

一人は万人のために 万人は一人のために

まようどう 2 2025

食品添加物の役割と安全性

エリア掲示板

地域の楽しい情報がいっぱい!

コピーカードと出かけよう!

横尾忠則現代美術館

つながる! コープこうべ商品
兵庫県産
なま
一年生かき

つながる! コープこうべ商品



「きょうどう」とは…組合員の“協同”の力で暮らしを
拓く変わらない生協の理念を表しています

きょうどう

CONTENTS 2025 2

- 01 つながる！ コープこうべ商品
兵庫県産一年生かき
 - 07 エリア掲示板
地域の楽しい情報がいっぱい！
 - 17 インフォメーション
 - 19 ニュース
 - 21 食品添加物の役割と安全性
 - 23 コーピーのクイズ道場
 - 24 みんなのひろば
- 裏表紙 コーピーカードと出かけよう！
横尾忠則現代美術館

コープこうべの現況(12月末現在)

組合員数	172万5284人
出資金	360億1511万円
1人当たりの出資額	2万875円
宅配訪問軒数	48万4065軒

マイバッグ持参率(12月度) **90.0%**

コープこうべ ホームページ

コープこうべ 検索



- ※コープこうべは組合員の出資金で運営しています。ご加入のうえご利用ください
- ※本紙の募集記事などに寄せられた個人情報は、それぞれの目的のみに使用させていただきます
- ※本紙の表示価格は、消費税込みの総額を記載しています
- ※使用している食器などの小物は撮影スタジオの備品です。お問い合わせはご遠慮ください

コープこうべへのご意見・お問い合わせは

くらしの情報センター

コープこうべ ご意見お問い合わせ 検索



固定・公衆電話からは

無料 0120-44-3100

携帯・IP電話からは

☎ 0570-09-2100 もしくは
☎ 06-7636-2000 (いずれも有料)

(年中無休、火～土8時半～19時、日・月8時半～18時)
※音声ガイドに従って該当する番号を選んでください



このマークは
コープこうべ商品のマークです

コープこうべの組合員の声をもとに
開発したコープこうべのオリジナル商
品です。

産地やメーカーと協力しながら生鮮
品や総菜を中心に、たくさんの「いいね」
「おいしいね」をつくり続けています。

コープ商品について コープこうべが大切にしていること

1. 組合員の声に寄り添って
2. 安全と安心を大切に
3. 確かな品質と利用しやすい価格で
4. 持続可能な社会やくらしのために
5. 生産者・組合員・職員がつながり、
みんなで育てる

つながる！ コープこうべ商品

50年以上にわたって親しまれているコープこうべのオリジナル商品。時代は変わっても、組合員と共により良いものをつくり上げるという姿勢は、変わることなく受け継がれています。これからも組合員の声を大切に、暮らしを見つめながら、コープ商品は次代への進化を続けていきます。

今月ご紹介するのは
なま
兵庫県産一年生かき



一年生かきの特長

かきの成育には通常2年～3年かかりますが、川から豊かな栄養が流れこむ播磨灘では成長が早く、1年で身が大きく成長します。そのため、苦味が少ないうえ、身がやわらかくて縮みにくいのが特長。別名「海のミルク」と呼ばれるかきは、グリコーゲン、タウリン、亜鉛などの栄養分を豊富に含んでいます。

かきが出回るのは11月ごろからですが、最もおいしいのは2月～3月。たくさんの栄養をとり、大きく成長したかきをぜひご賞味ください。



株式会社マルト水産
大阪営業所

主任 村井 洋太さん

「兵庫県産 一年生かき」の こだわり



エサが豊富な播磨灘で育って

瀬戸内海東部の海域・播磨灘には、「名水百選」にも選ばれた千種川と、そうめんの産地で有名な揖保川の2つの清流が流れ込んでいます。上流には「氷ノ山後山那岐山国定公園」もあり、ブナやナラなどの広葉樹の原生林が広がっています。豊かな栄養は、川の流れによって山から海へ。栄養を逃がさない相生湾の地形と潮流により、かきのエサである植物プランクトンが豊富に育つため、1年がかきの身が大きく成長します。

きれいな沖合の海でゆったりと

一つひとつのかきにエサがいきわたるよう、筏と筏の間隔を十分に取り、過密養殖をしないようにしています。また、毎年かきの出荷が終わる時期には海底をきれいに掃除して、次期に備えます。



写真撮影：大下 知己(P.2の★、P.3)

徹底した品質管理

水揚げ後は、生産者の加工場で一つひとつ丁寧に身を取り出します。その後、マルト水産の工場へ。加工後も産地と生産者が追跡できるように必要な情報を管理しています。滅菌消毒した海水できれいに洗ったかきをパック詰めし、金属検出機を通した後、出荷されます。



使い分けて安全においしく

「生食用」として流通する生かきは、食品衛生法に基づき、指定された海域で採取され、細菌数の規格基準などを満たしたもののだけ。「加熱用」は、どんなに新鮮であっても生で食べると食中毒のリスクがありますので、必ずしっかり加熱しましょう。

宅配ではコープこうべ商品の「兵庫県産一年生かき」を取り扱っていませんが、一番おいしい時期のかきを蒸した後に急速冷凍した「冷凍蒸しかき」などの商品をご利用いただけます。

かきを使ったレシピ

コープクッキング

検索



かきフライ 和風タルタルソース



カラッと揚げたかきと

しば漬けの相性が抜群

エネルギー400kcal／食塩相当量1.7g(1人分の推定値)

