれいになり一石二鳥です。クヨクヨしたときは、これに限ります。掃除機をかけ終わったときには、心もすっきりし、イヤなこともすっかり忘れ、すがすがしい気分になっています。これに限ります‼

庭の野菜や花に水やり

益田市　T・Nさん

一歩屋外へ出てみます。そして、庭の野菜や花に水やりをすると、元気に育つ姿を見ることができ、自分に「あんたも元気出して！」と言っているようでやる気スイッチが入ります。

やる気スイッチは私

松江市　M・Oさん

夫にとってのやる気スイッチは私だそうです。指示・命令は私が、実践は夫が…これで36年仲良く暮らしています(笑)。

2025年「被爆・戦後80年」を迎えました

折り鶴昇華再生活動

ご家庭、職場で体験してみませんか？

「折り鶴昇華再生活動」は、広島平和記念公園に世界中から届けられた折り鶴の「世界平和への願い」を“折り鶴再生紙”として折り紙やカレンダー、ノートなどに再生するものです。

作業内容

作業時間は１時間程度。集まった人数や折り鶴の状態によって作業にかかる時間が変わります。 折り鶴をつないだ糸やヒモを取り除き、金紙、銀紙などで折られた折り鶴を外していただくようお願いします。また、セロテープやホッチキスの他、金属やプラスチックなどの付着物等も分別ください。

外したゴミはお手数ですが、各自で処理してもらいますよう、ご協力ください。

大田市の福祉施設「眺峰園」での活動のようす

お申し込み

組合員サービスセンター
☎0120-336-021

申し込み締切り

2025年6月20日㈮まで

お申込みいただいた方には、折り鶴の発送、回収について事務局よりご連絡差しあげます。

分別された折り鶴は、「カレンダー」や「折り鶴ノート」などに生まれ変わります。

お楽しみクロスワード

正解者の中から
抽選で20名の方に図書カードプレゼント

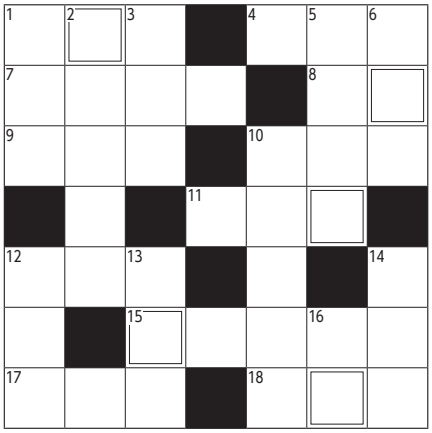
□の中の文字を並べかえて言葉をつくってください。
当選者の発表は、図書カードの発送をもってかえさせていただきます。

たてのカギ

①寝るときに使う道具のひとつ。頭をのせます。
②SNS「X」の元の名称。
③サービスを受けた時に渡す心づけ。日本ではこの習慣はない。
⑤ドリームズカムズトゥルー…略して。
⑥うっかりして心が行き届かないこと。○○○だった！
⑩「好々爺」何と読む？
⑫スポーツなどで相手に差をつけて優位に立つこと。
⑬肉や魚などを網焼きにする調理法。
⑭計算のもとになるもの。鉛筆なら○本、人間なら○人。
⑯子どもにたたいてもらうと嬉しいところ。

よこのカギ

①○○○一本火事のもと。
④部署などを動くこと。
⑦バレーボールの攻撃の一種。A、B、Cなどの作戦あり。
⑧小学校の3年生から習う生き物や自然の勉強。
⑨台所に常備してある消耗品のひとつ。透明でペラペラ。
⑩物が尽きること。アイディアも。
⑪人間のことばをまねすることができる鳥。
⑫大谷翔平たちが所属するのは大○○。
⑮江戸時代の僧侶で俳人。散る桜 残る桜も 散る桜 などの俳句が有名。
⑰漢字○○○、計算○○○、タブレット○○○。
⑱縁日などのイベントで道路沿いに出店します。



コ	コ	ア	■	カ	オ	リ
ッ	イ	■	モ	ラ	ハ	ラ
チ	ノ	パ	ン	■	ヨ	■
ノ	ボ	リ	■	コ	ウ	ヒ
ケ	リ	■	タ	ナ	■	メ
ン	■	マ	イ	ン	ド	■
ト	ウ	リ	ツ	■	キ	リ

☆４月号のお楽しみクロスワードは、応募者308名、307名正解でした。

締め切り▼6月30日（月）
5月号の答▼コドモノヒ

答えは11ページの投稿用紙に記入してください

2025年4月の理事会報告

4月28日㈪に行われた第24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
②みなし自由脱退処理について
③2025年度支所エリア委員選出について
④生協関係総会代議員の選任について
⑤2025年度理事会小委員会について
⑥㈲旭養鶏舎におけるこめたまご出荷再開の見通しについて
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41回通常総代会について
②2025年平和宣言(仮称)「2025年わたしたちの平和宣言」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

①電話加入権の除却について
②松江南支所における自家消費型太陽発電設備の設置について
③関連会社、連合会等への役員就任の承認
④役員報酬検討委員会からの答申
⑤第41回通常総代会第２号議案「2024年度決算及び剰余金処分(案)について」
⑥第41回通常総代会第３号議案「2025年度予算について」
⑦第41回通常総代会第４号議案「役員報酬の限度額(総額)について」
⑧2024年度積立金取り崩しについて
⑨2024年度出資配当率及び利用分量割戻しについて

