



生活協同組合おおさかパルコップ ■ 組合員総数: 416,577人 ■ 出資金: 180億6,876万円 (8月20日現在)



## カルシウムと鉄分がとれるおいしいプリン 70g×6

卵アレルギーな息子の為にカタログで見つけたら必ず買います。届いた商品にプリンがあると「ぷいんたえたいー(プリン食べたい)」と、出してくるまでずーっと言っています(笑)

(西区 大村さん)

【企画回:10月3回】



卵アレルギーの方に  
対応した卵不使用のプリン

みんなに広めよう!!

## 私のお気に入り

第27弾

ご応募ありがとうございます!!  
いただいたお声やお写真は順次  
ご紹介させていただきます。



## ぱるな 700g前後(4~7本)

食欲のない朝は 生協のバナナが嬉しいです。スーパーのバナナも買いますが 生協のバナナは甘くて程よい酸味もあり大人気です。

(四條畷市 廣直さん)

利用には登録が必要です。「毎週」「隔週」「4週間に1回」のいずれかが選べます。  
※お届けは700g前後(4~7本)、  
本体258円(税込279円)  
ご注文は常時受け付けています。配送  
担当者または組合員サービスセンターに  
お申し付けください。



これよく買うよ!  
これ便利!

## 『私のお気に入り』まだまだ募集中です!!

そんなみなさんの生協のお気に入り商品をぜひ教えてください!!

★掲載された方には図書カードをプレゼント! ※応募方法などは7ページをご覧ください

## これから被災地に寄り添って

### 岩手から 関西のみなさんへ メッセージ

一般社団法人Tsubomi 代表理事 大久保 彩乃さんより  
今年度、一般社団法人Tsubomiでは、昨年6月に大槌町が設立した中間支援組織「おおつちコミュニティプレイス事務局」の運営を行なっております。復興まちづくりにおいて重要視されている地域コミュニティの再生・形成のため、行政や各支援団体、地域等が連携を深め、円滑に活動できるよう支援することを目的に、大槌町が実施する助成金の相談・受付窓口等の業務や、町民の新たな集いの場である大槌町コミュニティプレイスの貸館管理等に取り組んでおります。まだ復興の道半ばの大槌町ですが、町の自慢は、なんと言っても町民の温かさ。皆さま、ぜひ大槌に足をお運びください!

## ~2017年度 東北応援バス~

今回は夏休みということもあり、初参加者16名・小中学生6名が参加。陸前高田市・高田町「うごく七夕」、陸前高田市・気仙町「けんか七夕」の直前準備や当日の山車曳きに参加し、地域に受け継がれてきた伝統のお祭りを体感しました。

第3回  
(8月5日~8日)  
29名参加



うごく七夕「森ノ前組」の山車を曳く



短冊飾りを手伝ったけんか七夕の山車

## 被爆者の想いを次世代へ継承しなければ

ピースツアー・ピースアクション報告

パルコープでは毎年、「平和の大切さ」「被ばく体験を風化させず、次世代へ伝える」ためピースツアーを行なっています。今年も、被爆地ヒロシマを訪れ、原爆のつめあとや平和資料館を見学し、平和の式典に参加しました。



### ヒロシマツアー

8月4日～6日 20名参加

「原爆のつめあとめぐり」では、広島各地の現存する遺産について、ガイドさんの話を聞きながら学ぶことができ、やはり広島に来たからこそ体験できる貴重なものだと感じた。「資料館」は以前のような原爆の恐ろしさを視覚的に訴えるむごたらしさがなりを潜めていて、近代的できれいな資料館になっていたことは残念だったが、一部の展示スペースでの焦げた弁当や亡くなった子どもの衣服といったものは、そのエピソードと共にもの凄く心に迫るものがあり、パネルや端々とした文章ではなく、そういうものに価値があるように思った。13、4年振りに参加させて頂いたが、十数年が経ち、人の死と向かい合い、戦争の悲惨さや親のありがたみなどを感じつつある中で、原爆の下で死の世界での親子の最期のつながりや、失くした子の遺品を誰にも語らず仏壇にしまい続ける親心、死を強いられた子ども達と生き地獄を見る子ども達の哀しさなど、もの凄く心打たれるものがあった。

(大東市 近藤さん)



大久野島で「毒ガス貯蔵庫跡」の見学



広島での日生協主催「ピースアクション」に今年もパルコープから組合員活動委員会メンバー9名が参加しました。



▲日生協連主催「虹のひろば」でパルコープの組合員による平和活動を紹介

▶基町高校の生徒が作成した原爆の絵のひとつ



見学で一番印象に残ったのは、基町高等学校創造表現コースの生徒と被爆体験証言者が10年前から共同で制作した原爆の絵の展示です。戦争を知らない子ども達が被爆者の話をもとに絵にするのは大変な作業だったそうです。写真よりもリアルで原爆の怖ろしさが伝わって来ました。被爆者の方たちは被爆者の想いを次世代へ継承しなければという気持ちで高校生に詳しく細かく当時の様子を話されたのだと思います。

(枚方中央地域活動委員会 奥村さん)

## ヒバクシャ国際署名にご協力を！～核兵器廃絶を心から求めます～

核兵器廃絶に反する水爆実験を北朝鮮が9月3日に行い、世界中が不安を感じ、9月12日国連安保理事会で制裁決議が採択されました。

しかし、最も効果があるのは、核兵器自体を禁止する国際的な取り決めの「核兵器禁止条約」の発効です。7月7日に国連で採択され、9月20日から、国連で各国の署名が始まり、50カ国が署名した時点で発効されます。

現在世界中で、とりくんでいる、ヒバクシャ国際署名に多くの方の賛同があれば、大きな力になりますので是非ご協力をお願いします。



京橋事務所にもらった署名タワー

ご協力ありがとうございます  
32,071筆 (9月12日現在)



NO.92

## 被災者に寄り添い、絆をつなげる支援活動を

今夏も東京の大学生36名が復興ボランティアにやって来てくれました。NPO遠野山里ネット・現地スタッフのコーディネートのもと、関西3生協もお手伝いさしてもらった畑・花壇整備や住民交流などに向かってくれました。その中で、大槌町では町の助成「心の復興事業」を活かし「うまいもの交流会」(メニュー:たこ焼き、汁物、おにぎり)を災害公営住宅で2回行ってもらいました。学生と住民と一緒に作って、食べて、おしゃべりするという企画でした。

この助成事業は、大槌町内で活動する町内外の18団体が採択され、震災復興の様々な事業を進めておられます。町民主体の団体では、例えば「海とのふれあいの場を取り戻すこと」を目的として、砂の芸術祭や海岸映画会を行い、被災者の交流の場を生み、海の賑わい再生に…。別団体では「薪が紡ぐ生きがい・人・街づくり」を目的に、林業による生きがいづくり、子ども対象の森林教室、地域集落の里山整備などに…。また「仮設・災害公営住宅等の引きこもり、アルコール依存症等の支援」を目的に、農園事業やものづくりを通じて心のケアに取り組んでおられる団体もあります。

このように大槌町では、まだ住宅・街並み、産業復興は途上ですが、住民自身が地域の宝を活かした復興に向けて一層頑張れるよう、行政が仕組みとして団体間の連携を含めた継続したサポートを期待したいです。

(岩手県遠野市に常駐する  
パルコープボランティア事務局・林さんより)



