

COOP

心地よい&楽しい暮らしのヒントが見つかる情報誌

SCOOP!

【スコープ】

| SCOOP eyes |

地域を支える想いを届ける
フードドライブ

vol.16
10月号

2021.October

コープ東北産直

産地から想いと
こだわりを

たいせつ
＜北海道 大雪を囲む会＞

Present

今月のプレゼント

健やかな日々のアドバイス
暮らしに、ひと呼吸

「連載」今月のレシピ「旬を楽しむ
根菜レシピ

「SCOOP!」は、視野を広くする「SCOPE」に「COOP」を組み合わせた造語。
「読んで楽しい! 役立つ! わかりやすい!」をコンセプトに、幅広く親しんでいただける広報誌を目指します。

コープ東北産直

産地から想いとこだわりを

＜北海道 大雪を囲む会＞

北海道の中心に連なり、大地に清水をもたらす大雪の山々。
その大雪山系を囲むように有機栽培生産者が集う「大雪を囲む会」の
代表・一戸義則さんの農場で、
こだわりの土づくりと野菜の栽培についてお聞きました。

新十津川町
滝川町
砂川町
中富良野町
上富良野町
北見市
美幌町
小清水町
清里町
大雪山系

大雪を囲む会とは

北海道大雪山系を囲むように点在している、有機栽培農産物の生産団体で、美幌町にある一戸農場の一戸義則さんが代表を務めています。一戸さんは24年前、微生物農法の勉強会で出会い同じ志を持つ生産者と「大雪を囲む会」を結成。現在9戸でにんじん、ごぼう、じゃがいも、かぼちゃ、たまねぎなどの有機野菜を栽培しています。有機野菜は種まきや植え付けの3年以上前から農薬・化学肥料・除草剤を使っていない田畑で作られたもので、大雪を囲む会は全員が有機JASの認定を取得しています。

大雪を囲む会の有機野菜は
宅配でのみご購入いただけます。

微生物が働く良質の土をつくり
その野菜が持つ本来の味を育てる

「これ、食べてもらえん」。一戸さんのおもむろに土から抜いたごぼうをかじると、みずみずしく爽やかな食感とほのかな甘みが口いっぱいに広がります。生なのにアクやえぐみはまったくありません。にんじんもすっきりとした甘みと酸味があり、噛むほどに風味が強くなっていきます。

北海道の東部自然豊かな場所、美幌町にある一戸農場では、毎年、義則さんと2人の息子さんが丹精込めて自家製の完熟堆肥を作ります。栽培が始まると、約50haという広大な農地で各野菜の水分量や生育状況、病気がついていないかなど、まるでわが子のように愛情をかけ、自然の味を育てています。



1 堆肥の管理を徹底し、愛情を込めて土づくりを行っています **2** この日の堆肥温度は約65℃。微生物が有機物を食べ分解すると発酵熱となります **3** 自家製の完熟堆肥はほぼ無臭。堆肥の出来が野菜のおいしさにつながっています



有機栽培の肝は土づくり

一戸農場では毎年3月から畑に使う堆肥、土こうじ、リン酸顆粒状を作り始めます。堆肥は日々湿度を管理し、発酵を促すために繰り返し(混ぜ合わせ)を行います。「春は種まきの時期と重なり大変ですが、手間をかけた分、おいしい野菜になります」と一戸さん。圃場は販売用だけで35haあり、必要な土も膨大な量となりますが、時間と労力を惜しまず野菜にとって理想的な土づくりを行っています。

秋から収穫する一戸農場の有機野菜

にんじん 8月～10月

「ベータ312」を中心に栽培。噛むほどににんじんらしい風味が出てくるのが特徴。写真は収穫3週間前のものです。

[Week企画週]産直にんじん(有機栽培)10月中旬まで



じゃがいも 9月～翌年3月

インカのめざめ、北あかり、男爵などを栽培しています。「採りたてから熟成いもまで、時期に合う食べ方を楽しんで」と義則さん。「馬鈴薯類は特に味が良いです」と宏公さん。

[Week企画週]産直じゃがいも[男爵](有機栽培)毎週企画



ごぼう 10月～翌年6月

香りがよくてやわらかい、おいしいごぼうです。アクやえぐ味が少ないのが特徴です。素揚げ、サラダがおすすめです。

[Week企画週]産直土ごぼう(有機栽培)毎週企画



生産者からのメッセージ



大雪を囲む会 代表
一戸義則さん

化学合成農薬、化学肥料を使わずに愛情を込めて土づくりから行っています。安全・安心で自然本来の味を感じられる野菜をぜひ、毎日の献立に取り入れてみてください。

2人の息子さんも義則さんの技術を受け継ぐ。右が宏公(ひろひと)さん、左が允仁(まさひと)さん

これからもおいしくて安全な野菜を届けられるように頑張っていきます!

今年の北海道は記録的な高温・干ばつで厳しい環境でしたが、待っていた方のために頑張りました



一戸さんのおすすめの食べ方 ほくほくじゃがいもの 塩辛のせ



ふかしたじゃがいもに塩辛をのせただけの簡単おつまみです。イカの産地で有名な函館が発祥とも言われ、北海道の居酒屋などで食されています。バターをのせてもGOOD!

コープ東北産直とは

有機栽培や環境保全農業などに取り組む福島県・和歌山県・北海道・長崎県の生産者と提携し、産直品を消費者へと届けるのが「コープ東北産直」。旬の野菜や果物を宅配で取り扱っています。

1 産地・生産者がわかること

2 生産方法・栽培方法がわかること

3 生産者と会員生協組合員との交流があること

「コープ東北産直」では、この3つのポイントを大切にしています。



にんじんのすりおろしが丸々1本分入ったヘルシーケーキです。オイルで作るしっとりとした食感とナッツとスパイスの香りが風味豊か。粗熱が取れたらきつちりラップを巻いて冷蔵庫へ入れましょう。チーズクリームはお好みで♪

ここもチェック

作ってから1日経つと味が馴染んでよりおいしくなります

うちでのカフェタイムにぴったり♪

スパイス薫るキャロットケーキ

作り方

<下ごしらえ>たまごは室温に戻し、Aの粉類は合わせてふるっておく。オーブンは180℃に予熱する。

①ボウルにたまごを割りほぐし、砂糖、オイル、すりおろしたにんじんの順に加え、その都度よく混ぜ合わせる。

②①にAの粉類を数回に分けて加え、その都度へらで切るように混ぜる。

③くるみとレーズンを加え軽く混ぜたら、敷紙を敷いたバウンド型に生地を流し入れる。予熱したオーブンで40分焼き、竹串を刺して何もついてこなければでき上がり。

<チーズクリーム>室温に戻したクリームチーズにほかの材料を練り混ぜる。冷えたケーキに塗り冷蔵庫で30分程冷やし、あればハーブを飾る。

材料(バウンド中型1個分)

にんじん(すりおろしたもの) 180g
「めぐみ野」たまご 2個
コープグレープシードオイル(orサラダオイル) 60g
コープきび砂糖 60g

A
コープ薄力粉 150g
ベーキングパウダー 5g
シナモン 小1
オールスパイス 小1/2
ナツメグ 小1/2
コープ食塩不使用くるみ 40g
コーブレズンミックス 40g

○チーズクリーム
クリームチーズ 100g
粉砂糖 20g
コーブレモン 小1/2~1



使用食材はこちら!

