

どリーまペイジ

2018
09
vol.144



お年寄りを敬い、長寿を祝う
 「敬老の日」。いつまでも元気でいてね、
 あいちゃん、あはみちゃん。

特集

助け合いの輪を広げる生協の保障 パルシステムの共済

いのち いくつ
 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。

TOPICS

- 理事会報告** 第10期第16回定例理事会
- 監事会報告** 2018年度監査計画と監査活動
- 商品図鑑** 『鹿児島若鶏モモ唐揚(しょうゆ)』.....
- 知って食ベテ** 食料自給率
- Yume Report** 小川和男養鶏場交流



助け合いの輪を広げる

生協の保障

パルシステムの共済

人々が抱えている
くらしの課題が
何であるのかを共有し、
困っている仲間のために
組合員がお金を出し合いながら
サービスを充実させていく。
パルシステムは、
価格やサービス内容だけ
ではないエシカルな視点[※]で
保障事業を
運営しています。

※「エシカル(ethical)」とは「倫理的な」「道徳的な」の意で、「エシカル消費」といった使われ方もします。パルシステムは、常に商品がつくられた背景を知り、社会への影響を考えて選ぶという視点で事業を行っています。

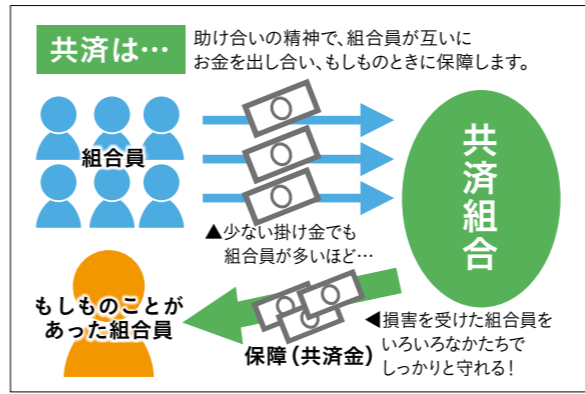
ひとりや万人のために、
万人はひとりのために

パルシステムは、組合員のくらしのなかで生まれるさまざまな課題や願いを、みんなで助け合い、協力し合って解決していこうという考えのもと、すべての事業や活動を行っています。

パルシステムの保障事業のメインである「共済」も「ひとりや万人のために、万人はひとりのために」という助け合い(相互扶助)の精神で、組合員が掛け金を出し合い、集まった掛け金で、実際に困った方を金銭面で救う取り組みです。みんなで助け合うという、パルシステムが大切にしているコンセプトと合致する事業なのです。

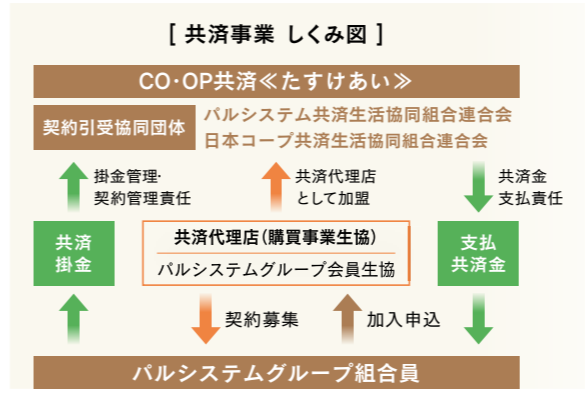
生協が取り組む保障
CO・OP共済

共済とは、同じ地域または同じ組織(協同組合)に属している人(組合員)が互いに掛け金を出し合い、加入者に火災・死亡・自動車事故・傷害・病気などが発生したときに、定められた金額を支払うものです。日本にはさまざまな共済があり、CO・OP共済は、全国の生協と協力しながら展開するプライベートブランド(PB)の保障商品です。パルシステムでは、パルシステム共済生活協同組合連合会(以下、パルシステム共済連)を通じて、組合員の声をもとに商品提供とサービスを実施しています。



