

# リターン

Lien

2025

4

APRIL

VOL.37



今月のピックアップ商品

## 地場産フリルレタス

特集／あなたの手で環境を守ろう 捨てずにちゃんとリサイクル

あんあんニュース／「商品仕様書管理(点検)」について

写真はイメージです



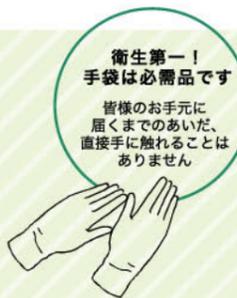
# 地場産フリルレタス



レタスがびっしり植わった棚

舟橋村にある植物工場で栽培されている「地場産フリルレタス」。シャキシャキ食感が驚くほど長く続き、みずみずしさが特徴です。商品のこだわりや植物工場での水耕栽培の様子を、北陸機材(株)スマイルリーフ スピカ事業部の澤崎さんにお伺いしました。

「安全・安心を追い求めて植物工場での栽培を始めました。衛生的な環境で育てるので、洗わなくても食べられます！」  
スマイルリーフ スピカ事業部 澤崎さん



衛生第一！手袋は必需品です  
皆様のお手元に届くまでのあいだ、直接手に触れることはありません



収穫間際のフリルレタス



工場の中で収穫作業をする皆さん



種まきは専用の器具で培養スポンジの穴に一粒ずつ植えます



フリルレタス収穫作業。不要な外葉と根を切り落とします

## 植物工場の水耕栽培から生まれた

## 無農薬のフリルレタス

「地場産フリルレタス」をひと口食べた瞬間に感じるの、その歯ごたえの良さ。噛むほどに、シャキシャキとした食感とみずみずしい野菜の甘みが楽しめます。えぐみがなく食べやすい口当たりで、お子さんにもおすすめの商品です。

そのみずみずしさは1週間冷蔵庫で保管していても続き、食感の良さが長持ちするのも特徴。さらに驚きなのは、この「地場産フリルレタス」は、洗わなくても食べられることです。

これらの特徴は、衛生的な植物工場で水耕栽培されているからこそ、生み出されている魅力です。

### 植物工場だからできること

舟橋村にあるスマイルリーフ スピカ事業部の植物工場。中を見学すると、まぶしいほどの緑が目飛び込んできます。天井付近まで高く設置された棚には苗がきれいに並べられており、その成長具合によって適切な栽培環境になるよう苗同士の距離などを調整されています。

「植物工場の一番いいところは、安定して収穫できること。種をまいた瞬間から収穫日や収穫数がわかるので、必要な数を計画的に栽培できるんです」と澤崎さん。

植物工場は室内温度や湿度がレタスにとって一番いい環境で管理されており、太陽光の代わりにLEDの光を当てて栽培されています。そのため、気候の影響を全く受けず、一年を通して安定した量が収穫できます。

「衛生面は特に気を遣っているので農薬を使わずに栽培できるんです」

作業するスタッフは必ず手袋をつけてレタスに触れているため、商品が家に届くまで一度も、直接人の手に触れることはありません。このクリーンな環境が、洗わずに食べられるという魅力につながっています。

### 安全・安心を追い求めて

実は、スマイルリーフ スピカ事業部の本社は電気設備や交通安全施設の工事を請け負う、北陸機材株式会社。

植物工場の構想がスタートした2007年ごろは、毒入り餃子事件\*などが発生し食の安全が脅かされていました。

\*2007年12月～2008年1月にかけて、中国の「天洋食品」製の冷凍餃子を食べた10人が健康被害を受けた事件。

「北陸機材は『安全・安心』を大切にして交通インフラの事業をしています。食の『安全・安心』という視点でも、何か貢献できることはないかと、植物工場に着手しました」

当時は植物工場がほとんどなく、手探りの状態でした。光源もLEDではなく蛍光灯が主流で、どの種類の蛍光灯を使えばいいのか、何時間照射すればいいのか、植物と光源の間隔はどれくらいが適正なのか、など研究に4年以上かけて栽培が始まりました。

「工場の設備を整えるにあたって、北陸機材の強みである

電気制御のノウハウを活かし、水や、液体肥料などの自動供給システムを自社で作る事ができました」

事業を跨いで「安全・安心」を追い求めて作られた「地場産フリルレタス」。洗わなくても使えるのでたつかず、サラダやサンドイッチはもちろん、お弁当に入れるのもおすすめ。シャキシャキ食感で他の食材も引き立ててくれること間違いなしです！



洗わず手軽に！  
レタス This month's Recipe  
ぎゅうぎゅうサンド

#### 【材料/1人分】

- 地場産フリルレタス…1/2パック
- スライスハム ……1枚
- 食パン (8枚切り) ……2枚
- マーガリン ……適量

- マヨネーズ ……大さじ
- 醤油 ……小さじ1/2
- 砂糖 ……小さじ1/3
- 柚子胡椒 ……小さじ1/3

#### 【作り方】

- ①地場産フリルレタスを袋から出し、根元をちぎって葉を分ける。(このレタスは水洗い不要)
- ②Aをすべて混ぜ合わせソースを作る。
- ③食パンの片面にマーガリン、②を塗る。
- ④パンにたっぷりのフリルレタスとハムをおき、挟んで完成！

