

大阪よどがわ市民生活協同組合

吹田市幸町4-1 ☎ 06(6319)5619
発行責任者：藪内 剛

笑顔ひろがる 豊かなくらし

食の安全 子どもの未来 地球環境 守りたい

機
関
紙

よどがわ

10

OCTOBER
2025.9.29 No.481

次号は11月3日発行です



特集 ニチレイフーズ
「CO・OP ふかひれスープ」



<https://www.yodogawa.coop/>

検索 よどがわ生協



← 公式facebook
『大阪よどがわ市民生活協同組合』

公式Instagram →
『@yodogawacoop』



エコアクション21
認証番号0008727

よどがわ市民生協は
環境マネジメント
システムに基づいた
とりくみを行なっ
ています。

体があつたまるから、
寒い日にぴったり!



卵1個で

いつもの食卓に、ちょっとしたごちそうを。高級スープ』は、ニチレイフーズのロングセラーです。てはもちろん、ごはんや麺類を入れて一品料理に。今回はそのこだわりをご紹介します。

おい/ふかひれスープ

食材を気軽に楽しめる『CO・OP ふかひれ鶏がらスープの濃厚な味わいで、スープとし中華あんかけなど、アレンジが楽しめます。



シャントン
ていねいに煮込んだ上湯※を使い、
味わい深く仕上げました。
※中国語で上等なスープのこと

くらしに笑顔。価値を創造し、世界で信頼される 食品企業をめざすニチレイフーズ

1945年創立、冷凍食品のパイオニアである株式会社ニチレイフーズ。戦後の学校給食向け冷凍食品事業を皮切りに、1964年東京五輪選手村へ冷凍食材を提供しました。1957年スタートの山形工場は、カレーや中華スープなど常温商品が主力ですが、冷凍ラインを導入し個食にこだわった開発商品にも力を入れています。



「ていねいに大切に、東北魂で
ねっぐ(熱く一生懸命)」を掲げる
ニチレイフーズ 山形工場



CO・OP ふかひれスープの特長

- とき卵を加えるだけで、本格的な中華スープが作れます。ふかひれ・たけのこ・しいたけ・きくらげ入り。
- 丁寧に煮込んだ上湯(シャントン)を使用。マイルドで上品な味わい。
- しっかりとした味わいのため、具材を足しても薄くならず、調理のアレンジが楽しめます。

どうして
『ふかひれ』は
高級食材と
言われるの?

『ふかひれ』はサメのヒレを加工した食材ですが、サメ本体から得られるヒレの量はわずか、およそ0.5%～1.0%と言われています。そのヒレから、皮や肉、軟骨を取り除くなど、手間のかかる手作業で加工します。たくさんの工程と時間を要するため、必然的に量は少なくなります。



自社ブイオンにこだわる “上湯ならではのおいしさ”を 味わってください!

私たちが提供するふかひれスープの味は、30年近くほとんど変わっていません。味の決め手となる原料(自社ブイオン)へのこだわりが変わらないからです。

今は営業を担当していますが、新人研修では山形工場で1年間、ものづくりと向き合いました。毎日、何万食と作っているのですが、そこで一人ぶんの料理をつくるのと同じ思いでそれぞれが取り組んでいることに気づきました。ふかひれの選別作業やていねいなアクとりは厨房とまったく変わらず、料理の基本に忠実です。惜しみなく手間と愛情をかけることが、おいしさにつながっているのだと思います。

株式会社ニチレイフーズ
辻谷 祐也さん



組合員の声

困った時は、このスープが重宝します。おいしくて体があたまから常にストックしています。

冷蔵庫の残り野菜をたっぷり、わが家は卵無しで木綿豆腐を入れています。

酢を入れて酸辣湯(サンラータン)風にしたり、生協の冷凍コンや冷凍むぎ枝豆といったけを加えて具たくさんスープに。飽きのこない味がお気に入りです。

スープのこだわりは、 味の決め手となる『ブイオン』。



ニチレイのブイオンは、自社の工場、素材選びからこだわり、いちからていねいに作っています。



鶏がらと玉ねぎ・セロリ・人参などの香味野菜からじっくり抽出するブイオンは、その工程やかける時間もプロの料理人と変わりません。アクも人の手でていねいに取り除きます。



