

うらがCO-OP情報機関紙

うらが

2021年
9月号
No.504

生活協同組合うらがCO-OP 〒239-0822 横須賀市浦賀6-2-18 TEL 046-843-6311 発行責任者/長谷川伸行



●組合員数 39,382人
●グループ宅配 61班
●個人宅配 6,673人
●出資金額 428,866,004円
●供給高(累計) 939,428,922円
— 2021年7月20日現在 —

震災から10年目に入って

その5 公共インフラ等

災害復旧工事は全体の95%が完了。道路等の交通網の整備も進み、JR常磐線は全線で運転再開。

今後の課題として

- 令和元年東日本台風等の被害による復興への影響
- 帰還困難区域内の土木施設・海岸等の復旧
- ふくしま復興再生道路の整備東西の連携道路の強化
- 持続可能な地域公共交通ネットワークの形成

福島県HP復興・再生のあゆみより

2021年度 ふくしま復興応援協力金活動 募金累計

(2021年3月21日～2021年7月20日)

地域店舗	4,965 円
宅配センター	31,200 円
その他	0 円
合 計	36,165 円

ありがとうございました
ひきつづきのご支援
よろしくお願いします。

9月1日は 防災の日

防災用品を
点検しましょう



2021年度 ペットボトルキャップ 回収活動報告

2021年度回収累計
(2021年3月21日～7月22日)

回収個数	19,242個
CO ₂ 削減量	1,416kg
ポリオワクチン換算	224人分

ありがとうございました
今後ともキャップ回収にご協力
お願いします

うらが理事会だより

8月は理事会の開催がなかったため、10月号の「かわらばん」にて、第3回定例理事会(9/11)の報告をさせていただきます。

■うらがCO-OP供給高報告

2021年度	浦賀店	追浜売店	宅 配	合 計
7月度(千円) (6/21～7/20)	68,942	4,127	164,484	237,553
計画比	102.9%	115.6%	101.2%	101.9%
前年比	89.4%	116.8%	103.3%	99.1%
累計(千円) (3/21～7/20)	285,362	26,108	627,959	939,429
計画比	103.8%	116.9%	100.9%	102.1%
前年比	88.1%	116.0%	98.2%	95.3%



店舗販売の様子
8月は枝豆、都かぼちゃが
並んでいました。

屋号は「マルマン」
木村祐敦(きむらまさのぶ)
さんが代表を務める三浦市にある農園です。店舗を利用される方は、売り場で野菜を見かけたり、購入されている方も多いのではないのでしょうか。

店舗での販売、ギフトや毎年6月に開催される親子収穫体験でもお世話になっている、産直農家木村農園をご紹介します。

うらが CO-OP 産直紹介

木村農園

三浦市
南下浦町
毘沙門



広々とした農園ですくすくと育つスイカ

産地のことを知ってもらいたいと、1994年(平成6年)から開催されている『親子収穫体験』では、沢山の方に普段目にするのではない産地を見てもらい、野菜のでき方や収穫の大変さや喜びなど体感してもらっています。今年もジャガイモを収穫しました。

スイカ・都かぼちゃ・メロンのギフトでもおなじみです。こだわりのギフトセットは毎年好評で、ファンも多く早くに売り切れてしまうことも。特に今年度は春先の突風被害で、まいた苗がダメになっしまった、もう一度まき直すなど、良いものを皆様にお届けするまでに、苦勞も多かったと木村さん。



チンゲン菜畑(右)と収穫前のチンゲン菜(上)
畑はネットで虫を防いでいます。



冬 大根・早春キャベツ
秋 ほうれん草・小松菜・チンゲン菜・春菊・カブ・水菜
夏 初夏キャベツ・スイカ・メロン・かぼちゃ・枝豆
春 春キャベツ



今年度収穫体験会に参加された
お子さまの感想と絵

木村農園で生産して、うらがCO-OPで扱っている野菜(年より変更があります)

初夏キャベツ・早春キャベツと季節により品種が異なり、同じキャベツでも形も味わいも違うそうです。また「大根」として売られている大根も実は品種がたくさんあり、木村農園では時期にあわせて美味しい品種を選び6品種ほど育てて出荷しているそうです。

他の野菜も同様に木村さんが選んでこだわって作っていますので、ぜひ「この大根は前に買ったのと違う品種かな？」など想像しながら食べてみてください。

木村さんからのメッセージ

「皆さんには(特にお子さんには)野菜を好きになってほしい。きゅうりが嫌いなら、栄養が似ているスイカ、メロンを食べれば良い。好きな野菜を食べてもらって、野菜嫌いにならないでほしい」とメッセージを頂きました。木村農園ではフェイスブックに登録していて、時々更新していますので見てください。

URLはこちらです。
産直野菜を利用して
産地を応援しよう!



