

COOP-JOSO News Letter

2020年12月3回号 発行:常総生協広報G



2020年度活動テーマ「JOSO食材でかんたん・うちごはん ～食卓から笑顔あふれる未来へ～」

もうすぐ師走 年末年始の準備。年末の準備は計画的に！ 12月の供給スケジュールのお知らせ！！

2020年 年末年始供給スケジュール

月	企画回	日	月	火	水	木	金	土	
12月	2回	6	7	8	9	10	11	12	
		休	12月4回・5回カタログ配布						休
	3回	13	14	15	16	17	18	19	
		休	12月4回・5回注文書2週分提出						休
	4回	20	21	22	23	24	25	26	
		休	1月1回分提出						休
	5回	27	28	29	30	31	1	2	
		12月5回特別供給			生協お休みです				
	1月	1回	1月3日	4	5	6	7	8	9
			休	通常供給					

今年の年末年始の特別供給は12月5回の1回のみ！！12月5回は年末商材（お正月関連）と年始商品（通常商品）が合わさった特別号となります。是非お見逃しなく！！



【年末の変則スケジュール供給】

- 12月4回 クリスマス特集（通常供給です）
12/21（月）～25（金）の5日間
- おせち&通常商品（12/5回）
12/27（日）～29（火）の3日間

【年始の配達】

- 1月1回 1/4（月）～1/8（金）※年始は通常通り、月～金の配達・1月2回提出です！
- マイセット登録商品に関して
12月5回・1月1回の供給時にお届けできない商品もあります。12月5回・1月1回の注文用紙のマイセット・予約商品欄に掲載してお知らせします。ご確認ください。
- 予約商品（野菜セット、お米、鈴木牧場牛乳など）に関して
予約登録した際にお渡ししているスケジュール通りの供給になります。予めご確認ください。お手元にスケジュールがない場合は供給担当、もしくは生協本部（0297-48-4911）までご連絡ください。
- 前日OK商品、ふるさと便・・・12月5回は受付しておりません。ご了承ください。

12月3回はクリスマス特集！今年は“おうち”で絶品フライドチキン♪

今年のクリスマスは、つくば茜鶏を使って“おうち”で「フライドチキン」を作ってみませんか？職員で実際に調理してみました♪

【準備するもの】

- 11** つくば茜鶏骨付きモモ1本(320~360g) 又は 175つくば茜鶏モモ(300g)
338 マリオさんのペッパー黒
621 薄力粉

■材料

つくば茜鶏…300g~360g

漬け込み液

- 卵…1個
- 牛乳…60ml
- 黒こしょう…5g
- 砂糖…15g
- 醤油…30g
- オリーブ油…5g
- にんにく(すりおろし)…5g
- しょうが(すりおろし)…5g
- 小麦粉又は薄力粉…70g

揚げる時の衣

- 小麦粉…適量
- 黒こしょう…10g



《作り方》

- ①鶏肉を30分程度蒸す→そのまま余熱が通るまで冷ます(①の工程は省いても作れますが、おすすめです)
- ②ボウルに「漬け込み液」の材料を全て入れ、よく混ぜます。
- ③②に鶏肉を1時間くらい漬け込む(どうしても時間がなければ、鶏肉に絡めるだけでもOK!)
- ④衣を全体にまんべんなくつけて、180℃の油で揚げれば出来上がり。

調理担当：横関からの“ワンポイント”アドバイス♪

出来立てをすぐに食べるのも美味しいですが、揚げた後にクッキングシートで包んで少し置いておくと余熱で衣がしっとりして、ひと味違った仕上がりになります。小さいお子さん用には、衣の黒こしょうを省いて作ればOKです。

写真はモモ肉ですが、茜鶏の骨付きモモを使えば更にクリスマス感がUPしてパーティーメニューにもピッタリです♪今年のクリスマスは手作りのメインディッシュで楽しい『おうち時間』をご家族で楽しんで下さいね！



＼こちらのメニューもクリスマスにおすすめです！／

自家製 ローストビーフ (作り方は7ページ)

特

坊津黒牛のモモ肉をブロックでお届けします。ご自宅でローストビーフやタキどうぞ。

福永産業 (福岡県遠賀町)

14 鹿児島 坊津黒牛 赤身ブロック

凍賞30日 250g **1200円** (税込 **1296円**) 通常税込 **1350円**

鹿児島県 [放] 不検出<3.5 <3.7

5ページ方は

ミートローフ

茨城牛(山方)とローズポーク使用。牛・豚比率5:5。今回は増量規格でお届け。

JA全農いばらき(茨城県)ミートパル村山

15 茨城牛(山方) 牛豚合挽肉(増量)

凍賞30日 300g **540円** (税込 **583円**)

