

よりよい暮らしはみんなの願い
みんなで利用、みんなで参加

7~8月

生協だより

大阪府職員生活協同組合

〒540-0008
大阪市中央区大手前3-1-43(新別館北館内)
TEL(06)6941-0351(内線5761~3)
(06)6942-0990(直通)
FAX(06)6942-0246
Eメール:k-coop@vega.ocn.ne.jp



長崎堂 本店・店内

愛され続けるもん「名品」



大阪市中央区心斎橋周防町通、通称ヨーロッパ通りにある株式会社長崎堂本店に長崎堂グループ代表取締役の荒木貴史さん(66歳)を訪ねた。第一印象はスマートな紳士。穏やかな笑顔で迎えてくださった。長崎堂は1919年に荒木源四郎氏が長崎で菓子店「扇生軒」を創業、カステラづくりを開始したが、経済恐慌で事業を失い1924年、大阪市中央区大手通に「合資会社長崎堂」を設立してカステラ業で再起を図った。1934年、保存可能な「圧縮カステラ」で特許を取得。海外に販路を広げるも、太平洋戦争で操業停止に。しかし、三面の焼け野原の大阪から1951年二代目敏夫氏が現在の場所に「本舗長崎堂」として看板を掲げ、復活を果たした。1960年『株式会社大阪長崎堂』の代表取締役に三代目 郎氏が就任、工場の新築や大阪万博への出店で大きな飛躍を遂げる。貴史さんは2003年に四代目に就任、現在『長崎堂』『黒船』『然花抄院』などの菓子ブランドを展開するグループのCEOを務める。

カステラで100余年 長崎堂



●大阪産(もん)名品の会 代表幹事
長崎堂グループCEO 荒木貴史さん

おおさかの笑顔



芸大からお菓子の道へ...

荒木さんは、神奈川県出身。父が医者、叔父が建築士と商売には全く関係のない家庭の4男として育った。遠く離れた地で芸術に関わって生きていけたら...と大阪芸術大学に進学。そこで、荒木郎氏の長女・茂野さんと出会い、意気投合、そして学生結婚...お菓子屋さんの娘さんとは聞いていましたが、私はデザイン関係の仕事に就きたいと思っていたので、まさか自分が長崎堂の四代目となるとは思っていませんでした。私の母方も長崎出身なのですが、縁があったのか、あ〜長崎堂を継ぐにあたっては、あまり悩まず受け止めました。今は経営は私、デザイン・商品企画は彼女、と役割分担しています。

長崎堂の強みは100年の歴史に培われてきた本物の「ものづくり」です。ですから品揃えを横に広げるのではなく、カステラならカステラの味わい・食感・原材料などを極めていく「深掘り」という考え方で、新商品や新ブランドの開発にも取り組んでいます。



母親が子どもに食べさせる気持ちを込めて

カステラは長崎、400年余りの歴史を持つポルトガルから伝来した伝統ある南蛮菓子。素材は卵・小麦粉・砂糖・水飴のみ、とてもシンプルな材料で作られるが、家庭で作るのは困難な菓子だ。シンプルだからこそ厳選された素材を用い、焼粉を使わず、素材のもつ本来の力を活かして自然に焼き上げ、保存料や添加物を使用しない、長崎堂独自のカステラに仕上げている。

商品作りは毎日地道な同じ作業の繰り返しだが、気温・電気の温度は微妙に変わるので、同じ商品でも作り方は日々微妙に変わるといふ。母親が子どもに食べさせる気持ち、そんな初代源四郎の想いを大切にしながら、熟練の技を持つ職人たちが安定した品質を保ちながら、美味しいカステラをお客様に届けようと日々努力を惜しまない。

大阪産カステラ

独自配合の小麦粉新鮮な卵、美味しさを極めた秘伝の製法。素材の力で自然に焼き上げたカステラ。



(5切れ入×2)

(5切れ入)

大阪産カステララスク

あっさりとした甘みとほろっとした口あたりのラスク。カステラの旨味がたっぷり。



大阪産ヴァッフェル

堅焼きワッフルにヴァニラ風味のクリームを挟んだ焼き菓子



社長とは17年のお付き合いになりますが、長崎堂への強い想いと深い思慮を感じます。私たちに与えられる指示なども内容が具体的かつ的確。社長の考える意図がスーと頭に入ってきて、ストンと腑に落ちるんです。あと、怒った顔はなかなかお見せにならないですね。周りの空気が委縮してしまう...それはプラスにならない。そう考えてくださっているんだなと思います。

サブ・マネージャー 名角徳三さん
(大阪名品の会・事務局)



