

COOP
MIYAGI
FUKUSHIMA

心地よい＆楽しい暮らしのヒントが見つかる情報誌

SCOOP!

【スcoop】

10月号
vol.52
2024.October

鮮度にこだわる収穫法で
ますますおいしく！



特集 手間と愛情がおいしさの決め手

「めぐみ野」あじわいなめこ

【今月のレシピ】
あじわいなめこ大活躍レシピ

【SCOOP eyes】必要としている人へ安心届ける
コーフードバンク

顔とくらしの見える産直

めぐみ野

REPORT

手間と愛情がおいしさの決め手 「めぐみ野」あじわいなめこ

山形県鶴岡市で、なめこの風味と食感を引き出す生産方法と、鮮度を保つ収穫方法にこだわって生産している「めぐみ野」あじわいなめこ。そのおいしさの理由をお聞きしました。

有限会社いとうファーム 伊藤さんご夫婦

生産者voice

色が濃い栄養たっぷりのなめこをお届け



鶴岡なめこ専門部会 副部長
有限会社いとうファーム 代表取締役

みのる
伊藤 稔さん

現在5軒の生産者が在籍している鶴岡なめこ専門部会は、1972年に発足した歴史ある部会です。この道50年を超える伊藤さんは、なめこ作りの大ベテラン。部会の仲間同士での情報交換を行なながら、なめこのおいしさを発信し続けています。



なめこの生きる力
自然と引き出しがおいしさのカギ

2023年4月より「めぐみ野」に仲間入りした「めぐみ野」あじわいなめこ。名前の通り、風味・食感が際立つ味ないと、そのおいしさを一段と引き立てる「手切り」「収穫」が最大の特徴です。「なめこの生きる力を引き出す栽培環境と、たっぷりの栄養を与えることがおいしさにつながります」と伊藤さん。種菌を接種する培地には、国産広葉樹のおがくずに、米ぬかや麦、大豆、とうもろこしを絶妙なバランスで配合。約80日かけて育てるなめこは、たくさんの栄養を吸収して色濃くおいしく育ちます。一般的な収穫では機械で一斉にカットされることが多いのですが、「めぐみ野」あじわいなめこは、茎の切り口が水平になるよう人の手でカットすることで、鮮度といいしさをそのままにお届けすることができます。多くの方になめこを味わってもらいたいという想いが、おいしさへのこだわりにつながっています。



収穫を間近に控えたツヤツヤのなめこたち。このぬめりには食物繊維やタンパク質などの栄養素が豊富に含まれています

「めぐみ野」あじわいなめこおいしさのヒミツ

年間収穫量は、鶴岡なめこ専門部会全体で約220トン。

デリケートななめこの大敵である雑菌に細心の注意を払い、気温や湿度を細かくチェックしながら大切に栽培します。

自然の理にかなった 栽培方法でおいしく育つ／



収穫までの約80日間、なめこたちは自然の四季を再現した部屋を転々とします。春を再現した15℃の部屋、夏を再現した20℃の部屋、その後水かけを行い室温を下げ秋の環境へ。栄養をたっぷりと与え、ストレスにならない環境を整えることでおいしいなめこに育ちます。

生産者voice

やりがいを感じる瞬間とは



「めぐみ野」に仲間入りできたことを嬉しく思います。「顔とくらしの見える産直」として、産地交流会や学習塾を通じ、生産者の想いやなめこ作りの現場、食と一緒に考えてくれるメンバー（組合員）さんの存在がとても心強く、やりがいにつながっています。これからも変わらず、愛情込めたおいしいなめこを栽培していきたいですね。

「めぐみ野」あじわいなめこ 取り扱い みやぎ生協宅配のみの取り扱い(通年)

※宅配カタログWeekでご案内しています

※みやぎ生協・コープふくしま店舗、

コープふくしま宅配での取り扱いはございません

おいしさと食べ応えのある食感のヒミツは“手切り”収穫



人の手で丁寧にカットすることで、茎の長さが揃い切り口が水平で、鮮度と食感のよさにつながります

おいしいなめこができるまで



種菌が成長し、瓶の中身が徐々に白くなっています

おかげで米ぬかなどの栄養材を混ぜ合わせ、瓶詰め。約8時間98℃の蒸気で殺菌し、24時間の冷却を経て種菌を接種。成長とともに四季を再現した温度の異なる部屋を移動し、約80日後に収穫。収穫後は、選果施設で洗浄・選別を行い、包装・出荷します。

収穫後の廃菌床は堆肥に

栄養がたっぷりと含まれている
菌床は2回目収穫後にビンから取り出し、堆肥として再利用されています。



洗浄・選別を経て袋詰めの機械へ

顔とくらしの見える産直「めぐみ野」三つの基準

- ✓ だれ(生産者)がどこ(産地)で作ったかがわかります。
- ✓ どのように(栽培・飼育方法)作られているのかがわかります。
- ✓ 生産者とみやぎ生協のメンバーの交流があります。

この商品の情報は
こちらから



めぐみ野

検索

copeの食材で簡単!



