

とくしま生協  
機関紙  
あわたんぼ

A W A T E N B O  
**阿波展望**

とくしま生協

8月号  
No.414  
2023

https://www.tokushimaseikyou.or.jp  
〒771-0289 徳島県板野郡北島町中村字東堤ノ内30-3  
TEL.088-698-5100 発行責任者/大久保 秀幸

第39回

**通常総代会が開催  
されました。**

2023年6月21日(水)午前10時よりあわぎんホールにて、総代定数269名に対して本人出席91名、欠席3名、書面出席175名の266名の出席で行われました。

**総代会**は... 決算や剰余金の処分などの承認に加えて、日ごろ生協を利用して思っていること、要望などを今年度のすずめ方に反映させていくことを目的としています。本来なら、組合員みんなが集まって話し合うことが理想ですが、とくしま生協の組合員は10万人を超えています。その組合員が一堂に集まる事は非現実的です。そこで、各地域の組合員の中から「総代」を選出しています。



とくしま生協  
理事長 挨拶



大久保理事長

今回の総代会は、4年ぶりに総代さんの実参加によるリアル開催ができたことをうれしく思います。2022年度の事業・経営結果につきましては、1年間を通して多くの組合員さんにご利用いただき、経営も堅実に行うことができています。残念なのは、活動ではコロナ禍の中で組合員さんのさまざまな活動が制約をうけたことです。しかし、そのような中でもできる活動として大型モニターを活用したオンライン学習会、工場見学などが開催

できました。また、4つの支所をオンラインでつないで開催した商品学習会には50人を超える方が参加され、新しい組合員参加の活動が広がった年でもありました。今年、今までできていた活動の再開や新しい活動をさらに広げ、組合員さんの自主的な活動を応援しすめていく年にしていきたいと思っています。2023年度めざしたいことの実現に向けて、役職員一同、全力で頑張っていくことを申し上げます。

2022年度の事業の結果

	実績(単位百万)	予算比
供給高合計	11,631百万円	97.9%
経常剰余金	344百万円	93.8%

剰余金処分について

出資配当金は、これまでの考え方と同様に、昨年同様の組合員出資金に対する0.1%とし、法定準備金に加え、経営基盤強化積立金と災害対策等積立金を提案し、承認されました。

全議案可決されました

議案	反対	賛成
第1号議案 2022年度活動報告承認の件、決算関係書類ならびに剰余金処分案承認の件	5	多数
第2号議案 2023年度活動方針・事業計画決定の件	2	多数
第3号議案 組合員の除名の件	1	2/3多数
第4号議案 役員退任慰労金支給の件	1	多数
第5号議案 役員選任の件	1	多数
第6号議案 役員報酬限度額決定の件	2	多数
第7号議案 定款一部変更の件	1	2/3多数
第8号議案 とくしま生協監事監査規則一部変更の件	0	多数

第2号議案～第8号議案を提案いたしました。

- 「第2号議案…2023年度活動方針・事業計画決定の件」  
2023年度もこの間すすめてきた5つの柱にそって、さらに深化させ、「いつも利用したいと思ってもらえるように、組合員さんのくらしに役立ち・喜んでいただくこと」を最も大切なことと位置付けますと提案し、経営の安心をあらわす経常剰余金1億8千万円を目標に、予算達成を目指します。
- 「第3号議案…組合員の除名の件」  
商品代金等の未納の組合員について、再三の催促にも応じていただけない組合員46名を除名します。  
※この後、変動する人数については理事会に一任願います。
- 「第4号議案…役員退任慰労金支給の件」  
本総代会の終了時をもって、任期満了により理事4名、監事2名が退任されます。在任中の功労に報いるため、当生協の非常勤役員退任慰労金の支給に関する規則に基づき退任慰労金を支給することになりました。
- 「第5号議案…役員選任の件」  
本総代会の終了をもって理事及び監事全員が任期満了となります。つきましては、定款第19条並びに役員選任規約に則り、第21期役員体制として理事21名、監事4名の選任しました。
- 「第6号議案…役員報酬限度額決定の件」  
役員報酬限度額は、昨年と同額とします。役員報酬額は、上限額であり、提案している役員報酬額を全額支給するものではありません。
- 「第7号議案…定款一部変更の件」  
学生総合共済の共済契約引き受け団体が「大学生協共済連とコープ共済連」→「コープ共済連」のみとなったことに伴い定款69条(事業の品目等)を変更します。
- 「第8号議案…とくしま生協監事監査規則一部変更の件」  
2019年会社法改正に伴う生協法の改正への対応と条文の一部に、2013年改訂の当初から字句の脱字(助詞「が」)と法令用語(もしくは→若しくは)があったことが判明しましたので変更しました。



