

みんなとコープを声でつなぐ

CO・OP商品 声ニュース

2020年12月号



冬はおうちでおいしく! ヘルシーコープレシピ



管理栄養士
中津川 かおりさん
のレシピです!

今月のCONTENTS

特集

ヘルシーコープの冬向けレシピを
組合員モニターがつくってみました! P2

声からの新発見 P4

CO・OP商品 SNS ニュース P6

生協大好きママ コブ山さんの 教えて!CO・OP商品 P7

声に応じて開発・改善 P8

CO・OP商品への声 P10

ヘルシーコープ 冬向けレシピを 組合員モニターがつくってみました!

コープ商品を使った「健康的な食べ方」を提案するヘルシーコープレシピに、冬の新レシピが登場! 組合員モニターのみなさんに、お好みのレシピを選んで試作していただきました。



コープでかなえる カラダにうれしい 食生活

『ヘルシーコープ』とは、
組合員の食のあり方や健康課題に寄り添い、
食卓から健康をサポートする取り組みです。

詳しくは
こちら



URL <https://goods.jccu.coop/hc/index.html>

その他のレシピはこちら



管理栄養士・
中津川かおりさん
のレシピです!



「**CO-OP** ほたて貝柱水煮(ほぐし身)」
「**CO-OP** むきえび」を使った

白菜とほたて、えびのクリーム煮



たんぱく質
がとれる

カルシウム
がとれる

レシピは
こちら



えび、ほたて貝柱水煮、牛乳からたんぱく質がとれます。バター、小麦粉を使わないのでさっぱりとした仕上がりに。

4902220066810 / 4902220743803

組合員の声

- 温かい食事をしたいけど、バターなどこってりした味を取りたくない時におススメしたい。魚介のやさしいうま味の詰まったクリーム煮です。
- こんなに小さなほたての缶詰から、これほどのパンチのあるうま味が出るとは、感動いたしました! とってもおいしかったです。
- おいしく、低カロリーで嬉しいです。家族全員が絶賛でした。



「**CO-OP** 九州産厚肉しいたけ」を使った
フライパンプルコギ



たんぱく質
がとれる

ビタミンD
がとれる

食物繊維
がとれる

レシピは
こちら



野菜がたっぷりとれます。焼き肉のたれで味付けも簡単。干しいたけからビタミンDもとれます。

4902220076482

組合員の声

- たれのしっかりしみ込んだ牛肉や野菜のおいしさもさることながら、しいたけのうま味が全体の味を引き立てていて、手間が少ないのにとっても満足できる味わいでした。
- 簡単でおいしいので、夕飯に出すと喜んでもらえそう。また、味が濃い分お弁当のおかずにもピッタリで、白米をがつつ食べる食欲旺盛な高校生の息子も喜びそうです。



「CO-OP 北海道の栗かぼちゃ」
「CO-OP ベビーチーズ」を使った

かぼちゃとほうれん草のチーズ入りごまあえ



ビタミン
A・C・E
がとれる

カルシウム
がとれる

食物繊維
がとれる

レシピは
こちら



かぼちゃとほうれん草からビタミンA・E・Cがとれます。チーズと合わせてコクとカルシウムもプラス。

4902220824977 / 4902220331598

組合員の声

- かぼちゃ、チーズ、ほうれん草と、いずれもヘルシーな材料ばかり
- これならあと一品手軽にできるし、また作ってみたいです。
- チーズ好きな次男は、いつものごまあえよりおいしいと喜んでいました。



「CO-OP 深煎り胡麻ドレッシング」を使った
鶏ムネ肉の胡麻だれソテー



低脂肪
高たんぱく

レシピは
こちら



4902220088881

ドレッシングに漬け込んでから焼くことで、パサつかずやわらかに。鶏ムネ肉でたんぱく質がとれます。

組合員の声

- ごまの風味、ドレッシングの酸味、にんにくの味が相まってとてもおいしかった。鶏ムネ肉がパサつくこともなく、たまねぎの風味もよい。
- お肉をたまねぎも一緒に漬け込むので簡単でした。調味料もドレッシングとおろしにんにくだけなのですぐにレシピを覚えることができました。