スマイルコープで企画中！

シャキシャキが長持ちするからお弁当にも大活躍！！

地場産フリルレタス  
4月3日 注文番号 1026  
税抜価格188円 (税込)203円

やわらかい食感が好きな方は  
4月3日 こちらがおすすめ！  
地場産フラワーリーフ

# 捨てずにちゃんとリサイクル

## リサイクルはあなたにできる よりよい未来をつくる行動です

わたしたちの豊かな暮らしはたくさんの資源に支えられています。しかし、その資源は無限に生み出されるものではありません。石油や森林など、地球にある限られた物質や生き物を加工して、わたしたちは便利な暮らしを送っています。

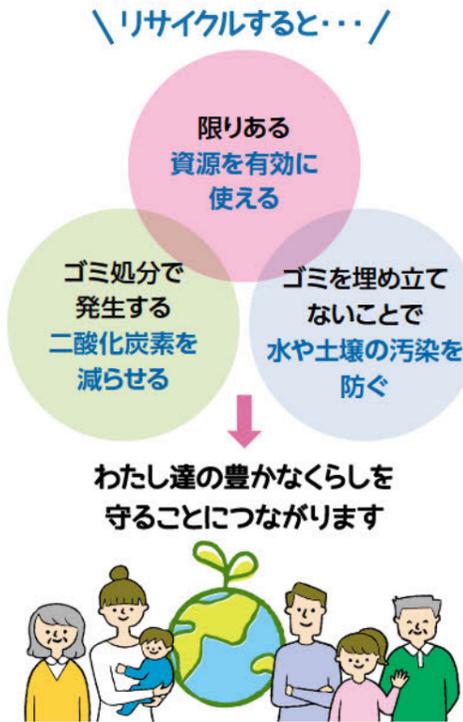
卵を割らないように運べる軽くて丈夫なプラスチックのパックや、たくさんの商品情報を一覧できる紙のカタログなど…それらを便利に使ったあと、ただ捨ててしまうのではなくリサイクルに回すことで、資源として再び活用することができ、資源の無駄遣いをできる限り抑えられます。

いつもなら何気なく捨てていたゴミをもう一度使える資源として、リサイクルに回してみませんか？

## リサイクルはSDGsの目標達成に不可欠！

「SDGs (持続可能な開発目標)」とは、世界中の人が将来にわたってこの地球で人間らしく生活し続けるために、2030年までに達成しなくてはいけない17の目標のことです。

そのうちの12番目が「つくる責任、つかう責任」。この目標の中では、ゴミの削減や再利用によって廃棄物の量を大幅に削減し、環境が汚染されることを防ごうとしています。環境汚染を防ぐことは、わたしたち自身の健康を守り、陸や海でくらす生き物の豊かさを守ることにつながり、すべての人の暮らしを守ることにつながっていきます。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



## 便利さを自分のためだけで終わらせない。「つかう責任」を考えてみよう。

わたしたちは、様々な資源を利用し、日々便利さや豊かさという恩恵を受けています。その便利さ・豊かさは、今日のわたしたちの行動で、次の世代、その次の世代にも残していくことができます。そのために大切なのが3Rです。

### 3Rとは

#### ゴミを減らす (Reduce)

使い捨て商品の使用を減らす。など

#### 再利用する (Reuse)

詰め替えできる商品を使う。など

#### 再資源化 (Recycle)

しっかり分別して回収に出す。など

### リサイクルは3Rのひとつ



3Rは簡単にできるエコ習慣です。毎日の商品選びやものを使い終わった後の処分の仕方に、3Rの考え方を取り入れてみましょう！

## とやま生協と一緒に取り組もう！

### 宅配・みなみ店でリサイクル回収を行っています

とやま生協では、資源を有効活用し持続可能な社会をつくるために、生協の事業から排出される包装容器などを回収し、あらたな製品にリサイクルしています。

毎週の配達時やみなみ店でのお買い物の際に、回収にご協力をお願いいたします。

### リサイクルに出すときのポイント

異物が混入していたり汚れていたりすると、資源としてリサイクルすることができません。分類や洗浄にご協力をお願いします。

**宅配** ……宅配で回収しているもの

**みなみ店** ……みなみ店で回収しているもの

### 生協の商品カタログ

2024年度の回収量  
**1,794t**  
(2025年1月現在)

**宅配**



【リサイクルされてできるもの】  
カタログなどの再生紙

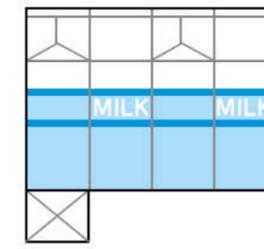
- ①カタログをまとめて二つに折ってください。
- ②配達時に担当者へお渡しいただくか、シッパー（通い箱）に入れておいてください。

- ・カタログを包んでいたビニールとは分けて出してください。
- ・紐などで縛らないでください。

### 牛乳パック・紙パック

2024年度の回収量  
**14.3t**  
(2025年1月現在)

**宅配** **みなみ店**



パックを開いて洗い、よく乾燥させてお出しください。

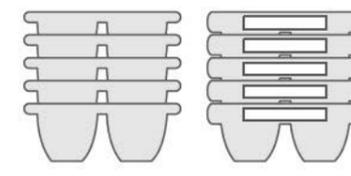
内側がアルミ（銀色）になっている紙パックは回収していません。

【リサイクルされてできるもの】  
トイレトーパーやティッシュペーパーなどの再生紙

### 卵パック

2024年度の回収量  
**4.2t**  
(2025年1月現在)

