

ひまわり

2024年
5月6日

No. 1564

生活協同組合 あいコープふくしま

郡山市安積町日出山1-110-1

Tel 024-956-0011 Fax 024-956-0055

フリーコール 0120-910-408

もくじ

- ① 110154ナ 命がけのオリーブ収穫
- ② ↓ /あいコープ仲間づくり
- ③ たまかき 活用しています! たまかき 登録シロ
- ④ システム変更にかかる変更点について
- ⑤ 総代会のご案内 / ローカル商品
- ⑥) ローカル商品
- ⑦) たみどもカード - 注文控えメモ

あいコープふくしま
Instagram



ネット注文
QRコード



ローカル商品のご案内 (5月4回) はうしろのページからです ホームページ <http://icoop-fukushima.jp>  CO・OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-80-9431

命がけのオリーブ収穫 ~貴重なオリーブオイル使て連帯~

パレスチナ自治区ヨルダン川西岸地区の 緊迫した状況

手紙通信で人気の オルタートレードジャパンのオリーブオイルは、パレスチナ自治区のヨルダン川西岸地区で作られています。イスラエル軍によるガザ地区の深刻な状況はマスメディアでも報道されている一方で、私たちの生産者の住むこの地域での緊迫した状況についての情報はなかなか届きません。農家の大部分は、同地区の「エリアC」と呼ばれる地域に居住しており、イスラエルが行政権と警察権を握り、イスラエルの



2023年10月28日、オリーブ収穫作業中に入植者によって殺害されたピラル・サーレフさん(生前)。



燃やされるオリーブの木。

入植地が拡大しています。(面積の半分、40万人に及ぶ)農地を没収された人もいます。入植者(イスラエル人)による暴力や嫌がらせ、オリーブの木を引き抜いたり燃やしたりする破壊行為や収穫作業の妨害も繰り返されています。

暴力行為はエスカレートし、12月末時点でパレスチナ人の死者は319名(うち83名が子ども)、負傷者は3800人に達しました。畑でオリーブを収穫しているパレスチナ人農民に対する多数の暴行を含む280件以上の攻撃も確認されています。 ⇨次ページへ



パレスチナを含む東地中海地域はオリーブの原産地であり、古来良質なオリーブが約4000年前から栽培されてきた。私たちの生産者が住む地域ではオリーブオイルが収入の柱。秋の収穫期には家族総出で収穫する本来はピクニックのような楽しい年中行事だった...

①



609 パレスチナエキストラバージンオリーブオイル

450g 1750円(税別1890円)

化学農薬・肥料を使わずに育てたオリーブの実が原料。化学処理をしない低温圧搾法で搾られている。

フェアトレード商品

発展途上国でつくられた農作物や製品を適正な価格で継続的に取引することで生産者の生活を支えています。

000790 災害支援金 パレスチナオリーブオイル生産者の支援金
10500円



たまねぎ麩 活用しています!

先日、地区の交流会でたまねぎ麩を作りました。
室温で一週間、一日一回は攪拌し、発酵を促しました。色は薄い褐色に、
味は深みが増しとても美味しいたまねぎ麩が出来上がりました。

豚肉のたまねぎ麩漬けソテー

ジップロックに豚肉を入れて
たまねぎ麩 大さじ1弱と コントラは
料理酒を小さじ1入れて少しもむ。
一晩冷蔵庫で寝かせ、焼く。



たまねぎ麩 ドレッシング

- ・たまねぎ麩 ... 20g
- ・純りんご酢 ... 20g
- ・平田産業さんの 菜種油 ... 60g
- ・はちみつ ... 5g
- ・塩 ... 1つまみ
- ・コショウ ... 少々

混ぜるだけで完成!

他にも色々活用してみたいです。

(福島市)



リンゴ果汁100%
で醸造しました。
まろやかな酸と
香り、ドレッシング
にも。

福島県産(千栗)
365
純りんご酢
500ml **298円**(税込322円)



オーストラリア
産Non-GMO
菜種を圧搾法で
精製した一番搾
りの油。酸化防
止剤等不使用。

平田産業(福岡)
357
菜種油
1250g **925円**(税込999円)

発酵食品「こめ糎」で塩糎や
手作り甘酒。



100g 単位と比べて
合計
212円お得!