フカヒレは少量ずつ広げ、黒い点や異物がないか人の目で確認。黙々と根気のいる作業が欠かせません。



●フードコーディネーターの
おすすめレシピ

炊飯器で超簡単! 中華おこわ

材料 (3～4人前)

- もち米……………3合
- ふかひれスープの素……………1袋
- 鶏肉……………1/2枚
- にんじん……………1/2本

作り方

- 1 材料を切る。にんじんは短冊切り、鶏肉は皮を取り除き約1cm角に切る。
- 2 もち米を洗い、水を切り、炊飯器の内釜に入れる。
- 3 2にふかひれスープの素を入れ、炊きおこわの3合の線の所まで水を入れて混ぜる。
- 4 3に1のにんじんと鶏肉を加え、普通に炊飯し、炊き上がった後混ぜる。

- 水の量は、ふかひれスープの素と合わせた量になります。
- うるち米を使う場合、水加減は普通の3合の線に合わせてください。
- 鶏肉の代わりに豚肉でもOK! ごぼうや筍を加えると、更においしくなります。



平和のこと



日本生協連主催

「ピースアクション in オキナワ 第42回沖縄戦跡・基地めぐり」報告

2025年3月26日(水)
～28日(金) 2泊3日

参加者：よどがわ市民生協より理事・職員9人

※全体では40生協、250人が参加。過去最大の参加人数となりました。

1日目

沖縄の文化・伝統の象徴である首里城を見学しました。沖縄戦においては陸軍第32軍司令部があり、1945年5月25日から3日間、鉄の暴風という、艦砲射撃だけで11万発の総攻撃を受け焼失した城跡です。現在は2019年の火災の復興の最中でした。

その後、『那覇青少年舞台プログラムの観劇』では、若い世代から、熱い想いが伝わる平和の訴え、『玉木さんによる戦争体験』にて、戦争体験者から戦争の悲惨さを聞きました。

2日目

嘉数高台公園を視察しました。首里の軍司令部を守るために、その一帯に第一防衛戦線として陣地を構えた、沖縄戦でもっとも激しい戦闘となった場所です。

次に、糸数アブチラガマを訪問しました。戦場が南下するにつれ、陸軍の野戦病院となった場所です。軍医、看護師、ひめゆりの学徒隊が配属され、全長270mのガマ内は600人以上の負傷兵で埋め尽くされたと聞きました。



糸数アブチラガマ

その後、平和祈念公園・資料館・平和の礎に移動しました。恒久平和の実現を願って、資料館とともに建設された公園です。礎には、国籍や軍人、民間人を問わず沖縄戦で亡くなった人々の名が刻まれ、今も刻銘が続いています。最後に、魂魄の塔に行きました。この一帯にたくさんの死体が折り重なって、村長と住民が一緒になり、遺骨を集め、納骨所を作ったとのこと。住民や軍人など3万5千人あまりの遺骨が納められている塔に献花しました。



魂魄の塔 献花

3日目

辺野古新基地建設を視察しました。普天間飛行場の代替施設としての辺野古埋立てについては、県民の理解の得られないままです。

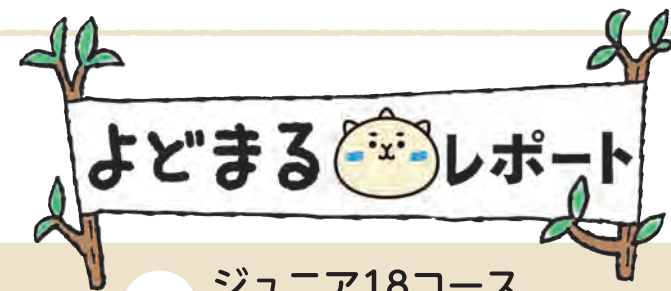
また、辺野古・大浦湾周辺の海域は、ジュゴンをはじめとする絶滅危惧種262種を含む、約5,800種以上の生物が確認され、貴重な自然環境があります。