トップというのは会社が危機に直面した時、そこから逃げないで、前に進む...社員はそういう私の姿を見ていると思います。私自身がそこから逃げてしまうと話になりません。常に前を向いて、社員にメッセージを送ることが大切だと思っています。新しい道を切り開くには社員一人一人が目的に向かって同じ想いを持って一丸となることが、夢を実現する大きな力になると信じています。

2025年万博に向け着々と準備中

荒木さんは「家業」から「企業」への転換を図ってきた。そのためには何よりも営業力が大切だと考え、社長に就任してまず営業本部を立ち上げた。大阪だけだった営業拠点を東京、名古屋、沖縄などに、そしてアジアを中心とする海外(台湾・香港・韓国)へも展開してきた。今大きな期待をかけているのが2025年開催予定の大阪・関西万博だ。1970年の大阪万博は長崎堂の飛躍のきっかけになった。国内はもちろん、海外からのお客様に対しても日本の心を大切にしたい、世界に通用するグローバルな商品開発をするために全力投球の毎日だ。

下がって立ち上がる時、力を持つ!

今回の「コロナ」では代表になってからはじめて赤字を出した。厳しい状況が続く中でも、荒木さんは「困難は必ず乗り越えられる!」ことを確信していた。下がって立ち上がる時、力をもつ。これは、過去の経験から得た言葉だ。

黒船

2003年に誕生したブランド。東京自由が丘本店と大阪南堀江店でカステラ中心にしたお菓子を展開。パッケージデザインの墨文字は茂野さんの作品だ。



大阪府職員生協団体扱自動車保険なら

ノンフリート等級(無事故割増引)とは別に

最大 **20.2%割引**※が適用できます。

※当該割引率(最大20.2%)は大口団体割引率(最大16.0%)と団体扱一括払(5.0%)を乗算しております。
一般の個人契約でご加入されるよりお得です

ただし、保険始期が2023年6月1日より2024年5月31日までのご契約に適用されます。
※大口団体割引率は毎年6月1日に損害率等によって変動する場合があります。

他の保険会社から切り替えても、**無事故割引が継承できます**。(一部共済を除く)
自動車保険のお見積りをご希望される方は、現在ご加入の保険証券・車検証のコピーを下記までFAXお願いします。

資料請求・お問合せは…

大阪エイドセンター TEL.06-6942-0198(直通) FAX.06-6942-9188
〒540-0008 大阪市中央区大手前3丁目1-43(大阪府新別館北館内B1)

団体扱ができる保険会社と割引率

- AIG損害保険(17.0%)
- 三井住友海上(7.5%)
- 東京海上日動火災(15.0%)
- 損害保険ジャパン(15.0%)
- あいおいニッセイ同和損保(7.5%)

◆その他の取扱い損害保険◆

火災保険、傷害保険、医療保険、賠償責任保険、満期戻り火災保険、レクリエーション保険、旅行保険(国内・海外)、各種スポーツ・レジャー保険(団体契約…ゴルフ) その他

「年に1度」の募集です! 大阪府職員生活協同組合の皆さまの **golfer 保険制度**のご案内
(団体扱自動車保険)

2023年度一斉募集開始!! 大好評 団体割引 **10%**適用!
※前年度ご加入したご加入者の人数に比して割引率が異なります。

充実の補償
●golfer賠償責任
●golfer傷害補償
●golfer用品補償
●ホールインワン・アルバトロス費用補償

ゴルフ愛好家の皆さまに大好評にてご加入いただいております。
＜保険期間＞ 2023年10月1日 より1年間
内容に関するお問い合わせ 大阪エイドセンター TEL.06-6942-0198 引受保険会社 三井住友海上火災保険株式会社
まだご加入になられていない方は、この機会にぜひご加入ください!!

健康応援プログラム・積立年金保険の年1回の手続き時期がやってきました!!

なるほど〜 組合員のみなさんの **3つの不安**を解消します。



特定疾病の場合

三大生活習慣病サポート

特定疾病の治療にかかる一時金と療養中の収入を補完する制度です。

30歳男性 月額掛金
三大生活習慣病サポート(一時金)(300万円コース) **702円**
三大生活習慣病サポート(療養給付金) **204円**

長期間

働けなくなってしまったら

長期療養収入サポート

うつ病等、所定の精神障害、病気やケガで長期療養となったときに、失われる所得を補います。

保険月額額 10万円(Xコース)の場合
30歳男性 月額掛金(概算) **1,356円**

老後の備えが心配…

積立年金保険

毎月、給与天引きで積立をすることができます。
※ボーナス払は、個人口座から引きます。

月 払: 2口 2,000円~100口 100,000円まで
ボーナス払: 1口 10,000円~100口 1,000,000円まで

*他にも制度がございますので、詳細はパンフレットをご覧ください。

手続き期間 2023年6月30日(金)~8月4日(金)

