



## 7月号 みんなの声 harmoney

提出人数  
83人  
ご提出ありがとうございます  
ございました！

### 7月号 こぼれ話♪

朝からセミの大合唱！今年も暑くなりそうです。

7月号の表紙は、「いいモノ いいコト いいトコロ」で掲載した、「CO・OP 生ざるうどん」を使った「スタミナ肉盛りうどん」です。この商品は季節限定商品で、2食入りでお値打ちな上に、「Best Price!」や「トクだね」で、さらにお得になることもあり、編集者も夏休みの子どもの昼食によく食卓に上げました。スタミナ肉盛りうどんは暑い夏を乗り切られるよう、トッピングのにんにくとしょがが、いい味を出しています。レシピは牛肉を使っていますが、豚肉も十分おいしいです！コープあいちの総合アプリ「Wellcoop（ウェルコープ）」からレシピを見ることができるので、ぜひ作ってみてください。

12ページのコープレシピの「しらす天入り和風ポテトサラダ」、こちらは「しょうがの甘酢漬け」がポイントです。目からうろこの味付け。こちらもぜひ！！



#### 総合アプリ「Wellcoop」

ダウンロードがまだの方は「App Store」または、「Google Play」で「コープあいち」と検索。



ざるうどんのお皿が浮いたように見えるのは、青いマット（和紙です）の上にガラスの板を置いているから。青色は、人によって、海に見えたり、夜空に見えたり…★

## 特集「未来へつなぐ平和のバトン」

沖縄は美しい海など景観が素晴らしく、夏の旅行先でとても人気だが、沖縄の歴史を振り返ると、平和がどれほど尊いことかが再認識できる。観光ガイドには載ってなさそうな平和学習ができる場所が掲載されていて、とても参考になった。

（めぐみ）

戦争はとても悲しいことです。子どもを出産し、先祖から命が繋がれてきたと思うと、命の尊さをより感じるようになりました。これからも平和のバトンを未来へつないでほしいです。

（よつば）

戦争を含めた歴史についての取り組みがあることを、この誌面で知りました。修学旅行などがないと、なかなか触れることのない内容でもあるため、沖縄に行くきっかけにもなりそうで、いいなと感じました。（こひな）

私も孫ができ、未来ある世の中にしていけないといけないうようなになりました。沖縄、長崎、広島など、遺産を可能な限り見ていきたい。そして、平和を次へつなげていきたいと思いました。

（フクスケ）

青い海の美しさの裏に、沖縄戦の深い傷跡と基地の現実があることを実感しました。ガマ（沖縄戦で住民や兵士の避難場所となった自然洞窟）や、平和資料館で聞いた一つ一つの証言が胸に刺さり、同じ悲しみを二度と繰り返さない社会を、自分たちがつくる責任を強く感じました。（まりこママ）

組合員が主体となって平和を考える活動があることを初めて知りました。その中でも多くの住民が巻き込まれた沖縄を知るために、沖縄まで行き、実際の現場で見聞きすることはとても大切なことだと思いました。テレビや本だけではなかなか自分に落とし込めないのが、戦争やその背景を知るためのよいきっかけになっているのですね。なぜ戦争が起きたのか、そしてその戦争でどのようなことが起きたのかは、足を運ばないとなかなか学べないことだなと思いました。（まみい）

夏は戦争体験を間近に感じる時期です。沖縄のひめゆりの塔と平和祈念資料館へは足を運んだことがありますが、他にも戦争の跡を感じる場所があることを知りました。平和の思いを感じるために訪れてみたいです。（はるもも）

昨年末、ひとりで広島を訪れました。平和記念公園は元々公園だったわけではなく、街が崩壊しその上に造られたものだと言われ、地元の方から聞きました。「掘ればいろいろ出てきますよ」とおっしゃいました。広島にいた米国籍の捕虜の方たちも原爆で犠牲になったそうです。知らないことがたくさんあり、戦争と平和についてずっと学び続けなくてはと思いました。（つちのこ）