※一部Week誌面・店舗で取り扱いのない商品もございます。また品切れの際はご了承ください。

コープの食材で簡単!



季節のおいしい×時短レシピ

スコープキッチン

SCOOP kitchen



忙しい毎日に大助かり!

旬の食材を盛り込んだ、

手軽に作れるレシピをご紹介します。

調理や盛りつけのポイントをおさえれば、

味も見た目もぐんとランクアップ!



今回のテーマ

旬を楽しむ
根菜レシピ

レシピ考案
フードクリエイター
三上 摂さん

料理のスタイリングや企業のレシピ開発、料理教室など多方面で活躍。発酵食品ソムリエ、食育アドバイザー、ティーコンシェルジュの資格を有するほか染織・染色にも精通し、食卓をトータルで提案。出身地・関西のメニューが登場することも。



きんぴらチャプチェ

フライパン1つで簡単☆

作り方

<下ごしらえ> ごぼう、にんじん、ピーマンは5cmの千切りにし、ごぼうはさつと水にくぐらせて水気を切る。
①フライパンにごま油、にんにく、ひき肉を入れ色が変わるまで炒め、塩・こしょうをする。
②①にごぼう、にんじん、ピーマンを加えしんなりするまで炒め、合わせたAと春雨を加える。春雨がやわらかくなり水分がなくなるまで6分程度炒め、塩・こしょうで味を調え、白ごまをふればでき上がり。

材料(2人分)

「めぐみ野」豚ひき肉	150g
ごぼう	1/2本
にんじん	1/2本
ピーマン	1個
コブ切らずに使える緑豆春雨	40g(小袋1)
コブごま油	小2
コブにんにくチューブ	小1/2
水	100ml
コブ特級しょうゆ	大1.5
コブ本みりん	大1.5
コブオイスターソース	小2
コブ白ごま	小2
塩・こしょう	少々



使用食材はこちら!

ココもチェック

春雨が水分をよく吸うように混ぜながら炒めましょう

フライパンに材料を次々と投入していくだけの簡単おかず。ごぼうとにんじんのシャキシャキ感も楽しめます。戻さず入れた春雨が豚ひき肉とごぼうの旨味を吸うので、白いご飯によく合います。仕上げにごま油をかけたリ、ピーマンをにらに変えても◎。



素揚げしたごぼうスティックを大人味のカレーと子どもが喜ぶハニーマスタードマヨソースの2種類で楽しめます。ごぼうのアクはポリフェノールなので、アク抜きはしなくてもOK。気になる方はさつと水にくぐらせてください。

ココもチェック

ハニーマスタードマヨソースはフライドポテトや炒めたチキンにも◎

作り方

<下ごしらえ>

ごぼうはお好みの長さにカットし、太い所は縦に4等分、細い所は2等分にして水分を拭き取る。

①フライパンにごぼうがひたひたにつかるくらいの油を入れ、中温でごぼうが色づくまで揚げたら油を切る。カレー塩の方は、熱いうちにお好みの量をまぶす。

<カレー塩・ハニーマスタードマヨソース>

①それぞれすべての材料を混ぜ合わせる。

材料(2人分)

ごぼう	1本
○カレー塩	
塩	小1/4
カレー粉	小1/4
あればローストしたクミンシード	少々
○ハニーマスタードマヨソース (作りやすい分量)	
コブはちみつ	小1
コブマヨネーズ	大1.5
コブ粒マスタード	小1



使用食材はこちら!

ごぼうのポリポリスティック

素揚げでカロリーダウン!

みやぎ生協・コープふくしまは、SDGs(持続可能な開発目標)に貢献することを約束(コミット)します。



SCOOP eyes 地域を支える 想いを届ける フードドライブ

新たな社会貢献活動
みやぎ生協・コープふくしまの
「フードドライブ」

みやぎ生協・コープふくしまではメンバー(組合員)とともに社会的セーフティネットの役割を果たす取り組みを進めています。そのひとつとして、一人でも気軽に参加でき、地域を支える力となるフードドライブの活動を、こ〜ぷ委員(コープ委員)と寄贈先の声を通じてご紹介します。

みやぎ生協・コープふくしまの「フードバンク」と「フードドライブ」の違い

コープフードバンク

企業 ▶ コープフードバンク ▶ 施設や団体へ

各企業から品質には何ら問題のない品ややむなく廃棄されてしまう食品を無償で提供を受け、支援を必要とする福祉分野の施設・団体に必要な品を寄贈している活動のことです。

フードドライブ

メンバー(組合員)が生協店舗で商品購入 ▶ こ〜ぷ委員(コープ委員) ▶ 地域の施設や団体へ

生協サポーターとして活動しているこ〜ぷ委員(コープ委員)が、支援を必要としている団体や生活困窮者支援団体・子ども食堂などから事前に必要な食品をお聞きます。寄贈先のニーズに合った食品をメンバー(組合員)に呼びかけ、店舗で購入し直接届ける活動です。

安全・安心な食品を届ける 生協のフードドライブ

③ 地域の施設や団体へ直接お届け

Point!

各地域のこ〜ぷ委員(コープ委員)から、地域の福祉施設や困窮者支援団体などへ、想いととも直接お届け。

2020年度、みやぎ生協では計2,816個の商品を16団体へ、コープふくしまでは計1,587個を9団体へ寄贈しました



② 会計後、店舗内の寄付Boxへ入れる

Point!

寄贈先に安全、安心な食品をお届けするためにメンバー(組合員)が当日店舗で購入された食品のみ寄付していただきます。



お一人でも商品1個から気軽に参加できます!

① メンバー(組合員)が生協店舗で対象商品を購入

Point!

各地域のこ〜ぷ委員(コープ委員)が寄贈先のニーズに合った対象商品を、来店されたメンバー(組合員)に呼びかけし購入していただきます。



このポップが目印!

地域とつながる フードドライブを支える「こ〜ぷ委員(コープ委員)の声」

みやぎ生協 高砂駅前店

エリアリーダー
金山 亜佐子さん



フードドライブ開始当初は「初めて知りました」というメンバーさんがほとんど。「どうしたら分かりやすく伝えられるだろう」と考え、店頭に設けたブースでの声かけや、フードドライブ対象商品のポップを出すなどの工夫を重ねてきました。開始から4年目となる今では認知度が上がってきていることを実感しています。身近な地域の施設・団体へ、必要なものを直接お聞きしお届けするフードドライブは、安全安心な商品のお渡しを通じて、個人の想いと地域が支援の輪でつながる素敵な活動です。コロナ禍で通常通りの活動が難しい面もありますが、動き方を工夫しながら今後も継続していきたいですね。

のを直接お聞きしお届けするフードドライブは、安全安心な商品のお渡しを通じて、個人の想いと地域が支援の輪でつながる素敵な活動です。コロナ禍で通常通りの活動が難しい面もありますが、動き方を工夫しながら今後も継続していきたいですね。

