

ともにつくる心豊かなくらし

どリーまっぺいじ

Index

今月の特集

核なき世界を めざして

理事会報告
第10期第26回臨時理事会
第10期第27回定例理事会

ハイッ生協です！
生協に期待される役割

商品図鑑
『こんせんプレーンヨーグルト
(低脂肪)』

知ッテ食ベテ
半夏生とタコ

Yume Report
第24回オニオン祭
ほか

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。



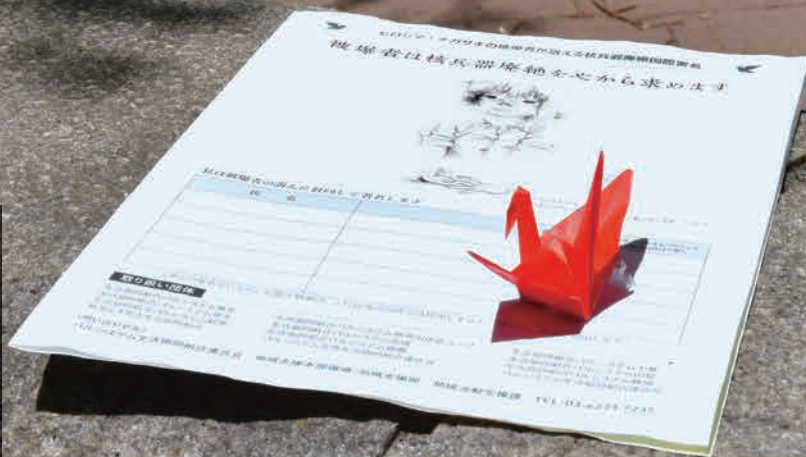
生活協同組合バルシステム
神奈川ゆめコース



光の一筆に願いをこめて。

今月の 「ゆめのめ」

「ヒバクシャ国際署名」の活動には、組合員のみならず多くの協力があり、2019年5月末で10万6999筆が集まりました。一人ひとりの署名が集まり大きな力となって、子どもたちも安心してらせる“核なき世界”の実現へとつながっていきます。



核なき世界を

めざして

◀「ヒロシマ子ども平和スタディツアー」を毎年8月に開催。小中学生が原爆の恐ろしさを学んでいます



▲新横浜駅前街頭署名活動

パルシステム神奈川ゆめコープは「生命の尊厳や生きる権利が守られた、安心して暮らせる世界をつくるために行動します」を平和活動の基盤に、平和学習や講演会などさまざまな取り組みを行ってきました。近年は「ヒバクシャ国際署名」に取り組み、2017年度と2018年度の2年間で10万筆を超えました。今回は核兵器の廃絶について考えます。

核兵器禁止についておさらい

核兵器の廃絶に向け大きく進展した「核兵器禁止条約」。同時に「NPT(核不拡散条約)再検討会議」という5年に1度、話し合う場が設けられています。

核兵器禁止条約とは

核兵器を非人道兵器と断じて、核兵器にかかわるあらゆる活動を例外なく禁止した画期的な条約で、2017年の国連総会において122カ国が賛成し採択されました(ただし日本は不参加)。条約は各国の国会承認を経て批准され、批准国が50カ国を超えると発効しますが、現在23カ国(2019年4月現在)の批准となっています。

NPT再検討会議とは

1970年に発効の「核不拡散条約(NPT)」は191カ国が加盟した多国間条約です。核兵器の保有国が5カ国(米・ロ・中・英・仏)以上に広がるのを防ぐことを目的として、条約の履行状況などの点検のため、5年ごとに再検討会議を国連本部で開きます。当組合でも神奈川県生協連とともに、過去のNPT再検討会議に理事・職員を派遣し、核兵器の恐ろしさを伝え被爆者

今後の課題とは

核兵器禁止条約は画期的な条約ですが、まだ批准国が少なく発効していません。この早期発効が重要となります。そのためには「ヒバクシャ国際署名」や、世界の7500を超える都市が参加する平和首長会議など、地方自治体が声をあげ政府に働きかけることが大切です。パルシステムは今後も核兵器禁止条約に関する教育活動を行い、核兵器の非人道性とその危険性に対する意識を高めていきます。



神奈川県原爆被災者の会の中村雄子さん(写真左)



