

海の恵み未来に残す

おいしく食べて環境を守る

SDGs



海の恵みは私たちの毎日の食卓に欠かせません。

2010年から海の生き物を守る活動を行う
生産者・メーカーの取り組みを紹介します。

エシカル（地域や環境、社会や人々に配慮してモノやサービスを利用すること）なお買い物で、その活動と一緒に応援してみませんか？

サンゴの里海づくり

恩納村の取り組み
紹介動画はWebで



サンゴ礁は天然の防波堤として、また、多くの生き物のすみかとして、重要な役割を担っています。しかし、温暖化による海水温の上昇や海中の環境変化により、地球規模で危機に直面しています。美しいサンゴ礁で知られる沖縄県・恩納村（おんなそん）では、人が海とかかわりながら自然再生を後押しする「里海づくり」をすすめています。



▼サンゴのまわりに集まる魚たち

▲もずく収穫



「コープの森づくりマーク」がついた商品の利用で、1品に対して1円を支援します。商品産地での植樹を通して、海を守り育てる活動に役立てます。恩納村ではサンゴの苗木、植え付けに使用する台座などの購入代金として活用しています。

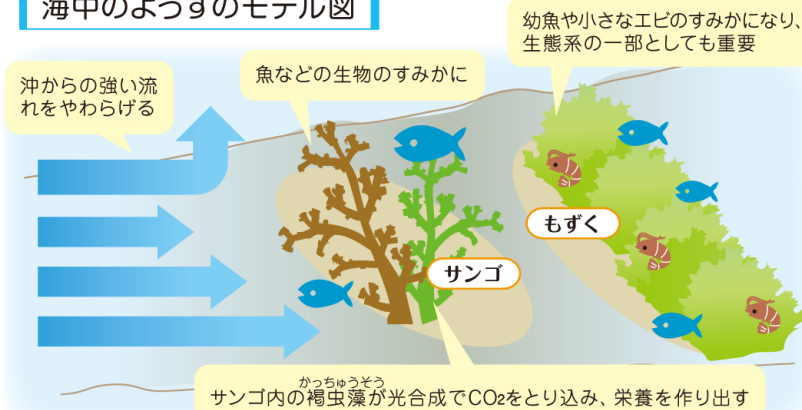
活動や成果はWebで



【東海コープ事業連合とは】組合員の願いを実現するため、コープあいちを含め東海3県の3つの生協と協同して事業や活動をすすめる、より価値の高い生協を作り上げていく組織。

サンゴの森が海を育む

海中のようすのモデル図



サンゴ礁がなくなっちゃう？

- 理由1** 海水温度の上昇。サンゴの体内に共生する褐虫藻は、水温が高いとサンゴの外へ抜け出します。するとサンゴは栄養不足で死んでしまいます。
- 理由2** 埋め立て工事などにより流出した赤土の影響。赤土は海を濁らせて、褐虫藻の光合成に必要な太陽の光を届かなくします。サンゴに積もって窒息させてしまうことも。
- 理由3** サンゴを食べるオニヒトデの大量発生。水温の上昇や、人間の生活排水がオニヒトデ幼生のエサになっているといわれています。

組合員と生産者との活発な交流

in 愛知

2013年から始まった「海人の料理交流会」では、組合員に森づくりの取り組みを伝えながら、もずくを使った料理教室を開催しています。



▲海人の料理交流会



▲異物除去体験

豊橋センター
里海づくり学習会

in 沖縄



▲サンゴの苗づくり

▲「サンゴの里海」視察

組合員と職員が恩納村を訪れています。サンゴ・もずく養殖場の視察や、サンゴの苗づくりや、沖縄料理づくりの体験を通して、生産者のみなさんと交流しています。



沖縄料理作り体験

※交流の様子は2016～2019年の活動のもので

もずくのアイデアレシピ

もずくのふんわりオムレツ (281kcal)

●材料 (1人分)

味付もずく.....1カップ
たまご.....2個
バター.....10g
トマトケチャップ.....適量
レタス.....適宜
ミニトマト.....適宜



- ① ボウルにたまご・味付もずくを入れ混ぜる。
- ② 熱したフライパンにバターを入れ溶かし、①のたまご液を流し入れる。
- ③ ふちが固まってきたら全体を大きくかき混ぜながら半熟状態にする。
- ④ フライパンの柄を持ち上げて斜めにし、たまごを向こう側へ寄せ半月形に形を整える。
- ⑤ 皿に移し、レタスと切ったミニトマトを添え、トマトケチャップをかける。

もずくの梅しそ冷製パスタ (334kcal)

●材料 (2人分)

味付もずく.....2カップ
スパゲッティ.....150g
梅干.....2個
青じそ.....6枚
みょうが.....1個



- ① 梅干は種を除いて包丁で細かく叩き、ボウルに入れて味付もずくと混ぜる。
- ② 青じそ、みょうがは刻んでおく。
- ③ たっぷりのお湯に塩を入れてスパゲッティを表示時間より1分長くゆで、流水で冷やす。
- ④ 水気を切り、①のボウルに入れて混ぜる。
- ⑤ 皿に④を盛り付け、②の青じそ、みょうがを飾る。

表紙のもずくのアイデアレシピはWebで→



海の恵みをおいしく食べよう！

このマークが目印です！



対象商品例



北海道野付産
定塩秋鮭切身
甘塩味
次回予定：6月3週



ブラックタイガー
えび下ごしらえ済
次回予定：6月3週



上乾ちりめん
(塩無添加)
次回予定：6月4週



北海道野付
ふそろいのほたて貝柱
次回予定：6月5週

はぐくみ自慢についてはWebで

東海コープ はぐくみ自慢

検索



東海コープ水産担当の思い！

家族みんなが「おいしい」と思ってもらえる水産物を、一品でも多く食卓に届けられるように取り組んでいます

「いつもの魚が食べたい」という組合員の思いを、これからも変わりに届けたいです

組合員のみなさんの「おいしいね！また買いたいね！」と、メーカーの「よりよい商品を届けたい！」の懸け橋になれるように取り組んでいます



うえの やすのり
上野泰典さん

こばやしまさひで
小林正英さん

やまもとかずひろ
山本和広さん