コープふくしま 笹谷店

ブロック委員長
漆上 奈穂子さん



「少しでも困っている人の力になればうれしい」「前は1,000円分だったから今回は2,000円分にしようかな」など、店舗に買い物にいらつしやる組合員のみなさんのあたたかい気持ちに触れるたび、この活動に関わっている喜びを感じます。優しさと思いやりが集まり、必要としている人のところに必要なものが届く、そんな心のつながりを感じます。今後もより多くの方に活動を知っていただきたいと思います。支援を必要としている方々が、おなかいっぱい食べられることの幸せを願いながら、私たちにできることは何かみなさんと考え支援の輪をどんどん広げていけたらと思います。

寄贈

想いがつながる フードドライブで集まった商品「寄贈先の声」

寄贈

特定非営利活動法人 仙台夜まわりグループ

「仙台夜まわりグループ」は、ホームレスなど生活や住まいのことで支援を必要としている方々へ、炊き出しや夜まわりを通して聞き取りなどのコミュニケーションをし、自立を支える活動を行っています。生協のフードドライブは、安全な商品の中から、特に必要としている物資を選び届けてくださるので、無駄なく計画的に活用でき、たくさんの方の支えとなっています。いただいた物資は当日から翌日の間に仕分けし、必要としている方々の元へ届け、支援して下さった方々にもご覧いただけるよう必ずHPに、活動報告を掲載しています。また、実際に店舗で行われている活動の様子も拝見し、地域の方々のあたたかさやつながりをより強く実感しました。

理事
事務局長

青木 康弘さん



児童養護施設 青葉学園あおばの家

青葉学園あおばの家ホーム長
主任児童指導員

小賀坂 悠樹さん



福島市内に3カ所ある「青葉学園あおばの家」は、中学生の子どもたちが18歳になるまでに、地域になじみ少しでも家庭と同じような生活を送るための自立型の施設です。コープふくしま笹谷店で行われているフードドライブが、地域の方々に私たちの施設のことを知ってもらうきっかけにもなっています。子どもたちから要望のあるカップ麺やお菓子などの食品を届けていただき、とても助かっています。子どもたちには、「君たちのことを想ってくれている人がいる。これは当たり前じゃない。感謝を伝えることを忘れないように」と話し、支援をいただいた方に感謝の手紙をお渡ししています。

この活動を通じて、子どもたちの暮らしている環境が、地域の方に見守られている・地域とつながっていると感じ、うれしく思います。

今後のフードドライブ活動のお知らせ ※開催日時は変更になる場合があります

みやぎ生協

11/8(月)岩沼店 10:00~12:00

みやぎ生協店舗

フードドライブ活動日は

みやぎ生協 フードドライブ 検索

コープふくしま

10/14(木)天神町店 10:00~12:00

10/15(金)いづみ店 10:10~12:00

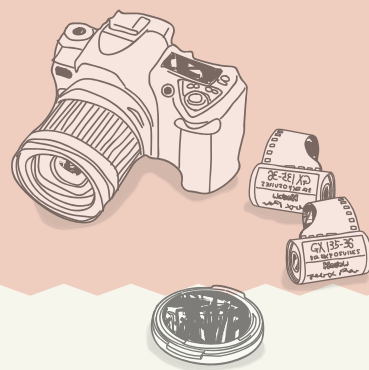
10/15(金)桑折店 10:00~12:00

10/21(木)あだたら店 10:00~12:00

11/25(木)保原店 10:00~12:00

メンバー（組合員）が主役のイベントレポート

みんなの活動アルバム



宮城 夏の“こ〜ぶの森”に行ってきました

「こ〜ぶの森三峯山」観察会

7月24日、大和町にある「こ〜ぶの森三峯山」で観察会を行い、20人が参加しました。2018年と2019年に植林した木の成育状況を観察したり、講師の「森の案内人」親川さん、後藤さんから森にある薬草について教えてもらったり、「こ〜ぶの森」を見守る活動についてのお話がありました。午後は大人コース、親子コースに分かれて升沢遊歩道のブナ林を散策。森の役割や生きものの多様性などを感じ、夏の森を満喫した1日となりました。



当日は「こ〜ぶの森三峯山」の近くにある「宮城県水産技術総合センター内水面水産試験場」で淡水魚見学や野外水槽での魚のエサやり体験を行い、参加者はとても楽しんでいました

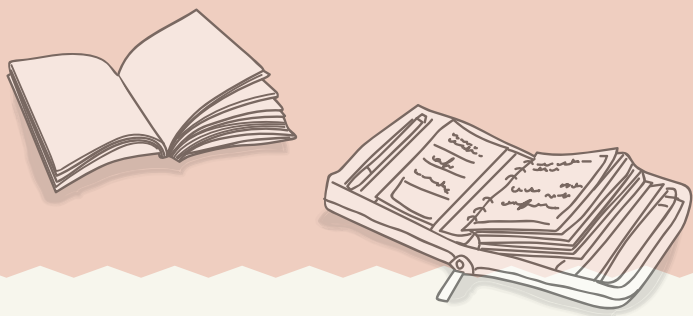
宮城 夏休みユニセフ教室

外国コイン仕分けボランティア体験



海外から帰国した方々が募金してくださった外国コインや紙幣、またみやぎ生協店舗サービスカウンターでお預かりしたコインを国ごとに仕分けしました

7月31日、みやぎ生協文化会館ウイズを会場に、小学生の親子や高校生、大学生など19人が参加し、外国コイン仕分け体験を行いました。今回、仙台国際空港に設置しているユニセフ募金箱から回収した外国コインの金額は、日本円に換算すると15万6413円となりました。参加した高校生は「想像より難しかったけれど、とても楽しい時間でした。この活動を通じて世界の現状を学び自分の環境がいかに恵まれているか再確認しました」と感想があり、最後は参加者全員にボランティア認定書をお渡ししました。



メンバー（組合員）と生産者との交流イベントや、地域・子育て・環境などに関する取り組み、学習会など、みやぎ生協・コープふくしまで行われたさまざまな活動を紹介いたします。

福島 コープカフェinいわき

エアプランツを飾って楽しもう ハンギングエッグ作り

7月14日、いわき市中央台公民館で「コープカフェinいわき「ハンギングエッグ作り」と「コープ商品紹介」を開催しました。ハンギングエッグとは卵の殻を器にして、紐で編んでインテリアとして飾るものです。参加者からは「初めての物作り、楽しい時間が過ごせました」「コープ商品を色々試してみたい」などの感想が寄せられました。コロナ禍で人との関わりが少なくなっている今日、参加者同士が楽しそうに交流を深めていました。



制作はとても簡単で日常的に手に入る卵の殻で作れます。土がいらないエアプランツはお部屋に飾ることもできます。癒しの空間になるといいですね

福島 郡山親子くらぶ

たくさんとれたね!! 夏の思い出・収穫体験

7月23日、郡山市内の畑で親子くらぶ「みんなで畑へ行こう!! 夏やさい収穫体験2021」が開催され、親子5組が参加しました。暑さを避け朝9時にスタート、説明を聞きながらトウモロコシ・枝豆・じゃがいもの収穫に挑戦しました。参加した子どもたちは「大きなトウモロコシが採れたよ」「力をいっぱい入れて枝豆を抜いたよ」と初めての体験を満喫。ひよこり現れたカエルや虫にも大喜びでした。自然に触れながら夏休みの親子の楽しいひと時を過ごしていただきました。



