

くらしを見つめる 私たちの機関紙

こーぷ・しまね

CO・OP Shimane

2026

2

vol.490



表紙：(株)広中食品の広中社長と生協しまね理事会

産地に触れ、魅力を実感…2P

Contents

- 2P ◆産地に触れ、魅力を実感
- 4P ◆つながりの輪をひろげてみませんか？
- 6P ◆『浜田真理子 被爆ピアノコンサート』・『第37回 戦争体験を語り継ぐ集い』を開催しました
- 7P ◆3月4回で失効するポイントにご注意を！
◆えうご期待！新しく仲間入り！とっておき商品「国産みそ汁の具」
- 8P ◆みんなあつまれ
- 10P ◆フードバンクしまね「あったか元気便」について
- 12P ◆生協しまねの“くみかつ”2025年度 実行委員会
腸活実行委員会・お気楽実行委員会



飯石郡 しっぽ号さん



生協しまね
Instagramは
こちらから

産地に触れ、魅力を実感

昨年11月20日～21日にかけて、生協しまね理事会で、錦町農産加工(株)のこんにやく・(有)広中食品の岩国れんこんの産地である山口県岩国市へ視察に行きました。

今回の産地視察では、組合員理事が生産現場を訪れ、生産者の皆さんの取り組みやこだわりに直接触れることで、産直の価値を改めて実感しました。今後は組合員の学習や交流の場へと広げていくことも目指しています。また、少子高齢化や担い手不足といった産地が抱える課題を自分たちの目で確かめることで、消費者・生協として生産者をどのように支え、食とくらしを守っていくのか、生協しまねの役割やその可能性について考える機会となりました。2日間の視察を通して、生産現場の想いやこだわりに触れ、商品への理解をより深めることができました。

錦町農産加工(株)のこんにやく



生芋を使ってこんにやくを作りました

工場見学の様子

全てのこんにやくに「寂地川」を源流の一つとする錦川水系の地下から直接くみ上げた、ミネラルバランスが良く、含有カルシウム分に富んだまろやかなおいしい水を使用しています。それに加えて、徹底的な衛生管理をすることにより、必要最低限の凝固剤で凝固させることができるので、「あく抜き」不要で「おいが少ない」のが特徴です。

こだわり

原料となるこんにやく芋は豊かな自然環境に恵まれた自社農場や広島県・群馬県の契約農家で栽培された生芋を100%使用しています。

こだわりの手間と時間をかけた「缶むし製法」です。こんにやく糊※を缶の中に流し入れ、85℃を保ち一昼夜寝かせて作るこんにやくで、味しみが良く独特の食感になるのが特徴です。手間暇がかかるため大量生産はできませんが、錦町農産加工(株)ならではのこんにやくになります。また、おいしさだけでなく安全安心にも配慮し、ISO22000・FSSC22000を認証取得し、満足のいくこんにやくづくりに取り組んでいます。

※こんにやく糊…こんにやく芋をすりつぶして水を加えたもの

組合員のみなさまへメッセージ

生協しまね様とは十数年来お付き合いをさせていただいている中、地域ごとの会社訪問や工場見学、商品学習会等に参加し組合員様と交流させていただく度に、いつも熱い想いで「こんにやく」に對峙されているのを毎回感じております。

生協しまね様のある組合員様から「食は全ての記憶に繋がっている。だから大切にしなければならない」という言葉をいただきました。

年々消費が減少傾向にある「こんにやく」ではありますが、ただ販売するのではなく、「こんにやく」の良さを後世にしっかり伝えて行くことが弊社としての義務だと思っております。ただ我々だけの力では無力でございます。是非、組合員様のお力添えをいただくよう心よりお願い申し上げます。

また、皆様と交流の場をいただき、お会いできる日を社員一同心よりお待ちしております。



執行役員 営業部長
田上 佳生さん

組合員理事の感想

昔ながらの缶むし製法を守り、手間も時間もかけ、たくさん作れないこだわりのこんにやくを生産されていることを知り、おいしいものを届けたいという想いを強く感じました。生産者の方のお話を直接聞いたり工場見学をしたりすることで、商品の背景にある努力や工夫を感じられました。

商品づくりだけでなく、地域との連携にも意欲的であることを知りました。買い物難民に対する移動販売や共同購入の手段の構築など、どんどん推進していく姿勢、そして道の駅を拠点として取り組んでいることに感心しました。