堺谷専務理事

堺谷専務理事の議案提案のあと、発言希望の5名の総代さんから発言があり、それぞれの意見にお答えし、その後、議場閉鎖となり採択がされ、全議案可決されました。また、退任役員の方のごあいさつ、第1回理事会報告を行い、12時13分閉会しました。



【総代会議長さん】



【採択の様子】

第1回理事会にて代表理事と役付理事が互選されました。



大久保 秀幸 理事長  
(代表理事)



堺谷 信行 専務理事  
(代表理事)



吉田 幸司 常勤理事





■今月のテーマ  
**内緒で買ったものを教えて**

●ちよっとお高めのこと...

生協の味彩に載っている、ちよっとお高めのスイーツを夫に内緒で購入しています。夫が仕事でいない日のおやつにしています。バシバシのように、冷凍庫の隅に隠しています。生協に加入して1年、月に2回ほど自分のごほうびを購入し楽しんでます。

【美馬支所 ウイカ】

●相談せずいろいろ内緒

夫には内緒で私は何でも相談せずいろいろ内緒で買います。最近買ったものはアンマ機です。TVのCMを見ていて、これはいいナアと思って、毎日夫には内緒で一人使っています。私はず〜っと自分で買えるものであれば夫に言わないわね。車を買う時も今更何でも内緒です。夫は相談などしたらかならず反対するから。いまでは自分ですべて購入です。

【阿南支所 海南サリ〜!!!】

●物置

2個目の物置です。1個目は防草シートが入る奥行きのあるものを購入したのですが、奥行きがあまりすぎて。次のは奥行きが浅く、す〜くに必要な小物が取り出せるし、

見つけやすい。店の展示品で、値上がり前の価格からの割引だったので、お安く買えました。

【徳島南支所 ペンギン】

●ストレス解消

カラオケ用のマイクを歌詞が出てくるチップ付きで購入しました。点数も出るのでもいない時に歌って楽しんでます。♪ストレス解消に良いです♪

【板野支所 いつでも元気】

●破産しよう

例えば冬には大卒初任給ほどのスカジャン、夏には高卒初任給ほどのワイドパンツ。その他諸々。大好きなブランドの服は、やめられませんか！県外の新店舗のオープニングパーティーに招待されてしまうほど散財しています。毎月カード明細とにらめっこ...そろそろ破産しようです。

【名西支所 み】

●後悔

寒い季節の足の冷え。夏はエアコンで冷える足。冷えに苦しむ私です。とても暖かいというくつ下を新聞の広告で見つけた。値段が高いから(通常の広告の2倍)本当に良いものか信じて注文。はいてみると実感しない。5本指のサイズを注文してしまったのでフカフカ。履かずにしまっていました。もったいない事をしたと後悔しています。

【美馬支所 F.O. 83歳】

●バカな私

家族に内緒で購入。罪悪感と満足感。子どもが幼い頃、ママ友と一緒に補正下着(とっくの昔にゴミの中へ...)。スイートテンと言って宝石店へ(とっくの昔にサイズ合わず...)年金生活の今、つくづくもったいない。バカな私。

【阿南支所 N.O.】

●モロゾフのチョコ

小学生の時、親の財布の金をねこばしして小遣いでは買うことのできないモロゾフのチョコを買って食べました。こんな美

味しい物が、あるのかと少しづつ何日もかけて食べました。その母は亡くなって謝ることもできないので、墓参りはキッチンと行きます。

【徳島南支所 ボルティスファン】

●でも...

宝くじはほとんど内緒で買います。当たった時、ビックリさせたいから。でも当たりません(泣)

【板野支所 A.H.ママ】

●お守り

35年以上前に初期の乳ガンが見つかり、手術が決まりました。つらくて落ち込んでいた時に宝石店の指輪が目に入り、購入しました。お陰様で「お守り」になって今現在も元気で毎日過ごしています。左手の指になくてはならない物です。

【名西支所 石井ばあちゃん】

●まだ内緒!!