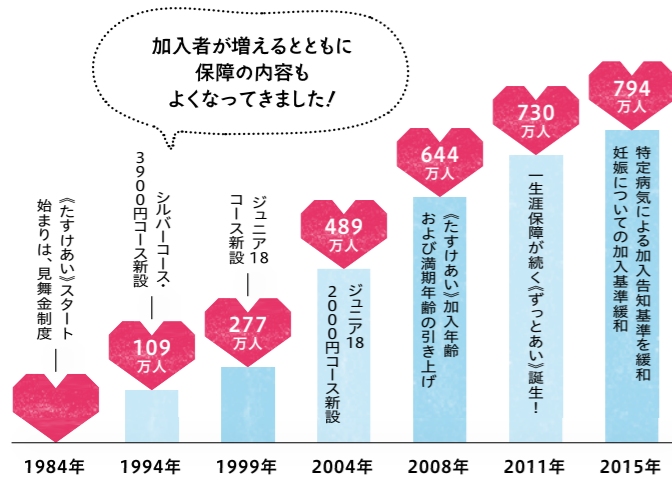
パルシステム共済連って?

以前、パルシステムは購買事業を行いながら、共済事業もひとつの団体として行っていました。しかし購買事業と共済事業では、その事業の性格が異なっています。そこで、しっかりと契約責任を果たすため、共済事業を専門とするパルシステム共済連を設立し、2010年4月より事業運営を始めました。また、2013年より保険代理事業を開始し、共済ではまかないきれない保障部分、実現不可能な保障部分について、独自で保険代理店を設立し、取り扱い基準を設けて商品提供とサービスを実施しています。



CO・OP共済

助け合うチカラを広げ、組合員の声をカタチに



※加入者数は《たすけあい》《あいぶらす》《ずっとあい》の合計数値です。

1984年に組合員同士がくらしを助け合う目的で生まれたCO・OP共済。始まりは保障というより見舞金制度でした。加入者が増え、助け合うチカラが大きくなることで、徐々に保障内容がよくなりました。また、組合員から寄せられた「声」に耳を傾け、商品開発・改善を続けることで、加入条件がゆるやかなコースや終身共済の誕生、先進医療特約の新設なども実現することができました。

これまでのあゆみ

CO・OP共済
ならではの取り組み

CO・OP共済は組合員がつくった組合員のための保障商品です。営利を目的とするのではなく、加入者の役に立つことをいちばん大切に運営しています。そんなCO・OP共済ならではの取り組みの一部をご紹介します。

共済金請求忘れゼロ運動

CO・OP共済は、共済金をお支払いすることでお役に立ちます。もれなく共済金を請求いただくため、「請求忘れはありませんか?」と積極的に案内しています。

/// ありがとうの声 ///

「今さら...」と思っていた時に

請求を忘れ、半年が過ぎた時に領収書を整理していたら、思い出しましたが、「今さら...」と思っていた時に配達担当の方に声を掛けていただき、手続きも簡単で良かったです。ありがとうございました。



「異常災害見舞金」制度

加入者が地震・噴火・津波などの大規模な自然災害により住宅に一定程度以上の被害を受けた場合、「異常災害見舞金」をお支払いしています(大きな災害に備え、加入者からお預かりする大切な掛金から毎年積立てています)。

/// ありがとうの声 ///

対象者	《たすけあい》 《あいぶらす》 《ずっとあい》 《あいあい》にご加入の方
内容	全壊・全焼/ 半壊・半焼/流出 50,000円 一部壊・一部焼・ 床上浸水 10,000円

※発生した災害が大規模な場合、積立金を超えるような場合は、見舞金を削減することもあります。

※組合員からいただいたお話を掲載しています。お支払い内容や共済金請求書類につきましては、ご契約内容・ご請求内容によって異なります。

折り鶴の輪

共済金の請求書類をお送りする際にお見舞いと励ましの気持ちを込めて折り鶴を同封しています。この取り組みを広げるために、全国の組合員みなさんにも折り鶴作成のご協力をいただき、当組合には約10万5千羽の折り鶴が寄せられました。

/// ありがとうの声 ///

折った鶴が全国の人へ

子どもが入院退院してすぐにCO・OP共済に請求しないと思い、すぐ鶴が入っていて、我が子が折った鶴がこうして全国の人へ届けられると思ううれしくなりました。

落ち込んでいた心に折り鶴が

台風で床上浸水に遭い、住宅災害共済金が早々に振り込まれまして、ほんとうに助かりました。落ち込んでいた心に折り鶴が送られてきて、心が熱くなり元気をもらいました。「助け合いの気持ち」の大切さを感じました。コープの共済に入って良かった。組合員同士の助け合い、ほんとにありがたかったです。