2015年NPT再検討会議に合わせ、日本から多くの市民団体がニューヨークを訪れ、核兵器廃絶を訴えた

核兵器はなくすことができます

— ICAN 川崎哲さん



川崎哲さん NPOピースポート共同代表。核兵器廃絶国際キャンペーン(ICAN)では2010～2012年副代表、2012～2014年共同代表、2014年7月以降国際運営委員



ICANとは

核兵器廃絶国際キャンペーン。核兵器を禁止し廃絶するために活動する世界のNGO(非政府組織)の連合体で、2018年からパルシステムも加盟。ICAN執行部は世界10団体の国際運営グループからなり、日本から参加するピースポート共同代表、川崎哲さんが国際運営委員をつとめています。



核兵器禁止条約には、核保有国と日本など核の傘の下にある国々は参加していません。世界の情勢は核兵器が使われてしまうのでは、と緊張が高まる場面もある昨今、どうすれば核兵器を廃絶することができるのでしょうか。「核兵器廃絶国際キャンペーン(ICAN)」の川崎哲さんに核兵器廃絶についてお聞きしました。

核兵器をめぐる2つの流れ

「核兵器の廃絶など理想論」との声もありますが、「今、世界は核兵器をめぐって『悪い流れ』と『いい流れ』が存在します。悪い流れは中距離核戦力(CNF)全廃条

約をめぐる動きや、朝鮮半島・南アジアでの軍事的緊張の高まり、強硬発言を繰り返す世界のリーダーたちなど、「これでは核兵器の廃絶など無理なので」と思わせる流れです。一方、いい流れは、核兵器の非人道性から禁止条約の成立に尽力したロシアリカなど、核兵器に頼らない新しい秩序・価値観をつくらうとしている国々が着実に増えていることです。このことに核保有国は脅威を感じ、条約が発効するのではないかと焦っているのです」

声をあげれば社会は変えられる

この新しい価値観は広がりますか。「今、アメリカでは高校生が銃規制の

これからの世代のために

そのためには、条約の発効は大きな力になるのですね。

「そうですね。ノーベル賞の受賞にあり、サーロー節子さんは『核兵器禁止

条約の採択は核兵器の時代の終わりの始まりである」と演説されました。私たちは核が使われないうちに、早く条約を発効させなければなりません。戦争体験世代が減るなか、私の世代は直接、戦争体験世代から話を聞けましたが、これからの世代にはそのような場はありません。そのなかで核の抑止力を肯定する人たちが出てくるでしょう。核の恐ろしさを次の世代に伝えなければならぬ私たちにとって、核兵器禁止条約が『核は悪』であることを伝えるツールになります」



ノーベル平和賞を受け取る被爆者サーロー節子さん(写真中央)



日本はもつと
議論をするべき

今後、私たちにできるのはどんなことでしょうか。

「日本は核兵器禁止条約に署名していません。これでいいのか、もつと国会で議論をするべきですし、そうするよう市民の側から働きかけたい。私たちNGOは核に対する国会議員の姿勢や考え方に注目していきます。議員を送り出す側が候補者をしっかり見られるよう、『議員ウォッチ』というスマートフォン用サイトを立ち上げました。ここでは、国会議員それぞれの核兵器に対する考え方を閲覧できます。ぜひ活用してください。」



「議員ウォッチ」
https://giinwatch.jp/

バルシステム神奈川ゆめコープ

核兵器廃絶へのおもな取り組み

2010年 2月	『都市を攻撃目標にするな (Cities Are Not Targets) プロジェクト』の「核兵器の攻撃目標の解除と核兵器廃絶を求める要望書」署名を国連に届ける
2010年 5月	NPT再検討会議にあたり役職員をニューヨークに派遣
2014年 10月	『核兵器禁止条約』の交渉開始を求める要請書、署名を国連に届ける
2015年 5月	NPT再検討会議にあたり役職員をニューヨークに派遣
2017年度～	「ヒバクシャ国際署名」の活動に取り組み、現在も継続中
2017年7月	核兵器禁止条約が国連総会で採択
2020年	NPT再検討会議に役職員をニューヨークに派遣し核兵器廃絶をアピールする予定

ヒバクシャ国際署名の
取り組みでは、2017年9月末で
8万3千筆の
協力をいただきました



「核のない世界」へ

「ヒバクシャ国際署名など、今までの生協や組合員の活動は、核兵器禁止条約という『核のない世界』に向けた一歩につながっています」と語った川崎さん。核兵器はなくすることができると、という川崎さんのメッセージを受け取り、引き続き当組合は平和と核兵器廃絶に向けた活動を続けていきます。

