

ひまわり

2019年
7月8日
No. 1321

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 地元夏野菜・果物「ゴールデンシリーズ」鮮度が違う、美味しい、安全な地元野菜
- ② " " 地元の桃 徳用ミックス袋 吉田農園
- ③ 桃・枝豆・ピーマン!! 生育状況 写真にて
- ④ ピーマンの納豆天ぷら / ファーストタッチの光る茄子! / 生産者からのお便り 他
- ⑤ あいコープに加入しました・新しい組合員を歓迎します / 石けんシリーズ / コープ英済 / ひろば
- ⑥ ひろば / パラマウント靴 相談会
- ⑦~⑩ ローカル商品のご案内・タイムカード・共通申込書・注文品控之メモ

ローカル商品のご案内（7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 0120-212-107

地元・夏野菜・果物 ゴールデンシリーズ



鮮 **度** が **違** **う**

美 **味** しい

安 **全** 地元 **野** **菜**

岩瀬農場 ふくしまGAP
学農会 吉田農園



ジャガイモが
もう土の中で
出来た!!

岩瀬農場 伊藤社長

😊😊 ジャガイモ男爵
社長のおすすめ料理!

ジャガイモ1kg (土を洗って落として皮つきのもの) をラップで包み、電子レンジで4分程度チン!

そしてバターをのせる ジャガバター。
ビールが合い、開成山のビール祭りでも

やります、と。
岩瀬農場は、北海道大学のポプラ並木と類似しています。札幌農学校(北大の前身)と岩瀬農学校(岩瀬農業高)は、同じ時期に明治政府がつくったそうです。

枝豆、とうもろこし、ジャガイモの出荷(7月4回のローカル品企画)の約3週間前に岩瀬農場を訪問し、伊藤社長から畑を見ながらお話を伺いました。(6月27日)

あいコープふくしま ... 本日は、枝豆ととうもろこしの生育状況など、伊藤社長にお聞きしたいと思い、伺いました。

伊藤社長 ... 全体的にどこでも成長が遅い気味です。でも7月4回には大丈夫でしょう。

あいコープ ... 岩瀬ファームの枝豆、とうもろこしなど、味が違うとの評判です。その理由はどうでしょうか?

伊藤社長の回答は
②ページに続く! →

とうもろこし 穂も伸びながら
全体も大きく成長していく(岩瀬農場)

7/20(土) 農業体験で試食・収穫体験

7月4回スタート ~ 8月1回まで
* とうもろこし 3本 412円 (税込445円)
差し替えにナリマス **30** (注文番号)
※5本企画は次回からです。
* 枝豆 200g **000705** 311円 (税込336円)
* 新じゃがいも(男爵) 7月4回スタート毎週企画
ローカル案内
* **000711** 男爵いも 1kg 227円 (税込245円)

- 伊藤社長 ... 枝豆です。① 品質が良いこと（「湯あがり娘」）で軟らかく、甘味が強いです。
- ② 収穫適期が大事で、100%生育より少し未熟さを残した方が軟らかく、うまい。
- ③ 畑から家庭まで「短時間で届く」ことではないでしょうか。

あいこープ ... 収穫は、前日（組合員に届く日）の前日で、夕方にあいこープの冷蔵庫納入でした。

伊藤社長 ... そうです。それと収穫適期と注文数に「差」が出た場合は、前日に収穫し、余冷し、前日に生協センターに届けてます。

あいこープ ... トウモロコシは どうでしょうか？

伊藤社長 ... これも枝豆の旨さと同じで、一つは「ゴールドラッシュ」品種で、生で食べても軟らかくおいしい。二つに、収穫と実が入りきる前に行うことです。

あいこープ ... 最後に、農薬についての使用状況はどうでしょうか？

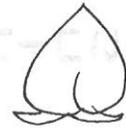
伊藤社長 ... どちらも種子が消毒されてます。殺菌作用と鳥害の忌避剤（きひさい）です。もう一つは、4月と7月上旬に BT 剤を散布します。

あいこープ ... BT 剤について、少し詳しくお願いします。

伊藤社長 ... バチルス菌で微生物で強いアルカリ性のものです。虫の消化機能がアルカリにより胃腸炎をおこし、餓死します。人間に入っても胃酸で中和され問題なく、農薬としてカウントされてません。アブラムシの場合は、発生部分を切り捨てや水圧で飛ばすようにしています。