材料(4人分)

生かき……………2パック
小麦粉……………大さじ2
〈A〉
たまご……………1コ
牛乳……………大さじ2
小麦粉……………大さじ2

パン粉……………1カップ
揚げ油……………適量
サラダ菜……………1/2株
レモン(くし形)……………1/2個

〈B〉
ゆで卵……………1コ
らっきょう(小粒) ……7個～8個
しば漬け……………15g
大葉……………5枚
マヨネーズ……………大さじ4
塩……………少々
こしょう……………少々

作り方

- ① かきは洗い、ザルにあげて水気を切る
- ② 〈A〉のたまごを牛乳で溶き、小麦粉を混ぜる
- ③ ①に小麦粉をまぶし、②・パン粉の順につけ、中温の油で揚げる。
小さなかきは2個～3個まとめて衣をつけて揚げる
- ④ 〈B〉をみじん切りにして、マヨネーズ・塩・こしょうを混ぜ合わせて和風タルタルソースを作る
- ⑤ ③・サラダ菜・レモンを皿に盛り付け、④を添える

かきの土手鍋

焦げ目のついたみそと

にんにくの風味が食欲をそそる

エネルギー280kcal/
食塩相当量5.8g(1人分の推定値)

材料(4人分)

かき……………2パック
焼き豆腐……………1丁
白ねぎ……………2本
きくな……………1束
こんにゃく……………1枚

〈A〉

みそ……………150g
すりごま……………大さじ4
にんにく(すりおろし)……………1かけ
水……………5カップ
カットだし昆布……………1枚

作り方

- ① かきは手早く洗って水気を切る。焼き豆腐は厚さ2cmのひと口大に、白ねぎは斜め切り、きくなは4cm～5cmにちぎる。こんにゃくは厚さ5mmの短冊に切る
- ② ボウルに〈A〉を入れ、練り合わせる
- ③ ②を土鍋のふちに土手のように塗りつける
- ④ ③の土鍋に水と昆布を加え、煮立ったら①を入れ、みそを崩しながら食べる

かきご飯

エネルギー330kcal/
食塩相当量1.4g(全量あたりの推定値)

材料(4人分)

蒸しかき……………200g
青ねぎ(小口切り)……………3本
〈A〉
しょうゆ……………大さじ1と1/2
みりん……………大さじ1
酒……………大さじ2
塩……………ひとつまみ
しょうが(細切り)……………1かけ
米……………2合
〈A〉の煮汁+水……………400ml

作り方

- ① 鍋に〈A〉を煮立て、かきを加えサッと煮て、かきと煮汁は分けておく
- ② 米は①の煮汁と水(合計400ml)を加えて炊く
- ③ ②にかきを入れて、さっくりと混ぜ、青ねぎを散らす

かきのうまみを

たっぷり味わう

- 蒸しかきは、芯まで火が通っているので、解凍してすぐ食べることができます
- かきをご飯に加えたら、混ぜすぎないようにしましょう

かきをおいしく 食べるポイント

おいしいかきの見分け方

殻付きの場合

丸みがあり、しっかりとした厚み、幅の広い殻を選びましょう。

大きな殻のかきは、栄養をしっかり蓄えて、味も濃厚です。

むき身の場合

身が厚くて、色は薄い色よりもクリーム色に近い方が栄養を多く吸収しています。

ハリのある形のものを選びましょう。

洗い方

かきの工場では、滅菌消毒した海水できれいに洗い、パック詰めをしていますので、ご家庭では洗わずそのまま使うことができます。気になる方は、流水にやさしくサツとくぐらせて。洗うと黒い汁が出てきますが、これは汚れではなく、かきの外側にある黒い部分が溶けているだけなのでご安心を。

組合員ライターのひとつ

かきの洗い方や加熱用、生食用の違いのことなどを聞いて驚くことが多かったです。蒸しかきを使った「かきご飯」は、いつもよりも大変おいしくできました。
(高野 充子)

ありがとう さようなら

食品工場の百年〈11〉

六甲アイランド食品工場は2025年3月末で稼働終了します。コープこうべの前身・灘購買組合がしょうゆの醸造を始めてから約100年。これまで支えてくださった皆さんに感謝するとともに、こだわりの商品を生み出してきた工場の歴史を振り返ります。

2003年(平成15年) 食品廃棄物処理設備が稼働

2003年当時、六甲アイランド食品工場では毎日20t以上発生する廃棄物の約67%をリサイクルしていました。この取り組みをさらに進めるため、農林水産省の「食品リサイクルモデル緊急整備事業」の補助を受け、12月に廃棄物処理設備が稼働。廃棄物・排水汚泥の発酵によるメタンガスを利用した発電や、おからを乾燥させて飼料にすることが可能に。リサイクル率は約96%に向上し、廃棄物処理の経費を従来の約10分の1に減らすことができました。



メタン発酵設備(2003年) ※現在は発電していません

商品の情報はホームページで

食品工場で製造していた商品のうち、ご利用の多かったものについては、日本生協連との共同開発商品として、信頼できるメーカーに製造を委託します。詳しくはホームページをご覧ください。

コープこうべ商品情報

検索



製造終了予定



共同開発商品

募集 風を切れ! 平和を語れ! 広島平和サイクリングの旅

【出発日】2025年3月26日(水)