季節のおいしい×時短レシピ

スcoopキッチン

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紹介。
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

あじわいなめこ 大活躍レシピ

今月号の巻頭では、なめこを特集しました。「なめこ料理はお味噌汁や、ソバのつけ汁くらいしか知らない…」と思ったあなたにおすすめしたい“なめこ大活躍レシピ”をご紹介します！なめこのあじわいを、存分にお楽しみください。



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、上級食育アドバイザー、ティーウェリスト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。

さっぱり食べたい日には
タレをポン酢にチェンジ!



ニンニク醤油ダレでご飯がすすむ!

おろしなめこの 和風ハンバーグ



使用食材はこちら！

材料(2人分)

古今東北ジュワツと和牛ハンバーグ	2個(1袋)
「めぐみ野」あじわいなめこ	1袋
大根	150g
大葉	2枚
醤油	大1.5
A 本みりん	大1
コーヒーチューブにんにく	3cm

作り方

〈下がりらえ〉大根はすりおろし、Aは混ぜ合わせる。

- ①鍋に湯を沸かし、さつと洗ったなめこを茹でて(※ なめこは40秒ほど茹でて火を通します)ザルに上げ、軽く水気を切った大根おろしと混ぜ合わせる。
 - ②ハンバーグは袋の表示通り加熱し、大葉を敷いた器に盛って、①とAのタレをかけたらでき上がり。



※一部店舗では取り扱いのない商品もございます。品切れの際はご了承願います。

ここもチェック

揚げ焼きは油が少量でOK
後処理も簡単でお手軽♪



水溶き片栗粉いらずで簡単!

中華風なめこ コーンスープ

使用食材はこちら!

材料(2~3人分)

「めぐみ野」あじわいなめこ	1袋
コープ十勝産スイートコーンうらごしタイプ	1缶(180g)
「めぐみ野」たまご	1個
水	200~250ml
コープ鶏がらスープの素	小1.5~
塩・こしょう	適量
細ねぎ	少々



作り方

下ごしらえ

なめこはさつと洗いザルに上げる。

①鍋に水・鶏がらスープ・コーンを入れ、沸騰したらなめこを加えて塩・こしょうで味を調える。

②①になめこのとろみが出てきたら溶きたまごを細く回し入れ(※)、ふわっとした状態になったところで火を止めて器によそい、小口切りしたねぎをのせたらでき上がり。

★クリームタイプのコーン缶を使ってもOK。



外はサクッ、中はとうるふわ～ なめこと玉ねぎの落とし揚げ



使用食材はこちら!

材料(2人分)

「めぐみ野」あじわいなめこ	1パック
玉ねぎ	1/4個
コープ冷凍枝豆	大1(豆のみ)
コープ天ぷら粉	大3強
水	大2
油	適量

作り方

下ごしらえ

玉ねぎはみじん切り、なめこは軽く水洗いしザルに上げて水気を切る。

①ボウルになめこを入れ、天ぷら粉大1強を全体にまぶす(※1 全体を混ぜるようにして天ぷら粉を絡めます)。

②残りの天ぷら粉大2と水大2を混ぜ、①に玉ねぎ・枝豆と一緒に加えて混ぜ合わせる。

③フライパンに深さ1cm程の油を熱し、175℃~180℃になつたら②を落とし入れ(※2 スpoon2本を使って、そつと油に落とします)、両面がきつね色になるまで揚げればでき上がり。



(※1)



(※2)

火を入れすぎると卵が固くなるので、
早めに火は止めましょう



SCOOP eyes 必要としている人へ安心届ける

cope food bank

食べ物を通して、地域の笑顔の輪をつなぐ
「cope food bank」の取り組みをご紹介します。



東仙台子ども食堂 代表 舟山由紀子さん(左)と、
cope food bank 事務局長 一條智昭さん(右)

食品ロス※削減と地域の架け橋へ cope food bankとは

2023年度までに1,190トンを受け入れ、
1,147トンを提供しました。



寄贈されたものを仕分け・管理する施設(宮城県富谷市)