あいこープ ... 畑地やその周辺の草が青々してますが、どの空き地でも枯葉がなく、除草剤を使っているように見えますか？

伊藤社長 ... 畑の方は、畑地を機械で耕しており、その他の部分は草が生えて、足で踏み潰ることで足場がしっかりするので除草剤は全く必要ないんです。



地元の桃

約 1.5kg 入り
徳用「ミックスマスク」

須賀川 吉田農園

桃ギフト品で人気の吉田農園（須賀川市）から通常企画で自家食用桃（傷がある場合もあります）「袋詰め 3~4ヶ（約 1.5kg）」です。

企画は 2回 限定で、お届けが変則で 2週間 に渡ります。

7月4回
ローカル注文分

・お届け日は「7月22日（月）~26日（金）」か「7月29日（月）~8月2日（金）」のどちらか。

ローカル案内
000709

・1袋 3~4ヶ入り 約 1.5kg 価格は 490円（税込み 529円）
・品種 「恋みらい」か「あまとう」もしくは 双方のミックスマスク

※ お届け日は 7月4回 か 7月5回 になります。

8月3回
ローカル企画分
お見逃しなく

・お届け日は「8月19日（月）~23日（金）」か「8月26日（月）~30日（金）」
・1袋 3~4ヶ入り 約 1.5kg 価格は 490円（税込み 529円）
・品種 「川中島」、「黄金桃」、「一宮水桃」、または ミックスマスク

生産者の吉田さんは、お父さんの後を引き継いだ二代目。桃園で話を伺いました。

あいこープ ... 桃が出荷されるまで、どのくらい手をかけるんですか？

吉田さん

... さくらんぼと同じく、桃も大変に手がかかる。冬に枝の剪定、芽をかく、花が咲いたら摘花、実がたつたら摘果、これをやることで果実が大きく揃ってくる。

あいこープ ... 桃の甘さはどんな事で決まるんですか？

その秘密は... ③ページへ!!

吉田さん

収穫間際の天気が一番です。晴れが続けば糖度は13度~17度くらいになり、雨が一日中降ると、糖度が1度下がる。長雨の時は10度~11度程度で出荷も厳しくなる。

あいづ

... 桃の病気や虫の状況を教えて下さい。

吉田さん

... 雨が続き、せん孔細菌病の発生が心配。実に丸い穴があいてしまう。今年は今のところ大丈夫です。高温になると、虫糸の問題が発生する。殺虫剤のコストも高く、できるだけ使いたくない。どうしても時以外は農薬散布しない。



生産者の吉田さん (須賀川市)

摘果して、1ヶか2ヶに絞る。

1つの実に養分が行き渡り、甘くて美味しい大きな桃ができていく。

(5月30日)

桃



↑ 5月30日では、「大きな梅」のようだが、7月中旬~下旬には大きな玉となり、色もつき糖度があがってきます。

③

枝豆畑

(6月27日 岩瀬農場)



これから花が咲き、実になる。7月20日(土)農業体験で枝豆の試食が可能か??



ピーマンの生産者 大内督さん

(総代会での来賓あいまつ)

ピーマン!

苦手な方がおられるようですが品種改良が進み、食べやすくなってきてます。

品種は、「みおぎ」で

苦みと青臭さがないのが特徴です。

ピーマンの栄養価は高く、緑黄色野菜です。



愛農会 大内さんのピーマン畑 (二本松市)

花が咲き実がなっています

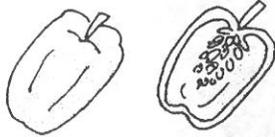
ピーマンの納豆天ぷら

材料

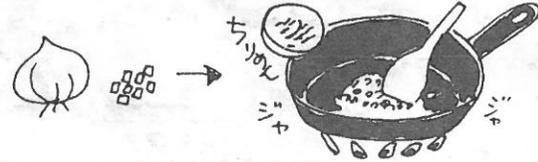
ピーマン
玉ネギ
糸内豆
ちりめん
小麦粉
塩
こしょう
サラダ油
ゴマ油

夏のごちそう、
お客様のあ
る時にどうぞ!