「CO-OP スイートコンドライパック」を使った
たこやき器で作る包まない焼売



野菜を
プラス

レシピは
こちら



4902220095308

包む手間がなく簡単。子どもと一緒に楽しくつくって野菜がとれます。

組合員の声

- ジューシーで、ふんわりと肉もやわらかくとてもおいしかった。思った以上にブロッコリーが入っていた。お野菜もとれてすごよかった。何もつけなくてもおいしい。
- 焼き始めるとよい香りがしてきて、ワクワク感がありました。ころころとした焼売の見た目もかわいく、子どもは喜びます。お野菜が苦手な小さい子どもも楽しみながら食べてくれそうだと思います。



「CO-OP 北海道の栗かぼちゃ」を使った
かぼちゃの簡単マフィン



緑黄色
野菜が
とれる

レシピは
こちら



4902220824977

砂糖を使わず、ホットケーキミックスとかぼちゃの甘さをいかしました。緑黄色野菜がとれます。

組合員の声

- ほんのりした甘さなので、朝ごはんや昼ごはんにも向いていると思います。もちろん、やさしい自然な甘さは子どものおやつにはぴったり。主人も娘も甘さ控えめなところが気に入っていました。
- こんなに簡単で、出来立てのおいしいマフィンが食べられるなんて、とても幸せです。





CO・OP商品60周年を記念して行われた「CO・OP商品60周年 総選挙2020」では、数十万件もの組合員の声寄せられました。それらを読み込むと、新しい発見がありました！

声からの
新発見

組合員の「声」でわかった

vol.2

〇〇といえばこのCO・OP商品！

「来客」「時短」「コスパ」のキーワードでみなさんの声を検索。
それぞれのシーンでよく利用されている商品はこちら！



「来客」といえば…

CO-OP アーモンドリーフ

声

- お客さんへのお茶菓자에大好評でどこで買ったの？ってよく聞かれます。珈琲でも紅茶でも日本茶でもなんでも合います。
- お値段の割に高級感あり！来客時にも重宝します。シリーズで味が2種類選べるのも飽きない理由。



4902220383115

CO-OP 北海道のそのまま枝豆

声

- 突然の来客(呑み仲間)があっても、オリーブオイルでガーリックと一緒に炒めて手軽におつまみが出来ます！呑兵衛の我が家で重宝してます。
- お客さんと食事のとき、枝豆を煮物の上にパラパラのせて色どりにつかう。



4902220519996 / 4902220519989

CO-OP 炭火やきとりもも串(しょうゆだれ)

声

- お客ごとをした時など、簡単に多くの量を準備でき、とても便利。お肉もやわらかくていいです。
- お正月、お客様を迎える時に利用してます。温めるだけで炭火焼きらしい香ばしさとともに甘辛くおいしい焼き鳥が楽しめてホントに重宝しています。



4902220113590



「時短」といえば…

CO-OP ひじきドライパック

声

- とにかく便利！急に思い立っても水戻し時間を気にせずパックと袋から出してそのまま使える。この手軽さ、時短のおかげで、ひじきが食卓に増えました。
- 使いたい時にすぐ使えるので常備してます。水戻し不要、洗い物もなしなのも時短になるので気に入ってます。



4902220094967

CO-OP 骨取りさばのみぞれ煮

声

- 時短メニューのひとつに大助かり！ほぐしてパスタの具として食べるのもよし！弁当の1品としてもよし！
- 茹でたうどんの上に汁ごとどぼっとのつけて食べると大変時短でズボラなメニューになります。



4902220068883

CO-OP くつつかないホイル

声

- お弁当を作る時いちいちフライパンを洗わなくていいので時短になります。油ギトギトの料理の時もスポンジまで汚れないので助かります。
- 時短のための救世主。夕飯後の皿洗いも、このホイルのおかげで気持ちも軽い。



4902220664214



「コスパ」といえば…

CO-OP コープヌードル

声

- コスパのよさと、日清の味は本物で、素晴らしいです。
- コスパが非常にいい。味の展開がとても広いので、飽きにくい。非常食として保存しているが、賞味期限切れ前に消費するのも苦にならない。子ども達のみの在宅時の昼食や、小腹が空いた時に重宝しています。



4902220296361他

CO-OP ファミリーチョコレート

声

- 夫が、数あるチョコレートの中でこれが一番高コスパだと言って、カタログに載っていると注文するようにねだります。
- チョコレート大好きな私がかたどりに着いたチョコです。コスパ最強！冷やして食べるのが好きで、一年中冷蔵庫に常備しています。