収穫した野菜は、じゃがいも（男爵）、トウモロコシ（夢のコーン）、枝豆（湯上がり娘）の3種類です。トウモロコシと枝豆は上々の出来で、甘み＆旨味もバッチリでした

くらしに、ひと呼吸

「毎日を豊かに、心満たされた生活」のための、
くらしに役立つアドバイスをお届けします。

今月のテーマ

イスを使った 簡単＆リラックスヨガ

日本ヨーガ療法学会認定
ヨーガ療法士
ヨーガインストラクター
佐藤 春美

モットーは“ココロとカラダ、暮らしを整える”。みやぎ生協ウイズセミナーでも講師を務め、年齢や体の柔軟性を問わず自分のペースでできるヨガが好評。



ヨガでリラックスを

ヨガ教室にはリラックスセッション効果を求める生徒さんがたくさん訪れます。忙しい毎日、仕事の緊張や人間関係でのストレスを解消したいという思いも見え隠れします。長引くコロナ禍の影響も心配です。というのも、マスクで過ごす時間は呼吸も浅くなりがち。取り込める酸素の量が少ないと、疲れやすくなったり、気分が落ち込んだりといった心身のダメージを受けやすくなります。そんなときこそ、体や心を癒す効果のあるヨガのポーズや呼吸法をぜひ毎日の生活に取り入れてみてください。

ヨガは健康増進や病気の予防だけでなく、心を穏やかに保つために必要な客観的な視点を身に付ける訓練でもあります。リラックスした感覚を多く持てると、ストレスによる心身への負担が減らせます。マットもウェアも必要なし！イスに座ったままでできるヨガにぜひチャレンジしてみてください。

Let's Try!!

簡単ポーズでリラックス

力を入れたり緩めたりすることで、体の緊張が解けていきます。
体に意識を向けて違いを感じましょう。

ポイント

- ・姿勢を整え、足の裏が床につくようにイスに座りましょう。
- ・息を吐くごとに体の力が抜けリラックスしていく感覚を味わいましょう。

空を仰ぐポーズ

①頭の後ろで両手を組み、軽く後ろに体を反らす。②手のひらと後頭部で押し合いながら3～5回自然な呼吸を繰り返す。③そつと力をゆるめながら元にもどる。



ねじりのポーズ(左右行います)

①左手のひらを左のこめかみに、右手を左ひざの外側にあてる。②押さえた2点を押し合いながら、上半身を左側にねじっていく。③そのまま3～5回呼吸を行い、力をゆるめながら元にもどる。



基本の呼吸法

長息は長生き！吐く息を長くやわらかく、吐く息を吸う息の倍の長さになるように呼吸します。

- ①お腹に両手のひらをあて目を閉じる。
- ②最初に体に残っている息を全部吐き切る。
- ③4カウントで息を吸い入れたら、8カウントで息を吐く。10回ほど行う。

※苦しければ3カウントで吸い、6カウントで吐いてもかまいません。無理せずに行ける範囲で行ってください。呼吸は鼻から吸って鼻から吐きましょう。



日々の「？」を聞いてみよう 教えて! SCOOPさん

みやぎ生協・コープふくしまの取り組みや商品に対する、
みなさんからの疑問にお答えします。



「こ～ぶくらしサポートガイドブック」の 2021年度改定版を発行しました

みやぎ生協・コープふくしまでは、メンバー(組合員)・県民のくらしを
サポートしていくため、「こ～ぶくらしサポートガイドブック」を発行しています。



どこに行けばもらえるの？
みやぎ生協・コープふくしまの店
舗サービスカウンターや、宅配の職
員などにお話しいただくか、くらしの
助け合いの会にご連絡ください。みや
ぎ生協ホームページにも掲載してい
ますので、ご覧ください。

**困ったときの
お役立ち情報が満載！**
「こ～ぶくらしサポートガイドブッ
ク」は、生協で取り組んでいる、くらし
に関わるさまざまな事業や活動の概
要と、その問い合わせ先をまとめたお
役立ちガイドブックです。今回、新た
に発行した2021年度版では、宮
城・福島の情報盛り込みました。



助け合いの会での
子育て支援
(宮城での様子)

どんなことが載っているの？
ご高齢の方や障がいのある方、子
育て中の方などにお役立ちの情報を
中心に掲載しています。
例えば「出産後、近くに頼れる人が
おらず、買い物や掃除、子どもの見守
りなどを、ちよつと助けてほしい…」
「高齢のため毎回の食事の用意が大
変」などというときに役立つ、宅配や
こ～ぶふれあい便、夕食宅配、くらし
の助け合いの会などの概要を、この1
冊で調べることができます。困ったと
きに活用ください。



ホームページは
こちらから
ご覧いただけます

「くらしの助け合いの会」とは？

「困ったときはお互いさま」の気持ちで、地域の中で助け合う会です。少しならお手伝いができる方と
手助けが必要な方が、それぞれ会員として登録し、有償で家事支援などの活動を行っています。

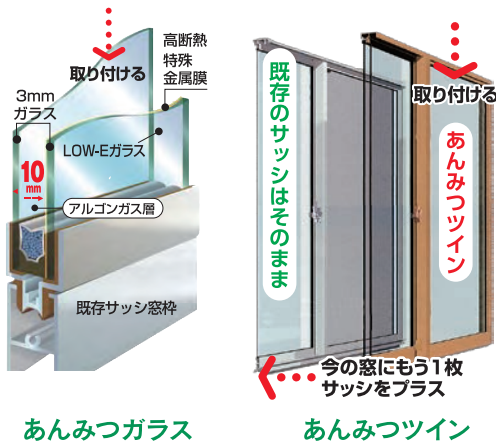
あなたも、空いた時間で、助け合いの会の
活動に参加しませんか？

**活動会員・
賛助会員募集中！**

- 活動会員：有償ボランティアとして家事などのお手伝いをしてくださる方
 - 賛助会員：趣旨に賛同し、活動を資金面で支えてくださる方
- どちらも特別な資格はいりません。(年会費が必要です)

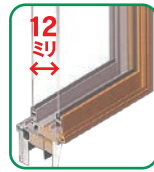
【お問い合わせ・お申し込み先】

宮城 TEL.022-292-5016 福島 TEL.024-557-1181
受付時間：月～金10:00～17:00(祝日・お盆・年末年始除く)



高断熱で騒音も防ぐ！
1枚ガラスの
約**4.6倍**の断熱効果！

断熱効果を高めるためペアガラスの12ミリの中間層にアルゴンガスを封入



“窓”を替えれば
暮らしが変わる
「あんみつガラス」で、
お悩み解消！

冷えや結露…
冬の「困った」を
解決

暖房を付けているのに足元が冷える、気が付くといつも窓に結露ができている…冬が近づくと、こんな問題に悩まされる方が多いのではないのでしょうか。暖房代や毎日の拭き掃除など、お金も手間も大きな負担になってしまします。こうしたお悩み解消におすすめの「あんみつガラス」です。「あんみつガラス」とは、板ガラスとLOW-Eガラスを重ね、間に空気層を設けた複層ガラスのこと。断熱性は1枚ガラスの約4倍と、冬は暖かく夏は涼しく、快適な空間を保つことができ、結露のお悩みからも解放されます。