【スケジュール】3月26日(水)~27日(木)1泊2日

1	新大阪駅=新神戸駅=広島駅…広島電鉄広島駅+++袋町駅…ホテル…広島市平和記念公園レストハウス(サイクリングピースツアー)…広島の宿相生(昼食)…ハチドリ舎…広島平和記念資料館…お好み村(夕食)…ホテル(泊)
2	ホテル…広島市平和記念公園(または本川小学校)…爆心地…旧日本銀行広島支店…袋町小学校…袋町バス停→広島駅=福山駅(昼食)→横尾駅…ホロコースト記念館…横尾駅→福山駅=新神戸駅=新大阪駅

注1)見学先の都合などにより見学中止・変更になる場合があります

注2) =新幹線 -JR在来線 +++広島電鉄 …自転車 →バス

●宿泊:ホテル法華クラブ広島 ●食事:朝1、昼2、夕1

●添乗員:添乗員は同行しません(コープこうべ職員が同行)

【対象】中学1年生~高校3年生
(このツアーに参加したことがない方)

参加条件

①3月15日(土)事前学習会、4月2日(水)事後報告会への参加②平和活動への協力③写真の広報活用(ホームページや広報紙など)の承諾

【募集人員】8名(応募多数の場合は学年やお住まいのエリアのバランスを考慮して決定)

【最少催行人員】4名

旅行代金

5,000円

(食事代、施設入場料、サイクリング代、保険料など)

※宿泊費などは「平和のキャンパ」から助成

※自宅と集合・解散場所間の交通費は自己負担

応募方法

ホームページから

コープこうべ イベントひろば 検索



または郵送で、①200字程度の作文「あなたにとって『平和』とは」②〒住所③名前(フリガナ)④性別⑤年齢(学年)⑥電話番号を、下記「応募先」へ(2月25日(火)必着。全員に結果を送付)

応募先・イベント企画・問い合わせ

コープこうべ地域活動推進部「広島サイクリング」係
〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19
☎078-856-1105(月~金10時~17時)

旅行企画・実施

神姫観光株式会社 神戸支店
観光庁長官登録旅行業第2108号
〒651-2274 神戸市西区竹の台1-407-2
☎078-939-2090(月~金10時~17時、祝日を除く)
※参加決定後、詳しい旅行条件書をお渡しいたします
すので事前にご確認のうえ、お申し込みください

「住所不明組合員の自由脱退手続き」 に関するお知らせ

「住所不明組合員の自由脱退手続きに関する規程」に基づき、手続きを行います。次の①②のいずれにも当てはまる方を「みなし脱退対象者」とさせていただきます。

①通常総代会後に送付した「出資金のお知らせ」が3年連続して宛先不明で返却され、登録された電話番号などで連絡が取れない場合

②2022年4月1日~2024年12月31日の間に利用高登録がなく、かつ出資金の増額や減額、または住所・氏名変更がされていない場合

該当すると思われる方は、至急下記までご連絡ください。2025年3月末日までにご本人からの連絡がなく、実在が確認できないときは、定款第10条第2項「脱退の予告があったもの」とみなし、自由脱退の手続きをさせていただきます。

問い合わせ

くらしの情報センター(1ページ参照)

※音声ガイダンスに従って「9番(店舗・その他)」を選んでください

募集 神戸市ファミリー・サポート・センター 協力会員講習会

神戸市ファミリー・サポート・センターでは、市内にお住まいの「子育ての応援をしてほしい人」(依頼会員)と「子育ての応援をしたい人」(協力会員)をつないでいます。2日間の講習を受講して、子どもの預かりや送迎などの活動を行う協力会員になりませんか。参加費は無料です。

(この事業は神戸市からコープこうべが受託しています)

【とき】3月5日(水)、6日(木)10時~16時半

【ところ】神戸市立総合福祉センター
(JR神戸駅徒歩7分)

【定員】20人(申込順)

※2月10日(月)受け付け開始

申し込み

神戸市ファミリー・サポート・センター

神戸市ファミサポ

検索



☎078-414-3081(月~金9時~17時、祝日を除く)



やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

募集 第23回ユニセフのつどい 教育と平和で子どもたちに明るい未来を

元ユニセフ教育専門官・岡本啓史さんの講演会やワークショップ、おまきちまきさんの歌、フェアトレード商品の販売などもあります。参加費無料。



| **と き** | 3月1日(土) 11時半～16時
| **と ころ** | 生活文化センター(JR住吉駅徒歩8分)
| **定 員** | 200人(申込順)
| **申し込み** |

兵庫県ユニセフ協会ホームページから

兵庫県ユニセフ協会 イベント



| **主催・問い合わせ** |

兵庫県ユニセフ協会
☎078-435-1605(月～金10時～16時)

募集 コープの森・^{しゃげごうやま} 家郷山 木こり体験 伐って作る!

| **と き** | 3月20日(木・祝) 10時～12時
| **と ころ** | コープの森・家郷山
(西宮市越水)



| **内 容** | 間伐体験、森の学習など
| **対 象** | 小学生を含む家族
| **定 員** | 30人程度(申し込み多数の場合は抽選)
| **参加費** | 1人300円(3歳以下は無料)
| **応募方法** | 右のQRコード®から
| **締め切り** | 2月28日(金)
| **問い合わせ** | (有)KuseO^{フェ}Farm(事務局:久世)
☎070-9098-2398(9時～17時)



