

# どリーむペイジ

2018  
**01**  
vol.136



気持ちも新たに迎える新年。  
今年も変わらぬわが家のお雑煮。  
pi

特集

## 新年のごあいさつ

～「協同組合」で感じる人のつながり～

### TOPICS

- 理事会報告 第10期第8回定例理事会
- ハイッ!生協です 協同組合ってどんな組織?
- 知ッテ食ベテ 七草がゆ
- Yume Report パルゆめシアター・若手農業者とランチ交流会



商品図鑑  
『かつおぶしバック』

いのち いただく  
生命を愛しみ、  
自立と協同の力で、  
心豊かな地域社会を  
創り出します。



バルシステム  
神奈川ゆめコース

“選ぶで変わる”



ほんもの  
実感

くらしづくりアクション

## 組合員といっしょに商品づくり



株式会社カジノヤ 横溝 拓也さん

生産者と組合員が「じかに触れ合える」のは、協同組合のよさだと感じています。私は、『つながるゆめ納豆』の取り組みに携わっています。自らの手で大豆を育て納豆を作り、消費していただくまでの循環型のモデル事業作りの目的に向かって、組合員やパルシステム職員といっしょになって突きます。ともに汗を流す。生活協同組合だからこそ成しえるものだと思います。ひと粒の大豆を育てるところから安心して召し上がっていただくまでの物語を、本年もみなさまと紡いでいきます。



組合員親子といっしょに大豆栽培



JAみどりの 三神 新さん

みなさま、今年も希望に満ちた新春を迎えられおめでとうございます。東日本大震災から7年。当時を思い起こすと、混乱の最中、パルシステムのみなさまには救援ボランティアや励ましの言葉、カンパなど心温まる贈り物を多数いただき、みなさまとの繋がりに感謝の気持ちがあふれました。このとき、「人を大切に」「今何が必要か」を考え、即実行できる組織が生協活動の原点だと、強く感じたことを覚えています。今後も末永いお付き合いをよろしく願っています。

## 産地交流は、今年で21年



お米産地ではじめての体験もたくさん

## 組合員のみなさんと向き合います



相模センター配達担当 山口 美里 職員

月曜日の朝一番、家のドアを開け、組合員のおばあちゃんに元気よく「おはようございませーす!!」と挨拶する。そして、金曜日の最後、家のベランダから手をふる組合員の息子さんに「バイバーイ」と手をふり返す。これが、私の1週間です。入協して2年、私はこの1週間が大好きです。毎週おうちがいのからこそ築ける関係があることが、生協らしさだと思います。今年も感謝の心を忘れず、一日一日、組合員のみなさんと向き合います!!



雨の日も笑顔で出発!

## 「食の大切さ」を広めます



組合員活動/食育ばっくん隊 林 由美さん

活動のひとつに、小さなお子さんのいるお母さんから依頼を受け、手作りの野菜ケーキを持ってお宅にうかがう「野菜deティータイム」があります。私たちは自分の子育てを振り返りながら、お母さんの話に耳を傾け、ときには提案をしながら、いっしょにケーキを食べ、お茶を飲みます。人と人との結びつき、その大切さを実感する1時間のティータイムです。「助け合い」「分かち合い」「ともに生きる」、生協の理念に基づいた活動を、今年も続けてまいります。



イベントでは「箸の長さ診断と豆つまみゲーム」なども実施

二人は万人のために  
万人は一人のために  
思いが  
つくっています。  
協同組合を



生活協同組合  
パルシステム神奈川  
ゆめコープ  
理事長  
吉中 由紀

## 新年を迎える喜びをみなさんと

2017年12月にノーベル平和賞が「核兵器廃絶国際キャンペーン（ICAN）」に授与されました。この中には被爆者が世界各地で行った証言活動も含まれ、市民による活動が核兵器禁止条約に結びついた受賞です。私もちもヒバクシャ国際署名に取り組み、多くの賛同をいただいている最中でしたので、大変にうれしく励みにもなりました。

