



寒河江生協

宮城県名取市の仮設住宅を訪問

2017年1月23日(月)寒河江生協で、名取のふれあい喫茶を訪問し、交流してきました。

参加された方は、仮設住宅の皆さんが10人、みやぎ生協の事務局・理事・エリアリーダーボランティアの方々が8人、共立社から理事4人、事務局2人の計24人でした。始めにみやぎ生協仙南ボランティアセンター事務局の森さんより、「遠いところ来ていただいたてありがとうございます。大変楽しみをしていました。」との歓迎の言葉があり、寒河江生協・神津議長より、「今日は郷土料理の里芋もちと、山形では七草の代りの納豆汁を振る舞います。皆さんと一緒に作りながら交流したいと思います。」との挨拶がありました。

新年最初のふれあい喫茶という事で、ゲームなどしながら、楽しく交流が進められたと思います。

また、今回企画した「里芋もち」と「納豆汁」は、おかわりをする皆さんも結構いて、鍋2つ分ほぼ完食して頂きました。「初めて食べたけどおいしい」「暖まりました」などの感想を頂きました。



▲みんなでワイワイつくりました!

大震災から6年が経過しようとしています。仮設住宅の皆さんは、人数は半分以下に、住宅の空きも1/3ぐらいあるということでした。90歳になる一人暮らしの男性は、「こうして人と話すことが出来るからいいんだ」と、このような場があることを喜んでいました。昼食交流終了後に、生協祭りでの震災支援バザー収益金2万2000円を贈呈しました。

最後に改めて、仮設住宅の皆さんから、遠くから来てくれたことへのお礼の言葉と、「忘れないで来てくれてありがとう」の言葉を頂きました。

JAあまるめ・生協共立社提携

米作り体験の収穫感謝祭を開催



▲手づくりの感謝状を渡した子ども達と、JAあまるめ森屋組合長(右)、生産者の佐藤さん(左)

1月21日(土)JAあまるめとの提携「米作り体験交流会」の最後を締めくくる収穫感謝祭を庄内町文化創造館 響ホールで開催しました。参加者は、組合員10家族20名、農協職員、生産者など含め全体で45名です。

組合員家族は交流会の始まる1時間前に集合し、1年間体験した感想や感謝の気持ちを込めた感謝状づくりからスタート。

第一部では、JAあまるめの森屋組合長、生協共立社の橘常務の挨拶、その後、一年の思い出を込めた感謝状を子ども達から、森屋



▲のり50枚分のジャンボのり巻きづくり!「せーの!!」

組合長と生産者の佐藤さんに贈呈しました。

第二部では収穫に感謝をして全員でジャンボのり巻きづくりに挑戦しました。のり、酢飯、サラダ菜、マヨネーズ、玉子、かにかま、キウイを順番にのせていき、最後は「せーの!!」というかけ声に合わせて巻き上げました。その後の交流会では、声をかけあい協力しながら完成したのり巻と組織部職員が作った雑煮で交流を深めました。最後に体験をまとめたスライドを見ながら1年を振り返りました。



くらしのセンターからのお知らせ

コープしろにし 改装オープン!

12月から順次改装を始め、1月13日から2週間のお休みをいただき、組合員の皆様には大変ご迷惑をおかけしました。
1月27日(金)に改装オープンしましたが、開店の朝9時30分を前に、100人ほどの組合員が入口に集まって、店内を覗いていました。「広くなったね」「明るくなったね」「きれいになったね」と好評価を頂いています。



▲生産者の顔の見える「旬菜市場」は更に充実!



▲「海丸」は加工品と鮮魚を一ヶ所にまとめました

農産コーナーは、生産者の顔が見える『旬菜市場』を更に充実し、水産コーナーは、お魚惣菜の拡大と、人気の県漁協『海丸』コーナーは鮮魚と加工品を一ヶ所にまとめ、お買い物がしやすくなっています。



▲1g1円お惣菜の量り売り



▲人気の「彩りDeli」コーナー



▲焼きたての香りが漂うベーカリーコーナー



▲挽きたてコーヒーのコーナーも!1杯100円

惣菜コーナーは、豊富な品揃えで売場を拡大し、ベーカリーコーナーは場所を移動して利用しやすくなりました。ベーカリーの挽きたてのコーヒーは「100円」でご利用いただけます。