鎌田醤油(宮城)
400
鎌田さんのこめ糎(こうじ)食用500gレシビ付
500g **498円**(税込538円)
玄米産地のお米で作ったこの糎の食用サイズ。
*お味噌やお漬物などにもレシビ付き。
賞 30日



鎌田醤油(宮城)
401
鎌田さんのこめ糎(こうじ)300gレシビ付
300g **418円**(税込451円)
玄米産地のお米で作ったこの糎です。*おこ
*甘酒・お味噌やお漬物などにもレシビ付き。
賞 30日

ジョイファームの田舎(伊佐市)
147 地産地消
小田原のトライ・玉ねぎ1kg
1kg **320円**(税込346円)
除草剤不使用。農薬を削減して栽培しまし
た。炒め物や煮込み、サラダ等に。



長崎県五島郡
の海水を濃縮
後、平釜でじっ
くりと炊き上げ
ました。



海はいのち(長崎)
355
海はいのち につぼんの海塩
1kg **298円**(税込322円)

みんなの農
おいらいファーム(沼津)
248
豚モモ焼肉用
300g **658円**(税込711円)
脂肪が少なく、やわらかなモモ肉を焼肉用に
カットしました。
賞 6日



たまねぎ麩 の作り方

<作りやすい分量>

- ・鎌田さんの こめ糎 100g
- ・塩 35g
- ・玉ねぎ 300g

- ① こめ糎と塩を混ぜる。
この時、軽くフードプロセッサーにかけるとうま味やすい。
- ② 玉ねぎをフードプロセッサーで細かくペースト状にする。
ない場合は、ミキサーやおろし金ですり下ろしてもOK
- ③ ①と②を混ぜ冷蔵庫で保管。
ビンやジップロックで保管。

腸内環境を整え 免疫カアップ

玉ねぎにはケルセチンという成分があり、ポリフェノールのなかでも非常に強い
抗酸化力を持っています。玉ねぎと麦麩でWパワーが期待できます。

ホットメイ作る時にたまねぎ麦麩を入れました。うま味が強くてコンソメは
いりません!! 出来上がったたまねぎ麦麩は、冷蔵庫で保管すると半年くらい
は、使えます。お休してこの前によく美味しくなりましたが... (郡山市 橋本拓子)

重要

システム変更にかかる変更点について

以前からお知らせしていましたシステム変更がよいよ6月~(予定)となりました。

すでに変更になっているところもございますが、改めてお知らせしますのでご確認ください。

① まいど注文 (今までの継続利用です)

わかりにくくてご迷惑をおかけしました。

明細書の商品 No. を使って

・ 数の変更 と 登録解除(取消) を行います。

登録と数の変更 は解除

・ 全商品を1週間だけ休む場合は

です。

※登録番号は、まんま通信に記載されています。

② 口座引落日の変更

ご利用代金は **6日** → **27日** に変更 (金融機関休業日は翌日になります)

※ ご注意ください

6月は **6月6日 (5月分)** } の引落日となります。
6月27日 (6月分)

③ 引落日の取扱い金融機関の拡大

みなさまのご協力のおかげでほとんどの方が口座振替の手続きを終えましたことお礼申し上げます。

お手続きがまだの方はお急ぎください

今後は口座手続中の方以外は手数料組合員ご負担となります。

④ 配送手数料

今まで 198円 税込 (基本手数料99円+配送手数料99円)
配達がない場合も基本手数料はかかっています。

6月から 230円 税込
配達がない場合は発生しません。

※ 免除の対象者と申請をされている方は、今まで同様にかかりません。

※ 月に1万円以上購入された場合、高額ご利用割引が適用されていますが、今後は一度配送手数料が引き落としされ、その後に同額のポイントが還元されます。

⑤ 注文受付時間

現在 電話とFAX 配達曜日翌日の午前10時30分まで
ネット 配達曜日翌日の午前8時まで

6月1日より 電話・FAX・ネット すべて

注文曜日翌日の午前10時30分まで

以上ご不明な点は、あいコープふくしま事務局までご連絡ください。

TEL 0120-910-408



『第38回通常総代会』のご案内

2024年4月1日

生活協同組合あいコープふくしま

理事長 橋本 拓子

通常総代会は、「第20回理事会」決議により、下記のとおり「第38回通常総代会」を開催します。

記

- 日時：2024年6月24日(月) 午前9時30分～12時00分
(受付：午前9時00分開始)
- 会場：ビッグパレットふくしま
(住所：福島県郡山市南2丁目52 TEL：024-947-8010)
託児あります。
- 議題：第1号議案 2023年度事業活動・事業報告
決算および剰余金処分案承認の件
第2号議案 2024年度活動方針・事業方針、予算の決定の件
第3号議案 「定款変更」の件
第4号議案 「役員退任慰労金」の件
第4号議案 「役員選任」の件
第5号議案 「役員報酬限度額決定」の件 以上

「2024年度総代」の選出

総代の定数は100名とし、地区別に定数を配分しました。選出は、下記の「地区別総代数」に基づいて行います。総代を希望する組合員は、所定の「立候補届」をご提出ください。

総代の任期は、2024年度の1年間とします。再選も認められています。

総代の立候補条件は、2024年3月31日時点であいコープふくしま組合員になっている方です。なお、立候補の締め切りは、5月24日(金)までとします。

「地区別総代数」

地区(総代選挙区)	総代定数	地区(総代選挙区)	総代定数
郡山北・郡山南 (田村市、三春町含む)	65	須賀川・岩瀬・石川	13
福島・伊達	16	二本松・安達	6
合計			100

◎立候補者が選挙区ごとの定数を超えた場合は投票となります。

※今回「総代立候補届」を配布しております