次のページでは、「パルシステム共済連が取り組む社会貢献活動」について紹介します。

一人ひとりのくらしに寄り添うパルシステムの共済活動

パルシステム共済連では、保障事業の剰余を共済加入者へお返しするだけでなく、よりよい地域社会づくりに向けて、組合員が自主的に行う子育て支援や福祉助け合い活動、ライフプランニング活動、健康維持活動に還元しています。

「協同組合の共済」を掘り下げます

さらに深く

今号の特集から

ライフプランニング活動

組合員の心豊かで安心できるライフプラン作りのため、「くらしの見直し講演会」や「家計に関する学習会」などを通じて、くらしや家計に関するいろいろな情報を提供し、貢献していきます。

当組合では、FP（ファイナンシャルプランナー）の資格をもつ組合員のLPA（ライフプラン・アドバイザー）が講師として継続的に学習会を開催し、組合員が必要な保障を選べる力を身につける手助けをしています。

■学習会の一例

- ・かんたんかけいぼ
- ・保険の学習会（生命・医療・証券分析）
- ・夢をかなえる未来年表を作ろう！
- ・おこづかいゲーム など



LPAによる学習会の様子

たすけあい活動助成金

保障事業の剰余を共済加入者へお返しするだけでなく、よりよい地域社会の構築に向けて、組合員が自主的に行う活動（組合員活動）を「助成」という形でサポートしています。助け合いのしくみとしてお預かりしたお金を結集することによって、組合員ひとりではできない大きな社会貢献活動が可能となります。

■当組合で実施した2017年度 たすけあい活動助成金 助成対象活動の一例

- ・介護職員初任者研修の開催
- ・福祉の実態を知るための映画上映会
- ・くらしの見直し講演会
- ・思春期の子を持つ親のための講座
- ・地域での子育て支援のための子育てサロン



「くらしの見直し講演会」の様子

災害時お見舞い訪問活動

地震や竜巻、噴火など、災害が起きた際に、全国の生協と連携して、いち早く被災された方をお見舞い訪問しています。災害規模などに応じて、全国の生協と協力しながら、被災地区の加入者への電話がけと加入者宅への訪問活動を行い、お見舞いの気持ちを伝えるとともに、迅速な共済金・見舞金のお支払いを心がけています。



東日本大震災時の訪問活動の様子

ピンクリボン運動

乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進することなどを目的として行われる世界規模の啓発キャンペーンのことで、パルシステムグループ全体で取り組んでいます。



まとめ

□ 高齢化、大規模自然災害の多発など、くらしを取り巻く環境は変化し、厳しくなることが予想されます。だからこそ、助け合いを形にした共済の役割は大きくなっていきます。より多くの支え合いが実現するように、当組合は共済の価値を広めていきます。

共済についてのお問い合わせは、「コープ共済センター」(☎0120・700・750)までご連絡ください。



理事会報告

決定したこと



印章管理規程を改正しました

・押印者と押印者不在時の押印代行者に関する規定について、運用実態に則した内容に改正しました。

・決済印（各部門長・部署長印）に関する規定、福祉関連の運用手続きの規定を補強しました。



確定給付企業年金規程及び確定給付企業年金運用管理規程を改正しました

・「確定給付企業年金法施行規則の一部を改正する省令」（平成30年4月1日施行）の施行、確定給付企業年金の運用の基本方針、政策的資産構成割合の策定義務化に伴い、確定給付企業年金規約の内容を変更しました。

・「確定拠出年金制度等の一部を改正する法律」（平成30年5月1日施行）の施行に合わせ、中途脱退者の範囲拡大に伴い、確定給付企業年金規約の内容を変更しました。

報告事項

Pick up ① 公開確認会 初級監査人講習会

10月に産直産地である鹿児島くみあいちキンフーズ株式会社にて公開確認会を開催します。公開確認会に先立ち、6月29日、新横浜本部にて初級監査人講習会を開催し、19名の組合員が受講しました。