さらに、高断熱で騒音も防ぐワンランク上のインナーサッシ「あんみつツイン」もおすすです。今なら、ご自宅でゆつくりご相談ができる出張相談を受付中。さらに、「スコープ10月号を見た！」と、相談をお申し込みのメンバー（組合員）様は、取付工事費半額サービスを実施中です。ぜひ、お気軽にお問い合わせください。



こんな雨戸が欲しかった！
「あんみつ雨戸」

マイホームを建ててから、リビングに西日が入って暑さがつらい、お風呂やトイレの窓に目隠しが欲しい、そんな困り事に後から気が付いたというお話をよく耳にします。こうした問題を一挙に解決できるのが「あんみつ雨戸」です。ルーバータイプで、羽の角度は0度～110度まで調整可能なので、採光・採風が自由自在。春は自然光の恵みを受けながら防犯対策、夏は自然の風を取り入れてエコ対策、秋は台風対策と、四季を通して便利にお使いいただけます。「あんみつ雨戸」で、快適さと省エネ、そして安心な暮らしを実現させてみませんか。



お問い合わせ・お申し込み先

みやぎ生協のメンバーはこちら 住まいのセンター みやぎ営業所

0120-779-188 TEL 022-373-7791

http://www.miyagi.coop/lifefservice/ 受付時間/9:00～17:30(日曜、夏季、年末年始休業)

〒981-3194 仙台市泉区八乙女4-2-2

みやぎ生協 住まい

検索

住まいのセンターみやぎ営業所▶



コープふくしまの組合員はこちら 住まいのセンター ふくしま営業所

0120-766-616 TEL 024-545-6616

受付時間/9:00～17:30(日曜、夏季、年末年始休業)

〒960-8163 福島市方木田字谷地12-1

コープふくしま 住宅部

検索

住まいのセンターふくしま営業所▶



※生協メンバー（組合員）になられてからのご利用となります。※住まいのセンターご利用分はコープポイントの対象外となります。※一部対応できない地域がございます。詳しくはお問い合わせください。

@あっとコープ

スマホでカンタンに出来ちゃう インターネットショッピング

「@あっとコープ」は、いつでもどこでもスマホから注文できる便利さで、利用者がどんどん増えています。

宅配で配布チラシのほとんどがWebカタログになっているので、スキマ時間に手軽に注文でき、さらに、配布チラシでご案内していない商品も幅広く掲載しているので、ぜひチェックしてみてください。

ポイント1

いつでもどこでもスマホ注文

うっかり注文を忘れても「@あっとコープ」なら、注文期間がチラシ配布週の月曜日午前6時から配達日翌日の午前10時までと、長期間ご利用いただけます。注文履歴も8週間分表示されるので、買い忘れや同じ商品を重複して買ってしまったなどのうっかりミスも防ぐことができ、合計金額も表示されるので家計管理もバツチリです。お仕事の休憩時間や移動中、ベッロの中などいつでもどこでもスマホ一つで簡単に注文できるのが「@あっとコープ」です。

休憩中でも
サクッと
注文できます



専門店を集めた「GOOD LIFE モール」では「西松屋」「Loft」など、専門店の商品を注文できます。在庫状況も確認できるので大変便利です。

ポイント3 西松屋やLoft商品が Web限定価格！



130万円以上の本や雑誌、CD・DVDが割引価格で購入できる生協宅配での配達のほか、宅急便でのお急ぎお届けも可能です。

ポイント2 本・CD・DVDが メンバー(組合員)割引価格に！

お問い合わせ

コープ東北サンネット事業連合@あっとコープ事務局

受付時間／月～金10:00～17:00(祝日除く)

TEL 022-290-2293

〒981-3112 仙台市泉区八乙女4-2-2

@あっとコープに新規登録で
「50@チケット」プレゼント！

@あっとコープ会員登録はこちら
今すぐ登録【登録料無料】



宅配商品でつくる

coopmama レシピ

今月の商品 「古今東北 青森県産むらさきいか使用 ふんわりいかの竜田揚げ 200g」

青森県産のむらさきいかを一口サイズにカットし、淡口しょうゆ、砂糖、みりんのみで味付けて打ち粉をしました。素朴な味付けにすることで、いか本来の旨味がしっかりと感じられます。やわらかな食感のいかの竜田揚げなので、そのままはもちろん、サラダや炒め物といった多彩なアレンジもおすすめ。宅配で購入できます。

この商品は宅配で定価価格398円(税込429円)でご案内の商品です。

10月2週では、特売368円(税込397円)でご案内予定です。



今月号は、厳選した食材や加工品を取り揃える
「古今東北」商品をコープママがアレンジします！

曾田 洋子さん

みやぎ生協職員、日本野菜ソムリエ協会認定野菜ソムリエ、NPO日本食育インストラクター Primaryの資格を所有。「健康的な時短レシピで、あらゆる世帯を応援します」



「私がコープママです！」

「ふんわりいかの竜田揚げと キャベツのおかずサラダ」

材料(3~4人分)

古今東北 ふんわりいかの竜田揚げ 1袋
キャベツ 1/5玉(約130g)
コープマヨネーズ 大さじ2
コープ純りんご酢 大さじ1
コープエクストラバージンオリーブオイル 大さじ1
サラダ油、サニーレタス ミニトマト 適量
コープ野菜たっぷり和風ドレッシング 適量

作り方

- ①よく熱したフライパンに油を多めに入れる(約1cm)。凍ったままのふんわりいかの竜田揚げをフライパンに入れ、弱火できつね色になるまで約2分ずつ両面を焼き、さましておく。
- ②キャベツ1/5玉(約130g)はスライサーなどで千切りにする。
- ③マヨネーズ大さじ2にりんご酢大さじ1、オリーブオイル大さじ1を混ぜ②をあえ、混ぜたら①もさっとあえる。
- ④お皿にサニーレタスをひき、③やミニトマトをのせ、食べる時にドレッシングをさっとかけて味を全体に整えて出来上がり。

宅配サービスについてのお問い合わせ・資料請求は

みやぎ生協宅配運営部

0120-581-870

受付時間 月~金 9:30~20:00

スマートフォン
からはこちらから



このレシピは
YouTubeで公開中



2021年9月20日より「共同購入」の名称を「宅配」に変更します。

生協の宅配事業は、3人以上の「はん」を利用の単位とし「共同購入」という事業名でスタートしましたが、今では個人宅配なども増え、共同でも・個人でも利用いただけるようになったため、多くの方にもわかりやすい「宅配」に事業名を変更いたします。これに伴って、チラシ表記の名称を共同購入から「宅配」に順次切り替えますが、商品やサービスはこれまで通りで変わりございません。引き続きよろしくお願いいたします。



COCON TOHOKU

東北6県から集めた選りすぐり商品たち

古今東北便り



商品紹介・楽天の取り扱い・催事情報などは
古今東北ホームページを検索！

古今東北

検索

<http://cocon-tohoku.com/>



お問い合わせ

株式会社 東北協同事業開発

TEL:022-347-3821 月~金 10:00~18:00(祝日除く)