生協しまねには現在19名の組合員理事がおり、日々、組合員さんの豊かなくらしづくりにつながる活動に励んでいます。



(有) 広中食品の 岩国れんこん



入荷したれんこんは社員さんが一本ずつ包丁をいれ、目視により品質確認と選別を実施しています。



工場見学の様子

岩国れんこんは、他産地では珍しい品種の「シロバナ種」。

『糸を引くような粘り、煮込むとホクホク、すりおろしてモチモチ』とした食感が特徴です。

「シロバナ種」栽培は岩国が1番大きな産地です。岩国れんこんの圃場は、生活用水と同じ錦川の水を直接圃場に供給できる設備が整ったきれいな圃場です。また、いろいろなところで海水が湧くため、海のミネラルを含んでおり、それがれんこんにマッチしていて、岩国の独自の味になります。

こだわり

年明けの土づくりから始まり、春の植え付け、夏の水管理、秋から冬にかけて収穫と、1年中作業に追われる作物です。岩国では水田の水を抜いてれんこんを掘り出す方法で収穫します。機械で上土をかき、バンクウ※というれんこんを掘る道具を使います。れんこんを傷つけず折れないように1本1本丁寧に手掘りで収穫していくのは大変な作業ですが、これも品質を高めるこだわりの一つです。



※バンクウ

農家さんとのコミュニケーション

広中食品は圃場からすぐそばにあり、農家の方が収穫したものをすぐにそのまま工場へ納品されるので、収穫から出荷まで短い時間でできるため鮮度が抜群です。また、直接顔を見て受け取ることで、れんこんの状態や畑のことなどお話しできコミュニケーションが取れ、相互の信頼関係が作れています。そのことが安心安全でおいしいれんこんに繋がっています。

組合員のみなさまへメッセージ

シーズンを通して岩国れんこんをご利用いただきありがとうございます。きれいな水と穏やかな気候の中で育つ岩国れんこんは『もちり・ホク・シャキ』食感のシロバナ種。食物繊維・ビタミンCが豊富なので毎日の健康食材としてお使いください。味に癖がないのでどんな食材とも相性抜群!カット方法や加熱時間を変えるだけでいろんな食感が楽しめる魅力いっぱいの野菜です! れんこん覗いて見通し良くいしましょう(ハ▽ハ)/



取締役社長
広中 千佳さん

組合員理事の感想

生産者の高齢化など人手不足の問題があるとのことでした。美味しい安心安全な岩国れんこんが届くように、利用することで産地を支えていきたいと思ひます。また、食育や環境学習という面でも今後産地見学や交流ができると良いと思ひます。

加工場の見学では、れんこんの真空パック技術に人の手が入って完成される商品の姿やその商品を冷蔵施設で保管し、組合員に安心安全な商品が届くように鮮度を保持、管理されている様子を直接見る事ができました。また、商品の抜き取り検査では自社だけでなく、公的機関でも検査が行われているとのこと、より安心して利用できる商品だということが分かりました。



岩国れんこん(洗い)

200g(1~3片)

参考価格 **298円** (税込8%)
(321円)

【次回企画予定: シエル2月3回~3月1回】



国産生芋糸こんにやく

170g

参考価格 **118円** (税込8%)
(127円)

【次回企画予定: シエル2月3回】



国産生芋板こんにやく

210g

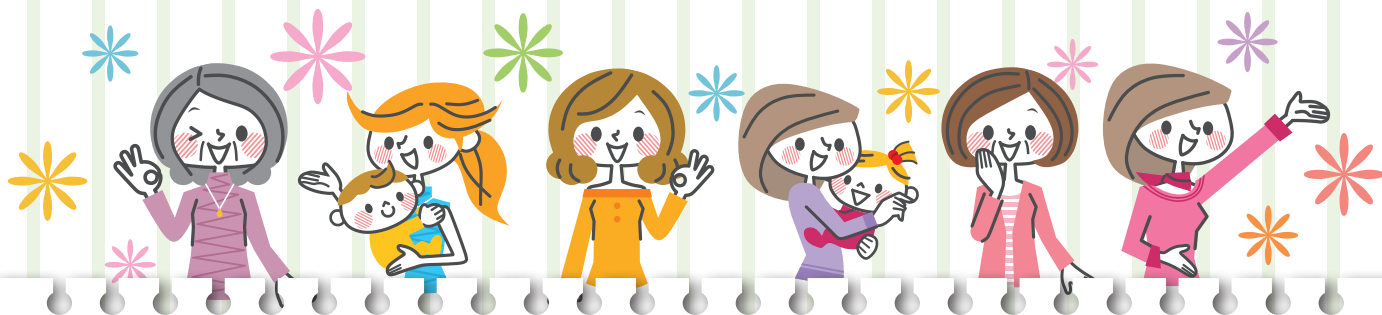
参考価格 **118円** (税込8%)
(127円)

【次回企画予定: シエル2月4回】

つながりの輪をひろげて みませんか?