理事会
報告

第10期第26回臨時理事会

2019年5月16日(木) 10時～11時

バルシステム神奈川ゆめコープ本部

第10期第27回定例理事会

2019年5月30日(木) 10時～13時

バルシステム神奈川ゆめコープ本部

第20回通常総代会へ付議する

「2018年度事業活動報告、決算報告、剰余金処分案」の議案について

他団体への役員派遣について

他団体からの要請及び現在役員を派遣している団体の改選期に伴い、役員を派遣を行います。

役員人事委員会規程改正について

2019年度総代定数及び総代選挙区決定について

組合員募金実施について

神奈川県ユニセフ協会『暴力と虐待から子どもたちを守る』カンボジア指定募金を組合員募金として2019年から2023年の5力年の間、年に1回実施します。

選挙区	対象行政区	2019年度総代定数
相模原・県央選挙区	相模原市、大和市、座間市、綾瀬市	55人
県西選挙区	厚木市、海老名市、愛甲郡、茅ヶ崎市、寒川町、平塚市、中郡、秦野市、伊勢原市、小田原市、南足柄市、足柄下郡、足柄上郡	71人
湘南三浦選挙区	藤沢市、鎌倉市、横須賀市、逗子市、三浦市、葉山町	70人
横浜選挙区	横浜市全域	224人
川崎選挙区	川崎市全域	90人
計		510人

特別報告事項

- 2018年度常勤する理事の評価結果について
- 役員報酬審議会に諮問する事項について
- 【報告事項】
理事長、専務理事、各本部、組合員活動組織の定例報告のほか、5月の組織活動全般について

生協のうごき

2019年4月末現在

組合員数
全体 329,787 人
前月比 + 1,922 人 ↑
期首比 + 1,922 人 ↑

4月度決算概況

	4月度決算概況	前年比	予算比
供給高	3,803,117 千円	105.3%	98.5%
経常剰余	29,621 千円	-781.3%	-184.0%

	累計数値 (2019年4月～)	前年比	予算比
累計供給高	3,803,117 千円	105.3%	98.5%
累計経常剰余	29,621 千円	-781.3%	-184.0%



機関誌「どりーむぺい」と当組合のホームページ

「生協に期待される役割」
今回のテーマ

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

生協を社会的な組織としてみた場合、その果たす役割はふたつあります。ひとつは、組合員が運営する事業体という役割。もうひとつは、多数の組合員が参加する運動体という役割です。

生協は、組合員のさまざまなニーズを、事業活動とおして実現していく組織です。毎日の生活に不可欠な食品を中心に商品をお届けする「供給事業」。ケガや病気、災害など、くらしの「もしも」を保障する「共済事業」。また、「福祉事業」や「電力事業」など、組合員のふだんのくらしを支える幅広い商品とサービスを提供しています。その意味で、社会的に類をみない事業体であり、その特徴を生かした役割の発揮が求められています。

全国の生協は、事業や取り組みを組合員にタイムリーに伝えられるよう、機関誌やホームページの充実、学習会や活動交流会の開催などに力を入れています。

「核なき世界をめざして」この夏のおすすめ

大船観音寺
JR大船駅 徒歩10分

境内には神奈川県原爆被災者の会が1970年に建立した「原爆犠牲者慰霊碑」と広島・長崎の被爆石、原爆の残り火を分灯した「原爆の火の塔」があります。5月のピースリレーでは慰霊碑での追悼式を行い、毎年9月の原爆慰霊祭では当組合も参加し平和を祈る折り鶴を献納しています。広い境内には多くの戦没者慰霊碑があり、平和を考える場になっています。



慰霊碑脇の原爆の火がとる石灯籠

原爆と人間展
横浜駅東口 徒歩5分 新都市プラザ (そごう横浜店前の広場)

若い世代に被爆の実相を伝え、核兵器廃絶・被爆者援護の輪を広げるため、神奈川県原爆被災者の会と県内生協が連携して取り組んでいます。被爆者が描いた原爆の絵や遺品の展示、被爆者の証言、平和を題材にしたアニメ上映などがあり、親子で学べます。

