

北海道のおいしいを育てよう。

Cho-co-tto

ちょこっと

無料

毎月21日発行

ご自由にお持ち
ください

からしい。

6月号

2024 [vol.147]

つなぐ
COOP
SAPPORO

ぜひ、そのままを味わって！

本場ブルガリアの贅沢なおいしさ。

本場ブルガリア伝統の自家製ヨーグルトは、家庭の素焼きの壺で作られます。その味わいを独自製法「くちどけ芳醇発酵」でこのたび再現いたしました。



◆ 濃厚でクリーミー！

本場ブルガリア由来のLB81乳酸菌で丹念に発酵したヨーグルト。

◆ 後味はさわやか！

乳脂肪分5・0%でリッチな味わいなのに、飽きのこないやさしい酸味。

とっても濃厚な乳のコク

明治 ブルガリアヨーグルト LB81 プレーン
HOME MADE STORY 400g

店舗 一部なし トドック 週 毎週



これを使うと、まろやかなのに、うま味やスパイスが引き立つ味わい深いカレーに大変身！



明治
ブルガリアヨーグルト
LB81 プレーン 400g

店舗 全店
トドック 週 毎週

いつものブルガリアは
お料理にも

コクうまカレー

●材料(6人分)

- 玉ねぎ……………2個(400g)
- にんじん・1/2本(100g)
- じゃがいも 小2個(225g)
- サラダ油……………大さじ1
- 豚肉(カレー用角切り)
……………250g
- 水……………850ml
(鍋にふたをする場合は
750ml)
- カレールー……………115g
- 明治ブルガリアヨーグルト
LB81プレーン……………大さじ6
- ご飯……………適量

●作り方

- ①玉ねぎはくし形切り、にんじん・じゃがいもは皮をむいてひと口大に切り、水にさらす。
- ②鍋にサラダ油を入れ熱し、豚肉を焼きつけ①を加え、炒める。
- ③②に水を加え、沸騰したらアクを取る。火を弱め15分ほど煮込む。
- ④火を止め、ルーを割り入れる。その後、弱火で時々混ぜながら10分ほどとろみがつくまで煮込む。
- ⑤再度火を止め、混ぜてなめらかにしたヨーグルトを加え混ぜる。器にご飯、ルーをよそう。

※ルーの分量は目安です。お好みで調整してください。

目次

- 04 おうちでスープカレー
- 10 スープカレーがソウルフードになる日
ベル食品株式会社
- 18 突撃!会社訪問
スープカレー株式会社
- 22 わが家のカレーレシピ!
- 26 びっくり王子とつっこみ玉子
- 28 ちょこっとカレーな気分♪
- 32 こどもレストラン プチ
- 34 ぐらしのヒント おうちも地球もハッピーに。
- 38 COOPのあたらしいあたりまえ塾
- 40 奨学金返済支援制度
- 42 トドレボ
- 48 大人気の「たまごスープ」
おいしさのヒミツ大解剖
- 50 明日は父の日。
- 52 あのコープ商品、食べてみました!
- 54 おいしく節約エコレシピ
- 56 今月のおすすめ夏ギフト
- 57 今月の国内イチ推し「限定」ツアー
インフォメーション
- 58 ちょこっとニュース
- 62 世界が認めるドラマーYOYOKAファミリーの幸せのパーツ
- 64 今月のレシピインデックス・今月のプレゼント
- 65 6月コープさっぽろお買得カレンダー



特集 スープカレー

第147号
2024年5月21日発行(毎月21日発行)
発行元/コープさっぽろ広報部
札幌市西区発寒11条5丁目10-1
TEL 050-1741-5516
印刷/(株)須田製版
発行人/大見英明(コープさっぽろ)
編集人/長谷川美穂(コープさっぽろ)
アートディレクション/佐孝優
デザイン/佐孝優、こぐれけいすけ
穴戸香織
編集/青田美穂、長谷川圭介
能戸英里、こぐれあいこ、竹村貴子
本間千洋、中田明美、田村裕子
阿部登茂子、日當直美
池真由、對馬千恵、木村野乃香
前田帆乃香
校閲/松澤聖子
●本紙記事・写真の無断転載、複写、加工、
使用を禁じます。
●「QRコード」は株式会社デンソーウェア
の登録商標です。
間伐で未来につなぐ北の森
この用紙は原材料の一部に北海道の間伐
材を使用しています。



表紙デザイン/佐孝優、穴戸香織
撮影/阿部雅人 スタイル/菅原美枝

(商品のお取り扱い表記)

- 店舗**・・・店舗でのお取り扱い
- トドック** トドックでのお取り扱い
- 週**・・・週刊トドック企画週
- 北**・・・北海道店トドック企画週
- 折**・・・折込みチラシ企画週
- 保**・・・保存版カタログ名

※表示価格は特に記載のない限り
税込となります。



コープさっぽろは持続可能な開発目標(SDGs)を実践しています。



インスタで
表紙の撮影裏話も
公開!



Cho-co-tto
バックナンバーは
こちらから!

スープカレー



ゴロンと大きな野菜たち。
存在感抜群のチキンレッグ。
スプーンでひと口すくえば
スパイスの複雑な香りと辛み
そして野菜のあまりのおいしさに
こころが躍り出します。

道民のソウルフード「スープカレー」。
でも、おうちで作ったことのある人は
どれぐらいいるでしょうか？

おうちです

読者アンケート※によると

作ったことがないと答えた方は45%。

本当の意味で郷土料理と

いわれるようになるのは

家庭の台所に入ってこそ

…なのかもしれません。

夏野菜がおいしい季節です。

おうちでスープカレー

作ってみませんか？





3



チキンレッグに火が通ったら一度取り出し、野菜を炒める。

1



フライパンに油をひき、チキンレッグを中火でふたをしてじっくり焼く。

4



鍋にお湯または左ページの鶏ガラだしと「スープカレーの作り方」を加えて溶かし、ひと煮立ちさせる。

2



野菜を食べやすい大きさに切り、じゃがいもとにんじんはラップに包み電子レンジ500Wで3分程度加熱する。

5



チキンレッグと野菜を器に盛り付け、④のスープをかけてできあがり。

前のページを見て 作りたくなったあなたに! 王道チキンカレー

調理時間 約20分

約608kcal、塩分4.9g/1人分

●材料(1人分)

- チキンレッグ……………1本
- じゃがいも(中)……………1個(120g)
- にんじん……………1/4本(50g)
- なす……………1/2本(40g)
- ピーマン……………1/2個(20g)
- れんこん……………1/4節(45g)
(厚さ5mmの輪切り)
- サラダ油……………適量
- スープカレーの作り方 45g
- お湯……………1カップ(200ml)

これ使いました!



ベル食品
スープカレーの作り方(中辛) 180g

辛さは他にも4種類。詳細はP17へ!

店舗 一部なし

トドック保 いつでもトドック Vol.21 ●注番号 23262

今日からおうちで楽しめる! 王道スープカレー!

こだわりたい方はだしでスープに深みをプラス!

基本の鶏ガラだしの取り方

スープカレーに使うお湯を鶏ガラだしにすると、もっとおいしい!

●材料 鶏ガラ…1羽 しょうが…1片 ねぎ(青い所のみ)…3~5本 水…3リットル

●作り方

- ①鶏ガラを水で洗い、血を洗い流す。鶏ガラがひたるくらいのお湯(分量外)を鍋に用意する。
- ②鍋のお湯が沸騰したら、鶏ガラを30秒ほどお湯にくぐらせ取り出す。
- ③血あいなどを取り除きながら洗う。包丁で骨を割り5cmほどにカットする。
- ④鍋に水と鶏ガラを入れて強火で加熱する。
- ⑤アクが出てきたら取り除く。
- ⑥ねぎとしょうがを加え、鍋のふたは閉めずに弱火でじっくりと煮込む。
- ⑦1時間~2時間程煮込んだら鶏ガラをザルでこし、できあがり!



血合いはきれいに取り除いてください。
グラグラ沸騰させないように注意!

POINT

30分程するとアクが出なくな
ってきます!

ラーメン、炊き込みごはん、煮物や鍋など
さまざまな料理に応用可能です◎



具材を アレンジ してみる

組み合わせは
自分好みにしていいんです！

●作り方

- ①じゃがいも、にんじんをラップに包み、電子レンジ500Wで3分程度加熱する。
- ②鍋にサラダ油を熱し、厚揚げ、ピーマン、なす、れんこんと①をよく炒める。
- ③鍋にお湯(鶏ガラだし)と「スープカレーの作り方」を加えて溶かし、ひと煮立ちさせる。
- ④①と②を器に盛り、③のスープをかけてできあがり。

ほたてと根菜の スープカレー

■ 調理時間 約20分

約225kcal、塩分4.9g/1人分

●材料(1人分)

ほたて……………2個
塩・こしょう……………各少々
揚げ油……………適量

A	にんじん……………1/4本(50g)	スープカレーの作り方
	(食べやすい大きさに切る)	(推奨:甘口)……………45g
	れんこん……………1/5節(30g)	お湯……………1カップ(200ml)
	(厚さ1cmの輪切り)	水菜……………20g(ざく切り)
	ごぼう……………1/3本(20g)	
	(ピーラーで薄く切る)	

●作り方

- ①ほたてに軽く塩、こしょうを振って下味をつける。
- ②170℃に熱した揚げ油でAの野菜をそれぞれ素揚げして、続いて①も素揚げする。
- ③鍋にお湯(鶏ガラだし)と「スープカレーの作り方」を加えて溶かし、ひと煮立ちさせる。
- ④②と水菜を器に盛り付け、③のスープをかけてできあがり。

王道スープカレー!



ヌルネバカレー

調理時間 約15分

約221kcal、塩分4.7g/1人分

●材料(1人分)

長いも……………50g
納豆……………1パック(40g)
なめこ……………1/2袋(50g)
おくら……………2本(20g)
温泉たまご……………1個
スープカレーの作り方……………45g
お湯……………1カップ(200ml)

●作り方

- ①おくらは輪切りに、長いもは叩いて適当な大きさにし、食感を残す。なめこおくらを熱湯でサッとゆでる。
- ②鍋にお湯(鶏ガラだし)と「スープカレーの作り方」を加えて溶かし、ひと煮立ちさせる。
- ③①と納豆、なめこ、温泉たまごを器に盛り、②のスープをかけてできあがり。

野菜スープカレー

調理時間 約15分

約250kcal、塩分4.5g/1人分

●材料(1人分)

厚揚げ……………50g(1cm幅に切る)	れんこん……………20g(厚さ5mmの輪切り)
じゃがいも 70g(ひと口大に切る)	サラダ油……………13g(大さじ1)
にんじん……………50g(ひと口大に切る)	スープカレーの作り方……………45g (推奨:マイルド)
ピーマン……………20g(ひと口大に切る)	お湯……………1カップ(200ml)
なす……………40g(食べやすい大きさに切る)	






スープカレーが ソウルフードに なる日

ベル食品株式会社





「おうちでスープカレー」コーナーで
使用した「スープカレーの作り方」。
コープさっぽろのお店でも
おなじみのスープカレーの素です。
今回は（関係者以外立入禁止）の
製造工場＆開発室に潜入！
「スープカレーの作り方」の
作り方をこっそり覗いてきました。

一つのミスも命に関わるから 「万が一」が許されない世界

おじやましたのは、ベル食品の関連会社で石狩市にある三栄食品株式会社。「スープカレーの作り方」シリーズはすべてこちらで製造しています。車を降りれば風に乗ってスパイスの香りがふわり。もうこの香りだけでご飯が食べられそうです（ご飯を持ってくればよかったかな）。

場内は工場長の福留宣亨ふくるのあきひろさんが案内してくださいました。工場に入るには白衣に着替えます。ヘアキャップをしつかりと被り、マスクを着用。工場の中へ持ち込めるのは必要最低限のものだけ。腕時計や指輪なども外します。芯が折れる可能性のあるシャープペンシルは、芯が食品に混入する恐れがあるため厳禁です。

それではさっそく工場内へ。まず目に飛び込んできたのはニードルと呼ばれる大きな攪拌機でした。スープカレーの素の製造はこの機械だけで完結します。ニードルにオニオンティーやにんにく、スパイスなどの材料をすべて投入し、85℃で加熱しながら煮込むようにかき混ぜます。特別に中を覗かせてもらいました。ニードルのフタを開けた瞬間、鮮烈なス



洗浄作業はなによりも大事。製造後はすべての部品を分解して隅々まで丁寧に手洗する



最終の箱詰め工程。異物が混入していないか、日付は間違っていないか、目視で確認する



笑顔の福留工場長。三栄食品は食品安全マネジメントシステムの国際規格ISO22000取得



一度に最大500リットルの材料を混ぜ込むことができるニーダー。加熱しながら材料を練り込み、10分ほどでスープカレーの素が完成



ニーダーで製造したスープカレーの素は、検査の後、瓶に充填する。1日の製造量は400ケース(4800個)。夏に製造のピークを迎える

パイスの香りがふわーっと立ちのぼり、マスクの下の鼻腔が限界まで膨らみます。ああ、ご飯を持ってくればよかった…(持ち込み厳禁です)。ちなみに材料は闇雲やみくもに投入しているわけではありません。投入量はもちろん、入れる順番も厳密に決められています。ニーダーは大きな鍋のようなもの。加熱時間やかき混ぜ具合で香りや味わいが変わります。そのため製造工程はすべてデータ化して管理し、各段階で作業者が端末を使って確認を行うことで、材料の入れ間違いや手順ミスを防いでいます。