若い人たちが戦争を知り、さらに後世に伝える必要があります。私は戦後生まれなので直接知らないけれど、子どものころ、祖父母宅に行くと、軍服を着たご先祖を写真で見る機会があり、小さいながらもこんな過去があったんだと感じたものでした。息子も20年近く前に、コープで広島に連れて行ってもらいました。いい経験をさせたと思っています。こういう機会を絶やすことなく続けてください。（たろう）



戦争が随分昔のことで、ドラマか映画の中の出来事…と思う世代がほとんどとなる未来に、このような取り組みは大切です。各地で行われる活動が、誰かの心に響き、また次の人へ…。私はまず、あいち戦跡マップを見て訪れたい。（まゆっぺ）

## いいモノいいコトいいトコロ 「CO・OP 生ざるうどん」

小麦は毎年品質が同じとは限らず、職人技で産地をブレンドして味を調えるという記事を読み、そんな苦労があることを知りました。国産小麦100%と塩だけで作ってあるので安心です。細麺で食べやすいなあと考えていたら、2.5mm幅の細麺の真ん中にスリットを入れてあるので、食感のよさがあると知りました。そんな工夫がしてあるなんてびっくりです。ゆでる時間が短縮され、のどごしがよくておいしいです。（asibi）



うどんは冷凍に頼りがちですが、そういえば小麦の産地を見たことはありませんでした。他の食品は表示を見るのに、どうしてうどんは見えてこなかったのだろうと思いました。冷凍と違って、ゆでる手間はかかりますが、その分1回の食事を大切にしているように感じます。冷凍うどんもいいですが、インスタントラーメンみたいな気持ちで食べがちなので、今度、生の麺をていねいに食べてみたいと思いました。（みきき）

夏休みに向けて簡単に調理できるうどんはありがたいです。つくりての声にあった、シンプルなうどんに、のせる具材を変えることで飽きずに食べてもらえたらいいです。(あん)

つるつるのうどんの写真がおいしそうで食べたくなりました。ざるうどんをおいしくゆでるコツが3つありましたが、全部ダメなことばかりやっていたことに気づき(汗)、次は参考においしくゆでてみたいと思います。(ミルクプリン)

普段何気なく食べている「変わらないおいしさ」を作るために、原料や手間を惜しまない製法が貫かれていたりすることを知り、コープの品質への情熱を感じました。紹介されていた「おいしくゆでるコツ」はぜひ実践してみたいプロの知恵です。食材の魅力を最大限に生かした本格的なざるうどんを、今度の食卓でていねいにゆでて、家族と一緒においしく楽しみたいと思います。(ゆめ)



小さい子どもがいるので、国産小麦 100%使用なのは安心して食べさせられるのでうれしいです。また、子どもはおながすいたら我慢できないので、ゆで時間が短く、すぐに調理できるのも、とても助かります。(しーまま)

衣笠製麺さんの歴史、国産小麦 100%を使い、ゆでる時間を短く工夫されているということ、ゆでるコツなど、写真も含めて、読みやすかったです。かわいいキャラクターも載せてあり、よかったです。(宙)

表紙のまねをしてお昼ご飯は皿うどんにしました。前日ブタ肉のしょうが焼きをたくさん作り、ネギ、天かす、大根おろし、キュウリ、真ん中に卵黄、麺つゆかけて食べました。卵黄がよかったなあー。(ばおんとん)

この商品、私は食べたことがなかったのですが、老舗の製麺会社で作られ、国産小麦や水にこだわって、手間を惜しまず作られているということがとてもよく分かり、一度試してみたいと思える記事でした。おいしくゆでるコツも分かりやすくまとめられていて、なんとなく分かっていることも、こういった記事で再確認できるといいし、よりおいしく食べるには、こういった基本を大事にすることがやっぱり大切なのだと、あらためて思いました。(まる)

ゆで時間を6分に短縮…素晴らしいアイデアですね！コープさんの消費者のニーズを理解してくださる姿勢は本当にありがたいです。(猫のポチ)

