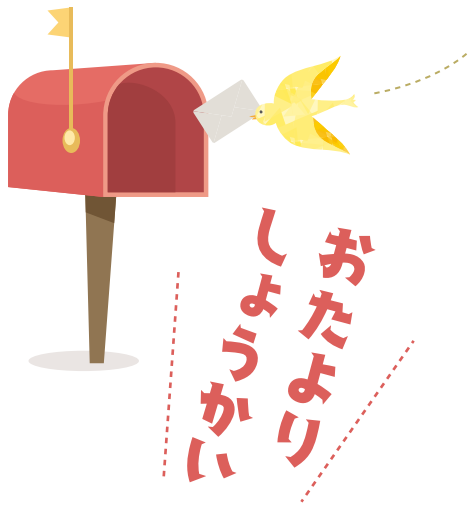




今は自分の家族の世話をすること  
で、手がまわりません。「仲間づ  
くりボランティア」ができるになる  
までは「募金」などで支援します。  
中野区 小倉あん

加 入したばかりで初めて読み  
ました。子どもと一緒に新年  
クイズを解きました。楽しかった  
です。 葛飾区 山川 真富果



●鶏卵(かき玉と生姜をいれ  
てとろみをつける)は風邪  
の時に食べると体が温まり  
ます。京都特有の食 べ方  
でしょうか。 目黒区 かのん

●パスタソースにインし  
て使うと別に茹でなくて  
良いし、時短になって便  
利! かつおいしいです。  
小平市 にやふ

●鍋の締めとして入れて食べるのが  
家族のお気に入りです。最近  
は鶏ベースの鍋をし、鶏団子を入れたと  
ころ2歳の息子に「これおいしいね  
え」と好評でした。 三鷹市 わや

●職場で電子レンジが使えるので、お  
弁当にしています。天井セットの天  
ぶらや肉や卵をのせたり、つゆをカ  
レー味やキムチ味にしたりして楽し  
んでいます。 世田谷区 まきあき

母 私、娘、孫4世代に渡り生協  
商品で充実した生活を送っ  
ています。世の中の子も達が、  
お腹が満たされる毎日を送れます  
ように。 世田谷区 みーちゃん

問 違い探しは、小1息子が「MOGMO  
G」に興味を持ってくれるきっかけ  
になりました。小さい頃の食生活が、大  
きくなってからも身近なものであってくれ  
れば良いと思います。 町田市 ゆうと

「仲 間づくりボランティア」の活動を  
知りました。私自身の参加は体力  
的に難しいのですが、このような地道  
な活動が地域ごとに広がっていくこと  
が理想です。 世田谷区 小春

見 た目がかなり悪い物(これ絶対企  
画外でしょう)と思うものが入って  
いたことがありましたが、味は絶品!  
果物を頼んで実感しました。見た目を  
気にせずいただくようにしようと思いま  
した。 国分寺市 野田 久美子

産 地・メーカーの紹介ページはとて  
も素晴らしいと思います。小学生  
のうちから、工場見学や国産小麦の勉  
強をすれば、大人になってからも自給  
率などに関心を持ち続けられると思い  
ます。 北区 キタキツネ

新 年に合った表紙とクイズが  
ステキだなと思いました!  
季節に合った内容にしてい  
ただけることで、忙しい中でも意識を  
することができます。いつも、あり  
がとうございます!  
川口市 ゆきんこ

食 べることの大切さ、楽しさ  
を子どもやママ友にも伝え  
ています。和漢薬膳の資格をと  
ったので、体調や体質にあった食品  
や食べ方を不調のある周囲の人  
に伝えていくことをしたい。  
横浜市 kikyoriko

## 冷凍うどんは利用していますか? お気に入りの食べ方を教えてください

●運動部の息子が小腹を空いた  
とよく言うので、すぐに対応  
するために常備しています。  
明太子焼きう  
どん、キムチ鍋ス  
ーうどん、月見  
うどんなどです。  
大田区 にこにこ八咫鳥



●めぐみ豚ロースしゃぶしゃぶ用とネ  
ギ、東都国産丸大豆醤油、東都純米料  
理酒で作る肉うどんはすごくおい  
しい。平飼卵ととろろ昆布とかつお節  
も必ずのせて。東都生協とはお嫁に出  
てからずっと30年のお付き合い。おか  
げで料理の腕を上げました。ありが  
とうございます。八王子市 ゴマちゃん

●大学生の子どもは、電子レンジ  
で温めてつゆと生卵をからめて食  
べるのがお気に入り。おいしいの  
は分かるけれど、母としてはつい  
「野菜もいっしょに摂れば  
…」と声をかけてしまい、いつ  
もにらまれています。  
渋谷区 とものはは

## A~Dの順に並べてできる言葉は?

| A | B | C | D |
|---|---|---|---|
|   |   |   |   |

- ①「凸」の訓読み
- ②運転初心者がつける〇〇〇マーク
- ③珍しいことや未知のことに対する興味
- ⑤学校の組
- ⑥〇〇〇心頭が発する
- ⑦「河豚」と書く魚