みやぎ生協が2012年に設立した「cope food bank」は、「誰もが安心してくらせる地域社会」の実現を目的としています。2014年からはcope東北サンネット事業連合に移行し、東北6県で地域との架け橋となる活動を続けています。cope food bankでは、さまざまな理由で販売できなくなった、品質に問題のない食品や生活雑貨の無償提供を受け、支援を必要とする福祉施設や団体に寄贈しています。2022年から、宅配商品を購入することでメンバー(組合員)がcope food bankへ寄贈することができる活動も始まりました。※日本の食品ロスは年間約472万トン(農林水産省及び環境省「令和4年度推計」より)

＼ご提供企業様の声／

株式会社 パールライス宮城

営業部 業務課

(左)日野 将秀さん
(右)菊地 琢真さん



cope food bankの活動に共感し、2012年からこの活動を支援しています。お米は製造工程上、袋詰めをする際に端数が出るため、おいしいお米を知つてもらう・食品廃棄による環境負荷を低減する目的で、そうした品質に問題のないお米を年間約2.8トン提供しています。これからも生産者と消費者を結ぶ架け橋として、地域社会に貢献していきたいですね。

cope food bankの仕組み

お取り引き先様などから、余剰品や賞味期限が近いなどの理由から、流通・販売できない「食べられる・使用できる」商品の寄贈を受け入れ、提供しています。



①支援者(各企業・生産者団体)からの食品・生活雑貨等の受け入れ



②受け入れた食品等の仕分け作業



③福祉施設や団体等との調整を行い、引き渡し

＼地域の笑顔の輪をつなぐ福祉施設・団体へ／ コーパフードバンクの食品・日用雑貨をお届け

コーパフードバンクと協同し、食品や生活雑貨を活動に活かしている
福祉施設や子ども食堂の方々にお話を聞きしました。

福島県郡山市

NPO法人子育て支援 コミュニティチママン

託児付きカルチャースクールや発育・発達を促す幼児児童の支援など、子育て中のママ・パパに寄り添う幅広い活動をしているチママン。多角的な子育て支援事業を通じ、ともに支え合う子育て環境づくりを進めて今年で19年目を迎えます。栄養士の視点から食育に力を入れている佐藤さんは、「みんなで食を囲むことが、心のつながりに結びつくと感じています。いただいた食材やマスクなどの生活雑貨を活用し、これからも地域の交流の場として活動していきたいです」と、笑顔がこぼれます。

NPO法人子育て支援
コミュニティチママン
理事長 佐藤 広美さん



ペビリトミックや玉ねぎ掘りなど、体験の場を大切にしているチママン。コーパフードバンク提供の素麺で行う流し素麺など、季節のイベントも大人気です



東仙台子ども食堂
代表 舟山由紀子さん

お弁当を手渡す際の交流の時間も大切にしている舟山さん。時には買い出しも行いながら、旬の食材をたっぷり使用した献立でおいしいお弁当を作っています



宮城県仙台市

東仙台子ども食堂

2016年から、月1回のお弁当配布やフードパントリーの活動を続けてきた舟山さん。児童館で夜遅くまで残っている子どもたちを見て、夜ご飯と一緒に食べてはどうかと思い立ったのが、活動のきっかけでした。「コーパフードバンクよりいただいた、お米やパン、生鮮食材を活用し、栄養たっぷりのお弁当を作ることができます」と話します。現在は6人のボランティアスタッフとともに、食を通じて、小学1年生から80代まで約60人の安心の支えとなっています。

サポーター募集！

コーパフードバンクの活動に共感・賛同し、賛助金によるサポートをしていただける個人・法人のサポーターを募集しています。ご提供いただいた賛助金は、コーパフードバンク事業の運営費として活用します。

個人サポーター
1口 1,000円／年

法人サポーター
1口 30,000円／年

※賛助金は年度更新となります

お問い合わせ 022-779-1556
コーパフードバンク（月～金9:30～16:00）

詳しくはこちら



＼店舗でも気軽に参加できる／

みやぎ生協・コーパふくしまの フードドライブ

メンバー（組合員）が一人でも気軽に参加できる社会貢献として、店舗で購入した食品を必要としている地域の福祉施設、生活困窮者団体、子ども食堂などへ提供するフードドライブに取り組んでいます。



