

# ひまわり

2020年  
1月13日  
No. 1346

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 あいコープまつりからカフェ会へ この違いをみんなで学び伝えよう カフェ会(1/22)
- ② カフェ会(10/21) カフェ会(11/10) カフェ会(12/4) 石けんかわ会(10/18)
- ③ あいコープまつり写真 花丸園目玉焼チ、菅野豆腐、森さんニラ、エビコーター
- ④ ネイチャーサポートーイ本駒の、ナメコのサボーターへのタエにびっくり
- ⑤ あいコープまつり写真 中高生平和大使、広島交流団、同会の赤沼さん、ユニバーカルコーナー
- ⑥ 子どもサボーターの感想② 石けんと合成洗剤、区別できることなくわからなかつた!
- ⑦ あいコープまつり写真 友好生協の激励と連帯、原発避難地
- ⑧ 生産者からの便り / 3800名の組合づくり / フラクトオリゴ糖 原料はこんにゃく芋100%
- ⑨ ~⑫ ローカル案内 なにごとカード 共通申込書 買い物控えメモ

ローカル商品のご案内（1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 0120-50-9431



黄身の色は…『エサでずか?』とお父さん  
鎌田醤油が一番！ 子どもたちは叫ぶ！



- 12/22(日)開成地域公民館にて卵としょうゆのCafe会を開催しました。保育園の同級生11人とその保護者8人が集まり、クリスマス会も兼ねて行いました。まず初めに、生協からお借りした黄身が黒、赤の卵を割って頂きました。子どもも含め大人も「何これ～!! 何ぞ～??」の声。どうしてこんな色になれたのか？考えました。子供からは「にわとりじゃなくて、カモの卵じゃない？」、「開成山公園にいるあの鳥かは？」などなど。同じにわとりが産んでるよ～と伝え、今度はお友達のお父さんへ。「エサでずか?」と一緒に当てられてしまいました。(笑)それを聞いた子供達、お母さん達は知らなかつたあ～とびっくり。頂いた資料をもとに、にわとりの食べているエサを私達が頂いているのと同じだよ。と話しました。
- しょうゆのなめ比べを行いました。一口にしょうゆといっても、色、匂い、味、原料が違うこと。そしてそれが一番美味しい？と聞くと、びっくりする事に、子供たちのほとんどが生協のあはれゅうを指しました。(普段、生協を食べている子、そうじゃない子もいます)これにはとても驚きました。子供の味覚は正直なんだなあ～と改めて感じ、その後もしょうゆをなめ続けますもした様でした。(笑)脱脂加工大豆はどうやって作られているのか？ 国産丸大豆しょうゆの全国江戸はたたのユ%しかない事もお話しさせて頂きました。

①



ンスペーシィ  
ツブツブ

調理は手伝いたい子が出たり入りたり…普段中々お話できない保護者の方々と楽しく調理する事ができました。

調理の途中、ハムやおとうふを試食しながら、原料についての違いなどもお話ししたり、味や美味しい点が全然違うことに驚き、気づいて頂くことができました。子供たちには、みそマヨをませたり野菜を洗ったり、しょうゆライスピザのトッピングなどを手伝ってもらいました。

マスター焼芋、しょうゆライスピザ、ニラスープ、とうふクリーム 子供たちに好評でした。生協の食材で、美味しい・楽しく・健康的で親子の交流の場になれた事、とても嬉しく思います。初めてで準備少し大変でしたが、皆さんに喜んで頂け、そして自分が皆さんとの協力を得てCafe会を開催できた事、大きな自信につながりました。挑戦してみる事、大事だと思いました。

(郡山市)

カフェ会(10月21日)



## 鶏のエサまで考えた! 知いたら使いたくなるあいコープ

○ 資料を見ながら、あいコープの卵はこんな卵ということを説明。他の卵との比較。割った感じ。

自身の盛り上がり。黄身の色など…。(ゆで卵の食べ比べ)

シフォンケーキはすぐに食べられないのでスポンジケーキを焼いて食べました。ゲストさん2人も、卵のことをそこまで考えたことがないと、驚きながら聞いてくれました。卵を産む二つりのその後エサまで考えて、こだわりある卵を使いたいと言っていました。みんな知らないだけで、知いたら使いたくなるあいコープ商品だと改めて思いました。ちょっととみんなに教えたいと思いました。