「古今東北」は東北の震災復興と、地域振興応援、そして“時を超えたおいしさ”を伝えるブランド。東北6県の伝統的な食文化を再発見し、新たな食の楽しみを提案しようと、厳選した食材や加工品を取り揃えています。

7月度の損益

金額単位:百万円

科 目	7月度実績	予算差	前年差	累計実績	前年差
供 給 高	10,982	106	▲329	45,097	▲1,774
事業総剰余金	3,291	13	▲94	13,665	▲472
人 件 費	1,447	▲7	2	5,896	1
物 件 費	1,745	▲10	▲30	6,946	▲28
経 常 剰 余 金	255	171	75	1,005	▲298

*供給高:店舗、宅配などみやぎ生協全体の事業の売上高

*事業総剰余金:商品仕入等代金支払いや

テナント等収入を差引後の剰余金

*経常剰余金:事業総剰余金から経費を引き、

事業外収益と費用(利息や雑損失等)を差引後の剰余金

●7月度は供給高、経常剰余金とも予算は達成しましたが供給高は前年を下回りました。昨年のコロナ禍での需要の伸びが今年は落ち着いていることと、2店舗閉店による影響です。●店舗事業は、昨年コロナ禍による需要増がありましたが、今年はやや収束していることなどもあり来店メンバー(組合員)数が減少しました。供給高は前年を4億93百万円下回る67億33百万円でした。●宅配事業は、利用人数が想定を大きく超え、供給高は前年を1億82百万円上回る39億32百万円でした。

低温と凍結被害

「めぐみ野」桃・梨生産者支援募金にご協力ください

今年4月の異常低温で花や実が壊死する被害を受けた「めぐみ野」桃と梨。収穫量は、桃は凶作だった前年の4割、梨は大凶作だった前年の3割まで激減しました。生産者のみなさんを支援するために協力をお願いいたします。店頭募金:11月1日(月)～11月30日(火) 宅配注文書:10月4週号(10/11～15配布・10/18～22回収)



△6月23日「めぐみ野」梨生産者に募金903,501円を贈呈しました。

マイナビ仙台レディースブログがみやぎ生協HPでスタートしました!

マイナビ仙台レディースの選手がコープ商品を使って料理したあれこれや普段あまり見ることのない選手同士の交流など、楽しき満載のブログです。コメントもぜひお寄せください。

みやぎ生協 マイナビ仙台レディース ブログ

検 索



私のお気に入り!

みんなのベストショット

応募方法 投稿はwebから! <https://scoop.jp/>

みなさんのお気に入りの1枚をお送りください。掲載された方にはコープギフトカード500円分をプレゼントいたします。



いただきものの小さな苗から育てて、今年立派にハイビスカスが咲きました。
【宮城県仙台市 レイママ】

仲良しのお友だちと手をつないで
ルンルン♪後ろ姿もそっくりでふたご
ちゃんみたいでしょ?
【宮城県仙台市 るびこ】



近所で保護してわが家の一員になりました。これからお世話頑張ります!
【宮城県仙台市 しるこ】

三角パターンのショルダーをつくりま
した。会津木綿は固いので苦労しました。
【福島県白河市 N.K】



SCOOP インスタグラム

スコープ掲載のレシピ豆知識、そのほかいろいろな情報をお届けしています。フォロー・いいね!よろしくお願いします

@scoop_miyagi



【スコープに関するお問い合わせ】

みやぎ生協 生活文化部
仙台市泉区八乙女4-2-2

TEL:022-347-3826

受付時間 月～金 9:30～18:00(祝日除く)

宮城 募集

親子防災ワークショップ 「いつものごはんを食べるために」

震災語り部の方のお話を聴き、親子で防災について考えてみませんか？災害時でも、ふだんに近い食事で安心できるように、わが家のローリングストックリストを楽しく作りましょう！



募集内容

日 11月20日(土) 10:00～12:00
所 みやぎ生協文化会館ウイズ(仙台市泉区八乙女4-2-2)
募 親子10組(20人) ※申し込み多数の場合抽選。
当選者のみ11月10日(水)までに 案内状を送付 費 無料 託 なし

宮城 募集

ウイズセミナー 「知・得」と安心な 「冬の漢方養生講座」

漢方の基礎知識を学びながら、身近な食材でからだを整える方法をご紹介します。冬の養生を考えた食材でお鍋セット2種とデザートを作ります。食材はすべて持ち帰りです。講師は漢方養生指導士の菅原恭子さんです。



募集内容

日 11月30日(火) 10:30～12:00
所 みやぎ生協文化会館ウイズ(仙台市泉区八乙女4-2-2)
募 10人 ※申し込み多数の場合抽選。当選者のみ11月10日(水)まで案内書を送付 費 2,000円(材料費込) 託 なし

宮城 募集

ウイズセミナー お正月レッスン 「しめ縄飾り」

新年の願いを込めて「わが家のしめ縄飾り」を作ります。おしゃれなお飾りを作って、飾りませんか。講師はNo.1の加藤幸子さんです。作品の直径は約22cmです。



募集内容

日 12月16日(木) 10:30～12:00
所 みやぎ生協文化会館ウイズ(仙台市泉区八乙女4-2-2)
募 20人 ※申し込み多数の場合抽選。当選者のみ11月10日(水)まで案内書を送付 費 2,500円(材料費込) 託 なし

参加募集&お知らせ 来て!みて! スコープ通信

イベントの参加申し込み締め切り
特に記載がない場合

宮城 10月29日(金)
福島 各紹介記事をご参照ください。

日 日時 所 会場 募 募集人数・対象 託 託児
費 参加費(表示費用は消費税込み)

※新型コロナウイルス感染拡大によっては、内容の変更または中止する場合がございます。※各イベントの定員は「3密」を考慮した人数としています。

宮城 募集

一緒に遊ぼう!ハロウィンで運動会

ハロウィンの仮装をして、運動会をします。ミイラ男のトイレットペーパー積みやかぼちゃおぼけの借り物競争など、楽しい企画が盛りだくさんです。ハロウィンをみんなと一緒に楽しみましょう。



募集内容

日 10月26日(火) 10:30～11:30
所 みやぎ生協文化会館ウイズ(仙台市泉区八乙女4-2-2)
募 未就学児の親子6組 ※申し込み多数の場合抽選。当選者のみ10月18日(月)までに案内書を送付。申込締切10月15日(金)
費 無料 託 なし

宮城 募集

こ～ぷくらのし助け合いの会説明会「はじめて講座」

「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」そんな思いを支える有償ボランティア活動です。高齢の方、子育て中の方などのお困りことお手伝いします。あなたのできることから始めませんか？



募集内容

① 11月2日(火)	みやぎ生協西多賀店メンバー集会室(仙台市太白区西多賀3-1-1)
② 11月24日(水)	みやぎ生協文化会館ウイズ(仙台市泉区八乙女4-2-2)
③ 12月15日(水)	みやぎ生協気仙沼ぽけっと(気仙沼市東新城3-3-1)