宮城の
詳細はこちら



福島の
詳細はこちら



コープで発見、くらしにひと足し。

COOP goods lab

COOP商品徹底解剖ラボ

使って納得、便利で人気、くらしに笑顔が増える

モニターさん絶賛の商品をクローズアップしてご紹介します。

しょうがを効かせて

大満足の味わいに仕上げました

しょうがを配合して、具材にはごぼう、れんこん、ひじき、油揚げなどを使用。塩味をベースにした、さっぱりとした風味の五目ご飯の素です。

炊飯器に丸ごと入れて

普段通りに炊くだけで完成！

2合分の米と水が用意できたら、あとはひと瓶の中身を入れて炊くだけで、絶品炊き込みご飯の完成です。炊き上がったご飯に混ぜ込んでもOK！



これ1本で手軽に♪

多彩なアレンジ料理も！

ハンバーグやサンドパンの具材としてなど、いつもの料理にプラスするだけで、風味豊かな一品が完成。



しょうがを配合して
さっぱり味に仕上げました

vol.11

コープしょうが香る 五目ごはんの素

具だくさん2合用

《瓶詰》230g



モニターさんからの声



しょうがの香りも食感もあり、しょうが好きにはとても嬉しいおいしさです。れんこんの歯ごたえもよく、にんじんとひじきで彩りもよく、見た目もよいと思います。



塩味をベースに、しょうがを効かせた炊飯器で炊き込むタイプの五目ご飯の素です。瓶詰めタイプならではの、素材の食感と風味が楽しめます。炊きたてのご飯に混ぜ合わせても、おいしいいただけます。



食欲そそるしそうがの香りが広がる
具だくさんな炊き込みご飯の素。
瓶詰めならではの、
具材それぞれの食感と風味が楽しめます。
幅広い家族構成にマッチする2合用。
混ぜ込んでおいしくいただけます。

塩味をベースに、しそうが風味を効かせた
炊飯器で炊き込むタイプの五目ご飯の素

cope shouga niyuu no shoushi

具だくさん2合用《瓶詰》230g

○店舗：通常価格328円(税込)

○原材料名：野菜（にんじん、れんこん、ごぼう、しそうが）、還元水あめ（タイ製造）、しそうゆ（小麦を含む）、ひじき、砂糖、油揚げ（大豆を含む）、植物油脂、米発酵調味液、食塩、ごま、こんぶだし、魚介エキス、ほたてエキス／調味料（アミノ酸等）、酸味料、凝固剤
○保存方法：直射日光を避け、常温で保存

商品情報は
こちらから

【取り扱い店舗】みやぎ生協・copeふくしま全店舗
※取り扱い店舗が変わる場合がございます。
また、品切れの際はご了承願います。
【宅配】カタログWeekにて10月以降掲載予定
※価格は店舗通常価格です。
宅配はカタログWeek誌面をご確認ください。

店舗で開催
毎月1日・15日はいいcopeの日

心と体を健やかに整えるためのアドバイス くらしに、ひと呼吸

健康をいつまでも守りたい。
健康を取り巻くあらゆる話題を3回シリーズで掲載いたします。

今月のテーマ①

運動と人とのつながりの大切さ

一般社団法人りぶらす
代表理事・理学療法士
橋本 大吾



茨城県出身。東日本大震災を機に、当時住んでいた埼玉県から石巻市に移住し、2013年1月に一般社団法人りぶらすを創業、またリハビリ施設を開設した。身体づくり・仲間づくり・居場所づくりをテーマに活動を展開している。

簡単な工夫で 運動を習慣に

うまでもないことですぐ、忙しい日常の中でも実践し、習慣にするのは難しいものです。特に運動好きでない方にいえど、誰かと一緒にすることで楽しく運動ができます。例えば、近隣の草刈りやゴミ拾い、畑仕事など、地域の仲間と共に行う活動も運動の一環です。

しかし、運動を生活に組み込むためのポイントを押さえれば、無理なく続けられます。



転倒予防のバランス体操をしている様子(岩沼店)

動量を増やせます。

また、地域での活動を通じて運動を取り入れる方法もおすすめです。

人ととの交流やスポーツ、地域活動など、誰かと一緒にすることで楽しく運動ができます。

例えば、近隣の草刈りやゴミ拾い、畑仕事など、地域の仲間と共に行う活動も運動の一環です。

しかし、運動を生活に組み込むためのポイントを押さえれば、無理なく続けられます。

しかし、運動を生活に組み込むためのポイントを押さえれば、無理なく続けられます。

皆さんには、1日に何歩くらい歩いているですか? また、周りにはどのよう

な場がありますか? 忙しい日常の中でも、工夫次第で健康により行動を取り入れることは可能です。

自分に合った方法で、運動や人と交流の機会を作りながら、健康的で自分らしい生活を送りましょう。

日々、少しずつ 誰かと、楽しく

日々、少しずつ誰かと、楽しく

日常生活に運動を取り入れためには、毎日の習慣に少しずつ運動を組み込むことが大切です。例えば、通勤時に1駅分歩く、炊事の合間にストレッチをする、歯磨きの間にスク

ワットをするなど、簡単な工夫で運

自分に合った方法で 自分らしく

厚生労働省は、一般成人では1日

8000歩以上、高齢者は1日6000歩以上の身体活動を推奨しています。



股関節周囲の筋力トレーニングをしている場面(太子堂店)

くらしをちょっと、もっと、ずっと。

くらしのヒント帳

住まい、家計、宅配、買い物、文化鑑賞など
知つて得するくらしの情報を届けします



『ノルウェーさばフェア』 各店舗にて開催中!