グループワークの様子

Pick up ② 政府に意見書を提出

パルシステム連合会と連動し、7月6日、農林水産大臣、国土交通大臣、環境大臣の3閣僚へ、「ニホンナギの資源保全と持続可能な利用のための意見書」を提出しました。

監事会報告



監事と監事スタッフ

2018年度 監査計画と監査活動

第10期監事会には有識者監事2名と組合員監事3名の5名で構成しており、有識者監事は専門分野からの視点で、組合員監事は組合員の視点で、それぞれの得意分野を生かした監査活動を行っています。組合の事業活動が法令を守って適正に行われているか、会計と業務執行の両面について、理事から独立した立場で監査します。

2018年度は、業務の適正性を確保するための要となる「内部統制システムの状況」、労働災害削減や人材確保などの「労務管理、安全運転、人材確保の状況」、「福祉事業の状況」さらに、これまでの監査で「指摘した事項の進捗状況」の4つを重点監査項目としています。

監事は、引き続き当組合が健全で持続的に発展し、社会から信頼される組織となるよう、公正な態度をもって、誠実に監査を行います。

今月は「ハイッ生協です!」はお休みです。

生協のうごき

2018年6月末現在

組合員数

全体 **323,262** 人

前月比 **+ 1,353** 人 ↑

期首比 **+ 4,968** 人 ↑

6月度決算概況

	6月度決算概況	前年比	予算比
供給高	3,806,246 千円	97.3%	98.8%
経常剰余	85,597 千円	58.2%	215.3%

	累計数値 (2018年4月~)	前年比	予算比
累計供給高	11,451,782 千円	101.6%	99.3%
累計経常剰余	170,804 千円	70.7%	239.6%

指定農場の若鶏で作る
うみたっぷりの唐揚げ



『鹿児島若鶏モモ唐揚げ(しょうゆ)』

240g 498円
(税込538円)
『鹿児島若鶏モモ唐揚げ(しょうゆ)』徳用
540g 980円
(税込1,058円)

今後の企画予定

- ・9月3日回
(コトコト:徳用・きなり:240g)
- ・10月3日回
(コトコト:きなり共通:240g)
- ・11月2日回
(コトコト:きなり共通:徳用)

企画は、変更する場合があります。



素朴でジューシーな
おいしさが人気の秘密

お話を
いただいたのは



写真右より:
全農チキンフーズ株式会社 東日本営業本部
戸島 辰次さん
鹿児島くみあいチキンフーズ株式会社 製造事業部
落合 太さん
株式会社パル・ミート 商品部
伊藤 典さん
パルシステム生協連合会 商品開発本部
塚原 雅之 職員

ひな鶏の飼育から 加工製造まで 一社で責任管理

本品は産直産地「鹿児島くみあいチキンフーズ株式会社」(鹿児島県) (以下、くみあいチキンフーズ) が製造する人気商品です

伊藤 本品の開発は、くみあいチキンフーズと鶏の飼育について共感し合える産地として出合ったことで始まりました。鶏はストレスに弱く病気に



鶏は光と風の入る鶏舎で育てます

りやすい生きものです。その病気を予防する目的で、飼料に抗生物質を添加することが一般的でした。一方パルシステムの産直産地では、飼育全期間、飼料に抗生物質を添加せず、光と風の入る、より自然に近い鶏舎で、鶏のもっている生きる力そのものを大切に飼育を行っています。

くみあいチキンフーズの特色は

塚原 ひな鶏の飼育から、食肉処理工場での加工品製造まで同社が一貫し

『鹿児島若鶏モモ唐揚げ(しょうゆ)』ができるまで

「加工工程」

- 1 味付け↓静置**
カットしたモモ肉を味付け後、低温で静置して味をなじませる。
- 2 衣をつける**
小麦粉、でんぷんベースの衣をつけた後、目の細かいパン粉が入った衣をつける。
- 3 フライ**
手作業で肉に衣をつけ、形を整えてからフライヤーで揚げます。
- 4 粗熱とり↓急速凍結**
常温でさましたあと、急速凍結してでき上がり。

「鹿児島若鶏のムネ肉の唐揚げもあります」

『鹿児島若鶏唐揚げ(ジャンボパック)』

鹿児島若鶏のムネ肉で作ったしょうゆ味の唐揚げです。たっぷり使えるジャンボパック。

こちらもおすすめ!



