コープ中央

HELLO!! FRIENDS ハローフレンズ!!

2025 7月号

第2弾 夏休み 親子体験教室 参加者募集!!

①アイスクリーム作り体験

日時	8月7日(木) 10:30～12:00
場所	一色地域交流センター（西尾市一色町一色末前新田8）
定員	16名
参加費	1名様につき200円

小さい子でも簡単♪

親子で手軽にアイスクリーム作り

②ウインナー作り体験

日時	8月20日(水) 10:30～12:30
場所	安城市文化センター（安城市桜町17-11）
定員	20名
参加費	ウインナー作りキット 1セット 1,000円

腸詰めから体験できます♪

お申込み方法

※応募者多数の場合、抽選となります。

用紙でのお申込み

下記申込用紙にご記入の上、次週配達担当にお渡しください。

電話でのお申込み

フリーコール 0120-526-286

受付時間：（月～金）8:30～19:00　担当：中川

ネットでのお申込み

下記2次元コードからイベント応募フォームを入力し送信してください。

アイスクリーム作り体験

ウインナー作り体験

キリトリ

第2弾 夏休み親子体験教室お申込み用紙

担当：中川行

申込締切日 7月18日(金)

イベント ※参加されるイベントに丸印をご記入ください。	（　　）8月7日(木)　①アイスクリーム作り体験　10:30～12:00	
	（　　）8月20日(水)　②ウインナー作り体験　10:30～12:30	

組合員コード	※7桁の数字をご記入ください	お名前	
連絡先	（当日連絡のつきやすい番号をご記入ください）		
メールアドレス	@		
参加人数	大人（13歳以上）　名	小人（12歳以下）　名	
ウインナー作りキット申込数	セット	※1セットでウインナー約15～18本作れます。	

みりんのお話&蔵見学会にいってきました！

7月3回に
チラシが入っています！
ぜひ、ご覧ください。

碧南市西浜町で明治43年(1910年)より、みりんを製造している**「角谷文治郎商店」**に組合員さんと一緒にみりんについての学習をしてきました。
非常に人気のある**「三州三河みりん」**の製造工程でのこだわり、長い熟成期間を経て生み出される旨みを、工場の見学や試飲で勉強させていただきました。

講師の角谷さんに三河地方に伝わるみりんの歴史と「みりん」「みりん風醸造調味料」の違いを教わりました。

アルコールを熱で飛ばした三河みりんの試飲

精米したお米を蒸してすぐに機械に流し込み洗浄する様子を見学。蒸し立てのお米はふわふわでやわらかい食感でした。

水で洗浄する様子

蒸したてのお米を試食

蒸したお米は、原料のお米から絞った原酒をもとに作った焼酎の窯に入れ、2年間熟成させます。長い年月をかけて三河みりんの旨みを引き出します。

角谷さんより三河みりんを使用したみたらし団子のたれの作り方を学びました。三河みりんの甘さだけで砂糖を不使用。体に良いですね♪

三河みりんの甘さが引き立つお団子

まめ知識 みりんの種類

種　類	三州三河みりん	一般的な本みりん	みりん風調味料
原材料	もち米 米こうじ 本格しょうちゅう(米)	もち米 米こうじ 醸造用アルコール 糖類(水アメ)	水アメ・ブドウ糖・デンプン糖化液 グルミンソーダ(化学調味料)・ アミノ酸・香料・雑穀・塩等
アルコール分	約14%	約14%	ほとんど含まない。 一部9～12%含むものがあり、 これには食塩が添加されている。 (みりん加工品)
色　調	べっこう色に近い琥珀色	淡い琥珀色	無色透明～淡い黄色
醸造期間	1年以上	2～3か月	即日
米1升からできるみりんの量	1.8L	4.5～7.2L	数種類の原材料添加物を使い、 複雑な工程を経るため、 商品により千差万別

三州三河みりんは、原材料をみても明確で一切添加物を使用しません。
製造工程は熟成に時間を要するため、製造できる量に限りはありますが色合い、コク・旨みでみりん風調味料では出せない良さがあります。
料理の照りやツヤを出すのに優れており、職人が手がける料亭でも愛用され、業務用としても非常に人気があります。