時 10:30～12:00 募 各10人 費 無料 託 なし
お問い合わせ:くらのし相談ダイヤルTEL022-292-5016

福島

募集

クラブコスメチックス コープ化粧品学習会

感染症対策でマスクが手放せない昨今、マスクによる肌荒れが悩みの種になりがちです。マスクを外したお顔に自信がもてるよう、今から始める手軽なスキンケアを学びましょう。オンラインでの開催になります。



募集内容

日 11月10日(水) 10:00~11:30

①郡山市労働福祉会館(郡山市虎丸町7-7)

②いわき中央台公民館(いわき市中央台飯野4-5-1)

※会場変更の場合あり ③各15人※申し込み多数の場合抽選。

当選者のみ11月3日(水)までにハガキを送付

費 無料 託 なし ※申込締切10月27日(水)

宮城

募集

健康寿命の延伸に向けたフレイル予防の食事と運動

2020年、日本人の食事摂取基準が策定されました。健康寿命の延伸に向け、フレイル予防の食事と運動について学習します。講師は宮城大学食産業学群フードマネジメント学類教授の白川愛子さんです。フレイルとは：身体的機能や認知機能の低下が見られる状態のこと



募集内容

日 11月30日(火) 10:30~12:00

所 フォレスト仙台 フォレスト第1第2ホール(仙台市青葉区柏木1-2-45)

募 会場50人、オンライン100人※申し込みの際に視聴方法を明記

webから申し込みの場合は通信欄に記入してください 費 無料 託 なし

福島

募集

ワァ〜イवाई学習 & 交流会

『いきいき♪健康フィットネス』をオンラインで開催!健康講座と椅子に座ったままできるピラティスの二本立てです。みんなで楽しく体を動かしましょう。zoomでの開催なのでご自宅からの参加もできます。参加者全員に「いきいき♪健康フィットネス♪DVD」プレゼント!

募集内容

日 11月29日(月) 10:30~12:00

①コープふくしまいずみ店 組合員ホール(福島市森合字清水7)

②コープふくしま保原店 組合員ホール(伊達市保原町市市柳町24)

③コープふくしまあだたら店 組合員ホール(二本松市油井字中田1-1)

④コープふくしま天神町店 2階(白河市天神町75)

⑤郡山市労働福祉会館(郡山市虎丸町7-7)

⑥いわき中央台公民館(いわき市中央台飯野4-5-1)

※会場変更の場合あり ⑦12人⑧12人⑨10人⑩12人⑪15人⑫10人※申し込みの際に視聴方法を明記。webから申し込みの場合は通信欄に記入してください※申し込み多数の場合抽選。当選者のみ11月22日(月)までにハガキを送付

費 無料 託 なし ※申込締切11月15日(月)

福島

募集

天下人から学ぶ賢いセカンドライフと相続の極意

相続税など民法改正と同時に社会保障の改正も進んでいます。今回は戦国時代を生きた天下人から現代に役立つヒントを見つけましょう。佐藤益弘先生をお招きしzoomでライブ講演を行います。ご自宅からの参加もできます。



募集内容

日 11月8日(月) 10:15~11:45

①コープふくしまいずみ店 組合員ホール(福島市森合字清水7)

②郡山デポ(郡山市喜久田町卸1-77-1)

③コープふくしま天神町店 組合員ホール(白河市天神町75)

※各会場15人※申し込みの際に視聴方法を明記。webから申し込みの場合は通信欄に記入してください※申し込み多数の場合抽選。当選者のみ11月1日(月)までにハガキを送付 費 無料 託 なし

※申込締切10月25日(月)

イベントお申し込み方法

宮城

＜お申し込み方法＞ハガキ・FAX・Webのみ(電話での申し込みは原則受け付けておりません)

下記内容をご記入の上お申し込みください。

①企画名 ②郵便番号、住所 ③氏名(ふりがな) ④メンバー(組合員)コード

⑤電話番号 ⑥お子様対象企画の場合は、参加されるお子様の氏名(ふりがな)と年齢を明記してください。

＜託児のお申し込みについて＞

今月号のイベントにはすべて託児はございません。

＜お申し込み先＞

みやぎ生協 生活文化部 〒981-3194 仙台市泉区八乙女4-2-2

FAX:022-218-5945 ※FAX番号が変わりました

【お願い】みやぎ生協文化会館ウィズが会場の場合、駐車台数に限りがございます。公共交通機関でご来場願います。

福島

＜お申し込み方法＞電話・Webのみ 下記内容をご記入の上お申し込みください。

①企画名 ②郵便番号、住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号

⑤お子様対象企画の場合は、参加されるお子様の氏名(ふりがな)と年齢を明記してください。

＜お申し込み先＞

コープふくしま 生活文化課 受付時間:月～金9:30～17:00(祝日除く)

TEL:024-557-1181(福島事務所) TEL:024-963-2530(郡山事務所)

宮城・福島共通

パソコン・スマートフォンでの
お申し込みはこちらから

ホームページはこちらから
<https://scoop.jp/>

スマートフォンサイトはこちら



地元タウン誌がお届け！

宮城・福島 食べ歩きレポート

tabeREPO

今月の
テーマ

ご当地グルメ

地元情報誌の編集部が、毎月おすすめのグルメ情報をご紹介します。
今月は各地の特色も楽しめる「ご当地グルメ」をピックアップ！

宮城



井で旬魚を満喫！
女川
の海を
間近に
感じな
がら

「海鮮五色丼」(2,585円)

三陸で獲れる旬の魚介を使った料理が自慢のレストラン。おすすめはさまざまな海の幸を少しずつ味わえる「海鮮五色丼」。女川産のウニをはじめ、ホタテ、マグロ、エビ、イクラなどがぎっしり盛られた一杯だ。

女川海の膳 ニューこのり(おながわうみのぜん ニューこのり)

住 牡鹿郡女川町女川2-5-7 ☎ 0225-53-2134

営 11:00~19:00(ラストオーダー18:30)

休 火曜 <https://www.conori.jp>

福島



香ばしく焼き上げた
サクッとモチツの餃子を召し上がれ

「円盤餃子(20個)」(1,320円)

昭和39年創業の老舗店。福島のご当地グルメである「円盤餃子」は、たっぷりの野菜と合い挽き肉を自家製の皮で包み、多めの油で強火焼き。プックリサクリ食感の餃子にファンも多数！リピート必至の愛されグルメだ。

餃子の店 山女(やまめ)

住 福島市早稲町5-23 ☎ 024-523-1772

営 17:30~21:30(ラストオーダー、土曜、祝日17:00~21:30)

ラストオーダー(短縮営業の場合あり) 休 日曜、ほか祝日不定休あり

宮城

仙台名物・マーボー焼きそばが人気のこちらでは、麺とご飯を合わせたハイブリッドメニューが登場！ 外はカリカリ、中はおもちりの中華麺と、ホカホカご飯の上に、甘辛い餡をたっぷりかけたボリューム満点なひと皿だ。



ファンのアツい要望に応えた
ハイブリッドメニュー！

「マーボー焼きそばとマーボー飯の
ハーフ&ハーフ」(850円)

中国めしや 竹竹(ちくちく)