**宅配**



生協の卵パックのみ回収しています。パックは上下にわけ、別々に重ねてだしてください。

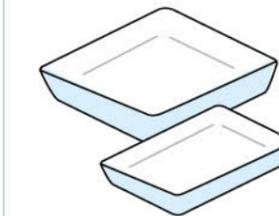
市販の卵パックとは材質が異なるため混ぜないでください。

【リサイクルされてできるもの】  
卵パック

### 食品トレイ

2024年度の回収量  
**1.5t**  
(2025年1月現在)

**宅配** **みなみ店**



プラマークのついた食品トレイを回収しています。宅配では白トレイのみ回収しています。

カップ麺や納豆のパックは回収していません。みなみ店では色付きトレイも回収しています。

【リサイクルされてできるもの】  
トレイや物流用パレット、緩衝材、建築資材などのプラスチック製品

### 通い箱の内袋・カタログの包装袋

2024年度の回収量  
**1.2t**  
(2025年1月現在)

**宅配**



袋についた名前シールははがすか切り取り、小さくたたんで出してください。

【リサイクルされてできるもの】  
トレイや物流用パレット、緩衝材、建築資材などのプラスチック製品

### ペットボトル

**みなみ店**

しっかり洗って乾かし、ラベルとキャップをとってお持ちください。キャップも回収しています。  
※宅配では回収していません。



### 廃食用油

**みなみ店**

汚れはこしとって、ペットボトルなどに入れ、みなみ店か配送センターへ直接お持ちください。  
※宅配では回収していません。



# 商品に関するすべての情報をしっかりチェック 「商品仕様書管理(点検)」について

「商品仕様書管理(点検)」は、商品を製造・お届けする上での基準をクリアしているか確認する安全確認の5つのとりくみの1つです。

- リスク予兆管理
- 商品検査
- 工場点検
- 組合員お申し出対応

今回ピックアップ  
商品仕様書  
管理(点検)

## 「商品仕様書」って何？

### 基本情報

- 商品名
- 内容量
- 賞味・消費期限
- 製造者
- 保存温度
- など

### 原材料 リスト

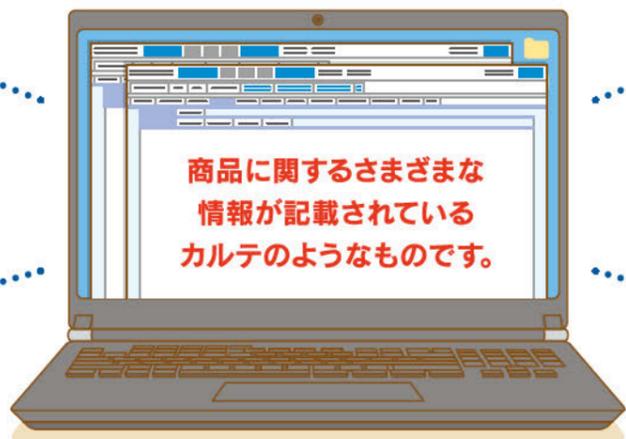
- 原材料・添加物名
- 原産国・原産地
- アレルギー物質
- など

### 製造工程

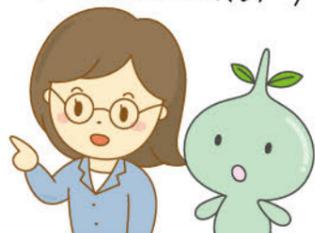
- 製造工程図
- 重量選別機・  
金属探知機などの  
機械情報
- など

### 包材表示

- 一括表示
- 栄養成分表示
- アレルギー表示
- 注意・警告表示
- など



商品仕様書はデータベース化されており、商品に問題などが発生した際は速やかにデータを抽出し組合員にお知らせすることができます。



## パッケージの表記と 比較しながら点検

※内容は一部です。

- ✓ 食品表示法などの法律が守られているか
- ✓ 商品パッケージの表記に誤りや誤解を与える表現はないか
- ✓ 食品添加物などがコープ北陸の商品取扱自主基準に適合しているか
- ✓ 商品パッケージに「アレルギー」「原材料」「食品添加物」などの記載漏れはないか

食品表示法に関する詳しい点検内容は  
こちら



点検内容に不明な点や不適切な記載があれば、取引先を通じてメーカーに確認します。

## 仕様書管理グループの方にお聞きしました！

Q1 商品仕様書はいつ点検をしているの？

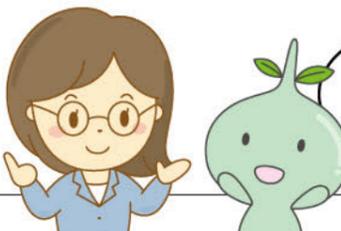
A1 コープファミリーなどでは、組合員にカタログをお届けする3ヶ月前に掲載商品が決まります。ここから新規で掲載される商品や、仕様の変更がある商品などを対象に点検が始まります。



法律やコープ北陸の商品取扱自主基準を満たしていない商品は取扱いを中止することがあります。

Q2 特に注意して点検しているところは？

A2 アレルゲン表示は人の命にかかわる大切な表示なので気をつけて確認しています。



商品仕様書をきちんと点検することで、決まりが守られた安心な商品が利用できるんだね！



商品仕様書管理については動画でも紹介しています



## あんあんクイズ

正解者の中から抽選で20名様に500ポイント進呈！

※ポイントの進呈は、とやま生協・コープいしかわ・福井県民生協の組合員が対象です。

商品仕様書の点検は組合員にカタログをお届けする何ヶ月前から始めているでしょう？

- ① 6ヶ月前
- ② 3ヶ月前
- ③ 1ヶ月前

注文用紙 >>> 6桁注文番号欄に応募番号【370200】を、注文数欄にクイズの答え(番号)を記入。

はがき >>> クイズの答え・郵便番号・住所・氏名・電話番号・ご所属の生協を明記して下記の宛て先まで。

Web >>> ホームページの応募フォームから必要事項を入力。

はがき >>> 〒920-0362 金沢市古府2丁目188番地

コープ北陸事業連合 安全政策部「あんあんクイズ」係

応募締切 2025年5月23日(金)  
(注文用紙は5月4回まで)