軟弱地盤、建設期間の延長、増え続ける工事費など問題は山積です。

参加者の感想

今回の沖縄で戦争体験者の話を聞き、観光だけでは知り得なかった沖縄の現実を学びました。戦争の残虐さ、そして何より国の代表や軍人ではなく、何の罪もない一般市民が巻き込まれ、命を奪われてしまった事実、強い憤りを感じました。体験者の語る言葉がとても重く、記憶としてだけでなく『感情』として深く刻まれたものでした。しかし、そういう声を聞ける機会は、年々減ってきています。戦争の記憶が風化してしまうこと、そしてまた『戦争の準備』が語られ始めている現状に、強い危機感を抱いています。

沖縄の美しい海が私は大好きです。その海に基地を作り、戦争に備えるようなことはしてほしくないし、私自身もそれを止めたいと思っています。だからこそ、帰ってきてから祖母や従兄弟に、自分が沖縄で感じたこと、学んだことを伝えました。これからも、小さなことでもできることを積み重ねていきたい。『知ること』や『伝えること』、『平和を大切にする選択』を日々重ねていくことで、この美しい海と人々の暮らしを守っていきたく強く思います。



037

ジュニア18コース ご存知ですか？

母子手帳もらったら
CO・OP共済



0歳から入れる保険です！

CO・OP共済の中でも、ジュニアコースは特に人気が高く、多くの組合員に選ばれているコースです。加入できる年齢は0歳から満19歳までですが、一番多いご加入のタイミングは0歳のときで、全体の約33%※を占めており、出産してすぐこの保障を選ぶ方が多いことが特徴です。

※《たすけあい》ジュニアコース 加入時の年齢と加入者数の割合 (2023年3月21日～2024年3月20日)

組合員からは「妊娠中のお腹の赤ちゃんが加入できる制度ができた嬉しい」「妊娠中に加入し、子どもが生ま

れてすぐに保障がスタートする商品があれば助かる」といったご要望が多く寄せられてきました。そうした声を受けて誕生したのが、今回ご紹介する【《たすけあい》J1000円コースお誕生前申し込み】です。この制度はTVCMでも紹介されているので、ご存知の方もいらっしゃるかもしれませんが、出産前に赤ちゃんの保障を申し込める新しい仕組みとなっています。

詳しい内容については、右の2次元コードから専用サイトをご覧ください。下記コールセンターまでお問い合わせください。 ※ご加入には一定の条件があります。

※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。

契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会
(《たすけあい》はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります)

【CO・OP共済ニュース】

詳しくはこちら



〈ご連絡先〉

大阪よどがわ市民生協
コールセンター ☎0120-727-263
(月～金 9時～21時/土 9時～17時)

K-87847-2508



2025年3月

「『つながる』コンサートVol.4」を開催

よどがわ市民生協では、日本センチュリー交響楽団さんの練習場にて2022年より『つながる』コンサートを開催しています。毎回、午前の部は0歳児も参加できる親子で楽しめるコンサート、午後の部は中学生以上限定のコンサートです。Vol.3から機関紙よどがわでボランティアスタッフを募集し、当日は11人の組合員さんと家族が参加し、運営に協力していただきました。

コンサートに参加した組合員さんから
日本センチュリー交響楽団さんへ質問！



Q 楽団員さんの音楽経験などをおしえてほしいです！ 楽団員さんに聞いてみました♪

A

映画のドキュメンタリーを観た影響で、中学で吹奏楽部へ。「楽譜も読めない…ホルンって何？」という状態から、気付いたら藝大を卒業していました。国内のさまざまなオーケストラにて客演しながら研鑽を積みました。その後、映画音楽を演奏するアンサンブルを主催し、昨年日本センチュリーに入団しました。

(ホルン・鎌田さん)



A

小学生の頃より、嫌々ピアノを習っていました。でも、中学でトランペットを吹いて楽しかったので、高校ではオーボエに転向。でも難しくで…。友だちの持つエレキギターの方が楽しくて、ロックに没頭しました。音大を卒業しましたが、「これではダメだ…」とドイツへ留学しました。その後、オーケストラのオーディションを受け続けました。がうまくいかず…。苦難の末に、2012年にセンチュリー入団しました。そして現在、よどがわ市民生協の『つながるコンサート』に出演しています！