## あいちを食べよう「篠島のしらす天(のり)」

冷凍の生しらすは一年中、常備していますが、この製品も注文して食べてみたいですね。「はんぺい」という呼び名も愛知らしくてうれしいです。(トコトコ)

篠島のしらす天はリン酸塩が添加していないことで、安心できる商品で時々購入しています。キャベツなどの野菜と炒めてかつお節を掛けて食べたり、こんがり焼いたしらす天にしょうゆをかけて食べるとおいしいです。(カズシャン)

練り物は身体にあまりよくないイメージがありますが、添加物を必要以上に使わない、こちらの商品には引かれます。時短で栄養価の高い、お魚製品を食卓に出したいと思っているので、試してみたいです。(さあママ)

以前購入させていただきました。練り物にありがちな塩辛い感じ、味が濃い感じもなく、のりの風味も感じられ、おいしくいただきました。リン酸塩を使っていないのがいいですね。そういった市販のものはとても高額なので。(ニヨロニヨロ)

私は知多半島の出身で、海が近いので小さいころから、しらすをよく食べていました。加工品もいろいろありますが、はんぺいにリン酸塩を加えないという生協の必要以上に添加物を使用しない製品作りに取り組んでおられるところに安心感を覚えます。

（NANA ちゃん）

地元の名産品であるしらすと、北海道産すけそうたらを、創業当初から変わらず杵と臼で加工して作られているとのことで興味が湧きました。外国産ではなく国産材料で作られている点、リン酸塩不使用である点が気に入ったので、子どもと一緒に食べたいです。（わたぴー）

こちらは好きで購入しております。緑色がきれいでお弁当に入れています。リン酸塩未使用とは気付きませんでした。大腸環境を気にしている夫にも安心です。コープレシピのポテサラも挑戦しますね！

（えりついでん）

はじめて「はんぺい」という言葉を聞いた。はんぺい？はんぺんじゃなくて？と思ったので、はんぺんとの違いが記事にあると親切だと思った。また、今回で「あいちを食べよう」が終了とのことなので、また復活してほしいです。毎回楽しみにしていました。（みきちゃん）

●いつも楽しく読んでいただきありがとうございます。8月号から「地産地消めぐり」という企画がスタートしました。愛知からエリアを広げ、東海エリアの商品をご案内します。お楽しみに！

## 全体について

### 表紙

夏らしい水色の表紙で、涼しげでとってもよかったです。きれいに盛り付けられたうどん、見ていておなかがすきました。家でも作ってみたいなるお写真でした。（いとちー）

### おしゃべりぽっと

おたよりコーナーに自分が投稿した文章が掲載されていて、とてもうれしかったです。自分の言葉が誌面に載っているのを見ると親しみを感じて、次回も投稿してみたいと感じました。（みかんの花）

### マイ・ラブ♡コープ

いつも楽しみにしています。なかなかコープ利用者からおすすめを聞く機会がないので、誌面での情報交流は試してみたいくなります。豆乳、ハンバーグ、ミルクプリンは、わが家でも利用しています。ちょっと珍しいものも紹介してもらえるとうれしいです。（オオママキリ）

### 商品検査センター夏のイベント

商品検査センターで夏のイベントをやってくださるのですね。夏休み期間、やっぱり子どもも、だらけがちですし、今は猛暑で外で遊ぶこともかなわないので、こういった企画は子育て世代を助けるだろうなと思います。（こまつな）

### 見て 知って 参加して

コープグループ交流会の様子が、実際の写真付きで報告されていて、地域での組合員活動が活気をもって行われていることがよく伝わりました。ただ集まるだけでなくコープの商品について深く学べる場になっている点が素晴らしいです。参加者の「雰囲気がよくて幸せな時間だった」「他グループの活動紹介が刺激になった」というリアルな声が載っていることで、読んでいる側も温かい気持ちになり、次回自分も参加してみたいと思わされました。

（つきこ）

### コープレシピ

しらす天入りポテトサラダが気になりました。ポテトサラダにはハムというのが定番で、その発想はありませんでした。のりの香りがしておいしいそうなので、チャレンジしてみたいと思いました。

（ぼんとも）

