

ひまわり

2019年
8月19日
No. 1326

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 あいコープセンターカフェ会、ヨーグルトの違いは乳酸菌だけではなかった
 - ② ↓ 成分や製造が安心できる
 - ③ 講義座交流カフェ会より、「パスちゃんヨーグルトを食べてみて
 - ④ 石けんカフェ会、落ちつかた染め、ミラクルが! 溝りて安心、溝りて対処
 - ⑤ ローカルきゅうり、むきネギ。生産者からのお便り、愛菜箱
 - ⑥ 平和大使、広島交流会、支那愛金のニヤホカに感謝申します。コープ共済シリーズ
 - ⑦ ~⑩ ローカル案内、なんでもカード、注文用空きメモ

ローカル商品のご案内（9月1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 0120-50-9431
あいコープふくしまセンター カフェ会（7月19日）

ヨーグルトの違いは 乳酸菌だけではなかった



あいコープふくしまセンターで働く組合員で「パスちゃんヨーグルトカフェ会を開きました。
参加者は13名で感想を紹介します。



夏は夕ちから
放牧場に
むかって歩む
君達を作つて
出発!
放牧パスちゃん♪
(ながめやま牛場)

最初は「菌の違いだけだ!」と思っていた

ヨーグルトの食べ比べ。〔生乳+乳製品〕は昔からよく食べていた味で、普通においしいと感じた。しかし時間がたってから食べたら分離しているし、おいしくなくてびっくりした。食べ比べをして思ったことは、人によっておいしいのが違うことだった。「生乳100% =一番おいしい。乳製品100% =おいしくない」ではないということ。だから原材料の違いを知ることは大事だと思いましたし、知っているのと知らないのでは大きな差がある。

最初はヨーグルトはいろいろなものがあるいは菌の違いだけだと思っていた。しかし3つのタイプのヨーグルトを学んで、乳製品オニギーのものがヨーグルトとして売られていることにすごく違和感を覚えて、「ヨーグルト風味」の間違いでではないかと思った。みんなで楽しく学べてよかったです。コミュニケーションを取る時間は必要だと感じた。

（あいコープセンター カフェ会）



今まで

「体にいいのは当たり前。どれも変わらないと…」

ヨーグルトは腸内環境を整えることから、普段から食べるようになります。好みはモーニングのヨーグルトですが、スーパーの市販品を買う時は「その時の安い品」を選んでいました。ヨーグルトは体にいいのは当たり前、どれも変わらないと思っていたからです。でも今回色々なヨーグルトを比較してみて、味はもちろん原材料や乳脂肪分などとの違いを知りました。特にパスちゃんヨーグルトは放牧による運動力、ストレスのない環境の中で育ったパスちゃん原乳、そして鮮度の良さを知りました。
カットマンゴーを加えたパスちゃんヨーグルト 最高においしかったです!!

(あいコープセンター)

成分や製造が安心できる

パスちゃんヨーグルトは酸味がひかえめで個人的にとても好みな味なので最近毎日食べていたのですが、成分や製造過程もとても安心できるものだと改めて理解できました。
ヨーグルト、牛乳もですが、あいコープで取扱っている乳製品は安心感があるうえに美味しい!!と思います。

(あいコープセンター)

ぐるぐるとかき混ぜ、とろっとさせて食べた

ヨーグルトの食べ比べは本当に面白かった。比べて改めて感じ、気づきがある。人によって色々と感想が違つたようだなあとと思う。体調によって味覚が変わる事もうなづけた。家に帰り、早速パスちゃんヨーグルトをぐるぐるとかき混ぜ、とろ~、とさせて食べてみた。口あたりが好き。ブルーベリーとジャムを追加し、1パック完食した。パスちゃんヨーグルトの注文を復活させてくれ!と次男に言われる。
新しいパートさんのお話を聞いて新規顧客に対する気持ちになりました。商品に対して仕事に対していろいろな角度から見直して、ふ~んどうか!と気づく。

