

SCOOP!

【スコープ】

vol.35
5月号
2023.May

「今月のレシピ」

お祭り気分で
おうち屋台パーティー

「SCOOP eyes」ますます楽しくアップデート
コープの子育て応援

特集

コープ商品Spot light

コープたこ焼

今月の
プレゼント

福島県・飯坂温泉のランチ付き入浴券

飯坂温泉にある日帰り温浴施設『いいざか花ももの湯』で、趣ささまざまな温泉と、バラエティ豊かなランチバイキングを楽しもう♪応募方法等、詳しくはP15をチェック!

泉質の異なる3本の源泉を保有。広い窓の内風呂に庭園露天風呂と、眺めの良さも抜群です!



コープ商品Spot light コープたこ焼

1997年の販売スタートから26年。
毎年累計販売数を更新し続けている
「コープたこ焼」。
その人気の秘密に迫ります。

専門店の味をご家庭へ届けたい

愛され続けて、累計20億4千万粒 コープたこ焼とは

コープたこ焼を開発・製造しているのは、新潟県でたこ焼や焼きそばを作り続けて52年の「株式会社ピーコック」。長年培ったたこ焼のノウハウと、メンバー（組合員）の声を取り入れ誕生したたこ焼は、現在の累計販売数が20億4千万粒を突破するほどの大人気商品です。「おいしさ・つくりたて・日本の心」を軸に、厳選した食材を使用し、徹底した衛生管理のもと、安心して食べられるおいしさを実現しています。

Point1 原材料・配合のこだわり

食べやすさと独自の食感を生み出す、
こだわりの配合



タコ、ねぎ、あげ玉のほか、キャベツは熱で溶けるほど細かく刻み、たっぷり加えることで、野菜の甘みと栄養たっぷり。生地にはかつお本来のだしとしょうがの風味を活かすことで、軽い後味でパクパク食べることができます

笑顔とおいしさ広がる ファン急増中の人気商品

外はカリッ、中はふわふわとろろりとした絶妙な食感と、何個でも食べられると評判の風味豊かな味わい。コープたこ焼は、自宅で食べる瞬間が一番おいしい状態となるよう、生地や調味料の配合バランス、焼き方に至るまでこだわりが光る話題の商品です。
メンバー（組合員）の声を活かしながら試行錯誤を重ねた



自社ブレンドした小麦粉と2種類の加工でんぷんを配合し、焼きたての水分を残し急速冷凍することで「中はとろ〜り」を実現。ヘルシーなのに満足感のある絶妙なバランスで、専門店で食べるような味を楽しむことができます

商品開発では、専門店を提供されるような味わいと食感、食べた時の満足感を追求し、添加物などもなるべく使用せず、子どもも安心してお腹いっぱい食べられるようにとの想いも込められています。
発売から26年目となる現在に至るまで6回の改良を重ね、おいしさへ挑戦し続けるコープたこ焼は、これからも時代のニーズに合わせて進化し、こだわりを凝縮した一粒を食卓へお届けします。

Point3 ▶▶ オススメの食べ方

多彩なアレンジレシピ



電子レンジで温めるだけでおいしく食べられるたこ焼は、170℃の油で約3分揚げると、さらに香ばしく味わうことができます。そのままでももちろん、おやつやおつまみなど幅広いアレンジが楽しめます。



海老せんべいの間に温めたたこ焼をはさむ「たこせん」は、新潟ではなじみ深い食べ方です

Point2 ▶▶ こだわりの製造方法

しっかり焼き上げ急速冷凍でおいしさを閉じ込める



季節により異なる鉄板の温度を見極め、160～180℃で、上下からじっくり加熱。家庭で「外はカリッ、中はとろ〜り」と一番おいしい状態で味わえるよう、生地に衝撃を与えない「ひっくり返さない焼き方」でグルテンの形成を抑えているのが特徴です。



焼き上がり後は、おいしさのカギである水分が飛ばないように、すぐに急速冷凍。熱々のまま冷凍庫に入れることで効率よく水分を閉じ込めます

商品ラインアップ



店舗のみ
7個入り(140g)
店舗価格
116円(税込)



店舗・宅配
20個入り(400g)
店舗価格
343円(税込)
宅配価格
5月1週号354円(税込)
5月5週号特価321円(税込)



宅配のみ
40個入り(800g)
宅配価格
645円(税込)

コープたこ焼

かつおの風味としょうがの効いた味わい、外はカリッと中はとろ〜りとなめらか食感が魅力のたこ焼です。

※7個入り取り扱い店舗:みやぎ生協/沖野店・大代店・桜ヶ丘店・富沢店・白石店・幸町店・加賀野店・高砂駅前店・明石台店・BRANCH仙台店・亘理店・八幡町店・高砂店・塩釜駅前店・太子堂店・荒井店・A&COOP角田店・コープふくしま/方木田店・あたら店・やのめ店※20個入り取り扱い店舗:みやぎ生協・コープふくしま全店※品切れの際はご了承願います 宅配:カタログWeek20個入り掲載週5月1週号、5月5週号/40個入り掲載週5月2週号、5月4週号、6月1週号

商品の詳しい情報は
日本生協連商品サイトをご覧ください

※二次元コードはコープたこ焼20個入りをご案内しております



株式会社ピーコックからヒトコト

開発営業部長 開発営業部課長
石月 拓さん(左)、番場 真寿美さん(右)

お子様からご年配の方まで、ご家族全員が食べやすく安心して食べられることにこだわり一貫した製造を行っています。そのまま食べておいしいのはもちろん、多彩なアレンジも楽しめるのもオススメです。ぜひたくさん食べていただけたらうれしいですね!



