



お誘い試食会

1月15日 都島南地域活動委員会(大阪市) 東都島店組合員集会室 参加17名(うち子ども4名)



2015年の12月に都島支所で開催したクリスマス&迎春商品試食会。そこに参加されていた組合員さんに声をかけ、ゆったりとした雰囲気なか、試食をしながら交流しました。

この日は、委員がぜひ知ってほしいと思う商品7品と、東都島店おすすめの恵方巻きやコロッケもメニューに。このロールパンはバター風味がいいわあ「お店のコロッケでコロッケサンドにするアイデアはいいね!これは使えそう♥」コロッケは揚げたてが欲しい時は気軽に頼めること知ってた?「ブチ肉まんは、一緒に参加した1歳の子どもも気に入ったみたいなので今度注文してみようか

商品案内の見方も交流。価格の表示方法の違いで、い得分かるようになっていたことや「次回予告」欄で次にいつ企画があるのか分かったことも教えた。この機会に見方のワザも聞くことができて良かった」との感想も。



この試食会が活動デビューの委員さんにインタビュー♪

「委員会」と聞いた時、敷居が高いかと思ったけど、こんな和やかな雰囲気のなかで和気あいあいと交流できて良かったです。子どもたちに何が残せるかと考えた時、食の安全や平和のことも大事になってくると思います。一人だとなんか分からないけれど、ここなら何かできそうな気がします。いい機会をもらったと思っています。(パル委員・橋本さん)



交野町あるき

1月15日 交野南地域活動委員会(交野市) 参加11名(うち子ども1名)



寺地区の街をゆっくり歩く



1400年以上前に作られたという「塚穴古墳」(右側が案内をいただいた平田さん)

郷土史研究家の平田さんの案内で、交野の寺地区を歩きました。

今回唯一、立ち入れる塚穴古墳に行きました。入り口は70センチ位と狭いけれど、中は大人が10人立てる程の広さがありました。「まさか古墳の中に入れると思わなかったのが感動しました」との参加者の声。

案内していただく道すがら、昔の地名やその由来を聞きました。今では使われることのない、けれど意味を持つた、地名を聞けばその土地が以前はどんな所であったか、どういった人たちが住んでいたかなど、知ることができるよう。古墳や文化財にしても放置されている。交野の多くの宝を大切に、守っていかなければと思いました。「野辺

のお地蔵さんにも、知らんぷりで通り過ぎるのではなく、こんな所にお地蔵さんがあるんだ!と気にかけてください。何事にも無関心でないでね」と言われました。

お天気にも恵まれ、楽しく大切なことが学べた貴重な時間となりました。

(交野南地域活動委員会 加藤)

住吉神社の北側にある棚田



重曹って万能?! 家中ピカピカ大作戦&ミニミニクリスマス会

参加34名(うち子ども4名)
12月10日 枚方公園地域活動委員会(枚方市) 枚方公園店組合員集会室



CO-OP重曹 1kg (スプーンなし) 次回企画: 3月2回

ナチュラルクリーニングとも言われる「重曹」。多種多様な使い方ができるので、「重曹」をこの機会に活用してくださいね



コープクリーン 高垣さん

重曹(炭酸水素ナトリウム)は一般に、塩と石灰を原料としてつくられます。弱アルカリ性の性質をもち、油污れや手あか汚れを落とすやすくなる働きがあります。また、穏やかな研磨効果があり、クレンザーとして使えるほか、脱臭、洗浄などさまざまな力を発揮します。

こんな使い方もあります

- レンジまわり、冷蔵庫内の清掃などに水を含ませたスポンジに重曹をつけて汚れをこすります。または、水1Lにすりきり大さじ4杯を溶かした重曹液をふきんやスポンジにつけてふきます。最後に水ぶきをしてください。
- 冷蔵庫内の脱臭に広口のビンなどに重曹をカップ1杯程度入れ、ガーゼなどでふたをして冷蔵庫に置きます。交換の目安は2~3ヶ月。使用後も洗浄に使えます。(出典:日本生活協同組合連合会ホームページより)

※使えないものもあるのでご注意ください。



グレープフルーツ・いちご・オレンジ・マスカットが宝石箱のように♪ 子どもたちも興味津々



参加者からは「家に眠っていた重曹があるので帰ったらすぐ使ってみよう」「お店の方が見栄えの良いカットフルーツを教えてくれたので自宅でもマネしてみたい」など店舗集会所ならではの感想もありました。



おいしいお肉の解凍と焼き方

1月21日 南港地域活動委員会(大阪市) 南港管理センター試食室 参加13名(うち子ども3名)



産直牛の5つの約束ごと

- ①Non-GMO(遺伝子組換え不使用)とうもろこしを飼料に使用
- ②PHCF(収穫後農薬不使用)とうもろこしを飼料に使用
- ③成長ホルモン剤を使用しない
- ④不要な抗生物質は投与しない
- ⑤O-157検査を実施する

牛サーロインステーキ260g(2枚)

冷蔵 次回企画: 3月2回



「パルコープさんの産直牛は、生産者の顔が見える3つの産地から届けられます。5つの約束ごとを守り、おいしい牛肉



講師の橋本さん

今回講師に「合挽ミ

をなるべく手ごろな価格で提供したい。下がる国内自給率を上げようと、吉備高原牧場では餌となる国産比率を上げる努力も行っておりま。この学習会を機会に、ぜひ岡山吉備高原牧場にも遊びに来てくださーい」と講師の橋本さん。

すっかり学習した後は、ステーキの上手な焼き方を教わりました。「アルミホイルで仕上げるのはテレビでも見たことあるけど、そういう理由だったんだー」と新発見もありました。

最初に実演。「両面焼いたら醤油をたらしてすぐ火を止め、ボールに入れてもう一つのボールで蓋をします。密閉するのがポイント」

保育に預けていた子どもたちも一緒に試食。小さい子は産直牛切り落としのしぐれ煮を「あーん」!



強火で表1分間、裏1分間焼く