10月4日『コトコト』企画予定

で行っていることです。製品パッケージに印字された「賞味期限」がわかれば、生産者がだれでどのような飼料で育てたかわかります。市場には数多くの加工済みの唐揚げがありますが、原料の履歴までたどれるのは、一社で責任をもって管理する同社の製品だからこそといえるでしょう。

電子レンジ加熱でサクッ、ふわっの揚げたてを再現

本品がめざした唐揚げとは

落合 健康に育てた鶏だからこそ、「鹿児島若鶏」の肉の弾力やうまみの濃さなどには自信がありました。そこでこの肉質を生かし、もともともオーソ

ドックスなししょうゆ味をベースに、衣はサクッと、中の肉はジューシーな、これぞ唐揚げという王道の商品を開発しようと考えました。これに、にんにくやしょうがなど家庭で作る唐揚げのようなシンプルな香辛料を加え、飽きがこない商品をめざしました。

電子レンジ加熱で手軽に食べられるのも特徴です

落合 電子レンジ調理商品にとっていちばんの敵は、解凍加熱したときに出る鶏肉の水分が、衣の中に移ってベチャッとしてしまうこと。そのため開発には衣の水分を外に逃がす工夫が必要でした。

具体的にはどのような工夫ですか

落合 衣に卵を使うと肉全体を覆う膜となり、水分が外に出ることができないため、水っぽくなってしまいます。そ

こで本品の衣は小麦粉とでんぷんだけで卵は使用していません(※)。また外側にまぶす粉には、細かくかたいパン粉を入れたものを薄くつけ、水分で衣が重くならないようにしています。揚げたてのようなサクッとした食感とジューシーさは、衣の原料やつけ方を試行錯誤することで実現したのです。

(※)本品製造工場では、卵を含む製品を生産していません。

産地との連携から生まれたおいしさと安全性

本品の魅力とは

戸島 鶏肉そのものにうまみがあるからこそ、化学調味料に頼らなくても、シンプルな味つけでおいしく食べていただけます。産地の努力とノウハウ、パルシステムが連携してこそ生まれた商品だと知っていただければうれしいですね。

おすすめポイントは

伊藤 唐揚げはおとなにも子どもにも人気のおかずです。なかでも本品は産直鹿児島若鶏のモモ肉を使用し、素材にもこだわった二品。電子レンジで手軽に調理できるので、メインのおかずやお弁当、おつまみなど、さまざまな用途で活躍します。



香ばしいしょうゆ味がベース



生産者一人ひとりが健康な鶏を育てています

おすすめします!



まだ配達をはじめたばかりの暑い夏に、「ちよっとおいしいから飲んでいきなさいよ!」と出していた麦茶。その味が忘れられなくて、今ではうちの必需品になっています。
六条麦茶を石釜で二度煎りし、決して粒を砕かないから名前は「つぶまる」です。美しく澄んだ透感のある色合いと上品な味、ムギムギしい香りは極上です。



オプションカタログ「yum yum For Baby&Kids」掲載商品です



石焼きいもがおいしく焼けるのと同じように、石釜から出る遠赤外線が麦茶をおいしくするので

わたしの くらしの中の パルシステム

『麦茶つぶまる(ティーバッグ煮出し用) 13g x 20』

やっぱり麦茶は
これでしょ〜♪



相模センター
及川 かな子さん

【作り方】

- 1 やかんに1.5ℓの水を入れ火にかけます
- 2 ティーバッグを2袋入れます
- 3 沸騰してから弱火で5〜6分煮出します
- 4 30分〜1時間さましてから、冷やして召し上がってくださいネ

国産野菜の福神漬け入り いなりずし



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

point

福神漬けの調味液の味を生かして、酢を加えて調整します。仕上げの絹さやはお好みで。ほかの緑黄色野菜でも代用できます。

材料

- 8個分 全量カロリー1000kcal
- 国産野菜の福神漬け…1袋(100g)
- 米……………1合分
- 酢……………大さじ1
- 味付け油揚げ……………8枚
- 絹さや(ゆでたもの)……………8枚

作り方

- 1 ご飯を炊き、熱いうちに福神漬けを調味液ごと合わせ、酢を加えて切るように混ぜる。しゃもじで上下を返しながらかきまぜます。
- 2 1を8等分してまどめ、味付け油揚げに詰める。形を整えて、仕上げに斜めに切った絹さやをのせる。