2026年度
募集開始

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、自分のくらしがよりよく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など、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	○年間上限6,000円 (年度末実費支給) 年度途中での結成の場合は残りの月数×500円	○年間上限6,000円 (年度末実費支給) 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 (年度末実費支給) ※補助費の申請は、半数以上が組合員で構成されている必要があります。 ※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	2026年4月から2027年3月まで		
活動場所	ご自宅、公民館、生協の施設など、開催場所は自由		
お約束事	<ul style="list-style-type: none"> 毎月開催報告書を提出します。(2ヶ月連続で提出のない場合は「お楽しみ商品」のお届けを自動停止します) 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) 使用報告書の提出を確認したのち、補助費を代表者へ振り込みます。 		年度末に活動報告書と活動補助費使用報告書の提出を確認したのち、補助費を代表者へ振り込みます。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> 申し込みは2026年12月までです。 同一メンバーでのくらぶ・サークルの重複登録はできません。 一人の組合員が登録できるくらぶは1つまでです。 		<ul style="list-style-type: none"> 一人の組合員が登録できるサークルは2つまでです。 同一メンバーでのくらぶと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/9:00～17:00)

または
二次元
コードから



①希望する活動名 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14日出までにお申し込みください。(以降も受け付けます)

現在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ので、ここでの申し込みは不要です。

くらのようすをご紹介

子育てくらぶ「しんじ母の会」 におじゃましました



くらぶメンバーは4名ですが今回は1名お休みでした。

職場の同僚で子育てくらぶを結成しました。メンバーはみんな同じ年の子どもを育てていて、育児や生活の情報を共有する場を持ちたいと思っていた中で、同僚たちが生協しまねの組合員だと知り、くらぶを始めました。月1回松江市にある施設に集まっておしゃべりしています。



みんなで集まるとすぐに「聞いて聞いて!」とおしゃべりが始まります。みんな同じ年齢のお子さんを育てているので、保育園のことやおむつの話、おもちゃ選びや1人遊びができるようになったことなど、共通の話題で盛り上がります。さらに、検診の話や家庭のことも気軽に話せるので、安心して悩みを打ち明けることができるのが大きな魅力です。



「くらぶを始めてから、良いことばかりです! 育児に忙しい日々の中で、母同士でおしゃべりできる貴重な時間が、私たちにあって本当にリフレッシュになっています」と笑顔で話してくださいました。

育児のストレスや悩みを打ち明ける場が少ない中、ここでは共通の話題で共感できることがたくさんあり、話が尽きることはありません。お子さんたちも走り回ったり、お母さん同士たくさんおしゃべりしたりして、毎回とても賑やかだそうです。「月に1回のこの会が本当に楽しみで、正直、この会がないとやっていけないくらい大切な時間です」と、このくらぶが子育てに奮闘する日々の中で、ホッとできる場になっているようすでした。



開催報告書はみなさんで順番に回しながら、スマホで二次元コードから提出しています。



生活協同組合しまね

おしゃべりくらぶ 報告書

以下の内容にお答えください。漏れしなく入力してください。
※必ず入力してください。

お名前(記入欄)

電話番号

毎月お届けするお楽しみ商品は こんなものがありました!



アールグレイ紅茶 &
クローワッサンラスク



ちっちゃなまめごろろう &
めかぶとたまごのスープ



くらの活動例

- 荷受け前後に試食品を食べながらおしゃべり
- くらぶメンバーでの旅行
- お菓子づくり

活動補助費の使い道

- くらぶで調理するときの食材代
 - お店にランチを食べに行く
 - おしゃべりをする時のおやつ
- などいろいろな活動や補助費の使い方があります!

企画応援 制度 がはじまります

組合員誰もが活動を企画できるように応援(助成)する制度です。くらぶ・サークルをしているみなさんを対象に、組合員さんの「こんな企画をやってみよう!」を応援することで、多くの企画が生まれ参加の輪を広げることを目的とします。詳しくは、新年度に登録されたくらぶ・サークルのみなさんへお知らせいたします。



～被爆・戦後80年を迎えて～

『浜田真理子 被爆ピアノコンサート』・

『第37回 戦争体験を語り継ぐ集い』を開催しました

「被爆・戦後80年」を迎えた2025年、各地で様々な平和関連の催しが開催され、組合員の皆さんも改めて平和の大切さや尊さについて、考えさせられる機会が多かったのではないのでしょうか。今回は、年末に企画された2つの催しについてご報告いたします。

2025年11月29日(土)開催

浜田真理子 被爆ピアノ コンサート

くにびきメッセ 大展示場



「被爆ピアノ」を演奏しながら唄う浜田真理子さん(左)と
ゲストのサクソ奏者marinoさん(右)