コープたこ焼大好き!

愛用者の声

お弁当や子どものおやつにしたり、ご飯のおかずにとできたりとまさに万能選手!家族みんな大好きで、あつという間になくなります。電子レンジで温めるだけで簡単なのも大助かりですが、油で揚げるとさらにおいしくてオススメです!(宮城県・40代)



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

お祭り気分で おうち屋台パーティー

屋台で人気のメニューを並べて、賑やかに「おうち屋台パーティー」はいかがでしょう。自宅のキッチンで作るからこそ、自分や家族の好みに合わせたオリジナルアレンジも思いのままです。



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。

ここもチェック

ひと手間とひと工夫で
味変を楽しめます!



5つの味を食べ比べ♪ アレンジ たこ焼



使用食材はこちら!

材料

コープたこ焼 お好み量

- 明石焼き風 三つ葉・酒・白だし 適量
- ごま油香るキムチ コープキムチ・コープごま油・白ごま 適量
- すっきり海苔醤油 コープ刻みのり・コープ醤油 適量
- チーズのせ コープとろけるスライスチーズ 適量
- 明太マヨのせ 明太子・コープマヨネーズ 適量

作り方

<下ごしらえ>

たこ焼は、外袋の表示時間通りにレンジで温める。

○明石焼き風:水200mlに対して酒小1を入れ、白だしは表示の分量を加え温め、だし汁を作る。だし汁にたこ焼を入れ、細かく刻んだ三つ葉を添える。

○ごま油香るキムチ:たこ焼にキムチ・ごま油・白ごまをのせる。

○すっきり海苔醤油:たこ焼に醤油を少量たらし、刻みのりをのせる。

○チーズのせ:たこ焼1つに1/4にカットしたスライスチーズをのせてレンジで温め、チーズを溶かす。

○明太マヨのせ:ほぐした明太子大2とマヨネーズ大2をよく混ぜ、たこ焼にのせる。

こどもチェック

パン粉をまぶして揚げたら
香ばしさと食感がUP!

のび~る!!



のび~るチーズが楽しい
韓国風
チーズハットグ



使用食材はこちら!

材料(8個分)

- コープホットケーキミックス 1袋(200g)
- A 「めぐみ野」たまご 1個
- 「めぐみ野」鳴子上原酪農牛乳 35~40ml
- さけるチーズ 4本
- ケチャップ・マスタードソース・グラニュー糖(お好みで) 適量

作り方

<下ごしらえ> さけるチーズは半分の長さに切る。

- ① ボウルにAを入れて混ぜ合わせ(牛乳は様子を見ながら加える)、生地がまとまったら8等分にする。
- ② 手とまな板に打ち粉(薄力粉)をし、①を手のひらで丸く伸ばしたら、真ん中にチーズをのせ包む。揚けている最中にはみ出さないように、継ぎ目をしっかり閉じるのがポイント(※1)。
- ③ 150~160℃に熱した油でじっくり揚げ、油を切ったら串を刺す(※2揚げてから竹串を刺すと、小さなフライパンや鍋で調理できるのでオススメ)。ケチャップやマスタードソース、お好みでグラニュー糖をかけたらでき上がり。



(※1)



(※2)

好きなお菓子をのせて
イロイロ☆
チョコバナナ



使用食材はこちら!

材料(できあがり6個分)

- コープピコバナナ 3本
- ブラックまたはミルク板チョコ 50g
- ホワイト板チョコ 50g
- コープむぎチョコ 適量
- コープキャラメルポップコーン 適量
- ココナッツロング・スプレーチョコ・チョコペン等 適量

[抹茶チョコソース]

- ホワイト板チョコ 50g
- 抹茶 小1

作り方

<下ごしらえ> バナナは皮をむき半分に切り、割りばしを刺しておく。

- ① 耐熱容器に細かく割ったチョコレートを入れてラップをかけ、500wレンジで40秒加熱し、なめらかになるまでよく混ぜる。抹茶チョコソースは、溶かしたホワイトチョコに抹茶を混ぜておく。
- ② バナナに①をかけ(※1ハケ等で塗るようにかけると無駄なくチョコレートを使えるうえに少量でOK)、お好みのお菓子等をのせ、冷蔵庫に入れてチョコが固まればでき上がり。
※チョコペンで描くときは、固めた後に行います。



(※1)

こどもチェック

いちごなど
季節の果物でもお試しあれ



SCOOP eyes

ますます楽しくアップデート

コープの子育て応援

対象年齢が広がった「ココイククラブ」をはじめ、徐々に活動がはじまりつつある

「子育てひろば」「親子ひろば」、行政とつながり子育てで世代を応援している「すくすくばこ」「おむつ便」など、多岐にわたるみやぎ生協・コープふくしまの「コープの子育て応援」を紹介します。



活用して子育てをもっと便利&おトクに!