ヒント 春を告げる

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 |   |   | 7 | 9 |
|   |   | 6 |   | B |
|   |   |   | C |   |
| 2 | 4 |   |   |   |
|   |   | 5 | 8 | D |
| 3 |   |   |   |   |
|   | A |   |   |   |



## 組員から寄せられた声や質問にお答えします。

Q 「麻婆茄子丼の具」300g (2袋入り) は辛すぎず、子  
どもにも食べやすい味付けでお気に入り商品ですが、最近見  
かけず注文ができません。  
株式会社ニッコーさんの冷凍の加工商品は全般的におい  
しく、期待しています。ぜひまた、この商品を企画してほしい。

A ご要望の商品は製造を継続していますが、株式会社ニッ  
コーが自社で栽培したナスを使用した商品のため、収量が  
安定しない年もあり、管理が難しいことから2020年から取  
り扱いを休止していました。

現在は原料の収量も比較的安定していることから、仕様  
内容を改めて確認し、2023年10月より新商品として登場  
しています。ただし、ナス  
の収穫時期のみ製造・供  
給するため、8月~10月  
の限定企画の予定ですの  
で、もうしばらくお待ちく  
ださい。



Q 「春便りよもぎ天」(4枚入り)がおいしいので、もっと取り  
扱ってほしい。

A この商品は、製造元のおがた蒲鉾(愛媛県)が飽きのこ  
ない食卓提案として、よもぎの旬である3月~5月の期間限  
定品としており、東都生協ではその期間内で月に1回ご案  
内しています。

商品の特徴は、スケトウダラやイトヨリダイの無リンすり身  
に国産のよもぎを練り込み、香り良く仕上げた揚げかまぼこ  
です。

今季は今後、4月2回、5月2回のご案内を予定しています。  
魚肉練製品は1年を通して季節限定商品が多く、他にも春は  
「国産たけのこ天ぷら」、  
夏は「宇和海の味夏セッ  
ト(揚げかま)」など、季  
節限定商品がたくさんあ  
りますので、ぜひお試しく  
ださい。



Q チョーコー醤油株式会社(長工醤油味噌協同組合)  
の「ゆず醤油かけぽん」400mlを最近商品案内  
で見かけず、仕方なく他店で買っています。  
原材料に添加物が使用されておらず、それだけでは  
なく、何にでも合うため、私は1年を通してこの商  
品を利用しています。最近、姉妹品の「実生ゆず  
減塩ぽん酢」を見かけ買ってみました。が、「ゆず醬  
油かけぽん」がよいです! ぜひ取り扱ってほしい。

A 「ゆず醤油かけぽん」は丸大  
豆薄口醤油をベースに、高知県  
産ゆずの果汁を使用した商品とな  
り、現在月に1回程度の頻度でご  
案内をしています。

次回3月4回に商品案内「San  
bonsugi」調味料ページにて掲  
載、次々回は4月3回のご案内  
を予定しています。



Q 「煮干粉」をいつも利用し重宝しています。できるだけ  
定期的に企画してほしい。

A 「煮干粉」は定期的に月1回の別冊「Mekke!」  
での企画としていますが、その企画週に祝日が絡む  
とメーカーの納品ができず企画を休止することがあり  
ます。

2023年は7月・8月と続いて企画休止となってい  
ましたためご不便をおかけしました。今回は4月1回の  
「Mekke!」紙面でののご案内を予定しています。なお、  
今後は企画休止が続かないように調整していきたく  
検討していきます。

別冊さんぽんすぎ Mekke!



煮干粉は、いわしを  
丸ごと粉末にし、  
昆布といったけの粉末を  
加えた商品です。  
料理にひとふり  
おいしさアップ!

正解者から抽選で、10人に、  
図書カードをプレゼント!

発表は賞品の発送をもって  
代えさせていただきます。

MOGMOG ホームページからも応募できます!  
<https://www.tohto-coop.or.jp/mogmog/>

クイズの答え、おたより、写真、イラストなど  
は、はがきまたはホームページから送ってね。  
上記アドレスあるいは、右の二次元コードか  
らアクセスしてください。



- クイズの答え
- 住所/氏名(お子さんの場合、年齢または  
学年)/組員コード/ペンネーム(希  
望の方)
- 「お弁当」にまつわるエピソードを教えてく  
ださい。
- 「食の未来づくり運動(日本の農業を元気  
に)」のために「私がやっていること」を教  
えてください。
- 各記事に関する感想や「MOGMOG」へ  
のご意見、イラスト、写真などお待ちし  
ています!

※おたよりや個人情報は、『MOGMOG』(インター  
ネット含む)でご紹介する場合がありますが、編  
集目的以外での使用はいたしません。(おたより  
は、リライトして掲載する場合があります)  
※おたよりへの個別回答は行っておりません。

締め切りは  
3月27日(水)の  
消印まで有効。

★宛て先

〒156-0055 世田谷区船橋5-28-6  
吉崎ビル4階 「MOGMOG」 係