※お預かりした組合員個人情報は、あんあんクイズ、その他ご本人への通知で利用させていただきます。  
※当選の有無につきましては、ご利用明細の「ポイントのご案内」欄をお確かめください。

Webサイトもぜひチェックしてね♪

Webサイトでは過去の記事をはじめ、記事以外の情報や動画で詳しい内容を「いつでも」「気軽に」見ることができます。また、「あんあんクイズ」への応募も可能です。ぜひ答えてね！

サイトはこちら



お知らせ

# 春のお友達紹介キャンペーン

キャンペーン期間 2月24日(月)～5月23日(金)

ご近所の方や  
お友達をご紹介  
ください!

特典  
1

ご紹介くださった方が生協に加入されると、「ご紹介いただいた組合員」に**1,000ポイント**、「ご加入された方」に**500ポイント**をプレゼントします。

※お友達・お知り合いの方が新規で加入となった場合のみ

特典  
2

生協にご加入いただいた方に**お試しサンプルセット**をプレゼント!  
新規で生協にご加入いただき、「個人宅配」か「グループ宅配」をご利用いただいた方へのプレゼントです。

新規加入者の方には  
さらにポイントゲットのチャンス!

eフレンズ登録でもれなく**500ポイント**プレゼント!  
とやま生協公式LINEを友だち登録すると**抽選で250名に300ポイント**をプレゼント!

お友達紹介は コールセンター ☎0120-555-192 まで 受付時間/月～金曜日 8:30～19:30

## とやま生協職員の「身だしなみ基準」を見直しました!

お互いの個性を認め、多様性を尊重し合える環境をつくることでより働きやすい職場づくりにつなげるため、「身だしなみ基準」を見直しました。(2025年4月1日より)

見直しの  
ポイント

髪色



アクセサリ



マニキュア



これからも組合員・利用者の皆さまが安心して利用できるよう思いやりの心をもって、「笑顔」と「ありがとう」を届けます! 皆様のご理解をお願いいたします。

## 氷見市社会福祉協議会・日本生活協同組合連合会に 災害支援金を贈呈しました



2024年10月より組合員に協力を呼びかけてお寄せいただいた「能登半島地震及び能登豪雨災害支援募金」の中から、氷見市社会福祉協議会と日本生活協同組合連合会へ災害支援金を贈呈しました。

氷見市社会福祉協議会への災害支援金 100万円

「氷見市災害ボランティア・支えあいセンター」が取り組む「災害ボランティア活動」と「被災者支援活動」の円滑な実施に役立てていただくため、2月13日に贈呈しました。

日本生活協同組合連合会への災害支援募金 500万円

石川県への義援金として被災者へ届けられるほか、コープ被災地支援センターの取組み(ボランティアセンターへの支援派遣)、被災地支援に取り組む中間支援団体等への支援金としてご活用いただくため、3月7日に贈呈しました。



氷見市社会福祉協議会 高木義則会長(左)と、とやま生協 寺岡理事長(右)。2月13日の贈呈の様子。

## お母さん・お父さんへ 感謝を込めてギフトを贈ろう

ご注文受付期間 4月7日(月)～4月27日(日)

※宅配での注文書受付は4月25日(金)まで

お届け期間 ●母の日 5月8日(木)～5月11日(日)

●父の日 6月12(木)～6月15日(日)

お得な早割は4月18日(金)まで

※WEBでのご注文なら4月27日(日)まで

詳しくは3月31日(月)から配布のチラシをご確認ください。



## 新店舗ニュース



2025年秋、富山市経堂に  
新しいお店がオープンします!

### 新店舗の起工式を行いました

2月20日(木)、富山市経堂の新店舗建設予定地で起工式を行いました。式には新庄校下自治振興会長様や、経堂町内会長様をはじめ、とやま生協の役職員、工事関係者35名が参列しました。

寺岡理事長は式の挨拶の中で「とやま生協では『住み慣れた地域で、安心して元気に暮らし続けられる地域社会』を創るため、宅配を中心に配食や福祉の事業を行っています。この新しい大型店を起点に、さらに地域の皆さんのお役に立てることを目指します。また、食の分野でお役立ちだけでなく、2階に設けるキッズスペースや組合員活動が行えるスペースなどもご活用いただき、地域がより元気になるよう準備を進めてまいります」と述べました。



新店舗の最新情報は  
ホームページで公開中!

店内イメージ動画や「新店舗NEWS」のバックナンバーがチェックできるほか、各売り場の見どころも紹介していきます!



新店舗特設  
ページ

新店舗は「確かな品質かつ豊富な品揃え」で「楽しい買い物体験」と「地域に感動、安心」を提供します!をコンセプトに、何度でも来たくなるお店を目指し、開店の準備を進めていきます。

## みなみ店のお知らせ

とやま生協 3周年記念!

ポイント3倍セール

4月  
24日  
木

4月  
25日  
金

4月  
26日  
土

期間中、コープ商品や産直野菜・果物、鮮魚などを大奉仕!!