宝石類はほとんど内緒で買っていました。家族に気付かれた時は、一桁下の金額を言っていました。今考えると大変な無駄遣いをしたものだと思います。娘に譲るときは、本当の金額を伝えようと思っていますが...まだ内緒!!

【美馬支所 ムーミン】

●自分にとってのぜいたく

「内緒で買った物何かある〜?!と主人と二人で考えましたが、思い浮かばない!! うそおーっ秘密って無いのお?って二人で考えた末、主人が「朝、一人で飲むコーヒー」私の分は買わずに一人でこっそり飲む¥110の缶コーヒーが内緒で自分にとってぜいたくなのだと。私の母いわく「二人はおままことしているみたい夫婦らしいです。結婚31年。まだまだ仲良くします♡」

【阿南支所 kana 55歳】

●もしもに備えて...

友人とランチしたり外出の多い私は「新型コロナ」が心配でひそかに「抗原検査

キット」を買って検査に備えています。なお、今まで陽性になったことはなく、見つかったも予防とか、もしもに備えてとかいくらでも口実はあるのです...

【徳島南支所 にしちゃん71歳】

●サプライズ

買いたい物をする時は、基本的に夫と相談してから買うことが多いのですが、今回は内緒でタオルとマグカップを購入しました。6月末の夫の誕生日に渡そうと思っていました。3月に生まれた娘との写真をたくさんプリントしたものです。これで大好きな牛乳やコーヒーを飲んでもらいたいです。

【板野支所 こつめかわうそ 30歳】

●初孫の...

初孫のお宮参りの産着を買いに行くと、私の訪問着もすめられ、つい買ってしまいました。着物の値段など知らない夫には「孫に高いのを買ってやった」とうそ、かきました。「赤ちゃんのこんな高いんか!」と驚いている

●6月号の当選者

クイズの答えは **カラオケ**

\*応募総数 / 160名 \*正解者 / 159名

宇山敏子(美馬) / 畑中豊子(美馬) / 市村まゆみ(阿南) / 改森照代(阿南) / 足立千春(阿南) / 木村清美(徳島南) / 東城夕佳子(徳島南) / 北美智子(徳島南) / 岡久賢太郎(板野) / 福本治子(名西)

10月号のテーマは **仮装したことある? してみたい?**

ハロウィンに仮装する人が増えていますが、挑戦したことある仮装やしてみたい仮装を教えてください。

本紙「阿波展望」についての感想やご意見、とくしま生協に関する事や最近自分が思っている事など、何でも記入してください。10月に予定されている地域のイベントなどの情報や参加したイベントの感想などもお待ちしております。

みなさんの意見やご近所のイベント情報・名産・特産品などを教えてください。**その他お便り、〇〇な情報など、お待ちしております!!**

【わいわいトーク ウフフ】への記事掲載者には粗品進呈!

※掲載する情報についてはスペースの関係上、機関紙編集委員会にて調整させていただきます。

理事会だより 6月28日(水)

報告された主な内容

- 5月度仮決算報告について
- 監事会議事録
- 宅配事業のまとめ
- 店舗事業のまとめ
- コープしこく関連
- 中四国地連管内生協供給状況
- コープ商品(牛乳・ヨーグルト)価格改定報告書
- 非常勤役員出張報告書
- 5~6月度の活動及び概況報告
- 組合員・共済・供給・出資金の状況

協議決定された主な内容

- 第40回とくしま生協通常総代会の日程と会場について
- 役員人事検討委員会からの答申について

協議された主な内容

- 役割分担について
- 総代会の感想と振り返りについて

●出資金  
4月末: 3,013,270千円  
5月末: 3,021,014千円  
(7,744千円)

4歳の次男を散髪に連れて行ったときのこと。美容師さんに「ウルトラマン」にしてください! (笑)え!?って思ったけど、今しかできないし、まーえーかぁ。散髪後ワックスつけてセットしてもらったウルトラマンは満点笑顔でした! (めいちゃん)

# 消費者情報コーナー

このコーナーは、「徳島県消費者情報センターとくしま消費者交流ひろば」様より情報提供いただき、若者および高齢者に情報を広げ、消費者トラブル未然防止にお役立ちいただけますようお知らせしています。