(オーボエ・川人さん)



ぜひ「つながる」コンサートへ！！

聴衆と演奏者がこの近い距離で触れ合うことはなかなかない機会だと思います。

次回は2026年3月15日(日)に開催決定！
機関紙よどがわ11月号にてお知らせします。ぜひご参加ください！



理事会だより

2025年度 第4回理事会 (2025年9月12日開催)

■仲間づくり(8/20現在)

8 月 度 純 増	▲94人
組 合 員 数	11万7,065人
組 織 率	10.6%

■出資金(8/20現在)

8 月 度 純 増	▲2,984万円
出 資 金 総 額	47億4,112万円
1人当り平均	4万500円

■損益の状況

	8月度 (7/21~8/20)		
	実績額	計画比	前年比
供 給 高	10億9,256万円	102.1%	106.7%
事業総剰余金	3億6,480万円	101.3%	105.0%
事業経費合計	3億4,063万円	94.2%	103.6%
経 常 剰 余 金	3,057万円	26,732.8%	145.0%

	2025年度累計 (2025/3/21~2025/8/20)		
	実績額	計画比	前年比
供 給 高	60億4,937万円	100.1%	100.1%
事業総剰余金	20億2,404万円	99.3%	98.9%
事業経費合計	18億9,915万円	94.6%	102.6%
経 常 剰 余 金	1億5,229万円	334.6%	69.4%

※1万円未満は切り捨てて表示しています。

報告事項

以下の事項について報告しました。

1. 前回理事会以降のおもな活動報告
常勤理事会、リスク管理委員会などについて報告しました。
2. 8月度経営・事業・組合員活動・地域連携推進報告
3. 私の想いの受け止め
4. この間の報告（消団連理事会など）



8月度 商品検査報告

7月21日～8月20日

安全・安心の商品をお届けするため、商品検査室で検査を行っています。放射能検査の取り組みは、よどがわ市民生協のホームページにも掲載しています。

★商品検査の取り組み状況

商品検査数 896件 (前年 866件)

検査の種類	検査件数	注意品	内容と結果
微生物検査	617	なし	再検査・継続検査・調査を要するものが、新規品共にありませんでした。
残留農薬検査	45	なし	問題ありませんでした。
食品添加物検査他	48	なし	問題ありませんでした。
残留放射能検査	24	なし	生鮮・一般食品を検査し、すべて検出はありませんでした。(検出限界値は20ベクレル/kg)
卵質検査	130	なし	問題ありませんでした。
輸入食肉検査	12	なし	問題ありませんでした。
アレルゲン(卵乳・小麦)	20	なし	問題ありませんでした。

※おおさかバールコープ商品検査室にて実施



8月度

7月21日～8月20日

あなたの声を聴かせてくださいカード報告

組合員さんの願いをもっと実現できるように、生協へのご意見・要望を『あなたの声を聴かせてくださいカード』にてお聴きしています。カードは毎月1週目の配送時に配布しています。複数枚、必要な場合は、**配送担当者またはコールセンター(☎0120-727-263 月～金 9時～21時 / 土 9時～17時)**にお申し込みください。

受付件数	商品への 意見・質問など	既存商品の 企画要望	新規商品 取扱希望	おすすめの声	商品以外 (仕組・お礼など)	総 計
	153	81	12	424	85	755
実現事例	●義母が塩分を制限しています。減塩タイプのカレールーを見かけませんが、とても便利なので企画してほしいです。 →コスモ食品さんの『直火焼 減塩カレー・ルー (中辛)』					10月3回 実現



農業 ボランティア



『我らよどがわ縁農隊』活動レポート②

『我らよどがわ縁農隊』とは…

よどがわ市民生協の田植え・稲刈り体験でご協力いただいている茨木市上音羽の農家さんは、生産者の高齢化や後継者不足による『人員不足』が大きな課題となっています。

多くの組合員さんが、気軽に農業に参加し、生産者と交流する機会が増えれば…と、2024年度より農業ボランティア『我らよどがわ縁農隊』を始めました。参加募集は、公式LINE『我らよどがわ縁農隊』を通じて登録しているボランティア(組合員)450人に案内をしています。