4902220125494

CO-OP スキンローションしっとり

声

- 20年以上、使い続けてます！50代後半の年齢の割に、肌がキレイ…と、言われるのは、コープの化粧品のお陰かな…と感謝してます。コスパは最高ですね！
- お風呂場に置いておき、洗顔したあと直ぐに使用してします！コスパがよいのでパシャパシャ使えてよいですね。



49522457

ノミネートされなかったけれど…

vol.2

隠れた人気商品はこちら！ 飲料編

「CO・OP商品60周年 総選挙2020」は、立候補の中から商品を選ぶ形式でしたが、その他の商品を自由に記入して投票することもできました。惜しくも候補には挙がらなかったけれど、熱い声が寄せられた商品をご紹介します。



グリーンスムージー

キウイ風味のグリーンスムージー。1食分(118g)の野菜を原料に使用。

「子どもの青汁」のような感覚で飲ませているという方も！



●野菜嫌いの息子が大好き。スムージーなので、ジュースより栄養も摂れているのかなと思う。

●なによりおいしくて飲みやすい！朝一番に飲むと、目が覚めてスイッチが入ります。



4902220772865



濃いトマトジュース 食塩無添加

完熟トマト約4個分をぎゅっと濃縮。糖度7度のとろりと濃厚な味わい。

濃厚さの中にある甘みで、これなら飲めるとリピートの声をいただいています！



●とても濃厚でドロツとしていて、トマト以外に味付けてないの？ってくらい旨味もあっておいしいです。トマト缶やピューレの代わりに料理にも使います。

●こんなの飲んだこと無かったです！最後のひとしずくまで舐めてます。



4902220770267



国産生姜のジンジャエール

国産の生姜汁にはちみつ・レモン果汁を配合したドライな味わいのジンジャエール。

甘さ控えめ&パンチのある生姜の味が好評です。



●これを飲んだら、他のジンジャエールは飲めません!と主人談。

●生姜汁でツーンとパンチの効いた所が大好きです。他にはないおいしさです。



4902220028085



有機栽培茶葉使用 グリーンルイボステイ

希少な有機栽培茶葉を使用。すっきりと飲みやすいノンカフェインティー。

ノンカフェインなので、妊娠中の方にもおすすめです。



●すっきりごくごく飲める。ノンカフェインで妊娠中も安心して飲みました。

●何箱かまとめ買いをして、絶対に切らさないようにしています！



4902220772957



Instagramで お役立ち情報を発信しています!

コープ商品公式Instagramアカウントでは、CO・OP商品を使ったレシピを毎日投稿しています。9月にご紹介したレシピで一番多く「いいね!」をいただいたのは、朝食にもおやつにもぴったりの「お手軽バナナブレッド」でした!

フォローしてね♪



9月の
「いいね!」
No.1レシピ
はこちら

CO・OP ホットケーキミックスを使った「お手軽バナナブレッド」



4902220025534

- 材料** (縦20センチ×横11センチ×高さ7センチのパウンドケーキ型1台分)
- バナナ.....2本
 - マーガリン.....80g
 - 砂糖.....80g
 - プレーンヨーグルト.....大さじ2
 - 卵.....2個
 - CO・OPホットケーキミックス.....200g

- 下準備**
- パウンドケーキ型にオープンシートをしく。
 - オーブンは180度に予熱する。
 - バナナは皮をむき、手で小さくちぎる。
 - 砂糖はふるう。
 - 卵は割りほぐす。

- 作り方**
- ①ボウルにバナナを入れ、泡立て器でつぶし、マーガリン、砂糖、溶き卵、プレーンヨーグルトを入れてよく混ぜる。
 - ②CO・OPホットケーキミックスを加え、さらに全体をさっくり混ぜる。
 - ③パウンドケーキ型に②を入れ、180度のオーブンで焼く(約45分)。粗熱がとれたら型から出し、冷ます。

コープ商品公式
Instagramアカウントはこちら

https://www.instagram.com/coop_goods/



全国の組合員が選ぶ
CO・OP商品60周年
総選挙
2020

「CO・OP商品60周年 総選挙2020」の締切後、結果をカウントダウン方式で10位～1位まで発表しました。「いいね!」の獲得数が多かったのはこちら! (2020年10月1日集計)