ベーカリー脇には、イートインコーナーを設置し、店内で購入していただいた商品を、気軽に食べていただけるスペースとして、組合員の憩いのスペースとしてもご利用いただけます。



▲地域の「居場所」にもなれば…。広くて居心地のいいイートインコーナー

この度の改装は、利用しやすく、居心地がよく、便利にお買い物ができるセンターをめざしました。

職員一同、これからもご意見やご要望を大事にしながら、組合員の皆様と一緒に、よりよいしろにしセンターを作り上げていきたいと決意を新たにしています。

山形以外の組合員の皆様も、是非一度、リニューアルしたしろにしセンターに足をお運びください。

センター事業部 菅原

A small, cute illustration of a light brown cat with darker brown spots. The cat is peeking over a white ledge or wall, with only its head and one paw visible. It has a small black musical note above its head, suggesting it is meowing or purring.

注文控メール登録画面

下記事項をご入力の上「送信」ボタンをクリックしてください。

■ 加入生協名

■ 組合員番号

■ 電話番号 - -

※電話番号は組合員に加入して頂いたときに登録された番号を入力してください。

※個人情報取り扱いについて

送信



本間 卓 先生

酒田健生

～地域の皆様と共に育てるふれあいの目～

本間卓先生の健康コラム

第5回 胸部の不快感

外来診療では、患者さんの訴えを理解し判断するためのコミュニケーションがもっとも大切です。特にのどや首、胸のあたりの症状はさまざまで、人によって表現の仕方も異なるために、診断に手間取る場合があります。とくに難解な方言も各地にはあり、庄内地方でよく使う「まぐまぐでゅー、ダガダガデュー」などは、よそから来た医者にはフランス語に聞こえるかも知れません。

ムカムカする、歯が浮く、顎がしびれる、喉がヒリヒリする、酸っぱいのが上がってくる、乾いた咳がでる、食べ物が引っかかる、ドキドキする、ドクンとする、深呼吸したくなる、などなど。

このあたりにはいろんな臓器が重なっているため耳鼻科、内分泌、消化器、循環器、呼吸器など原因疾患も多岐にわたります。

狭心症や不整脈といった循環器疾患の場合は、症状が数秒、数分といったごく短時間で消える場合が多く、2回目の発作も数週間、数ヶ月後といった長期間にわたる場合があります。症状の強さや頻度が増している場合や、初回で冷や汗、吐き気を伴ったりしたら、なるべく早めに内科に受診した方が安心です。

高齢化とともに増えている「発作性心房細動」などは、丁寧な問診と24時間心電計をこまめに行う事で確定診断につながり、健康寿命を損なう大きな原因である「心源性脳塞栓」の発症を

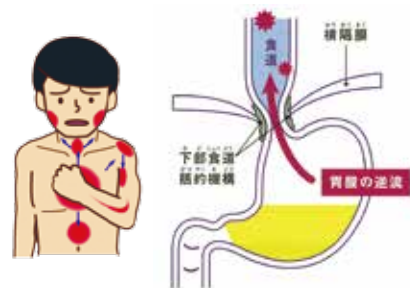
予防する事ができます。

また、似たような症状を訴える消化器疾患として最近注目されているのが「逆流性食道炎」です。

近年、食事の欧米化による脂肪の取りすぎや、ピロリ菌保有率の減少によって若い人にも増えている病気です。アルコールや炭酸飲料の飲みすぎ、甘いものの食べすぎ、肥満、喫煙、ウエストの締めすぎ、早食いの方に多くみられ、食欲不振や不眠などで日常生活に支障を来す場合は、消化器内科を受診し相談すると良いと思います。

日頃から自分の身体が発する声に耳を傾け、どのような症状がいつから起こったかを、整理して説明できるようにしておくで診る側も大変助かります

し、早期発見にもつながります。かといって健康番組を鵜呑みにするのも、ストレスのもとになりますので、要注意です。



酒田健康生活協同組合
健生ふれあいクリニック

【医師】本間 卓

【診療時間】

月～金：午前8時30分～12時 午後3時～6時
(最終受付：午後5時45分)

水・土：午前8時30分～12時 (最終受付：12時)

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
本間卓	○	○	○	○	○	—	○	○	○	○	○	—