ココイククラブ

子育て中のご家族に、もっと便利で快適なサービスをお届けする、みやぎ生協・コープふくしまの子育て応援事業「ココイククラブ」。入会プレゼントやお店や宅配などで利用できるお得な特典や、ココイククラブ会員限定のイベントにも参加することができます。

対象年齢を
拡大!

ご入会条件:
妊娠中から15歳未満の
お子様を持つメンバー
(組合員)

「ココイククラブ」詳細はコチラ



ココイククラブ限定イベントは
サイト内「おでかけスポット&
イベント」をチェック!

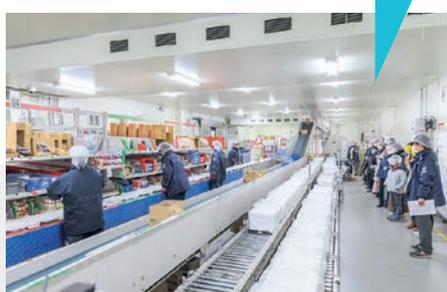
ココイククラブ会員限定イベント

体験型のイベントなど、親子で楽しめるさまざまな会員限定企画がいっぱい!

『親子社会科見学 成田セットセンターを見よう!』

メンバー(組合員)の元に届けられる多種多様な宅配商品。注文された商品が各ご家庭へどのように届けられるのか、普段は見ることができない裏側を見学し、その仕組みを親子で探りました。

大きな施設をまわり、ジャングルカートと呼ばれる自動仕分けを確認をする機械を間近で見たり、保冷剤を固めるマイナス40℃の冷凍庫に入る体験も



2月23日宅配商品の仕分け拠点「成田セットセンター(富谷市)」社会科見学へ!親子18人が参加しました。当日の様子はスコープインスタグラムで紹介(@scoop_miyagi)

イベント 参加者の声



朝田さん親子

- はじめてココイククラブのイベントに参加しました。いつもの商品がどのように届けられているのかわかることができ、当たり前で安心な商品が届くことに感謝したいです。(パパ)
- マイナス40℃の寒い部屋がすごかった!とっても楽しかったです。(子)

子どものはじめてを
サポートする人気企画や
手ぶら参加で楽しめる
イベントも!



お菓子の家づくり

はじめての
おかしいもの

どなたでも気軽に参加OK

みんなで育てる地域の交流の場

みやぎ生協「子育てひろば」& コープふくしま「親子ひろば」

約20年前からスタートしている「ひろば」は各地域で開催され、子育て中のご家族や子どもたちの交流の場となっています。コロナ禍により開催中止が続きましたが、今年は少しずつ再開する会場が増えています。



のんびり過ごす「子育てひろば」&「親子ひろば」は申し込み不要。
開催時間内なら出入りも自由です。
親子で楽しめるイベントも企画します。



2月15日子育てひろばに参加のみなさんとスタッフ

2月15日「子育てひろば 離乳食& 栄養相談会」開催しました!

離乳食や栄養に関するお悩みを管理栄養士に気軽に相談できるイベントをみやぎ生協文化会館ウイズで開催しました。今年にはさまざまな地域で栄養相談を開催予定です。詳しい日程は子育てひろばホームページをチェックしてください。



コープふくしま
親子ひろば
開催日程はコチラ



みやぎ生協
子育てひろば
詳細はコチラ



子育てひろば参加者の声 田口さん親子(11カ月)



●「コープアプリ」でイベントを知り参加しました。ネットで知る情報だけでなく、管理栄養士さんに直接相談できて参考になりました!おもちゃがたくさん用意されていて、子ども自身も楽しめる環境なのもうれしいですね。

行政といっしょに子育て応援



宮城・福島で生まれた赤ちゃんへ おめでとうの贈り物 「すくすくばこ」

宮城県、福島県在住の0歳児の赤ちゃんがいるご家庭へ、かわいいオリジナルBOXに入ったプレゼントをお送りします。

お申し込み・
お問い合わせは
Webから

すくすくばこ 検索

宮城県の方



福島県の方

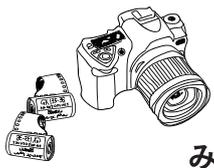


宮城県富谷市と一緒に子育て応援

「富谷市乳児見守りおむつ等お届け便」

みやぎ生協は、赤ちゃんと保護者の見守り事業を行っている富谷市を応援しています。この事業では、0歳の赤ちゃんがいるご家庭へ定期的におむつなどをお届け。コープふくしまでも、今後各地域と子育てへの取り組みを強化する予定です。





みんなの活動アルバム check!