### ずっとボラの会(東北応援バス参加者の有志の会)よりお知らせ

<今後の予定> ぜひ、お立ち寄りくださいね。

日程	会場
10月1日(日)10:00～15:00	つるみ店
10月8日(日)10:00～16:00	大阪ちんでんパル(住吉公園)
10月22日(日)10:00～15:00	あさひ福祉まつり
10月22日(日)12:00～16:00	此花区民まつり

店頭で東北グッズ販売と募金活動などを行いました。  
◎忍ヶ丘店(9月3日) 売上げ61,400円と募金1,587円

### 東日本大震災復興支援【酒の座in大阪】

～地域の力、日本本来の力とは何か…東北復興の地から考える～  
被災地の応援のため、宮城・福島・岩手の地酒の紹介や記念講演(浜矩子氏)、シンポジウムが行われます。  
東北の地酒の試飲会もあります。

日時 10月20日(金) 11時～19時  
21日(土) 10時～16時

会場 大阪ガス本社ビル(大阪市中央区平野町4-1-2)

参加費 当日2,500円、前売り2,300円

主催・問い合わせ先:一般社団法人 日本社会連帯機構  
☎03-6907-8051

※東北応援に関する情報はホームページでも見ることができます。<http://www.palcoop.or.jp/shinsai/higasinihon/>  
※パルコープの店舗一覧はこちら。<http://www.palcoop.or.jp/shopping/shop/index.html>

パル・よどがわ・なら  
組合員さんの

## 2017年度 第3回 東北応援バス報告

8月5日～8月8日



けんか七夏の山車飾りを作りました

2日目けんか七夏祭り、町の人々が集り、地方へ出た人々が帰ってくる。立教大の学生達が、和光太鼓の方々が太鼓を通して集り、各地方から沢山のボランティアが、その家族も集まり、そして先祖、震災で亡くなられた方々の魂が帰ってくるという。人が人を呼んで集まり繋がって続いて…絆が広がるのだなと、私もそこへ参加させてもらえたことに感動しました。600年も続く伝統行事がこれからも続くことを願っています。

(大東市 S・Aさん)

6年前テレビで見た時と自分の目で直接見たのではまったく違う、というのが第一印象でした。見渡せば山盛りになっている土があり雑草が生えている所には誰かが住んでいたのだと思わせられました。東日本が起きる前は私たちと同じ様に学校や会社に行ったりして普通に生活していたんだなと思うと一刻も早く住んでいたい人が戻って来れるまで復興してほしいと思いました。

実際に現地へ来て沢山の事を学びました。  
学校の先生方に私の感じたり思ったりした事を話したいと思っています。

(大東市 S・Hさん 16歳)

### ご協力ありがとうございます

東北支援募金の状況(2017年3月21日～2017年8月20日)  
19,034,717円 (この金額には2016年度繰越金・注文書での募金・店舗などに設置の募金箱・ずっとボラの会での物販などを含みます)

### パルコープで取り組んだ「九州北部災害募金」にご協力ありがとうございました

組合員のみならず皆様から寄せいただいた「九州北部災害募金」は、1,677名に協力いただき、8,182,700円集まりました。日本生協連を通じて各市町村の被災された皆様への義援金及び被災地支援金としてお届けします。



←「ヒバクシャ国際署名」はパルコープホームページの専用フォームからできます。

## 「冷凍商品の秘密を知る」～ニチレイフーズ学習会～

7月10日 寝屋川南地域活動委員会(寝屋川市) 寝屋川組合員会館 参加15名(うち子ども3名)

「しょうゆダレ仕込み若鶏のやわらか唐揚げ」。今回は玉ねぎや人参、ピーマンを入れた甘酢あんに絡めて…さっぱり食べられて好評でした☆

グリルドハンバーグ  
冷凍 750g(25個)  
企画回:10月3回



人気NO.1のグリルドハンバーグ。完全加熱されているので、冷凍のまま煮込んでもOK!



身近に利用する機会が多い冷凍商品。そのおいしさの秘密を知ろうと、ニチレイフーズさんをお招きして学習会・試食会を開催しました。「ジャガイモの名産・北海道の工場ではコロッケ類、養鶏の盛んな九州の工場では炒飯や玉子製品、菓子類」といったように、各地域の得意分野を活かして幅広いメニューを展開しています」とニチレイフーズ生協営業部の中川さん。関西はお肉の原材料が強い土地柄のため、高槻にある関西第一工場ではハンバーグや唐揚げなどを主に生産しているそうです。



中川さん 身近に利用する機会が多い冷凍商品。そのおいしさの秘密を知ろうと、ニチレイフーズさんをお招きして学習会・試食会を開催しました。

「ハンバーグなどの加熱調理する商品は、加熱したときに一番おいしくなるように工夫して作っています。また、ニチレイの冷凍商品は保存料を使用していないんですよ」との説明に、「安心して買えるね」「お弁当や普段の食卓にうまく取り入れて楽に料理していきたいね」などの感想が出ました。



ふかひれスープも試食。卵は入ってから混ぜすぎないのがふんわりさせるコツ!!



## 紀ノ川農協とうもろこし農業体験 in 和歌山

榎本パル委員会(大阪市)

4月8日(種まき) 参加25名(うち子ども10名)  
4月22日(定植) 参加39名(うち子ども15名)  
7月1日(収穫) 参加42名(うち子ども19名)

4月からの3回連続企画で、種まき・定植・収穫を生産者様と交流を通じて学びました。1回目の種まきでは、種は乾燥して赤色にコーティングされていて皆、驚いていました。手作業でひとつずつ紙ポットに指で穴を作り埋めていく、大変な作業だと思いましたが、1週間ほどで芽が出るという、またまた驚きでした。

2回目の定植は、15センチ以上に成長した苗に、皆が感嘆の声を上げました。苗もまた手作業で畑に移しました。とても腰が痛い作業でした。

そして待ちに待った3回目の収穫で、2カ月少立派に育ったとうもろこしは大歓声でした。テレビで見たことはあるけれど、かくれんぼができるくらいに伸びて、たくさん実をつけた畑に感謝の気持ちでいっぱいになりました。実もぎつり詰まっています。初めて生で食べたけれどとてもジューシーでおいしかったです。

今回の学習は、大人も子どもも植物の育つ過程や育つ力を学び、作り手としての思いやりや、こだわり、苦勞を改めて知りました。とても貴重な体験ができました。



3回目 収穫

収穫方法をしっかり聞いて、いざ収穫!



2回目 定植

畑に苗を植える「大きくな～れ!」



1回目 種まき

紙ポットにひとつずつ地道に種を並べる

## 住之江区民まつり&スミノエコロジー

7月9日 住之江・南港地域活動委員会(大阪市) 主催者発表 約2万名



震災支援グッズ販売

昨年より、単独で開催していた「スミノエコロジー(環境を考える住之江区のとくみ)」は、住之江区民まつりとの共催となり参加者が多くなりました。

パルコープのブースでは、パルコープのリサイクル活動のパネルを掲示し、「エコクイズ」「ひも引きゲーム」にとりくみました。また、たまごパックや個人仕訳の袋の再生原料の展示も行い、リサイクルの必要性を実感する機会となりました。

住之江区民まつりには、2日間で2万名が参加するイベントですが、区役所の北と南に分かれているため、スミノエコロジーは区民まつりより若干参加者は少ない状況でしたが、多くの方が参加いただきました。委員からは「生協でマイバッグの持参率が高いことに驚かれる人が多かった」「個人仕訳の袋の再生やチラシの回収など知らない人もいて、もっと知らせていけたらと思いました」と感想が出ていました。