【2019年8月23日～26日開催予定】



原爆と人間展で展示される、被爆者が描いた当時の記憶

『新版 核兵器を禁止する』
川崎 哲著 岩波ブックレットNo.978

核兵器廃絶国際キャンペーン (ICAN) 国際運営委員の川崎哲さんによる、核兵器禁止条約ができるまでの経過と背景、成立後の課題を解説した核について考える入門書。今月号の特集を読んでもっと知りたくなった方はぜひお読みください。中高生にもおすすめです。



原材料を根釧地区に
限定して新登場



『こんせん プレーンヨーグルト(低脂肪)』

400g 158円
(税込171円)

『こんせん
プレーンヨーグルト
(低脂肪)』
今後の企画予定
コトコト・きなりにて
毎週企画
企画は、変更する場合があります。



脱脂濃縮乳をメインに
生乳、クリームを使用



右より：タカナン販売株式会社
小林 一喜さん
タカナン乳業株式会社
木田 太郎さん
パルシステム連合会 商品開発本部
丸橋 桃子 職員

生乳のふるさと 酪農の好適地 北海道・根釧地区

本品は、2010年発売の人気商品『おいしい低脂肪ヨーグルト(プレーン)』をリニューアルし、この4月に登場しました

丸橋 パルシステムには『こんせん72牛乳』『こんせんプレーンヨーグルト』など、原材料を北海道根釧地区の生乳に限定し、長年にわたって組合員のみならず



※写真はイメージです。
牛がのびのびと健康に育つ根釧地区

んから支持していただいているPB商品(※)があります。前商品『おいしい低脂肪ヨーグルト(プレーン)』では北海道産だった原材料を、このリニューアルにあたり根釧地区にまで限定。パッケージにも『こんせんくん』を使い、より親しみやすく、またおいしさを感じていただける商品を開発したいと考えました。

—根釧地区にこだわった理由はなんですか
木田 根釧地区は、1年を通じて気候が冷涼なことです。冬はもちろん夏

- 【できるまで】
- 1 原材料混合・溶解→均質化
↓殺菌→冷却
脱脂濃縮乳、生乳、クリームを混ぜ合わせる。溶解後、冷却。
 - 2 スターター添加→充てん
乳酸菌を添加後、容器に充てんし、ふたをする。
 - 3 発酵→冷却
発酵室に移して乳酸酸度を計測し、酸度管理をする。

【組合員の「こ」がおすすりめー】

- さっぱりしているのに酸味がなくてコクがある。そんな低脂肪ヨーグルトを初めて食べました。
- 低脂肪なのであっさりしていますが、味気ない感じはありません。さっぱりとしたおいしさがあります。
- 新しくなって、甘みとクリーミーさがアップしたと思います。低脂肪とは思えないおいしさです。
- リニューアル前よりもトロツとなめらかになっている気がします。でも、さらっとして食べやすい。酸味もマイルド。
- 低脂肪なのでこってりしていないし、さらりとした食感なのでトレンギングにも向いている気がします。



『こんせんプレーンヨーグルト』『こんせんプレーンヨーグルト(低脂肪)』どちらも生きて腸まで届く「プロバイオティクスビフィズス菌BB-12」を使用。お好みに合わせてご利用ください



低脂肪ながらも
乳の風味が感じられます

脱脂濃縮乳を使用し 低脂肪ヨーグルトに コクをプラス

※PB商品：独自開発商品

—酸味がマイルドで乳の風味が豊かな点が人気です
木田 低脂肪ヨーグルトというと、酸味が強かったり、コクや風味が物足りないという印象をおもちの方もいるかもしれません。本品はリニューアル前から乳

生乳を確保し 確実にお届け することが使命

—根釧地区産にするうえでの苦労は
木田 本品を毎回確実にお届けするために、根釧地区の生乳を安定して確保することです。牛は寒さに強く暑さが苦手なため、生乳の生産量は季節によって変動します。さらに近年は台風や豪雨、地震など不測の事態も多く、流通の問題もあります。ですので、産地と連



タカナン乳業(株)群馬工場

携しながら、そのつど調達計画を見直すといったきめ細かな対応が欠かせません。また産地限定をうたうということは、原料のトレーサ管理も必要です。酪農家と私たち乳業会社が協力し合うことで実現しました。

—最後に、上手な利用方法を教えてください
丸橋 本品のカロリーは『こんせんプレーンヨーグルト』に比べて約30パーセント少なめです。健康に気をつけている方は果物や野菜といっしょにスムージー