栄養のおはなし

高齢者に多い「低栄養」とは？

タンパク質及びエネルギーが欠乏し健康を維持できなくなっている状態。

タンパク質とは‥筋肉、内臓、皮膚、爪、髪をつくっている栄養素。
体をつくる上で重要な栄養素

低栄養の要因・なりやすい人は？

①口腔や摂食・嚥下の問題がある人

②発熱や病気・身近な人の死などライフイベントによる食欲低下

③身体機能の低下などで買い物や食事づくりが困難になっている人

習慣的な食事摂取量低下

低栄養による健康被害のリスク

①筋肉量や筋力の低下
②骨量の低下
③免疫力の低下
④認知機能の低下

転倒による**骨折**や**肺炎**などの**感染症**に**かかりやすくなる**

食べる力が失われ、寝たきり=要支援・要介護状態につながる

低栄養予防は？

3大栄養素（炭水化物・タンパク質・脂質）を
バランスよく摂取する

生協おすすめ商品

まずは、
食べることをやめない
ことが大事
食べられるものを
ご自身のペースで！

鎌倉ハムクラウン商会
皮なしミニポークウインナー

皮なしで食べやすく、口腔や摂食・嚥下機能の低下を防ぐ

加工食品や
冷凍食品でも**栄養は豊富**。
手間のかかる調理は
加工品がおすすめ♪

日本生協連
骨取りさばのみぞれ煮

80代以上になると魚の摂取量が減少傾向。
調理の手間いらずで積極的に魚を摂取しよう！

「返品」についてのご案内

返品できる商品

食料品	その他（衣料品・雑貨類等）
× ※1	○ ※2

※1…不具合（腐敗やカビ、破袋など）があった場合はご連絡ください。
※2…未使用の物に限ります。
ただし、数回使用しただけで不具合が出てきた場合はご連絡ください。

サプリメント等
“お口に入るもの”は食料品扱いとなりますので
ご注意ください。

返品受付期限

くらしと生協	スクロール	その他
お届け後8日以内	お届け後10日以内	お届け後14日以内

※商品お受け取り後は、速やかに内容や状態をご確認ください。

「くらしと生協」カタログの商品は、
組合員様ご自身での返品となります。
商品同封の返品連絡票をお使いいただき、
ご返送をお願いします。

返品をお受けできない商品
（不良品の場合を除きます。）

・ご使用になられた商品
※試着はOKですが、直接肌に着用される商品は、着用後の返品はお受けできません。
※靴・サンダル・スニーカー等は室内で試し履きをしてください。

・開封された商品
化粧品、書籍、CD、DVD、福袋等パッケージを開封された商品。

・箱や袋等のパッケージを紛失してしまった場合
※パッケージにメモ書きをすると返品できないため注意。

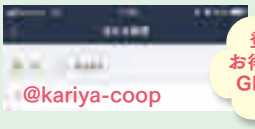
・組立途中、組立後の商品

・その他…チケット類、植物（苗・球根等）

LINE@友達募集中!

友達登録 2,700人 突破!

1. QRコードで登録
2. IDを検索して登録



登録してお得な情報をGETしよう!

Follow Me

Instagram
かりや愛知中央生協

次回口座引き落とし日のご案内

金融機関月度振替日

振替日 2025 8/5（火）

企画回	お届け週
6月3回	（6/16～6/20）
6月4回	（6/23～6/27）
6月5回	（6/30～7/4）
7月1回	（7/7～7/11）
7月2回	（7/14～7/18）

5回分の対象商品ご購入金額が税込16,500円以上でお届け料が無料になります

振替日 2025 9/5（金）

企画回	お届け週
7月3回	（7/21～7/25）
7月4回	（7/28～8/1）
8月1回	（8/4～8/8）
8月2回	（8/11～8/15）

4回分の対象商品ご購入金額が税込13,200円以上でお届け料が無料になります

カタログ・注文書停止のお知らせ

現在、4週間以上継続して商品のご利用が無い場合、カタログ・注文書の発行を自動的に停止させていただいています。
利用再開をご希望される方は、お申し出下さい。
直ちに再発行いたします。

HELLO!! FRIENDS ハロー・フレンズ!! 2025 7月号
http://www.kariya-coop.or.jp
●発行所 かりや愛知中央生活協同組合 地域部 宅配室
フリーコール 0120-526-286
高浜市豊田町1-10-50 ☎0566-52-7788
受付時間／8:30～19:00 休業日／土曜日・日曜日
JAB CM008
ISO14001 認証取得
初回登録日2004年10月22日