「いいね!」の数
591

1位 わいわい・るんるん
スティックゼリー



「いいね!」の数
579

2位 かつつかないホイル



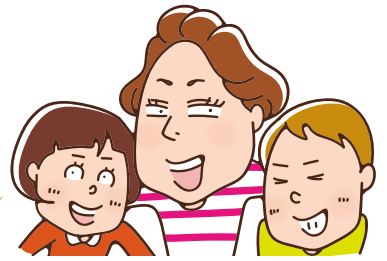
「いいね!」の数
536

3位 コープヌードル





生協大好きママ コプ山さんの 教えて! CO・OP商品



コプ山協子、コープ商品大好き主婦。カタログを素早くめくってお気に入り商品を見つける動体視力と、これだと思った商品を即試す瞬発力がチャームポイント。「オリンピック種目にコープがあったらメダルを狙える」と真剣に語ります。

CO・OPチャバタ
《小麦とオリーブオイルの香り》

漫画・イラスト：熊野友紀子

スタート

お母さんが新しいパン屋をスルーするなんてめずらしいね？

かぜでもひいた？

だって…いつもいっばい買っちゃって食べきれなくて冷凍するでしょ？

そつするよ！パサツとしておいしくないんだもの！

そんなコプ山さんに食べていただきたい冷凍パンがあるんです！その名も「CO・OPチャバタ《小麦とオリーブオイルの香り》」

株式会社タカキベーカリー 生産本部長 流尾輝之さん

イヤだから冷凍パンはパサツと！

この冷凍パンは焼きたてを即冷凍しているんです

なので水分も抜けず解凍するだけで焼きたてのおいしさが楽しめますよ！

家庭の冷凍とは別モノ！

特に今回のチャバタは自信作！

普通の生地より1~2割も水分が多いよ！

一番の特徴は生地水分をたっぷり含んでいること！これがかもちり食感の秘密です

平たく言えば水分たっぷりなので生地は扱いにくいし発酵も時間がかかるしとても手間のかかるパンですね！

オーブンで焼いたらほかに作らないタイプのパンね！

自然解凍でサンドイッチ、軽く焼いてオープンサンドもいいですね！

ほほう、ではトーストしてディップをのせて…と

でも手をかけた分おいしさには自信アリです！

うま！

皮はパリッと歯切れよく中はもちもちでこれはうま〜！

ご自宅での焼きたて感は画期的ですよね！

焼きたてパンとおしゃれディップだ文句あるか

はい！！

腹ペコ対応力が大幅にアップしたコプ山さん



声に応じて開発・改善

お寄せいただいた声に応じて、開発・改善を行った商品をご紹介します。

co-op おいしい雑穀 十五穀



声に応じて
パッケージデザインを
一新しました！

組合員の声

2合でしか炊けませんか？



2021年2月 リニューアル

パッケージ裏面

旧 調理方法

- 白米2合をとき、炊飯器の目盛りどおりに水加減をします。
- 本品1袋(20g)を加えます。
(※本品は洗う必要はありません。)
- 軽くかき混ぜ、いつもどおり炊いてください。
(軽くかき混ぜた後、30分程度吸水させるとよりおいしく炊き上がります。)