隣のブースでは、若手かけあしの会とずっとボラの会が協同で震災支援グッズ販売も行いました。

### ★エコクイズ★

- ①パルコープのお店ではマイバッグの持参率は何パーセントでしょうか?
- ②使用済みで回収した紙飲料パックは、何に変わりますでしょうか?
- ※答えは7ページの下にあります



回収された卵パックが粉碎されて小さく「フレーク」になったものを展示



## スクロール学習会

7月10日 山田東パル委員会(枚方市) 輝きプラザ きらら 参加18名



共同購入のファッションメーカー「スクロール」の商品企画のこだわりと、商品の選び方(カタログの見方など)を学習しました。

スクロールでは安全な商品を安心して購入いただけるよう、中国工場でスクロール社員が常駐し、生地の検査をよこれ・異臭・ホルマリン・色落ち・引っぱりなど検査、日本生協連の品質基準をもとに自社基準をさらにクリアしたものだけを採用、公的機関の検査を実施しています。

どのような方にも選びやすいように股下サイズが5種類あるスクロール大ヒット商品のデニムパンツの紹介や、汗しみ軽減素材の実験では、汗の代わりに水をスプレーで吹き付けても生地の表面を返すと、しみはわからないことに驚きの声があがりました。

### 参加者の感想

- 汗しみ防止のTシャツ、実際に試してみてもよい商品だと思いました。品質管理もきちんとされているので安心しました。
- 中国に常駐しているのは安心です。カタログで買うのは抵抗がありましたが選んでみようかなと思います。

最後にカタログにある商品を手にとって、見て、カタログと見比べました。



スクロールの嶋田さんと鈴木さん

## 8月度の委員会の主なとりくみ (7/21~8/20)

とりくみ内容別	委員会数	参加人数
産地工場見学	9	220
取引先を講師に学習会	4	108
平和のとりくみ	4	117
内部学習会	1	10
試食会	1	11
etc. その他のとりくみ	10	309
合計	29	775

- 北坂養鶏場見学 7月24日 春日パル委員会 (枚方市)
- ピースイベント in 交野 7月26日 交野東・西・南・北地域活動委員会 (交野市)
- ぱるむ見学 (スタイル花壇) 7月26日 まきの地域活動委員会 (枚方市)
- 熟年向け夏のお化粧 (伸栄商事) 7月28日 生野地域活動委員会 (大阪市)
- さくら卵と野島断層記念館見学 7月28日 都島北地域活動委員会 (大阪市)
- 翼製粉見学 7月28日 宗谷地域活動委員会 (枚方市)
- etc. 親子クッキング 7月28日 よさみパル委員会 (大阪市)

- etc. 子どもも大人もみんなで楽しく3B体操 7月29日 都島南地域活動委員会 (大阪市)
- 大瀧見学 7月31日 寝屋川南地域活動委員会 (寝屋川市)
- etc. 北淡震災記念公園見学 7月31日 寝屋川中央地域活動委員会 (寝屋川市)
- etc. 夏休み手作り体験 8月1日 西地域活動委員会 (大阪市)
- 若草食品 8月2日 寝屋川西香里地域活動委員会 (寝屋川市)
- 天生水産 8月2日 此花地域活動委員会 (大阪市)
- 大山乳業(楽しく冷んやりデザートづくり) 8月2日 寺方南・三郷パル委員会 (守口市)
- etc. 北坂養鶏場見学 8月2日 つだ地域活動委員会 (枚方市)
- 私のひろしま 8月2日 やまだ地域活動委員会 (枚方市)
- etc. おしゃべり喫茶 (手作りおやつとアジア風チキンライス) 8月4日 浪速西・東パル委員会 (大阪市)
- etc. パルのつどい (簡単! プラバンキーホルダーづくり) 8月4日 大正地域活動委員会 (大阪市)

- etc. 翼製粉見学 8月8日 南港地域活動委員会 (大阪市)
- 天王寺動物園 8月8日 交野南地域活動委員会 (交野市)
- etc. 夏休み親子パン作り 8月8日 西パル委員会 (寝屋川市)
- etc. イサミ吉備高原牧場見学 8月9日 旭地域活動委員会 (大阪市)
- etc. 夏休み親子クッキング 8月9日 鯉江パル委員会 (大阪市)
- etc. 憲法カフェ 8月9日 鶴見北地域活動委員会 (大阪市)
- COOP商品と一般商品の食べ比べ 8月10日 岩船パル委員会 (交野市)
- 天王寺動物園 8月12日 池田パル委員会 (寝屋川市)
- etc. 豆紀見学 8月18日 天王寺地域活動委員会 (大阪市)
- etc. イサミ吉備高原牧場見学 8月18日 東住吉北地域活動委員会 (大阪市)
- etc. 手焼きナンのカレーフォンジュ 8月19日 榎本パル委員会 (大阪市)

※とりくみのお知らせは該当地域の共同購入・個配の組合員さんにお届けしています。

みんなに広めよう!!

## 私のお気に入り 募集!!

- 食べた感想、使った感想
- わが家での使い方 (アレンジレシピも大歓迎)
- おすすめポイント など

- お気に入り商品の名前 (雑貨でもOK)
  - 商品のエピソード
- ①住所
  - ②お名前
  - ③組合員コード
- をご記入のうえ、お気軽にご応募ください!!

「これよく買うよ!」「これ便利!」そんなみなさんの生協のお気に入り商品をぜひ教えてください!! ご応募お待ちしております☆

写真も一緒に



※応募いただいた写真はお返しすることができません。ご了承ください。

- (例) ●商品と人物が一緒に写っているもの ※お写真はご本人さんでも子どもさんでもOKです
- 使っているところの写真 (料理の写真など)

HPの専用フォームからの応募

ご応募いただきました内容は、順次ぱるタイムで紹介させていただきます。ご紹介させていただいた方には図書カードをプレゼント☆  
※商品のリクエストコーナーではありません

郵送の場合: 〒534-0024 大阪市都島区東野田町1-5-26 おおさかパルコープ 機関紙ぱるタイム係  
メールの場合: paltime@palcoop.or.jpまでお送りください。

◀5ページの「エコクイズ」の答え▶ ①88.4%(レジ袋約613枚分:2016年度) ②トイレットペーパー

## どうなる私たちの主食

～これからも食べ続けられるの? 日本のお米～

京橋事務所(本部) 参加85名(組合員活動委員)

2017年度 第3回 推進学習会 (8月1日)



講師の湯川さん

「主食という概念を持っている国は少ない」と驚きました。それだけ日本人にとって米は大事な物。それなのに減反したり生産量をコントロールしておいて、米の輸入をしているなんて、おかしな事だと思いました。農業を運ぶ手間、安全性など色々考えても一番だと思います。

「日本人が3度の食事でお米が安定的に食べられるようになったのが昭和35年ごろ。お米の自給率が100%になりました。国は生産調整を行いつつお米の生産に関わってきました。しかし、来年からは価格も需給も市場まかせにし、農家の自己責任の下で生産を続けるしくみに変更、お米が余っても国は保証しないという政策に移行しようとしています。市場に売れるものを売れる量だけつくれというのが国の方針ですが、それでは日本の農業が存続できなくなってしまう」と湯川さん。それに比べて海外では、販売価格が生産費基準の目標価格を下回った場合、その差額を補償する制度や、収入低下の影響を緩和するための収入保険など、農業を手厚く保証するための国の保護政策があるという話も学びました。