みやぎ生協・コープふくしまの各店で、9月26日(木)から10月23日(水)まで『ノルウェーさばフェア』を開催しています。海と資源に配慮した持続可能な漁法でさばの漁獲を行っているノルウェー。旬の9月~11月に水揚げしたさばを船上で冷却し、高鮮度を維持したまま加工しています。サスティナブルな漁法で漁獲された、脂のり抜群のさばをご賞味ください。メンバー(組合員)の方にノベルティが当たる企画もあります。



『ノルウェーさばフェア』は東北6県の店舗で開催中!
取り扱い店舗は、みやぎ生協・コープふくしま全店です

お問い合わせ先

みやぎ生協 店舗商品本部
水産部門

TEL 022-232-8733

受付時間／10:00～18:00(水曜・日曜は休み)

対象商品は、こちらのシールが目印!

ノルウェー産のさばを使用した商品が対象です。

- ・干物(塩さば、みりん干し)
- ・さば味噌煮・みぞれ煮 など



※ロゴマークはイメージです



和紙畳は全56カラー。一畳へりありや半畳へりなしがあり、モダンなカラーも多数準備。部屋のインテリアに合わせて選べます

15年以上替えていない方 和紙畳で畳のお悩み解決!

畳は日本の文化。でも、お手入れや衛生面で心配という方、必見です! DAIKEN国産和紙畳に取り替えて、畳のお悩みを解決しませんか? 和紙畳はすべて抗菌仕様なので、カビやダニの繁殖を抑制。優れた撥水性があり、お手入れも簡単で長持ちします。全56カラーの多彩な和紙畳のほか、国産い草畳、樹脂畳もご用意しています。お見積りは無料で、カラー・デザイン豊富な見本帳を持参します。実際のカラーや質感を見て触ってお確かめください。

和紙畳の4つのおすすめポイント



DAIKEN国産和紙畳健やかおもてキャンペーン(10月31日ご成約まで)
通常11,000円(税込12,100円)⇒キャンペーン特価10,000円(税込11,000円)

お問い合わせ・お申し込みはこちら

住まいのセンター みやぎ営業所

0120-779-188

みやぎ生協 住まい

検索

TEL022-373-7791

受付時間／9:00～17:30(日曜、夏季、年末年始休業)

※みやぎ営業所のみ対象

PickUP!

みやぎ生協・コープふくしま
宅配のフードドライブとは

食品を必要とする施設や団体、こども食堂等へ食品を提供します。寄付食品は安全性担保のため、宅配で購入した商品のみとなります。

だれもが安心してくらせる地域・社会をめざして
フードドライブにご協力お願いします

申し込み期間 10月7日(月)～25日(金)

宅配注文用紙「10月3週」「10月4週」「10月5週」に、下記記載の申込番号と数量をご記入ください。インターネットの注文画面からもお申し込みいただけます。

ご注文商品はメンバー(組合員)さまにはお届けいたしません

申込番号 030051

コープ
中華丼の具



170g×2袋入

本体価格
348円(8%税込375円)

申込番号 030052

コープ
ヌードル
しょうゆ味



1食

本体価格
128円(8%税込138円)

申込番号 030053

コープ
おいしいご飯



5個パック
(200g×5)

本体価格
598円(8%税込645円)

申込番号 030054

コープ
さばみそ煮



145g

本体価格
238円(8%税込257円)

申込番号 030055

コープ
ビーフカレー
甘口



180g×5食

本体価格
398円(8%税込429円)

申込番号 030056

コープ
わかめスープ



10食入

本体価格
228円(8%税込246円)

申込番号 030057

コープ
焼うどん



210g×3食

本体価格
298円(8%税込321円)

申込番号 030058

コープ
ミックス
キャロット



125ml
×12本

本体価格
980円(8%税込1,058円)