2017年12月にノーベル平和賞が「核兵器廃絶国際キャンペーン（ICAN）」に授与されました。この中には被爆者が世界各地で行った証言活動も含まれ、市民による活動が核兵器禁止条約に結びついた受賞です。私もちもヒバクシャ国際署名に取り組み、多くの賛同をいただいている最中でしたので、大変にうれしく励みにもなりました。

2020年ビジョンのテーマは「食と農による持続可能な社会の創造」です。度重なる災害やくらしの厳しさがあるなかですが、安全・安心な商品を届けながら仲間を増やし、協同組合として地域に活動を広げてまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

協同組合は、組合員の助け合い（共助）の組織です。組合員のみなさんとともに、生産者やメーカーなど、さまざまな人々と連携しながら、組合員の思いを実現する取り組みをすすめています。当組合とかわりの深いみなさんから、「協同組合」での人のつながりを「感じるお話」を交え、新年のごあいさつをいただきました。

次のページでは、「協同組合」の意義や価値について、「フカボリ!」しています。

当組合は、「生命(いのち)を愛(いつく)しみ、自立と協同の力で、心豊かな地域社会を創り出します」の理念のもと、今年もさまざまな方々と連携しながら、取り組みをすすめてまいります。

# 理事会 報告

## 第10期第8回定例理事会

2017年11月23日(木)10時~13時  
パルシステム神奈川ゆめコープ本部

### 決定したこと

★ 2017年度パルシステム「福島子ども保養カンパ」(組合員募金)を実施します

・パルシステムグループで実施している「福島子ども保養プロジェクト」「週末保養」への募金(カンパ)を通じて、多くの組合員に保養支援にかかわっていただきます。



「2017夏休み☆福島の子どもリフレッシュツアー in 三浦半島」にて

★ 共済募集業務推進に係る責任について処分を行います

### 報告事項

Pick up

#### ① かながわ環境教室

「石けんのエコなひみつ」開催(9月27日、10月10日、11月11日)。県内小学校3校で授業を行い、延べ217人の小学生が参加しました。当組合は神奈川県環境・エネルギー学校派遣事業(かながわ環境教室)の講師登録をしており、今後も環境に配慮したくらし方を考える機会を提供していきます。



3年生の授業の様子

Pick up

#### ② 『大仏尊教(おさらぎそんぎょう)写真展』

オープニングセレモニー開催(11月17日)。展示写真を見ながら、茨城県の閑居山に脳性まひ者が自らの考えで集まり生活していたことなど、大仏氏のご息女・増田レアさんより当時の時代背景やご自身の体験なども交えて語っていただきました。



新横浜本部での展示

## 生協のうごき

2017年10月末現在

### 組合員数

全体 **317,062** 人

前月比 674 人 ↑

期首比 7,292 人 ↑

### 10月度決算概況

	10月度決算概況	前年比	予算比
供給高	3,888,343 千円	108.7%	101.6%
経常剰余	95,720 千円	118.6%	172.4%

	累計数値 (2017年4月~)	前年比	予算比
累計供給高	26,092,576 千円	102.5%	100.7%
累計経常剰余	477,797 千円	91.4%	346.0%



今回のテーマ  
『協同組合ってどんな組織?』

ハイッ  
生協です!

知ってるようで知らない  
協同組合について解説します

協同組合とは、一人ひとりでは弱い立場にある人たちが、お互いに助け合って生産や生活を守り向上させることを目的としている組織です。日本では生活協同組合のほか、農業協同組合や漁業協同組合、信用協同組合などがあります。協同組合の運営は、組合員が出資して事業を行うしくみになっています。つまり、「出資者」が事業の「利用者」であり、同時に組合を運営していく「運営者」なのです。

一般的な営利を目的とする企業との違いは、事業によって得た利益を株主に配当するのではなく、「協同組合の目的のための費用に充てること、出資額に関係なく組合員の声が発言に反映されること」などです。人と人が話し合いにより、良識や道徳に基づいて運営しており、組織の「営利」や「利潤の追求」が目的ではありません。

協同組合とは、組合員が主役の組織なのです。



今号の特集

## 「協同組合」を掘り下げます

さらに深く



### 全員の幸せをめざす協同組合

「協同組合」は生協をはじめ、大学・生協、共済、信用組合などさまざまな領域に存在し、助け合いのしくみとして多くの人々に利用されています。自分や家族のことを考えてみても、くらしのさまざまな場面で協同組合によって支えられていることに思い