みやぎ生協とコープふくしまで開催したイベントの様子をレポート。
みなさんもぜひ参加してみてくださいね。



①②講師はコープふくしま岡崎地域代表理事とコープ委員、好きな大きさの茎を選んでほうき作りがスタート ③持ち手は好きな布を巻いてオリジナリティを出しています ④親子で参加した方は「おうちで魔法使いのように遊んでみたい」と話してくれました ⑤幅広い年代層が集まり楽しそうなやのめ店のみなさん

コキアを使って世界に1つだけのMYほうきを作ろう

昨年5月に植えて育てたコキア。2月はやのめ店・3月には瀬上店で、大きく育った茎を使って自分だけのほうきを作りました。

でしよう。

コキアでほうきが作れるってご存知でしたか？コキアの和名は「ほうき草」といい、昔はこの茎を乾燥させてほうきを作っていたそうです。「コキアでほうき作って楽しもうよ」。そんな職員の声からスタートしたこの企画。コープ委員などが昨年5月に苗を植え、10カ月かけて大切に育て、大きく育ったコキアの茎を使い、コープふくしま2店舗を会場に「自分だけのMYほうき作り」を行いました。ほうきは小さくさまざまなサイズの茎を選び、持ち手には麻ひもや布などを巻いて簡単に作れます。参加者はその場でほうきを試してみたり、何本も作る方もいたり。会場は笑い声が絶えず、楽しそうな雰囲気誘われて飛び入り参加をする方もいるほどでした。今年は苗から育て年8回野菜やコキアも作る「コキアはたけ」の学校が4月から開校。来年もまた楽しいほうき作りができること





仙台市内の徳泉寺で「しあわせやへい
わを感じる絵本」の展示と「むかし
あそび」のわいわい楽しいコラボ企
画を開催しました。絵本の内容にか
らめた住職の法話もお聞きするこ
とができました。

2月26日
宮城
徳泉寺

お寺であそぼう
徳泉寺 de
絵本キャラバン



親子10組が料理教室に参加。簡単
にできるピーマン料理を作ったり、
オンラインで宮崎県の生産者との交
流をしたりと、親子で作る・食べる
・作り手の思いが知れる料理教室
となりました。

2月18日
宮城
みやぎ生協
ウイズセミナー

「めぐみ野」さらさらピーマンで
『ピーマンと仲良くなるう』
料理教室開催



周年を記念し「仙台フィルハーモニー
管弦楽団&岡本知高」コンサートを
開催（宮城会場は1月30日）。圧巻
の演奏と、ソプラノヴォイスをもつ
ソプラニスト岡本知高の歌声に参
加者は酔いしれました。

2月1日
福島
ふくしん
夢の音楽堂

みやぎ生協40周年・
コープふくしま90周年
特別文化企画を開催



県内各地で行った取り組みのうち、
荒井店では、NPO法人イコールネッ
ト仙台の宗片恵美子さんを講師に、
女性や多様な視点での防災・減災
についての学習会を開催。避難所
運営での女性の役割や配慮につ
いて学びました。

3月11日
宮城
みやぎ生協
荒井店

東日本大震災の体験を
風化させない「3・11を
忘れない取り組み」を開催



福島市消防本部から講師を招き、
コロナ禍に対応したAEDの使い方、
心肺蘇生、異物除去、止血法など暮
らしの中で起こるとつきの事故に
落ち着いて対応するための方法を
教わりました。

3月13日
福島
コープふくしま
いずみ店

「もしも」の時に
あなたができること……
救命救急講習会を開催



コープ東北サンネット職員を講
師に、現地生産者の方々とオンラ
インで学習会を開催。キウイの剪
定・選果場の様子とクイズを交
えての説明にみなさん興味津々
!ぎっしり詰まった果物のこ
だわりを感じました。

2月17日
福島
郡山市
労働福祉会館

コープ東北商品学習塾
和歌山県紀ノ川農協
果物の学習会

これからの開催イベント等はP14スコープ通信を



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

「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

子育て中の女性たちの希望と現実

高齢女性に聞く「健康」「経済」「介護」「生きがい」
一人ひとりの尊厳が守られる社会を望む声多く…

特定非営利活動法人
イコールネット仙台 常務理事
宗片恵美子

男女平等社会の実現をめざし、「伝え」「広め」「提案する」を目的とした
NPO法人イコールネット仙台で活動
しており、防災・まちづくり・労働など
幅広いテーマに取り組んでいる。



「仙台に暮らす女性たちの現状と 課題（2019）」調査から

イコールネット仙台が、仙台市の
「男女共同参画せんだいプラン」の見
直しに向け、市内の女性たちを対象
に行った調査結果（2019年）から、
今号は高齢女性へのインタビューの
内容をご紹介します。