問い合わせ先

大阪府職員生活協同組合 TEL 代表06-6941-0351 内線5761~3 直通06-6942-0990
FAX 06-6942-0246
(引受会社)明治安田生命保険相互会社 TEL 06-6208-5426 (受付時間 9:00~17:00 除土日・祝日)

※記載の掛金等は、パンフレット作成時点の基礎率により計算されています。実際の掛金等はご加入(増額)および更新時の基礎率により決定しますので、今後の基礎率の改定により掛金等も改定される場合があります。
※三大生活習慣病サポート(一時金)の年齢は保険年齢です。保険年齢は満年齢を基に、1年未満の端数について6ヵ月以下は切り捨て、6ヵ月超は切り上げた年齢をいいます。三大生活習慣病サポート(療養給付金)・長期療養収入サポートの年齢は、効力発効日(契約成当日)現在の満年齢です。
※三大生活習慣病サポート(療養給付金)へのご加入は、三大生活習慣病サポート(一時金)へのご加入が条件です。 MY-A-23-他-004543 MYG-A-23-LF-94

生協のグループ保険・

団体定期保険

総合医療保険

総合医療保険(団体型)

効力発生日: 令和5年10月1日
申込締切日: 令和5年7月31日(月)

- 当保険制度は追加募集をしておりますので、上記効力発生日以外でも加入(*1)可能です。
- 追加募集時に加入(*1)される場合は、毎月20日までに大阪府職員生活協同組合へ「申込書兼告知書」をご提出ください。なお、その場合の効力発生日は、引受保険会社(*2)が「申込書兼告知書」を受理した月の翌々月1日となります。
- (*1)保障額を増額する場合、増額部分については、「加入」を「増額」と読替えます。
- (*2)共同取扱契約の場合、事務幹事会社を指します。



ID:seikyo
PW:123456

ご加入例 本人37歳、配偶者36歳、子ども5歳の場合

保障内容	本人	配偶者	子ども
グループ保険 疾病による死亡(高度障がい)保険金額	1,000万円	500万円	300万円
グループ保険 不慮の事故による死亡(高度障がい)保険金額+災害(災害高度障がい)保険金額	1,500万円	1,000万円	600万円
総合医療保険 入院給付金日額	5,000円	3,000円	3,000円

	月払掛金(概算)
グループ保険	本人 3,300円
	配偶者 1,750円
	子ども (確定)330円
総合医療保険	本人 1,280円
	配偶者 768円
	子ども 405円

月払掛金(概算)合計 **7,833円**

*年齢・性別により掛金は異なる場合があります。

グループ保険のポイント

団体保険としての割引が適用された加入しやすい掛金で、万一の場合の死亡・所定の高度障がい状態に対する保障を確保できます。

◆配当金のお楽しみも!!

1年ごとに収支計算を行い、剰余金が生じた場合は、配当金をお受取りになれます。
ただし、脱退され、保険期間の途中で保障終了となられた方は配当金をお受取りになれません。

【配当還元率(年間払込保険料に対する配当金の割合)】

該当年度※	配当還元率
令和3年度	約34.5%
令和2年度	約29.2%
令和1年度	約17.9%



※各年度に対する保険期間は以下のとおりです。
令和3年度: 令和3年10月1日~令和4年9月30日
令和2年度: 令和2年10月1日~令和3年9月30日
令和1年度: 令和1年10月1日~令和2年9月30日

上記の配当還元率は、各年度の配当実績に基づくものであり、将来のお受取りをお約束するものではありません。

総合医療保険のポイント

◆1泊2日以上の継続入院の場合、入院1日目から入院給付金が受取れます。
〔入院給付金日額5,000円の例〕

ケガや病気等で1泊2日の入院をした場合 入院給付金: 5,000円×2日分=1万円

◆手術給付金・放射線治療給付金が受取れます。
〔入院給付金日額5,000円の例〕

1泊2日以上継続入院中の手術の場合 手術給付金(20倍): 5,000円×20=10万円

外来または日帰り入院中の手術の場合 手術給付金(5倍): 5,000円×5=2.5万円

放射線治療の場合 放射線治療給付金(10倍): 5,000円×10=5万円

以下のような手術の場合でも給付金が受取れます。

()内は手術の原因となる主な症状・疾患名(一例)

麦粒腫切開術(ものもらい)	鼓膜切開術(中耳炎)	裂肛根治術(切れ痔)	鼻腔粘膜焼灼術(鼻出血)
---------------	------------	------------	--------------

*詳細は、「特に重要なお知らせ」9ページの「主な保障内容」、13ページの「主な保障内容と保障額」をご確認ください。

◆公的医療保険制度に連動しているため、わかりやすい!