「幸せ」に価値を置いた社会へ!  
2016年にユネスコの無形文化遺産に登録された「協同組合」。協同組合がめざす役割について、お話を聞きました。

当たり、驚かれる方も多いのではないのでしょうか。

日本で協同組合の礎を築いたのが、社会運動家であり小説家でもある賀川豊彦です。賀川は協同組合を「互いに助けあう経済のしくみ」と位置づけました。そして貧困にある人々が人間らしく生きるための支援を通じて、協同組合の重要性を訴え続けました。私は、賀川が協同組合に「人が人らしく、文化的で幸せな暮らしをする」という価値を置くこととする思想を込めたからこそ、人々のあいだに共感を呼び、広がっていったのだと考えています。

### より社会に貢献する協同組合になるために

2016年11月のユネスコの無形文化遺産登録では、協同組合がもつ普遍的意義に対して大変高い評価が

今月のフカボリスト



加山久夫さん

賀川豊彦記念松沢資料館理事長。共著に『賀川豊彦を知っていますか』(教文社2009年刊)などがある。

まとめ  
みんなが  
幸せになれる  
社会について  
考えよう!

助け合い(相互扶助)のしくみである協同組合。「一人は万人のために。万人は一人のために」。この言葉は、世界中の協同組合に共通する精神です。当組合も協同組合のひとつとして、この思いを大切にしながら、食・農・環境など、多様なテーマの取り組みをすすめています。これからも、地域や行政を含めさまざまな団体と連携しながら、組合員のみならず、皆さんとともに考え、取り組みをすすめてまいります。



上品な香りと  
繊細でソフトな食感



# 『かつおぶしパック』

3g×8 208円  
(税込225円)



お話を聞いたのは...

左から:株式会社いんべん 研究開発部 執行役員部長  
河合 秀春さん  
同社 研究開発部 係長  
遠藤 直子さん  
株式会社いんべんフーズ 執行役員 営業部 部長  
寺田 増郎さん

## かつお節の原料には 脂肪の少ない かつおだけを使用

かつお節は、みそ汁や煮物など和食の風味付けに欠かせない、私たち日本人の味覚の原点ともいえる存在ですが、そもそも原料にはどのようなかつおが適しているのですか

もっとも大切な条件は脂肪分が少ないこと。脂肪は急速に酸化がすすんで生くささの原因になるため、かつお



乾燥して魚肉に光沢が出た鰹節を使用

「お刺身では脂ののったかつおが喜ばれますが、逆なんですね  
はい、脂で身が白っぽくなっているようなかつおは、かつお節には問題外です(笑)。」

「漁場はどこが多いのですか  
現在は若くて脂肪の少なめなかつおが多い、インドネシア周辺海域がおもな漁場です。20年ほど前までは、エサを求めて海面近くを泳ぐこのようなかつおをねらって一本釣りしていました。しかし近年は世界中の魚食ブームもあり、

## 選び抜いたかつおと 職人の手仕事で 伝統を守る

「かつお節作りで大切なことは  
かつお節は日本の伝統的な食品として製法は確立しています。しかし、かつおそのものの大きさや脂肪の量、鮮度などは個体ごとに違います。そのため品質にばらつきのないかつお節に仕上げるためには、かつおの状態に合わせた職人の判断が欠かせません。」

たとえばカビ付けでは、カビが生えやすい湿度と温度を保ちながら、同時にかつおの乾燥もすすむよう、つねに目を配る必要があります。また天日干しでは、かつお節の乾燥具合を確かめたうえで、干し場の最適な位置に1本1本並べていきます。マニュアルよりも、人による細やかな観察と経験がものをいう世界といえるでしょう。」

「大変な手間と時間がかかっているんですね  
でもなんといっても大切なのは、かつお節に合ったかつおであること。製造段階でどんなに手を加えようと、もとのかつおがよくなければよいかつお節にはなりません。これからもよい原料を使って、伝統の味わいを守ってまいりますね。」