## 大手電話会社を装ったSMSにご注意！

「スマートフォンに、『ご利用料金について話したいことがあります。本日中にご連絡ください』と大手電話会社から心当たりのないショートメッセージが届いた」との相談が寄せられています。事例のように、覚えのない請求は架空請求の可能性が高く、また、ショートメッセージは不特定の電話番号に対して無作為に送信されていると考えられます。実在の事業者をかたって本物と思わせ、法的措置を取るなどと記載をして、消費者の不安をおおるケースも見られます。連絡を取ってしまうと、やり取りする中で金銭を請求されたり、知られていない個人情報を聞き出されたりする恐れがあるので、決して連絡しないようにしましょう。不安な場合は消費生活センターにご相談ください。

## 偽のセキュリティ警告に注意！

「パソコンを使用中に突然、大音量の警告音が鳴り、『ウイルスに感染しているので連絡するように』という警告画面が出た。驚いて画面に表示されたサポート窓口に電話をかけると、『サポート費用5万円が必要、コンビニで電子マネーを購入してくるよう』と言われて、不審だ」といった相談が依然として寄せられています。これは、偽の警告画面を表示させて、「サポート費用」や「ウイルス除去」等の名目で、プリペイド型電子マネーでの支払いをさせる詐欺の手口です。【マイクロソフト】などの大手ソフトウェア業者のロゴを表示したり、名前を騙っていたりする場合もあり注意が必要です。警告音や警告画面が出ても、慌てて連絡先に電話をしないようにしましょう。警告画面が消えない場合は、パソコンを購入した業者に問い合わせるか、または独立行政法人情報処理推進機構(IPA)のホームページを参考にしましょう。

<https://www.ipa.go.jp/security/anshin/attention/2021/mgdayori20211116.html>



消費者トラブルのご相談は

消費者ホットラインダイヤル **188**

消費者ホットライン188  
インターネットキャラクター  
イヤヤン

## おたよりカード

### ●クイズの解答

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

※書ききれない場合やイラストなどは、別の用紙にお書きください。

---



---



---



---



---



---



---



---

組合員コード \_\_\_\_\_ 氏名 \_\_\_\_\_ (年齢( )歳 ※掲載( ) ※○・×を記入してください。 クイズ当選の場合は氏名を掲載させていただきますのでご了承ください。)

支所(班名)・店 \_\_\_\_\_ お電話 \_\_\_\_\_

応募用紙に記入し、配送担当者、またはお店のサービスカウンターまでお出しください。 **締め切り：8/18(金)提出分まで**

### ●値打ち物

肩こりが解消されるといふネックレスを高いなと思いつつ、少しでも楽になつたらと思いつつ、主人に言った値段は1/10でした。今でも気に入っているのによくつけています。これだけ使ったら値打

【美馬支所 エブロン】

### ●化粧品

内緒で買ったもの…基本、内緒で買い物はしません。家族には何でもオープンにしているつもりです。が、誰にも言っていないことが…！生協で購入している化粧品セルビナセットが、1万円チョットします。生協の利用分の支払口座にしているのは生活費関係の口座であるため、私の化粧品代が家族の知らぬうちに生活費から払われています。ごめんなさい。

【名西支所 きまひつひ】

ので、「これくらい当たり前。ケチケチしなさんな」と一喝してやりました。多少気はとがめています。

### ●見て見ぬふり

最近、TOTOKUじを内緒で購入していた夫。たまたまカードの利用明細を見て知ったが、私は見て見ぬふり。宝くじなどは買わないと言っていたのだが…欲しいものが出てきたのだろうか？

【徳島南支所 ふくろ】

### ●ランニングシューズ

内緒で買った物は「ランニングシューズ」です。ランニングをしているので、靴は2〜3カ月でダメになります。たかがスニーカーですが、ランニング用に開発されたのは、意外と高いのです。でも、同じような色なので、家族は気づいてないようです。

【徳島南支所 あまのつち】

ちがあると思っています。何でも値段は横においておいて、気に入って使ったら値打ち物であると思つて。 【阿南支所 Y.M.】

## 平和協力金のお願い

協力金

とくしま生協は平和委員会などでの平和活動費の一部を、組合員の皆様から協力いただいた平和協力金を、毎年夏に行われているピースアクションリレーinとくしまや各地で行われる平和に関する集いに充てています。平和を願う皆様の想いを寄せてくださいますようお願いいたします。



注文書に数量をご記入いただくだけで協力いただけます。

**1064 1口100円 1065 1口1,000円**

8月4回まで承っております。よろしく申し上げます。

●お問い合わせ 企画部 **TEL.088-698-0505**

## クロスワードパズル

パズル作成/みいちゃん

答えは「クイズの解答」欄へ記入してください。2重マスの文字を使って言葉にしてください。

1	2	3	4	5	C
6		A	7		B
8			9		
10				11	
	D	12		13	E
14			15		
		16			F

正解者の中から生協の値引券(500円)を10人の方にプレゼント!