「米に関する国の制度のしくみが変わろうとしている。お米についての国の考え方や制度の変遷を学び、制度の改革が私たちにどのような影響を及ぼすのかを知る機会になれば」と、農民運動全国連合会米対策部事務局長をしておられる湯川喜朗さんをお招きし、お話をうかがいました。

### 参加者の感想

- お米はいつでも、いつまでも日本で食べられる主食だと思っていましたが、それも危うくなっていることを痛感しました。
- 主食という概念をもっている国は少ないということに驚きました。それだけ日本人にとって米は大事な物。それなのに減反したり生産量をコントロールしておいて、米の輸入をしているなんて、おかしな事だと思いました。農業を運ぶ手間、安全性など色々考えても一番だと思います。

「も安全」手に入りやすい「おかずの邪魔をしない」など、とりあえず毎日食べられるものでなくてはいけません」と湯川さんはいいます。お米を守るために私たち消費者ができることとしては、国産のものを食べるように意識すること、お米の消費量を増やすため、小中学校の学校給食に米飯を取り入れる運動をすること、などがあげられました。最後に「最近では給食費が払えないというような家庭も多いので、無償化の運動も大切だと思います。労働者がしっかりと食べられるだけの賃金を得られるようにするための運動にも共感していただきたい。労働者だけでなく、年金・社会保障の充実、生活保護であっても豊かな食生活を送ることができるよう世の中をつくる。食べることによって社会を変えたい」と観点をもち行動に移していただきたい」と締めくくられました。

## ★地域の委員さん こんにちは★



地域で様々な活動をされている地域活動委員さん・パル委員さん。そんな委員さんに突撃インタビュー!! 活動内容はもちろん、委員さんになられたきっかけやこぼれ話などをお伺いし、紹介していくコーナーです☆

「もう20年近くパル委員をしているかしら」と、言われているのは西都島パル委員の山本さん。

「当時お友達に工場の見学会に誘ってもらって楽しくて、委員になれば何か得るものがあると思い、ここまでできました。委員になって良かったことは、知り合いがたくさん増えたこと。色んな年代の方と幅広くお付き合いができるのがいいですね。子育て中は先輩たちに色々相談できました。それに、商品などの情報をひと足先に知れるし、添加物やカタログに載っている商品の見方など、ただ組合員であるだけでは分からなかったことも勉強できます」

山本さんたちの活動する地域には東都島店があるので、お店を拠点に試食会や商品学習会、都島区民センターで講習会を開いたり、産地・工場見学などいろんな活動をされています。



自分にとってプラスになっています。

※パルコープエリアには地域活動委員会が66、その中のパル委員会は178カ所あります。興味のある方は、9ページ下の組合員サービスセンターにお問い合わせください。

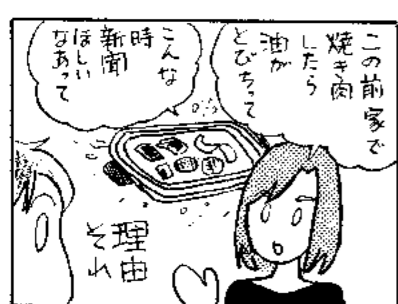
今号10ページのアンケートにもお答えください

どなたでもお気軽に参加できます

★ HP「組合員活動カレンダー」もチェック！ http://www.palcoop.or.jp/au\_tori/calender/ Event information



# イベント情報



※(縮)のないものは当日直接、会場へお越しください

## パルちゃん広場ぽっかぽか

親と子が「ホッ！」とできる広場をめざします。楽しいおもちゃ・絵本を用意して、みなさんの参加を待っています。途中からの参加・途中退室もOK。申し込みはいりません。  
**対** 就学前のお子さんと保護者 **持** おむつ、タオル、お茶など  
**¥** 1家族1回100円 **主** パルちゃん広場ぽっかぽか



	日 時	場 所
枚方	10月3日(火)10:00~12:00 11月7日(火)10:00~12:00	枚方組合員会館 (枚方市大垣内町3)
寝屋川	10月6日(金)10:30~13:15	寝屋川組合員会館(寝屋川市大利町20)
	みんなで楽しいランチタイム♪ 昼食持参可能。希望者には軽食の用意ができます(1家族200円・当日申し込み)。離乳食はご持参ください。	
阿倍野	10月31日(火)10:00~12:00	阿倍野組合員会館 (阿倍野区阪南町6)
城東	10月16日(月)10:30~12:00 10月23日(月)10:30~12:00	城東組合員会館 (城東区成育1)
	10月25日(水)10:30~12:00	つるみ店2階 組合員集会所 (鶴見区横堤5)
星ヶ丘店	10月20日(金)10:00~12:00	星ヶ丘店2階 組合員集会所 (枚方市星丘3)
守口	10月26日(木)10:30~12:00	パル守口福祉センター2階 守口組合員集会所(守口市大枝東町14)
今津	10月16日(月)10:30~12:00	パル鶴見福祉センター2階 今津組合員集会所(鶴見区今津北1)

## 常設型子育て広場パルちゃん広場「すくすく」

親子で1日ゆっくりすごせる「居場所」です。時間内なら、いつ来てもいつ帰ってもOKです。いろいろなおもちゃがみんなを待っています。  
※事前の申し込みは、いりません  
※昼食持参可

**対** 就学前のお子さんと保護者  
**¥** 1家族100円  
**主** 子育てサポートステーション

### 10月「すくすく」の開いている日

10月生まれのお誕生日会は10月24日(火)です

火曜日	3日	10日	17日	24日	31日
木曜日	5日	12日	19日	26日	

時間 10:00~15:00  
場所 城東組合員会館3階  
(城東区成育1)

### 表記のないイベントの申し込み・問い合わせ先は組合員サービスセンター

☎ 0120-299-070 FAX 0120-299-230  
携帯・PHSからは ☎ 072-856-7671(有料)  
(月曜・土曜 9:00~17:00)  
(火~金曜 9:00~18:00)

〈共通略記号〉  
**対**=対象 **持**=持ち物  
**¥**=費用 **申**=申し込み先  
**定**=定員 **問**=問い合わせ  
**集**=集合 **保**=保育  
**受**=受付 **M**=メニュー  
**主**=主催  
**縮**=申し込み締め切り

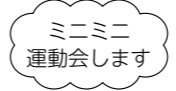
((縮)のないものは申し込み不要です。(保)のないものは保育はありません)  
・午前7時に暴風警報発令時、また危険と判断したときは中止します。  
・本部・組合員会館・組合員集会所は駐車場がありません。  
・視覚・聴覚に障がいをお持ちの方は、ガイド・手話ボランティア制度を利用することができます。事前にご連絡ください。

## いきいき昼食会

以下3会場とも**対**65歳以上の方**¥**500円

**城東**  
日時 10月10日(火)11:50~13:30  
場所 城東組合員会館4階  
(城東区成育1)

**M** 運動会弁当(ブリの照り焼き、干草焼き、炊き合せ、果物 他)  
**縮** 10月6日(金)  
**主** いきいき昼食会城東



**あべの**  
日時 10月12日(木)11:30~13:00  
場所 阿倍野組合員会館  
(阿倍野区阪南町6)

**M** 煮込みハンバーグ、切り干し大根、スープ、デザート、コーヒーか紅茶  
**縮** 10月10日(火)  
**主** いきいき昼食会阿倍野

**仁和寺**  
日時 10月12日(木)11:50~13:30  
場所 仁和寺組合員集会所  
(寝屋川市仁和寺本町3)

**M** 秋の炊き込みご飯、鮭の南蛮漬風、たつぷりきのこと厚揚げの中華炒め、いんげんのごまみそネーズ、さつまいものカレースープ、デザート(パンプディング)  
**縮** 10月10日(火)  
**主** いきいき昼食会仁和寺



## ふれあい喫茶by夢くらぶ

日時 10月17日(火)11:00~14:00  
場所 寝屋川組合員会館1階  
(寝屋川市大利町20)