ニーダーで練り上げたペーストは建物内の品質管理部門へ送られます。pHやブ릭クス(糖度)を計測

し、実際に試食して異常がないことが確認できたら、瓶詰め工程に進みます。瓶にペーストを充填じゅうけんし、ラベルを貼って箱に詰めたら完成です。各工程ではスタッフが商品に異常がないか目視でチェックします。「異物やアレルギー物質の混入、衛生面の不備があれば、食べる人の健康、命に関わります。『万が一』は許されません。ミスをゼロにするためにダブルチェックはもちろん、さまざまなりスク回避に努めています。窓も開けられないのでこれからの季節は暑さで大変です。肉体的にも精神的にも厳しい中、みんな本当によくやってくれています」と福留さんはスタッフへの感謝を口にします。

スープカレーの 作り方、を作る

続いて札幌市西区の住宅街にあるベル食品の本社を訪れました。食品工場を併設しているため、建物の外までおいしそうな香りが漂っています(ラーメンスープかな? 焼き肉のタレかな?)。今回は特別に開発室の取材を許可していただきました。

開発室では白衣姿のスタッフが真剣な表情で机に向かっていました。目の前には理科の実験で使うようなビーカーやメスシリンダーが並んでいます。「ここでは自社製品やOEM(他社ブランド製品)の開発を行っています」。案内してくださったのは開発部の中島隆志部長(なかしま たかし)です。実験室にはスパイスやガーリックパウダーなどの粉末原料、肉類や魚介のエキス、野菜ペースト、油、調味料など、数え切れないほどの原料がストックされ、カレーや鍋つゆ、焼き鳥のタレなどさまざまな食品を開発しています。スタッフは錬金術師さながらにこれらを調合して新しい味を生み出します。無限ともいえる組み合わせから最適解を導き出すのは簡単ではないはず。ところが中島さんは「ここにある材料で新しくおいしい



開発室は工場のミニチュア版。小鍋で試作を繰り返してレシピを調整し、工場の製造量にスケールアップする



試作段階ではスタッフで何度も試食して調整。おいしいだけでなく、コスト面や作りやすさも重要なポイント

ものを作るのはそれほど難しくありません。それよりも何かと『同じ味』を再現する方がはるかに難しく、知識と経験がものをいう」といいます。そのために開発スタッフは材料それぞれの味、特徴、効果を頭と舌にたたき込みます。「慣れてくると飲食

店で食べた料理の7割は再現できる
ようになる」そうです。

「スープカレーの作り方」もまた、
ここで誕生しました。きっかけと
なったのが、2004年にタレントの
大泉洋さんとベル食品が共同で開
発したレトルト商品「本日のスープ
カレーのスープ」です。同商品は専門
店レベルまで材料や製法にこだわ
り、スープだけで1食500円（当
時）という高価格帯ながら大ヒット
を飛ばします。それまでスープカ



スープカレーは香りが命。スパイスを入れすぎれば苦くなり、スープのうまみを強調すれば香りが弱くなるという



開発部門のリーダーで入社29年の中島隆志さん(左)と、営業部門を率いる入社36年の石塚良隆さん(右)

レーは「外で食べる」のがあたりまえ
でしたが、「家庭で食べる」スープカ
レーの成功例となりました。とはい
え1食500円では日常使いには向
きません。そこでベル食品の強みで
ある濃縮技術を生かして、1食10
0円の家庭用スープカレーの素を開
発するプロジェクトが始動します。

最大の壁が「香り」でした。一般的
にカレーは「2日目がおいしい」とい
われますが、それはルーカレーの話。
スープカレーは熟成された一体感よ
りも、スパイスそれぞれが個性を主
張し合うおいしさが魅力です。材料
を練って加熱し、瓶詰めする濃縮
ペーストは時間がたっても品質が変
わらないのが特徴ですが、かえって
「起伏を出すのが難しい」と中島さ
んはいます。そのため風味立ちの
良いフレッシュなスパイスを厳選す
ることはもちろん、調理の順番も工
夫します。たとえば「スープカレーの
作り方(中辛)」は焦がしバジルの香
りが持ち味ですが、ニードーに最初
にバジルと油を投入して「炒める」
工程を加えることでバジルの風味を
引き出しています。お湯で溶かすだ
けの簡便性と日常使いできる価格、
その上でお店に負けないような味を
実現するというミッションに挑んだ
のがこの商品でした。

スープカレーを作る、を作る

ところで、ユニークな商品名や、商品の顔となるパッケージ正面にレシピを載せるという大胆なデザインはどうして生まれたのでしょうか？営業第一部の石塚良隆部長は次のように語ります。「当時はスープカレーといえば外食が基本。作ったことのない方がほとんどです。『どうやって作ればいいんだろ？』というのがお客さまの率直な思いでしょう。だったら『作り方』を前面に持つてこよう。これを手に取れば誰でもスープカレーが作れるという商品にしたかったんです」。なるほど、家庭用スープカレーの市場がまだ開拓されていない中で、商品を通じてスープカレーを（家庭で作る）ことをへ作り出す（試みでもあった）のです。

しかし、「軌道に乗るまでは苦勞した」と石塚さんは振り返ります。それでも辛抱強く販売を続け、2009年には白湯スープで辛みをまろやかにした「マイルド」をリリースしました。一方で、各社がレトルトタイプや濃縮タイプなどを続々と開発し、家庭用スープカレー市場は徐々に拡大。それに伴って「スープカレー

の作り方」シリーズの売り上げも伸びていきました。ベル食品が家庭用スープカレーにこだわったのはなぜか。それは「北海道のソウルフードメイカー」というベル食品のタグライン（企業のブランドメッセージ）に表れています。1954年に日本で初めて家庭用ラーメンスープ「華味」を開発し、1956年に「成吉思汗のたれ」を開発するなど、これまでも数々の北海道のソウルフードを食卓へ持ち込んできました。現在、「スープカレーの作り方」シリーズは甘口から辛口、さらに専門店監修の商品まで、年代を問わずスープカレーに親しめるよう5アイテムを展開しています。近年は道外でも少しずつ販路を広げているそうです。

ルーカレーが一体感を楽しむカレーなら、スープカレーは素材の個性を楽しむカレーです。お肉も野菜も納豆さえも、ひとたびスパイスの魔法にかかれば、秘めたおいしさが引き出されます。さて、今日は何を買って帰ろうかな。取材の帰り、鼻の奥のスパイスの香りを探しながら、買い物に思いを巡らせるのでした。

ベル食品の「スープカレーの作り方」は、全道のコープさっぽろ店舗、宅配トドックでお取り扱いしています（商品によりお取り扱いのない場合がございます）。

＼ 2023年 /



ガラク
スープカレーの作り方
濃厚和だし

＼ 2023年 /



スープカレーの作り方
辛口

＼ 2016年 /



スープカレーの作り方
甘口

＼ 2009年 /



スープカレーの作り方
マイルド

＼ 2005年 /



スープカレーの作り方
(中辛)

突撃！会社訪問

スープカレー株式会社

ここは札幌にある架空の会社「スープカレー株式会社」。

今ではすっかり全国区になったスープカレーの秘密に迫るため取材班はこの会社を電撃訪問。

スープカレーのあれこれを頭皿社長が大いに語ります。



頭皿社長

社員心得

- 一、^{なんじ}汝、残さず食べるべし
- 一、辛さ自慢は野暮^{やぼ}の極み
- 一、野菜は努めて北海道産
- 一、ルー先輩は偉大なれど憧れるのをやめましょう

会社概要

商号	スープカレー株式会社
創業	誕生は1970年代
設立	命名は1993年頃
本社所在地	札幌
事業所	全国津々浦々

そもそもスープカレーって？

ようこそ！わが社へ。え？ スープカレーとは何かだった？ 正直、厳密な定義づけは難しいけど、少なくともルーカレーをのぼしてシャバシャバにしたものではないことだけはご理解を。特徴としては、①サラサラとしたスープ状、②鶏ガラや野菜などでだしを取る、③鶏肉や野菜など大ぶりの具材、かな。だしを取るという意味では、作り方はルーカレーよりもラーメン寄りですな。

ご飯をスープに
ドボン派



スープとご飯は
別々に食べる派



スープを
ご飯にかける派



ご飯をひと口ずつ
スープに浸す派



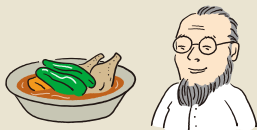
スープカレーの作法は？

基本的にはどう食べてもOK牧場。食べ方は次の4通りからお好みで。ちなみにワタシはスープとご飯は別々派。スープを3口いって、ご飯1口がベストなんだけど、最後にご飯が残るとフギーってなるのです。

①創業期[1970年代]

始まりは薬膳カリイ

たつじり むねお
辰尻宗男さん(アジャンタ創業者・故人)がスパイスや漢方薬を調合した薬膳スープを作り始める。これがスープカレーの元祖とされる。当初はだしを取った後の材料は捨てていたが、お客さんからの要望でチキンレッグや野菜が入るようになったという。



②黎明期[1990年代前半]

これをスープカレーとする

しもむらた いざん
下村泰山さんがマジックスパイスを開店。インドネシア料理のソトアヤムをヒントにサラサラとしたスープ料理を考案し、これをスープカレーと命名する。なじみやすいネーミングから、他店でもスープカレーの名前を使うようになった。



③成長期[1990年代後半]

スープカレーが一般化

90年代前半までは「食べるサブカルチャー」といった空気でまだまだ一般的ではなかったが、90年代後半からエスニックブームを受けて多業種からの参入もあり、さまざまな調理法が開発される。1999年には情報誌での特集も生まれ、市民権を得ていく。

ブームの火付け役となった札幌らっきょ(1999年開店)のスープカレー



④成熟期[2001年~]

スープカレーは全国へ

空前のスープカレーブームが到来。首都圏をはじめ道外でもスープカレー専門店が続々とオープン。お土産用のレトルトスープカレーや、自宅で調理するためのペーストなども誕生。2004年頃からは学校給食にもスープカレーが登場するようになる。

学校給食のスープカレー



◎スープカレー年表

2018年	2007年	2005年	2004年	2003年	2002年頃	1999年頃	1993年	1980年代	1975年
ベル食品が7月22日を「スープカレーの日」に制定。	農水省「郷土料理百選」の「御当地人気料理特選」に選出。	ハウス食品「スープカレーの匠」発売。	ベル食品が大泉洋さんと共同で「本日のスープカレーのスープ」開発。	横濱カレーミュージアムにマジックスパイスが出店。知名度は全国区へ。	スープカレーブーム到来。	さまざまな店が誕生し、スープカレーが一般に浸透し始める。	マジックスパイス開店。スープカレーという言葉が生まれる。	スリランカ狂我国、木多郎が開店。	辰尻宗男さんが喫茶店を開店。薬膳カリイを作り始める。



昔はアングラなイメージだったけど、今は学校給食に出るぐらいだから、隔世の感ありません。

社員紹介

ルーカレー社は玉ねぎやじゃがいもが溶け込んで混然一体となった全員野球のおいしさが魅力だけど、ウチはむしろ逆。わがスープカレー社の二丁目一番地は個性。溶け合わない、迎合しないところに面白さがあるよ。自慢の社員を紹介するかね。



れんこん

製造部 根菜課 主任

見た目は地味だね。そうかと思うとシャキッとして、場の空気を変える力がある。薄くスライスしてバリッと素揚げしてもいい。穴があるからって、あなどっちゃいけないもんだ。



ブロッコリー

営業部 夏野菜課 係長

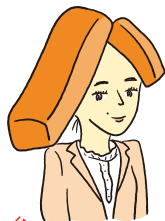
いったい誰だい？最初にブロッコリーを素揚げしてスープカレーに入れたのは。エジソンもぶったまげの大発明だよ。少し焦がしたぐらいの香ばしさと甘みがたまらんのよ。



とり

専務とり締役

創業以来、わが社を支えてくれている一番の功労者。スプーンでほぐれるほどしっかり煮込まれてクタクタになったチキンレッグは最高だよな。…しかし、ムネ肉はどこいった？



にんじん

人事部長

彼女も創業メンバーの一人だね。気負いもあったのかな、昔はちょっとクセが強くて、箸でつまみ出されたものさ。ところが今じゃすっかり甘くなって、子どもからも大人気だよ。



じゃがいも

製造部長

彼は元ルーカレー社の重鎮なの。ヘッドハンティングってやつよ。ゴロツと存在感があるでしょ。そのくせスープに溶け込むのがうまい。彼を悪くいう人を見たことがないね。



なす

営業部 夏野菜課 課長

油とチームを組ませるといい仕事をするね。見てごらんよ！あの、つややかな黒紫色の皮を。夏から秋にかけては特に肌つやがいいぞ。格子状の切り込みも味があるよね。

読者アンケートの結果はこちら！

好きな具材

1位	鶏肉	22.3%
2位	なす	12.9%
3位	ブロッコリー	7.0%
4位	じゃがいも	6.4%
5位	れんこん	6.2%

他にもピーマン、かぼちゃ、玉ねぎ、エビ、ラム、豚肉など、紹介したい社員がいっぱい! ちょっとクセがあったり、周りに少し浮いているぐらいが、うちにはちょうどいいんだ。



スパイス支社紹介

スープカレーの香りや辛さを担うスパイスは、いわばわが社の心臓部。
スパイス支社は主に海外籍の有能なスタッフに支えられておる。
代表的なスパイスを皆さんに紹介するぞ。

ターメリック

カレーの黄色い色のもと。別名ウコン。肝機能を助ける働きがあり、二日酔い対策の飲料にも使用される。

フェネル

スープカレー独特の爽やかな香りを生み出すスパイス。別名ウイキョウ。消化促進や消臭効果が期待できる。

コリアンダー

カレー特有の香りと味わい。タイ語でパクチー。種を乾燥させたものがコリアンダーでかんぎつ類に似た香り。

クミン

「カレーのいいにおい」は、実はクミンの香りを中心。その意味では日本人にはとてもなじみ深いスパイス。

カルダモン

清涼感のある独特な芳香、ピリッとした辛みとほろ苦さがある。少量でも香り高いのが特徴。

シナモン

世界で最も古くから使われてきた「スパイスの王様」。甘みを引き立てる香りで菓子に使われることも多い。

ナツメグ

ひき肉をはじめとする肉料理全般、各種野菜料理、卵・乳製品など幅広い用途で使われる風味づけスパイス。

クローブ

独特の香りはスパイスの中で最も強い部類で、くさみ消しに使われる。中世の西欧では魔除けに使われた。

おっと、もうこんな時間! 次のアボがあるのでワタシはドロンします。それでは皆さん、さようなら。ソウフルでスパイシーな人生を!!