(郡山市)

カフェ会(11月10日)

○ 普通の卵と花児園の卵を見比べた所、花児園の卵はふくらしていて時間が経てもそのままだったので、はっきりと違いが分かりました。それからエサによって黄身の色を変えることができる事を知り、エサの重要性を改めて感じることができました。

プリンの食べ比べでも、おいしさが全然違った。卵の自然な味がとても美味しいのが大満足です。知れば知るほど試してみたいになりました。

(ゲストの福島市 S.Kさん)

二本松 カフェ(12月4日)

## 初めて開くカフェ会 ドキドキでした

○ 初めて開催するカフェ会でドキドキしました。

メインは卵をたくさん使うシフォンケーキ + よつば生クリーム、マンゴー、イチゴ、ブルーベリージャム! お夙時だからと、とり肉南蛮とご飯、パスタちゃんヨーグルト、キウイフルーツ添えにしました。離乳食としては、トライヘンジン、トライジャガイモ、国産小麦うどんです。

シフォンケーキは前日の夜に焼いておきました。「お料理キット」を使ったので準備は短時間で済みました。食べ物の安全な物の選び方、あいコープなら安心して簡単に手に入る。離乳食の子供をもつ親同士、これからも一緒に勉強していくたら、と思いました。

(二本松市)

)

○ シフォンケーキがふわふわでやわらかく美味しいかったです。

材料もシンプルで甘さもちょうど良かったです。

ベーキングハウダーなど入れなくてもふくらむことにビックリしました。家で作ってみたいと思います。とうふクリームも一度試してみたいです。

(ゲストさん M.Hさん)

石けんカフェ会(10月18日)

## 肌にも環境にも影響か…

○ 合成洗剤は下着から肌へ浸透

最近は、CMでも洗濯機の洗剤の種類が多用になり、粉洗剤と液体洗剤の違いについては気にしていましたが、今回、このカフェ会に参加して、環境に及ぼす影響や、直接肌に触れる下着なので、もと成分などにも注意して購入しなければいけないことが理解できました。

食の方ではプリンが人工的な甘さではなく口ざわりがとても良く、価格も求めやすくて良かったです。今後も添加物などをよく注視して見たりや価格にとらわれず、気をつけていきたいと思いました。

(ゲストさん Y.Yさん)

1月4回

417

花児園のプリン 120g×2カップ 332円(税込359円)

花園さん 家族が作る 絶品の 目玉焼き 試食大サuges!



焼そくも  
違います。  
焼そくのコツを  
教えてください?  
(蒸すんぢやね)

大須賀社長の奥様と息子さん

菅野工場長



ローカル案内に差替ります

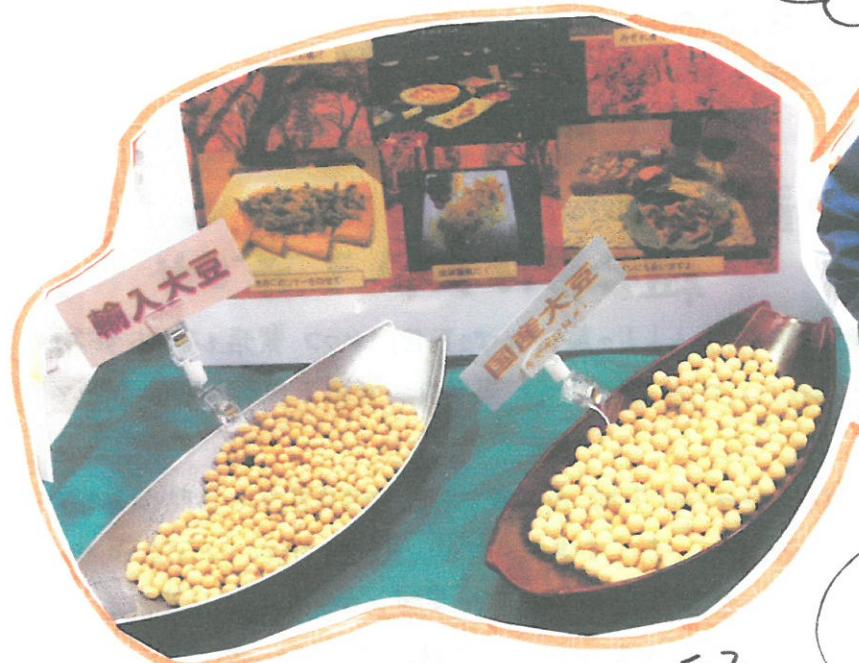
124

森さんの甘いニラ

150g 187円(税込)  
2024円

森さんの家族  
(須賀川市仁井田)