宅配カタログWeek10月3週号・10月5週号のP57でもご案内しております。なお、価格・パッケージは変更になる場合があります。

「もぐもぐコープ」今月のおすすめ！

10分間だけのお楽しみ
「もぐもぐコープ」で、
おいしさのワケを教えます！



全国の生協職員
約1万人への
アンケートで
《第3位》に
選ばれました！

コープ
ふっくら卵のオムライス



店舗本体通常価格
1食入タイプ**257円**(税込)

ふっくら焼き上げた卵でチキンライスを丁寧に包みました。たまねぎやにんじんで野菜の甘みを出し、トマトケチャップ・トマトペーストをバランスよく配合したチキンライスがおいしいオムライスです。電子レンジで簡単に召し上がれます。

取り扱い／みやぎ生協全店・コープふくしま(瀬上店・桑折店を除く)

みやぎ生協・コープふくしま全店(A&COOP松島店・角田店を除く)で実施中！ 毎週土・日曜 ①11:30～②16:00～

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	累計予算差	累計前年差
供給高	11,531	331	38	47,669	1,749	1,348
事業総剩余金	3,391	38	△5	14,188	321	277
人件費	1,568	12	78	6,353	41	288
物件費	1,863	△8	20	7,464	57	253
経常剩余金	△24	30	△114	516	347	△120

*供給高:店舗、宅配などみやぎ生協全体の事業の売上高 *事業総剩余金:商品仕入等代金支払いやテナント等収入を差引後の剩余金

*経常剩余金:事業総剩余金から経費を引き、事業外収益と費用(利息や雑損失等)を差引後の剩余金

第2回理事会 (7月18日) ダイジェスト

理事会で協議などされた内容から主なものを紹介します。

議決事項は3件で、「コープポイント規則の改定」「借入金最高限度額の改定」「店舗改装計画」が提案どおり議決されました。協議事項は1件で「総代会における採決方法の変更」を協議しました。報告事項として第1四半期の損益状況や振り返り、「めぐみ野」品の開発などを行いました承されました。

令和6年7月に山形県で発生した記録的大雨被害を受け、支援金を拠出しました

7月25日の記録的大雨による山形県内の大きな被害を受け、県外からのボランティア受け入れ対応を行っている山形県内4市町村の災害ボランティアセンターへ「みやぎ生協震災復興・災害支援金等積立金」から、支援金(寄付金)を拠出しました。この支援を通して一日も早い復旧を応援します。



いずれも山形県酒田市内の被害の様子

【送金額】

酒田市社会福祉協議会	20万円
遊佐町社会福祉協議会	20万円
戸沢村社会福祉協議会	20万円
鮭川村社会福祉協議会	20万円
計	80万円

みやぎ生協・コープふくしまでは、自然災害や火災などの緊急事態に即応し、被災地及び被災者への金銭的支援を行うことを目的として2014年より「みやぎ生協震災復興・災害支援金等積立金」を積み立てています。

能登半島地震の被災地へ送る応援メッセージカードへのご協力ありがとうございました

2024年1月1日に発生した能登半島地震の被災地にメッセージカードを送る取り組みを、6月1日から8月末までメンバーに呼びかけ、3,026枚(8月17日現在)が寄せられました。寄せられたメッセージは、ボランティアの皆さんにより支援物資とセットしていただき、7月下旬から9月にかけて、能登町で支援活動に取り組むNPO団体と、穴水町災害ボランティアセンターへ送りました。みなしふくしまでは、被災者の訪問活動などに活用されます。みなさまのご協力、ありがとうございました。



メッセージカードと支援物資のセット



ボランティアの皆さんによるセット作業の様子

【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:022-218-3880

受付時間 月～金 9:30～17:30(祝日除く)

※みんなのベストショットは今月はお休みです

スコープ通信

参加募集 & お知らせ 来て!みて!

イベントの参加
申し込み締め切り 10月31日(木)
特に記載がない場合

募集人数・対象 費用 参加費(表示費用は消費税込み)
所会場 締め切り

【イベント参加申し込み方法(宮城・福島共通)】

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お持ちの方はメンバー(組合員)コード ⑤電話番号
- ⑥お子さま対象企画の場合はお子さまの氏名(ふりがな)と年齢を明記。
※託児ありの場合は1歳以上~未就学児まで対象(300円有料)

宮城・福島どちらの会場もお申し込みできます。

※写真・画像はイメージです。

お知らせ 福島会場

～平和を守るために伝えたい～

11月9日(土)10:00～15:00

戦争を忘れない・伝える・考えるをテーマに広島や沖縄の現地報告やパネル展示などをします。平和について語ろうカフェや平和を願って千羽鶴チャームを作るワークショップ、絵本キャラバンもあります。一緒に平和について考えてみませんか?
費無料(ワークショップ参加費100円)
締め切りふくしま方木店 2F組合員ホール