住 仙台市青葉区北目町2-22

☎ 022-721-7061

営 11:00~14:00、17:30~22:00、
土曜11:00~14:00

休 日曜、祝日

福島



ミルクのやさしい味わいが人気の
昔懐かしいご当地パン

「クリームボックス」(手前124円)

「カフェオレボックス」(奥134円)

昭和50年代から郡山のソウルフード「クリームボックス」を製造し、学校の購買部などでも販売してきた。しっとりしたミルク入りの厚切りパンに、生クリーム使用の濃厚なクリームが子どもから大人まで大人気！

大友パン店(おおもパンてん)

住 郡山市虎丸町24-9 ☎ 024-923-6536

営 7:30~19:00(日曜、祝日~18:00)

休 お盆、年末年始

※新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、各店の営業時間等に変更のある場合がございます。事前の確認をおすすめいたします。

今月のプレゼント



写真はイメージです

北海道 大雪を囲む会の生産者が つくる野菜詰め合わせを

抽選で10名様にプレゼント

P2-3で特集した北海道 大雪を囲む会の野菜詰め合わせを10名様にプレゼントします。こだわりの野菜をたっぷり召し上げられ。

※プレゼント商品名は「野菜詰め合わせ」とお書きください。

応募方法 | 下記①~⑦をお書き添えの上、ハガキ・FAXで右記までご応募ください。ホームページからも応募できます。①プレゼント商品名(野菜詰め合わせ) ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④メンバー(組合員)コード ⑤電話番号 ⑥スコープを手にとった場所(店舗・共同購入・その他) ⑦ご意見・ご感想 ※当選結果はホームページで確認していただくか、商品の発送をもってかえさせていただきます。※ご意見・ご感想、プレゼント応募にいただいた個人情報に関しては、抽選・発送のみに使用させていただきます。その他の目的には使用いたしません。

応募締め切り
10月31日(日)

応募先

みやぎ生協 生活文化部
〒981-3194

仙台市泉区八乙女4-2-2

FAX:022-218-5945

※FAX番号が変わりました

ホームページはこちらから
<https://scoop.jp/>

スマート
フォンで
アクセス



当選発表は11月15日(月)

応募されたプレゼントの当選結果は、みやぎ生協のホームページでご確認いただけます。 **トップページにあるこちらをクリック！**

※お手元にコープカードをご用意いただき、7ケタのメンバー(組合員)コードの前にみやぎ生協メンバーは「M」、コープふくしま組合員は「F」を当選確認画面にご入力ください。



プレゼント当選確認はこちら

骨の未来は変えられる 骨ケア習慣 はじめませんか？

今こそ！



運動



機能性表示食品(届出番号E529) 届出表示:本品にはMBP(乳塩基性タンパク質)が含まれます。MBP(乳塩基性タンパク質)には骨密度を高める機能があることが報告されています。 機能性関与成分:MBP(乳塩基性タンパク質)
本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。
ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に食事のバランスを。



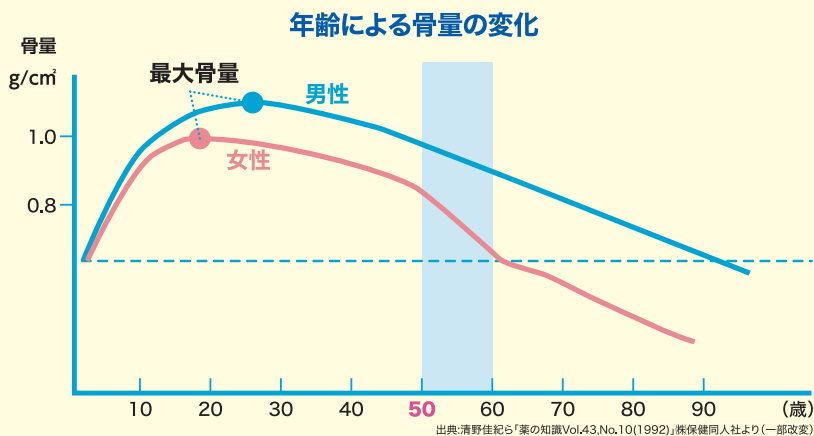
「MBPドリンク」は…

骨のための
たんぱく質MBP®
配合

さわやか風味だから
牛乳の味が
苦手な方でも
大丈夫!

アレルギー推奨表示含む(乳成分、大豆)

骨量は20歳ごろピークを迎え、その後は緩やかに減少し、特に女性は50歳ごろに大きく減少します。



詳細はWEBでご確認ください。
商品についてはこちら



よくわかる!骨と「MBP」に
ついてはこちら



未来は、ミルクの中にある。

雪印メグミルク

雪印メグミルク

検索

お客様の声をおきかせください。

雪印メグミルク 年中無休
お客様センター 9~17時
<https://www.meg-snow.com>

0120-301-369

未来はミルク

このチラシの内容は2022年4月より適用されます。

学生のみなさん

CO・OP 学生総合共済

新たに登場!!



学生総合共済は、
病気やケガによる入院も、
ケガによる通院も
1日目から保障します。

加入できる年齢
(発効日時点)

満18歳以上満34歳以下
(大学生・専門学校生)

保障の終了日

卒業予定年月の末日
(最長満35歳の満期日まで)



CO・OP共済の
資料請求はこちら!

コープ共済

検索



学生総合共済

G1200コース

月掛金 **1,200円**

病気入院・
事故(ケガ)入院
(1日目から360日分)

日額 **10,000円**

事故(ケガ)通院
(事故日から180日以内)
(1日目から90日分)

日額 **2,000円**

※上の表は保障内容の一部です。
他に手術や学業復帰支援臨時費用などの保障もあります。

!Pick up!!



秋の加入キャンペーン

保障の見直しをお考えの方へ

2021年

9月21日(火)→
10月20日(水)



期間中、CO・OP共済《たすけあい》《あいづらす》《ずっとあい》のいずれかに
新規でご加入いただいた方には

オリジナル コーすけ
真空ステンレスボトルを
全員にプレゼント!

サイズ：約φ57×217mm、340ml ※写真はイメージです。

ストッパー付♪



10月20日(水)消印有効

※プレゼント内容は予告なく変更
する場合があります。予めご
了承ください。 ※更改・継続
申込及び先進医療特約、個人
賠償責任保険のみ付帯のお申
込みは対象になりません。

契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

※CO・OP学生総合共済は、全国大学生協共済生活協同組合連合会との共同引受となります。

[CO・OP共済に加入するには] 出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員にな
ることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などで暮らしに貢献しています。
CO・OP共済は個人情報大切に、個人情報保護法を守ります。

※《たすけあい》、《あいづらす》、《ずっとあい》、《学生総合共済》は異なる商品です。
いずれかひとつでもご加入になれます。詳しくは、加入申込書付宣伝物をご覧ください。

K-78546-2108

【お問い合わせ先】

CO・OP共済へのご加入、保障内容等のお問い合わせは下記コープ共済センターへ

みやぎ生協・コープふくしま

〒981-3194 仙台市泉区八乙女4丁目2-2

コープ共済センター ☎0120-50-9431

受付時間 9:00~18:00 月~土(祝日含む) ※年末年始はお休みとなります