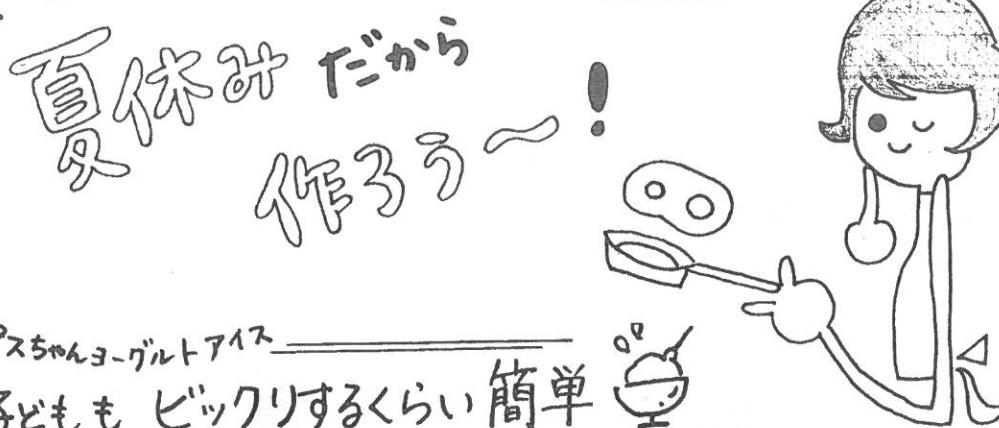
石けん生活が"マイナス"で、粉石けんと固形石けんを使いこなしたい。

今の課題は シャンプー。毎日の傷みがひどいが、毎度石けんシャンプーは失敗しているのでどうにかしたい。

(あいコープセンター)

今回ヨーグルトの食べ比べをして、改めて味・臭い・舌ざわり等の違いを知ることができました。普段は"比べる"ことを考えていませんが、食べ比べすることは大事だと思いました。それと表示を見る・違いを知る・中身を知る事は大事です。
改めて納得。安心です、おいしいだけではなく相手には伝わりません。
今まであいコープ商品は安心でおいしい、それが当たり前で味の違いを二二まで認識してませんでした。今後も学習会等で食べ比べは取り入れて欲しいです。

(あいコープセンター)



以前、パス牛+卵+花見糖で子供達と作って大好評で「今度はヨーグルトで作ってみたい!!」と言うので、ヨーグルトの方でも作ってみました。「え?!これだけで出来ちゃうの?!」と子供達もビックリするくらい簡単でおいしかったです。今度はフルーツを入れて作ってみたいです。娘は「ヨーグルトアイスの方が好きー」長男は「ボクは卵入りの方ー!!」次男は「どちらもー!!」どちらも美味~。

(須賀川市)



— 議案交流カフェ会などから —

生乳だけだとこんなにおいしいんだ！

ヨーグルトは値段で安いのを選んでいました。ヨーグルトの中に何が入っているとか考えずに買っていたので、生乳だけだとこんなにおいしいんだと感じました。

(郡山市 ケストさん S・Aさん)

新たな発見！ヨーグルトの成分

ヨーグルトの成分を全く見ていたなかったので、こんなに違うのか!!とびっくりしました。新たな発見でした。

みんなの一週間生活も聞けて参考になりました。おいコープすごいねあ ☺

(玉川村 ケストさん W・Hさん)

改めて共同購入の良さを

ヨーグルトの食べ比べではパスちゃんのおいしさを再確認できました。滑らかですごく食べやすい。そして生乳100%のみの安心安全の原材料。改めて共同購入の力でこの価格+手数料と免強になりました。他社のヨーグルトは原材料に色々なものが入っていてビックリしました。比べてみて発見が沢山ありました。他の食品でも、食べ比べて見比べて新しい発見してみたいと思いました。

(郡山市 ...)

香料や甘味・余計なもの!!

ヨーグルトの食べ比べで、他の会社の製品は香料や甘味が強かったり、水っぽかったり、余計なものが入っていたりで、改めてパスちゃんヨーグルトは

安心安全だと思いました。

じゃれつき遊びは、お兄ちゃんお姉ちゃんにも有効に活用されていることが、お話を中からうかがいました。

(郡山市)

パス牛・ヨーグルトの価格は共同購入の力！

「ひまわり」で「パスちゃん牛乳・ヨーグルト」のお話をいろいろ思って読みました。

時間をかけてじっくり作っていること。牛さんはのびのびと大事に育てられていることに感慨深い思いがしました。

そして共同購入の力で、良いものが安く買えることにも改めて感謝の思いです。今まで豆乳ばかりで、牛乳は頼んだことがなかったので、飲んでみようと思います。

Q. フレッシュヨーグルトをよく食べていますが、市販のものに比べてね、とりしているのはどんなわけがあるのでしょうか？

(須賀川市)

A. ねっとり(粘性)は乳酸菌の種類で差もありますが、基本は「生乳100%」の質と、「低温長時間発酵」で熟成がしっかりしている事だと思います。「乳製品」(脱脂粉乳)のものは、「とろり」とした自然の粘りはなく、増粘多糖類質によるねばりだと思います。

とりわけシニア世代は、腸内に乳酸菌を継続的に送り込むことが大切であり「生きる菌」以外でも効果は同じです。パスちゃん牛乳にも乳酸菌は存在しますがヨーグルトの量には負けます。ぜひパスちゃんヨーグルトで腸内環境を良くしたいのです。

(おいコープふくほ 佐藤孝え)