趣味 福島会場

多肉植物で可愛く寄せ植え

11月28日(木)10:00～12:00

ぷっくりとかわいい多肉植物。冬にむけてお部屋のアクセントに1つ作ってみませんか?
料7人
費500円
所会場ふくしま天神町店2階
(白河市)
締め切り11月14日(木)※当選者のみ11月21日(木)までに案内書送付



【イベント申し込み先】

宮城会場:Web・FAX・ハガキのみ受け付け

みやぎ生協 生活文化部

〒981-3194 仙台市泉区八乙女4-2-2

FAX:022-218-3663

福島会場:電話・Webのみ受け付け

コープふくしま 生活文化課

TEL:024-557-1181(福島事務所)

TEL:024-963-2530(郡山事務所)

受付時間:月～金9:30～17:00(土日祝除く)

【スコープ通信】
参加申し込み
Webはこちら



お知らせ 福島(複数会場)

2024年度「めぐみ野」学習塾

二本松10月22日(火)、郡山11月12日(火)

開催日・開催時間	学習テーマ	会場	定員
10/22(火) 10:00～11:30	福島県磯部鹿島産 釜揚げしらす	二本松市安達公民館(予定)	20人
11/12(火) 10:00～11:30	宮崎県産 さららビーマン	郡山市男女共同 参画センター(予定)	20人

生産者の想いをわかりやすく伝えます♪「誰が」「どこで」「どのように」「どんな思いをもって作っているのか」を、商品を扱う職員が楽しくわかりやすくお話しします!募20人費無料所二本松会場:二本松市安達公民館(二本松市油井瀧石3)、郡山会場:郡山市男女共同参画センター(郡山市麓山2-9-1)
締め切り日の2週間前※当選者のみ開催日の1週間前までに案内送付

料理 福島会場

ふくしまのおいしい♪「おさかな料理講習会」

11月26日(火)10:00～12:30

福島の漁業について学びながら、新鮮な地場のお魚で家族が喜ぶレシピと一緒に作りましょう。講師は福島県漁業共同組合連合会さん。

料20人費500円(エプロン・三角巾、マスク、ふきん必須)所いわき市中央台公民館 実習室(いわき市中央台飯野4-5-1)締め切り11月12日(火)※当選者のみ11月19日(火)までに案内書送付



あなたの
“HAPPY”を
コープがおうえん

Lots of CO-OP efforts
make you happy!

参加者
募集中の
イベントは
こちら▼

メンバーアクティビティ
みやぎ・ふくしまのイベントひろば



みんなの暮らしを応援したい
イベントや活動情報がたくさん



みやぎ
イベント
ひろば



ふくしま
イベント
ひろば

お知らせ

宮城会場

こ~ぶくらしの助け合いの会福祉学習会

10月30日(水)10:00~12:00

介護保険サービスではどんなことができるのかを聞いてみましょう。福祉用具(歩行器、手すりなど)のレンタルや購入について詳しくお話を伺うほか、福祉用具の見本展示もあります。

講師:蛇田地域包括支援センター

費20人費無料

所みやぎ生協蛇田店メンバー集会室



お知らせ

宮城会場

憲法9条を守り生かす「みやぎのつどい2024」

10月27日(日)13:00~15:30(開場12:00)

講演:「憲法と戦争とシェンダー」

講師:田中優子さん(法政大学名誉教授・江戸東京研究センター特任教授)

主催:みやぎ憲法九条の会

費1,000人費無料

所仙台サンプラザ 大ホール

(仙台市宮城野区榴岡5-11-1)

締申込み不要、どなたでも参加できます



お知らせ

宮城会場

石巻アイトピアホール文化企画「秋の音楽祭」

11月30日(土)13:30~15:30

みやぎ生協にサークル登録する2つの女性グループ「EM+ (エムプラス) & 千葉淳子」と「チームアンジェリーナ」の演奏会です。

費100人費500円(ケーキ付)

所みやぎ生協文化会館アイトピア
(石巻市)

締当選者のみ案内書送付



お知らせ

宮城・福島同時開催

オンライン

好評につき第3弾!オンラインでやんトーク

11月9日(土)10:00~11:00か11月15日(金)13:00~14:00

「災害時」猫をどうする?東日本大震災の体験や備えておいた方がいいことなどについて情報交換をしてみませんか。Zoom初心者も大丈夫!お試し接続もできます。コーポポイント50ポイント進呈♪猫ちゃんも一緒にご参加ください。
各回6人費無料(猫グッズプレゼントあり)希望日時明記、メールアドレス必須。先着順、定員になり次第締切