4月26日(土)

3周年記念イベント!

店頭で豚汁・おにぎり・コロッケ・福袋などを販売します!



とやま生協公式LINEアカウントを友だち登録すると、みなみ店のチラシをすぐご覧いただけます。

みなみ店で使える5%OFFクーポンも毎月配信!

組合員活動情報

コープでくみかつ

募集&報告

活動の参加申し込みは  
コールセンター ☎0120-555-192 (受付時間 月～金曜日 8:30～19:30)  
または申し込みフォームから [組合員活動参加申し込みフォーム](#) →



募集

全体 稲作体験プロジェクト登録者募集!

田植えから稲刈りまでの体験を通してお米が育つ過程を学ぶ食育企画です。家族で食べ物や食べることの大切さを考え、生産者との交流を楽しみましょう!  
※登録制のため、原則田植えと稲刈りの両方に参加していただきます。

会場/上梅沢(滑川市)  
日時/5月25日(日) 10:00～12:00  
生産者/上梅沢有機米研究会  
定員/親子15組40名程度  
参加費/田植え/1家族1,000円  
稲刈り/1家族1,000円



※田植え・稲刈りともに上梅沢有機米3合が つきます。

申込締切/5月4日(日)

申し込みはこちら →



詳しくは4/14(月)から配布のチラシをご覧ください。

募集

全体 ピースアクション in ヒロシマ 参加者募集



広島県生協連・長崎県生協連と日本生協連は、被爆体験の継承や核兵器のない世界への思いを共有する場として、毎年「ピースアクションinヒロシマ・ナガサキ」を開催しています。とやま生協では、8月4日(月)～5日(火)の日程で、被爆・戦後80年のピースアクションの広島会場に参加する組合員親子を募集します。

開催日/8月4日(月)～8月5日(火)

対象者/組合員の親子3組程度(小学高学年～中学生)

4月14日(月)から配布するチラシで詳細をご確認のうえ、ご応募ください。

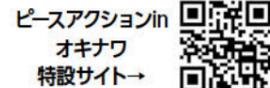


原爆ドームを見つめる参加者(2024年度)

ピースアクションinオキナワの学習動画を見よう!

第二次世界大戦末期に日本で唯一の地上戦となった沖縄戦の実相と、現在の沖縄が抱える基地問題について考えてみませんか?

特設サイトでは、3月26日～28日に開催された「ピースアクションinオキナワ」の様子や、沖縄戦跡・基地めぐりガイドなどの学習動画を見て学ぶことができます。ぜひご覧ください。



ピースアクションin  
オキナワ  
特設サイト →

募集

全体 リーディングサービス ボランティア募集

リーディングサービスとは?

とやま生協では、視覚障がいのある組合員さんで、ご自身でカタログを見て注文するのが難しい方へ、組合員ボランティアが読み上げた商品案内「コープファミリー」「スマイルコープ」の音声CDを毎週お届けする取り組みを行っています。通称「リーディングサービス」といいます。

現在33名の組合員がカタログの読み上げボランティアとして活動し、14名の組合員が利用しています。

月1回2時間程度、自宅でできるボランティアです。

(カタログの指定された箇所の商品名や注文番号などを読み上げ、ICレコーダーで録音します)

読み上げのボランティアをやってみたい、詳しく知りたいという方は…

お問合せ 組織ネットワーク部 組合員活動支援グループ まで  
☎076-443-8806 (受付時間 月～金曜日/9:00～18:00)



その他のくみかつ情報

参加申し込みされた方には事前に連絡を差し上げます。連絡がない場合はお問い合わせください。



能登半島地震復興支援ボランティア  
2025年度の登録募集中



とやま生協では、2024年1月の能登半島地震、9月の能登豪雨災害の被災地を継続的に支援し続けられるよう、ボランティアバスの運行を行っています。2025年度は、能登半島地震、豪雨災害の被災地である石川県能登地方、能登半島地震で県内でも大きな被害があった氷見市での活動を予定しています。ぜひ「能登半島地震復興支援ボランティア」にご登録をお願いいたします。登録された方には、とやま生協がボランティアを実施する際にメールでご案内をお送りします。



2月22日(土)、組合員と役員、計18人が参加し、氷見市で解体が決まったお宅の片づけ作業をお手伝いしました。(写真は当日の作業の様子)

活動を行う当日は、配送センター(富山か西部)に集合しバスで現地へ向かいます。

活動内容などの  
詳細、ご登録は  
ホームページから▶



ボランティアに  
参加した方の声

一人では絶対出来ないと思ったし、大勢で臨めば人数以上の力が出る気がしました。まだまだボランティアを必要とされている方はたくさんいらっしゃると思いますし、一步一步少しずつでも復興に向かって進んで行けばいいと思いました。機会があればまた参加したいと思います。

報告

全体

「福島の今を知る 報告・学習会」を開催しました



開催日 3月8日(土)  
会場 ポルファートとやま  
参加者 48人

東日本大震災・東京電力福島第一原発の事故で大きな被害が発生した福島県の現状について学び、今後の支援のあり方を考える機会として、「福島の今を知る報告・学習会」を開催しました。

みやぎ生協・コープふくしまの穴戸さんの「震災・原発被害から14年、ふくしまの今」と題した講演では、原発事故から14年が経過し、避難者が当時の17%まで減っていること、しかし、帰還したのは高齢者ばかりで、依然として被災地が苦しい状況にあることを報告していただきました。原発の廃炉作業も遅々として進んでいないことをあげ、今後も、福島で起きた問題を日本全体の問題としてともに考えていくため、このような学習会で理解を深めることを大切にしたいと述べられました。