調査協力者は70代が中心で、いわ
ゆる団塊世代にあたります。この世
代が成人した時期は女性の就業率も
低く、結婚で仕事を辞めるケースが一
般的で、性別役割分業型の家族が最
も増えた世代といえます。

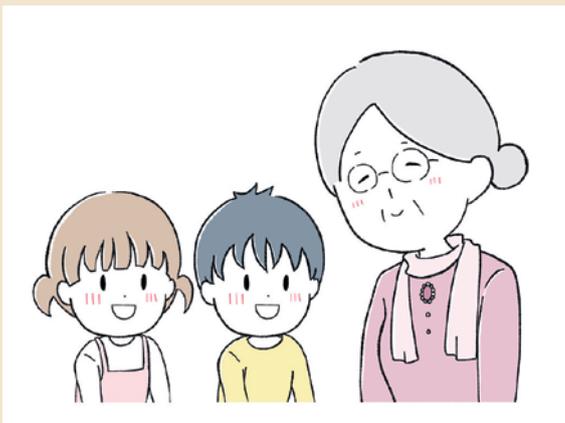
課題として挙げられる健康面にお
いては、多くがひとり暮らしのため
「家事や簡単な介護にすぐに応じて
くれる体制がほしい」といった行政へ
の要望が聞かれました。経済について
は、収入源は年金のみの場合が多い
中、資格や経験を活かして継続的に
仕事に就いている人もおり、社会と

関わっている実感や自信にもつな
がっていることがうかがえます。さら
に、切実な課題としては「介護」が挙
げられます。子どもにも負担をかけた
くないという一方で、在宅介護を希
望する人は施設介護の2倍となつて
おり「公的サービスを受けながら住
み慣れた自宅で過ごしたい」とする
回答が多いのが特徴でした。中には
「同世代の女性たちで老後を支え合
おうと『おひとりさま会』を立ち上げ
ている」という前向きな回答もあり
ました。自分の価値観や生活の仕方
が尊重される介護を望む声が共通し
て聞かれたのが印象的でした。

また、自らの経験や知恵を地域の
ために活かしたいという人も多く、
長年にわたり培った力を実際に幅広
く役立てている人も見られました。
「自宅で地域住民対象のサロンを
やっている」「近くに住むシングルマ
ザーが仕事に行っている間、子どもを
預かっている」「保育士の経験を活か

して小学校で手遊びを教えている」
など。地域での関わりが女性たちには
大きな力となつていることが伝
わってきます。

元気な間は見過ごしてきた健康や
老いについて、どう「老い支度」をする
か、こう生きたいという計画を自ら
立てられるようでありたいと思いま
した。



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
知って得するくらしの情報をお届けします



アクアクララという もうひとつの安心を

不純物を取り除き、極限まで純水に近づけたピュアウォーターに4種類のミネラルを加えたアクアクララの水。確かな品質のミネラルを使用した軟水なので、口当たりはとてもまろやかです。ウォーターサーバーの温水をそのまま使用できるので、お湯を沸かす手間が省けて家事の負担も減らせます。



まろやかな口当たりでゴクゴク飲みやすい!



赤ちゃんのミルクを硬水で作ると、身体に負担をかけてしまう恐れがあります。赤ちゃんにもやさしい軟水だからミルクづくりにも◎

お問い合わせ・お申し込みはこちら

(株)宮城県学校用品協会
アクアクララみやぎ生協

0120-380-019

TEL022-348-3960 富谷市成田9-8-8
営業時間/9:00~18:00(土・日曜休み)

ホームページ
はこちら



定期メンテナンスで安心!

ウォーターサーバーの中にはメンテナンス不要のメーカーもありますが、内部にはメーカーでないとお手入れできない部分も。アクアクララなら定期メンテナンスを行うので安心です。



みやぎ生協は行政に協力し「高齢者見守り活動」に賛同しています。遠方の両親のためにご家族が「見守り」として活用するケースもあります



離れて住むご家族にも! 便利な買い物代行サービス

買い物が大変という方を支援する買い物代行サービス「こ〜ぶふれあい便」。スタッフが生協のお店で注文された商品を買ひ、週2回ご自宅に商品をお届けします。生鮮品や雑貨、惣菜など1点から注文もOK!注文書も複写式で手元に控えが残るので便利です。書くことが難しい方は電話での注文もできます。



あなたの代わりに生協の
お店でお買い物♪

お買い物代行サービス「こ〜ぶふれあい便」実施店舗
※コープふくしま店舗は除きます

西多賀店、黒松店、桜ヶ丘店、富沢店、幸町店、国見ヶ丘店、柳生店、明石台店、亘理店、高森店、愛子店、名取西店、八木山店、塩釜栄町店、蛇田店、鶴ヶ谷店、荒井店
※一部配達できない地域があります

ふれあい便に関するご相談・お問い合わせ先

みやぎ生協 店舗運営部
ふれあい便

TEL 022-347-3825

受付時間/平日9:30~18:00(土・日曜を除く)