【診療科目】

内科・循環器科／風邪、インフルエンザをはじめ、血圧・糖尿病・脂質値が高いなど、生活習慣病に関わる疾患を感じたとき、また健康診断にひっかった…等、健康についてどんどん相談下さい

子育てひろ場のご案内

地域	名称	会 場	時間	参加費	3月
鶴 岡	ほっとママひろ場	鶴岡こびあ2F 和室	10:00～12:00	ひと組100円	3/7(火)
	赤ちゃんのへや	鶴岡こびあ2F 和室	10:30～12:00	無料	3/23(木)
	mama&babyサロン	鶴岡こびあ2F 和室	13:30～15:00 10:30～12:00	ひと家族300円	3/13(月) 3/25(土)
酒 田	親子のひろ場	こびあコープ酒田 2F 子供図書館	10:30～12:00	無料 (おやつあります)	3/2(木)・3/9(木) 3/16(木)・3/23(木)
天 童	子育てひろ場	天童福祉センター 3F	10:00～12:00	ひと家族100円	3/15(水)
寒河江	子育てひろ場	最上川ふるさと公園 センターハウス	10:00～12:00	ひと家族100円	3/10(金)
山 形	子育て広場	COOPひがしはら	10:00～12:00	ひと家族100円	お休み
		COOPしろにし			3/22(水)

紹介します！
今月の

くらしのセンター / 職員紹介



コープなかのくち
チェッカー
菅井志保・23歳
ただ今、一人暮らしの独身

大学を卒業して、1回目の冬を迎えています。
今年は、まず与えられたチェッカーとしての仕事を覚えることが最優先で取り組んできました。

子育てに興味があるそうで、将来的には、大学で学んだ社会福祉の学問を生かし、若い人が定着しやすい風土を育てていく業務につきたいと考えているそうです。

まだ一年が経過していないので、わからないことも多くありますが、責任感を持って、まわりをよく見て、先のことを考えられるようになりたいと考えています。

なんと、志保さんは『家計簿』をつけているしっかり者さん！お話していても、芯が一本通っているというか、しっかり、大学で勉強してきたんだなと感じました。

組合員の皆さんも、「コープなかのくち」でお買い物の際は、レジの菅井に、どうぞお声をかけてください。 センター事業部 菅原

◆「今月の職員紹介」は隔月掲載で、共同購入とセンターの職員を交互に紹介していきます。

かわいいわが家の一員♡

わが家のペット

みなさんのお家のかわいい一員、
ペットの写真とエピソードを
紹介しています。



ももころりくん 推定13歳

山形生協

鈴木早苗さん宅のにゃんこ

山形の共同購入担当者が配達先で拾ってきた猫です。拾われた時は、皮膚が壊死するほどの大けがをしており、治らないかもしれない…と言われていたのですが…。看病のかいあり、今では毎日元気に跳ね回っています♡好きなものは、鮭の皮とカワハギとカツ節です！

●「わが家のペット」のコーナーでは、みなさんのお家のかわいいペットの写真を募集しています。お写真が画像データ・ペットの名前・年齢・エピソードと、組合員の干、住所、氏名、電話番号をお書きの上、14ページのあて先、またはEメールでお寄せ下さい。「わが家のペット」コーナーは奇数月号で隔月掲載いたします。

放射能検査結果

2016年 1月度に共立社が実施した放射性物質自主検査結果

共立社では、2012年4月より放射性物質の自主検査を実施しております。検査対象は、産直商品・ふるさと便ギフト・開発商品及びその主要原料・取扱い時期が長く量の多い生鮮の一般市場流通品です。これらに対して、共立社の商品検査室でシンチレーション方式放射線測定器での簡易検査を実施しています。検出下限値は10Bq/kgです。

2016年12月度に共立社の商品検査室で実施したシンチレーション方式放射線測定器での検査結果は、以下の通りです。放射性ヨウ素131、放射性セシウム134、放射性セシウム137の核種ごとに、検出下限値(<10Bq/kg)を超えての検出が無かった場合は、「検出限界値未満」と記載しております。検出下限値を超える検出があった場合は、実数で記載しております。