給付の対象となる手術等かどうか、医療機関で交付される領収証等によって簡単に確認できます。
※一部対象外の手術があります。

●ご加入のご検討に際しましては、パンフレット・特に重要なお知らせ(「取扱内容」・「契約概要」・「注意喚起情報」・「ご加入のみなさまへ」・「正しく告知いただくために」)等にて必ず詳細をご確認ください。

お問合せ 大阪府職員生活協同組合事務局 〒540-0008 大阪市中央区大手前3丁目1番43号(大阪府新別館北館内)
TEL. (代表)06-6941-0351 (内線)5761~3 (直通)06-6942-0990

日本-団-2023-454-10015-B(R5.3.30)
日本-医-2023-454-10016-B(R5.3.30)

読者の 広場



組合員みんなの声が生協の原動力
あなたの声をおよせ下さい

送付先
Eメール:k-coop@vega.ocn.ne.jp
または FAX 06-6942-0246

旬の味～鰻



- ① 鰻の栄養価、見直しました。 福祉部 Nさん
- ① 鰻の開きダイエットしようかな…と思いました。 都市整備部 Eさん
- ① 旬の味の中で、私の大好きなカンパチがアジ科だと紹介されていて、びっくりしました！ 土地開発公社 Mさん
- ① 鰻のゼイゴ、必死で生きていくものには無駄なものはないのですね。当たり前のことですが、考えさせられました。 健康医療部 Mさん
- ① 鰻にゼイゴがある意味を初めて知りました！邪魔だなと思いながら調理していましたが今後は見る目が変わりそうです。 健康医療部 Iさん
- ① いつも楽しく拝読しています。鰻の名前は『味が良い』ことに由来して付けられたと初めて知り、今まで何の疑問も持たず『鰻』と呼んでいましたが、鰻と味がイコールで結ばれることに気づき、大変驚きました。すっかり魚をいただきたくなったので、今夜は簡単レシピを参考に『揚げずに鰻の南蛮漬け』を作ってみようと思います。 財務部 Mさん

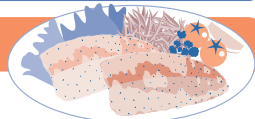
大阪の笑顔・元気人～福壽堂秀信

- ① いつも購入しているお菓子の生産者の想いを知ることができました。今後買う時に思い出したいと思います。 健康医療部 Nさん
- ① 甘いもの好きなので『福壽堂秀信』のあんこ記事はとても良かったです。 大阪産業技術研究所 Nさん
- ① 『福壽堂秀信』さんの創業が宗右衛門町だと初めて知りました。茶寮で作りたいスイーツ食べてみたいです。 健康医療部 Yさん
- ① スポーツ羊羹、目の付け所が素晴らしいですね！飲める羊羹…というキャッチフレーズが魅力的です。 政策企画部 Aさん
- ① 『福壽堂秀信』のお菓子が大好きで、よくデパートで買って楽しんでいます。若い専務が新たなアイデアを出して頑張っておられるんだなあ～と楽しく読みました。帝塚山の茶寮にも行ってみたいです！ 健康医療部 Mさん
- ① 『ふくふくふ』の誕生秘話が知れてよかったです。 福祉部 Mさん
- ① 『福壽堂秀信』の『ふくふくふ』、早速買ってみました。お抹茶と一緒にいただいて、ほっこりしました。 健康医療部 Kさん
- ① マラソンをしています。『福壽堂秀信』さんのスポーツ羊羹は大変重宝しています。 国際がんセンター Hさん
- ① 以前『福壽堂秀信』さんの前を出張中に何度か通ったことがあり、気になっていました。中に入ったことは無かったのですが、お店の事、よくわかりましたので今度は休日にも訪れたいなと思いました。 ハローワーク Aさん
- ① 『福壽堂秀信』さんの和菓子、本当に美味しいですね。美味しい大阪の和菓子を全国、世界に広め、大阪・関西万博でのおもてなしに活用できたらと思います。 府民文化部 Mさん