みやぎ生協・コープふくしまの穴戸義広さん

福島県相馬郡飯館村の語り部 佐藤美喜子さん、佐々木千栄子さんからは、事故当時や避難生活が始まった当時のこと、村へ帰還した現在の状況をお話しいただきました。

長期の避難生活は家族や地域の人々の関係をばらばらにし、村へ戻った方々も以前のような気の置けない関係には戻れず孤独を感じているそうです。

実際に被災地に戻って生活している方の声から、まだまだ震災・原発事故の影響は強く残っていることがわかりました。



ツアーの報告を真剣に聞く参加者の様子

その後、昨年7月に行われた福島復興視察交流ツアーに参加された組合員から報告があり、当日の様子を写真とともに紹介していただき、そのときに感じたことを語っていただきました。

とやま生協は、被災された方々の「忘れないで」という想いを受け止め、これからも福島に寄り添い続けます。

詳しい報告は  
こちら▶



# 福祉のへや

とやま生協の福祉事業理念

あなたの想いに寄り添います

とやま生協では、誰もが安心して住み続けられる地域社会を創るため、福祉事業に取り組んでいます。



## 施設紹介

## とやま生協 デイサービスセンターまる～な

### 子どもからお年寄りまで、いろいろな人が共生できる「富山型デイサービス」

富山市開発にある「とやま生協 デイサービスセンターまる～な」(以下「まる～な」)は、子どもからお年寄りまで、障がいや認知症の有無にかかわらず利用できる富山型デイサービスの福祉施設。富山型デイサービスのよいところは、**いろいろな人が自然に共生することで、お互いが元気になる**ところです。

「まる～な」には4歳から100歳までの利用者さんがおり、年配の方がゆっくりおやつを食べていたり、若い方がアニメを見ながら歌っていたりと、利用者さんが思い思いにすごしています。年齢や体の状態もさまざまな利用者さんが一緒にすごすため、利用者さんの困りごとさまざまなですが、それに寄り添う職員と利用者さんの距離も近く、いつも笑い声がたえない明るい施設です。



幅広い年齢の利用者さんが一緒に楽しむことで活気が生まれています。



利用者さんと職員も仲良し！

子どもの利用者さんがいる日はほかの利用者さんの表情も明るく、まる～なの中が和やかな雰囲気になります。



利用者さんの希望を叶えるお出かけ企画。「行きたいところ」に行くことができると、利用者さんもうっすら笑顔になります。



おやつも楽しみながらみんなで作ることで、食べる意欲がわき会話がはずみます。

### 利用者さんの「自分で決める」を大切に

「まる～な」では、いろいろな場面で利用者さんの細かな要望を取り入れています。

入浴の時間、食事や体操の内容などは、利用者さんのご都合や好み、身体の状態に合わせています。毎日のレクリエーションは、利用者さんにアンケートをとり、やってみたいことや食べたいもの、行きたいところの希望をきいて職員がゲームやお出かけを企画。

これは、**職員が主体になって利用者さんのお世話をするのではなく、利用者さんに「自分で自分のことを決めてもらうため」**です。

お風呂に入る、ごはんを食べるといった日常の行為も、「やりたい」と思ったことをやることで、「自分で決める力」や「やってみたい」という意欲をもってもらうことができます。

### 「かゆいところに手が届く」がまる～なの寄り添い方

障がいの有無、介護度などの違いから、「まる～な」の利用者さんが抱えている困りごとはさまざま。そのため「まる～な」では、利用者さん一人ひとりの状況や気持ちに応えることを大切にしています。例えば「家の中の邪魔なものを移動してほしい」など、ご自宅の環境をちょっと整えてほしいという要望にも応えています。

施設での過ごし方だけでなく、利用者さんが困っていることややりたいことに丁寧に寄り添い、「自分らしい暮らし」を続けられるようにすることが、福祉事業理念の「あなたの想いに寄り添います」であると考えています。

とやま生協  
デイサービスセンターまる～な  
富山市開発 223 ☎076-429-3256

組合員のご家族は無料で福祉施設のお試し利用ができます。詳しくはお電話でお問合せください。

デイサービスセンターまる～な ホームページ



ご相談はお気軽に 介護に関するご相談をいつでも承っております。施設までお気軽にお電話ください。

ボランティア募集中 お出かけの付き添いやレクリエーションの出し物などをしてくださるボランティアを募集しています！

## みんなの声を聞かせて!

いただいたご質問にお答えします

Q

バターやマーガリン、牛乳は冷凍できますか?



### A バターのみ、冷凍することができます

【バター】

バターは冷凍することができます。使いやすい分量に小分けにして、ラップなどで包んで冷凍すると便利です。なお、冷凍した場合でも長期の保存はせず、早めに食べきるようにしましょう。

【マーガリン】

マーガリン類は冷凍に向きません。水分が多いため、解凍時に油分が分離したり、離水したりして、味や食感が変わる場合があります。

【牛乳】

牛乳を凍らせると、水分が氷の結晶となり、乳脂肪や乳たんぱく質が凝集・凝縮します。このため、解凍すると分離したようになり、味わいが変わったりすることがあります。元の状態には戻らないため、冷凍はおすすめできません。