海底の方から網で根こそぎ獲る漁法に変化。脂肪の多いかつおもたくさん混ざるようになりました。かつお節に適した脂肪の少ないかつおは、相対的に貴重になっています。

## 荒節を熟成させた 枯節はうまみが凝縮

「パッケージ裏面の原材料名に「かつおかれぶし」とありますが、「かれぶし」とはなんですか  
かつお節は製造工程がすすむごとに、呼び名が変化します。かつおをゆでていぶし、乾燥させたものを「荒節」といいます。市販の花かつおの多くは荒節から作られています。荒節からさらに作業をすすめて、カビ付けと天日干しの工程を繰り返してできるのが「枯節」です。

「カビ」を付けるのですか!?



## 「製造工程」

- 荒節まで: かつおを身おろしし、ゆでて殺菌加熱後、クヌギやナラなどを薪にしていぶし、ゆつくりと乾燥させる工程を繰り返す。
- 枯節まで: 荒節の表面に付いた黒いいぶし成分を削り取ってカビ付けする。カビが生えたら屋外で天日干しをし乾燥させる。この工程を2回繰り返す。
- 碎片削り: 枯節を薄く削ったあと、細かくカットしてでき上がり。

## 「おすすめレシピ」

- 1 「和風チーズドリア」  
材料(2人分): こはん2杯、「かつおぶしパック」2袋、「便利つゆ」大さじ1、スライスチーズ2枚
- 1 耐熱性の器にこはんを入れ、かつおぶしパック、便利つゆをかけて軽く混ぜる。
- 2 スライスチーズをのせ、オーブントースターで軽く焦げ目がつくまで加熱する。

かつお節と便利つゆで  
ドリアが「和」の  
おいしさに



\*レシピは(株)いんべん提供です。



完成までのプロセスは10以上



まきを燃やしていぶします

「枯節のよさはなんですか  
荒節はいぶし工程までで完成なので、いぶし臭や生くささが残りやすいといえます。一方枯節は、荒節をもとに、さらに1カ月ほどの時間をかけて熟成させます。そのぶんいぶし臭のかがやわらぎ、香りは上品に、うまみはまろやかになります。魚くささが少なくなるので、ポトフやクラムチャウダーなど、洋風料理のだしにもおすすめです。」



納豆をプラスするだけで、和テイストの納豆チャーハンに!



電子レンジでたった4分、チンするだけで本格的な一品が完成!

おすすめします!



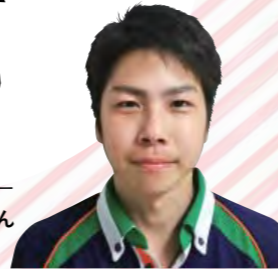
パラパラ食感のチャーハンが家庭用コンロの火力では、なかなか作れません…しかし! この商品はたった4分、電子レンジでチンするだけ。簡単にできるのに本格的でおいしく、みなさんにおすすめです! 仕事で疲れているときや小腹がすいたときに、簡単に調理でき、ひとりぐらしの自分は重宝している一品です!



わたしの  
くらしの中の  
パルシステム

簡単調理で、  
みなさんにおすすめ  
『直火炒めチャーハン (産直米)』

宮前センター  
福元 大樹さん



エコシュリンプとにんにくの  
オリーブオイル炒め



point

殻までおいしいので、むいたあとはだし汁にしたり、少し炒って塩・こしょうすれば立派なおつまみに。

監修:村上安曇(管理栄養士)、撮影:中西多恵子、  
スタイリング:(有)クレア

材料

- 2人分 ●全量カロリー 380kcal
- エコシュリンプ(殻付き)……1袋
- オリーブオイル……………大さじ2
- にんにく……………1かけ
- 鷹の爪……………1本
- 塩……………適量
- きざみパセリ……………適量

作り方

- 1 エコシュリンプは解凍し、尾だけ残して皮をむく。横に寝かせて背に沿って軽く包丁で切り込みを入れ、背ワタも取り除いて、水けをきっておく。
- 2 にんにくは薄切り、鷹の爪は種を取り除き、粗きざむ。
- 3 フライパンを熱し、オリーブオイルをまわし入れ、にんにく、鷹の爪を入れて香りがたったら、エコシュリンプを加えて炒める。
- 4 3に火がとおったら、塩を加えて味を調える。器に盛り、きざみパセリを加えてでき上がり。

メーカー直伝!  
秋  
アレンジ  
レシピ



今年の味の決め手はコレ!