生協への応援と要望

- ① 通勤中のスキマ時間に見れるように、LINEなどで生協が販売する商品やサービスを積極的に案内してほしいです。 都市整備部 Mさん
- ① いつも楽しく拝見しております。今更ですが、職員生協だよりがネットでも見ることができるとは知りませんでした。ネットでちょくちょく確認したいと思います。 教育庁 Yさん
- ① 『読者の広場』一番読んでいるコーナーでしたので、縮小残念です。読者=同じ職場の人たちの気持ちでしたので、なんか身近に感じてました。公務員賠償責任保険、何が起るかわからない時代なので安く加入できてありがたいです。 健康医療部 Rさん
- ① 『読者の広場』読むのは楽しいです。他の方のお話は自分と同じだと、何となく会って話している気持ちになっていました。 都市整備部 Mさん

簡単レシピ～鰻



- ① 『揚げずに鰻の南蛮漬け』作ってみました！案外簡単で美味しくできました！ (同様のご意見を多数いただきました。) 健康医療部 Sさん
- ① 『揚げずに鰻の南蛮漬け』を作りたいです。(同様のご意見を多数いただきました。) 監査委員事務局 Kさん
- ① 南蛮漬けて揚げなくてもできるんですね。揚げる手間がかかるので敬遠していましたが、焼くだけなら簡単で良いですね。 都市整備部 Tさん
- ① いつも楽しい情報をありがとうございます。簡単レシピはいつもチェックさせていただいています。家族に評判のいいメニューは何年も作り続けています。 健康医療部 Kさん
- ① 毎回生協だよりに掲載されている簡単レシピを作っています。一人暮らしで魚料理は少しハードルが高いですが、挑戦してみようと思います。 スマートシティ戦略部 Tさん
- ① 『鰻のガーリックバタームニエル』が気になりました。ムニエルは白身魚の調理法とばかり思っていたので…今度作ってみます。 人事委員会 Uさん

クロスワード～楽しみ方いろいろ

- ① クロスワードのおかげで、新しい職場の人たちと盛り上げられました。 教育庁 Mさん
- ① クイズの答えに『家内』があるのが引っかかりました。私は独身ですが、嫌がる既婚者は多いと思います。 教育庁 Aさん
- ① クロスワード楽しいですね。難しい問題も多くて、知識が増えるので一石二鳥です。 住宅供給公社 Yさん
- ① 毎回クロスワードを楽しみにしており、最近は2ヶ月が待ちきれないほどです。 健康医療部 Rさん
- ① 今年の新規採用職員です。職場の先輩に『生協のクロスワード、結構当たるよ！』と教えて頂いたので、早速チャレンジしてみました。 健康医療部 Sさん

Q & A コーナー



- ① 元気人の候補はどのように探しているのかが気になりました。
- ① 大阪産(もん)の生産者、製造者の方は流通対策室にご紹介いただいています。大阪産以外の方は当方で『頑張ってはるな～！』という方をいろいろ探して直接、取材を申し込んで記事にしています。

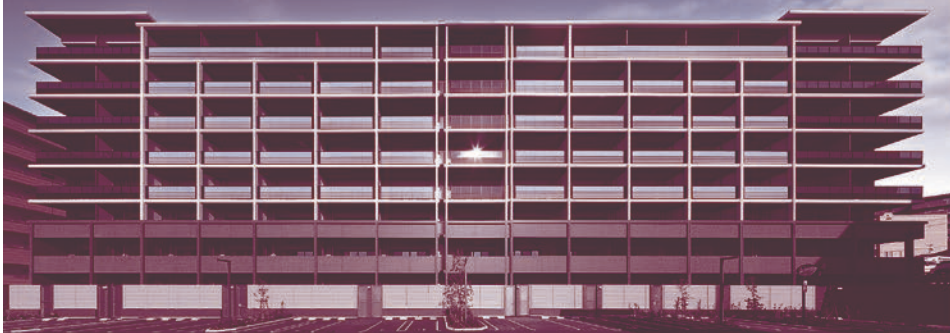
「富雄」駅 徒歩5分 × 商業施設隣接



ルネ富雄 堂々完成

建物内モデルルーム公開中

実物をご覧ください



事業主<売主> 総合地所 事業主<売主> 近鉄不動産 事業主<売主> 大栄不動産

お問い合わせは「ルネ富雄」現地販売センター

0120-84-1030 ルネ富雄 検索

営業時間/1000～1800 定休日/毎週水・木曜日(祝日は除きます)※携帯電話からも通話可能です。

71㎡超 販売価格(税込) 3,300万円台～

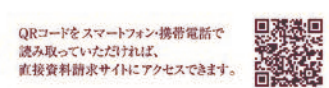
80㎡超 販売価格(税込) 3,900万円台～

近鉄奈良線「富雄」駅 徒歩5分 (約330m)