森さんの甘いニラ、成育を2ヶ月~3ヶ月間とじっくり育て  
自然の恵みミネラル分を濃縮します。太陽の光(光合成)で  
蓄積したエネルギーが寒さに耐える糖にかわっています。自家製の  
発酵肥料で土壌微生物の力がニラに湧れています。



あいコープの豆腐はどうちの大豆?

大豆の品質(見下目)がわかりますね。  
そのうえ、輸入大豆は農薬が畑注・貯蔵・輸送中で使用。



豆乳の試食

三角揚げ

おいしかった!

まんま通信

3月1回予定

1枚 248円  
(税込268円)

豆腐クリーミー

菅野もめん1丁+花見糖 大さじ2

フードプロセッサーで混ぜるだけ

163 あいコープもめん豆腐 1丁 300g 138円(税込149円)

306 花見糖 1kg 358円(税込387円)



子どもの挑戦と暖かい眼差し  
工作コーナーは大変評判が良かったです♪

③

## 初めてのサポーター 人の多さにびっくり！

○初めてのアイコープまつり&まつりサポーターでした。

何よりも初回だと訳すが、人の多さにまずびっくりしました。たくさんの人々が来られるということは、取扱品がやっぱり良いものだからなのだろうなと改めて思いました。

ライスセンターでのサポーターでしたが子ども連れが多い、ちょうどけんめいお手伝いしてくれて助かりました。

2時間のサポーターで午前のめどその後すぐに帰らなければならず、会場全体を回ることができませんでしたが、楽しかったです。ありがとうございました!!

(郡山市)

## 初めてのサポーター体験から①

## 初サポーターの娘、家とは全く違う！

○今回初めてのサポーターで、お役に立てるか不安もありましたが、スタッフの皆さんのおかげで、なんとかお手伝い出来ました。初サポーターの娘も元気張ってお手伝いしていました。

受付、大丈夫かな…?と心配していましたが、受付に向って歩いてくるお客様が手にしている用紙の色を見て「次は組合員さんだ」「今度はゲストさん」と、事前に動く様子に驚き、感心しました。家との様子とは全く違い(笑) さわきびと動いてしっかりお手伝いしていました。

おまつりも大いに盛り上がり、楽しめました。

休憩時間内ではまわりきれず、じうまいも少しあり、来年はもう少し楽しみたいなあと思ったりしましたが、娘は「来年も1日お手伝いする!」と張り切っており、来年も一日サポーターとしてお手伝いしようと思います。

まつり終了後の会場の片付けも、娘は積極的に手伝いをしており、何の手伝いをしたい、というのではなく、

「お手伝いしたい!」「役に立ちたい!」

という気持ちが一番だったのだだと感じました。

子供の成長を感じる事もでき、母子共に良い経験となりました。

(郡山市)

## もっと生産者と話したかった!

## 組合員は購入も楽しむ

○初めてのサポーターでしたが、相変わらずの人々の嵐にやはり圧倒されつつ、緊張しながら始またおまつりも、他のサポーターさんのしっかりっぷりと、生産者さんの温かさに、緊張もほぐれてリラックスして楽しむことができました。

サポーターのわりには、いっぱい食べることができて大満足でしたが、もっと色々な生産者さんとお話ししてみたかったのが、時間的に叶わず少し残念な点でした。ただ、お客さまとはけっこうお話をさせていただいて、どういう商品を求めているのか聞くことができたし、カタログだけの注文ではなく実際に生産者さんから商品を購入することを楽しみにされているお客さまも沢山いることに、とても嬉しくなりました(╹◡╹)

これから、おまつりの醍醐味ですね！

(郡山市)

(郡山市)

核も戦争もない平和な環境を!アピール

高校生1万人署名  
核の廃絶を!