今年も贈ろう産直フルーツ!



Mamaの広場
うらがCO-OP

富有柿 サンふじ・りんごジュース

(奈良・西吉野産直組合)

(信州畔上農園)

～産地直送予約～

申込期間	富有柿	店鋪 宅配	2021年 10月4日(月)～11月30日(火)
申込方法	富有柿	店鋪	チラシ下段の申込書に代金を添えて各店舗サービスカウンターにてお申し込みください。
		宅配	チラシ裏面の申込用紙を配送担当者にお渡しください。商品代金は口座振替になります。
	りんごギフト	店鋪	各店舗サービスカウンターにて申込用紙をお受け取りいただき、申込用紙に商品代金を添えてお申し込みください。
		宅配	チラシ裏面の申込用紙を配送担当者にお渡しください。商品代金は口座振替になります。

2021年度下期総代懇談会開催します

開催日時: 2021年11月2日(火)
①午前の部 10時30分～12時00分
②午後の部 13時00分～14時30分
開催場所: 生涯学習センター(まなびかん) 大学習室
くわしくは10月送付予定の開催案内書をご覧ください。

CO・OP共済 お役立ち報告

共済給付金の支払い実績(2021年度累計)7月15日現在
[351件] 32,981,346円

◆9月・10月の予定◆

9月	10月	予定・場所
11日(土)	16日(土)	定例理事会 (浦賀店コミュニティルーム)
7日(火)	12日(火)	組合員活動委員会(本部第一会議室)
13日(月)	19日(火)	エリアリーダー会 (浦賀店コミュニティルーム)
※新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、組合員同士の集う会は自粛とし中止しています。		大津エリア会
		鴨居エリア会
		久里浜エリア会
		ハイランドエリア会

※エリアリーダー会開催は、新型コロナウイルス感染状況により、中止とする場合があります。ご了承ください。



楽々離乳食づくり♪

旬の食材を使った離乳食⑭

～冬瓜～

冬瓜は夏に収穫され冬まで貯蔵することができるため冬瓜と呼ばれています。95%が水分でカリウムを多く含み、風邪などに対する抵抗力を高めるビタミンCを含んでいます。淡泊な味は離乳食にぴったりです。

★後期食 レンビ

「冬瓜と豚ひき肉あんかけ」

<材料> 1人前

・冬瓜20g・にんじん	10g
・豚ひき肉（赤身）	10g
・無添加だし汁	100ml
・オリーブ油	小さじ1
・しょうゆ	ほんの少々
・水溶き片栗粉	小さじ1（1:1）



作り方

- ① 冬瓜は1cm角に切る。にんじんは細かくみじん切り
- ② 冬瓜とにんじんを分量外の水でやわらかくなるまでゆでる。
- ③ ゆでた冬瓜とにんじんを器に入れる。
- ④ 鍋にだし汁とひき肉を入れ火にかけて、ひき肉に火が通ったら、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ とろみがついたら、器に入れた冬瓜にかける。

「デーツ」は、なつめやしの実です。約八千年前から栽培されており、クレオパトラも愛したと言われています。デーツは、セレブのおやつやスポーツ選手の補助食として利用されたことがきっかけで、数年ほど前からテレビなどでもスーパーフードとして紹介される機会が増え、コンビニやスーパーなどでよく見かけるように。食品加工の分



濃厚でコクのあるクリーミーさが特徴のチュニジア産ディグレットノア種を使用。便利なチャックシール付き

「デーツ」って何の実？

想いをかたちに
SMILING CO-OP

注目を集める
ドライフルーツ

『CO-OP
種抜きデーツ』

野では数十年前からカレー、ソースお菓子などの甘味として使用されてきました。（どこかで口にしていたかもしれませぬ！）
食べた感想は・・・

「クリーミーで甘味もマイルドで、プルーンより食べやすかった。」「甘さも味わいも強くなく食べやすいです」「クルミやチーズをはさんで食べると美味しいです。」

デーツはカリウムを含み食物繊維が豊富なドライフルーツで栄養価も注目されています。（上表）チュニジアで収穫されたデーツは、虫がつかないようにくん蒸・異物除去・洗浄・種抜き乾燥させます。