「被爆ピアノ」を所有されている矢川
ピアノ工房・矢川光則さんに、平和
への想いを語っていただきました

1945年8月6日、広島に投下された原爆によって多くの命が奪われましたが、奇跡的に焼け残った被爆ピアノ。爆心地から約3キロの距離に位置し、爆風や熱線の激しい被害を受けながらも生き残ったピアノは、今もなお平和の象徴として大切にされています。矢川さんはそのピアノを修理し、調律しながら、全国にその音色を届ける活動を行っています。

浜田さんのコンサートでは、約400名の観客を前に、平和への願いを込めた12曲が奏でられました。約1時間30分にわたる演奏は、あっという間に過ぎ去り、浜田さんの澄んだ高音の歌声と、被爆ピアノの力強い音色が観客の心に深く響き続けました。



〈参加された方の感想〉

「被爆ピアノの音色を聞きたかった」

被爆ピアノの音色を聴いてみたくて参加しました。最近のピアノとは違った音色に、いろいろと考えさせられました。最初に矢川さんから「被爆ピアノのお話」があったのは、良い学びになりました。

浜田真理子さんのやわらかく優しい歌声にも大変癒されました。歌詞がひとつひとつ、しっかり伝わったので、平和のこと、自分や家族、友達のこと…コンサートの中で様々な思いを巡らせました。



オープニングを飾ったのは松江市内の園児の皆さんと先生方、保護者のみなさんによる「象列車よ走れ」。元気な合唱に盛大な拍手が送られました。



「中帰連」の活動を継承するため、現在も山陰地方で伝え続けている『あさがおの会』の皆さんによる「われら撫順の子」の報告。



6年連続の上演となった朗読劇「さあちゃんとヒロシマ」。劇のモデルとなった、松江市にお住まいの西尾幸子さんも、当日ご挨拶のため登壇されました。

2025年12月6日(土)開催

第37回 戦争体験 を語り継ぐ集い

さんびる文化センター
プラバホール 大会議室

戦争体験を語り継ぐ集いは、2025年で37回目を迎えます。

『二度と戦争を起こさないために、戦争体験とその教訓を正しく真実として語り継ぐこと』を大切に、継続して取り組んでいます。

第一部は「山陰中帰連を受け継ぐあさがおの会」(以下、「あさがおの会」と略)の皆さんによる、『われら撫順の子』と題された講演でした。第二次世界大戦が終了し、日本人969人がソ連政府から中国に引き渡された後、遼寧省撫順の戦犯管理所に戦犯として収容されましたが、6年後ほとんどの戦犯が起訴免除となり、命を落とすことなく、無事日本に帰還することとなった経緯についての報告がありました。当事者であった皆さんは帰国後「中国帰還者連絡会(中帰連)」を結成し、贖罪(しょくざい)と反戦活動に長い間取り組みましたが、現在、そのメンバーの殆どが物故者となってしまいました。『あさがおの会』はその意志を受け継ぎ、継承活動を行っています。

第二部は、6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(93歳)の実体験を基につくられました。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。

〈参加された方の感想〉

「今こそ、考えるべき時」

学校で行われる「平和教育」は、原爆をはじめとして被害者側からの悲惨さが多く、今日のように外地へ出兵し、加害者となった人の話を聞くことはまずありません。その兵士の多くは飢餓や病気で亡くなったこともあまり知らされていないと思います。いずれにしても日本でも中国をはじめとするアジア諸国でも、多くの犠牲者を出した先の大戦を何故起こしたのか?当時の国民は何を考えた、何故、賛同する結果となったのか?今こそ、考えるべきだと思います。

3月4回で失効するポイントにご注意を!

みなさん、生協のポイントは貯めておられますか？
貯まって嬉しいポイントの使い方と有効期限についてのご案内です。ポイントには、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なくなってしまうので、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）。

例：2024年4月1回～2025年3月最終企画回までに獲得した未使用ポイント⇒2026年3月最終企画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			
前回のポイント残高	獲得ポイント	ご利用ポイント	残高ポイント
468 P	701 P	0 P	1,169 P
ポイントのお知らせ：1,169ポイント（2025年9月27日現在）			
《ポイント有効期限のお知らせ》			
獲得ポイントの内、2026年3月4日終了時に失効するポイントは300ポイントです。			