茨城県 [放] 不検出<3.8 <3.8

かすみがうら市「竹村さんのいちご」今年のスタートです！

今年も「竹村さんのいちご」がスタートしました。例年5月に新型コロナウイルス感染拡大防止の為、いちご収穫体験&交流会が出来ませんでした。竹村さんからお手紙をいただきましたので、ぜひご覧ください。

「莓」今期もよろしくお願いたします。

莓の季節が、早いものでやって来ました。皆様方には、ながく面倒見ていただきまして、ありがとうございます。

おかげ様で、ありがたいことに、いつの間にか、43作目の莓となります。

今年度は、台風上陸が無くありがたかったです。しかし7月までの長雨で苗の発育が悪く、定植苗の確保がギリギリでした。関東近県では、莓に病気が大発生し大変なことになりました。そんな中今のところ、虫取りをしながら、完全に化学農薬無しでここまで来ました。

作柄については、これを作成している時点ではおおむね良好です。しかし、何が起こるかわからない、気象変動の時代ですので心配です。

今年の収穫は、やや遅れ気味で12月10日頃からボチボチかなと思います。

栽培や施肥につきましては、昨年より全体的に2割基肥の量を減らしました。一昨年から見ると5割減半分になりました。不耕起栽培を重ねると発育がよく肥料が減ってきています。詳しくは、別紙栽培概要を参照願います。

～内略～

私に出来ることは、品質向上と、安全に努める事しか出来ませんので、全力で毎日栽培管理をおこなっています。今期も、どうぞよろしくお願申し上げます。

～竹村さんのいちごの特徴～


毎年積み重なる良質な「土」

苗づくりだけでなく、土づくりも竹村さんの基礎。。山の土、米ぬか、クズ米、卵の殻、カニ殻、海藻、魚粉、モミガラなどを使い自家製の有機質肥料（ボカシ肥）を作っています。また、末の実、アケビ、にんにくなどを黒砂糖に漬け込み、発酵熟成させた「天恵緑汁」も全て自家製にこだわっています。いちごのシーズンが終われば、このハウスで切り返しをおこない肥やしにしていきます。毎年この土地に積み重なり、指先を入れれば簡単に埋まってしまうほどフカフカで微生物が活発に動いています。



“万人に愛される赤い果実”として知られる「いちご」ですが、その農薬の回数は慣行栽培で40回(※)を超えることもあります。その中で竹村さんは「無農薬栽培」を目指す、類を見ないいちご生産者さんです。

※茨城県特別栽培農産物認証制度「特別栽培農産物認証基準」より

12月3回注文  竹村さんのいちご 200g×2 1,050円(1,134円) ぜひご利用ください！

はじまっているのだっ



コープ共済で
インターネット
加入申し込みが
スタートしました!!



スマホは
こちらから!

コープ共済 ネット加入

1 24時間
お申し込み可能!
日中忙しい方も、いつでも加入
申し込みができます。



2 保障開始までの
期間が短縮!
書面での申し込みと比べて、
保障期間が短縮。わかりやすい
入力画面でしっかりサポート
します。



3 ご家族の方も
同時加入できる!
ご本人さまの申し込みと合わ
せて、満20歳未満のお子さま
や同居のお孫さまの加入申し込
みも同時にできます。



[CO・OP共済ニュース]

ふただんのお困りごとによりそう CO・OP共済 健康ダイヤル

加入者だけの
サポート
サービス

CO・OP共済では、加入者の健康管理のお手伝いを目的として、健康ダイヤルサービスを行っています。お問い合わせ先やご利用方法は、契約者の方に共済証書といっしょにご案内しています。

健康医療
相談

医療機関
案内

育児・食の
ご相談

相談受付時間
9:00~20:00
(年中無休)



夜間・休日に開いている救急医療機関案内は上記以外の時間も受け付けます。
※サービス品質向上のため、相談内容・回答内容を録音・記録しております。※プライバシーは厳守されます。
※ご相談内容によりご要望に沿えない場合がございます。
※混雑状況により、ご相談時間の目安を相談員からお伝えする場合がございます。

CO・OP共済をささえあうしくみ



もしもに備えて少しずつたくわえ合って、
困った時は助け合う。
誰かが困っていたら自分が支えになる。
そんなあたたかい、たすけあいの輪でできています。

ありがとうの声

全国の加入者からの声
日々たくさん届きます。

✉️ わたしが納めた掛金がだれかの役に立っていることに気づきました。わたしもいつか、皆さんの掛金でありがとうという日がくることでしょう。これからもみんなのために続けていきます。

✉️ もしもの時のために、とっても心強いです。請求書類を送ってもらった時に、折り鶴と一緒に入っていました。請求を必要とする状況の時は、気持ちも弱っていたので、その心遣いが嬉しかったです。