① ピーマンはたて半分に切って中の種をとる。



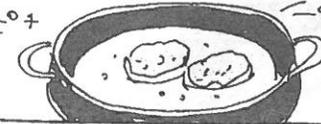
② 玉ネギはみじん切りにして、ゴマ油でいため、塩・こしょうで味つけし、ちりめんを加え火を止める。



③ ②に糸内豆をよく混ぜる。



④ ピーマンの内側に小麦粉をふり、③の具をつめ、小麦粉を水でこいた衣(どろとしている)にくぐし、具をつめた方を上にして中温の油の中に落とし、カリとあげる。



※ おしょうゆをかけて食べるのはもちろん、だし汁でいただくのもさっぱりしていておいしいです。

果肉にはビタミンCが豊富に含まれ、種には脂肪の分解を促進するカプサイシンや血液サラサラ効果のあるピラジン、体内の塩分排出を促すカリウムが豊富です。

ピーマン

苦みがあるのですが、除きが必要な種やワタですが、健康維持に欠かせない成分が。

丸のまま焼いて食べる

種やワタには少し苦味や辛味がありますが、トースターやフライパンで丸ごと焼くと食べやすくなります。中に詰めものをして焼くと、さらにおいしく食べられます。

ローカル案内 7月4日 差し替り

28 ピーマン 150g 138円(税込み149円)

ファーストタッチ!! 手の光る茄子!!

自分の顔が「映る..」くらい光っている茄子の表面。

この表面を大切に、手袋をして収穫し、袋詰めしています。

組合員の手がファーストタッチです。

地元(郡山市)の16代さんの光る茄子



36 300g 185円 (税込み200円) 差し替りませ

玉ねぎを麻紐で結わいて保存

*生産者からのお便り

梅雨の晴れ間を縫って玉ねぎの収穫に取り組んでおります。収穫というより収穫した玉ねぎを来年3月までお届け出来るように、保存するのに気を遣っています。玉ねぎを10個くらいずつ麻紐で結わいて風通しの良いところに吊り下げます。見えないところで手がかかっています。近年、玉ねぎの品種改良が進み、保存期間が長くなりました。以前は12月になると芽が伸びて葉玉ねぎになってしまったのですが、今は保存期間が延びただけでなく、薬効成分のケルセチンが多く含まれているケル玉という品種も出来ております。

石沢 重吉

愛農会の野菜セット

000703

愛菜箱

(無化学肥料・無農薬)

ローカル案内

1箱 905円(税込み977円)

愛菜箱にびっぴり!

野菜セットのファンに
なりました

今頃になってすみませんが、愛農会さんの野菜セットを最近毎週注文しています。実は私自身、虫がとんでも苦手で、それについて野菜セットに手が出ませんでした。

しかし購入してみてもびっぴりしました。野菜に虫は見当たりません。さらに調理して又びっぴり、サニーレタスの甘いこと、小松菜のおいしいこと、いっぺんで野菜セットのファンになりました。

しかしながら今週の石沢さんのお便りを読むと、毎日畑で虫とりとのこと。私たち消費者のために努力されていることを思うと頭が下がります。多少の虫は気にしないようにしようと思っている今日この頃です。おいしい野菜に感謝です。(須賀川市)

柳沼さんのブルーベリー

国部さんのトマト

どちらも不検出! 266回目

測って安心 測って対策

2019年

単位:ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	Ⓣ 下限値以下 結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定 時間
6月20日	福島市 山口	桑の美	900g	Ⓣ / Ⓣ	3.12 / 2.86	3600S (11H)
6月21日	須賀川 江花	ブルーベリー	1000g	Ⓣ / Ⓣ	2.19 / 2.01	7200S (2H)
6月26日	須賀川	中玉トマト	1000g	Ⓣ / Ⓣ	2.19 / 2.01	7200S (2H)

④

私たちは 3800名の仲間づくりを行っています

あいコープに 加入しました!

新しい組合員を 歓迎します

あいコープの商品への向き合い方と 熱意が スッと入って 加入

★ ストレスフリーで食材が選べる嬉しさ! 料理のレパートリーが増え、あいコープを教えて頂いた友人に感謝です! 私は以前、スーパーで原材料表示を見ながら買い物をしていました。ハムやウィンナー、練り物、冷凍食品は避けていました。

ある日、友人から「あいコープ」を教えて頂き、カフェ会に参加。そこで私が得たものは「安心」でした。

私は美容業をしています。水とミネラルを基本に、石けんを作り、無農薬酵素などを取り扱っています。その私の美容業とあいコープの考え方が本当に近くて、初めてあいコープを知ったときに、商品に対する向き合い方、熱意がスッと入ってきて即加入しました。美容ではアルソア、食ではあいコープ! 食で健康に、そして出来ればキレイでいたいものです。どちらにも「安全で安心」を得て、今まさに「最強」と思っております! 笑
今では「まんま通信」でストレスなく食材を選ぶ事ができ、料理のレパートリーも増え、家族も喜んでます。^^

(郡山市)