石けんカフェ会

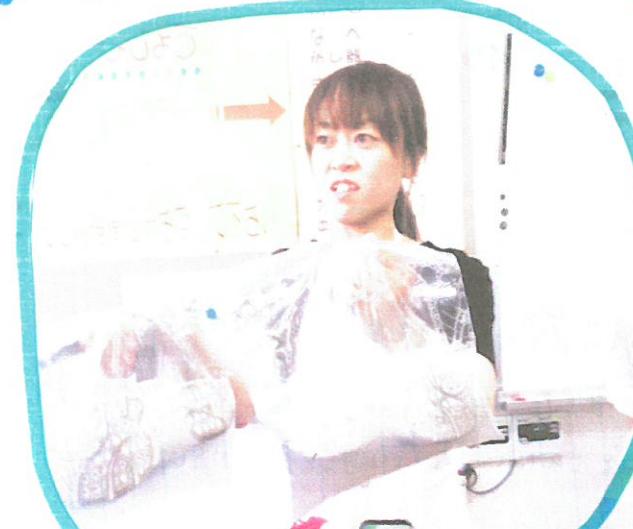
落ちなかつミートソースの染み しかしミラクルが！

石けんカフェ会は第2弾！石けん洗濯中心にスタートしました。今回は最大の難でした「落として汚れ付キ洋服」を持参しました。実は、クリーニングの染み抜きに何回か出しても落ちなかつ染み付キのワンピース。内心、絶対に落ちない!!と思いつつ…ここで染みが落ちたら「やれ、石けん生活も頑張ります!!」と自分に誓って!!（真白な生地にミートソース糸の染み2点）

横田さんが「ん~、〇〇糸でいいかなあ」と言いながらふりかけた粉。「ん~、お湯をかけるといいんですよ…」と。粉の上にお湯!?すると数秒でミラクルが☆彌 薄くなってきてる~!!「もう少しおきましょう」と、カフェ会は別の話の進行へ。そして終盤にもう一度みんなで確認したら落ちているんですね驚きです!!2年間何度もクリーニングの染み抜き出して落ちなかつ汚れてなのに、落ちました～！ミラクルです！思わず「横田さんクリーニング屋さんになって下さい」と本気で言ってしまいました(笑)

では、〇〇糸“粉”的正体は 酸素系漂白剤 でした。

(郡山市)



「久慈のカフェ会では今までなかなか確認できなかった事、じっくり聞けて本当に良かったです♡



実物もあって
パンフもあって
写メとって
日常ですぐ
取り入れます！

測って安心 测って対処 269週目

森さんのキウリ、不検出！—————

単位：ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	①下限値以下 結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定時間
2019年 7月18日	須賀川市 仁井田	キウリ	1000g	① / ②	2.09 / 2.01	22005 (2H)

23 フィーレーム
キュウリ 3本 190円(税込み)

アーレーム
キュウリ

3本 190円(税込み)

26 フィーレーム
キュウリ

5本 284円(税込み)

森のきゅうりに
差し替わります



夏バテなんて するもんか

永山 久夫 87才
(食文化史研究家・福島県出身)

— キュウリと河童 —

体を冷やす

水分補給とカリウム

今でも夏になると、冷蔵庫で冷やしたキュウリに生みそをつけて食べ、「夏バテなんかするもんか。俺は今だつて70年前のように若いんだぞ」とがんばれるのです。実際は87歳ですよ、ハッハッハ。

そんな私ですから、すしの「かつぱ巻き」(キュウリを芯にしたのり巻き)が大好き。の

りは若返り効果があるビタミンEやカロテン、葉酸などが豊富です。そのりとキュウリをいっしょに食べることになりますから、「かつぱ巻き」はすばらしい健康食といえるでしょう。

キュウリは河童(日本の伝説上の動物)が好むことから「かづぱ」とも呼ばれるようになりました。

キュウリには、水分の体内代謝を促す働きがあるカリウムが多く含まれており、その利尿作用を指しているようです。キュウリの主な栄養成分はカリウムやビタミンC、ビタミンE、葉酸などですが、量はそれほど多くはありません。

そのままでは栄養価の低いキュウリですが、ぬか漬けになると暑さや疲れを防ぐビタミンB₁がぐんと増えて、ナ

(食べもの通信 7月号)

* 生産者からのお便り 祈る思い 冬越人參の発芽の10日間

梅雨明け宣言はまだ出されていませんが、梅雨明け間近の天候になってきました。先週までは低温で夏野菜の収量が激減し、納入品の品揃いに苦労しました。稻の低温障害が今のところ心配なさそうで、野菜の納品も順調にお届けできそうです。畑が乾いてきましたら冬越人參の種蒔きを予定しています。人參は発芽させるのが難しい野菜で、水分が少ないと芽が出ないし、乾燥しないように土をいっぱいかけて光がなくても発芽しないという性質があります。種播き時期が梅雨の長雨か夏の炎天の時期なので苦労します。芽が出るまで10日かかるのでその間祈る思いで見守ります。

石沢 重吉

畠からの直送便 (ほぼ24時間以内)



新鮮!
日持ち!
栄養価!