趣味

宮城会場

ウィズセミナー 胡蝶蘭のしめ縄飾り

12月25日(水)10:00~12:00

胡蝶蘭の花言葉は「幸福が飛んでくる」…アーティシャルフラワーのしめ縄を飾って、素敵な新年を迎えましょう。

講師はNoel加藤幸子さん。

費20人

費3,500円

所みやぎ生協文化会館ウィズ

締当選者のみ11月6日(水)までに案内書送付



趣味

宮城会場

託児あり

ウィズセミナー トルコモザイクXmasキャンドルホルダー

12月4日(水)10:00~12:00

色彩華やかなキャンドルホルダーを作ります。講師はtwinkle lamp小松知佳子さん。トルコガラスの幻想的な光を楽しみましょう!

費12人

費4,700円

所みやぎ生協文化会館ウィズ

締当選者のみ11月6日(水)までに案内書送付



今月のプレゼント

プレゼント応募締め切り 10月31日(木)

コーポギフトカード2,000円分を 抽選で10名様にプレゼント

各店で利用できるギフトカード。コーポでお買い物を楽しもう!

※いずれかをお選びください。コーポふくしまギフトカードはコーポふくしま店舗を含むみやぎ生協店舗のみでご利用できます



応募方法 | 下記①~⑦をお書き添えの上、ハガキ・FAXで下記までご応募ください。Webからも応募できます。

①プレゼント商品名(ギフトカード) 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スコープを手に取った場所(店舗・宅配・その他) ⑦ご意見・ご感想

※当選結果は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。

プレゼント応募先

みやぎ生協 生活文化部
〒981-3194
仙台市泉区八乙女4-2-2
FAX:022-218-3663

[今月のプレゼント]
Web応募はこちら



生協宅配事業からのお知らせ



昨年ベスト3商品をはじめ、
厳選したおせち(冷凍・冷蔵)、
かに、刺身類(冷凍)をご案内しています。

おせち予約は早めがお得!

生協宅配カタログ おせち&かに予約は、 11月22日(金)まで、 早得5%引きで予約受付中!

- ◆ご注文方法は、生協宅配の注文専用用紙に申込番号をご記入ください。
- ◆お届け日は、**冷凍品・常温品12月30日(月)・冷蔵品12月31日(火)**です。
- ◆ご自宅や県内外への全国発送を受付しております。

※発送地域によっては、上記お届け日とは異なる場合があります。宅配センターまたは担当者にお問い合わせください。

詳細は、生協宅配のおせち&かに予約カタログをご覧ください。

【一例のご案内】昨年 生協宅配おせち第1位 玉清 和風おせち万両 三段重41品



毎年人気のおせち

「海の幸」「山の幸」の素材の
持ち味を生かし、万人向けに
内容を厳選した逸品です

玉清 12月31日(火)お届け 冷蔵
和風おせち 万両
三段重41品

製造：愛知県
お重サイズ：19.3×19.3×5.4cm
消費期限：2025年1月2日(木)

5%引き 790円お得

11月22日(金)までのご注文で

本体 15,010円
(8%税込16,210円)

※11月25日(月)以降 **本体15,800円** (8%税込17,064円)

壳の重
ポークパストラミ、ローストポーク、中華風のし鶏(八角風味)、
合鴨スマーブ、にしん大漁煮、若鶏照り焼き、ロブスター、
鮑のうま煮、イカのゴロゴロサラダ、タラバ風味かまぼこ、
たつくり、焼湯葉巻、紅白蒲鉾、京餅手まり

式の重
筑前煮、梅人参、紅あずま甘露煮、高野豆腐、たたきごぼう、
子持ちわかさぎ昆布巻、若桃甘露煮、穀類の甘辛煮、
有頭海老塩焼き、ぶり照り焼き、チキン三色巻き、
合鴨ロース照り焼き、伊達巻、完熟金柑

参の重
海鮮マリネ、きんとん、栗甘露煮、魚卵うま煮、海の幸サラダ、
黒豆、紅白なます、イカ真砂和え、金胡麻マグロ甘露煮、
パリリソ松前漬け、サーモン塩麹漬け、味付け数の子、
若草チーズ和え



おすすめポイント

- ◆中央にロブスターが盛り付けられ、豪華で迫力があります。
- ◆全41品とボリューム満点で食べ応えのある和風おせちです。
- ◆目安は3~5人前です。

※ご案内している商品の内容は、原料事情により一部変更になる場合がございます。

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



ホームページは
こちらから