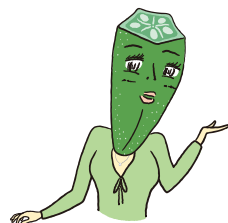
納豆



新規事業部長

異彩というか異臭というか。入社当初は完全にミスマッチかと思いきや、それがどうだい。このポテンシャル! それもこれもスープカレー社の懐の深さのおかげかな。ワッハッハ。

オクラ



新規事業部 主任

粘りがあるよね。彼女はたしか南国の出身だったかな? 熱湯でサッとゆでたら色合いもいいしね。あの納豆と相性がいいっていうんだから重宝するよ。ただならぬ仲なのかい?

ゆで卵



総務部長

癒やし系だね。スープが辛ければ辛いほど実力を発揮してくれる。辛さで舌がマヒしたときにゆで卵を一口挟むと味覚がリセットされて、またがんばろうって気持ちになるんだな。

きのこ



総務部 平社員

こういうとアレだけど、じめっとした所の出身だね。「生えちゃった」みたいなどころがあるよね。だけど、いいダシが出るのよ。しめじ、舞茸、エリンギ。みんな、大歓迎さ!



スパイシーフライドポテト

●札幌市 佐々木様

材料(2~3人分) ジャガイモ3個(約300g)、A[塩小1/3、カレー粉小1/2、黒こしょう少々]

作り方 ジャガイモを洗い、皮付きのままくし型に切る。160度の油でこんがり揚げ、熱いうちにAをふりかけて全体にまぶす。

わが家の カレー レシピ!

494通のご応募をいただきました。
ありがとうございます!

読者の皆さんから寄せられた
レシピをご紹介します。

●大1=大さじ1 小1=小さじ1

あなたのいちおしレシピをP64のアンケートでお寄せください。採用された方にはコープさっぽろギフトカード500円分をプレゼント!
応募締め切りは6月10日(月)。

※同様のレシピの場合、採用させていただく方は編集室で選定しております。記載の分量は編集室による参考分量です。また、プレゼントは変更になることがあります。ご了承ください。

次のお題 **米**レシピ

編集/竹村貴子 スタイルング/尾崎綾
撮影/KATOMI デザイン/佐孝優



カレー肉じゃが

●旭川市 アレン様

材料(4人分) A[じゃがいも5個、玉ねぎ1/2個、人参1/2本]、干切りしょうが1片、スナッペンどう4個、豚こま切れ肉150g、油大1/2、B[酒大1、砂糖小1、だし汁150ml]、しょうゆ大1、カレールー20g

作り方 鍋に油を熱し、しょうがと食べやすい大きさに切ったAを炒める。油が全体になじんだら、豚肉を加えて炒める。肉の色が変わったらBを順に入れ、ふたをして約5分煮る。しょうゆ、カレールーを加えてさらに15分程煮る。できあがり直前にスナッペンどうを加えて野菜に火が通ったら完成。

キャベツのカレーマリネ

●札幌市 M.M様

材料(2人分) キャベツ200g、A[塩小1/2、カレー粉小1/2、レモン汁小1、オリーブオイル小1]、クミン(ホール)お好みで適量

作り方 千切りにしたキャベツにAを加えてよく和える。器に盛り、クミンをふりかけ完成。



きのこ豆の時短カレー

●札幌市 ひろひろ様

材料(2人分) しいたけ1/2袋、しめじ1/2袋、しいたけ1/2パック、にんにく1片、油大1、塩・こしょう各少々、ミックスビーンズ55g(1袋)、水350ml、カレールー3片

作り方 鍋に油を熱し、つぶしたにんにくを入れる。にんにくの香りが立ったら食べやすい大きさにしたきのこを炒める。塩、こしょうを振り少し炒めたら水を加える。沸騰したらミックスビーンズ、カレールーを加える。あっという間に完成です。



残りカレーで 焼きカレー

●佐呂間町 りこびん様

材料(1人分) 残りカレー200g、ご飯200g、卵1個、溶けるチーズ20g

作り方 耐熱皿にご飯を盛りカレーをかけて、真ん中にくぼみを作っておく。全体にチーズを降りかけて、くぼみに卵を割り入れる。180度のトースターで約10分焼き、こんがり焼き色がついたらできあがり。

カレー味玉

●札幌市 R.M様

材料(2人分) 卵4個、A[カレー粉小1/2、しょうゆ、みりん、水各大2、砂糖小1、つぶしたんにく1片]

作り方 小鍋にお湯を沸かし沸騰したら卵を入れて8分ゆで、殻をむく。みりんは耐熱容器で電子レンジに入れて600Wで50秒ほど加熱する。密閉袋にAとゆで卵を入れて2時間以上冷蔵庫でつけ置く。



カレーラーメン

●北広島市 ちっちゃん様

材料(1人分) 中華麺1食、A[水400ml、中華スープの素小1]、みそ大1、カレールー1かけ(20g)、小ねぎやお好みの具材適量

作り方 小鍋にAを入れ沸騰させる。火を弱めてみそ、カレールーを入れる。器にゆでた中華麺を入れ、スープとお好みで具材をのせてできあがり。

おうじ ぴっくり王子 と たまご つこみ王子

さく・え： W.けいすけ

いそがしい いそがしい！
ちこくだ ちこくだ！
わ！

すまない すまない
いそいでいた もんで。
だいじょうぶかい？



あたまさら
しゃちよう



いい しょもんだ。
カレーが ちやいろなのは
3つの りゆうがある。

へいき
へいき
でも なんて
カレーは
ちやいろなの？



① ためたぎの
いたまね
いたまね
いたまね



② ためた
こむぎこの
いろ



③ スパイスの
いろ



カレーを つくるときには

たまねぎや こむぎこを
いためるけれど

そのときに 「やきいろ」が
ついて ちやいろく なるんだ。



そこに ターメリック(きいろ)や
コリアンダー(ちやいろ)などの
スパイスの いろも くわわって
ますます ちやいろに なるんだよ。

ちなみに
せかいには
いろんな
カレーが
あるぞ。

カレーのためなごこんでも



イギリス
にほんのカレーのルーツ。
シチューのようによくにこ
んだコクのあるあじわい



ドイツ
トマトソースをつかった
カレーあじのソーセージ



カレーブルスト

インド
カレーをうんだくにインドではいろいろな
りょうりにスパイスをつかう



ひきにくのカレー



ほうげんぼうのカレー

ベトナム
ココナッツミルクと
さつまいもをつかつ
たあまいカレー



カレーガー



タイ グリーンカレー(みどり)
みどりいろやあかいろのとうがらしを
つけたからいカレー



レッドカレー(あか)



イエローカレー(きいろ)

すまんが これから カレーの こくさいかいぎに
しゅつせき しなくちゃ ならないんだ。
きみたちも スパイシーにいきろよ!



おっカレーさまです!

ついでにラッシーも
作っちゃおう！



混ぜるだけ！
飲むヨーグルトで簡単ラッシー

●作り方(2~3人分)

飲むヨーグルト(250g)に牛乳(200ml)、砂糖(大さじ2)とレモン果汁(大さじ2/3)を加えて混ぜる。氷を入れたグラスに注ぐとよりおいしい！

これ使いました!

コープの道産生乳と
てんさい糖だけの飲むヨーグルト
500g

店舗 全店 トドック 週 6月4週



ポッカレモン100 120ml

店舗 全店

トドック 保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 21722



まずはサラダ！
野菜はお好みでアレンジOK！



カレー屋さんのサラダ

●作り方(1人分)

お好みの生野菜(ミニトマト、きゅうり、千切りキャベツなど)を盛り、食べやすくカットしたゆで卵、ホールコーンを適量のせ、ドレッシングを回しかける。

これ使いました!

インドカレー屋さんの
謎ドレッシング® 190ml

昨年SNSでも話題!玉ねぎ・にんじんたっぷりの、
野菜の甘みを生かしたドレッシング。

店舗 一部なし トドック なし



レシピは
ほかにも
たくさん!



ちよこつと カレーな気分♪

第3弾

今回は、カレーに合うサラダやラッシーも合わせてご紹介いたします。
定番の夏野菜カレーとキーマカレー、カレーのリゾットやヌードルも要チェック!



レンジで10分!ドライキーマカレー



●作り方(2人分)

ひき肉(150g)、玉ねぎ(1個、みじん切り)、トマト(1/2個、1cm角切り)、ドライキーマカレー(1袋)を耐熱ボウルに入れて軽く混ぜる。ラップをふんわりとかけ、電子レンジ600Wで約10分加熱する。その間に、お好みでサラダや付け合わせなどを準備する。終了後、ごはんとともに盛り付ける。

詳しい
レシピは
こちら!



エスピー食品

ドライキーマカレー(パウダータイプ)

中辛 2皿分×4袋

ひき肉・玉ねぎ・トマトがあれば、香り豊かで濃厚な味わいのドライキーマカレーが簡単にできあがります。



店舗 一部なし **トドック 保** いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 23248

ベビーほたての夏野菜カレー



●作り方(4~5人分)

油を熱した鍋で玉ねぎ(1個、薄切り)、なす(2本、輪切り)、パプリカ(1個、細切り)を加えて炒め、火を止める。フライパンに油を熱し、チューブにんにく少々、えび(5尾)、ベビーほたて(200g)を炒め、水(650ml)と白ワイン(大さじ1)を加えて蒸し煮する。鍋にルーを割り入れて溶かし、最後に、炒めたシーフードとトマト(1個、ひと口大)を加えてひと煮立ちさせる。

詳しい
レシピは
こちら!



ハウス食品

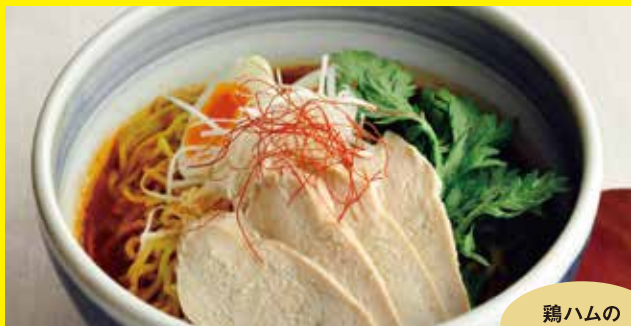
ジャワカレー 中辛 185g

口に広がる香辛料の爽快な香りと辛さ、ローストオニオンの深いコクが特徴。スパイシーで深みのある味わい。



店舗 全店 **トドック 保** いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 23225

カレーヌードル



鶏ハムの
作り方はこちら!

●作り方(1人分)

鍋にお湯200mlと「スープカレーの素」1袋を加えて溶かし、ひと煮立ちさせる。ゆでて湯切りした中華麺を器に入れる。香味油とスープを注ぎ「辛みの素」をお好みの量入れる。好きな具材(おすすめは鶏ハム)をトッピングしてできあがり。



ベル食品

スープカレーの作り方 プレミアム濃厚チキン 122g

チキンの濃厚な旨みでリッチな味!2食入のプレミアムバージョンのスープカレーです。

店舗 全店

トドック 保 いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 25261



ハセミホ

どちらもベスト状態で使いますし、溶かすだけで深い味わい!

おすすめスープカレー
アレンジレシピ

きのこのカレーリゾット



●作り方(2人分)

鍋に油をひき、玉ねぎ(1/2個、みじん切り)、しいたけ(4枚、細切り)、まいたけ・しめじ(各1/2パック)を炒める。水300mlと「スープカレーの作り方 マイルド」大さじ4を入れて混ぜ、煮立ったらご飯300gを入れて混ぜる。皿に盛り、ミックスチーズをのせ、お好みでパセリを振る。

ベル食品

スープカレーの作り方 マイルド 180g

白湯スープで辛さマイルドながら、じっくり炒めた野菜とスパイスのkokはしっかり。1瓶で4人分作れます。

店舗 全店

トドック 保 いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 23261



ボーナス
ポイント

コープさっぽろ店舗にて「スープカレーの作り方」シリーズと「鶏もも肉」の同時購入で
ボーナスポイント30ポイントプレゼント! ————— 期間/5月21日(火)~6月20日(木)



※詳細はトドックアプリをご確認ください。
ダウンロードはこちらから!