●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。

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」にご希望のポイント数をご記入ください。

《コプアプリ画面》



コプアプリ

eふれんずから使用する場合

ここをクリックして利用画面に！

《eふれんず（スマホ）画面》



その他の使い方

500ポイント貯まったら自動的に使用されるようにする

注文番号：1811
数量：1



新しく仲間入り!とおき商品

ヤマジョウ 国産みそ汁の具

【味彩3月3回企画予定】

わかめ、ふのり、ネギ、巻麴
すべて国産にこだわった商品です。



生わかめの仕入れ

毎朝三陸地域の浜に出向き、その日の朝に水揚げされた養殖の生わかめを仕入れます。仕入れたわかめは鮮度が高いうちに気仙沼の工場へ運び、ボイル塩蔵加工を行います。

カットわかめに加工

原料のわかめにできるだけ深いストレスを与えないような工程で製造しています。それにより三陸わかめの特徴である「シャキシャキ」とした食感が得られます。わかめを乾燥したあと、選別工程で6種類の選別機器を使用し、異物検査を行い、最終的に人の目で確認しています。全工程で手間を惜しまず、高品質で食の安心安全を担保しています。

わかめの緑鮮やかでシャキシャキとした食感をお楽しみいただけます。

お味噌汁が
簡単に!

一袋で
約16杯分

国産みそ汁の具

32g

予定価格 **548**円（税込8%）
（592円）



《目安》

一人分…ティースプーン山盛り1杯
みそ汁に落とすだけでできあがり。
煮立たせるとふのりや巻麴が戻りすぎて、食感を損ねてしまうのであまり加熱しすぎない程度でお召し上がりください。

商品おしゃべり会で試食した感想

わかめの食感がよく
存在感がありました。
磯の香も感じられ
良かったです。

具たくさんで
わかめが大きく
食べ応えがあり、
おいしかったです。



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

今の私の仕事

鹿足郡 コバルトブルーさん

夫のために毎日のお弁当と朝食用にと、水筒にコーヒーを入れていたのですが、2年前に他界しました。味にうるさい夫はキーコーヒーが大好きだったので、1人分を『珈琲パチット』に入れて作り、仏壇にお供えするのが今の私の仕事です。写真を見ると毎朝「おーきたきた」と言わんばかりにうれしそうな顔をしています。



【雑貨通信】



週一登場

安来市 まえちゃん

我が家の定番「炭焼きかつおタタキ（タレ付）」週一は必ず登場します。玉葱のスライス、ネギのみじん切り、ニンニク、しょうがを添えて!! ゆず味のタレもおいしいけど、ポンズでもいけます。ごはんのおとも、お酒のおつまみにと大活躍です。2冊入っていて使いやすいし、主人と私のお気に入りの一品です。

ピンチ

出雲市 Y・Tさん

孫が今月4才の誕生日をむかえ、じいじと自転車を買ってやることにしました。高くてびっくり！年末にピンチーでーす。

米寿になります

雲南市 M・Yさん

朝ドラの「ばけけ」面白くなりました。少しの集まりでも話題になります。今年は、米寿を迎える年になります。元気で暮らしたいです!!

12月号を読んで

邑智郡 無添加大好きさん

マルイ食品さん50周年おめでとうございます。我が家はマルイ食品さんの大ファンで、『若鶏のチーズ串カツ』

元気な笑顔を

仁多郡 逢先花さん

雪の降る季節になりました。雪深い中国山地の山際に住む私。生協の支所から遠い距離を配送車で来てくださる担当者の方のご苦労を思うと、感謝でいっぱいです。少々配送時間は遅れても構わないので、安全運転で元気な笑顔を見せてくださいね。

良き時代に

松江市 ぴよちゃん

東京より墓参りのために親友が里帰りして来ました。早速近くに住む友だち4人で、松江温泉で米寿の会をしました。私は昭和20年に小学校へ入学しました（終戦の年です）。当時小学校は兵舎になっており、私たちは近くのお寺とか公民館で勉強会でした（勉強とは名ばかりでさつま芋や野菜を作らされてました）。昔話に花が咲き、夜の更けるのも忘れてしまいました。良き時代になったものですね。

どんなプロ集団？

出雲市 クリスマスローズさん

私はクロスワードや数独が大好きです。問題を解いている時間は他に何も考えず夢中になって解くし、できたときの達成感といったら！脳がスッキリします。こんな問題が作れる人は天才だなあ。いったいどんなプロ集団が作っているんだろうと思っていました。ところが12月号「生協のあるくら」を見ると、なんと！普通の人が「失礼」！でも、手間ひまをかけて作ってくださってるんだなあとおりがたう思います。これからもよろしく願います。