にしてみても、またホットケーキに牛乳代わりに利用するのもおすすめです。『こんせんプレーンヨーグルト』の姉妹品として、お好みや料理、食べ方に合わせて幅広く利用していただきたいですね。

おすすめします！



私が配達を担当していたころ、組合員の方からとてもおいしい食べ方をすすめられたことがあります。しかもそれがすごく簡単なんです！湯せんで温めたあと「フライパンで皮面をパリッとすることで焼き上げる」。こうするだけでごはんが何杯でもいけます！パルシステムのうなぎはくさみもなく、うなぎが苦手な方にもおすすめです！

また、うなぎを食べることで資源回復の取り組みにも参加（※）することができます。ぜひ食べてみてください。

※商品利用点数×10円を積み立てた支援金を、資源回復や河川環境の改善に向けた調査研究などに活用するしくみ。7月1回〜7月6回まで実施。



『大隅産うなぎ蒲焼カット』
2枚120g



※写真はイメージです

いつものうなぎを簡単アレンジ！
「錦糸たまごうなぎ」が最高においしいです！

【作り方】

溶き卵1個にみりん、白だし（小さじ1杯）を加え、薄く焼いた後、細かくぎざむだけ！「ウナギエキス」も入ったたれをごはんにたっぷりかけます。錦糸卵をまぶし、うなぎをのせて完成！



平塚センター
大林 亮さん



わたしの
くらしの中の
パルシステム

食べることで
資源回復の取り組みにも
参加できます！

『大隅産うなぎ蒲焼』

キャラットさんのケーキアイス



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

飾り付けは、お好みのフルーツやミントなどではなやかに。パニラアイスを添えるのもおすすめ！

- | 材料 | 作り方 |
|---------------------|---|
| ●4人分 全量カロリー590kcal | |
| 「キャラットさん」……………200ml | 1 カステラはひと口大に切り、ラップを敷いたバットに並べる。 |
| 『産直小麦のカステラ』…4切れ | 2 キャロっとさんを、カステラひとつずつにスプーンなどでかけ、充分にしみ込ませて、冷凍庫で2時間ほど凍らせる。 |
| 〈飾り付け用〉 | 3 皿に盛り付けてフルーツなどをのせ、粉糖をかけてでき上がり。 |
| 粉糖……………適量 | |
| 好みのフルーツ……………適量 | |



今号の味の決め手はコレ！



「キャラットさん」にんじんだものジュース(AB)

素材本来のおいしさを生かしつつ、人参特有のくさを抑えて飲みやすく仕上げました。人参と果汁の自然な甘みで、砂糖、香料は不使用。野菜ざらいの子どもでもおいしく飲める味わいです。

『「キャラットさん」にんじんだものジュース(AB)』は2009年誕生以降、根強い人気を誇るロングセラー商品です。人気の理由はその飲みやすさ。人参果汁45%に果物果汁55%（りんご、みかん（いずれも国産）、バナナ、レモン）の100%ジュースで、人参の味がしっかりするのにフルーティーな味わい。野菜が苦手な子どもでもごくごく飲めます。こだわりの人参は全体の70%に「産直人参」を使用。現在、産直100%をめざし、取り組みを続けています。



カゴメ株式会社
藤原誠さん

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	76.8%	+25.1%
商品カタログ	86.4%	+7.6%
紙パック	88.3%	+5.4%
たまごパック	86.1%	+3.3%
ABパック・ヨーグルトカップ	28.0%	-5.9%
PETボトル	58.7%	+8.9%
米袋	50.1%	+1.9%
注文用紙	94.1%	+6.1%
プラスチック袋	30.2%	-1.5%
「お料理セット」トレー	79.3%	+1.5%

■今月のリユース・リサイクルによるCO₂削減量 約204t
一般家庭(年間)のCO₂排出量【約41世帯分】
2019年4月からの累計【約41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

2019年4月末現在



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！

暑い時季も品質を保ってお届けの巻

気温が高くなると、注文した冷凍品が溶けてしまわないか気になりますよね。パルシステムでは、この時季冷凍品の保冷対策を強化しています。たとえば、保冷箱に入れるドライアイスも冬場に比べて1.2〜1.5倍に増量。お届けの際は、熱を遠ざけるために、直射日光があたらない位置に置いたり、冷凍品の箱の下に折り畳みコンテナや空き箱を敷いたりしています。お出かけて帰宅が遅くなる場合は、事前にご連絡ください。今年も品質を保った状態でお届けできるように、さまざまな取り組みをすすめていきます。