雪印メグミルク

～植物由来の新商品をつくりました～

わたしにも社会にもやさしい、 新しいプラントベース※1 飲料が誕生!

雪印メグミルクが、乳製品で培ってきた技術を生かし、環境問題に配慮した商品です。



編集室いけ

香ばしいオーツ麦の風味と、
やさしい甘みでクセがなく、
毎日続けやすいそう!

口に入れた瞬間、
えんどう豆の味わいを
ほのかに感じながらと飲みやすい!



大豆・アーモンドより
生産時のCO₂排出量が少ない



低脂肪で、
アレルギー表示28品目対象外。



編集室あへ

New 53 kcal

Plant Label
Pea Drink(ピードリンク) 200ml

店舗 一部なし トドック なし

植物性たんぱく

たっぷり食物繊維※2

低糖・低脂肪

New 71 kcal

Plant Label
Oat Drink(オーツドリンク) 200ml

店舗 一部なし トドック なし

たっぷり食物繊維※2

1日分のビタミンD・B12

低脂肪

※画像はイメージです。

※1 プラントベースとは、植物由来の原料からつくられる食品のことです。

※2 食品表示基準では「たっぷり食物繊維」は100kcal当たり3.0g以上のものに表示可能です。「ピードリンク」には9.6g/100kcal、「オーツドリンク」には7.8g/100kcal含まれます。



2 ざいりょうをまぜる!

バターのボウルに
☆をぜんぶいれてまぜる。

カレーこ&さとう



パンこ



しお



大望
じゃがいもフレーク
60g

店舗 一部なし

トドック

●注文番号 81226

さあ、つくろう!

1 じゅんびしよう!

ボウルにバターをいれて
500Wで20びょうレンジにかける。



ゴムベラでねる。



べつのボウルで
マッシュポテトと
ぎゅうにゅうをまぜる。



こども レストラン プチ

はじめてのりょうりをおうえん!
おうちのひとといっしょにつくれる
かんたんレシピ♪

まぜて、めって、やいたら
カレーパン

よういするもの(ふたりぶん)
 バター.....50g
 マッシュポテト.....おおさじ2
 ぎゅうにゅう.....おおさじ3
 フライドオニオン.....20g
 ☆パンこ.....おおさじ2
 カレーこ.....こさじ1
 さとう.....こさじ1
 しお.....こさじ1/3
 しょくパン.....2まい
 ピザようチーズ.....おこのみで



チーズをのせて
やいても
おいしいです。

こどもレストラン
しはいにん
プチ・エリック

カレーパンのにおい!



3 めって、やくよ!

しよくパンに
たっぷりぬる。



トースターなどで
こんがりやく。



あついから
おうちのひとに
まっだってもらってね!



これべんり!



マミーコック
フライドオニオン 80g

店舗 なし

トドック

保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 22773



できた!

も十分おいしいです!



くらしのヒント

おうちも地球もハッピーに。

オイルで作るチョコチップクッキー

【材料(12個分)】

薄力粉…50g
オートミール…50g
★ きび砂糖…20g
ベーキングパウダー…小さじ1/2
塩…ひとつまみ
シナモンパウダー…少々

米油…大きじ2
牛乳(または豆乳)…大きじ1と1/2
チョコチップ…30g

【作り方】

- ① ボウルに★を入れ手で混ぜ、米油を少しずつ加え両手ですり混ぜる。
- ② 牛乳を少しずつ加えゴムベラで混ぜ、チョコチップを加えて混ぜる。
- ③ 12等分して丸めオープンペーパーをしいた天板にのせ、指でおさえて平らにする。
- ④ 170℃のオーブンで約20分焼く。天板にのせたまま冷ます。

密閉容器に入れて1週間保存可。

Arrange!

チョコチップ → ○刻んだ板チョコ ○レーズン ○オレンジピール ○くるみ



たっぷり食べたいから

手作り派!

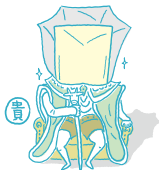
物価対策スイーツ♪

止まらない物価高。お菓子の値段も上がっています。前のよう
に買えないご時世。これを機に
手作りしてみませんか? いいこ
とがいつばいの手作りおやつ。
私のオススメをご紹介します!

こぐれ あいこ

家庭料理研究家。小樽で料理教室を開催。3男子の子育て中。お菓子作り歴は小学生の頃から。シンプルで手間をかけないお菓子が好き。日々、もっといい作り方はないか探っています!





バター高くないですか？ オイルで

オイルで作るブルーベリーマフィン

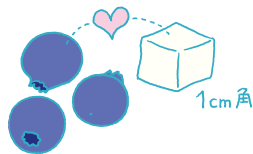
【材料(直径7cm×高さ4cmのプリン型8個分)】

- 薄力粉…140g
- ★ ベーキングパウダー…小さじ1
- きび砂糖…120g

- ☆ 卵…2個
- プレーンヨーグルト…100g

- 米油…45g
- ブルーベリー(冷凍)…120g(生でも○)

中心に1cm角の
クリームチーズを
入れてもおいしい♪



【作り方】

- ① ボウルに、★をふるい入れる。
- ② ①のボウルの中央に☆を入れ、泡立て器で黄身をつぶし
卵とヨーグルトを混ぜてから、少しずつ外側の粉と混ぜ合わせる。
- ③ 米油を加え、つやが出るまで混ぜる。
- ④ ブルーベリーを凍ったまま加え、ゴムベラでざっくり混ぜる。
- ⑤ 型紙をした型に入れ(型の8分目が目安)、170℃のオーブンで30～35分焼く。

もちりとした食感、
しっとりなめらかな口当たりです。



きび砂糖 店舗 全店 トドック 保 いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 22499



3枚が
げ



ケーキ



フライパンは
直径20cmくらい
のものがよい。



いつもの
フライパンで



蒸しパン

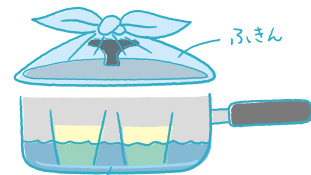
【材料(直径7cm×高さ4cmのプリン型5～6個分)】

- 卵…1個
- ★ きび砂糖…60g
- 牛乳(または豆乳)…50ml
- 米油…大さじ1
- ☆ 薄力粉…100g
- ベーキングパウダー…小さじ1
- 甘納豆(あれば)…80g



【作り方】

- ① ボウルに★を上から順に加え、その都度泡だて器でよく混ぜ合わせる。
- ② ①に☆をふるい入れ手早く混ぜ、2/3量の甘納豆も加えて混ぜる。
- ③ 型紙をした型に流し入れ(型の8分目が目安)、残りの甘納豆をのせる。
- ④ 深めのフライパンに、ペーパータオルを敷いて並べ、型の半分まで湯をはる。
ふきんで包んだふたをして、
中火で10～15分蒸す。
竹串をさして何もついてこなければOK!



ふきん(ペーパータオル)

コープの逸品 粉寒天で



寒天はゼラチンと違い
常温でも固まります。
外へ持ち出しもOK!

いちご牛乳かん

- 【材料(21×16.5×高さ3cmのバット1台分)】
- いちご…1/2パック
 - 水…150ml
 - 粉寒天…2g
 - 牛乳…250ml
 - 上白糖…50g

みかんや黄桃の
缶詰も○



- 【作り方】
- いちごは洗ってへたをとり、1.5cm角に切る。
 - 小鍋に水、粉寒天を入れ、中火にかける。
かき混ぜながら煮立て、弱火で2分煮る。
砂糖を加えしっかり溶かす。
 - 牛乳を加え、手早くバットに流しいちごをのせる。
冷蔵庫でしっかり冷やす。
好みの大きさに切り分け完成。

Arrange!

- 牛乳 → ○ジュース全般
○豆乳

かんてん 2gに
水分量2カップで
アレンジ自在!



残った食パン ケーキに格上

フレンチトースト

- 【材料(直径20cm1台分)】
- 食パン(6枚切り)…3枚

- 卵…2個
- ★牛乳…150ml
- 砂糖…大さじ2
- バター…15g
- メープルシロップや好みのジャムなど

- 【作り方】
- 食パンは3cm角くらいに切る。
 - ボウルに★を合わせよく混ぜ、
①を浸す。
 - フライパンにバターを中火で溶かし、
②を広げ入れる。
 - ふたをして弱火で8~12分焼き、
底面に焼き色がついたら、
ひっくり返しさらに5分ほど焼く。
切り分け、シロップやジャムを
つけていただく。

手作りおやつは、お金がかからないだけじゃない。
作る喜びがある。何よりおいしい♡そしてなぜか飽きない。
安心の材料を選ぶこと、たくさんの方の「プラーゴみが出ないのも」
気持ちにも、貯金 ができる手作りおやつぜひお試しを!



COOPの あたらしい あたりまえダ塾

vol.3

コープさっぽろが行っている
あんな取り組み、こんな取り組み。
そもそもどうして…？
ちょこっと編集室の
新メンバー・前田帆乃香のギモンに
担当の岩本さんが答えます。

いちもたとかお
人財育成部 岩本貴男さん



奨学金の一部を
負担してくれる
制度があるって
ホント？



前田 将来、コープさっぽろで働く学生のた
めに、返済のいらぬ大学生育英奨
学金制度があるということは知って
いましたが、奨学金返済支援制度
は初めて聞きました。

岩本 大学生育英奨学金制度の創設が2
017年。その2年後の2019年
から始まったのが、奨学金返済支援
制度です。授業料の高騰や親の平
均所得の減少などで昨今、**大学生**
の約半数が何らかの奨学金を受給
しているといわれています。

前田 もし、進路を決める段階でコープ
さっぽろの奨学金制度を知ってい
たら、大学に進んでいた…という方も
いたかもしれませんね。

岩本 本来、学ぶ機会を提供するためのも
なので、先に奨学金制度を知って
もらって大学進学を悩む時、将来、
コープさっぽろの職員になることを
決めておけば、進学をあきらめずに
いた人もいるかもしれません。**実際に**
社会に出てから返済が始まるので
「少しでも安心して働けるように」
という職員向けの制度です。

前田 学生時代に、コープさっぽろで働いた

経験のある人が対象ですか？

岩本 いえ、この奨学金返済支援制度は
アルバイト歴など問いません。大学ま
たは大学院を卒業し、コープさっぽ
ろに正規職員として入協した新卒
者全員が対象となります。

前田 どのくらい支援してもらえるんで
しょう？ありがたい制度ですが、その
分、手続きが難しそう…。

岩本 **入協から3年間、原則、返済月額の半**
額を支給(自己負担1万円を超える
分は全額支給※高額は調整あり)。
手続きはたったの2ステップ！奨学金
を借りている機関から返済額がわか
る証明書をもらって、コープさっぽろの
返済支援制度の申請書を書きだだけ。

前田 定員になったら抽選ですか？
岩本 定員はありません。

前田 アルバイトしていなくても正規職員
なら対象なんですね！すごい！

岩本 おっしゃる通り！ですので、これらの
制度を進路に悩む皆さんと親御さ
んに知ってほしいですね。進学を諦
める前に、**学生アルバイトで最大1**
00万円、職員になってからも奨学
金の返済支援が受けられるなら「進

日々の生活だけでなく、家族や将来への資金も蓄えられ、安心感が生まれました

こうの ちりん
コープさっぽろ 人財育成部 採用担当 河野千鈴さん

2021年入協。あいの里店・しんごとに店で水産部門を担当し、人事部所属を経て現職。



合同企業説明会でこの制度を知りました

生まれたときから、実家で宅配ドックといしかり店を利用しており、コープさっぽろは身近な存在でした。宮崎県の大学へ進学し、3年の時に参加した合同企業説明会で「奨学金返済支援制度」を知り、私は第一種・第二種の奨学金を満額で借りていましたので、総額(約1000万円)から計算して支給していただけると聞いて非常にありがたく思いました。返済開始月から振り込みが始まり、返済しながら貯金もできたので、支援制度のある職場を選んで良かったと実感しています。

制度利用で広がる将来の選択肢

もし親が病気になったときなど、給与の中から“家族に何かあった時の蓄え”ができたことも安心感につながっています。私にとって“大学での学びと経験は人生の宝”なので、奨学金を借りたことに後悔はありませんが、この3月で支援期間が終了し、今後40代まで返済の負担が続きます。奨学金を利用した方々が、この支援によって人生設計や将来の選択肢が広がり、イキイキと働きながら、プライベートも充実させられるのが理想の到達点だと思います。

奨学金返済支援制度

●返済月額 20,000円以下の場合

自己負担 5,000円	コープさっぽろ 5,000円
----------------	-------------------

例) 10,000円の場合

●返済月額 20,000円を超える場合

自己負担上限 10,000円	コープさっぽろ 12,000円
-------------------	--------------------

例) 22,000円の場合

3年間の補助

返済月額20,000円までは
半額を補助

自己負担上限額
超過分を補助

「奨学金返済支援制度」を利用したコープさっぽろ職員の声

- 金銭的にも、精神的にも余裕が生まれますし、何よりこの制度がなければコープさっぽろで働いていなかったと思うので、ありがたいと思いますね
- 返済の一部を負担してもらえるため、返済期間を短縮することができました

入協&手続き後は
対象者の返済開始月から、
給与と一緒に支給されます!

