

# LPAの井戸端会議

くらしの見直し講演会を開催します♪ 講師：ファイナンシャル・プランナー 神戸 孝氏

内容 『お金で失敗しないために金融のプロが教えます』  
これだけは知っておきたい！お金についての「常識」と失敗しないための「定跡」

日時：11月30日(水) 13:00~15:00(受付開始12:30~) 参加費：無料  
場所：不二羽島文化センター(旧羽島文化センター) 4階401大会議室  
住所：岐阜県羽島市竹鼻町丸の内6-7  
定員：150名(定員になり次第締め切ります) ※託児はありません



金融庁や日銀の委員を歴任された神戸孝氏は、某新聞社主催の講演会で、応募者多数で抽選になるほど人気の講師です。今回は身につけるべき「金融リテラシー」の、これだけは知っておきたいことをわかりやすく解説していただきます。

「金融リテラシー」って何？

私たちがしっかりとした生活を送るために、お金を上手に管理したり、注意深く使ったりするために必要となる金融や経済に関する知識や判断力のことです。

- 参加された方の感想
- リスクの意味が本当に理解できた
  - 資産運用をまったくしていませんでしたが、今回の話を聞き1歩踏み出そうと思った
  - とても良い話を聞けて参加してよかった。またぜひ聞いてみたい！



かんべ たかし  
講師：神戸 孝

FPアソシエイツ&コンサルティング(株)代表取締役、CFP®(サーティファイド・ファイナンシャル・プランナー)、早稲田大学ビジネス情報アカデミー講師、日本FP学会会員。著書に『団塊世代の資産運用』(インデックスコミュニケーションズ)、『勝つ投資信託』(朝日新聞出版)、『NISAで儲けろ!』(朝日新聞出版)、『気づいたら貧困層!?』(監修・KADOKAWA)など多数。

参加申込先：LPAの会事務局  
TEL：058-370-6713  
受付：月~金曜日 9:00~17:00

## 組合員さんの声で

### 開発改善

コモパンのバラエティーセットの取り扱いが実現しました！

#### 組合員さんの声

コモのパンが好きで箱買いをしています。いろいろな種類が入ったセットを取り扱ってほしいです。



#### 声で改善

ご要望を受けて、8月より取り扱いが実現しました。デニッシュチョコ、デニッシュメープルキャラメル、メロンパンなど6種類8個のバラエティーセットです。

## ? あなたのギモンにお答えします

Q らくらくかんたん酢漬け酢の容器がペットボトルに変わりましたが、賞味期限など変わった点はありますか？

A ↓  
ビン(900ml)もペットボトル(500ml)も賞味期限は同じです。中身の酢や、原材料、配合率なども同じです。これまでビン入りのみの販売でしたが「900mlだと、初めて使うには量が多い」といった声が多く寄せられ、お試しでお使いいただける少量規格の商品が登場しました。

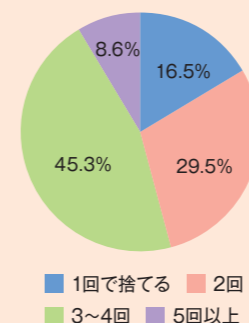


## 揚げ油の管理、どうしていますか？

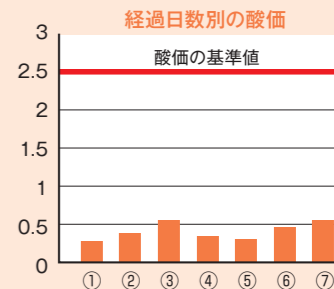
揚げ物は、摂取カロリーと残った油の管理が気になりますね。カロリーは食べすぎに注意するとして、今回は揚げ油の管理について考えてみます。