国産野菜の福神漬け

“七福神”になぞらえたとはいわれる、7種類の野菜をきざんで漬け込んだ「福神漬け」。そのすべてが国産原料。それぞれ旬の時期に収穫し、塩漬けにして保存しました。

具材の約7割を占める大根は産直100%。ほかの野菜(なす、れんこん、きゅうり、しそ、しょうが、なたまめ)とごまは、いずれも国産。ごままで国産のものはなかなかありません。調味料にはPBの『特選丸大豆しょうゆ』を使用。着色料などの食品添加物は使用せず、野菜のうまみや色合いを生かして、すっきりとした甘さに仕上げました。
カレーの友はもちろん、ごはん混ぜたり、卵焼きに入れたりするのもおすすめです。



株式会社 八幡屋
植田彩香さん

パルシステム神奈川ゆめコープの リユース・リサイクル データ

対象	回収率	前月比
リユースびん	55.0%	-1.8%
商品カタログ	78.3%	+7.1%
紙パック	84.0%	+10.6%
たまごパック	83.2%	+11.7%
ABパック・ヨーグルトカップ	35.6%	+2.7%
PETボトル	48.1%	-1.2%
米袋	44.3%	+5.4%
注文用紙	86.6%	+5.1%
プラスチック袋	26.5%	+0.4%
「お料理セット」トレー	65.3%	+6.9%

■今月のリユース・リサイクルによるCO₂削減量 約191t
一般家庭(年間)のCO₂排出量【約39世帯分】
2018年4月からの累計【約123世帯分】

※対象品目は一部
※参考 環境省3R行動見える化ツール

ことくんの 虎の巻

配達担当キャラクター
まことくんが、
パルシステムの活用方法を
教えます!

インターネット注文のすすめの巻

台風や降雪などの影響で、翌日以降も商品の欠品や配達遅延が発生することがあります。そんなときは、お問い合わせ電話もつながりにくく、ご迷惑をおかけしてしまい申し訳ありません。
パルシステムの商品は「メーカーや産地から配送センター」「セットセンターから配送センター」「配送センターから「自宅」にお届けしているため、物流がマヒすると大きな影響を受けてしまいます。お届け状況は「インターネット注文ページ/MYメニュー(マイページ)/注文ページ/MYメニュー(マイページ)/配達状況(お届け状況の確認)」でご確認いただけます。インターネット注文をぜひご利用ください。

ホームページでお届け状況が確認できます

お届け状況の確認画面

知ッテ食ベテ

食料自給率

日本の食料自給率は38%(カロリーベース)です。国産の食料はもっと多いはず、と感じている方も多いでしょう。しかし国産であっても輸入された飼料を食べている畜産物は国産として算入されず、実際の自給率は下がってしまいます。昭和40年代には70%を超えていた食料自給率がここまで下がった背景には、私たちの食生活が変化したことや外食の普及などがあります。
生きていくうえで、なくてはならない食料を自国でまかなえないとは、どういうことなのでしょう。世界的な農業不況に襲われたら? 万が一、経済封鎖などで輸入ができなくなったら? たちまち深刻な食料不足に陥ること。国産の食料を買って食べることは、生産者を支えるためだけでなく、消費者自身のためでもあるのです。
では、私たちには何ができるのでしょうか。たとえば、輸入品の小麦粉を使うことが多いパンや麺類などは、なるべく国産原料のものを選ぶ、もしくは米を食べる回数を増やす。肉や卵は飼料も国産のものを選ぶ。日々の食卓から、できることはあるのです。
参考:農林水産省ホームページ

「食育はっくん隊」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。今年度の食育リーダー養成講座は、「食育はっくん隊養成講座」として10月に開催します。くわしくはホームページをご覧ください。

掲載者には
300ポイント
プレゼント

投稿は
インターネット
からでもOK!



バ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!