ホームページ
はこちら



宅配商品でつくる

coopmama recipe

コープママ レシピ

「楽しく・おいしく・健康に」をキーワードに、食育活動をサポートしているコープママが、子育て世帯や忙しい方にも便利な宅配を使ったレシピをご紹介します。

「私がコープママです！」



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、あらゆる世代を応援します」

今月の商品

コープクッキングミニ厚揚げスライス 280g(標準28個入)



解凍不要、油抜き不要、カット不要で凍ったまま調理できる便利なスライスタイプの厚揚げです。国産大豆を使用しています。レンジ調理でしっとり、トースターで焼いてカリッと!炒めものはもちろん、みそ汁やスープなどさまざまな料理にご活用いただけます。冷凍なのでストックしやすく、必要なときに必要な量だけご使用いただけます。宅配の人気商品のひとつです。この商品は宅配のみの取り扱いで本体価格398円(税込429円)でご案内の商品です。宅配カタログWeek5月2週では特売本体価格358円(税込386円)でご案内予定です。



「クッキングミニ厚揚げの明太チーズ焼き」

材料(2人分)

コープクッキングミニ厚揚げ スライス	12個
コープマヨネーズ	大さじ2
コープ無着色辛子明太子(切り)	15g
コープミックスチーズ	40g
韓国のり(お好みで)	少々

作り方

①耐熱容器に凍ったままのミニ厚揚げを並べます。②皮をとってほぐした明太子にマヨネーズを入れて混ぜたら①の上のせ、さらにミックスチーズをのせて、オーブントースターで10分加熱します。③お好みで手もみした韓国のりを散らしてでき上がり♪

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



宮城県産白大豆・北海道産黒大豆入り
香ばし煎り大豆とサクッとこつぶ餅ミックス
(115g)

本体価格298円(税込321円)

2種類の大豆を軽く煎り、つぶ餅と合わせました。
絶妙な味のハーモニーをお楽しみください。



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

「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。

商品紹介・楽天の取り扱い・催事情報などは [この商品の情報はこちら](https://cocon-tohoku.jp/)
古今東北ホームページを検索!

古今東北

検索

<https://cocon-tohoku.jp/>

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)

※みやぎ生協・コープふくしま店舗で取り扱い。(一部、取り扱いのない店舗もございます)



2月度の損益

金額単位:百万円

科 目	2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	11,832	275	13	126,758	△128	622
事業総剰余金	3,494	41	9	38,187	112	302
人 件 費	1,569	27	△38	16,394	△198	97
物 件 費	1,816	84	57	20,393	621	1,122
経 常 剰 余 金	134	△55	2	1,469	△331	△1,107

* 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
 ○2023年2月度は供給高は引き続き好調で予算・前年とも上回りました。人件費は予算をやや超過し、物件費が予算を超過しました。経費が収入を上回り経常剰余金予算が確保できませんでした。○店舗事業は、供給高は好調で予算・前年を上回り、供給剰余金は予算を達成しました。物件費は電気料金高騰の影響で予算超過し、経常剰余金は予算未達成でした。○宅配事業は、供給高予算は達成しましたが、前年コロナ感染拡大の需要増の反動で前年実績は下回りました。供給剰余金は予算を超過し、経常剰余金も黒字を確保できました。

第9回理事会 (2023年2月19日) ダイジェスト

理事会で協議された内容から主なものを紹介します。

議決事項として2023年度役員人事委員会委員の選任を提案通り議決しました。
 協議事項はなく、報告事項として、1月度の主な事業の損益状況などを行い確認されました。また理事会の冒頭、一般社団法人日本協同組合連携機構常務理事の伊藤治郎氏を講師に「協同組合のアイデンティティ」について学習をしました。

「2022年度下期みやぎ生協福祉活動助成金」 22団体へ513万1千円を助成

1992年から行っている「みやぎ生協福祉活動助成金」。申請があった29団体のうち22団体に対し、総額513万1千円を助成しました。贈呈式はオンラインと会場で開催しました。今回は不登校の子どもの居場所づくりや、こども食堂、ダブルケアの活動を知ってもらうパネル展示、地域で健康相談ができる場づくりなど、多様な課題に対しての取り組みを応援いたします。詳しくはみやぎ生協ホームページをご覧ください。



みやぎ生協 福祉活動助成金

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。



今年はウサギ年!
【福島県伊達市 mii】

岩出山のバルーンフェスタへ。
迫力満点でした!
【宮城県大崎市 まみちゃん】



パパの力作!わが家のかまくらできました!
【宮城県仙台市 AKA】

娘の高校最後のお弁当。3色弁当で締めくくり感無量でございました。
【宮城県仙台市 かけそば管屋】



【スコープ4月号お詫びと訂正】

スコープ4月号「めぐみ野」リポートでご紹介しました「めぐみ野」いちご生産者のお名前に誤りがございました。読者の皆さま、生産者ならびにご関係者の皆さまにご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