保冷シートを有効活用

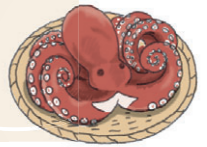
ドライアイスを増量

知って食べたい 半夏生とタコ

「半夏生」（はんげしょう）とは、入梅と土用の間に設けられた暦日のことです。夏至から数えて11日目にあたる日から5日間をさし、今年は7月2日から6日までが該当します。半夏生という名前は、「烏柄杓」（からすびしゃく）という薬草の別称が「半夏」であることから、「半夏」の生える時期を「半夏生」と呼ぶようになったといわれています。関西地方では、半夏生にタコを食べる風習があります。田に植えた稲がタコの足のように、しっかりと根づくようにとの願いが込められているとか。

神奈川県にはそのような風習はありませんが、タコといえは江の島の新名物「タコせんべい」がありますね。江の島の湘南港や三浦半島の三崎漁港は、神奈川県でタコ釣りが例外的に許可されている場所なのです。半夏生のころは、蒸し暑く疲労が増してくる時季。タウリンや亜鉛を含むタコはこの時季におすすめの食材です。今年の半夏生には、お好みの方法でタコを食べてみませんか。

参考：大切にしたい、にっぽんの暮らし。さとうひろみ著 e-かなマップ



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!

第24回オニオン祭

★DATE★
5月12日
★★★

小田原市の曾我みのり館で「第24回オニオン祭」が開催され、生産者や組合員など、536名が参加しました。開会式後、さっそく畑で玉ねぎの収穫体験です。たくさん玉ねぎがどんどん引き抜かれ、はさみで葉と根を切り、カゴに入れられていきます。おとも子どももそれぞれのペースで収穫を楽しんでいました。昼食には今年もジョイファーム小田原婦人部のみなさんによる手作りカレーがふるまわれ、おなかいっぱいいただきました。昼食後の大人気「オニオンライス早食い競争」や全員参加の「〇×クイズ」には、賞品として柑橘類セットなどのプレゼントが用意され、会場は熱気にあふれていました。貴重な農作業の時間を割いて楽しい交流の機会を作ってくれたジョイファーム小田原生産者への感謝の気持ちと、お土産の玉ねぎを抱えて帰路についたみなさん。作り手の思いが込められた農産物に触れ、その大切さを実感できた一日となりました。



おいしい手作りカレー。完食です!



参加者からの質問にやさしく答える生産者



今年のひとつの畑で参加者みんなで収穫です



お父さんがんばって! あと少しで玉ねぎ完食!



白衣観音像の前で記念写真

★DATE★
5月15日
★★★

大船観音見学会とピースリレーセレモニー

平和な世界を呼びかけ、被爆地広島までの各地をリレー形式で歩く「ピースリレー(平和行進)」。神奈川県ではその重点ポイントのひとつである大船観音。今回は、セレモニーの前に大船観音寺を見学しました。地層の関係で立像から胸像に変更されたといわれる白衣観音像。その大きさに圧倒されつつ、穏やかな表情をしばらく見上げてから胎内を見学し、原爆犠牲者慰霊碑へと向かいました。折り鶴を献納し、慰霊碑や広島原爆の残り火が燃え続けている「原爆の火の塔」などの建物の由来や、横浜大空襲を経験された語り部の方から体験談をうかがいました。その後、ピースリレーのセレモニーに参加し、神奈川県原爆被災者の会の方々による朗読や「原爆を許すまじ」の合唱など、セレモニー前の大船観音見学と合わせて、平和の大切さをさらに感じる時間となりました。



「原爆を許すまじ」を合唱



横浜大空襲の体験談に聞き入りました



原爆犠牲者慰霊碑に折り鶴を献納しました

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



あなたの 教えてちょーだい



【今回のテーマ】
涼しく過ごすコツ
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!