ただし、共立社で実施している自主検査は、行政が行う検査を補完する位置付けで行っております。

検査結果

1月度の放射性物質自主検査は対象品が無かったため、行いませんでした。



生協の現況

17年1月度の到達

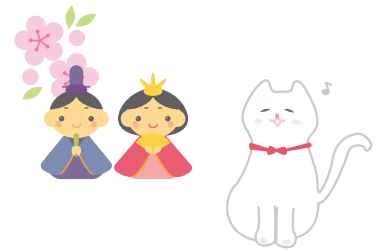
供給高	出資金	組合員数	班数	班員数
1,817,134千円 予算比98.9% 前年比101.7%	3,840,331,548円 1月度は 417万円の純増	160,057人 1月度は 187人の純増	12,922班 1月度は 2班の減少	39,271人 1月度は 60人の減少

組合員数は
16万人に
到達しました！



おしゃべりコーナー Chatter BOX

お正月までは雪が無くていいなあ～と思っていたのですが…。とうとう冬将軍がやってきました！朝晩の雪かきはいい運動になります。外で雪かきする姿を、猫が窓からじっと見ています。毎日寒一中、一人で留守番えらいなあ。たま～に、焼きたてのカワハギ(味噌漬け)をあげると、大変喜びます。暖かくなるまでもう少しの我慢だね…。



今年もよろしく願います

新年おめでとうございます。周囲にスーパードが多い地域に住んでいますが、共同購入は現在5年目を迎え、もはやなくてはならない存在となりました。今年も良い品を適正価格で願います。どうぞよろしく!!皆様のご多幸をお祈り申し上げます。

山形生協 海和由美さん

元旦から楽しかった!

2017年の運試しで、元旦にこぴあで詰め放題に挑戦しました。1つめの甘栗は2歳の娘と一緒に楽しみながら、最後は係りのお姉さんがオマ

ケしてくれました。ありがとうございます!2つ目は乳酸菌飲料、私が真剣に詰めました!元旦からとても楽しかったです。今年も楽しく笑いのある1年になりそうです。

鶴岡生協 小林朋子さん

わが家のペット

わが家のペットのコーナーが可愛くて楽しみです。

鶴岡生協 P・Nぐりちゃんさん

義援金ありがとうございます

鳥取県への義援金ありがとうございます。私の実家は鳥取県です。12月に帰省しました。歴史の本に載っている三

徳山も登る途中の岩に亀裂が入っているそうです。

北村山生協 片桐周三代さん

胸が熱くなりました

鰯のさばき方が載っていました。私の亡き母も祖母も庄内生まれで、小さい頃から湯田川の孟宗汁、鰯のどんがら汁、はたはたの湯上げ、田楽醤油漬けで育ったので、台所で鰯をさばいていた姿を思いだし、胸が熱くなりました。いきのいい寒だら汁食べたいわあ。

山形生協 P・Nピッピーさん

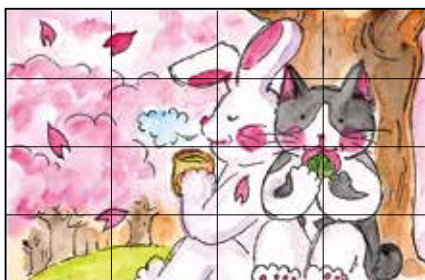
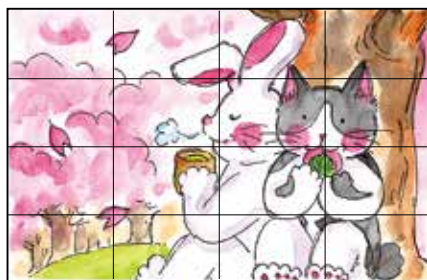
わが家のレシピ

伝えたいわが家のレシピ「干し大根」亡くなった祖母がよく作ってくれました。子どもの時なので、お酒がきいて、でもとても懐かしい料理です。こちらでは「ハリハリ大根」と言っています。

酒田生協 P・Nピーちゃんさん

頼りにしています

小さい子どもを育てながら、



※色の濃淡・線のかすれは入れないで。

?まちがいさがしクイズ 5つのちがい

ク	ラ	フ	キ
サ	チ	ブ	ミ
オ	ハ	モ	ビ
ク	ナ	サ	ラ

2枚の絵には5つのちがいがああります。ちがうところにあてはまる5文字でできる言葉をお答えください。

1月号の当選者 おめでとうございます!