●白米3合の場合は、炊飯器の目盛りどおりに水加減し、本品1袋(20g)を加えます。ごはんの色づきが、白米2合の時より、うすくなります。

●白米4合の場合は、炊飯器の目盛りどおりに水加減し、本品2袋(20g×2袋)を加えます。

※上記の配合、水加減は目安ですのでお好みで調整してください。
※本品は、炊飯器のタイマーをセットしての炊飯もできます。
※炊き上がりごはんは薄紅色に色づきます。

新 調理方法

本品は水洗いの必要はありません。

- お米をいつもの水加減にする
炊飯器の目盛り通りにします。
- 本品を加える

白米	本品	炊き上がり色
1合	1袋(20g)	濃い小豆色
2合	1袋(20g)	小豆色
3合	1袋(20g)	さくら色

- 炊飯する
軽くかき混ぜ、いつも通り炊いてください。
約30分吸水させてよりおいしく

※分量は目安ですので、お好みで調整してください。
※無洗米にも使用できます。
※タイマーによる予約炊飯もできます。

1袋あたりのお米の量を「2合用」から「2~3合用」に変更します。さらに、1合でも炊けることを裏面に表示しました。

アレンジレシピ

パッケージの
二次元コードから
アレンジレシピも
ご紹介しています。



おにぎりに



ビビンバ丼に



チャーハンに

CO-OP 再生原料使用水切りゴミ袋 エコボンリック



※各生協によりお取り扱い商品が異なります。

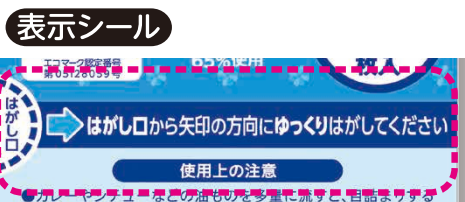
組合員の声

表示シールをはがす際、
外袋が破れてしまいました。



2020年12月 リニューアル

省ゴミ化のため、水切りゴミ袋(三角コーナー用)で包装した「簡易包装タイプ」です。
破れずにシールをはがせるよう、「はがし口」の表示を追加しました。



縦方向にはがすと袋が破れやすいので、横方向にはがすよう矢印で表示しています。

ペットボトルから再生した原料を約65%使用した不織布素材の水切りゴミ袋です。

中に水切りゴミ袋が
60枚入っています。

CO-OP &MANTINGA
バター入りハーフバゲット



本当においしい!!毎日食べても飽きない逸品!!毎週取り扱って欲しいです!!普通のパンで胸焼けする主人も、これだけは、食べ続けられると好評!!ぜひ、家族みんなが毎日の朝食で食べたいパンです!!!!!!

490222008179

CO-OP 10種の
野菜・果実ソース



このソースの旨みが大好きです。色々やりましたが辛すぎず甘すぎずソース特有の匂いが無いので使っています。普段、フライとかはソースを付けずに食べますが、このソースのある時は使います。

49522624

CO-OP アーモンドグラノーラ



アーモンドグラノーラのおいしさに感激しました。今まで本当にさまざまなグラノーラを試してきましたが、これが圧倒的に一番好みます。リピートしたいと思います。素晴らしい商品ありがとうございます。

4902220085101

CO-OP えび満月



おいすぎて、手が止まらないです。どうやったらこんなおいしいものができるんですか???さすがCO・OPさんです。尊敬します。これからもCO・OPさんについていきます。

4902220382675

CO-OP 栗粒入り
蒸しようかん



初めて買いました。主人と半分ずつペロリと食べてしまいました。甘さがちょうどよく羊羹のかたさももちりとしていてめちゃめちゃおいしかったです。また買います。

4902220401505

CO-OP いつでもおやつ
国産りんごのパイ(Ca入り)



甘さもほどよく、パイでも油っぽくなくて、日本茶やコーヒーなど何と合わせても相性がいいのもう何度も買ってます。これからもおいしい味を守ってください。

4902220115914

CO-OP 瀬戸内海産
食べる煮干し



おいしい「食べる煮干し」いつもありがとうございます。塩分も摂れ、とても重宝してます。少し食べても牛乳より、カルシウム摂れるのが魅力的です。また、かたさも無く嬉しい食材の1つです。

4902220094738

CO-OP かんたん
オールインワンジェル エンリッチ

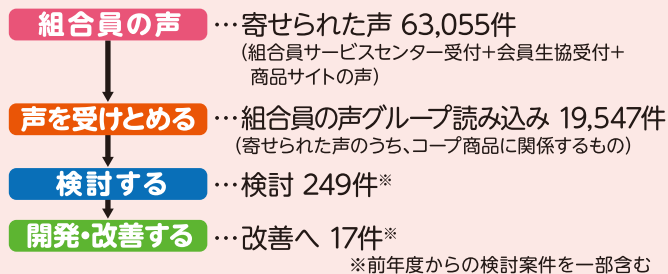


とってもよいです。コスパもよいです。定期で購入したいです。

4902220592432

声を活かす取り組み(2020年度累計)

日本生協連へ寄せられた声は、読み込み・検討を経て、改善につなげています。



あなたの声の記事になるかも!

声ニュースを読んでいただき、ありがとうございます。今後の誌面づくりの参考にさせていただきますので、ご意見をお寄せください。

アンケートはこちらから



コブでは、組合員の思いをかたちにする商品づくりを行っています。寄せられた声を商品の開発・改善に活かした例など、さまざまなコブの取り組みをご紹介します。

CO・OP商品 声ニュース

2020年12月発行

【発行元】日本生活協同組合連合会 マーケティング部
03-5778-8044 voice@jccu.coop