氷でお手軽に

暑い日は氷をひとつ口に入れてから掃除、洗濯を始めます。太らないしお手軽です。息子は出かける前や寝る前に氷を口に入れていきます。(スーさん)

保冷剤を活用

草とりなど、暑い日の外作業のとき、ケーキなどに付けていく保冷剤を再び凍らせ、バンタナで包んで首筋にあたるように巻いています。気持ちよくて熱中症予防にもなります。保冷剤はたくさん凍らせておいて溶けたら取り替えます。(カズさん)

空気を循環

部屋を片付けて少しでもスペースを広くする。エアコンとサーキュレーターを併用して涼しくし、お部屋の空気を循環させます。毎年夏はこれで過します。(ミーコさん)

ワンピースで過ごす

パンツスタイルだとどうしても暑いので、ノースリーブのワンピースで過ごします。ふんわりしたデザインでマキシ丈のものを選べば、体にまとわりつかず、風がとおって涼しいです。外出や来客時は薄手のカーディガンやサツとはおつてしまえばOK。毎年かわいいデザインを買い足しています。(まる(こ)さん)

昔ながらの方法

「こご」です。寝るときにふとんに敷いたり、ラグ代わりに床に敷いたりするとひんやりして気持ちいいです。わが家は昔ながらの方法で日本の夏を乗り切っています。(M.S.さん)

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! お待ちしています♪ (掲載は9月号)

5月号の「まちがいさがし」はむずかしかったです。息子とふたりで目を皿のようにして探しましたが見つからず。ついには黒塗りにしながらほかを探し始め…。最後のひとつを見つけられたときは喜びも倍増でした! 来月もがんばるゾ! (K・Fさん)

令和になり、10連休が終わると同時に、娘が育休から仕事に復帰しました。新しい時代を生きる孫娘の世代が幸せに過ごせるよう、環境保全など日常生活のなかでできることをコツコツ続けていきたいと思う今日この頃です。(ちひろん59さん)

「相模の大凧まつり」を見に行きました。風が弱くよく揚がらなかったようです。令和の題字のたこでした。(さぼりんさん)



「スパイシーカレー」が市販品のカレールーに比べ、香りや味が深い理由が納得できました。次回も忘れずに注文したいです。(Y・Kさん)

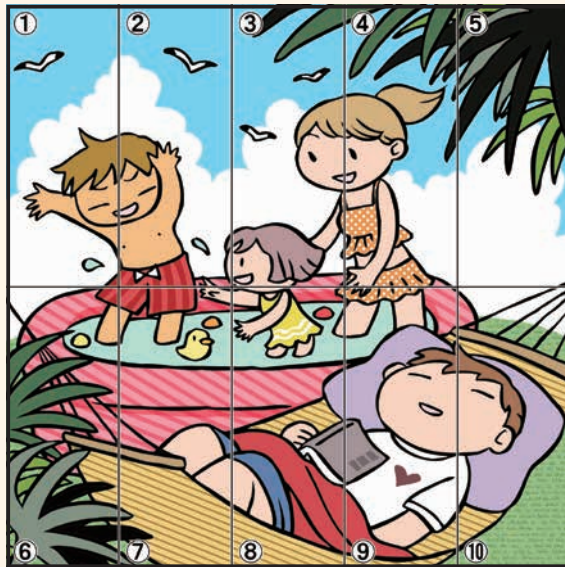


編集部より
これからもご愛用よろしくお願いたします

クイズ まちがいさがし

>> 今月のテーマは **バケーション**

夏の予定は決まりましたか？ 旅行、イベント、趣味、勉強…やりたいことはてんこ盛り。でも、くたびれちゃったら、無理はしないでゆっくり休養を。それもまたぜいたくな休暇の過ごし方です。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。



[5月号の正解] ②・③・④・⑥・⑩

クイズ当選者発表(敬称略)

応募総数…457名 正解者数…429名

<伊勢原市>初見和子、前田久美子 <海老名市>秋山和美、井上美砂、清水稔子 <川崎市>佐藤秀和、布施佐和子 <相模原市>須藤邦江 <秦野市>田邊信江 <横須賀市>都築亜矢 <横浜市>池田香織、伊藤智子、大場央子、鬼頭晴代、斉藤道子、高貫恵美子、本間紀代子、安田タマエ、山内いく子、横沢光子

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9月号(9月2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

写真投稿 OK

写真投稿 OK

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:7月19日(金) ホームページ、Eメール:7月20日(土) 12:00

●●●どリーむメール●●●

提出締切:7月19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)「もらってうれしかったプレゼント」(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 P2~4 特集 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。