“ホッと一息”できる場を提供しています。  
**M** きつねうどん、たき込みごはん、コーヒー・紅茶(各クッキー付)  
**¥** 各100円  
**主** ふれあいサロン夢くらぶ

## 視覚障がい者の方のためのiPhone講習会

日時 11月11日(土)10:00~12:00  
場所 パルコープ京橋事務所(本部) 中会議室(都島区東野田1)

3月に行われた「iPhone講演会」の第2弾として、ボイスオーバーユーザーを対象に、日本ライトハウスから講師をお招きし、基本操作から便利なアプリの紹介までご自身のiPhoneを操作しながら学びます。  
**対** 視覚障がい者 **持** iPhone  
**定** 10名(応募多数の場合抽選)  
※結果は電話にて連絡(10月31日頃)  
**申** 組合員活動部 ☎06-6242-0904  
**縮** 10月27日(金)  
**主** グループ「さざ波」

**予 告**  
2018年度の『コープカルチャー講座の講師募集』申し込み方法は、「ぱるタイム142号」に掲載予定です。パルコープの組合員施設で講座を開きたい組合員さんは、次号をご覧ください。

## Happy育児のヒント

～子どもの成長段階を知り 子育てを楽しもう～

**日時** 10月30日(月) 10:00~12:00(開場9時45分)  
**会場** パルコープ京橋事務所(本部)  
**講師** 芝 誠貴さん  
(大阪信愛女学院短期大学准教授・子育て相談室のばら相談員)

＜参加費＞1家族100円 **＜定員＞**50名(申し込み多数の場合は抽選)  
パパ・プレママ・おじいちゃん・おばあちゃんも参加してね!  
**＜保育＞**1歳以上(無料) 1歳未満のお子さんは同席してください  
**＜締め切り＞**10月18日(水)18時  
※結果はハガキにて連絡(10月23日頃に)  
＜申し込み・問い合わせ先＞組合員サービスセンター(9ページ下参照)  
＜主催＞子育てサポートステーション

イヤイヤ期は成長期? 子育てをHappyに!!

## ご案内 視覚障がい者の方のための朗読劇と交流会

晩秋のひとときを、女性3人による朗読劇で過ごしませんか? 愉快なお話、心温まるお話など...お楽しみください。

**日時** 11月9日(木) 10:00~12:30  
**場所** パルコープ京橋事務所(本部) 3階大会議室

**第1部** 朗読劇「サン☆とわみ」 10:00~11:00  
朗読劇は、視覚障がい者以外の方及び未組合員の方も参加できます。  
**第2部** 視覚障がい組合員対象の交流会 11:30~12:30

申し込み締め切り: 10月13日(金)  
申し込み・問い合わせ: パルコープ組合員活動部 ☎06-6242-0904 (月~土 9:15~18:00)  
主催: ボランティアチーム  
※ガイドヘルプボランティアが必要な方はお申し出ください。  
※午前7時に暴風警報発令時、また危険と判断したときは中止します。



班におじゃまして〜す その17

# ご近所さんとの信頼関係がなせるたすけあい

あ、最近「とうふバーグ(ひじき)」気に入ってるのよ。「あじの南蛮漬」もおいしいよ。自分で作るの大変なんか

便利でおいしいと嬉しいですよ



へ〜、だんなが手作りのもんしか食べへんけど、頼んでみようかな〜

週1回決まった曜日の決まった時間に「班(グループ)」で集まって、和気あいあいと荷分けされている組合員さんが多くおられます。今回は、門真市堂山町にある、金曜日の班におじゃましてお話をお伺いしました。

「この地域では一番古いよ」という班にお邪魔しました。7人班の組合員さん全員にお会いすることができ、皆さん長年おなじみの顔ぶれだそです。「私は引越してきてまだ2〜3年だから一番新入りね」という方も。担当者の綿引さんによると、この班の担当歴はもう6年になるんだとか。「彼女は明るくて気さくでいっつもにぎやかよ。とつても親切で私たちのことをよく分かってくれてるの」と組合員さん。

## 担当者のき・も・ち♡

こちらの班には、私が入協した頃からお世話になってます。毎週ほぼ7人全員来られて、ワイワイおしゃべりされてて皆さんとても仲良しで楽しい班です(\*^^)v お気に入りの商品が組合員さんそれぞれにあり、そのレシピなども教えていただけるので私も勉強になります。

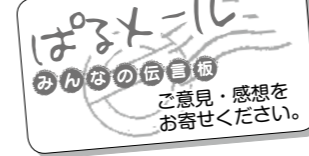
これからも短い時間ですが、楽しいおしゃべりの仲間に入れてくださいね♪  
(南寝屋川支所 綿引)



届けてくれるから便利!」「用事がある時は預かってもらったりするよ」と、皆さん頷き合っていました。生協以外でもお茶する仲だそうで、終始和気あいあいとした様子に、商品を預け合える信頼関係もうかがえました。



バラの香り華やかフリーリア  
旭区 吉井 知子さん  
フリーリアの記事を読んで使うのが楽しみ!バラの香りはやっぱり華やかでポジティブになれるので大好き!



ハガキまたはeメールで、機関紙ぱるタイムに対するご意見、住所、氏名(ふりがな)、組合員コードを記入してお送りください。クイズが無い号もどうぞ。掲載した方には図書カードをお送りします。

食品だけでない生協  
守口市 荒木 忠さん  
子どもの誕生を機に生協に加入しました。食品だけでなく、様々な情報の提供がとても助かります。

友人にもすすめています  
東成区 森本 みちよさん  
ぱるタイム140号の特集、私もずっと「ソルテージII」を使っています。お口の中也すっきりで友人にもすすめています。

ソルテージのおかげ?  
大正区 杉本 善子さん  
「薬用ハミガキ ソルテージII」を使い始めて、他の歯磨き粉は使えなくなりまし

た。寝る前は必ずソルテージの後、洗口液も使います。歯の定期診断では「よく磨けています」と言われ、ソルテージのおかげだと思っただけです。



カボチャの料理おしえて  
枚方市 神田 幸太郎さん  
カボチャの料理を紹介して欲しいです。

これからの冬が楽しみ  
鶴見区 原 智子さん  
生協のこんにやくは、とてもおいしいです。こんにやくは肉じゃがに、板こんにやくはおでんに…。これからの冬がとても楽しみです。

忙中閑あり  
平野区 川波 あこさん  
毎日忙しく動き回っているのに、ほんの少しゆっくりしたいと「お茶」を習い始めました。60の手習いです。茶室でお稽古している時は「ホッ」とします。忙中閑ありです。

朝晩で使い分けています  
枚方市 青木 道子さん  
菌磨き粉も、フッ素入りや知覚過敏対策など効能別にたくさんあるので、朝晩で使い分けています。□に入れるものだから、あまり古くなるのも気になるし、小ぶりのタイプはありがたいです!

