

# JOSO食材で 素敵な年末年始を！

～魚の美味しさを活かす、練り物づくり～



## いちうろこ 「蒲鉾」 (静岡県・静岡市)

『いちうろこ』は文政元年(1818年)頃より、かまぼこ造りを主とした海産物商として、東海道53次の江戸から16番目の「由比宿」の分村である今宿村に誕生しました。創業以来魚そのものの味を生かし、不必要的添加物に頼らず、「美味しさ、末永~く」をモットーに一貫して手作りにこだわった練り製品を製造しています。

12月5回カタログでは、お正月には欠かせない、いちうろこの蒲鉾や伊達巻などをご紹介しています。

### 【美味しさのポイント】

**その1 原料へのこだわり** 新鮮な魚を使用し、リン酸塩を使わない無リンの自家製すり身※から蒲鉾を製造。創業当初からの製法です。食品添加物を使わず雑味なく、魚本来の味を楽しめます。

※近年、スケソウダラの不漁が続き、価格高騰も原料確保を困難にしている要因です



### その2 製法へのこだわり



●昔ながらの臼製法 鮮度ときめ細かさを保つため、すり身は昔ながらの臼を使用し、丁寧に練り上げています。なめらかな食感と練りの弾力「プリプリ」感が増し食べ応えのある美味しい練ができるあがります。

(多くの練り物メーカーでは効率よくすり身を練り上げることが出来るサイレントカッターを使用。比べて臼は約3倍の時間がかかります。)



●職人による手造り 一部、機械を使用するものもありますが、いちうろこの製品のほとんどは職人の手仕事。磨き抜かれた職人の技で、味わい深くも優しい食感に仕上げています。

【2ページへ続く】

### 2025年12月の予定

#### ○生協基幹運営/地域活動・催し●

○「常総っ子応援団」in流星台プレイヤーク:毎週木曜日10~14時活動中です！  
(出入り自由) 12月は4日(木)・11日(木)・18日(木)が開催日です(煮炊きは11日)

12/12(金)産地訪問(微生物農法の会長島さん) 12/18(木)脱原発と暮らし見直し委員会  
12/13(土)定例理事会

#### ○提携・協同・連帯企画●

12/14(日)SILENT FALLOUT上映会@つくば  
12/14(日)甲状腺検診@流山

生協ホームページ

各種募金は、下記【注文番号】で、毎週受付しております。ご協力をお願い致します。

Instagram

★【注文番号:500251】東海第二原発差止訴訟基金 1口500円

★【注文番号:500252】関東子ども健康調査支援基金 1口1000円

★【注文番号:500253】被災地等を支援する【JOSOたすけあい基金】 1口500円

★【注文番号:500254】JOSO脱プラ基金 1口500円

★【注文番号:500257】岩瀬牧場・養豚基金 1口500円



## ■12月5回のイチオシ商品

どれにしようか迷ったらこれ！おせちには欠かせない、紅白の蒲鉾と伊達巻のセットです。  
それぞれ単品で買うよりも（税込）210円もお得♪



12月5回・3ページにも  
いちうろこの製品が勢ぞろい。

新年を迎えるおせちには  
JOSOイチオシの魚をたっぷり使った練り製品を  
おすすめします！

### 12月5回カタログ 1ページ

#### 9 いちうろこ 蒲鉾・伊達巻セット



いちうろこ  
62 紅  
63 白  
すけそだら(アメリカ、国内産)



2026年1月5日  
220g 585円(税込) 632円  
220g 585円(税込) 632円



無リンのすけそだらすり身を使用。たっぷりの卵を使い、ふんわりとした食感で程よい甘さが特徴です。

国内産の無リンすり身を使ったなると巻です。お吸い物などにどうぞ。

64 冷卵米  
いちうろこ伊達巻  
220g 914円(税込) 987円  
すけそだら(アメリカ、国内産)

65 冷  
いちうろこなると巻  
120g 325円(税込) 351円  
スケソウダラ(国内産)

～生産者が紡いだ～

どんぐりてい「のし餅」  
(茨城県・坂東市)

55 1枚 特価 1,750円(税別)  
56 2枚 特価 3,300円(税別)

2020年からどんぐりてい・倉持さん達に「のし餅」を搗いてもらっています。どんぐりていさんは、手打ちそばと薪を使ったかまど炊きのご飯を出す農家レストランを営業しています。茨城県産のもち米をその「かまど」で蒸し、「のし餅」を作ります。試行錯誤を重ねた、ふっくらコシの強いお餅をお届け致します！

12月5回は、倉持さんや、倉持さんとつながりのある有機農家さんなどもお手伝いに加わり、総出で「のし餅」を作ります。前日の夜から仕込み、翌日早朝に常総生協に納品、当日中に組合員へお届けします。お届け時にはまだ温かく、「出来立てのお餅が届いた！」と感動する組合員さんも多数。



今年はぜひ「どんぐりていののし餅」で年末年始をお過ごしください！

～昔ながらの直火炊き製法～

## 菊田商店 「煮豆」

(東京都・練馬区)



### 【こだわりのポイント】

#### その1 原料は国産

最も大切な原料である豆は、北海道を中心とする国内産です。

12月5回カタログの3~4ページ

83 丹波黒豆

84 煮豆 黒豆 (雁喰黒豆)