コープこうべ商品のトイレットペーパーが 日本生協連コープ商品にリニューアル

持ち帰りやすい4ロール入りで、芯の形状や長さが分かりやすいパッケージになります。引き続きご利用ください(3月下旬ごろから変更予定)。



現状(コープこうべ商品) 6ロール入り	変更後(日本生協連コープ商品) 4ロール入り
エコスリムコアノンロール ・シングル(180m, 130m) ・ダブル(65m)	芯なしロール細穴 ・シングル(180m, 130m) ・ダブル(65m)
ワンタッチエコロール ・シングル(150m, 130m) ・ダブル(55m)	芯なしロール太穴 ・シングル(180m, 130m) ・ダブル(65m)

募集 (公財)PHD協会 アジアからの研修生のホストファミリー

教育や日本手話などを学ぶアジアからの研修生のホストファミリーになりませんか。規定の食費と滞在費、医療費、交通費などはPHD協会が負担します。詳しくはお問い合わせください。

| **期 間** | 4月中旬～2026年3月中旬(短期間のみ)の受け入れについてもご相談ください)
| **研修生** | ネパール: 女性(23歳)、男性(28歳)
ミャンマー: 女性(36歳)
※ネパールの2人は聴覚障がいがあります
| **対 象** | 各線新長田駅または西代駅(神戸市長田区)から公共交通機関で1時間以内の地域にお住まいの方
※短期間の場合、兵庫県内全域の方が対象

| **締め切り** | 2月28日(金)
| **申し込み** | (公財)PHD協会
☎078-414-7750(月～金10時～17時)
Eメール info@phd-kobe.org

『きょうどう』はホームページでもご覧いただけます

コープこうべメディア



2月～3月の刃物とぎ

堺 ■

4 火 ■ めふ	18 火 ■ 西神南
5 水 ■ 渦森台	19 水 ■ 蛭池
6 木	20 木
7 金	21 金 ■ 西宮東
8 土 ■ 六甲	22 土
9 日 ■ 六甲	23 日
10 月	24 月
11 火	25 火 ■ 園田
12 水 ■ 篠原	26 水
13 木	27 木
14 金 ■ 武庫之荘	28 金 ■ 吹田
15 土 ■ 苦楽園	1 土 ■ 中山台
16 日 ■ 高砂	2 日 ■ 相生
17 月 ■ 甲南	3 月 ■ 桜塚

※諸事情により中止・変更する場合があります。詳しくは各店舗にお問い合わせください

自然豊かなエコファームで 旬の野菜を収穫

11月30日と12月1・7・8日、コープこうべグループの直営農場「エコファーム」（三木市）で、だいこんとかぶの収穫体験が行われ、親子連れなど延べ160組が参加。最終日には、子どもが楽しめるスーパーボールすくいや、コープこうべの保育園「どんぐりっこ」調理師「みよこ先生」考案のレシピによる「エコファーム試食会」もありました。

青々とした葉に覆われた畑では、「抜けないよー」と言うお子さんをお父さんが応援したり、お母さんが「折れないように優しくね」と声をかけたり。立派に育っただいこんやかぶが抜けると「やったー!」と子どもたちの歓声が上がっていました。神戸市灘区から訪れた家族連れは「初めての参加でしたが、楽しかったです」と話し、「次の収穫体験はいつですか?」とスタッフに尋ねていました。



とれたての
だいこんを抱えて
「重たいよー」



三世代で収穫を楽しみました

日本被団協のノーベル平和賞受賞にあたり 日本生協連が談話を発表

日本生協連は、日本原水爆被害者団体協議会（日本被団協）のノーベル平和賞受賞に伴い、以下の談話を発表しました。コープこうべも、未来に続く平和の実現に向けて、組合員と共に取り組んでいきます。

【談話】

私たち生活協同組合は、日本被団協のノーベル平和賞の受賞に、心からお祝いを申し上げます。

被爆者の皆様の、筆舌に尽くしがたい被爆体験を継承する活動、日本国内また国連や世界各地での地道な活動にあらためて心からの敬意を表します。

生活協同組合は、「平和とよりよい生活のために」をスローガンに掲げ、戦争も核兵器もない世界を目指し、様々な活動に取り組んでできました。中でも日本被団協とは、NPT再検討会議など国際会議への代表派遣や国連での原爆展の開催、ヒバクシャ国際署名など、市民社会からの声を国際社会に届けるための様々な活動において協働してまいりました。

この度の日本被団協のノーベル平和賞受賞は私たちにとっても、嬉しい出来事であるとともに、被爆者の皆様と私たちが掲げてきた願いに対し、今日の国際社会が危機的な状況であることを強く感じるものでもあります。

あらためて世界の指導者に対し、核兵器廃絶と世界各地での戦闘行為の即刻停止を強く呼びかけます。

ユニセフ国際理解講座 取材映像で知る戦火のウクライナ

12月7日、兵庫県ユニセフ協会主催の国際理解講座「戦火の子どもと女性を見つめて～取材映像で伝えるウクライナ～」が神戸市教育会館で開催され、80人が参加。ロシアによるウクライナへの軍事侵攻が始まって以降、繰り返しウクライナを訪れているジャーナリスト・玉本英子さんが、現地の様子を伝えました。

取材映像とともに、アニメやダンスなどの趣味を支えとする若者、オンライン授業や避難シェルターのある学校で学ぶ子どもたちなど、戦時下の日常を紹介。また、爆撃で犠牲となった妊婦の家族へのインタビューなどを通して「戦争は一度始めると簡単には止められず、犠牲になるのは力なき人々。他国の出来事と考えず、同じ時代に生きる人々に心を寄せることが大切」と語りました。映像の終盤、玉本さんが現地の小学生に「今、欲しいもの」を質問。「ミサイルが飛んで来ない平和な空」という切実な回答に、参加した複数の小・中学生が「自分と同じ年代の子が、物ではなく平和な空が欲しい言う状況にショックを受けました」と話していました。



ウクライナ南部のオデーサを拠点に
取材を重ねる玉本さん

ぶらす
読売テレビ『ええこと+』で
コープこうべの「ええこと」発信中!