お寄せいただいたコメントの一部

作者長澤さん宛てにお手紙・たくさんコメントをいただき、ありがとうございました。全て長澤さんへお届けしました。

今月のテーマ

バレンタインの 思い出・エピソード



松江市 S・Mさん

事前チェック

出雲市 A・Nさん

中学2年生のとき、同級生に渡そうと下校時に友だちと一緒にずっと待ってました。彼はバス通学だったので、バスの時刻前に渡さないと、バスに乗る前では皆に見られると思い、事前に彼の行動をチェックしました。当日、一人になる場所があるので、そのときに渡そうと校舎の陰に隠れて待ち、遠目に姿を確認し、勇気を振り絞って渡そうとしたら、その日に限ってクラスメイトと合流し、結局渡せずじまい。友だちは「渡せばよかったのに」と言ってくれましたが、勇気がなかった私。友だちと食べた苦い思い出です。

めいっぱいの照れかくし

出雲市 くらみつさん

大好きな幼なじみ。なかなか正直に気持ちを伝えられず、バレンタインの日。手作りの大きなハート型チョコに『義理だぞ』と文字を入れ渡しました。苦笑いをして受け取ってくれた彼。今でもあのときのめいっぱいの照れかくし告白を思い出してキュンとしています。

青春の思い出

出雲市 N・Iさん

中学生のときにクッキーを手作りして、好きな人や友だちにあげたことです。好きな人だけにあげるとバレルので、カモフラージュで他の男子にもあげたり、クッキーを包むときに好きな人用のは出来栄のいいのを選んだりしたなあと思い出しました。渡すときはとてもドキドキしましたが、青春のいい思い出です(^^)

友チョコのお裾分け

隠岐郡 Y・Nさん

娘が中学生のとき、好きな人にチョコを渡すよりも、友だちにあげる「友チョコ」が流行っていました。友だちもみんなが手作りのチョコやケーキを作っていて、みんなで交換しあって、たくさん持ち帰って来た娘。「お母さん、みてみて、みんなすごいよ」と私もお裾分けをもらい、一緒に食べました。どれもおいしくて、それから毎年バレンタインにお裾分けをいただけるのを楽しみにしていた私でした。

微笑ましいやりとり

安来市 A・Hさん

6才の息子の保育園のお友だちが、バレンタインの手作りクッキーを渡しに家にきてくれて、クッキーとお手紙も入っていました。ひとりでこっそり読んでいる姿がほほえましかったです。ホワイトデーには息子も一生懸命スノーボールクッキーを作ってお返しを。何とも微笑ましいやりとりだと夫婦で興奮してしまいました。

生協頼みのリンドール

出雲市 HANAKOさん

バレンタインといえば、自分へのご褒美のリンドールのチョコレートです。直径2.5cm位のまん丸のキャンディー包み。以前はお店で購入できていたのですが、今は生協頼みです。大学生の息子は未だかつてチョコレートを貰っているのを見たこともなく、私からのおすそ分けのリンドールのチョコで喜んでくれています。今年も彼の好きなミルク味を準備してやりましょう。生協さん、よろしくお願いしますね。

いらっしゃいパーティー

松江市 T・Yさん

バレンタインは、我が家に愛犬を迎え入れた日。そのため、名前を「ラブ」にしようかと考えましたが、あまりに安直すぎるため、違う名前になりました。あれから2年、とてもおてんば娘ですが、バレンタインは必ず「いらっしゃいパーティー」をしています。

ウキウキ気分を

安来市 M・Hさん

子どもたちが島根(実家)から出て…バレンタインには贈り物をする事で世の中のウキウキ気分を味わっています。

自分へのねぎらいに

浜田市 緑ソファさん

バレンタインは、毎年自分のためにチョコを買います。今年は何にしようか、今から楽しみにしています。素敵な人にチョコを贈らなくなって、何年経ったのか…。まずは日頃がんばっている自分をねぎらわないとですよ。

フードバンクしまね「あったか元気便」 支援募金のご報告

2025年3月3日(月)～3月14日(金)、7月7日(月)～7月11日(金)の2期間にわたり、組合員のみなさんにご協力をいただいた『フードバンクしまね「あったか元気便」支援募金』は、約670名のみなさんのご協力で **総額 660,100円** の募金が寄せられました。昨年12月に「あったか元気便事務局」へ送金させていただきました。

募金はこれからのフードバンク発送作業(冬休み便・春休み便)に向けての必要な費用として、役立たせていただく予定です。たくさんのご協力、本当にありがとうございました。

贈呈式の様子▶



(左) フードバンクしまね「あったか元気便」理事長 春日 邦宣さん
(右) 生協しまね理事長 安井 光夫

フードバンクしまね「あったか元気便」へ支援募金のご協力をお願いします

設立7年目を迎えたNPO法人フードバンクしまね「あったか元気便」はおかげさまで支援の輪がさらに広がっています。

今年もみなさまのお力添えをお願いしたく、支援募金を行います。お寄せいただいた募金は、食料品を入れる段ボールや宅配の送料、食品購入代金などに、大切に使用させていただきます。