パル委員アンケートにお答えください

“パル委員”の活動をご存知ですか?パル委員になって様々な年代の組合員さんが、自分たちの関心事から「こんなことをやってみたい」というテーマでとりくみや学習会をして、地域の中で組合員さん同士の交流をすすめています。活動内容は4・5ページでも紹介しているほか、ホームページでも紹介しています。あなたもパル委員の仲間になりませんか。活動報告はこちらから

問1. あなたの年代は?  
①10歳代 ②20歳代 ③30歳代  
④40歳代 ⑤50歳代  
⑥60歳代 ⑦70歳以上

問2. パルコープのとりくみに参加したことがありますか?  
①ない ②1回だけ  
③2〜3回 ④何回も

問3. パルコープのとりくみで「参加してみたい」と思われることは?(2つまで選択可)  
①商品の試食会、講習会 ②産地、メーカー見学  
③環境や消費税など社会的問題学習会など  
④健康、福祉問題の学習会など ⑤災害支援活動

問4. パル委員について知っていますか?  
①このアンケートで知った  
②知っていた  
③やっている(やっていた)

問5. パル委員をやってみませんか  
①やってみたい ②一度話を詳しく聞きたい  
③資料があれば見たい ④条件があれば考える  
⑤興味はあるが今はできない  
⑥やってみたいとはおもわない ⑦すでにやっている

問6. 地域の委員さんから連絡をしても宜しいですか?  
(個人情報、このアンケートでの連絡にのみ使用いたします)  
①電話連絡しても良い(生協登録の電話番号に)  
②郵送しても良い(生協登録の住所に)  
③その他の連絡先に連絡(9ページ下の組合員サービスセンターにお知らせください)  
④連絡は要らない

▶ホームページの専用フォームからも申し込みめます。  
[https://welcome.palcoop.or.jp/form/survey/pal\\_committee/](https://welcome.palcoop.or.jp/form/survey/pal_committee/)

もしかしたら自分も...  
寝屋川市 山下 由美子さん  
テロ等準備罪についての欄がためになりました!テロ等準備って、私には関係無いと思っていたし、準備の段階で悪い人を問い詰められればテロが防げていいなと思っていたのに、もしかしたら自分もあらぬ疑いをかけられる可能性がゼロじゃないと分かり、少しイヤな気分です。

## 大阪府からのお知らせ

### 高齢者を狙った悪質商法にご注意! ~家族や周囲の人の見守りが大切です~

平成28年度に大阪府内の消費生活相談窓口へ寄せられた65歳以上の高齢者の相談件数は、全体の4分の1を超えています。なかでも、「新聞」の長期購読契約や複数社との購読契約のトラブル、リフォームなどの「工事・建築」の契約トラブル、インターネット関連のトラブルが多くなっています。

★高齢者のみなさん、不審に思ったとき、困ったときは「消費者ホットライン188番(いやや)」にお電話ください。最寄りの消費生活相談窓口をご案内します。

#### ★被害にあわないための「あいうえお」

- 「あ」 あげない、出ない
- 「い」 いりません、はっきりと
- 「う」 うまい話は要注意
- 「え」 えんりょなく周りに相談
- 「お」 おかしいと思ったら、すぐに相談

【悪質商法の新たな手口などをメールマガジンでお届けします!】

大阪府消費生活センターへ 検索

<http://www.pref.osaka.lg.jp/shouhi/soudan/mailmagazine.html>



あなたの作品が大阪の街中に

## おおさか環境デジタルポスターコンテスト

テーマ 豊かな地球環境を守るため行動する「私からのメッセージ」

最優秀作品は、大阪の街中にある大型ビジョンやサイネージで紹介!

応募期間 2017.9/1(FRI) ▶ 11/10(FRI)



【おおさか環境デジタルポスターコンテストに関するホームページはこちら】

豊かな環境づくり大阪府民会議 検索

主催: 豊かな環境づくり大阪府民会議 (事務局: 大阪府環境農林水産部エネルギー政策課)



応募方法は下記をご覧ください

クイズ正解者の中から抽選で10名に図書カードをプレゼント

- ① 日本の代表的な食用きのこ
- ② 樹木が多くこんもりと生い茂っている所
- ③ 同じであること
- ④ 奈良県西部、御所と書く
- ⑤ 衣服などの型・色・模様
- ⑥ 同じであること
- ⑦ 奈良県西部、御所と書く
- ⑧ 樹木が多くこんもりと生い茂っている所
- ⑨ 同じであること
- ⑩ 奈良県西部、御所と書く
- ⑪ 衣服などの型・色・模様
- ⑫ 同じであること
- ⑬ 奈良県西部、御所と書く
- ⑭ 樹木が多くこんもりと生い茂っている所
- ⑮ 同じであること
- ⑯ 奈良県西部、御所と書く
- ⑰ 衣服などの型・色・模様
- ⑱ 同じであること
- ⑲ 奈良県西部、御所と書く
- ⑳ 樹木が多くこんもりと生い茂っている所
- ㉑ 同じであること
- ㉒ 奈良県西部、御所と書く
- ㉓ 衣服などの型・色・模様
- ㉔ 同じであること

【140号の正解】ハミガキ

シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ
シ	ク	ウ	ア	ン	ノ	ヒ	キ

応募総数 300通  
正解者数 283通

※「ハミガキ」という誤答がたくさんありました

クロスワードクイズ

出題：溢  
二重ワクの文字を並びかえて、下のヒントを参考に意味のある言葉にしてください。

1	2	3	4	5	6
7				8	
		9			10
11				12	13
14			15	16	
17			18		19
20		21		22	23
24					

！ ヒント：家庭でカンタン！ 中華料理



商品検査室だより

8月度

CO・OP ひじきドライパック



お申し出  
開封しようとしたら、リングが取れてあけることができなかった

検査室からの回答

この度は、ご迷惑をおかけし誠に申し訳ございませんでした。この製品はEO（イージーオープン）缶といって、缶切りを使用せずに手軽にかけられる缶ブタを採用した商品です。プルタブをまっすぐに立てることでプルタブの先端が缶ブタにある溝にあたり、切込みができてあけることができます。ただしプルタブ先端がずれると、プルタブの角や先がテコの原理で付け根に負荷をかけ、付け根の部分から取れてしまいます。

お申し出商品の缶ブタに付いたプルタブ先端の傷跡の状態から、開缶時のプルタブは斜めになっていたものと推測され、お届けまでの流通中にプルタブがずれてしまったものと考えられました。開封の際にはプルタブの位置を確認し、下記のような手順で開封してください。

- 缶詰をテーブルなどの上において、片方の手でしっかりとつかむ
- もう一方の手でプルタブをつかみ、まっすぐ上(90度)にしっかりと起こす
- 缶をしっかりと抑えながら、プルタブに人差し指をとおし、親指をフタにつけて手前に引き上げる

＜8月度検査状況(17.7.21~17.8.20)＞ 【商品検査のとりくみ】商品検査数 1384件 (前年同月1626件)

検査の種類	検査件数	注意品	内容と結果
微生物検査	839	13	注意品については再検査、継続調査を実施しましたが、商品回収・人体危害にかかわる不適合はありませんでした。
残留農薬検査	50	なし	問題ありませんでした。
理化学検査	273	なし	問題ありませんでした。
残留放射能検査	78	なし	生鮮・一般食品を検査し、全て検出はありませんでした(検出限界値は各20ベクレル/kg)。
輸入食肉検査	22	なし	問題ありませんでした。
その他*	122	なし	問題ありませんでした。

【商品の相談受付状況】 246件 (前年同月237件) ※その他…店舗・福祉施設の設備の衛生検査など  
人体危害(腹痛下痢、スキントラブルなど)での、複数発生商品はありませんでした。

化粧水の選び方が知りたい!