85 煮豆 金時豆

93 栗きんとん

94 豆きんとん

に掲載中！

#### その2 選りすぐりの調味料を使用

菊田商店の煮豆づくりにかかすことのできないこだわりの調味料を用いています。（醤油は入正特醸醤油、塩は本にがり仕立ての五島灘の塩、酒は純米吟醸玉乃光酒魂）

#### その3 じっくりコトコト伝統の煮豆製法

手作業でコトコト煮る伝統の煮豆造り製法を守り続けています。

##### ①水煮と水切り

豆を水煮した後、水に流して充分にアクを切り、40分間水切りをします。



##### ②煮込みと圧力

充分に水を切ってから、直火釜でじっくり1時間半の時間をかけて煮込みます。この時、前日に煮た豆の残り蜜に砂糖を加え、豆を入れて煮込みます。これが先代からの秘法の味となります。



##### ③浸透

煮込んだ豆を、一晩置きます。こうすることで、豆にさらに蜜をじんわりと浸透させられます。



##### ④完成

翌日、選別・計量・袋詰めをし、圧力釜で100度40分、殺菌して、製品が完成します。このように、直火釜での手作りでは、手間もかかって数量も大量にはできません。ですが、昔ながらの本物の煮豆の味をお届けするために、この製法にこだわり続けています。



### ＊＊＊ 菊田商店 訪問記 ＊＊＊

(商品部 伊藤)

10月初めに東京都練馬区にある、工場兼店舗のある菊田商店さんを訪ねました。創業96周年。スタッフは全部で10人程で、代々家族経営しているそう。



もともとは台東区で甘納豆をつくっていたそうです。そこから煮豆屋に転身して移転もして、今の業態になったとのこと。（店舗は16周年）

豆の種類や季節によって乾燥豆の戻し方（時間・水温）が違うことや、直火なので火が均一ではないこと、職人（4人）が付きっきりで管理しているなど、お話を伺いました。そして、一年で一番忙しい年末は18釜稼働するそうです。

## いばらきフードドライブキャンペーンの報告



ご協力ありがとうございました！



茨城県

11月4回Newsletterで呼びかけた「フードドライブキャンペーン」の食料支援として皆さんから集まった食品（お米30kg、乾麺・缶詰・調味料・レトルト食品・お菓子・飲料など約29kg）を協力団体であるフードバンクいばらきへお渡ししました。

沢山のご支援、ありがとうございました！

(組合員活動室 稲垣)

## 組合員と生産者と職員のひろば

○パン屋さんのルルド（Le · Lourdes（神奈川県・中井町））のクランベリーナッツカンパニュ、クランベリーとナッツがたくさん入っていて小麦のうまみとベストハーモニーです。定期の扱いでうれしい！！！（つくば市Yさん）

⇒ありがとうございます！フェアトレードのカレーやチョコレートでおなじみのプレスオールターナティブさんのドライフルーツ・ナッツがたっぷり入ったパンです。ドライフルーツ＆ナッツの甘さ・香ばしさをお楽しみ頂けます。たくさんの方に一度はお試しいただきたいです！

今回12月5回カタログ15ページ・459番に掲載されています！※2週に1回のペースで掲載します。（パン担当 山名）



○北海道さけスモークサーモン2パック 薄塩で、ジューシーで、美味しいですね。（牛久市Sさん）

⇒ありがとうございます！市販品の中には燻液（くんえき）というスマーカフレーバーを使って「スマーカサーモン風」のものが多い中、この松岡水産（千葉県・銚子市）のスマーカサーモンは、鮭を塩のみで味付けし、桜のチップで冷燻方式でスマーカします。とても時間がかかるので大量生産には向かない方式ですが、しつとりとした風味豊かなスマーカサーモンに仕上がります。常総生協では20年以上組合員に利用され続けているスマーカサーモン。ぜひ年末の食卓に登場させてください！

今回12月5回カタログ6ページ・151番には



「紅鮭」を使用した徳用ダブルパックを掲載しています。（水産担当小室）

○三里塚のピーナッツクリーム最近見かけませんが無くなつたのでしょうか？（柏市Mさん）

⇒2024年の秋収穫の落花生のペーストは完売しました。たくさんのご利用ありがとうございました！新ものは、現在落花生を選別し、年明け～春に製造、登場予定です。完全ハンドメイドのピーナツペースト、こうご期待！（三里塚野菜担当柿崎）

○安田さんのなめこ 5歳になる娘の最近好きな食べ物がなめこです。「つるつるきのこ大好き！」と言って食べています。（守谷市Nさん）

⇒ありがとうございます！今回12月5回カタログの11ページ・344番に掲載されています（毎週掲載）。福島県郡山市で長年なめこを栽培する安田さん。なめこを育てる菌床（きんじょう）には、国産おが粉、地場産米ぬか、国産ふすま（小麦の外皮）、貝化石、ビール酵母など、他所では恐らく使わない、大変贅沢な内容の菌床でなめこを育てています。一味ちがう安田さんのなめこ、食物繊維（βグルカン：腸内環境改善、血糖値の急上昇抑制等々の効果が期待）、ビタミンB群が豊富。年末の健康維持に、なめこのお味噌汁を！（農産担当真紀子）