荒井美穂さん(南陽生協)・福土昭夫さん(酒田生協)・真壁智子さん(寒河江生協)・P・Nひよもゆさん(天童生協)・志賀ひろ子さん(山形生協)・片桐香さん(北村山生協)・五十嵐裕子さん(新庄生協)・佐藤真弓さん(山形生協)・笹原克子さん(北村山生協)・P・N鈴樹雪さん(南陽生協)
以上10名です。【応募総数は106名でした】
1月号の答え…コママワシ

【応募方法】おはがき、又はEメールで、①解答 ②希望商品(A・コプ商品券/B・図書カード) ③郵便番号、住所、氏名、電話番号 ④生協名・組合員コード ⑤本誌の感想、センター&共同購入へのご意見、要望、おすすめ商品などをお書き添え下さい。

※お寄せいただいたご意見は、紙面で紹介させていただく場合があります。希望されない方はその旨を、匿名希望の方はペンネームをお書き添え下さい。

【あて先】〒997-8588 鶴岡市宝田一丁目3-23
生活協同組合 共立社「いっしょにCOOP」編集委員会行き
Eメールの場合は sn.k02211mt@todock.jpまで。

【賞品】コプ商品券500円・図書カード500円どちらか

【切】2017年3月15日まで





2017・1月号掲載のコンテンツで100店舗中おおよぎセンターさんの「1位」は日々の心がけが結果につながったと思います。「笑顔」で

おめでとーございます

南陽生協 保科敬子さん

鮮魚を買いたくて、月一回しるにしセンターに行きます。魚担当の女性がとても気持ちの良い応対をして下さるので、さすが我が生協と誇らしく思っています。他の担当の方も応対の態度いいですね。

誇らしく思います!

北村山生協 片桐香さん

フルタイムで働いているので、共同購入がとてもありがたいです! 身体にやさしい商品も嬉しいですね。今後も頼りにしています。

特集 沖縄を知ろう

鶴岡生協 P・Nハッピーターンさん

対応されると客の立場としても、また自然と足を運びたいと思いますよね。本当におめでとうございます。

昭和43年頃「沖縄決戦」という映画を観、関東軍が県民を置き去りにし逃げた事を知り、こんなひどい現実があったのかと、それ以来沖縄の事が気になっていました。細切れには情報を得ていたとしても、長い歴史の中で沖縄に対する理不尽な対応には憤りを感じます。沖縄のことは決して忘れてはならないと思います。そんな中、一から筋立てて沖縄の歴史を知ることが出来、取り上げて下さった事に感謝します。スクラップにするつもりです。

山形生協 志賀ひろ子さん

紹介します!!



わたくしのお気に入り商品♡

◆わが家の孫2人は生協のチーズハンバーグ、冷凍トンカツ、唐揚げ、たこ焼きが大好きです。いつも、ここに、おいしい、おいしいと食べては「ばあちゃん、またお願いね」と言われ、孫バカの私はにっこり♡

南陽生協 矢澤昭子さん

なんだか様子が目に浮かんで、気持ちがあったかくなるにや〜。これからも、生協の共同購入商品でおなかも心もあつたくなってにや!!

◆私は、あまりいっしょに買い物についていくことはありませんが、共同購入で、気に入った商品を母に買ってもらっています。共同購入は、すごく便利です! おすすめ商品は、「かみかみあたりめ」です。するめのいい味がして大好きです!

鶴岡生協 佐藤広佳さん(12歳)

広佳ちゃん、「するめのいい味」が分るにやんで大人だにや!! 固いものをかむのは顎にもいいんだにや〜! これからも、広佳ちゃんお気に入りの商品を見つけたらお便り欲しいにや!!

◆私のおすすめは、きれてるチーズ、小結しらたき6個入れ、コープ珈琲パック50袋入りなど。特に珈琲は手頃価格で気にせず、1日何杯でも飲めるよ!! 西置賜生協 小出八千代さん

◆おすすめは、さいとうの「比内地鶏スープ」です。秋田出身の私は冬はおでん、鍋、夏はそうめんつゆ、秋、春も一年中使っています。さいとうのが一番です。 山形生協 佐藤恵美子さん

◆コープの厚揚げが食べごたえがあり美味しいです。

鶴岡生協 樋渡日和さん

◆おすすめ商品は、COOPの木綿豆腐です。共同購入はいろいろあるけど「くまもの味のり 100枚入り」です。

鶴岡生協 伊藤美和子さん

◆「パックスナチュロン」の台所用スポンジがお気に入りです。泡立ち、泡切れが良く、適度なかさ。サッと乾くので、かなりもちます。妹にもプレゼントしたら、とても喜ばれました。 鶴岡生協 菊池淳子さん

◆コープのなめらか焼きプリンとはとても美味しく子どもも大好きなので、常備しています。

鶴岡生協 P・Nはるさん

なめらか焼きプリン!! コクもあっておいしいんだにや〜♡ まだな方は試してみにや!!