近鉄奈良線「富雄」駅より OsakaMetro 中央線 「本町」駅 32分 近鉄 難波線 「大阪難波」駅 26分

※掲載の所要時間は地図上の概測距離より徒歩=80m/分で算出したおよその時間です。※交通所要時間は日中平常時のもので、時間帯により多少異なります。また、所要時間に待ち時間は含まれておりませんので、あらかじめご了承ください。

■全体概要 ●名称/ルネ富雄 ●所在地/奈良市富雄元町2丁目280番1、282番5、奈良市三碓1丁目293番8(地番) ●交通/近鉄奈良線「富雄」駅徒歩5分 ●総戸数/244戸 ●敷地面積/9,665.62㎡ ●建築面積/3,628.75㎡ ●延床面積/20,294.51㎡ ●構造/RC造 ●鉄筋コンクリート造 ●地上8階建 ●分譲後の権利形態/土地の権利形態:専有面積割合による所有権の共有/建物の権利形態:専有部分は区分所有権、共有部分は専有面積割合による区分所有権全員の共有 ●用途/商業地域、準防火地域、25m高度地区 ●建築確認番号/第BCJ20大建確062(令和3年1月26日)、第BCJ20大建確062変1(令和3年7月27日) ●管理形態/区分所有者全員による管理組合を結成し管理会社に委託予定 ●管理員の勤務形態/通勤管理 ●駐車場/164台(機械式82台、平面式79台(専用駐車場13台含む)) [月額使用料:7,000円～14,500円]、来客駐車区画2台、EV車専用充電区画1台 ●駐輪場/488台(2段式下段スライド式456台、平面式32台) [月額使用料:100円～300円] ●バイク置場/3台 [月額使用料:1,500円] ●ミニバイク置場/10台 [月額使用料:1,000円] ●インターネット使用料(月額)/1,540円 ●給湯器リース料(月額)/2,160円 ●あるフォーラム会費(月額)/500円 ●竣工時期/2023年1月竣工 ●入居時期/即入居可(諸手続き完了後) ●事業主(売主)/総合地所株式会社[国土交通大臣免許(4)第6814号(一社)不動産協会会員(一社)不動産流通経営協会会員(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟、大阪支店:大阪府中央区本町1丁目8番12号 オーク塚筋本町ビル6階、TEL:06-6261-1630]、近鉄不動産株式会社[国土交通大臣免許(11)第3123号(一社)不動産協会会員(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟、大阪府天王寺区上本町6丁目5番13号、TEL:06-6776-3007]、大栄不動産株式会社[国土交通大臣免許(15)第461号(一社)不動産協会会員(一社)不動産流通経営協会会員(公社)東京都宅地建物取引業協会、東京都中央区日本橋室町1丁目1番8号、TEL:03-3244-0625] ●販売提携(代理)/株式会社長谷工アーク・ベイス[国土交通大臣免許(10)第3175号(一社)不動産協会会員(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟、大阪府中央区淡路町1丁目7番3号 土地開発ビル6階、TEL:06-6203-3650] ●施工会社/株式会社長谷工コーポレーション ●設計/株式会社長谷工コーポレーション 大栄エン지니어リング ●管理会社/株式会社長谷工コミュニケーション ●先着順広告 ●販売戸数/12戸 ●販売価格/3,408万円～4,438万円 ●間取り/2LDK+S+3LDK ●専有面積/66.49㎡～76.88㎡ ●バルコニー面積/12.19㎡～16.10㎡ ●アールコブ面積/3.47㎡～4.25㎡ ●管理費(月額)/10,240円～11,840円 ●修繕積立金(月額)/5,980円～6,920円 ●修繕積立一時金(一括)/598,000円～692,000円 ●管理準備金(一括)/20,000円 ●申込の際には印鑑及び最新2年分の収入証明、本人確認書類(運転免許証・パスポート等)が必要となります。 ●インターネット使用料(月額)/1,540円 ●給湯器リース料(月額)/2,160円 ●あるフォーラム会費(月額)/500円 ●先着順申込受付販売の場合、売却済み場合がございます。ご了承ください。 ※表示価格は税込みです。 ※掲載の情報は2023年6月6日現在のものです。 ※広告有効期限/2023年7月31日





穴子ときゅうりの酢の物

●材料：2人分
 ・焼き穴子：1～2本(80g)
 ・きゅうり：1本
 ・酒：少々
 《合わせ酢》
 ・酢：大4 ・砂糖：大1 ・みりん：大1
 ・だしの素：大1 ・薄口しょうゆ：大1

●作り方
 ①きゅうりは小口切りにして、塩をふり混ぜ合わせ、しんなりするまでおき、水気を絞ります。
 ②焼き穴子に酒をふり、オーブントースターで軽く焼き、1cm幅に切ります。
 ③①のきゅうりと②の穴子に合わせ酢をかけ、よく混ぜ合わせたらできあがりです。