これまでに約50人の参加があり、^{うど}独活や大豆の植え付け・収穫作業に加え、上音羽集落営農組合より畑を借り、『よどまるファーム』として玉ねぎ・じゃがいも・大根の栽培を行いました。



6/21(土)よどまるファームで初の作物収穫



昨年の秋に栽培していた『玉ねぎ・じゃがいも・大根』の収穫を行いました。現

地集合で、組合員さん家族(子ども)も含めた18人と職員・組合員理事13人計31人が参加しました。

玉ねぎと大根はまっすぐ引き抜きます。じゃがいもは葉を引き抜いた後も土の中に残っていることが多いため、周りの土を掘って探します。みなさん「なんだか宝探しみたい!」とワクワクしながら土を掘っている姿が印象的でした。子どもたちも、土と作物と人のあたたかさに触れ、農業の良さを学ぶことができました。



内容・詳細
申し込みはここから!

ガンバ大阪と連携して地域貢献や地域づくりを推進します



食とスポーツと音楽のわくわく体験会



北摂エリアで活動するよどがわ市民生協、ガンバ大阪、日本センチュリー交響楽団が協力し、子どもから大人まで楽しめる『食』『スポーツ』『音楽』の特別な体験をお届けします♪ 今回のテーマは『平和』。みんなで笑顔いっぱいの日を楽しもう!

日 時 11月3日(月・祝) 10時～14時

募集人数 組合員親子ペア 30組(60人)

会 場 服部緑地公園内
集合:プリジャール服部
解散:センチュリーオーケストラハウス
※大阪メトロ「緑地公園」駅より徒歩15分

当 日
プログラム

午前 ガンバ大阪 サッカー体験会
お昼 よどがわ市民生協 食べて学ぼう! ホームトンバナナ
午後 日本センチュリー交響楽団 音楽体験会



参加費無料



内容・詳細
申し込みは
ここから!



締め切り

10月10日(金)

Myコープ
よどがわ

参加申し込みには
公式アプリの登録が必要です
(当落結果もアプリで
お知らせします!)

さらに、配送に関する
『あなただけのお知らせ』
が届いたり、eフレンズと
も連携していて便利♪
ぜひ、ご登録を!

ダウンロードは
こちら!



iPhone
App Store



Android
Google Play

お問い合わせは ▶ 大阪よどがわ市民生協 コールセンター ☎ 0120-727-263 (月～金 9時～21時 / 土 9時～17時)

Check!



インフォメーション

よどがわ市民生協の組合員さんが
参加できるイベントです。
下記の注意事項と共にご覧ください★

組織部より

クイズにチャレンジ! 親子で学ぼう★吹田戦跡まちあるき

小学生からオススメ★JR吹田駅付近に残る戦跡をゆっくり巡りながらクイズにチャレンジ!
戦跡巡り終了後はおやつを食べて、戦争体験のお話を聞きましょう。参加者には折り鶴
再生紙グッツをお渡しします♪被爆・戦後80年の年に、平和について考えてみませんか?
当日は運動靴で来てね!

日時 11月3日(月・祝)

9時30分集合 JR吹田駅前 さんくす夢広場
12時解散 吹田さんくすホールにて解散

募集人数 15人→各注意事項 A ②

小雨決行

持ち物 飲み物・筆記用具

申し込み ☎

締め切り 10月24日(金)



参加費無料



ここからも
申し込めるよ!



NO.2366

平和グループより

舞鶴引揚記念館& 赤レンガに行きましょう

戦争がもたらした苦境の記録を学び、
かけがえのない平和の尊さを再確認しま
せんか?