「まつり案内ブース」をより充実させます

### 第33回 あいコープまつり

健康と環境を大切にした  
本物の食の味と  
ものづくりの心を家族で体験  
豪雨による被害をみんなで支え合いましょう  
年12月1日

第22代高校生平和大使  
さん

広島交流団

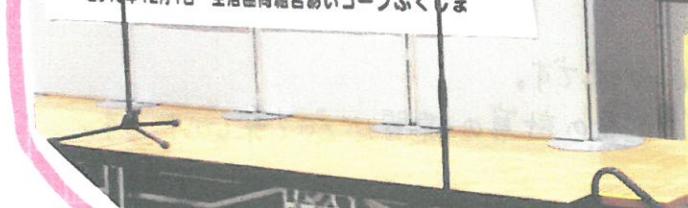
君

さん

### 第33回 あいコープまつり

健康と環境を大切にした  
本物の食の味と  
ものづくりの心を家族で体験  
豪雨による被害をみんなで支え合いましょう  
2019年12月1日 生活協同組合あいコープふくしま

開会から閉会まで全体の司会進行の



さん

さん

いのいのの場  
座卓(手前)と立机で550席

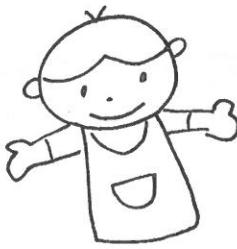
次回は「机+イス」がもう少し  
増せます。  
家族での参加の場合「マイトレ」が  
友人の家族と一緒に「まつりランチ会」もいざですね。

⑤



- ・まつりの食べどころ 楽みどころを『案内』
- ・ゲストさん新規組合員にはプレゼント マヨネーズ(500g)  
ケルカムコート
- ・スタンプラリー 抽選受付
- ・福島・伊達参加者の交通費補助受付
- ・各コーナー イベントの案内





## 子どもサポーターの感想 ②



### 石けんと合成洗剤 <べつできるなんて知らなかつ!

○ 今年はせっけんコナー担当で「いらっしゃいませ。」はしなかつたけれど、奥けんが楽しくできてよかったです。石けんと合成洗剤をくべつできるなんて知らなかつからおどろきでした。

あとはたくさんお店を回って、いいにおいがたくさん鼻に入りました。

子どもコーナーは、「おり紙」も「こねこねせっけん」も「魚のゲーム」もやりました。楽ししかったです。

台風19号で今年はまつりできるかなとしんぱいしていました。でも今日できてよかったです。この年のまつりもさいこうでした。

(郡山市 小3)

### 不安、でも楽しくなり夢中に

○ ぼくは「コロコロドーナツコーナー」でした。最初は「むずかしいー」「できるかなー」など不安があつたけど、やついくうちに楽しくなって夢中になりました。

ぼくは焼き立てのドーナツを紙コップに入れる係でした。トングを使って入れるのですが油が手にはねたりして最初は少しこわかったです。(笑)

ドーナツがあまり売れなくなつた時は、出張売りをしました。

いろいろ楽しいことがいっぱいあつたので来年もあいコープまつりでお手伝いをしたいです。

(郡山市 小5)

### カットマンゴー、四売りでよく売れた!

○ チョコレートケーキとカットマンゴーを売りました。カットケーキは売れるのが早かったけど、カットマンゴーをふくろで売っているとなつかつか売れてつか、たけび 四売りにしたらすぐ売れてすごい! と思った。友だちと声をあわせて売ることができて楽しかったです。

(福島市 小6)

### 高校2年、最後のサポートかな! 楽しい思い出 ありがとう

○ 今年は数年ぶりにサポーターとしてあいコープまつりに参加することができました。ライスステーションを担当させていただきましたが、最初は他のサポーターの皆様にご迷惑をおかけしないかと心配でした…。

自分から仕事を見つけて一生懸命お手伝いでき、最後に他のサポーターの方々から「お疲れ様でした」と笑顔で言われた時は、本当に嬉しかったです。

現在私は高校2年生で、来年から受験になるので今年もあいコープまつりにサポーターとして参加できるのはこれで最後になると思いますが、最後に楽しい思い出がつくれてよかったです。また、休憩時間を多めにいたしましたので、たくさんのお店にも行くことができ、おいしい物もたくさん食べれたので大満足な1日となりました(笑)。

本当に楽しかったです!