学しても大丈夫”と思ってもらえることが、一番大事なんです!!

前田 ぜひ早い段階で、たくさんの人に知ってもらいたいですね。

岩本 大学生育英奨学金制度は、進学予定の方もエントリーが可能ですので、HPを手チェックしてみてください。

前田 このほか、遠方から入協する新卒職員にうれしいサポートもあるそうなので、次のページで紹介します!

次は、今月のまとめ!

前田の
あたらしい
あたりまえ



学びの場とチャンスをなくさないために。「人と人」、「人と未来」をつなぐ、コープさっぽろらしい制度に感激♪



※写真はイメージです。

新卒職員の約30%が利用！

奨学金返済支援制度

コープさっぽろでは大学・大学院を卒業し、新卒入協した「入協3年目までの奨学金の返済残高のある職員」を対象に、奨学金の返済額を一部補助する「奨学金返済支援制度」を設けています。支援内容は、毎月の奨学金返済額の半額を給与として支給。また、返済月額が2万円以上の職員については、本人返済額1万円を上限とし、超過分を全額支給してあります。奨学金返済を支援することにより、これからも働きやすい環境づくりを実現していきます。

奨学金支援制度 適用人数と支援金額（2019年～2023年）

131名・15,488,888円

COOP CYCL(コープサイクル)で、「奨学金返済支援制度」を詳しく紹介しています。



コープさっぽろの採用情報はこちら



遠方の新卒入協職員に「お引越サポート」も

2021年卒業以降の新卒職員を対象に、現住所から新任地(札幌)まで50km以上、通常交通機関90分以上の方へ、3つのお引越サポートを行っています。

- 引越し先までの片道交通費全額支給
- 引越し費用(引越し業者への費用)全額支給
- 不動産仲介料・権利金支給(領収書必須・敷金は自己負担)



味はすっきり、ポイントはたっぷり!

すっきりさわやかな味わいとしっかりしたコーヒー感を同時に楽しめる「ジョージア」。
アプリ登録者なら、さらにポイントも追加。今が買いどきです!

香りひろがる、
すっきりとした
味わい!

「試してみるなら今!」
NEW



ジョージア
THE ラテ
500ml

店舗 一部なし

トドック 保 のみものトドック Vol.37

●注文番号 **89193**



ジョージア
THE ブラック
500ml

店舗 一部なし

トドック 保 のみものトドック Vol.37

●注文番号 **89078**



ジョージア
THE 微糖
500ml

店舗 一部なし

トドック 保 のみものトドック Vol.37

●注文番号 **89121**



ジョージア
THE ゼロ
440ml

店舗 一部なし

トドック 保 のみものトドック Vol.37

●注文番号 **87171**

掲載の4製品をコブさっぽろ店舗にて1点購入ごとに (2024年5月21日(火)~ 6月20日(木))

ボーナス
ポイント **10** ポイント
付与! + トドックアプリ
登録者ならさらに追加で **10** ポイント
付与!

※詳しくはトドックアプリをご確認ください。
ダウンロードはこちらから!



保存版カタログに

「冷凍品いつでもトドック」が新登場！



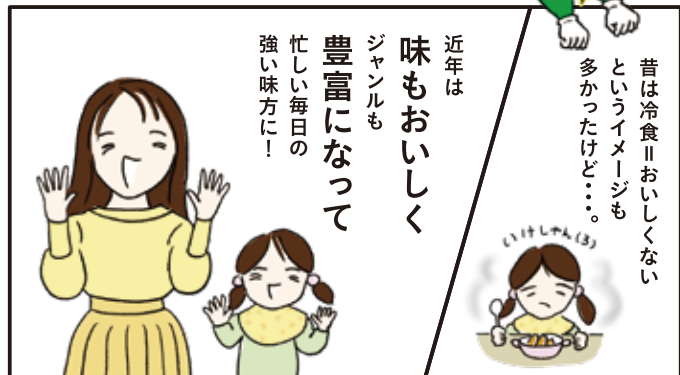
冷凍品か～、
普段あんまり
買わないけど…
どうなんだろう？



きらーん！



いまどきの冷凍品は進化がすごいのです！
冷凍品市場は年々伸長しているので、トドックでも
ついに冷凍品の保存版カタログを新設しました！



ポ!

ポイント
プレゼント!

毎月1日、ランダムで選ばれた組合員さん1111名に
1111ポイントをプレゼント!

1日はトドックアプリとお店のナビタンを必ずチェック

冷凍品って本当に便利なの?おいしいの?
編集室メンバーで実際に試してみました!

タイパよし、コスパよしの冷凍品を実食!



群馬県の郷土料理のひとつで、生地を薄く平たく延ばした麺が特徴です!

最近SNSではやってるよね!

いつものうどんより平たくて食べやすい。具材も一緒に冷凍されているのがすごい!

キムノイ



四国日清食品
ひもかわうどん
(めん200g・2食入)



店舗 なし

トドック 保 冷凍品いつでもトドック Vol.1

●注文番号 41416



濃厚なマロンクリームに口溶けのいいマロンホイップをプラスしました。

クリームがなめらか!

冷凍でこのクオリティの高さはすごい!中のクリームはたっぷりだけど、くどくなくて食べやすい。

だーマーエ



CO-OP
モンブラン
240g(4個入り)



店舗 なし

トドック 保 冷凍品いつでもトドック Vol.1

●注文番号 41606



北海道産の玉ねぎをみじん切りにして急速凍結しました。

時短で便利!

玉ねぎのみじん切りを涙なしでさっと調理できてありがたすぎる!

イケマユ



CO-OP
国産野菜の
みじん切りミックス
280g



店舗 なし

トドック 保 冷凍品いつでもトドック Vol.1

●注文番号 40742

トマト・そうめん・白だして合うの!?

夏にピッタリ!

にんにくの風味もちょうどいい。白だしてこんな風に加えて調理することはなかったので新定番になりそう!



時短料理大好きな
アベトモ

トマト1個ペロリ!

トマト感が強すぎず、ちょっとイタリアンっぽくなっておいしい! 白だしの上品な味わいに大葉・にんにくで食が進む。



トマトは丸かじりする
イケマユ



まるごとトマトの和えそうめん

調理時間 約10分

【材料(1人分)】

そうめん……………100g
お湯(ゆで用)……………適量
氷水……………適量
トマト……………1個(160g)
にんにく……………1/2片
割烹白だし……………大さじ1と1/2

★ EVオリーブオイル……………大さじ1と1/2
あらびき黒こしょう……………ふたつまみ
大葉……………3枚

POINT

にんにくはみじん切りにするとマイルドな仕上がりに!

【作り方】

- ① トマトはヘタを取り除いてみじん切りにし、大葉は軸を切り落として千切りにする。
- ② ボウルに割烹白だし、★、①のトマト、すりおろしたにんにくを入れてよく混ぜ合わせる。
- ③ 沸騰したお湯にそうめんを入れてゆで、氷水で冷やす。
- ④ ②に水気を切った③を入れて混ぜ合わせ、お皿に盛り付け、①の大葉をのせる。

ヤマキ

割烹白だし 500ml

店舗 全店

トドック 週 6月3週(裏表紙)

保 いつでもトドック Vol.21

● 注文番号 21630





これ1本で味きまる!!ってホント?

これ!うま!!
アレンジレシビ
公開中



あっという間に完成!

時間がないときの夕食に良さそう!!味が濃すぎないのもいい!しっかり味が好みの方は、追いダレがおすすめ。



漬けは薄味派な
ハセミホ

万人うけする漬け丼!

味付けは濃いめ派だけど、さっぱり食べられた。ごはんを酢飯にしてもおいしいかも!塩分を控えたいときによさそう!



サーモンが
大好きな
だーまエ

ひとまわしで爆速漬け丼

調理時間 約5分

【材料(1人分)】

ご飯……………200g
まぐろ(刺身用)……………3切れ(50g)
サーモン(刺身用)……………3切れ(50g)
ほたて(刺身用)……………2個(50g)
万能ねぎ(小口切り)……………適量
わさび……………適量
ヤマサ ぱぱとちゃんと これ!うま!!つゆ
……………ひとまわし(大さじ2程度)

【作り方】

- ①まぐろとサーモンは1cmの厚さに切る。
- ②①とほたてをバットに並べ、ヤマサぱぱとちゃんとこれ!うま!!つゆをまわしかけ15秒漬ける。
- ③器にご飯を盛り、②をのせる。
- ④お好みで万能ねぎをちらし、わさびを添える。

ヤマサ
これ!うま!!つゆ

店舗 全店

トドック 週 6月2週(裏表紙)

保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 500ml 26053 1000ml 22991



限定アソートって知ってる？



ビールもサワーも大好き
アベトモ

2種味わえるのはお得！

黒ラベルはバランスの良い味わいとのどごし◎。ラガーは爽やかな麦の香りと甘み、苦みも適度に感じるね！



「限定」ワードに弱い
ハセミホ

伝統ある赤星で宅飲みが!?

ふだんは瓶ビールで飲食店でしか味わえないんだって！奥深い味わいでどんなおつまみにも合うね。

店舗では買えない！トドック限定品

サッポロ生ビール 黒ラベル
サッポロラガービール
各350ml×5缶ずつ

店舗 なし

トドック 週 6月4週(裏表紙)



あさりと夏野菜のキムチレンジ蒸し

調理時間 約10分

[材料(2人分)] 白菜キムチ……80g なら………3本
あさり(砂抜き・水洗 木綿豆腐……1/2丁 酒………大さじ1
いたしたもの) ミントマト ごま油……大さじ1
………180g ……10個(約100g) しょうゆ……大さじ1/2

これ使うと
下処理いらず



丸弘水産
北海道産あさり貝(冷凍) 180g

店舗 なし トドック 週 6月3週



[作り方]

- ①豆腐はひと口大にちぎり、ミニマトはヘタを取る。にらは3cm長さに、白菜キムチは食べやすく切る。
- ②耐熱皿にあさり、キムチ、豆腐を広げて入れ、ミニマト、にらを散らす。
- ③酒、ごま油を加え、ラップをふんわりとかけ、電子レンジ600Wで7～8分加熱する。しょうゆをかけて混ぜ合わせ、器に盛る。

ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。妊娠中や授乳期の飲酒はやめましょう。お酒は楽しく適量で。
のんだあとはリサイクル。

ビールとの相性も Good!



アレンジ!

BBQソースでアレンジレシピ!

豚バラブロックのBBQ焼き

■ 調理時間:10分(※漬込み時間は除く)

【材料(4人分)】

豚バラ肉(ブロック).....500g
カゴメトマトケチャップ.....大さじ3
焼肉のたれ.....大さじ3

【作り方】

① トマトケチャップと焼肉のたれを
合わせる
② ひと口大に切った豚バラ肉を
10分ほど漬け込んで焼けば完成!

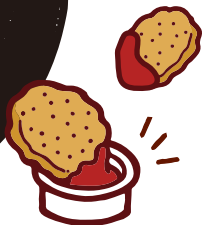


1:1で混ぜるだけ!

大活躍の

手づくり BBQソース

ENJOY OUTDOOR!



手作りソースでアウトドア飯がもっと楽しく!
ケチャップ入りだからお子さまも食べやすい◎
ナゲットやウインナーにもよく合います♪

たれはこれ使いました!



エバラ
黄金の味 中辛 360g

店舗 全店

トドック

保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 21655



カゴメ
トマトケチャップ 500g

店舗 全店

トドック 週 6月1週(裏表紙)

保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 22932



Cho-co-tto読者の
68.8%が食べたことがあると回答!*

2024年に発売30周年

チキンエキスとパイヨンのうま味をベースにした、お湯を注ぐとたまごが広がるドライスープです!わかめ、カニ風味かまぼこ、ねぎの具材入り。

CO-OP
たまごスープ 5食入

店舗 全店

トドック 保 いつでもトドック Vol.21

●注文字番号 24938

みんなに愛されて30周年!

大人気の「たまごスープ」

おいしさのヒミツ大解剖

北爪さん
日本生協連北海道支所

.....
わたしが
教えます!
.....

ヒミツ1 新鮮な国産の生たまごを使用

食感や風味が落ちないよう、冷凍原料ではない国産の生たまごを使っています!

ヒミツ2 独自のフリーズドライ製法で ふんわりたまごを実現!

たまごとスープを合わせるタイミング・温度・流し方・かき混ぜ方が最適になるようメーカー独自の技術で製造することで、ふんわり食感に!



どんな料理にもあうたまごのふわふわ感がたまらない!
チャーハンやたまごがゆなど、アレンジメニューも多数。ぜひお試しください!





たまごスープで
カンタン
アレンジレシピ!

10
分

たまごスープチャーハン

■ 調理時間 約10分

【材料(1人分)】

たまごスープ……………1食
お湯……………大さじ4
温かいご飯……………1膳
ごま油……………大さじ1
こしょう……………適量

【作り方】

- ①ボウルにたまごスープとお湯を入れる。
- ②フライパンにごま油を入れて中火で熱し、ご飯を加えて炒める。
- ③油が全体になじんだら、①とこしょうを加えて2～3分炒め合わせる。

シリーズ品も注目!