穴子の卵とし井

●材料：1人分
 ・ごはん：丼1杯分 ・焼き穴子：1本(50g)
 ・玉ねぎ：6分の1 卵：1.5個 ・刻み海苔：少々
 《煮汁》
 ・水：80cc ・醤油：大1 ・みりん：大1
 ・酒：大1 ・砂糖：小1/2 ・だしの素：小1

●作り方
 ①穴子は一口大のそぎ切り、玉ねぎはスライスしておきます。
 ②小さな鍋かフライパンに煮汁の材料を入れ、沸騰したら玉ねぎ・穴子を入れしばらく煮ます。
 ③玉ねぎがしんなりしてきたら、溶き卵を回し入れます。
 ④卵が固まってきたら、丼に御飯を入れ、刻み海苔を置き、③のをのせればできあがりです。

旅のお手伝いお任せください!!



夏の家族旅行受付中!!

国内旅行
 リクラブ会員様、今年もあります。
助成額夏季増額!!
 通常2,000円→
7～9月 2,500円(おとな1名)
 ご利用は当店お申込に限りませす

今こそ海外旅行へ!!
海外旅行
 当店海外旅行お申し込みの生協組合員さまは**値引き3%**ご利用いただけます!!
 久々の海外、パスポートの期限切れの方に朗報当店でお申し込めばと...

「JATA」パスポート取得費用サポートを受けいただけます。
 他にもJTBトラベルメンバーなら特典もあります!

お見積りはこちらから! 詳しくは当店スタッフまでお問合せください。お申込お待ちしております!

生協組合員の皆様
 こんにちは!

穴子の栄養と効能

蛋白質：豊富に含まれている良質な蛋白質は体力向上、代謝促進、疲労回復などに効果があります。
ビタミンA：目の疲れや粘膜、肌の健康維持に役立つビタミンです。含有量は魚介類の中でトップクラスです。
ビタミンE：若返りのビタミン。強い抗酸化作用を持ち、細胞の老化を防ぐ効果があります。
EPA：体内で合成できない不飽和脂肪酸。体内の免疫反応の調整や血流を良くする働きがあります。
DHA：体内で合成できない不飽和脂肪酸。脳細胞の活性化や認知症に効果があります。
カルシウム：吸収率を高めるビタミンDも含まれているので、カルシウムの利用効率が高い食材です。
パントテン酸：ストレスを抑える効果がある副腎皮質ホルモンの生成を助ける成分です。
セレン：老化防止、解毒作用という2つの働きがあるミネラルです。

穴子産卵の謎

穴子は遠く南の海で産卵し、黒潮によって日本各地の沿岸に到着した後、成長すると再び産卵場に戻って卵を産みます。鰻は産卵場所の調査がある程度進んでいますが、日本で獲れる穴子の産卵場は未だはっきり不明とされており、謎とされています。卵から生まれた稚魚は海中を浮遊しながら成長しますが、春先から初夏にかけて日本沿岸に回遊し、シラス・イカナゴ漁の網に混ざって漁獲され『のれそれ～高知県』『べらた～関西』『浜垂れ(はなたれ)～淡路島・明石』と呼ばれる春の風物珍味として親しまれています。

鰻と穴子の違い

鰻と穴子は同じウナギ目に分類される遠い親戚のような魚ですが、大きな違いは生息している場所です。鰻は産卵と孵化を海で行いますが、その後は河川や湖沼などの淡水で生活する『降河回遊魚』。穴子は一生を海で過ごす『海水魚』です。外見も鰻は黒っぽく、穴子は茶色っぽい、下あごが出ているのが鰻で、上あごが出ているのが穴子です。

旬の味 穴子(アナゴ)

年間を通して多く流通されている穴子ですが、旬は夏である6～8月と言われています。この時期の穴子は「梅雨穴子」「夏穴子」と呼ばれ、旨味が増しており、鰻のように脂っこくなく、淡泊なさっぱりとした味わいが特徴です。

穴子の歴史

江戸時代にならなると、穴子について記述された書物が出てきません。鰻は奈良時代末期の『万葉集』に登場するなど、日本人は昔から鰻に関心を持っていましたが、穴子にはさほどの関心を持たなかったようです。しかし魚が盛んな地域では穴子も貴重な海の幸の一つ、江戸の穴子にぎり寿司、播州地域の焼き穴子、広島駅の弁(あなごめし)など地域ごとに穴子の食べ方が生まれ「地域ブランド」として発展してきました。