みなさまからのあたたかいご支援をお待ちしています。

募金方法

①「注文書」の場合

募金額：一口100円単位 注文番号：1523

例えば…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【1523】と記入し、注文数の欄に「5」と記入します。

※翌週の納品請求書に「非」フードバンクしまねあったか」と表示し、商品代金とあわせて2026年3月26日(木)口座振替します。

②「インターネット注文(eふれんず)」の場合

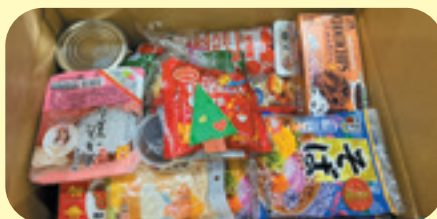
『番号注文』をご選択ください。【1523】を入力し、注文数をご入力ください。

受付：2月9日(月)～2月13日(金) (2月3回のOCR注文書、eふれんず)

12月の冬休み便のパッキングも無事に終了しました

松江市内の29校を対象に、644の就学援助世帯・2,400名の方々へみなさまから寄付していただいたお米や食料品総量8.9トンをお届けしました。

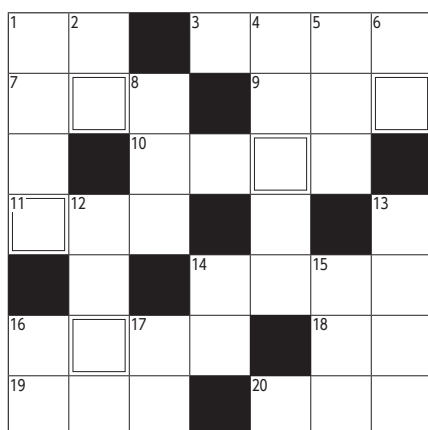
たくさんのご協力ありがとうございました。



- たての力ギ**
- ①丸、二重丸より嬉しいのは?
 - ②リビングルーム。日本語で。
 - ③くるくる回せる世界地図。
 - ④細かいことを気にせず、思い悩まない性格。
 - ⑤「はい」の反対。
 - ⑥超音波を利用して行う検査。
 - ⑦ガラスでできた小さい球のおもちゃ。
 - ⑧香辛料の一種で、チャイや八つ橋にも使われている。
 - ⑨壺○○、山○○、第六○○。
 - ⑩建物もなく、使われていない土地のこと。
 - ⑪辞書には、言葉の○○や使い方がのっている。
 - ⑫英語で「10」。
 - ⑬よこの力ギ
 - ⑭①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑮①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑯①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑰①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑱①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑲①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳
 - ⑳①②③④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳

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500円分を
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。



- ① 7月の誕生石。美しい赤。
② ドアなどの力ギを差し込む所。
③ 走るのが速い神様の名前。
④ 肝臓のこと。アンコウのこれは鍋に入れると格別。
⑤ 「より小さい」を表すとき使います。20歳○○○○。
⑥ 貸家の賃貸料。

カ	ラ	ダ	ト	ウ	ア
タ	イ	マ	ツ	シ	オ
オ	ト	マ	カ	ロ	ニ
モ	コ	ヨ	ミ	セ	サイ
イ	カ	ウ	ン	セ	イ
ミ	ミ	ズ	ザ	シ	キ

☆12月号のお楽しみクロスワードは、応募者346名、全員正解でした。

締め切り▼2月28日(土)
1月号の答え▼トシダマ

答えは11ページの投稿用紙に記入してください

12月24日水に行われた第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
 ②2026年度「春の総代・組合員交流会」開催日程と会場
 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

- ①2026年度全体方針について
 ②2025年度「秋の総代・組合員交流会」開催の振り返り
 ③「第42回通常総代会議案書」作成に向けて
 以上の議案について協議・交流が行われました。

議決事項

- ①2025年度回収不能債権（供給未収金）の処分について
 ②2026年度「経営リスク保険」更新について
 ③松江保健生協「九条の碑」設置のための寄付について
 以上の議案について議決されました。

2025年11月度決算報告

○供給実績 7億3,596万円	(計画比 100%、前年比 95.9%)
事業総剰余金 2億484万円	(計画比 97.5%、前年比 96.0%)
人件費 計画比 102.6% 前年比 107.1%	
物件費 計画比 98.8% 前年比 93.5%	
経常剰余金 1万円	
○一人当たり平均利用金額 4,494円	
利用者人数（一回当平均）38,102人	(計画比 98.1%、前年比 98.3%)
○仲間づくり 加入 118人	(計画比 75.0%、前年比 75.6%)