季節の変わり目でお肌も敏感になりやすい季節になってきました。今まで使っていた化粧水が「なんか違う…」と違和感のある方も少なくないはず。同じシリーズでも、化粧水には様々な種類があり、どう選べばいいのか迷いますよね。そこで今回は、肌タイプ別おすすめの化粧水タイプをご紹介します☆

肌タイプ別☆おすすめ化粧水

**脂性肌**

さっぱりとした清涼感のあるタイプの化粧水がおすすめ

コットンに化粧水を含ませてパタパタとパッティングをすると、皮膚の温度が下がり、毛穴が引き締まるので、皮脂が出にくくなります。

**ふつう肌**

どんなタイプの化粧水でもOK

ただし季節や体調によって変化しやすい肌とも言われているので、ご自身の今の肌状態に合わせて化粧水を選びましょう。

**乾燥肌**

刺激が少なく、保湿力が高いタイプの化粧水がおすすめ

乾燥しやすいほほ・目元・口元にはコットンパックを。化粧水をコットンにたっぷり含ませ、約3分間乾燥の気になる部分にパックするだけで乾燥対策になります。

乳液とクリームでうるおいをふたをして、お手入れ完了!

さっぱり → しっとり → アルコールフリー・高保湿

★今月のプレゼント  
コープ基礎 デザインボトル スキンローション(しっとり) 150ml  
定価 本体710円(税込767円)

コープ化粧品総選挙第1位の化粧水が、デザインボトルになって期間限定で新登場! ボトルに描かれている幸せの青い鳥も見つけてください☆

今回は14名さまにプレゼント!

140号での応募は87名でした。

応募方法 (クロスワードクイズ・きれいの術)

クイズの答え、または「コープ基礎スキンローション希望」と書いて、機関紙ぱるタイムに対するご意見、住所、氏名(ふりがな)、組合員コードを記入して、ハガキまたはeメールでご応募ください。お化粧品に関する悩み・質問もどうぞ。

※クイズと化粧品の応募は別々にお願いします  
※化粧品希望の場合、クイズの答えは不要です

締め切り 10月7日(土)消印まで有効  
当選者発表 プレゼントの発送をもって替えさせていただきます。  
宛先 〒534-0024 大阪市都島区東野田町1-5-26 生活協同組合おおさかパルコープ 機関紙ぱるタイム係  
パソコンメールや携帯電話メールでの応募は右記アドレスへ [paltime@palcoop.or.jp](mailto:paltime@palcoop.or.jp)

ホームページからも専用フォームで応募できるようになりました!

HPの専用フォームからの応募  
↓きれいの術

いただいた声は、機関紙ぱるタイム、商品案内、ホームページなど広報・宣伝活動で掲載させていただくことがあります。また、お預かりした個人情報は掲載時とパルコープからの問い合わせ以外には使用いたしません。ご了承ください。

理事会・監事会報告 2017年度 第5回 9月8日

事業概況 (単位：千円)	8 月 度			累計 (4月~8月)		
	実績	計画比%	前年比%	実績	計画比%	前年比%
供給高	4,434,797	98.6	93.9	23,512,036	98.5	99.0
供給剰余金	1,135,601	99.4	95.1	5,994,353	98.5	99.6
福祉剰余金	4,044	109.6	164.1	24,921	150.0	163.7
事業総剰余金	1,251,972	99.5	95.7	6,601,411	98.9	100.2
事業経費	1,189,780	97.8	100.8	6,013,106	98.0	100.2
事業剰余金	62,191	149.3	48.8	588,305	109.8	100.3
経常剰余金	83,405	168.9	61.3	693,483	114.1	102.3

〈監事会報告〉2017年度 第5回定例監事会(9月8日)  
①前回監事会以降の監査状況を報告確認しました。 ②監査法人の報酬について協議確認しました。

▶▶16ページより続く

生産者さん おじゃまして〜す ~ 愛媛県・(株)山彦 ~

特集①

進化しつつも、20年以上変わらぬ味を  
守り続けているロングラン商品です

(栗田専務)

全国生協を中心に、鍋セット・麻婆豆腐セットなどの商品を取り扱って  
おられる山彦さん。中でも「お手軽国産酢豚セット」は人気です。

商品開発の歴史や、人気のひみつである「酢豚タレ」の製造方法など、  
お話を伺いました。

当社は、1980年に漬物の製造販売業として創業し、主にしば漬けの製造を行  
っておりました。後に、父親が地元で肥育していた「雉(さじ)」を使った鍋セットを  
加工・販売するようになり、食肉の加工品も手掛けるようになりました。やがて、  
販売の中心となる鍋セットの需要は冬場に偏るということから、夏場の商品とし  
て中華メニューで一番人気の「酢豚」を開発。その販売を機に全国の生協様とお  
取引するようになりました。

組合員さまの声に答え、リニューアルを繰り返して

まず、最初に発売した酢豚セットは、下味をつけた豚肉の角切りに衣をまぶし  
たものと一緒にタレをセットしたものでした。ご家庭で油で揚げた後に野菜を加  
えてタレを絡めていただくもので、全く売れませんでした…。そこで、フライヤー  
(揚げる機械)を導入して豚肉を油で揚げることに。これが好評でした。それ以降  
も、「お肉が硬い」の声には豚肉に調味液をしみこませて柔らかく仕上げる工程  
をプラスしたり、「脂が多い」の声には豚肉の角切り前に表面脂肪を除去する選  
別スタッフを配置したり。「タレを増やして!」との声でタレも増量したんですよ。

これ以外にも、ご家庭にある常備野菜を使って手軽に夕食のメインディッシュ  
を調理できる酢豚セットを目指して、作業工程の見直しや包材変更を行なってき  
ました。「お手軽国産酢豚セット」は、組合員の皆様のご意見をいただきながら進  
化しつつも、20年以上変わらぬ味を守り続けているロングラン商品です。これか  
ら、まだまだおいしく使いやすくリニューアルは繰り返していく予定ですので、  
是非いちどお試しください。



専務取締役  
栗田 賢治さん



表面はカリッと内部は  
ジューシーに揚がった  
豚肉

豚肉は表面揚げとスチームの2段階で

国産豚肉のメインの産地は西日本(九州・四国・中国地方)で、すべて国内産の豚モモ  
肉を使用しています。豚モモ肉は赤みが多く表面脂肪が適度にあつてお肉に旨みがある  
んですよ。衣付けの前に、醤油・酒・しょうがなどで下味を付けるのですが、さらに味の浸  
み込みをよくするために脱脂粉乳・塩・なども調整してジューシーに仕上げています。

フライするのもポイントがありまして、まずフライヤーでお肉の表面を揚げます。  
その後スチームオープンというガスの熱風と蒸気のトンネルを通過することにより  
内部まで加熱。油で揚げるだけで内部まで火を通そうとすると、表面の水分が奪われ  
てしまい食感が悪くなるのを防いでいます。

自社で煮出す「地鶏スープ」が酢豚タレのおいしさのひみつ

酢豚タレも自社で作っています、大きな鍋で煮出す地鶏スープ(地鶏がら、イワシ  
節、コンブ)をベースに、酢・醤油・ケチャップなどで味付け。調味料やエキスだけに頼  
らない素材の味を大切にしています。冷凍流通が得意な生協様だからできることとし  
て、一般的な酢豚タレはトロミを付けるために増粘剤等を加えた粘度の高いタレにな  
っていますが、冷凍用に製造している当社のタレは未加熱の状態のままで、でん粉を  
そのまま配合できることから、調理の仕上げに加えるときには「サラッ」として、具  
材によく絡み、加熱(炒める)することによって全体にトロミがつくようになっていま  
す。タレをよく振ってから使用ください。