トマトあんかけ
オムライス



ベーコンキャベツの
オニオングラタンスープ

シリーズ品の
アレンジレシピは
インスタで!



4種野菜と
完熟トマトの
ミネストローネ

店舗 一部なし
トドック なし



北海道産
たまねぎのスープ

店舗 全店
トドック
保 いつでもトドック Vol.21

● 注文番号 24091

明日は父の日。

母の日はカーネーションと
クッキーだったなあ。

寿司だ

すき焼きだ

ステーキだ

いや、そんな贅沢なことは

望んでないんだ。

焼き鳥とビールとか

唐揚げとハイボールとか

枝豆と冷奴だって

それこそ、甘いものだって



和洋どっちもいけるクチだし

家族が用意してくれるものなら

なんでもうれしい。

もしも、

なにも用意してくれなかったとしても

「いつもありがとう」って

その言葉だけで、

お父さんはうれしいよ、うん。

6月16日

コープさっぽろは

父の日の食卓を

応援します。



シャキシャキ 蓮根入り 五目ごはん の素

本体328円※(税込354円)

店舗 全店
トドック 保 いつでもトドック Vol.21
●注文番号 23593

れんこんとにんじん、ごぼう、ひじき、たけのこを配合した炊き込みタイプの五目ごはんの素。瓶詰め仕様ならではのシャキシャキれんこんの食感が楽しめます。



きんぴら風ごぼう飯の素

本体328円※(税込354円)

店舗 全店 トドック 保 いつでもトドック Vol.21 ●注文番号 26203

国産のごぼうとにんじんを使用した、素材の風味と食感をお楽しみいただける炊き込みご飯の素。混ぜ込んでもおいしいです。



ごぼうたっぷり！
やさしい味わい！

札幌市
コガキヨさん



七飯町
あおのりさん



七飯町
あおのりさん
具材がたっぷり入っているのと、とても満足感がありました。やさしい味付けで、シャキシャキのごぼうがとてもおいしいです。冷えた状態でもおいしく食べられました。手作り感があり、忙しい日や疲れた日の手抜きとして利用しても罪悪感なく食卓に出せそうです。

あのコープ商品、
食べてみました！

今回は6名のエリアちょこっとさんに
コープ商品を試してもらいました！

大人気！炊き込みご飯
シリーズ3商品をご紹介します！



※価格は店舗の価格です(セール等により変動あり)。トドックの価格は異なる場合がございます。



札幌市
ふらべるさん

炊きあがりはお米がツヤツヤ!すきやき風なので割り下の甘みもあり、味はしっかり。濃すぎないのでおかずとの相性も良いです。具材が細かいので、追加でお肉を入れるなら少し大きめの鶏肉が合うと思います。



札幌市
yukaさん

仕事が忙しく料理にあまり時間をかけたくない私でも、簡単に立派な一品にできたのがありがたいです。やさしい甘さで、和風の炊き込みご飯をあまり食べない息子がパクパク食べていました。お肉を入れずに炒り卵ときざみのりをかけて食べましたが、見た目も豪華でおいしかったです。

編集室のおすすめ!



だーまエ
鮭は刺身も焼いたのも大好きな大食い! 編集室新人の前田です。



ちょこっと魚屋の脂ののった焼き鮭! 弁当

本体398円※(税込430円)

店舗 大惣菜化プロジェクト店舗(*) トドック なし

軽 昼食を食べたい時にこのちょこっと焼き鮭弁当がちょうど良い◎
味はもちろん、人気のお惣菜が入っていてうれしい!!

*お取扱い店舗はHPをご確認ください。

すきやき風炊き込み飯の素

本体328円※(税込354円)

店舗 全店

トドック 保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 21919

お 肉を加えて炊飯すればすき焼き風の炊き込みご飯が楽しめる、おかずいらずの贅沢な一品。根菜や舞茸などの具材が入っており、濃厚で甘みのある味わいです。

見た目も豪華!



函館市
ねこさん

れんこんがとでも「シャキシャキ」していてびっくり! 五目具材もたっぷり、食べ応えのある炊き込みご飯が簡単にできました。しっかりめの味付けで、冷めてもおいしくいただけました。お弁当に詰めたり、おにぎりにしたりと活躍しそうです。



小樽市
七海さん

ひじきや根菜がたっぷり入っていて、シャキシャキの食感としっかりとした味付けがたまらない! そのままでももちろん、きんしたまご錦糸卵と合わせ、ちらし寿司として、ハレの日ご飯などアレンジに重宝しそうです。

具材がゴロゴロ!



4



かぶの皮を加えてしんなりするまで炒める。

1



かぶの皮は千切りにする。

5



かぶの葉をバラリと加え、いろいろよく。

2



ベーコンは1cm程度の幅に切る。

6



塩、黒こしょうで味をととのえる。

3



フライパンにオリーブオイルとベーコンを入れて火にかけ、さっと炒める。

おいしく

節約エコレシビ^o

使い切ったら、ちょこっとしあわせ。

半端な食材や野菜の皮、まだ食べられるのに捨てていませんか？地球にもお財布にもやさしい食材使い切りレシピを、過去掲載レシピから再編集しました。はい、節約エコです(笑)!

かぶの皮のきんぴら

●レシピ/能戸英里

●材料(4人分)

かぶの皮……………3個分
オリーブオイル…大さじ1
ベーコン……………30g
かぶの葉……………適量
塩……………ふたつまみ
黒こしょう……………適量



かぶ編



編集/前田帆乃香
デザイン/佐孝優

「ちょこっと」を応援します!

和洋紙・文具・事務用品・日用品雑貨
大丸 大丸株式会社

〒060-0003 札幌市中央区北3条西14丁目2番地 TEL 011-211-1751

東洋インキ株式会社

〒063-0062 札幌市西区西町南11丁目1-36 TEL 011-662-4733

エイチケイエムホールディング株式会社

〒066-0832 札幌市手稲区曙2条4丁目3-27 TEL 011-699-8686



東札幌日通輸送株式会社

〒003-0808 札幌市白石区菊水8条4丁目2-35 TEL 011-811-5713



DICグラフィックス株式会社

〒006-0832 札幌市手稲区曙2条5丁目2-58 TEL 011-682-8411

有限会社 桜井製本

〒003-0012 札幌市白石区中央2条2丁目1-12 TEL 011-376-1860

ECO エコスリージャパン株式会社

札幌営業所

〒003-0024 札幌市白石区本郷通6丁目南2-22ノースコート本郷202 TEL 011-860-3988

エヌエイシー株式会社

〒103-0023 東京都中央区日本橋本町1丁目8番3号 TEL 03-3241-2366



国際紙パルプ商事株式会社

北日本支店 札幌営業部

〒060-0002 札幌市中央区北2条西2丁目1-5 リーゼントビル TEL 011-241-2291

かぶの葉のごま和え

●レシピ/札幌市 S.K様

●材料(3~4人分)

※分量は編集室による参考分量です。

かぶの葉と柄 砂糖……大さじ1
………2~3個分 しょうゆ……大さじ2
白すりごま 大さじ2 水………少々

●作り方

かぶの葉をさっとゆでて、白すりごま、砂糖、しょうゆ、水で和えて完成。

豆知識

栄養価が高いのは「葉」。

かぶはじつは葉の方が栄養価は高く、葉にはカロテン、ビタミンC・E・K、カルシウム、さらには妊娠初期に必要不可欠といわれる葉酸がたっぷり含まれています。また、かぶは大部分が水分からなるため、一見栄養は期待できそうもありませんが、消化酵素のジアスターゼを含み、胃もたれや胸焼けに効果があるといわれています。



その他かぶレシピは
2020年4月号をチェック!



まさか実より葉の方が
栄養価が高いなんて!

だーまエ



夏にもらうと、さらにうれしい!北海道ギフト

発送:6/5[水]から

受付:8/4[日]まで

函館カール・レイモン
北海道産豚肉使用バラエティセット

CR-502NH

本体5,000円(税込5,400円)

早期割引 本体4,750円(税込5,130円)

●ギフト注文番号 325245-な

のし対応不可 冷蔵 簡易包装 送料込

ローストポーク130g、ハーブソーセージ・アラビキソーセージ・レモン&パセリウインナー各92g、ショルダー・ハム150g、ベーコン180g、ポークローフ120g ○賞味期間:35日



「胃袋の宣教師」とよばれたカール・レイモン。彼の志とドイツの伝統的製法を守り続けています。原材料(豚肉・牛肉)は北海道産

発送:6/7[金]から

受付:8/18[日]まで

サッポロビール
クラシック北の美味セット

本体4,880円(税込5,368円)

●ギフト注文番号 325370-な

北海道限定販売

段ボール箱 送料込

限定
1,800セット

北海道エリア限定販売の「サッポロ クラシック」と、北海道エリアで夏季限定の「サッポロ クラシック 夏の爽快」のどちらも楽しめる24缶セット

クラシック夏の爽快(5.5度)・クラシック(5度)各350ml×各12
※6月中旬以降のお届け期間指定ができます
※箱のデザインが異なる場合があります

「北海道の夏」を大切な人へ

コープの夏ギフト
8/18[日]まで受付中

2024

コープの夏ギフト

[店頭承り期間]

▶▶ 8/18[日]まで

早期割引:

畜産商品は7/21[日]

その他は8/4[日]まで



WEBからも
注文可能!

これがいんだわ北海道 検索

夏ギフトで人気の商品を紹介し
ます。カタログには他にも夕張メロン
や道産食材などを掲載しておりま
すので、ぜひ、ご覧ください!

ギフト部 藤岡さん





■行程

①	8月3日	札幌駅(8:30~9:30頃発・特急北斗普通指定席)⇒新函館北斗駅(新幹線はやぶさ普通指定席)⇒新青森駅・徒歩・ホテルチェックイン後ねぶた祭り会場へ 青森ねぶた祭り (桝敷観覧席をご用意/夕食はお弁当) 青森駅周辺(泊)	朝:× 昼:× 夕:○
②	8月4日	ホテル(9:30頃)= 田沢湖 (湖畔の散策や秋田名物のぎりたんぼ鍋の昼食・約70分)= 秋田まるごと市場 (秋田名物のお買物・約45分)=秋田市内 秋田竿燈まつり (桝敷観覧席をご用意/夕食はお弁当・約3時間)=(23:00頃)雫石温泉(泊)	朝:○ 昼:○ 夕:○
③	8月5日	ホテル(9:30頃)= 平泉 中尊寺 (世界遺産登録※金色堂入場は各自・約60分)=格之進熟成牛肉の昼食(約45分)=(15:30頃)かみのやま温泉(早めの夕食)山形花笠まつり会場へ= 花笠まつり (各自観覧・約120分)=(21:30頃)かみのやま温泉(泊)	朝:○ 昼:○ 夕:○
④	8月6日	ホテル(9:30頃)= 蔵王御堂 (蔵王のシンボル・約60分)=仙台市内 仙台七夕 (約3時間滞在・自由昼食)=仙台空港(16:00頃)⇒新千歳空港(17:30頃)	朝:○ 昼:× 夕:×

行程内の**青太文字**は下車観光、**赤太文字**は下車入場観光。

■添乗員同行(バスガイド同行) ■食事:朝3・昼2・夕3 ■募集人員22名(最少催行人員10名) ■利用予定バス会社:岩手県北バス

このツアーの
「**押しポイント**」

行きは北海道新幹線、
帰りは飛行機で移動!

青森ねぶた祭り・
秋田竿燈まつりは
桝敷観覧席で
ゆったりと

2日目は雫石温泉、
3日目は
かみのやま温泉に宿泊

ぎりたんぼ鍋、
塾成肉牛ランチなど
郷土料理も楽しめる!

コープさっぽろの
ポイント貯まります!

新人です



コープトラベル 瀬戸さん

青森ねぶた祭り・秋田竿燈まつり・
山形花笠まつり・仙台七夕まつり

今月の
イチ推しはこれ

東北四大祭り
大満喫の旅 4日間

コースコード J1S016-B

旅行代金 **220,000円**

JR札幌駅発・新千歳空港着/大人お1人様/2名1室利用

※こども(3~11歳)も同額。

※3名1室は大人お一人様210,000円

※1名1室は2名1室代金に30,000円追加。

■出発日/8月3日(土)



青森ねぶた祭り

スマホで24時間かんたん予約!



おいしい旅北海道
コープトラベル
COOP TRAVEL

【登録番号】観光庁長官登録旅行業第2019号 【加入旅行業協会】JATA IATA

〒003-0021 札幌市白石区栄通18丁目5-35
コープさっぽろルーシー店2F

0570-003-050

ナビダイヤル受付時間/
10:00~18:00(日・祝日も営業)

コープトラベル 検索

高校生のお子さまの就職を
お考えの保護者さま

コープさっぽろで 高卒の職員を募集します

今年もコープさっぽろでは、関連会社を含めた高卒の職員を募集をいたします。より良い就職先に会っていただきたいので、「職場見学・お仕事体験」を推奨しております。コープさっぽろに興味をお持ちの高校生がいっぱいいましたら、各学校の先生に相談、または直接お問合せをしていただき「職場見学・お仕事体験」の希望をお伝えください。なるべくお近くの事業所で調整いたします。

詳細はこちら



お問
合わせ

コープさっぽろ人財育成部
TEL 050-1751-2762 FAX 011-671-5744
メール csap.saiyou-kouhou@sapporo.coop
月～金10:00～17:00(祝日は除く)

キッチンスタジオ
食育講座のご案内

「週末こどもシェフ」 受講生募集中!!