『ええこと+』は、コープこうべの商品情報やイベントなどを紹介する番組。タレントの中村優菜さんが、くらしに「ええこと」をプラスするさまざまな情報をお伝えします。見逃し配信もしていますので、ぜひご覧ください。

- 放送チャンネル: 10チャンネル
- 放送時間: 金曜日11時25分~11時半
(毎月最終金曜日を除く)
- YouTubeの見逃し配信はこちらから▶



収録の様子



- コープこうべアプリの「ルーム」からもご覧いただけます



賞味期限内なのに 食品が傷むことはある?

加工食品には原則として「賞味期限」「消費期限」のどちらかが表示されています。食品の情報を正確に把握している製造業者などが、科学的・合理的の根拠に基づき設定している期限です。

ただし、これらの期限はあくまで**未開封の状態**で、**表示された保存方法通りに保存した場合の期限**。一度開封してしまうと食品の状態が変化しますので、期限内であっても早めに食べ切りましょう。

※品質の劣化が極めて少ない加工食品(アイスクリーム、砂糖、塩など)は、期限が表示されていない場合もあります



商品検査センターのホームページに掲載している「商品なるほどシート」では、商品に関する組合員の疑問の声にお答えしています。その中から一部をご紹介します!





商品検査センターのホームページには、このほかにも食の安全の基礎知識など、さまざまな情報を掲載。広報誌『Hakaru(はかる)』もご覧いただけます。

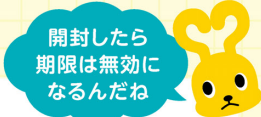


コープこうべ 商品検査センター [検索](#)

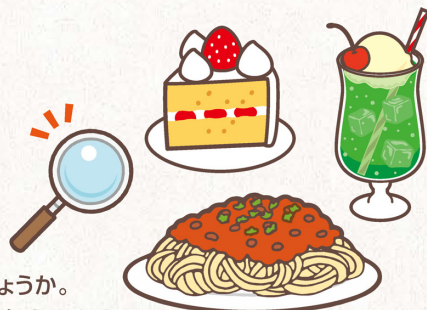
豆知識

「賞味期限」と「消費期限」の違い

	賞味期限	消費期限
意味	おいしく食べることができる期限 この期限を過ぎても、すぐに食べられなくなるわけではありません	安全に食べることができる期限 この期限を過ぎたら、食べることはおすすめできません
表示方法	「年月日」で表示(製造日から3カ月を超える場合は「年月」のみの表示も可能)	「年月日」で表示
主な対象食品	比較的傷みにくい食品 (スナック菓子、缶詰など) 	品質の劣化が急激に進む食品 (弁当、サンドイッチなど) 



食品添加物の 役割と安全性



「食品添加物」に何となく不安なイメージを持つ方も多いのではないのでしょうか。今回は、食品添加物の役割や安全性、コープこうべの取り組みについてお伝えします。

何のために使うの？

食品添加物は、食品の加工や保存の目的で使われるものです。甘味料、着色料、保存料、増粘剤、豆腐用凝固剤、栄養強化剤など、用途はさまざま。健康に影響を及ぼさないよう、科学的根拠に基づき、国が定めたルールに従って使われています。

食品添加物の一例

豆腐用凝固剤

豆乳を固めて
豆腐を作るために必要



保存料、防かび剤など

保存性を高める



着色料、甘味料、香料など

風味や見た目を
良くする



国が安全性を確認したものだけが使用可能

食品添加物については「この量までなら一生の間、毎日食べ続けても健康に影響しない」という量(ADI:一日摂取許容量)を国の機関である「食品安全委員会」が調べています。その後、実際に食べる量がADIを十分に下回るよう、食品添加物を使うことができる食品や使用量などの基準を国が定めてから、ようやく使用が認められます。これらのルールが守られるよう管理するのも国の役割です。

製造者が食品添加物を使うのは、それぞれの目的に応じて必要な量だけ。食品添加物の摂取量はADIを大きく下回っていることが、国の調査で確認されています。

また、消費者・事業者・行政機関などの関係者が食品添加物のリスクについて意見交換する機会を設けて、理解を深めています。

みんなが
理解できるように
話し合っているんだね



全国の生協の取り組み

1999年から2000年にかけて、全国の生協は「食品衛生法の改正と充実強化を求める請願署名」に取り組みました。集まった署名数は、コープこうべで約210万人、全国の生協を合わせて約1400万人。この署名が大きな役割を果たし、2003年に「食品安全基本法」が制定されました。そこに明記されたのは「国民の健康の保護が最も重要」という基本理念。食品添加物などのリスク評価・リスク管理を含め、国の食品安全行政は大きく前進しました。