営業部 部長  
村上 正己さん



地鶏がらがたっぷり!スープを煮込む

おすすめの調理方法を教えてもらいました!//

★ フライ豚肉の解凍 ★

フライ豚肉をお皿に広げてラップをしない  
で、500Wで約2分間が目安。電子レン  
ジの機種や能力により違いがあるので、お肉  
が少し温まる状態まで加熱するように時々  
状態を確認して。加熱しすぎるとお肉の水分  
が奪われて筋っぽく硬くなってしまいます。

★ 酢豚タレもしっかり解凍 ★

袋のまま流水が常温で完全  
に解凍を。加える前に白い沈殿  
がなくなるまでよく振って、フラ  
イパンに一気に注いでくださ  
い。かき混ぜながら炒めてトロ  
ミが出たら出来上がり!

こんな食べ方も!

「揚げ豆腐」や「鶏  
のから揚げ」でか  
さ増したり、ブ  
ロccoli・レン  
コンなど季節の  
野菜を使っても  
おいしい!

お手軽  
国産酢豚セット  
フライ豚肉150g、  
酢豚タレ150g  
企画回:10月2回

本体 398円  
(税込430円)



特集②

「コープ基礎」がデザインボトルで登場!

~組合員さんの声から生まれた「コープ基礎」は今年で40周年~

乾燥の気になる季節も「コープ基礎」が美肌を応援! 10月2回からは、かわいい  
デザインボトルが登場しますよ。今回はしっとり感の高い「アルコールフリー・高保  
湿」のスキンローションもキャンペーンに追加されました。



化粧水

スキンローション  
(アルコールフリー・高保湿)

通常品

スキンローション(しっとり)のさらに2倍のうるおい成分  
を配合。組合員さんの要望でアルコールをつかっていま  
せん。敏感肌の方やお子さんにもおすすめです。

デザインボトル 150ml 企画回:10月2回

年間最安値/  
本体 580円  
(税込626円)

化粧水

スキンローション  
デザインボトル  
(しっとり)(さっぱり)

各150ml

企画回:10月2回

年間最安値/  
本体 各500円  
(税込各540円)

通常品

乳液

ミルクローション  
デザインボトル

130ml

企画回:10月2回

年間最安値/  
本体 500円  
(税込540円)

無配合がうれしい  
香料 着色料  
石油系界面活性剤  
パラベン(防腐剤)  
鉱物油  
を使っています

ヒアルロン酸の  
約2倍の保湿力  
リビジュア®  
(ポリクオタニウム-51)  
を配合

肌タイプ別のローション選び方を、今号13ページ  
の「きれいの術」で紹介!



※コープ基礎シリーズには、メイク落としから保湿クリームまで揃っています  
※詳しくは今週配布の化粧品チラシ「コスメケーション」をご覧ください

コープ基礎は全品、五條工場生産し全国に出荷されています

8月中旬、「コープ基礎」を製造している奈良県・クラブコスメチックス  
五條工場をたずねました。ちょうどデザインボトルの製品ができあがる様  
子を見学。衛生的な館内では機械でローションが詰められ、人の眼で丁寧  
に確認されていました。「多種多様な化粧品をここで作っています。1100  
種類以上はあるでしょうか。コープ基礎は全品五條工場生産し全国に出  
荷しています。実は、わたし、ミルクローション初代の開発に携わってい  
たんですよ。長く愛されていることが嬉しいです」と森岡工場長。



(株)クラブコスメチックス  
(左から)森岡工場長、前田さん、  
田葉井さん、松下さん

組合員さんの声にこたえて

パルコープでは、組合員のみなさんから寄せられた声を、商品や運用の  
改善にいかす取り組みをしています。ホームページでもご覧ください。  
<http://www.palcoop.or.jp/blog/koe/>

「CO・OP調理済おでん」  
保存方法の表示をわかりやすく

配送の時は「冷蔵」の袋  
に入ってくるのですが、パ  
ッケージに書いてある保存  
方法は「常温」になってい  
るので、どちらで保存すれ  
ばいいか迷います。



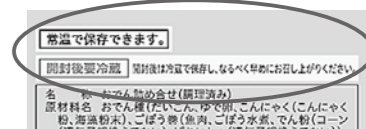
【回答】 開封前の保存方法についてのお問  
い合わせを多くいただいたため、9月より、  
常温でも保存可能であることがわかるよう商  
品の表示を改善します。なお、開封後は冷蔵  
で保存しなるべく早くにお召し上がりくださ  
い。(商品部 日配担当)

※冷蔵でお届けしているのは、商品がスーパー(量販  
店)でも冷蔵の棚で配置して売られている事が多  
いので、共同購入でも冷蔵で取扱いしています。



鶴見支所  
配送担当  
宮垣さん

冷蔵で届くのに「常温保存」  
とあったので、組合員さんは  
保存方法について戸惑って  
おられました。この度の改善  
で、表示を見て保存方法につ  
いて迷われる事がなくな  
れば良いと思いました。



CO・OP調理済おでん  
7種8個  
企画回:10月3回 冷蔵  
本体228円(税込246円)



かつおと、昆布ベースのスー  
プとともに調理したおでんです。



**P1**  
みんなに広めよう!!  
「私のお気に入り」第27弾


**P2**  
東北応援バス第3回報告  
遠野通信  
ずっとボラの会

**P3**  
ヒロシマピースツアー報告

**P4~7**  
組合員活動のコーナー

**P8~9**  
イベント情報  
ミラフロレス 

**P10~11**  
パル委員アンケート  
ぱるメール  
班におじゃましま〜す⑰

**P12**  
商品検査室だより  
理事会・監事会報告 

**P13**  
きれいの術  
クロスワード  
クイズ  今月の  
プレゼント

**P14**  
特集②「コープ基礎化粧品」  
組合員さんの声にこたえて

**P16~15**  
特集①  
「お手軽国産酢豚セット」  
Pa・ぱっとクッキング

 生産者さん おじゃましま〜す

〜愛媛県・(株)山彦〜

# 手軽にできてすごく助かる! 子どものお弁当にも使ってます♪

(利用された組合員さんの声より)



タレがたっぷりなので  
野菜がたくさん使えます!



山彦の製造担当の皆さん



お手軽国産酢豚セット  
フライ豚肉150g、酢豚タレ150g



角切りの豚肉を  
真空タンクに入れて攪拌

「お手軽国産酢豚セット」の記事は15ページに続く 

## Pa・ぱっとクッキング 138

<http://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/index.html>

パルコープオリジナルバナナ「ぱるな」を使って  
**焼きバナナプリン**

1人当り162kcal

### 材料・2人分

- バナナ.....1本
- レモン汁.....大1
- 牛乳.....80cc
- 卵.....1個

### 作り方

- ①バナナは、斜めにスライスして、レモン汁をふり、小さめの器に並べ入れる。
- ②卵をわりほぐし、牛乳を加えてよく混ぜる。
- ③①に②を茶こしなどでこしながら注ぎ、温めておいたオーブントースターで15分ほど焼きます。

\*バナナの甘みで、お砂糖いらす