日時 11月14日(金)

7時50分集合 JR茨木駅前西口
17時解散予定 上記場所にて

行先 京都府舞鶴市

募集人数 大人 24人→各注意事項 A ①

参加費 大人1人 3500円→各注意事項 ④
(昼食代・入館料・プログラム参加費)
※キャンセル料11/4(火)～

持ち物 飲み物・筆記用具・雨具(雨予報の場合)

申し込み ☎

締め切り 10月24日(金)



雨天決行



NO.2368

組織部・生活サポート事業部より

介護保険制度 ～知ってみよう・ 学んでみよう・使ってみよう～

介護保険の基本的なしくみと流れを知り、自分や家族の
ために制度を上手に利用するコツをお伝えします。

講師：大阪健康福祉短期大学
上山 小百合さん

日時 11月15日(土)
10時～12時

会場 高槻市立総合市民交流センター
(クロスバル高槻)7階 702室
※JR高槻駅南口より徒歩1分

募集人数 大人 50人
→各注意事項 A ①

持ち物 飲み物・筆記用具

申し込み ☎

締め切り 10月24日(金)



参加費無料



ここからも
申し込めるよ!



NO.2352

申し込み・お問い合わせは ▶ 組織部 ☎06-6319-5619 (月～金 9～17時)

共通
注意
事項

- 参加できるのは、組合員ご本人または、同居・同世帯(2世帯同居は不可)の家族 ●電車・バスなどの公共機関で参加し、車での参加は不可
- 先着順ではなく、締め切りまで申し込みOK ●締め切り日から1週間以内をめどに、生協より「当選・落選」いずれも郵送でお知らせ
- 各イラスト・作品写真はイメージ ●大人2人以上で参加希望の場合は(お友だちの組合員さんと一緒の場合は、お友だちの組合員コード必要)、組織部へ電話にて申し込む ●応募多数の場合は抽選 ●会場への行き方は各自調べ
- ☎…11ページの参加申し込み欄 ☎…組織部へ電話 PC…インターネット(よどがわ市民生協ホームページ)



- 各注
意事
項
- A 健康状態に不安のある人はご遠慮ください B Wi-Fi環境を推奨
 - ①子ども同伴参加不可 ②子どものみの参加不可
 - ③参加費は当日徴収 ④参加費は後日生協登録口座より引き落とし
 - たぐい ……1歳～・要予約・無料・参加の組合員の子どものみ
 - たぐい ……託児はありません
 - バスツアー ……妊婦・0～2歳は参加不可

くらし委員会『ひまわり』より

よどがわエリアを知ろう第2弾 安威川ダムができたよ!

建設から完成までの道のりとダムの役割りを知ろう!『天端道路』って何?
月に1度のフラッシュ放流を見よう!
★当日は運動靴で来てね!

日時 11月19日(水)

10時集合 JR茨木駅改札前
15時解散 上記場所にて解散

行先 大阪府茨木市

募集人数 大人 15人→各注意事項 A ①

参加費 1人 500円→各注意事項 ④
(プログラム参加費)
※キャンセル料11/15(土)～

バスで
行く

持ち物 弁当・飲み物・
筆記用具

申し込み ☎

締め切り 11月7日(金)

NO.2369

予告

ピースキャンドル
ナイトは、2026年
2月15日(日)に、
茨木おにクルで開
催予定です



組織部より

いきいき商品交流会 ～発見! 体験! つながろう!～

生協で取り扱う商品を深く知って
いただくため、生産者・取引先による
商品の学習会を行います。今回は
『元気鶏』を生産しているマルイ食
品さんと交流します。



日時 11月24日(月・祝)
10時～12時

会場 ①摂津市立コミュニティプラザ
1階 調理室
※阪急摂津市駅ロータリー前すぐ
※JR千里丘駅より徒歩10分

②豊中市立千里公民館(コラボ内)
3階 料理室
※大阪メトロ千里中央駅より徒歩2分
※大阪モノレール千里中央駅より徒歩5分

③オンライン

募集人数 ①②会場 大人 各20人→各注意事項 A ①
③オンライン 大人 30人→各注意事項 B

会場持ち物 飲み物・筆記用具

申し込み ☎ PC

締め切り 10月31日(金)

①摂津 NO.2370 ②豊中 NO.2371 ③オンライン NO.2372

組合員活動を支援する『活動サポーター』募集!

コープ委員会の活動支援や、新しいコープ委員会の立ち上げをお手伝いします! 講師との打ち
合わせなど、在宅でできることも多いです! 説明会を行いますので一度話を聞いてみませんか?