### バターの冷凍方法

1 小分けしたバターをラップで空気が入らないように包む。



2 さらにアルミホイルで包み、冷凍用保存袋に入れ冷凍する。



使う時は必要な分を冷蔵庫に移して解凍します。

## 1月度リサイクル回収

種別	商品カタログ	通い箱の内袋・注文書袋(ポリ袋)	牛乳パック	卵パック	食品トレイ(白のみ)
回収量	125t 回収率 55%	1.1t 回収率 19%	1.2t	1.3t (10~12月分)	152kg

※回収率は商品カタログと通い箱の内袋・注文書袋のみの集約となります

商品が入っていたポリ袋は小さくたたんで出してください

## 理事会だより

《第10回》開催日/2025年2月26日(水)

### 承認・協議・確認事項

- 2024年度1月度の事業・活動及び経営報告の件
  - 1月度の全事業合計は14億6,234万円(計画比98%)でした。
  - 能登半島地震復興支援ボランティアは、1月末までに103人の方にご登録いただきました。
- 新店舗職員用駐車場用地取得の件
  - 新店舗の職員用駐車場用地取得について提案があり、全員賛成で可決されました。



## 事業報告 2025年1月現在

組合員数/140,020人 出資金/92億7,496万円

●全事業合計 145億4,471万円(計画比98%)

### 事業分野別実績

宅配事業	生活支援事業	福祉事業
134億143万円 (計画比98%)	3億9,917万円 (計画比99%)	4億1,291万円 (計画比97%)
共済事業	店舗事業	太陽光発電事業
1億1,986万円 (計画比99%)	2億515万円 (計画比106%)	617万円 (計画比99%)

# おたよりでつながる リアンのひろば

## テーマトーク

### 「卒業・入学のエピソード」

● 県外の大学に進学した娘の入学式を終え富山に戻る列車の中で、寂しいと号泣を続けた夫には驚きました。母である私は、一人分の家事が減ると笑みが止まりませんでした。



● 人見知りがなく、すくすく育った息子は小学校の入学式でなんと来賓の挨拶に返答し始めるという前代未聞の行動に出ました。元気に「うん!」と返事し始め、くすくすざわざわ…恥ずかしくて保護者席で小さくなっていました。中1の現在は「そんなことせん!」と言っています。笑

● 長男が中学生時代ひどい反抗期でした。ところが、希望の県立高校の入学式の翌日、玄関で私に「いってきます」と自ら言ってくれました。反抗期が急に終わった瞬間でした。嬉しくて涙がでました。入学式の翌日の忘れられない出来事です。

● 入園のエピソードです。次男の入園式。保育園に行くと言ったジャングルジムがあり、息子があつという間に上っていき、名前を呼ばれてジャングルジムの上から返事をしたという思い出があります。それ以来、保育園では要注意人物として保育士さんから常に所在を確認されていました。今では3人の良きパパです。

● 私が入学・卒業した小学校に来年入学する息子。あの頃と同じ場所、同じ角度で写真を撮りたいと思ってます! そして、当時担任だった先生が今母校の校長先生をされてるので、来年入学式の時息子と3人で一緒に撮れたらいいな!

● 中学の卒業式、今みたいに携帯を持たなかったのでインスタカメラで友達と写真を撮りあっていました。後日、現像すると途中から私ではなく、違う友達がメインに!! どうやら、どこかのタイミングでカメラが入れ替わっていました… (笑)。後日現像したものを交換しました。今では考えられない懐かしい思い出です。



## フリートーク

● 弟の結婚式があり、我が家の子もたちをリングボーイとリングガールに任命。大役が果たせるか不安な半面、ドレスを着たい娘と親戚に会えるのを楽しみにしてる息子、ハラハラドキドキの楽しい1日にしたいです。

● 4歳の娘が料理のお手伝いをしたり、一緒に野菜を切ったり、混ぜたりと頑張ってくれています。その分時間はかかりますが(笑)、おいしいね〜と言いながら食べる姿に作ってよかったな、と思っています。

● 実家の母親が最近、鶏を飼いはじめました。『えー鶏?』と思っていたのですが、存外可愛がっているらしく写真も送られて来るようになり、アクリルキーホルダーと名刺を作って送ってあげると『追加注文良いですか!?』と連絡が来ました(笑) 会えば愚痴ばかりだった母ですが、今では『推し(鶏)』の話ばかりです。今後も推しと一緒に元気に過ごして欲しいです!

● 孫にインターネットで搭乗券やホテルの手配してもらい、長年の希望だった「札幌雪まつり」に行くことができました。孫がおばあちゃん孝行してくれた感謝の2人旅でした。

リアン  
バックナンバーは  
こちらから

## 我が家の推し商品

# これいいね! NICE

みなさまから寄せられたおすすめの商品をご紹介します!  
「美味しい!」「簡単!」「便利!」がいっぱい!  
あなたも試してみたいでしょうか。



### 若鶏のチーズ串カツ

● 急にお弁当が必要になったとき、ちょっと夕食が物足りないときの救世主です。これがあれば子どもたちは満足するので、冷凍庫に常備してあります。



### 滋賀の青ねぎ

● 毎週必ずと言っていいほど注文します。少しずつ小口切りにしておくと、何かと便利です。納豆の薬味、味噌汁、チャーハンの具、玉子焼き、麺類の薬味などなど。新鮮で、味がいいねぎです。