ローカル案内 地産地消の愛菜箱 000703 999円(税込み)

今が旬!! (ズッキニ、インゲン、ナス、キュウリ
じゃがいも、玉ねぎ) ながら 選択

ローカル案内

45

むきネギ 400g 221円(税込 239円)

この長雨の影響で“べと病”が発生したためエボルド系農薬を1回使用しました。それで発生は止まり今は「土あげ」(土をネギの緑葉部分にかける)中で、白い部分が増加。今は畠がぬかるみ、土あげ作業が大変。

9月の出荷は予定通り。お届け前日の午後に収穫し、皮むきし、予冷(5℃)し、次の日の朝に納品、配送車へ。

2019年高校生平和大使と 中高生広島平和交流団派遣

支援金のご協力に感謝します

支援金 ご協力の方 198名
合計額 15万4700円

今年2月よりスタートほした 2019年高校生平和大使と、中高生広島平和交流団の支援金、7月末をもって〆切にさせていただきました。
皆様の暖かいご協力本当にありがとうございました。

支援金は 中高生広島交流団 および 第22代 高校生平和大使派遣の費用の一部として 全額 活用させていただきます。

核兵器廃絶の高校生1万人署名

4551 集約できました

8月6日(火)に 事務局の長崎に発送しました。

あいコープふくしま集約署名総数 4551筆

内訳

- ・ 組合員家族 1080筆
- ・ 平和大使 赤沼優希さん、日大東北高校の皆さん 828筆
- ・ あいコープみやぎ(仙台市) 1170筆
- ・ よつ葉生協(小山市) 1032筆
- ・ 米沢郷牧場 52筆
- ・ 医療生協 きらり生協(福島市) 290筆
- ・ コープ自然派(八王子市) ・ 高橋徳治商店(東松島市)
- ・ 庄内協同ファーム(鶴岡市) ・ 小林さん(東京)

原水爆禁止日本国民会議(原水禁)などが主催する原水爆禁止世界大会が27日、福島市で始まった。東京電力福島第1原発事故の被災者ら約620人(主催者発表)が参加し「国の原発推進政策を中止させ、エネルギー政策の転換を強く求めしていく」とのアピールを採択した後、市内をデモ行進した。

大会では、原発事故で一時全村避難となつた飯舘村の佐藤健太村議(37)が、村の現状を報告。事故当時の人口は約6500人だったが、現在村に戻っているのは1300人ほどだとし「多くが65歳以上。本来、時間がかけて少子高齢化が起きるはずが(事故の影響で)30年、40年飛んでしまった」と訴えた。今年の高校生平和大使に選ばれた日大東北高2年の赤沼優希さんは、避難区域

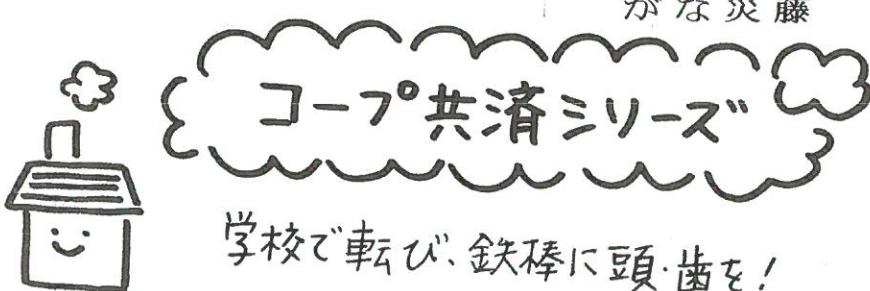
「原発推進政策中止を」
福島で原水禁世界大会



原水爆禁止世界大会でいさつする、高校生平和大使の赤沼優希さん=27日午後、福島市

「(立ち入り禁止の)バリケードを見て怖くなつた。住んでいた人のことを考えると悲しい思いだ」とした上で「学び、考え、発信することが使命」と語った。帆香さんも「復興とは震災の記憶を消すことではない、むしろ共存することが重要だ」と訴えた。

(福島民友
7/28)



学校で転び、鉄棒に頭・歯を!

書類
なくても
よかったです!

今回娘が学校で石につぶれて転んだ際に、鉄棒の柱に頭を打ち、歯も欠けてしまいました。

共済金の請求先など、手元の書類が見当たらなくて配達の係の方に教えていただきとても助かりました。請求の手続きも難しくなく、請求後はすみやかに振込みがなされ、とても助かりました。入っていて良かったと本当に思います。

(郡山市 K・Jさん)