白石区・南区のコープキッチンスタジオでは、小学生が対象の「週末こどもシェフ」を毎月開催中! 憧れの料理やお菓子が一人で作れるようになる料理教室です。小学1年生から参加できます。料理やお菓子の基本を楽しく学びましょう!

- 日 程** ①6月8日(土)②6月15日(土)
午前の部10:30～12:00、午後の部13:30～15:00
- 会 場** ①白石区キッチンスタジオルシー
②南区キッチンスタジオソシア
- 受 講 料** 1,650円(食材費別途990円)
- 定 員** 各回16名限定(先着順)
- 対 象** 小学1年～6年(組員さんご家族限定)
- 内 容** 講師:中野萌(キッチンスタジオ専属講師)、スコーン2種を調理しお持ち帰り
- 持 ち 物** エプロン・上履き・ハンドタオル・飲み物・持ち帰り容器
- 応募方法** 各キッチンスタジオHP・電話・フロント受付
- 応募締切** ①5月31日(金)12:00
②6月7日(金)12:00

詳細はこちら



お問
合わせ

コープさっぽろ生活文化事業部
キッチンスタジオルシー
TEL 011-857-1660
月～金10:00～16:00(祝日は除く)

年間3回の舞台を
楽しみましょう!

文化鑑賞会 第85回例会の お知らせ



第85回例会(10月開催)は、ニール・サイモンの代表作「裸足で散歩」です。今も色あせないコメディの名作を多彩な実力派キャストとスタッフでお送りします! 出演は、加藤和樹、高田夏帆、松尾貴史、戸田恵子他の豪華キャストと、翻訳:福田響志と演出:元吉庸泰のコンビが織りなす舞台をお楽しみください。



文化鑑賞会にはいつでもご加入いただけます! 毎月1,980円(税込)の積立で、年間3回の公演をお楽しみいただけます。23年度の公演は、ミュージカル、落語、ステージなどバラエティに富んでいました。詳しくは、お電話かHPから文化鑑賞会へお気軽にお問合せください!

お問
合わせ

コープさっぽろ文化鑑賞会
TEL 011-232-3565
月～金10:00～17:00(祝日は除く)

読者
モニター

第4期
エリアちょこっとさん誕生!!

4月号で募集した読者モニター「エリアちょこっとさん」。総勢55名の方々にご応募いただきました。今回も応募された全員に「エリアちょこっとさん」になっていただき、今後ご参加可能な企画に登場していただけます!第2期から継続してくださる方など、第4期も多くの「エリアちょこっとさん」が誕生しました。皆さん、これからよろしくお願ひいたします!

さやさん



第2期エリアちょこっとさんを経験してから、毎月届くCho-co-ttoをより深く楽しんでいる主婦です。便利で安心なコープ商品の魅力を、より多くの方にお伝えできるように今回もがんばります。

ねこさん



第3期に参加しました。国内外複数箇所に居住しながら現地のローカルスーパーマーケットを利用してきたので、視野広めの食材選びをしています!

nohaさん



第3期をやらせていただきました。楽しくやりがいがありました。今期もぜひ継続して頑張ります!

まあさん



第3期も参加させていただき、貴重な体験を通じて発信の難しさを感じながらも、人に伝える楽しさも経験できて良かったです。またその機会をいただけてうれしいです!

わかさん



第3期に参加しました。働くママとして、おすすめのコープ商品を皆さんに引き続きお知らせできたらうれしいです!

エリアちょこっとさん体験者の声

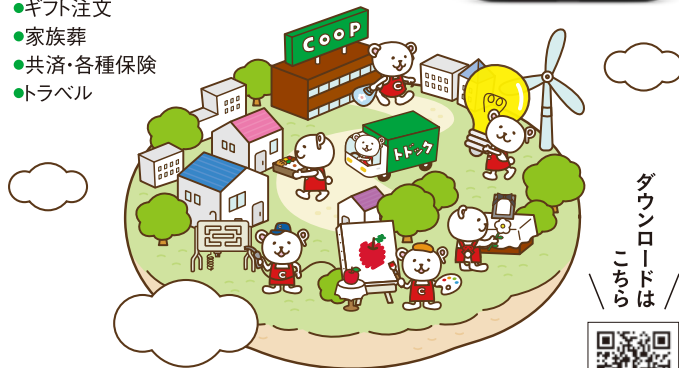
Renewal

トドックアプリ
リニューアルの
お知らせ

トドックアプリから、コープさっぽろのさまざまなサービスのお申込みページに飛べるようになりました!まだアプリをお持ちでない方もぜひ、ダウンロードしてご利用ください。

対象サービス

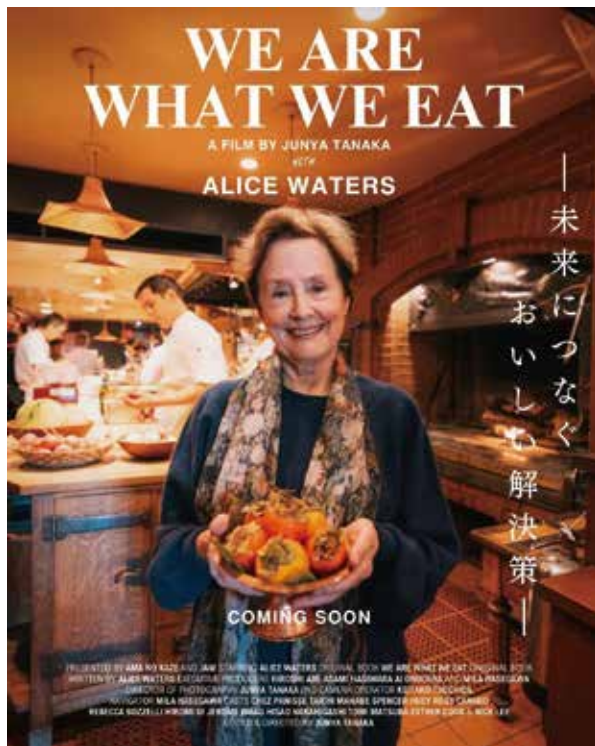
- エネルギー (灯油・ガス・電気)
- 夕食宅配
- ギフト注文
- 家族葬
- 共済・各種保険
- トラベル
- 文化教室・文化鑑賞会
- ファーストチャイルドボックス
- えほんがトドック



ダウンロードは
こちら



※サービス内容は変更になる場合がございます。



島根県沖に浮かぶ離島・海士町の出版社、海士の風から2022年に出版した『スローフード宣言一食することは生きること』の1周年を記念し、アリス・ウォーターズが来日。オーガニックの母アリス氏が、日本に根付いている“地域を豊かにする食”と“生かしあう経済”に出会う時、何を想い、何を語るのか。貴重な言葉とともに旅する様子を映画化。

70名様

無料ご招待

アリス・ウォーターズ来日ドキュメンタリー映画

『WE ARE WHAT WE EAT —未来につながるおいしい解決策—』

無料上映会&海士の風(株式会社風と土)阿部裕志さんトークイベント

スローフード実践者アリス・ウォーターズさんが来日し、日本全国を巡った際に彼女が語った言葉を映像に残して、次世代につなぎたい!との思いで制作されたドキュメンタリー映画の上映会を行います。さらに、アリス・ウォーターズの著書『スローフード宣言』を出版した海士の風の阿部裕志さんをお迎えし、映画制作の背景やスローフードについてお話をお聞かせいたします。

阿部裕志さん(株式会社風と土 代表取締役)

京都大学大学院卒。「トヨタ自動車」の生産技術エンジニアとして働くが、現代社会のあり方に疑問を抱き、2008年海士町に移住、起業。島のビジョン・戦略・プロジェクトを生み出す地域づくり事業、トヨタ・日立・リコーといった島外の企業や自治体、大学の研修を島で行う人材育成事業のほか、新たに離島から生まれた出版社「海士の風」を立ち上げる。



2024年7月11日(木) 13:00~15:00(開場12:45)

会場/道新プラザDO-BOX

札幌市中央区大通西3丁目6 北海道新聞社北一条館 1階(道新プラザ内)

参加費/無料

定員/70名(お申込みが定員を超えた場合は抽選となります)

お申込み方法/webフォーム

お申込み期間/5月20日~6月30日

当選のご連絡/7月2日(火)※当選の方にのみご連絡

★詳細・お申込みはコープさっぽろHPまたは右のQRよりご確認ください。

詳細
お申込みは
こちら



くらしの見直し講演会

全道どこからでも参加可能!

参加費 無料

オンライン
開催!

働き世代のための楽ラク家計管理術

～もう、お金のことでモヤモヤしない!お金の価値観を見える化しよう～

社会に出て当たり前のようにしてきた、家計のやりくり。

自分なりの方法でがんばっているけれど、今の時代だからこそ便利になったこともあれば、不便なことも発生していませんか?

のべ6000組を超える相談に答えてきた講師が「ラクする家計管理術」と、

夫婦で気まずくならない&自分のお金の優先順位を知る「お金の価値観」を見える化する方法をお伝えします。



〈日 時〉2024年**6月13日**(木) 10:30～12:00(入室開始10:15)

〈定 員〉100名(抽選) ※締切6月6日 ※ご当選100名様に参加URLをお送りします。

〈参加費〉無料

本講演会は「Zoom」のミーティング機能を利用して開催いたします。①下記QRコードまたはコープさっぽろHPからお申込みください。②講演会1週間前をめどに、参加URLをメールでお送りします。当日は、メール記載の参加URLからZoomにてご参加ください。③Zoomの設定や当日の視聴方法について、コープさっぽろではサポートはいたしませんのでご了承ください。

講師
まえの あや
前野 彩さん



株式会社Cras代表取締役、CFP®。前職は中学・高校の保健室の先生で、住宅ローン、加入保険会社の破綻を機に2001年にFPに転身。自らの失敗をふまえ、「わからない人の気持ちがわかるFP」として、金融商品を一切扱わない有料相談スタイルで延べ6000組を超える個人相談を受けている。テレビなどのメディア出演も100回を超え、著書は「本気で家計を変えたいあなたへ(第5版)」(日本経済新聞出版)など全19冊。



お申込み

①QRコードより

②コープさっぽろホームページ → コープのファイナンシャルプランナー → くらしの見直し講演会 → お申込みフォーム

※コープさっぽろ店舗・宅配・電話・ハガキでのお申込みは、受け付けておりません。

●CO・OP共済について詳しい資料や説明をご希望の方は

コープさっぽろ
コープ共済センター

☎ 0120-50-9431

月～土(祝日含む)9:00～18:00

契約引受団体: **日本コープ共済生活協同組合連合会**

コープすけとCO・OP共済のWEBページはこちら!

コープすけ

で検索!

(CO・OP共済に加入するには)出資金をお支払いいただき、お近くのコープさっぽろの組合員になることが必要です。コープさっぽろは、お店や宅配で暮らしに貢献しています。

〈CO・OP共済ニュース〉

明日のくらし、ささえあう

CO・OP 共済

世界が認めるドラマー
YOYOKAファミリーの

幸せのパーツ

No.7

北海道出身の世界が認める14歳のドラマーYOYOKAさん。2022年9月に家族でアメリカに移住し、新たな挑戦を始めました。母であり、家族バンドでも活動している相馬りえさんに、アメリカから北海道の皆さんへ伝えたい思いをお寄せいただきます。



当たり前

実は私たちは昨年7月から今年の2月まで、ビバリーヒルズに住んでいました。ビバリーヒルズと聞くと、皆さんおそらく豪邸を想像されるかと思いますが、私たちがいろいろな事情とご縁があつて住むことになったのは、山奥にある築100年の小さなポロポロの一軒家でした。約3年間は誰も住んでおらず管理が一切されていなかった家だったので、ほこりとカビがひどく、徹底的に掃除をするところから始まりました。事前に水道、ガス、電気などの開通の手続きを済ませていたにも関わらず、引越し当日は蛇口をひねっても水が出ず、ガスも使えませんでした。さらに、携帯電話の電波も一切届かない山奥だったので、いきなり水もガスも携帯電話も使えないビバリーヒルズ生活が始まりました。

水道局に問合せみると、水道管の部品を取り付けただけとのことでしたが「最短で行けるのは3日後になります」と言われ、「それでは困りま



相馬りえさん

(写真右から2人目)

YOYOKAの母、44歳。YOYOKAと11歳の息子と夫の4人で家族バンドの活動もしている。移住前に住んでいた石狩市で広報紙や新聞などの記者を10年以上務めた。「3月に初めてテキサス州オースティンへ家族でライブをしに行きました!空も大地も広くて、北海道を思い出しました」

YOYOKAさんの演奏動画はこちらから



す!もっと早く来てくれませんか?と交渉しましたが、あっさり断られました。水が使えずトイレも使用できなかったのです、その間は近所の工事現場の簡易トイレを作業者の方に許可を得て使わせてもらいました。ガスはなんとガス漏れがあるので開通できないということで、ガス会社には「ガス漏れ箇所を配管業者に修理してもらってから連絡をください」と言われてしまいました。結局2カ月もの間ガスが使えな