2025年３月度決算報告

○供給実績　6億7,891万円　**(計画比　95.0%、前年比　102.3%)**

事業総剰余金　2億5,059万円　(計画比　112.0%、前年比　104.9%)
人件費　計画比　114.2%　前年比　100.2%
物件費　計画比　98.6%　前年比　116.7%
経常剰余金　1,714万円

○一人当たり平均利用金額　4,351円

利用者人数（一回当平均）38,358人　(計画比　99.4%、前年比　99.5%)

○仲間づくり　加入　344人　**(計画比　71.7%、前年比　84.3%)**

CO・OP共済 ３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…481件　○給付金額…1,925万2,100円
(事故入院…15件、病気入院…218件、事故手術…12件　病気手術…107件、ケガ通院…129件)

リサイクル通信　3月の回収量

牛乳パック	カタログ	共同購入袋	卵パック
牛乳パックは水で洗い、開いた状態でご提出ください。	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。	集品袋に貼っているシールははがしておいてください。	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。
1,680kg	**109,864kg**	**1,465kg**	**811kg**
(回収率 71.3%)	(回収率 77.6%)	(回収率 32.6%)	(回収率 61.0%)

生協しまねソーラー発電所　3月の発電状況

発電量　20,601kwh(昨年対比100.7%)
売電料　680,455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。

３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
天草晩柑(天草ジューシー出荷組合)	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。

○しまね開発商品の微生物検査結果報告
３月の実施はありませんでした。

能登半島地震応援募金にご協力をお願いします

募金額：一口100円単位… **注文番号：1520**

例)500円募金する場合
注文書裏面下段の「4ケタ・6ケタ商品注文欄」に右詰で【1520】と記入し、注文数の欄に「5」と記入します。
「eふれんず」「アプリ」の場合は『番号注文』からご注文下さい。
期間：2025年３月10日㈪～2026年２月28日㈯

き－り－と－り－せ－ん

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。

クロスワードの答え □□□□□

投稿用紙を切り取って配送担当者にお渡しください。

投稿募集

●**平和についての想いを教えてください**
・自分にとっての平和とは何か
・平和を感じる瞬間　・平和への想い
●**こーぷ・しまね６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８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.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

みんなのくらぶ
特別編

みんなのくみかつ
～支所エリア委員会～

今回は「松江北支所エリア委員会」の活動を紹介します。

支所エリア委員会とは、組合員一人ひとり、より豊かなくらしを共に創っていくために、どんな場が必要かを考えることを目的としています。くらしに役立つ情報をニュースなどで発信したり、組合員の交流の場を作り、つながりの輪を広げていきます。

松江北支所エリア委員会の活動

今年度の松江北支所エリア委員会は、３人で毎週１回集まり活動しています。いろいろな企画を通して、組合員どうしの交流が広がったり、くらしに役立つ情報を知ってもらえるような楽しい活動をしたいと、「こんなことやってみたいね」とアイデアを出し合っているみなさん。

また、この委員会を通じて、普段なかなか話す機会のない年代の方ともつながれるのが魅力のひとつだそうです。「おしゃべりをしていると、商品のことや利用方法など新しい発見がたくさんあります」と話すメンバーもおられ、みんなで意見を交換し合うことで、思わぬ気づきが得られる場になっていることが伺えました。

松江北支所エリア委員さんご紹介

加藤さん
「新しいつながりが欲しい」「何かしたい」と思っていた時にエリア委員募集のチラシをみて「これだ!」と思ったのがきっかけです。生協の良い商品のことを組合員のみなさんに知ってもらいたいです。

左から加藤さん、藤井さん、安達さん

安達さん
一昨年、はじめてエリア委員をさせてもらい、企画を考えたり、みんなとのおしゃべりが楽しくて、あっという間の1年でした。今年度もご縁があって、またエリア委員をさせていただくことになりました。今年もメンバーのみんなと一緒に、楽しく活動していきたいと思っています。

藤井さん
エリア委員募集のチラシを見て、「新しいこと始めませんか?」というのに目を引かれ応募しました。気になる商品についてもっと深く知ったり、いろいろ追求していけたらいいなと思っています。

生協しまねには、他にもこんな「くみかつ」があります。お申し込み、お待ちしています。

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、何でもおしゃべりします。生協から毎月“お楽しみ商品（試食品）”をお届けします。	月に１回（何回でも）集まって、子育ての情報交換などおしゃべりします。生協から毎月“お楽しみ商品（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。	○生協の施設を無料で使用できます。 ※補助費の対象となるには、半数以上が組合員で構成されていることが必要です。 ※年間を通じて申し込みいただけますが、補助費の対象は９月までの登録サークルとなります。

組合員活動についてくわしい内容を知りたい方は 生協しまね 組合員活動 検索

お申し込みは… 問合せセンター　0120-336-021 まで
（月～金曜日／８:30～20:00　土曜日／９:00～17:00）
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。こちらからもお申込みいただけます。⇒

生活協同組合しまね 本部●松江市西津田一丁目10番40号 https://www.coop-shimane.jp/

組合員 72,955名（2025年４月末現在）