◆おすすめ商品は「国産素材とりそばろ」です。お弁当に三色そばろにしています。何も無い時に便利です。

山形生協 ちかっぺさん

*みなさんも、お気に入りの商品を教えてくださいね! お待ちしてま〜す!

くらし応援カレンダー



日	月	火	水	木	金	土
3月 2/26 来て!見て! 味わって! 大試食会 コーポイント5倍デー	2/27	2/28	1 ぐらし応援 5%還元の日	2	3 ひな祭り	4
5 コーポイント10倍デー	6	7	8	9	10	11
12 コーポイント10倍デー	13	14 ホワイトデー	15 ぐらし応援 5%還元の日 +コープ商品 10%引き	16	17 彼岸の入り	18
19 コーポイント10倍デー	20 春分の日	3日連続みんなのスタンプデー			24	25
26 来て!見て! 味わって! 大試食会 コーポイント7倍デー コープカードグリーンで10倍	27	28	29	30	31	4/1 エイプリルフル

お得情報

いずれのスタンプデーも、本体価格1000円毎に、スタンプ1個押印します。スタンプが20個たまりますと、500円のお買い物券としてご利用いただけます。

シニアスタンプ
満60歳以上の方限定のスタンプデーです。毎週火曜日

すくすくスタンプ
子育て世代を応援するスタンプデーです。小学生までのお子さんをお持ちの方限定。毎週水曜日

みんなのスタンプ
組合員全員が対象のスタンプデーです。毎週木・土曜日の2日間

今月のコープふるさと便



コープふるさと便は、生協が自信を持っておすすめする山形の味を産地直送でお送りします。おいしさと安全をお届けする「おいしさの直行便」産地直送のコープふるさと便を是非、ご利用ください。

今月は、庄内のささまきのふるさと便をご案内いたします

ささまきは、もち米を笹の葉に包んで煮たものです。JA庄内たがわでは、「灰汁水」で煮た黄色のささまきを、JAあまるめでは、「灰汁」を使わずに煮た白いささまきを作っています。ささまきは、子どもが健康であることを願って、また、子どもの旅立ちに際し、無病息災を祈って作った食べ物と言われています。子どもの日だけでなく、ひな祭りにも、そして、新生活を始めるお子様に…、一緒に食したり、送って差し上げてはいかがでしょうか?



山形県 赤湯温泉



12種類の至福のお風呂
御殿守は上杉家の別荘として温泉を守り380余年。お殿様の「時の浪漫湯」に思いを馳せて、ごゆるりとご入浴ください。

期間／～平成29年5月26日◎ ◆適用除外日／4月28日～30日、5月2日～6日

1泊2食付
消費税込
平日の場合

10,000円～13,250円

◆大人お一人様1泊2食付(税サ込)	
客室	平日・休日
バス・トイレ付和室	
4～5名様1室	10,000円
3名様1室	12,200円
2名様1室	13,250円

★休前日は2,100円増し
◆こども料金
小学生:大人料金の70%
3～5才:大人料金の50%
※休前日は2,100円増し
●チェックイン15:00
チェックアウト10:00
●夕食・朝食はレストランでの和食膳

※2名様1室で宿泊の場合小人・幼児は大人と同額
※寝具を使わない幼児の夕食・朝食・ランチ4,860円
※2～5才添い寝食事なしの入館料2,160円、2～5才ふとんのみ3,780円
※0～2才児添い寝食事なしの入館料無料

CO-OP コープトラベル東北
コープトラベルやまがた

鶴岡市余慶町1-2
0120-16-0612 ◎TEL.0235-25-0612
■営業時間／10:00～19:00 ※コープトラベルやまがた:水曜定休