担当地域 島本町・高槻市・茨木市・豊中市・池田市・箕面市・豊能町・能勢町

活動地域 よどがわ市民生協エリア全域

活動費 月3万円(プラス活動状況に応じて
支給あり)、交通費実費支給

お問い合わせ・
申し込み ☎ お申し込み後、
日時の相談・連絡をします

説明会

大阪よどがわ市民生協・本部
※JR吹田駅・阪急相川駅より徒歩20分

応募資格

- よどがわ市民生協の組合員である。
- パソコン(ワード)・スマートフォンのかんたん
な操作ができる。また、家にその環境がある。
- 日中(主に平日昼間)コープのひろばや会議に
参加することができる。
- できれば、生協の企画・活動に参加したことが
ある。

NO.2331



子どもとともに戦争について考える

機関紙よどがね8月号のトピックは戦争に関するもので、小学生の子どもが戦争についてもっと知りたいと話していました。『今の生活が当たり前だけど、とっても平和なんだよ』と子どもたちにも伝えていきたいです。

(箕面市 もふもふさん)

子どもたちが大好き♪

異製粉さんの『めちやめちやーぶどうぱんプレミアム』とニチレイフーズさんの『コープミニワッフルドッグ(チーズ)』、この2つは子どもたちが大好きです!!

(東淀川区 みさん)



ノンフライヤー、いつか〜

最近流行りのノンフライヤーを買いました。まず試したのは、私の大好きな生協のアジフライ、マルハニチロさんの『大きな手造りあじフライ(特大)』。油をスプレーでシュッシュッとかけてフライヤーに入れて12分加熱。焼き色も付いてサクサクに仕上がりました。油で揚げたないのであっさりした感じが体にいい。これからはちょうど良い。これからもどんどん使っていきたいです。

(豊中市 まきさん)

おたより募集

「パスタソースを使ったアレンジレシピ」を募集します。11面のおたより欄にてお寄せください。



組合員さんからの「おたよりレシピ」

機関紙 8月号にて募集した『おすすめスープレシピ』

残り物野菜を蒸し煮にします♪

キャベツ、にんじん、たまねぎ、きのこ類、その他残り物の野菜を小さく切って、鍋でじっくり蒸し煮にし、水分、塩、コショウを加えて食べるスープにします。トマト缶、豆乳、中華調味料で味変することもあります。

(茨木市 ぴこさん)



生バジルを使ったトマトスープ!

近所のスーパーで生バジルを見かけた時はトマトスープを作ります。バジルの風味が格別で、わが家の定番スープです。

(高槻市 柿の木さん)

パラパラミンチからいーだしがでるよ〜!

鹿児島県・マルイ農協さんの『元気鶏若鶏ミンチ(バラ凍結)』通称パラパラミンチから出だしに、無調整豆乳と塩少々ですごくおいしいスープになります♪

(淀川区 ナホコさん)



インターネットからでも、お便りの応募ができます。

クイズの答え

〇月

クイズ応募の組合員さんはご記入ください。

No.481

おたより欄

※商品への意見・企画要望は「あなたの声を聴かせてくださいカード」を利用ください。(6ページ参照)

図書カード
当たります

Present Quiz

プレゼント★クイズ

締切:10月31日(金)必着 発表:本紙483号

次回の『つながるコンサート』は何月の15日(日)に開催が決定したでしょうか?

〇月

ヒントは、5ページにあるよ!

クイズの答えを右の欄にご記入ください。



正解者の中から抽選で5人の組合員さんに図書カード500円分をプレゼントします。



おたより募集

締切:10月31日(金)必着 発表:本紙483号

本紙へのご意見・ご感想をお待ちしています。(原文を短くして掲載することがあります。ご了承ください)