エコシュリンプ

産地の環境に寄り添った方法で、持続的に育てられたパルシステムの国際産直商品。人工飼料や抗生物質を与えず、うまみと鮮度を保ったまま輸入されます。

エコシュリンプは、インドネシアのジャワ島東部・スラウェシ島南部に広がる粗放養殖池で育ったブラックタイガーです。薬に頼らずのびのびと泳ぎながら、池に棲むプランクトンなどを食べて成長。収穫後はすぐに氷締めして鮮度をキープし、迅速に工場へ。保水剤や黒変防止剤等はいっさい使用せず、バラ凍結1回だけで製品化されます。えび好きの方にはたまらない、とれたてに近いプリプリの食感や、えび本来のうまみを、ぜひお楽しみください。



(株)オルター・トレード・ジャパン  
山下万里子さん

<p>たまごパック 92.1%</p> <p>Up</p> <p>先月より 12.0%up</p>	<p>パルシステム 神奈川ゆめコブの リユース・ リサイクル データ</p> <p>はじめよう! エコライフ</p>
<p>ABパック 44.5%</p> <p>Up</p> <p>先月より 6.2%up</p>	<p>リユースびん 69.8%</p> <p>Down</p> <p>先月より 0.2%down</p>
<p>紙パック 93.1%</p> <p>Up</p> <p>先月より 9.5%up</p>	<p>商品カタログ 85.9%</p> <p>Up</p> <p>先月より 8.7%up</p>
<p>米袋 44.3%</p> <p>Up</p> <p>先月より 9.2%up</p>	<p>PET 54.5%</p> <p>Down</p> <p>先月より 6.3%down</p>

2017年10月末現在

ボクがパルシステムの活用法を教えるよ!

ことくんの  
虎の巻

まことくん  
神奈川県育ち、元  
気いっぴいな配達  
担当キャラクター。

白菜の黒い斑点の巻

お鍋がおいしい季節ですね。最近では、お鍋をいろいろな味で楽しめますが、白菜はいつも大活躍です。そんな白菜に黒い斑点があったとき、捨ててしまってもいいかもしれませんが、白菜の白い部分にある黒い斑点は、「アム症」と呼ばれています。栄養をとりすぎたときや気温などの影響でできます。味や鮮度には問題はありません。カビや病気、傷みではないので、食べても問題はないですよ。捨ててしまっても、もったいないですよ。

白菜を保存するときは、丸ごと立てておくのがよいそうです。でも冷蔵庫で丸ごと立てて保存するのは、かさばってむずかしいですね。カットした場合は、切り口を下にして保存するのとよいとのこと。

寒い時期は、新聞などで全体をくるんで涼しい場所においておくと、長もちするそうです。白菜がおいしいこの季節、うまく保存して長く楽しみたいですね。



『エコ・白菜(小玉)』  
除草剤・土壌くん蒸剤  
不使用。浅漬けや、鍋物におすすめです。

「せり、なすな、こぎょう、はこべら、ほとけのぎ、すずな、すずしろ、春の七草」  
子どもの頃、春の七草を覚えたことがありませんか?

日本では、一月七日の朝に七草がゆを食べる風習があり、現在も正月行事のひとつとして定着しています。では、なぜこの日に七草がゆを食べるようになったのでしょうか。もともとは一月七日の「人日(じんじつ)」の日に行われる「人日の節句」の行事食です。旧暦の正月は春に当たることから、雪の下から芽吹いた若い芽を摘んで食べることで、その生命力を取り入れようとしたということとです。前日に若草を摘みに行き、七日の朝にそれを「七草なすな、唐土の鳥が」と歌いながらきさんでおかゆに入れたそうです。現在では「七草セット」として全国で販売されていますが、この時期に若草を摘めない地域では、別の具材を使う風習もあります。七草がゆをいただく、お正月のごちそうで疲れた胃腸をいたわり、冬に不足しがちな青菜をとることが出来ます。みなさんも、家にある青菜を使って、気軽に野菜のおかゆを作ってみてはいかがでしょうか。

食育はつくん隊の  
知ッテ食ベテ

七草がゆ

「食育はつくん隊」とは、食育リーダー養成講座を修了し組合員活動登録を行っているメンバー。さまざまな活動で食の大切さを伝えています。

掲載者には  
300ポイント  
プレゼント

投稿は  
WebでもOK!