100gあたり	コープ種抜きデーツ	コープ種抜きプルーン
カリウム	609mg	598mg
食物繊維	8.3g	6.5g

その後も金属検出検査、X線異物除去など何重もの工程で異物検査を経て、国内でパッキング。コープのデーツはより安全安心を追求し国内パッキングにこだわっています。

写真で見る 浦賀 ④

浦賀港引揚記念の碑



昭和20年（1945年）8月15日、太平洋戦争は終結。ポツダム宣言により海外の軍人、軍属及び一般邦人は日本に返還された。ここ浦賀港も引揚指定港として、中部太平洋や南方諸地域、中国大陸などから56万余人を受け入れた。横須賀市は平成18年10月に市制施行100周年のプレ事業として、「浦賀港引揚記念の碑」を引揚船が接岸した通称「陸軍棧橋」（西浦賀1丁目）に建立した。

開国の舞台となった浦賀奉行所が昨年誕生300周年！！横須賀のなかでは歴史の町であり、全国的にも知名度がある浦賀に歴史遺産の展示を常設。浦賀奉行所のジオラマ、日本で最初の洋式軍艦である鳳凰丸、咸臨丸、ペリーが乗ってきたサスケハナ号などの模型と浦賀奉行所が一番有名な与力・中島三郎助を紹介しています。



看板のある坂を上っていくと、資料館があります。

秋のお散歩 店舗近隣紹介

浦賀コミュニティー
センター分館
（郷土資料館）
浦賀7丁目2-1

展示は8：30～17：00
休館日 年末年始



資料館内部
模型や、身近な場所の昔の様子が見られます。

大河ドラマ「晴天を衝け」の洪沢栄一は、浦賀の造船工業に貢献していました。令和六年（二〇二四年）から新二万円の肖像で発行予定ですね。

木村農園さんのじゃがいも掘りは孫と二回参加させていただきました。今年は孫も6年生となり行くのはあきらめ、じゃがいもだけ購入しました。楽しかった思い出、手をかけていらつしやるじゃがいも、今年もおいしかったです。（A・Y）

「想いをかたちに」のコーナーでドレッシングの容器改善の記事を読んで組合員の声が直に届くCOOPの商品は使い易さを追求して良いと思いました。（A・Y）

おたより 広場

個性 配助かつてます。あれもこれも、いろいろほしい物がありますが自分自身抑えるのが大変。いつもありがとうございます。（アイケーちゃん）

ワ クチン接種完了して気持ち的に楽になりました。でも働き盛りの人達への接種が進んでいなくて心配です。早くコロナストレスから解放されたいです。（藤宗洋子）

「楽々離乳食づくり」は旬の食材で手軽にできて重宝しています。美味しんです。（S・O）

☆機関紙に関するご意見・ご要望などがございましたら、お電話下さい。
【連絡先】うらがCOOP
046(843)6877
(担当/渡辺)

つぶやき

今年の夏は日本列島どこに行ってもこの暑さからは逃れられない。コロナがなければ涼をもとめて何処へでも出かけるが、それもできない。なので最近よく見ているのが「グレートトラバース日本百



問題

□の中に漢字を入れて、説明に合う四字熟語を完成させてください。

ご応募には、完成させた四字熟語をご記入ください。

【例題】
互いの気持ちや考えなどがぴったり合うこと。

□気□合

【答えの書き方】
意気投合

【問1】今までにだれも足を踏み入れていないこと

□人□踏

【問2】ひたすら謝ること。また恐縮すること。

□身低□

【問3】弱いものが強いものに勝つこと

柔□制□

【問1】胆大心小
たんたいしんしょう

【問2】純情可憐
じゅんじょうかれん

【問3】山紫水明
さんしすいめい

クイズ当選者
(2021年7月号)
敬称略

菊池 房子
今野 順子
下司 照子
住吉 誠
平野 敏子

★応募方法は「クイズの答え」に「郵便番号」「住所」「氏名」「組合員番号」「ご希望のプレゼント①または②」を必ずご記入ください。

★今月号の記事の内容についてご意見や感想もお書きください。「おたよりコーナー」に載せていただく場合がありますので、ご希望の方は「ペンネーム」「イニシャル」等も書き添えてください。

★正解者の中から5名様（正解者多数の場合は抽選）にうらがCOOP店舗で使える①「商品券1000円分」または②「1000ポイント」のどちらかをプレゼントいたします。

※必ず希望の①②をご記入ください。①②が描かれていない場合は「商品券」をお送りします。ご了承ください。

★送り先は〒239-0822 浦賀6-18-18うらがCOOP機関紙「うらがクイズ」係へ。

★締切日は9月24日(金)当日消印有効。