### 揚げ油、何回使ったら処分しますか？

ある調査では、揚げ油を使用する回数が家庭によって大きく違うことが報告されています。1回で捨てる家庭が5分の1程度に対し、5回以上使用する家庭もありました。



調査の結果、家庭ごとにさまざまな方法で油を管理していましたが、どれも基準を下回る値で問題ありませんでした。ほとんど油を捨てない家庭の油も、全く問題なかったことは意外かもしれません。



家庭の揚げ油は、業務で使用される場合と違い、加熱されている時間も、揚げる量も少ないことから、思ったより劣化の度合いは小さいと考えてよさそうです。揚げ油の残りを別の日に炒め物などに転用し、次に揚げ物をする際に不足分を新しい油で補うことで、少しずつ油がおきかわっていくことも、劣化を大きく進めない理由の1つのようなようです。

### 揚げ油を安全に保管しましょう

管理の仕方を間違えると、油の劣化を早めてしまう場合もあります。使用した油は下記のポイントに注意して保管しましょう。

- 必要以上に温度を上げない
- 光をあてないように保存する
- 揚げ物のカスが残っている場合は取り除く

また、次のような場合は、劣化が疑われるので思い切って処分しましょう。

- 180℃程度で揚げ種を入れていないのに煙が出る
- 細かい泡が消えない
- 粘り気がある
- 臭いがおかしい

### 揚げ油の酸化の度合い

家庭で使用した揚げ油の劣化度合いを検査しました。目安としたのは、惣菜屋さんなどで使用される揚げ油の劣化基準として用いられる「酸価」の値で、2.5以下であることが求められます。  
\*酸化：油脂の精製および変質の指標となる数値のひとつ。

番号	使用回数	使用開始からの経過日数	酸価
①	3回	油を足しながら1週間ほど	0.28
②	1回	大量の揚げ物をして1週間ほど	0.39
③	2~3回	2週間ほど	0.56
④	数回	油を足しながら1ヶ月ほど	0.34
⑤	4~5回	油を足しながら1ヶ月ほど	0.31
⑥	3回	2ヶ月ほど	0.46
⑦	5~6回	2ヶ月以上	0.56

## 2016年度 第3回理事会だより(8/10)

7月期決算について承認しました。

7月期事業結果 単位:百万円

	7月実績	予算差	累計実績	予算差
商品の供給高	2,154	-104	8,549	95
総事業高	2,225	-106	8,812	96
事業経費	476	-17	1,893	-77
経常剰余金	80	-7	152	46

組合員数 231,084名 計画比 99.9% (加入 793名)  
出資金 40億3,688万円 一人当り出資金 17,469円

2 「コープぎふフェスタin東濃」の企画内容について確認しました。10月16日(日)セラミックパークMINO(多治見市)で開催し、「商品試食交流」「事業・活動紹介」「ハッピーダンスコンテスト2016」「C-1グランプリ」その他お楽しみ企画を予定しています。

3 料理本「はっぴいごはんスイーツ版」の作成について確認しました。昨年度作成した料理本「おしえて!はっぴいごはん」に続き、今年度はスイーツ版を作成します。組合員さんから応募いただいたレシピをまとめ掲載します。また、いただいたレシピは「コープぎふフェスタin東濃」でも展示します。

4 「わが家の声カード」の取り組みについて中間報告があり確認しました。6月の通常総代会後に組合員さんにお届けした2015年度戻戻金明細に同封した「わが家の声カード」について、返信状況などの中間報告がありました。(第4回理事会で受け止めの協議を行い、今後の事業や活動、コープぎふ中期方針の見直し検討に活かします。)

夏に38歳の長男が結婚してほっとしております。長女、次女は25、6で結婚したので、久しぶりの人寄せで夫婦ともに疲れてしまいました。 | 北方町 柴山さん |



ミニトマトを半分に切り、塩としょうゆを少々、CO-OP浅漬けの素、最後にごま油をかけるだけ。30分おけばすぐ食べられるミニトマトの簡単漬けです。トマトを引き上げて残った汁は、ドレッシングとしても使えます。 | 各務原市 ママコさん |