# Yume Report

パルシステム神奈川ゆめコープのイベント・活動をレポートします!

★DAY★  
11月13日

## パルゆめシアター 第4弾!

アートフォーラムあざみ野で『いただきます～みそをつくるこどもたち～』を上映しました。食の欧米化がすすむ今、「和食の力」について考える機会をつくりたいと企画しました。当日は、お子さんといっしょに鑑賞される方もいました。保育園の子どもたちが、自分たちが食べるみそを毎月100kg作り、食養生・医食同源に基づいた和食給食をいただく。よく食べ、よく遊び、元気に過ごす子どもたちの姿を追ったドキュメンタリー映画でした。



上映後のトークショーの様子

上映作品「いただきます」

### Voice



- 子どもたちが給食を残さず、すべてきれいに食べている。おいしそうな顔が印象に残りました。わが子にもこんな顔をさせたいと思いました。
- 1日1食だけでも、ていねいに作った和食を食べたいと思いました。

## あなたの

教えてちょーだい

お世話になった人へ  
毎年書いています。

スマートフォンで作成します。スマートフォンでとった写真から簡単に選べ、スタンプを押し、好きな文章も入れられます。宛名書きもできます。便利な世の中ですが、昔ながらの心づかいも大切なので、必ず手書きでひとこと添えます。(びりりきんさん)

## 年賀状

テーマにまつわる知恵やワザ、あなたの工夫について教えてください!

謹賀新年  
2018

絵を変え、言葉を考え書いてます。

私はあくまで手書き。葉書、手紙そして挿絵は、心がひとり歩きしていろいろな世界に夢が膨らみます。来年は、目・手・足がでるようがんばってほしい年。(えだろうさん)



作るのも、もらうのも楽しみです。  
2018年は戌年。親子そろってワンちゃんの耳をつけて、にぎやかではからしい、新年から明るくなるような年賀状を作ろうと思います!! (FMさん)

もう何年もだしてないな  
ほとんどメール。最近SNSかな (Y.Tさん)

### 次回のテーマ

「あなたの花粉症対策」  
早めに薬を飲みますか? 完全防備しますか? 何もませんか? 花粉症との上手な付き合い方など、教えてください。

★DAY★  
11月10日

## フリートーク & フォト

- ★身近な話題
- ★おすすめレシピ
- ★生協へのご意見
- ★写真やイラストも! お待ちしております♪



たくさん食べて、たくさんお話ししました



クイズで大盛り上がり



青年農業者のみなさんと楽しく交流できました

## 2017年度 若手農業者とランチ交流会

青年農業者と産地の様子や農産物について語り合い、交流を深めようと企画される2年に1度の交流会をふらっとパル茅ヶ崎で開催。はじめに産地や生産者の自己紹介のほか、今夏の長雨や台風被害について、報告がありました。その後、産地の食材を使用して、たっぷりの野菜と『神奈川のすくすくパン豚』で作ったお鍋を囲み、なごやかな雰囲気の中ランチ交流が行われました。また、クイズ大会も行われ、農作物を育てていなければわからないような生産者からのクイズに、参加者は「へ〜、なるほど」と感心しきり。会場は大いに盛り上がり、お互いの理解が深まる交流会となりました。

山形の地元では、あけびは中身は食べずに、外側だけ食べるそう。おそろおそろ皮を料理するとトロツとおしかった!  
(たいちーずさん)



編集部より  
食べたことないです。試してみますね!