誤) 菅野考子さん

正) 菅野孝子さん

【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)

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

5月31日(水)

特に記載がない場合

募集人数・対象
参加費(表示費用は消費税込み) 会場

他にもたくさんのイベントを開催中!
詳しくはこちら

みやぎ生協スコープ 検索

※Webは毎月1日に更新



※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。 ※宮城・福島どちらの会場もお申し込みできます。

趣味 宮城会場

涼しげにゆれる ～金魚鉢アレンジ～

6月24日(土) ①10:30～11:30②13:30～14:30

クラフトテーブルで金魚を作りませう。
② 各回10人 ③ 500円
④ みやぎ生協文化会館アイトピア



親子 宮城会場

南三陸の 森と海辺を探検しよう!

7月22日(土) 8:30～17:00

森が豊かな海を育てることを考えよう。③ 30人 ④ 無料(昼食代500円別途) ⑤ こ～ぶの森貞任山、近くの海辺 集合①仙台駅東口8:30②道の駅もくもくランド9:45※申し込みの際に集合場所を明記してください



親子 宮城会場

ぼうさい探検隊! 出動! 災害に役立つ知恵を学ぼう

6月24日(土) 10:00～12:00

東北福祉大学学生サークルPASSの防災レンジャーと一緒に学びます。
③ 親子15組 ④ 無料
⑤ みやぎ生協文化会館ウイズ



親子 宮城会場

きつずすく～る 夏休みのポーセラーツ教室

7月29日(土) 10:00～12:00

オリジナルのカップとお皿を作ろう! ③ 15組(4歳～中学生と保護者)
④ 1セット2,500円 ⑤ みやぎ生協文化会館ウイズ※柄はイメージです



お知らせ 宮城会場

こ～ぶ文化鑑賞会会員募集 ～楽しい時間を貴方に～

毎月定額の会費を積み立てて年間3～4回、多彩なジャンルの舞台を鑑賞する会員制の会です。今年は舞台・歌舞伎・コンサート・舞踊を予定。詳しくは事務局(0120-978-108)へお問合せください。写真:2020年公演「おかしな二人」



福島会場

健康 福島会場

お口のプロから学ぶ 大切な歯とお口のおはなし

5月23日(火) 10:30～12:00

講師は口腔ケアのプロ・サンスター様。
③ 15人(5月9日(火)申込締切)
④ 無料 ⑤ コープふくしま天神町店



お知らせ 福島会場

コープdeワークまるしえ in梁川店 vol.2

6月10日(土) 10:00～15:00

プリザーブドフラワーのワークショップや、ガラスアートめりえワークなどが体験できます! ③ 事前予約不要 ④ 500～1,000円 ⑤ コープふくしま梁川店



教養 福島(複数会場) オンライン

ふるさと納税から 学ぶ所得税の基本

6月23日(金) 10:15～12:00

講師はファイナンシャルプランナー栗本大介さん。③ 25人(6月9日(金)申込締切) ④ 無料 ⑤ 郡山市労働福祉会館※個人視聴もできます



複数会場 サテライト オンライン 日程多数

のマークがある会場や詳細はスコープ専用Webサイトでご確認ください。特に記載のないイベントは申し込み多数の場合抽選となります。

【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お子様対象企画の場合はお子様の氏名(ふりがな)と年齢を明記。※託児ありの場合は2歳以上～未就学児まで対象(300円有料)

【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)

各イベントの
詳細・申し込みはこちら

スコープ専用Webサイト
毎月1日更新

<https://scoop.jp/>

イベント詳細は
こちら



申し込みは
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

CJ Monmo

S-style

tabeREPO

今月のテーマ 定食

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。今月は食べこたえ満点の定食メニューをピックアップ！

宮城

にごり酒が主の飲み処が提供する、日本の伝統的な“まごわやさしい”食材を使った定食。素材の持ち味を引き出した栄養バランスの良さが魅力です。鯉節と鯖節でだしをとった豚汁や古代米を加えた玄米は健康を気遣う人にぴったりです。



「玄米と豚汁定食」(1,180円)

健康的な和の献立
「まごわやさしい」

食事処 番(ばん)

住 仙台市青葉区本町2-15-16 UENOビル2F
☎ 022-266-0838 営 11:45～16:00、17:00～21:00
(ラストオーダー20:00) 休 不定休
<https://www.shushi-ban.com/>

福島



うどん屋さんの隠れた名物！
じっくり煮込んだホルモン定食

「ホルモン味噌炒め定食ランチ」
(880円) ※平日15:00までの
限定メニュー

創作うどんの店『はち兵衛』は定食メニューも人気。イチオシの「ホルモン味噌炒め定食ランチ」は、じっくり煮込んだやわらかいホルモンを秘伝の味噌ダレで味付け。マヨネーズ、七味と合わせて食べるのもおすすめです。夜は単品(580円)で提供しているので、おつまみにぜひ！