CO・OP共済 11月支払共済金実績

《たすけあい》《あいづらす》《終身医療》《終身生命》《学生総合共済》計
 ○給付件数…584件 ○給付金額…2,957万5,250円
 (事故入院…12件、病气入院…284件、事故手術…6件 病气手術…127件、ケガ通院…127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。

1,202kg
(回収率 52.4%)

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。

116,222kg
(回収率 73.1%)

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。

1,428kg
(回収率 32.6%)

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。

659kg
(回収率 54.8%)

生協しまねソーラー発電所

11月の発電状況

発電量 16,452kwh (昨年対比87.4%)

売電料 658,461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。

11月 商品定期検査報告

○しまね開発商品の微生物検査結果報告

商品名	検査結果に問題は ありませんでした。
県内産大豆100%もめんとうふ	
産直こめたまご10個	
まい！しまねの牛乳	

○農産品の残留農薬検査結果報告

商品名	検査項目数
玉ねぎ（折笠農場グループ）	200
北海こがね（折笠農場グループ）	200
産直つがるりんご サンフジ（津軽産直組合）	200
産直つがるりんご 王林（津軽産直組合）	200
王林（サンくらふとの会）	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。

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(月)～2026年2月28日(土)

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

- わが家の朝ごはんエピソード。
工夫していることやレシピをお寄せください。
- 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送担当者にお渡しください。



組合員が集まり、それぞれの「想いをかたち」にするための場として2025年度は「実行委員会」を結成し活動しました。実行委員会では、お互いの考えや意見を気軽に話し合い、普段のくらしで感じていることを持ち寄って「おしゃべり」するように楽しく話し合いながら企画を進めることを大切に活動してきました。

2026年度は「テーマ委員会」として不定期での募集を予定しています。

「腸活実行委員会」

(出雲支所・雲南支所の組合員さん5名で活動)



“腸活”について、学び、話し合い、その中でおすすめ商品を組合員さんに紹介するため、試食会が開催されました。

12月2日(火)雲南支所にて、「腸活ランチ」を開催し、12名の組合員さんが参加され、にぎやかで楽しい会になりました。

ランチのメニューは「発芽玄米ごはん・タンドリーチキン・かぼちゃのヨーグルトサラダ・ピクルス・豆腐と納豆の味噌汁・うまかぶりの塩こうじ若菜焼・数の子の甘酒味噌和え・ヨーグルトプルーン」と腸に良いメニューのフルコースでした。



みんなで作ったお料理の試食タイム！

「募集チラシの“腸活”に惹かれ絶対参加したいと思い申し込みました」「どのメニューもおいしく、生協商品で作れるので、家に帰っても作ってみたいです」「すべての料理がおいしく、腸が喜びました」とうれしい声が飛び交いました。

～実行委員の感想～

開催までは少し心配でしたが、当日が無事に迎えられ、参加者の皆さんの協力のおかげでスムーズに進みました。また、新しく参加された方々も多く、とても嬉しく感じました。皆さんが楽しく、気軽に参加してくださり、「おいしい！」という声もたくさんいただけて、本当に良かったです。

実行委員のみなさんが、健康、日々のくらし、平和、生産者との交流、商品など興味を持ち、深掘りしたいことを追求する内容の企画を考えました。

12月16日(火)大田支所にて、「魚を丸ごと食べよう」が開催されました。この会は、組合員さんからの「夫が釣った魚を上手にさばけるようになりたい」そんな声がかたちになった企画です。

普段、切身のお魚を使うことが多いという参加者のみなさんですが、今回は丸ごと一匹の魚をさばく体験に挑戦！実行委員会のお二人と雲南支所の職員の3名が先生となって実演し、そのあと参加者もさばく体験をしました。

「お気楽実行委員会」

(大田支所の組合員さん6名で活動)



さばくところを真剣に見入っておられました！



ほかにも「魚のフライ・サバの水煮で炊き込みご飯・サバの水煮で味噌クリーム煮・大根とりんごのなます・ナッツの田作り」などたくさんのお魚料理をみんなで調理しました。



調理のあとは試食タイム！みんなで会の感想を話しながら和やかな時間になりました。参加者からは「実際にさばくところを見られて、すごく勉強になった！」、「お魚を使った料理のアイデアも参考になった」と大好評でした。

～実行委員の感想～

この企画は、参加者の皆さんに楽しんでもらうことを一番に考えて開催しました。みんなで調理したり、食事を楽しみながら、わいわいと活動できたおかげで、気持ちも打ち解け合うことができました。活動を始める前にしっかりと準備をすることで、より一層「活動している実感」を感じることができました。