食べたりんごの種が実をつけたとお便り、とてもうらやましいです。私も食べたなら、いろいろまいています。実がなるところまではいきませんが、鑑賞用植物になっています。発芽するとうれしいですね。(B.b.Eさん)

編集部より  
ワクワクしますよね。

「わが家のお気に入り」は、ふつうの料理レシピより、なにげない食材で、ほかの人はそうやって料理して食べていると思うと、より身近に感じる。(C.Nさん)

編集部より  
そうですね! これからは、レシピ投稿はこちらで紹介します!



幼稚園年長さんの娘は、こんせんくんが大好きです。おままごとでは、こんせんくんの母親です。幼稚園の作品、横浜のイルミネーションイベントでランプを作りました。(H.Yさん)

編集部より  
かわいいお母さんですね!



### Check!

イベントの開催情報は、『weekly どリーむべいじ』、ホームページをご覧ください。



# クイズ まちがいさがし

## 露天風呂

>> 今月のテーマは

新年を迎えて寒さも本格的な1月。冷えきったからだもぼかぼかの湯船に入れば、芯まであったかです。湯がめしないうちにふとんに入れば、今夜はいい夢がみられるはず！左右の絵を見比べて、明らかに違っているところを5カ所見つけてください。



[11月号の正解] ①・②・④・⑦・⑩

### クイズ当選者発表(敬称略)

応募総数…500名 正解者数…483名

<海老名市>綿貫悦子 <川崎市>高原千穂、松崎優子、松永幸代、湯浅千恵子 <相模原市>青木俊美、田中孝子 <茅ヶ崎市>村田洋子 <平塚市>守屋美弓喜 <藤沢市>見富尚子 <大和市>人見智香 <横須賀市>中馬文字、橋爪たけ子 <横浜市>小園和子、小沼恵子、酒井真喜子、高宮美枝子、西川ラウラ、野崎みのり、若山奈都恵

### 応募はどリーむメールで!

提出は下記のいずれかの方法でお願いします。正解者のなかから抽選で20名に、300ポイントをプレゼント!

締切/1月26日(金)

発表/当選者は、どリーむべいじ3月号(3月5日発行)で発表

## どリーむメール提出方法

### 1 配送便



必要事項を記入後、点線で切り取り、配達時にご提出ください。

### 2 ホームページにアクセス



機関誌どリーむべいじ

検索



### 3 Eメール

yume-kouhou@pal.or.jp  
投稿コーナー名・氏名・組合員番号・写真の説明を必ず記載してください。写真のサイズは500KB~2MBで。

提出締切 配送便:1月26日(金) ホームページ、Eメール:1月27日(土)12:00

## ●●●どリーむメール●●●

提出締切:1月26日(金)

バルシステム神奈川ゆめコープ 機関運営部 広報課 行

ふりがな  
お名前

組合員番号

1. 投稿する項目に✓をつけ、右に内容をご記入ください。(投稿は任意です)

- 教えてちょ〜だい! (テーマ)「あなたの花粉症対策」(P.11)
- フリートーク&フォト(P.11)
- 「どリーむべいじ」へのご意見・ご感想、バルシステム神奈川ゆめコープへのお便り

2. クイズまちがいさがし(P.12) 解答欄

3. 今月号で興味をもたれたページを教えてください。(複数回答可)

- 表紙  P2~3 特集  P4 もっとフカボリ  P5 理事会報告
- P5 ハイッ生協です!  P6~7 商品図鑑
- P8 メーカー直伝! ㊟アレンジレシピ  P8 知ッテ食ベテ
- P9 くらしの中のバルシステム  P9 まことくんの虎の巻
- P10 Yume Report  P11 ゆめひろば  P12 まちがいさがし

\*どリーむメールの提出は、WEBまたは配送便でお願いします。

投稿文章の掲載(可・不可)

名前掲載(匿名希望・イニシャル( )・ペンネーム( ))

- 基本的に個別回答は行いませんが、誌面づくりの参考とさせていただきます。
- 「教えてちょ〜だい! あなたの○○」「フリートーク&フォト」における投稿者名掲載は、ペンネームを原則とし、実名掲載はいたしません(ペンネームの記載がない場合は、イニシャルとさせていただきます)。
- 掲載投稿文章は、当組合Facebookで紹介させていただくことがあります。