### 味付太もずく

● 味付け太もずくがマイブームです。市販のものより味がマイルドで、何より固形物の割合が多いです。娘が買っていたのを試食して以来、毎週のように購入しています。



### 白あえベース

● お手軽だしとっても美味しいです。時間がない時は、ひじきのドライパックを混ぜるだけですぐに食べられます! 冷蔵庫には欠かせない商品です。



### ハチパンの焼きぎょうざ

● いつも購入しています。小ぶりで2歳と6歳の子どもたちにはちょうど食べやすい大きさです。



### カカオ好きのためのファミリーチョコレート(カカオ70%)

● いろんな一口チョコレートを食べてきましたが、これが一番美味しいです。ちょうどいい甘さで、口溶けも程よく、大好きです。



### 国産さつまいもの天ぷら

● 国産さつまいもの天ぷらを初めて購入。レンチンするだけで揚げたてを再現できるとはありがたい限り。ウスターソースをかけると休日の昼食にサイコーですよ。



### 生からつくった大きな手造りあじフライ

● 「生からつくった大きな手造りアジフライ」がおすすめです! アジがふわふわで今まで食べた冷凍アジフライの中で1番美味しいです。家族からもよくリクエストされるので冷凍庫に必ずストックしています!



お便りの投稿・クイズの  
応募は16Pのおたより  
カードまたはWEBで



お便り募集!!

忙しい毎日、あなたを癒し、  
元気にしてくれるものについて  
教えてください!

募集テーマ  
「癒しの○○」

フリートーク、我が家の推し商品情報、レシピ、イラスト  
や写真の投稿もお待ちしております。

掲載者にはコープ商品を  
プレゼント!

※投稿は内容を変えない程度に修正する場合があります。おたより、レシピはとやま生協のSNSでも紹介する場合があります。  
※写真・イラストは返却いたしません。



4月号のクイズ正解者の中から抽選で20名に  
コープ商品をプレゼント!

問題 ゴミを減らす、再利用する、再資源化のこと  
○ R  
締め切り 4月18日(金)

2月号 クイズの答え

答え | 砺波市

応募総数558通、正解者数556通でした。  
当選者の発表は景品の発送をもってかえさせていただきます。  
※プレゼントは3/31(月)~4/4(金)の週にお届けしています。

# とやま生活の商品を使って作る レッツクッキング

魚津市 ローズマリーさん 投稿レシピ 調理時間 20分 1人分 243kcal

レシピ監修/管理栄養士 大畑 洋子 (有限会社 食のコンサルタントブーク)

ポリ袋で楽しくカンタンに!

## 子どもと一緒に作る「鶏チリ」風

- 材 料** (分量/2人分)
- 鶏むね肉(皮なし) …… 1/2枚(約150g)
  - 酒 …… 大さじ1/2
  - しょうゆ …… 小さじ2
  - おろし生姜 …… 小さじ1/2
  - おろしにんにく …… 小さじ1/4
  - 片栗粉 …… 大さじ1
  - エリンギ …… 1/2パック(約50g)
  - 玉ねぎ(みじん切り) …… 小1/2個(約80g)
  - サラダ油 …… 大さじ1
  - トマトケチャップ …… 大さじ2
  - 酒 …… 大さじ1/2
  - オイスターソース …… 小さじ1
  - はちみつ …… 大さじ1

- 作り方**
- 1 Aをポリ袋に入れて混ぜ合わせる。
  - 2 鶏むね肉にフォークで穴をあけ、1cm幅位のそぎ切りにする。
  - 3 2をポリ袋に入れてもみこみ、片栗粉を入れて袋をフリフリしてまぶす。
  - 4 フライパンにサラダ油を熱し、鶏むね肉を両面こんがり焼く。
  - 5 焼いている間にエリンギをスライスし、鶏むね肉が入っていた袋に入れ、フリフリして味をなじませる。
  - 6 肉がきつね色になったらフライパンの片方に寄せて、みじん切りにした玉ねぎ、5のエリンギを入れ、蓋をして4~5分加熱する。
  - 7 全部に火が通ったら、合わせたBを加えて混ぜる。



秋川若鶏むね肉

POINT!! はちみつの代わりに砂糖大さじ1/2でもOK

肉の下処理やエリンギの味付けはポリ袋を使うので、小さなお子様でもお手伝いできます



普段ご家庭で作っているカンタンレシピを大募集中! 採用された方にはコープ商品をプレゼント! 分量も適当でOK!!

✂キリトリ

2025 4 VOL.37 APRIL

# リターン おたよりカード

WEBでのクイズ・おたより投稿はこちらから



広報グループ行

組合員コード	よかった・面白かったと思うコーナーに3つまで☑をつけてください
組合員名	<input type="checkbox"/> 今月のピックアップ商品 <input type="checkbox"/> 特集「捨てずにちゃんとリサイクル」 <input type="checkbox"/> あんあんニュース <input type="checkbox"/> 8~9P お知らせ <input type="checkbox"/> 10~11P イベントインフォメーション <input type="checkbox"/> 福祉のへや <input type="checkbox"/> みんなの声を聞かせて! <input type="checkbox"/> リサイクル・理事会・事業報告 <input type="checkbox"/> リアンのひろば <input type="checkbox"/> これいいね! <input type="checkbox"/> レッツクッキング
ペンネーム	おたより記入欄
年代(○をつける)	<input type="checkbox"/> テーマトーク「癒しの○○」 <input type="checkbox"/> フリートーク <input type="checkbox"/> おすすめ商品 <input type="checkbox"/> レシピ投稿
電話番号	
在住市町村名	
15Pのクイズの答え	
このカードであんあんクイズには応募できません。	

切り取って提出してください。 ※ペンネームの記入がない場合は苗字を掲載します。

お預かりした個人情報、機関誌リターンに関連する業務にのみ使用します。