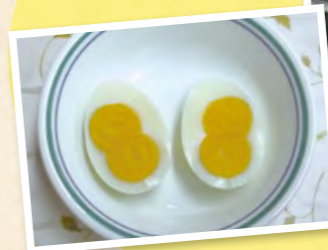
小川和男養鶏場交流 「卵のおいしさ伝えたい!」

★DAY★
7月7日

相模センターとその近くの畑にて、じゃがいもの収穫体験と卵の学習会を開催し、組合員家族ほか38名が参加しました。バルシステムの『産直たまご(赤玉またはピンク玉)』の生産者である小川和男さんは、耕作放棄地を活用してさまざまな野菜を栽培しています。“土に気軽に触れてもらいたい”との思いから、野菜の収穫体験と卵の学習会をセットに行う企画は、毎年恒例の人気企画となっています。収穫体験では、じゃがいも畑に並び、土の中にあるじゃがいもをたくさん掘り起こしました。その後の学習会では、小川さんの説明と鶏舎の写真から、風と光が入る鶏舎で鶏が大切に育てられている様子がうかがえました。バルシステムの卵を生む鶏の飼料と一般的な飼料の比較も行い、最後に小川さんから「いいエサを食べないといい卵を産まない」の言葉が。バルシステムの卵がより身近に感じられる1日となりました。



収穫のよろこびを実感



めずらしい二黄卵のゆで卵



小川さんへ
卵の質問コーナー

あなたの 教えてちょうだい

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!

【今回のテーマ】 缶詰料理

大豆ごはん

「大豆缶、塩、しょうゆ、白だし、酒、白米にもち米も加えて炊きます。わが家は休日のお昼ごはんにおにぎりにして海苔をまいていただきます。大豆の香りが食欲をそそります。」
(happyさん)

「さんま味付け缶」で そうめんを

お好みのきのこときざみねぎ、しょうがはせん切りかすり下ろして、めんつゆと水、「さんま味付け缶」を汁ごと入れて鍋でひと煮立ちさせます。温かいままつけめん風にそうめんを食べても、さまざま食べてもおいしいです。大葉やきざみのり、みょうが、炒りごまなどを加えると変化も楽しめてよいですよ。
(ゆかつちさん)

お気に入り「ひじき缶」

煮物もおいしいですが、ゆでた青菜と混ぜて和風ドレッシングをかけて食べます。簡単＆ヘルシーな使い方がGOODです。
(M.Sさん)

「コンビーフ缶」と じゃがいものグラタン

じゃがいも、玉ねぎを牛乳で煮込み、「コンビーフ缶」、生クリームを投入。耐熱皿に移し、ピザ用チーズとパン粉をのせてオーブンへ。200℃で約10分焼きます。簡単ですが、コンビーフのうまみでワンランク上の一品ができます。
(T.Tさん)

「さば缶」のよせ焼き

「さば水煮缶」をポウルにあげ、缶汁となじませるようによくほぐす。おろししょうが小さじ1と、おからパウダーか高野豆腐のすりおろしを加えて混ぜる。固さをみながら、溶き卵を半分ほど加える。フライパンで焼くと、ふわつとした食感でおいしいですよ!
(S.Sさん)

次回のテーマ (掲載は11月号)

「ぐっすり眠るコツ」
朝夕過ごしやすくなってきましたね。秋の夜長の季節にぐっすり眠るコツ。教えてください。

～知っていた?こんなこと～ 「登戸研究所資料館」を見学

★DAY★
7月21日

明治大学生田キャンパス(川崎市多摩区)内にある「明治大学平和教育登戸研究所資料館」の見学会を開催し、組合員、役職員など36名が参加しました。登戸研究所は、アジア太平洋戦争前に旧日本陸軍が「秘密戦」(防諜・諜報・謀略・宣伝)の兵器を研究開発するために開設した研究所です。戦後すぐに証拠隠滅作業が行われ、長い間語られることがありませんでしたが、事実を残し、過去の過ちを繰り返してはいけないという平和を願う思いから、資料館として残すことになりました。当日は、学芸員の方の詳しくわかりやすい説明を受けながら資料館やキャンパスに残る史跡をめぐりました。科学研究が戦争に利用された事実と秘密裏に行われることの恐ろしさを知り、史実を後世に語り継ぐことの大切さを実感する機会となりました。



風船爆弾の開発についての説明を受けた第二展示室



裏に「陸軍登戸研究所建之」ときざまれている動物慰霊碑



偽札製造の様子や実際の偽札が展示された第四展示室

Check!