コープこうべの食品添加物自主使用基準

コープこうべや全国の生協は「食品添加物自主使用基準」を設けて管理しています。国の食品安全の取り組みを踏まえ、2013年に自主基準を改定しました。現在の自主基準は下記の通りです。

基本的な考え方

1. 食品添加物使用については、食品安全基本法のもとに適正な管理が行われています。
2. 食品安全委員会によるリスク評価、厚生労働省などによるリスク管理をもとにつつ、日本生協連と共に自主使用基準を定め、食品添加物の使用を管理します。
3. 最新の科学的知見の情報収集に努めるとともに、リスクコミュニケーションを推進し社会全体の食品の安全・安心づくりに貢献することをめざします。

管理する食品添加物

「日本生協連食品添加物研究会」のリスク評価に基づき、下記2つの分類の食品添加物を管理しています。コープこうべで取り扱う全ての食品に適用します(医薬品・医薬部外品は除く)。

不使用添加物(10品目)

当面、不使用とすべきと評価された添加物。原則としてコープこうべで取り扱う全ての食品に使用しないこととします。

【一例】

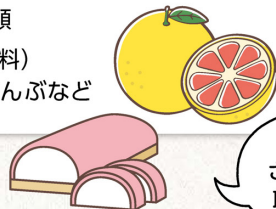
- 臭素酸カリウム(小麦粉処理剤)
- 食用赤色104号(着色料)

使用制限添加物(42品目)

適正な管理をすれば、リスクの低減を図れると評価された添加物。使用目的、使用量、対象食品などを確認し、必要性・有用性を検討したうえで取り扱いの可否を判断します。

【一例】

- オルトフェニルフェノール(防かび剤) ※簡略名:OPP
使用例:輸入かんきつ類
- 食用赤色106号(着色料)
使用例:かまぼこ、桜でんぶなど



適正に管理
されていれば
取り扱いOK

※コープこうべの食品添加物自主使用基準について詳しくはホームページをご覧ください

コープこうべ 食品添加物自主使用基準

検索



輸入かんきつ類の取り扱いに関するお知らせ

防かび剤不使用の輸入かんきつ類(グレープフルーツ、オレンジなど)については、近年の気候変動による収量減などにより産地が減少し、商品の調達が難しくなっています。現状、コープこうべで取り扱っている輸入かんきつ類は、防かび剤不使用の商品のみのため、取り扱い時期や品目数が非常に限られてきました。そこで店舗では、従来の品ぞろえに加えて、防かび剤を使用した輸入かんきつ類の取り扱いを2025年春ごろから予定しています。商品をしっかり選ぶよう、防かび剤の使用について正確に分かりやすく表示しますので、ご理解くださいますようお願いいたします。

食品添加物の役割と安全性について、動画でも解説しています。ぜひご覧ください。



解説動画は
こちら!



コープのクイズ道場



難易度は
初級・中級・
上級だよ!

正解者の中から抽選で
コープ商品券1,000円を
(各問20人) 40人に

問一

5種類のチョコレートを天秤に乗せて重さを比べたよ。
3番目に重いのはどれかな? 記号で答えてね。

初級



- A :
- B :
- C :
- D :
- E :

答え

問二

□にリストの文字を入れて言葉を完成させよう。
残った文字を並べ替えてできる言葉は何かな?

中級

- ① □□オニ□ (ある分野の開拓者、先駆者)
- ② オニ□□ (梅干しや鮭、昆布など好きな具材を入れて食べよう)
- ③ オ□ニ□□ (映画などで、複数の独立した作品を集め、一つの作品にまとめたもの)
- ④ オ□ニ□□□□ (京都を中心に起こった室町時代最大の内乱)
- ⑤ □オ□ニ (和製英語でチークともいう化粧品)

春は
すぐそこ!



リスト

バ・ホ・ラ・グ・ン・パ・ス・ア・ン・ウ
イ・ギ・ス・ベ・ム・イ・ウ・ノ・リ

答え

応募方法

どちらか1問だけでもOK

- パソコン、スマートフォンからは、専用の応募フォームでご応募ください
- ハガキの場合は、クイズの答え、『きょうどう』の感想、〒住所、名前、年齢、あれば電話番号を記入してご応募ください
※感想は一言でも結構です。
どんな感想でもご遠慮なく



きょうどう 応募 検索

■あて先 〒658-8555 (郵便番号と宛名のみで届きます)
コープこうべ『きょうどう』クイズ道場係

■締め切り 3月3日(月) 消印有効

※当選者の発表は商品券の発送をもってかえさせていただきます

1月号の答え

問一

ナナクサガユ

問二

⑥ 群馬県



マ	ダ	シ	ト	オ	カ	ル	タ	ハ
コ	メ	フ	ク	チ	ヤ	ナ	ネ	ン
ノ	ゴ	ゾ	ノ	モ	キ	ツ	ント	
ズ	ト	マ	キ	ユ	キ	メ	デン	
カ	サ	エ	メ	カ	シ	ク	キ	キ
メ	マ	ロ	ク	ニ	マ	ユ	エ	リ
ガ	ニ	ウ	ゾ	コ	チ	モ	リ	ク
ゲ	ア	コ	タ	カ	ド	マ	ツ	ネ
イ	ワ	ク	ナ	ロ	ク	ブ	ク	フ

12月号のクイズは解答総数5,376のうち、正解は5,178でした。

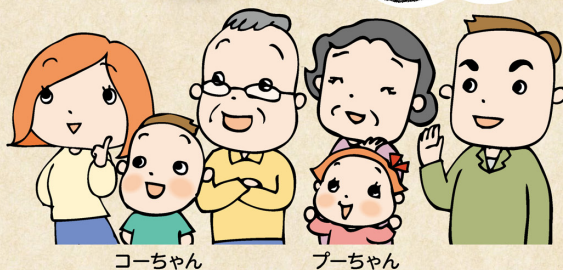
みんなのひろば

みなさんからの
お便りを
コープちゃん
一家が紹介!