※組合員:組合員本人と同居・同世帯(2世帯同居は不可)の家族

お名前						
ペンネームご希望の組合員さんはこちらへ()さん						
組合員コード	5					
コード	請求明細書または出資証書をご覧ください					

11月24日(月・祝) NO.2370	いきいき商品交流会 ①〈摂津会場参加〉	ご希望の組合員さんは ○をしてください	⇒ 大人 1人	託児(歳 人)
11月24日(月・祝) NO.2371	いきいき商品交流会 ②〈豊中会場参加〉	ご希望の組合員さんは ○をしてください	⇒ 大人 1人	託児(歳 人)
11月24日(月・祝) NO.2372	いきいき商品交流会 ③〈オンライン参加〉	ご希望の組合員さんは ○をしてください	⇒ ZOOM参加	

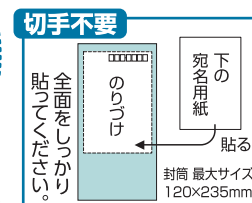
大人が2人以上は PC にて

参加申し込み欄

申し込みされる組合員さんはご記入ください
※組合員さんのみが参加できます

クイズの答え・おたより の郵送方法

上のキリトリ用紙を封筒に入れて郵送してください。
※この応募で得た個人情報は、プレゼントの抽選と「わいわいポスト」や催事の連絡のみに使用します。



インターネットで
おたより・クイズの
応募ができます。

パソコン
<https://www.yodogawa.coop/kumiai/kikanshi/quiz/>
携帯 <https://www.yodogawa.coop/k/>



479号クイズの答え

「80」年

当選者

高槻市 あ き さん
吹田市 美 智 子 さん
茨木市 な っ ち さん
吹田市 アマリリス さん
西淀川区 焼 き 芋 さん

※当選者には10月末に
図書カードを
郵送します

応募総数 85通
正解 85通



キリトリセン

0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
0

大阪府吹田市豊津町1-1-1

大阪府吹田市豊津町1-1-1

大阪府吹田市豊津町1-1-1

大阪府吹田市豊津町1-1-1

吹田局承認
4200

差出有効期限
2026年10月30日
まで(切手不要)

★切手不要★

キリトリセン

よどがわ市民生協の 能登半島震災復興支援報告⑥



よどがわ市民生協は2024年の能登半島地震および豪雨災害へ引き続き支援を行っています。今後ともご協力よろしくお願いいたします。



～ 支援活動を実施 ～

大阪府生協連合会・大阪いずみ市民生協・おおさかパルコープと共同企画として、『能登半島被災地支援ボランティア』を実施しました。

【7/12(土)～13(日)】

よどがわ市民生協より組合員理事3人が参加しました。

初日は輪島市町野町の金蔵地域集会所でサロン活動に参加しました。160食の配食と、地元の人とアルコールインクアートを行い、交流しました。活動後、大阪府生協連主催で8月にグラス瓶にろうそくを入れて法要を行う『万燈会』会場の正願寺を視察しました。

2日目はボランティア活動でお世話になっているNGO結さんの『まちのベース』にて、たこ焼き210食の配食とアルコールインクアートサロンを実施しました。

被災地はいまだに整備されていない道路、倒れた電柱、倒壊した家屋などがまだそこら中にあり、復興の兆しはまだまだであると感じました。今回初めてアルコールインクアートを実施しましたが、被災者が楽しくしている姿や、作業をしている中で話される被災体験と想いを聴くことができ、大変有意義な活動となりました。まだまだ大変で時間が必要だと感じました。地域コミュニティの大切さと、気持ちに寄り添うような支援が、今後とも必要だと思いました。



今後とも被災地支援への呼びかけに、ご協力をよろしくお願いいたします



支援募金のご案内

令和6年 能登半島支援募金

募金は日本生協連を通じて、被災地における地域住民のくらしやコミュニティづくりの支援金として、現地で炊き出し、サロン活動や物資提供などに活用。また、よどがわ市民生協がボランティアなどでお世話になっている被災地で活動する支援団体へ支援金としてお届けします。

期 間 4月5回～12月5回

募金方法 注文書の募金カンパ欄「1416」に個数(100円単位)を記入してください。
またインターネット注文「eフレンズ」でも募金できます。

※この募金は、所得税の還付金控除の対象にはなりません。

【4月5回～12月5回実施】

253万1,300円

ご協力どうぞよろしくお願いいたします

(9月2回現在)