創作うどん はち兵衛(はちべえ)

住 福島市黒岩字中島6-1 ☎ 024-563-3201
営 10:45～21:00(ラストオーダー20:30) 休 無休
https://www.instagram.com/sousakuudon_hachibee/

宮城



盛り良さと手頃な価格で、50年にわたりドライバーを温かく迎え入れてきた店。分厚いカツが鎮座する「カツカレー定食」をはじめボリューム満点の丼が2つの「豚汁・半生姜焼き丼」も人気。座敷もあるので家族連れにもおすすめです。

「カツカレー定食」(1,210円)

長きにわたり愛される人気店
デカ盛り料理を手頃な価格で

ドライブインセツ森(ドライブインなつもり)

住 富谷市三ノ関東沖上32 ☎ 022-358-3141
営 10:30～15:00 休 無休

福島



「刺身盛り合わせ定食」(1,600円)

親方が毎日仕入れる新鮮魚介
内容充実の刺身定食で堪能

北陸や茨城、千葉などの漁師から毎日仕入れ、その時に一番美味な食材を厳選して提供。人気の「刺身盛り合わせ定食」は6種盛りで、仕入れ状況に合わせて旬の魚介を味わえます。豚汁、ご飯、小鉢、茶わん蒸し、お新香付きです。

和・郡山 すが波(すがなみ)

住 郡山市駅前1-6-10 ダイワロイネットホテル郡山駅前2F
☎ 024-983-3900
営 11:00～14:00、17:00～22:30(各30分前ラストオーダー)
休 不定休 <https://suganami-s.com/>

今月のプレゼント

福島県・飯坂温泉『いいざか花もの湯』
ランチバイキング付き入浴券を
ペア3組(6名様)にプレゼント



★『いいざか花もの湯』は、
コーブレンドショップ提携店舗です

飯坂温泉にある日帰り温浴施設『いいざか花もの湯』は、泉質の異なる3本の源泉を保有し、四季折々の風情を感じる露天風呂や湯温が選べる内湯で一日中お楽しみいただけます。

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(いいざか花もの湯) 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。

応募締め切り
5月31日(水)

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

ホームページはこちら
<https://scoop.jp/>

スマート
フォンで
アクセス



※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。

CO-OP共済

「お子さまの保障、備えていますか?」

CO-OP共済の

《たすけあい》ジュニアコースなら

ポイント!

子どもの保障が

満30歳 まで続く!

2021年9月から満期年齢が延長されました!

ポイント!

月々の掛金は

1,000円 から!

入院・ケガ通院を1日目から保障します!

ポイント!

ご加入できるのは

0歳から 満19歳 まで!

※発効日時点の年齢です。
保障の見直しにも!

インターネット加入
できます!



《たすけあい》ジュニアコース
子ども向け
保障契約数 **No.1!!**

- ★保険商品契約数は『令和4年版 インシュアランス生命保険統計号(個人保険種類別子ども保険契約)』に基づき、共済団体契約数は『共済年鑑2023年版』に基づいています。
- ★各保険・共済によって、子ども向け保障商品の加入年齢・満期年齢・保障内容等は異なります。《たすけあい》ジュニアコースは、加入年齢0歳～満19歳・満30歳満期の商品です。他の保険・共済ではジュニアコースよりも加入年齢・満期年齢が低い商品があります。

※詳しい保障内容は、加入申込書付官伝物をご覧ください。



契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

【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共済は個人情報をお大切に、個人情報保護法を守ります。

【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

K-82289-2303



ひろみちお只さん

と

ひろみちお兄さんが
宮城にやってくる!!

親子体操

お子さんと一緒に楽しみながら
体を動かそう!!

日時

2023年

7月8日(土)

10:30～12:00(開場 10:00)

会場

さんみらい多賀城 イベントプラザ

多賀城市八幡字一本柳114-6

お申込みは
こちら



ココイクラブの
説明と申込はこちら



講師 **さとう ひろみち
佐藤 弘道さん**

プロフィール

- NHK教育番組「おかあさんといっしょ」第10代体操のお兄さんを12年間、NHK「あそびだすき」を3年間務め、合計15年間教育番組に出演。
- 「有限会社エスアールシーカンパニー」を設立し、子どもと指導者のためのスポーツクラブを立ち上げる。
- 弘前大学大学院医学研究科博士課程修了。博士(医学)

参加対象

3歳～未就学児のお子さまとその家族
(親子ペアで体操します。兄弟姉妹で参加するお子さまの場合、子ども1人に対して大人1人必要)

募集定員

親子 **100組** (応募多数の場合、抽選となります。)
※こちらのイベントは、オンラインによる配信はありません。

申込締切日

2023年6月23日(金)
【後援】コープ共済連

持ちもの

運動のできる服装、着替え、飲み物、
タオル、マスクなど
※撮影は、ご遠慮ください。

当選者様限定

ココイクラブ 加入特典 エコバック プレゼント

(当選チケット発送時同封)