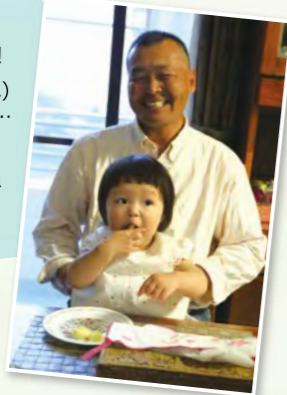
イベントの開催情報は、『weekly どリーむぺいじ』、ホームページをご覧ください。



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♪
(掲載は11月号)

じいじのお膝の上は特等席!
(ハルママさん)
編集部より
おふたりともいい笑顔ですね



連日の暑さでヘトヘトです。エアコンなしで寝ようと、数日、扇風機を使っていますが、寝不足がみえます。やはりエアコンを使わなければダメなのでしょうか?
(K.Aさん)
編集部より
今年の猛暑は危険レベル。熱中症、大丈夫でしたか?

元気なひまわりを見ると、暑い夏を乗りきっていけます。
(J.Mさん)
編集部より
猛暑もあと少し…がんばりましょう



夫が財布を忘れて出勤。電話があり会社まで届けた。会社での夫は、家で見せる顔とは違い、なんだか頼もしく見えた。家族のために仕事をがんばっている夫にあらためて感謝!
(葉月さん)
編集部より
頼もしい顔、すてきですね

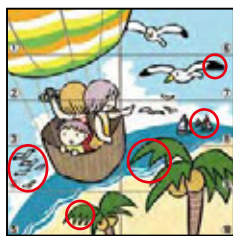
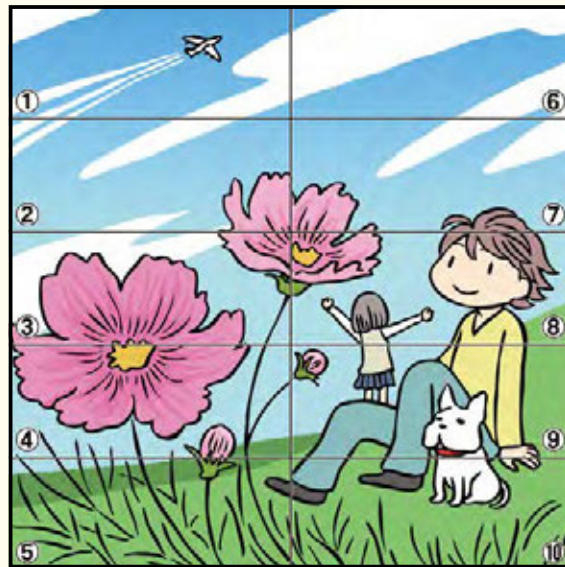


クイズ まちがいさがし

秋晴れ

>> 今月のテーマは

どこまでも続く青空の下でほっとひと息つけば、気持ちのいい風が走り抜けます。夏のイベントで疲れたからだを休ませて、さあ後半戦の始まりです！左右の絵を見比べて、明らかに違うところを5カ所見つけてください。



[7月号の正解] ④・⑤・⑦・⑧・⑨

クイズ当選者発表(敬称略)

応募総数…464名 正解者数…437名

<厚木市> 鶴屋奈生子 <海老名市> 小笠原博子 <鎌倉市> 石原澄子 <川崎市> 神田早苗、増田薫 <相模原市> 加藤裕介、細山美紀 <座間市> 菊地由香 <平塚市> 江藤秀美 <藤沢市> 下村裕子 <横浜市> 麻生涼子、市川薫、伊藤聡、井上朋、大石美登利、大年ゆきえ、曾我ひとみ、竹花明子、早崎寛子、吉田恵子

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！

発表/当選者は、どリーむべいじ11月号(11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:9月21日(金) ホームページ、Eメール:9月22日(土) 12:00

●●●どリーむメール●●●

提出締切:9月21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)「ぐっすり眠るコツ」(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 監事会報告 P6~7 商品図鑑
- P8 メーカー直伝! ㊟アレンジレシピ P8 知って食ベテ
- P9 暮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! あなたの〇〇」「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)。
- 掲載した投稿文章は、当組合Facebookで紹介させていただくことがあります。