大阪湾の穴子

江戸時代、泉州沖では穴子がよく獲れたそうです。岸和田藩の「岡田浦」と「樽井浦」(現在も泉南市内の漁港)では穴子が大きな収入源でした。しかし乱獲や水温上昇などに伴い、1996年をピークに漁獲量が激減。しかし現在、泉南市の岡田浦漁港が近畿大学水産研究所の協力で「泉南穴子」復活を目指し、穴子の養殖事業に取り組んでいます。

名前の由来

「穴子」という名前はまさに、その生息から付けられました。昼間は海底の砂泥地帯の穴の中に入っさり潜んでいて、夜になるとその穴から這い出でてきて行動することから付けられたものです。気性もなかなか激しく、漁師の指先や長靴に噛み付くことも度々あるそうです。

5～6月号 第130回ザ・クロスワード解答と当選者

「クロスワードパズル」正解は「ミスタマリ」水溜まり(でした)。(タマリミスも正解とさせていただきます。)

＊応募者総数353名のうち351名が正解でした。
 当選者(敬称略・順不同)

QUOカード

山田 綾(富田林保健)
 中村 美貴子(保健体育)
 帆足 元太(推進)
 奥村 裕宣(南都水道)
 高田 佳代(供給公社)
 矢野 定男(北部下水)
 澤田 淳子(泉佐野保健)
 島田 彬宏(下水経企)
 薬師寺 正人(障がい者能開)
 松原 孝美(自立C)

辻 強志(介護支援)
 高見 成昭(家畜保健)
 伊賀 智洋(子ども青少)
 富岡 宏(砂川C)
 後藤 真司(富田林土木)
 寶来 徳子(感対企画)
 香川 正和(税政)
 新海 直子(和泉保健)
 浅井 揚子(八尾土木)
 木下 彩香(脱炭工ネ)

前号のパスルの答え

ミスタマリ(水溜まり)

ゲシニユウバ
 イサオミケノ
 ジョオニハワ
 ユテキカナイ
 ツンマイクロハ
 カキツパタ
 シイガシシコ
 ミズスマシシヨ

第131回 ザ・クロスワード

問題

タテ「ヨ」のカギを解いてクロスワードを完成させてください。太ワク(太ワク)の文字をうまくつなぐと、答えの言葉がでます。

クワのクギ

①「赤加子」とも呼ばれます。
 ②自由自在に思うぞんぶん…
 ③盤・顔や手を洗います。
 ④元気づける女の子。
 ⑤ジャズの世界では小人数でプレイするスタイルをこう言います。
 ⑥正八面体を真ん中で二等分すると…
 ⑦千島列島最西端の〇〇〇〇島。
 ⑧黙って見ているだけで、手出しをしないこと。
 ⑨〇〇回リ：劇団・芸人などが地方の劇場を興行して回ります。
 ⑩激しい大雨です。
 ⑪世界三大珍味の一つです。
 ⑫「冬青」：秋に赤い実がなり、シンボルツリーとして人気があります。
 ⑬髪を左右に分けて編み、垂らします。
 ⑭巧みなメスさばき、〇〇医。
 ⑮化粧した時に傷口から出てくる黄白色の粘液。

正解者の中から抽選でプレゼント!

A・QUOカード
 (1,000円×1枚)
 絵柄は、生協おまかせになります。

※お送り先は職場のみとさせていただきます。

20名様

QUOカード
 1,000円

パズルの応募がWEBで簡単にできるようになりました。
 ↓パソコンはURLから↓
<https://ws.formzu.net/dist/S13647000/>

ヨコのクギ

①割れ鍋に〇〇〇〇。
 ④栗〇〇〇～大阪名物のお菓子です。
 ⑦絹糸は蚕の〇〇からとった糸です。
 ⑧のんきな人。
 ⑩方位磁石で確かめます。
 ⑫〇〇の一手：ひたすら目的を遂げようとする強引なやり方。
 ⑬〇〇犬：日本犬の代表格。元々は狩犬や番犬として活躍してきました。
 ⑭〇〇に入(い)る：優れた技術を習得しています。
 ⑮物事の道理。
 ⑯〇〇に対して「答え」…
 ⑰『〇〇〇とテリラ』カミーユ・サン・サーンス作曲の歌劇です。
 ⑱猛獣はこの中に…
 ⑲テレビのリモコンやパソコンの十字キーが指し示す方向です。
 ⑳順序が逆になること：話が〇〇〇する…
 ㉑影を利用した子どもの遊びです。

1	2	3	4	5	6
7		8	9		
10		11			
	12		13		
14			15		16
17		18		19	
	20			21	22
23			24		

答