今月のテーマ

ハトハト

あれこれ気をもんで、体力をすり減らし…
みなさん、本当にお疲れさまです



コーちゃん

プーちゃん

大仕事をやり終えて

サボテンを育てています。7年も植え替えていない大株が35鉢あり、少しずつ植え替えをしてきました。サボテンの魅力である立派なトゲも、自分の手も傷めないよう、気を配りながらの作業で10日もかかりました。今は心身ともにハトハトです。

(神戸市垂水区・きんしゃち・76歳)



いっぱいサボテン、見てみたい!

さて何を作ろうか

最近、家事、特に食事の支度に疲れます。12歳年上の夫は偏食がひどく、ソース味や中華料理、ハンバーグなどの洋食が食べられません。ラーメンも食べません。コミュニケーションも取りづらく…、ハトハトです!

(神戸市兵庫区・ししまる・80歳)



毎日がんばってるんですもの、気晴らしも大切にしてくださいね

半世紀前の借りを…

1970年に開催された大阪万博。見物しに2台の車で出発したものの、途中ではぐれてしまいました。携帯電話のない時代、お互い探し回って、結局何も見られず、ハトハトに疲れただけの思い出が…。今回、リベンジなるか(笑)。

(姫路市・りおママ・61歳)



今度こそじっくり堪能できることを願っておるぞ

愛しい相棒だもの

ペットが高齢となり毎日、点滴に通っています。フルタイム勤務を終え、夕方ギリギリに動物病院に駆け込む日々。弱っていくペットを見る辛さと、忙しい辛さと、お金が出ていく辛さとでハトハトですが、できる限りのことをしてあげたいので、がんばります。

(尼崎市・マロンちゃん・58歳)



すごくかわいがってるんだね。ペットもうれしいだろうな

毎日がバトル!?

9カ月の娘の“後追い”と17歳の息子の“反抗期”との戦いで、毎日ハトハトです。そんなとき大助かりなのが、コープさんの乳幼児食シリーズ「きらきらステップ」。特に「3種の国産野菜としらすのおかゆ」は娘がパクパク食べてくれるので時短にもなるし、育児の最強の味方です。

(明石市・かん1205・45歳)



子育て、お疲れさまです。便利なコープ商品を活用して乗り切りましょ

こっちの身にもなって

毎年冬に、とあるスポーツ大会の運営を担っています。予算組みから開催の準備、当日の進行まで。なのに、いちいち口を挟まれ、決定事項に対してもしつこく長文のメールが来る始末。終われば、また苦情も…。

(箕面市・とうもろこし関・62歳)



何かと気苦労の多い役割。さあ、ストレス発散といきましょう!

投稿募集 みんなのひろば

- 「テーマ投稿」失敗は成功のもと
最初はうまくいかなかったけど、粘り強く続けて結果を出した、失敗が自己成長になったなど、身近にあった出来事を教えてください

Present!

掲載された方には
コープ商品券1,000円分
をさしあげます

3月3日(月) 必着

あて先は
P.26へ

*原文は短くする場合があります



開催を心待ちに…

夏に子どもたちと協同学苑のカルチャー教室に参加しました。親子で料理をする楽しい経験ができ、数十年前、子どもだった私と母も同じように教室に参加したことを思い出して懐かしくなりました。カルチャー教室が閉鎖されるのはとっても残念ですが、また単発などでコープさんのイベントに参加できたらいいなと思っています。

(小野市・るるママ・39歳)



子どものころに親子で参加して、自分が親になってまた我が子が参加なんてステキだわ～

善意のランドセル

事情があって、1年半ほどしか使わなかった次女のランドセル。もったいないので児童福祉施設に電話をかけると「貰いたい」と言われ、家まで取りにきてくれました。ついでに未使用の文具品も中に入れておきました。今も使ってくれていると良いなあと思っています。次女からも「良い事をしたね」と賛同してもらいました。

(西宮市・ヴィッセルファン・60歳)



大切に使ったランドセルは、また大事に受け継がれているわよ

ニャンとも大変！

飼い猫にボロボロにされた壁紙をリメイクシートで補修しました。寸法を間違える、角はずれる、コンセントに苦戦、何より猫たちに邪魔されながらなんとか貼り替えられましたが、いかんせん手が足りない。最終的には足を駆使して、一日中作業するハメに…。今度は日数を分けます。

(三木市・来世タコ希望・32歳)



足まで使って作業するとは、まさに「猫の手も借りたい」心境じゃ

温め注意？！

「コピーのクイズ道場」の問題を解くために騒々しい我が家から逃れて喫茶店に入りました。頭の中がクイズでいっぱいだったので、店員さんの「何になさいますか？」の問いかけに「ホットコピー」と言ってしまうしました。恥ずかしかったです。

(西宮市・なおぶく・45歳)