★ パンはそのままでも、少し焼いても とてもおいしかったです。
苺のジャムは、苺をそのまま食べているようでした。
卵は 他のお店で買うよりも 黄身がキレイでした。

(郡山市)

★ もちもちでおいしい。(パン)

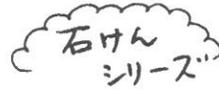
(郡山市)

★ 牛乳本来の味がした。

卵は 黄身がしっかりしている。

米粉パンは もちもちして おいしかった。

(福島市)



石けんの 溶け残りがない "ひと手間"

★ 石けんには 様々な種類があり、合成洗剤や界面活性剤は なるべく避けてはいたものの、改めて余分なものが入っていない、シンプルな石けんの良さを再確認しました。

粉石けんは 溶け残りがないよう ひと手間が必要ですが、購入したシャボン玉、スノーは 溶けやすく、洗い上がりも とても良く、洗濯が楽しくなりました。

これから使っていきたいと思います。

ちなみにですが、溶け残りの衣類への付着が 気になる方や 溶かすのが 面倒な方は、粉石けん用ネットというのが売っており、粉せっけんを ネットに入れて洗濯するだけというものでした!!

(郡山市)

コープ芝罘シリーズ

娘が 一週間入院

組合員の声

すぐに 振り込まれました

★ J 1000円 コースに加入している娘が、1週間入院しました。電話で問い合わせをしたところ、丁寧に説明していただき、書類もすぐ送っていただきました。すぐにお振り込みもいただきとても助かりました。

ありがとうございました。

(須賀川市 A.H)



★ 6月3回のとれとれあじ(たたき身)が おいしかったです。パッケージにある調理例のさつま揚げを作りました。ごぼうが好きなので 多めに入れて、翌日のお弁当用にもサイズを小さくして作りました。木綿豆腐を入れると 仕上がりが やわらかくなりますが、好みで どちらでも OK だと思います。

(郡山市)



「納得いく品が作れない」ために欠品!

— ポテトチップス —

★ ~ うれしい「欠品」の理由 ~

6月2日、ポテトチップス欠品のお知らせの紙が入っていました。「ポテトチップの欠品?」と思ったのですが、製造者の菊水堂から、「調達した原料が芳しくなく、納得いく製品が作れないため、しばらく供給を休止したい」と連絡があったとのこと。

市場原理主義の中、スーパーに行けば、どんな内容のものであっても商品は手に入る世の中で「納得のいく製品が作れないため」という理由での欠品は、正直で本物を作り、届けていくという心意気が伝わってきて、「やるねえ!」とうれしくなりました。

菊水堂のポテチファンとして 気長〜に待っていたと思います。

(郡山市)

豆腐の勉強・美味しいクリーン・そしてみんなのお話

★ 5/16のウェルカム交流会に参加し、豆腐のアレンジ料理をたくさん開けて、とてもためになりました!!

ホットケーキに入れるとフワフワになる。チーズケーキに入れるとおい固まり、作りやすい。豆腐を冷凍すると、しみ豆腐みたいな食感になるなどなど…。さ、それためしてみようと思います。

皆さんのオススメ商品も開けたので、白だしや生パスタなど、まだ購入したことのない商品も試してみようと思いました。

豆腐の勉強も出来て、豆腐クリーンも美味しく、みんなとお話できてとても楽しかったです。

(伊達市)



パラマウント靴 相談会 (9月1日)

足が合わず痛がっていた 娘と一緒に相談会へ

★ 娘の大学進学を期に、スーツと一緒に購入したパンプスが足に合わず痛がっていたので、就活前までには、パラマウントのパンプスを購入したいと思っていました。

今回春休み中で娘の都合もつき、相談会へ一緒に出かけ購入することができてよかったです。担当の方からは「足幅が細いので、市販で合う靴を探すのはなかなか大変ですよ」と言われたそうで、靴選びのアドバイスもしていただけて喜んでいました。

私も靴を新調したので、今回は今履いている靴の靴底修理はしなかったのですが、相談会以外の時期でも貼り替えのオーダーができるといいなと思います。現物を見てからの判断であれば、難しいかな?

パラマウントの靴にしてから、足指と足の介も元気にしたので、これからも愛用していきます。

(郡山市)

パラマウント・ワーカーズ・コーポ

足と靴の相談・販売会

日時: 9月1日(日) 9:00~16:00

会場: あいコープふくしま センター

申し込み: あいコープふくしま事務局 (別紙チラシ参照)

申込: 8月2日(金)

※ 相談無料。
購入代金は利用代金に加算されます。