(郡山市 高2)

○ わたしは、とうふくりいむをうるとき、たのしかつたです。  
さいじにきたおきゃくさんは、わたしのおとうさんです。きんちょうしたのは、たくさんのひときなときです。でもともだちのすずきさんちゃんがいたからよかったです。  
おかいものでは、ピンド×、やきそばをいました。いちばんうれしかったのはコネコネせっけんとかんばっちょひんどうめとこおりいちごです。めちゃくちゃたのしかつたです。  
らいねんも出たいなとおもいました。

(伊達市 小1)

○ いろんなお店の商品を食べておいしかつたです。  
お手伝いでもたくさん商品を売つたり、お金の計算の練習ができて楽しかつたです。  
また来年も行きたいです。

(福島市 小5)

## 友好生協の激励と連帯



## あいコープまつり



よつ葉生協  
倉持理事長より  
見舞金



3.11原発事故により  
浪江町より避難中(現在  
庄野町)

さん  
(元本宮市石神仮設  
自治会長)  
からあいさつ



友好生協・ネット21理賛専務

## \*生産者からのお便り

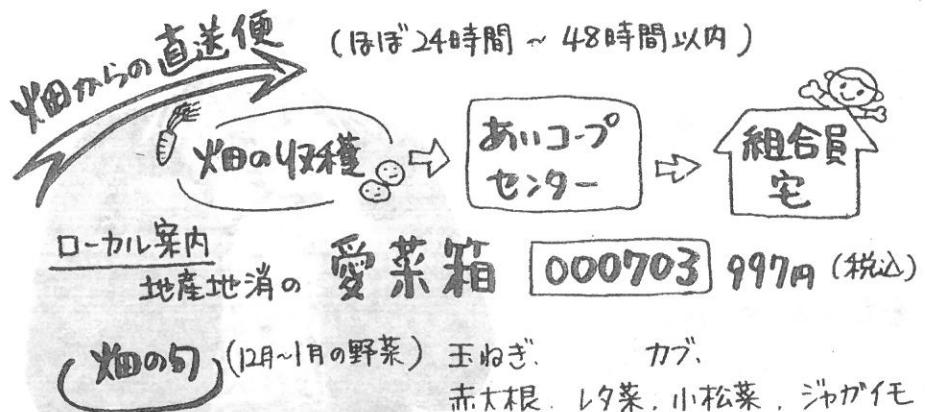
### 変化の天候 初心者の気持ちで野菜と向き合! 12月4日

今年は不順な天候続きで野菜栽培に苦労が多い年でした。私のところは標高400mの準高冷地で、夏白菜の栽培の適地で無農薬でも病菌や害虫の被害が少ないので、今年はアオムシに随分食い荒らされました。トマトも皆様に十分に行き届かないうちに枯れあがってしまいました。変化の大きい天候相手なので、これからも初心者の気持ちで野菜に向き合っていきます。

来年もよろしくお願ひいたします。

天候に負けない技術で頑張ります。

石井 希



### 3800名の組合づくり

あいコープに加入しました「サンプル感想カード」から

① 銀部ともおいい感じきました。  
ありがとうございます。これから毎週楽しみにしています。(須賀川市)

◇ 今度、ご加入していただけることになり大変嬉しい思います。地域のためにご沿道貢献されている河村さんや尊敬する先輩。いつも助けていただき、ご近所ご親切にしていただいています。また色々おいいメニューを試食させて下さい。

② パン・ジャムともおいい感じです。  
安心して食べました。  
ジャムがとにかくおいしかったです。(郡山市)

◇ あいコープの良さがまた一人分かっていただけてうれしいです。まだ知らない方へ広めていきたいと思います。食べ物のこと、地球環境のこと、これからもあいコープさんで勉強します。

⑧

## フラクトオリゴ糖



### 原料に国産てんさい糖を100% (さとう大根)

あいコープまつり「フラクトオリゴ糖」(日本オリゴ・藤井紀人さん)コーナーのあいコープサポートAさんより「あまり人が集まらなかった。富山県の南砺市から5時間もかけて来てくれたのに…」の話もあり、フラクトオリゴ糖について資料を送っていただきましたので紹介します。

## 毎日使つておなかからキレイに! 大切な腸内細菌のバランス、善玉菌を優勢に。



1日にスプーン1杯

善玉菌が増え、便を腐敗性から発酵性にし有害物を減らす!



理想的な腸内フローラ



まんま通信  
307



フラクトオリゴ糖

700g 220円 (税込 832円)

1日大さじ1杯 46日分