お風呂上がりで湯気が出ているコピーを想像しちゃった

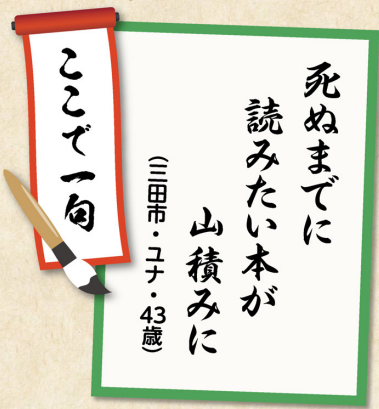
ヘアスタイルはキープ

小雨の日のこと。車の中から外を見ると、傘をささずに横断歩道を渡っている女性がいました。さらによく見てみると、頭にシャワーキャップを被っておられました。なるほど、そういう使い方もあるのね。

(西宮市・オリーブ姫・71歳)



視線が気になるけど、これなら髪をぬらさずに自転車にも乗れるわね♪



これぞ本当の「積ん読」じゃな

私も一言

本命はズッキーニ？

11月号に載っていた「秋野菜のラタトゥイユ」。根菜ばかりのレシピをラタトゥイユ好きな次男に見せ、「作って見ない？」と誘うと断られてしまいました。次男いわく、「ラタトゥイユはズッキーニとパプリカが入っているから良いんだ」と。味付けじゃなくてズッキーニが好きだったのね。

(芦屋市・ゆきこ・42歳)



ぜひズッキーニとパプリカも入れて作ってみて！

私も一言

シンプル・イズ・ベスト！

「みんなのひろば」で、みなさんが紹介してくださっているCO・OP商品を試してみるのが楽しみです。今回は、ひね酢。キュウリとあえておつまみに。「あてに最高！」主人は気に入ったようで、自分で買ってきて作るようになりました。

(明石市・ゆきこ・64歳)



私も簡単に作れるレパートリーを増やし中です

お気に入り♡

CO-OP 熟成バターロール

切り込みを入れてから軽く温めて、マーガリンを落とす、この一辺倒です。製造元が変わったと知り、早速食べてみると…うん、おいしい。安心しました。



(神戸市須磨区・アシタバ・75歳)



おいしさが引き継がれて良かったわ。ふわっとやわらかいのよね

お気に入り♡

CO-OP フローズンヨーグルト



ヨーグルトほど酸っぱくなく、アイスクリームほど甘くない。まさにヨーグルトとアイスクリームの“良いとこ取り”で、味と食感が絶妙です。

(神戸市西区・ヒデリ・56歳)



プーちゃんも大好きなの～！お風呂上がりに食べてもおいしいよ♡

投稿募集

みんなのひろば

身近にあった面白いネタやあなたの体験談を大募集

- 「テーマ投稿」「失敗は成功のもと」エピソード **詳しくはP.24**
- 「自由投稿」ふと思ったこと、気になること…。喜怒哀楽、自由にどうぞ！
- 「お気に入りコープ商品」理由も教えてください。アレンジレシピも歓迎！
- 「私も一言」お便りへの感想など ●「ここで一句」五・七・五にホンネを込めて

新企画 「私の1.17」阪神・淡路大震災当時のエピソードや今後への備えなど
※投稿はいずれのテーマでもOK。

ハガキ・FAXの場合は、〒住所、名前、ペンネーム、年齢、連絡先(電話番号・FAX番号・Eメールアドレスのいずれか)を記入してご応募ください

Present!

掲載された方には
コープ商品券1,000円分をさしあげます

■あて先 〒658-8555

コープこうべ「きょうどう」ひろば係
(郵便番号と宛名のみで届きます)

FAX: 078-856-1239

パソコン、スマートフォンからは、専用の応募フォームでご応募ください。

きょうどう 応募

検索



3月3日(月) 必着

※原文は短くする場合があります

コピーカード
と出かけよう!

神戸市灘区 「ヨコオワールド」をさまざまな切り口で

横尾忠則現代美術館



4階にある
人気のフオトスポット
「目玉廊下」!



建築家・村野藤吾氏の設計による兵庫県立美術館王子分館の西館をリニューアルし、2012年に開館。斬新な舞台芸術のポスターで注目され、現在は画家として世界的な活躍を続ける横尾忠則氏の魅力を伝える美術館です。常設展はなく、企画展を年3回開催。横尾氏と学芸員が共に考えた展示によって、来場者に新たな驚きと楽しさを与えてくれます。現在開催中の企画展は「横尾忠則の人生スゴロク展」。すぐろくの要領で遊ぶように作品に親しめます。1階のオープンスタジオ(無料)で同時開催の「Yokoo 1995—阪神・淡路大震災30年」では、当時の復興支援活動を紹介するポスターなどを展示中。また、かつて横尾氏が暮らした青谷地域の風景が窓の外から鏡に映り込む空間「キュミラズム・トゥ・アオタニ」もおすすめです。

- 住 所 神戸市灘区原田通3-8-30
- 電話番号 078-855-5607
- 開館時間 10時～18時
(入場は17時半まで)
- 休 館 日 月曜日(祝休日の場合は翌平日)、
年末年始、展示替え期間

コピーカードまたは
組合員証でお得

団体割引料金に

※1家族につき2人まで ※高校生以下無料



コピーカード(アプリも可)
またはコープこうべの
組合員証のご提示で、人気施設に
割引料金で入場いただけます。
※他の割引は併用できません



コピーカードと出かけよう

検索