私たちが住んでいた家は山奥の細い道沿いにありました。あまりに細い道だったので、大きな宅配のトラックや各家庭を個別収集して回るゴミ収集車が来てくれませんでした

生活が続きました。その間、何社も配管業者を呼んだのですが、「この家は古すぎてガス管が見つけられないので、ガス漏れ箇所を特定できません」と修理を断られ続けました。最終的にはガス会社の職員がガスコンロに通じるガスパイプをネズミなどの小動物がかじって穴が空いてしまっていたことを見つけ出してくれて、ようやくガスが使えるようになったのです。シャワーから温かいお湯が出た時、息子と抱き合って歓喜の雄叫びを上げました。

アメリカに住んでみて分かったことは、日本はインフラがとても整っているということ。アメリカ以外の国の人々からも「日本のインフラは素晴らしい」と絶賛されたことが何度もあります。日本では事前に手続きをしておけば、引越し先の物件で水道や電気が使えないということはまれだと思えますが、アメリカでは珍しい話ではないようです。日本では当たり前だったことも、国が変われば実は全然当たり前ではなくて、たくさんの方々の優しさや責任感に支えられ、守られ、私は日本で快適に生活できていたのだということに改めて気がつきました。日本のインフラに関わる会社や行政の方々の責任感の強さや技術の高さは素晴らしいです！



狭い家だったので、家族4人同じ部屋で寝ていました



ビバリーヒルズの公園はしっかり整備されていて、とてもキレイなところが多かったです

私たちは幸いにも音楽をやっていたおかげで、アメリカで人種や国籍に関わらずたくさんの方々とながり、さまざまな面で助けていただきました。引越しや掃除の手伝い、公共機関や学校への電話やメールの通訳サポート、自宅に泊まらせていただいたり、シャワーや洗濯機や乾燥機を使わせてもらったり。私たち家族は水やガスが使えないとても不便な生活の中で、皆さんへの感謝や家族の絆を深め、幸せをたくさん感じる事ができました。北海道から私たちを応援してください。みんな皆さんも本当にありがとうございます！これからもアメリカで挑戦を続けていきます！

自分の人生においてビバリーヒルズに住むことがあろうとは思いませんでしたが、住んでいた8カ月間はさまざまなハプニングやトラブルが毎日のように起きて生きることに必死でした。そしてその家から引越す直前に極めつけの衝撃の出来事があったのですが、それは次回で。

● 今月のプレゼント

<p>A-1</p> <p>ベル食品 スープカレーの 作り方 6個セット</p>  <p>5名様</p>	<p>A-2</p> <p>ベル食品 スープカレーの 作り方 プレミアム 6個セット</p>  <p>5名様</p>	
<p>B</p> <p>ちょこっと オリジナル バイナダー</p>  <p>10名様</p>	<p>C</p> <p>P31 雪印 メグミルク 新商品 2本セット</p>  <p>20名様</p>	<p>D</p> <p>P29 掲載商品 2点セット</p>  <p>10名様</p>

● 応募方法 (応募締切:6月10日(月)必着)


Q1～Q5のお答えと、①お名前(ふりがな) ②ペンネーム ③年齢 ④電話番号 ⑤郵便番号・住所
⑥メールアドレス ⑦ご希望のプレゼントの記号をご記入の上、下記の方法でご応募ください。

応募期間 / 毎月21日～翌月10日(必着)

Q1 おもしろかった記事とその理由

Q2 わが家の自慢の「米」レシピ Q3 「米」の素朴な疑問

Q4 今月号を見て作ったレシピ Q5 今月号へのご意見・ご感想

<p>郵送 〒063-8501 札幌市西区発寒II条5丁目10-1 コープさっぽろ広報部「ちょこっと6月号アンケート」係</p>	<p>スマホ</p> 
<p>WEB https://www.sapporo.coop/about/pr-magazine/apply/index.html</p>	

※プレゼントは抽選の上、当選者へ発送いたします。発表は発送をもって代えさせていただきます。※ご応募いただく個人情報に関しては、プレゼントの抽選および発送にのみ使用させていただきます。※アンケートでいただいた文面・レシピなどは、誌面で掲載させていただくことがありますので、ペンネームをお書き添えください(ペンネームがない方はインシャルでの掲載となります)。※回答いただいたおすすりレシピは、誌面以外にホームページや他媒体でもご紹介する可能性があります。ご了承ください。

● 今月のレシピインデックス

	コクうまカレー.....	2
	王道チキンカレー.....	6
	基本の鶏ガラだし.....	7
	ほたてと根菜のスープカレー.....	8
	野菜スープカレー.....	9
	ヌルネバカレー.....	9
	スパイシーフライドポテト.....	22
	キャベツのカレーマリネ.....	23
	カレー肉じゃが.....	23
カレー	残りカレーで焼きカレー.....	24
	ぎのこ豆の時短カレー.....	24
	カレーラーメン.....	25
	カレー味玉.....	25
	レンジで10分!ドライキーマカレー.....	29
	ベビーほたての夏野菜カレー.....	29
	ぎのこのカレーリゾット.....	30
	カレーヌードル.....	30
	まぜて、ぬって、やいたらカレーパン.....	32
めん	まるごとトマトの和えそうめん.....	44
さかな	ひとまわしで爆速漬け丼.....	45
にく	豚バラブロックのBBQ焼き.....	47
ごはん	たまごスープチャーハン.....	49
やさい	カレー屋さんのサラダ.....	28
	あさりと夏野菜のキムチレンジ蒸し.....	46
	かぶの皮のきんぴら.....	54
	かぶの葉のごま和え.....	55
デザート	混ぜるだけ! 飲むヨーグルトで簡単ラッシー.....	28
	オイルで作るチョコチップクッキー.....	34
	オイルで作るブルーベリーマフィン.....	35
	蒸しパン.....	36
	フレンチトーストケーキ.....	37
	いちご牛乳かん.....	37
編集後記	今回は、おそらくちょこっと発行以来初めてレシピページが巻頭に登場しました!どんと広がるスープカレー、見ていると思わずお腹が空いてきませんか?今月号を見て、自宅で作ってみたい方はいませんか?私ども今夜はスープカレーにします(木村野乃香)	

2024年6月コープさっぽろお買得カレンダー

※サービス内容は変更になる場合がございます。詳しくはHPかお近くの店舗へお問合せください。

日	月	火	水	木	金	土
26  ボーナスポイント 対象商品はこちら	27	28	29	30	31	1 組合員証提示で 5% OFF ポイント 10倍 冷食 10%OFF ちょこカ チャージデー
2 ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー	3 ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー	4 ちびっこ キッズ カード シール 2倍 ちょこカ チャージ デー らくちん	5 ちょこカ チャージ デー	6 ゴーゴー ちょこカ チャージ デー らくちん	7 ちょこカ チャージ デー	8 冷食 10% OFF ポイント 10倍
9 ポイント 10倍 ちょこカ 5% OFF らくちん	10	11 ちびっこ キッズ カード シール 2倍 ちょこカ チャージ デー らくちん	12	13 ゴーゴー ポイント 10倍 らくちん	14 ポイント 10倍	15 冷食 10% OFF ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー スーパーボーナスポイント
16 ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー	17 ちょこカ チャージ デー	18 ちびっこ キッズ カード シール 2倍 ちょこカ チャージ デー らくちん	19 ちょこカ チャージ デー	20 ゴーゴー ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー らくちん	21 ポイント 10倍 ちょこカ チャージ デー	22 冷食 10% OFF ポイント 10倍
23 ポイント 10倍 ちょこカ 5% OFF らくちん	24	25 ちびっこ キッズ カード シール 2倍 ちょこカ チャージ デー ポイント 10倍 らくちん	26	27 ゴーゴー らくちん	28	29 ちびっこ コープ デー 冷食 10% OFF ポイント 10倍 キッズ カード シール 2倍 ※ちびっこらくちん当日便サービスデーは 実施いたしません。
30 ポイント 10倍						

- ちょこカ ⇒ ちょこっカード
- ちびっこ ⇒ ちびっこコープデー
- らくちん ⇒ らくちん当日便サービスデー
- ゴーゴー ⇒ ゴーゴーコープデー

※一部対象外の店舗、商品があります。※サービス日程は変更になる場合があります。また店舗地区によって異なる場合がございます。店頭のカレンダーにてご確認ください。※サービス内容の詳細は店舗サービスカウンターもしくはコープさっぽろホームページをご覧ください。



コープの家族葬
ウィズハウス

CM公開中!



負担の大きい
お葬式の
費用は

全額保全で 今から積み立て

月々3,000円から
始められる

葬儀以外に
法事やお墓にも使える

他社積立からの
解約手数料負担

コープさっぽろで
使えるポイント
最大 **11万+α** ポイント
プレゼント!

お買い物でも
使える!

※積立額100万円満期での全額充当+初回1万ポイントの合計。+αはご紹介ポイントです。

今つみたてを
はじめると **10,000 pt** プレゼント

組合員様に
ご紹介で **10,000 pt** プレゼント

つみたて制度お申込みはこちらから! ▶▶

コープの家族葬ウィズハウス **新式場が続々オープン中!**

北見市
1式場目



4月 **NEW OPEN!**

ウィズハウス北見高栄
北見市高栄西町1丁目5-3

札幌市
12式場目



4月 **NEW OPEN!**

ウィズハウス大谷地
札幌市厚別区大谷地東5丁目4-1



「コープの家族葬」で検索 🔍



コープの家族葬
ウィズハウス

お電話での資料請求・お申込み・お問合せ

0120-617-750

フリーダイヤル

(受付時間) 10:00~17:00

PR

北海道にお住まいの方なら原則どなたでも

ろうきんのローンは、みんなのための

応援金利

WEB完結型 & 対面型

ご利用中の他行・他社ローンのお借換もお気軽にご相談ください。

2024年
2月1日より
新規金利を
引下げて
おります。

詳しくはコチラ！



対面型



轟ローン

教育ローン

無担保住宅ローン

必要な時にATMでお借入れ 教育ローン【カード型】

WEB
完結型



轟ローン

教育ローン

※借入には年取等の諸条件がございますので、詳しくは(ろうきん)へお問合せください。
※審査の結果、ご希望に添えない場合がございます。予めご了承ください。

教育ローン(証書貸付)・福祉型教育ローン・無担保住宅ローン 限定

万が一のとき、ローン残高が0円に！

■ろうきん団体信用生命保険(ろうきん団信)

or

■がん保障特約付リビング・ニーズ特約付団体信用生命保険(がん団信)を付帯できます！

※[WEB完結型教育ローン]は対象外です。

※ろうきん団信を付帯した場合、通常金利に年0.20%上乗せになります。がん団信を付帯した場合、通常金利に年0.30%上乗せになります。

※ローン残高が0円になるには所定の条件があります。詳しくは(ろうきん)へお問合せください。

詳しくは(ろうきん)HP
またはコチラから



さらにおトクな轟ローンの仲間たちです！

エコカー購入なら

轟とどろき
轟エコ
カーローン

女性なら

轟とどろき
轟レディース
カーローン

29歳以下なら

轟とどろき
轟ヤング
カーローン

応援
します！



島 太星

欲しかった車を
手に入れるチャンス

轟ローン
(マイカーローン)

入学時や入学後の
費用も安心

教育ローン

マイホームや
リフォームの資金に

無担保
住宅ローン

木村 愛里

車を
買いたい！
学費を
準備したい！
リフォーム
したい！

お問合せは北海道ろうきん店舗、
またはコールセンターへ

北海道ろうきん
コールセンター

0120-5-109-26

●ご利用時間

AM9:00~PM5:00 土・日・祝日、年末年始は休業します。

北海道
ろうきん

つなぐ



プロジェクト

実施中！

お取引件数に応じたNPOなどへの寄付を通じて、
地域における共生社会の実現をめざす取り組みです。



詳しくは
こちら

※この内容は2024年2月1日現在のものです。

Dewar's® STAY CURIOUS

いつも胸に、好奇心を。

父の日には、ちょっとリッチで特別なウイスキーを。
デュワーズのなめらかで芳醇な味わいに合う
カレド・ショコラとのペアリングをご紹介します。



デュワーズ フレンチスムース 700ml

トドック 週 6月1週

引き立つ香りを
ミルクチョコが丸く溶かしていく



フレンチミルク 18枚入

トドック 保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 **23865**

デュワーズ ホワイトラベル 700ml

トドック 保 のみものトドック Vol.37 ●注文番号 **88533**

奥行きのある味わいと、柑橘系チョコとの相性◎



カカオ70オレンジ 18枚入

トドック 保 いつでもトドック Vol.21

●注文番号 **25902**



デュワーズ
12年 700ml

トドック 保

のみものトドック Vol.37

●注文番号 **88123**

12年のほのかな甘さと
カカオの苦み&甘みが合う!



カカオ70 18枚入

トドック 保

いつでもトドック Vol.21

●注文番号 **23862**

デュワーズとは?

1846年にスコットランドで創業した世界的なウイスキーブランド。創業から170年、今日も世界中のウイスキー愛好家やバーテンダーからも愛され続けています。

「デュワーズ」+ 森永製菓「カレド・ショコラ」を店舗で同時購入で

ボーナス **50** ポイント付与! + トドックアプリ登録者ならさらに追加で **20** ポイント付与! (2024年5月21日(火)~6月20日(木))

※デュワーズとカレド・ショコラシリーズは一部店舗でお取り扱いのない場合がございます。



ストップ! 20歳未満飲酒・飲酒運転。妊娠中や授乳期の飲酒はやめましょう。お酒は楽しく適量で。

のんだあとはリサイクル。♻️