### タテのカギ

- ① 健康維持を目的とした体操
- ② 一時
- ③ 資格・四角・視覚
- ④ 雨降りの天候
- ⑤ 海や河川などの水中生物を収集・展示している施設
- ⑥ まわりの状況
- ⑦ 鬼に金○○
- ⑧ 前もって告げること

### ヨコのカギ

- ① 先週、今週、○○○○○
- ② 生家または父母の家
- ③ 手で縫うこと
- ④ 得をした感じ
- ⑤ 轟の○○、ナイアガラの○○
- ⑥ 僕・朴・墨
- ⑦ 国数理社英
- ⑧ 青い○○
- ⑨ タテ ←→ ○○
- ⑩ 岩でできた地下の空間

カ	イ	サ	ン	ブ	ツ
カ	サ	ク	リ		ウ
タ	イ		ケ	ラ	ン
イ	メ	ー	ジ	ア	ツ
シ	ン		メ	カ	テ
ヨ	ダ	ン		オ	サ
ウ			ジ	ヤ	ン

◆お題の答えを合わせ

数年ぶりに結婚式に参列します。昔着ていた服を着てみると、サイズが合わない…。当日までに痩せるか、服を購入するかどちらが早いかな。(こうたん)



# コープ商品を使ったレシピを大特集!



大豆の甘みがおいしい!  
麦茶で作る冷や汁風ごはん



塩分  
控えめ

たんぱく質  
がとれる

食物繊維  
がとれる

## ごまみそ鮭の 麦茶茶漬け



◎ CO-OP大豆ドライパック……60g  
◎ CO-OP北海道の鮭フレーク……50g

**【材料:2人分】**  
CO-OP大豆ドライパック……………2パック(120g)  
CO-OP北海道の鮭フレーク……………30g  
麦茶ティーパック……………1パック  
青じそ……………10枚  
みょうが……………2本  
ご飯……………150g  
みそ……………大さじ1/2  
白すりごま……………大さじ2

**【作り方】**  
① 麦茶は包材の表記通りに水出しし、そのうちの300mlを用意する。  
② 「CO-OP大豆ドライパック」は袋のまま、めん棒などでたたいてつぶし、ボウルに入れる。「CO-OP北海道の鮭フレーク」、みそ、すりごまを加えて混ぜる。  
③ 青じそは細切り、みょうがは薄い小口切りにする。  
④ 器2つに②を1/4ずつ入れ、ご飯を盛って、残りの②を分け入れる。③を半量ずつのせ、①の麦茶を半量ずつかける。  
※大豆は7割程度を目安につぶしてください。

ラップでギュッと巻くだけの  
さば寿司。おもてなしにも!



青魚が  
とれる

## 焼きしめさばの 棒寿司



◎ CO-OPしめさば  
昆布じめ……………1枚  
◎ CO-OP利尻昆布の  
だし入りすりし酢  
……………360ml

**【材料:2人分】**  
CO-OPしめさば昆布じめ……………1枚  
CO-OP利尻昆布のだし入りすりし酢……………大さじ2  
白米……………1合  
水……………180ml  
白いりごま……………大さじ1/2  
青じそ……………10枚

**【作り方】**  
① 洗った白米は炊飯釜に入れ、水を加えて30分浸水させ、炊飯する。  
② 「CO-OPしめさば昆布じめ」は、熱した魚焼きグリルに入れ、中火で5分焼き、10分程度置いて粗熱をとる。  
③ ①が炊き上がったなら、「CO-OP利尻昆布のだし入りすりし酢」、ごまを入れて混ぜ、パッドなどに取り出す。  
④ ラップを30×30センチ四方に広げ、②のさばの皮目を下にして並べる。青じそを並べ、③のをせ、ラップを使って棒状にぴったりと巻く。  
⑤ 10分ほど置いてから、食べやすく切る。

調味酢で味付けに迷わない!  
さっぱり時短おかず



たんぱく質  
がとれる

ビタミンA  
がとれる

ビタミンC  
がとれる

## 鶏スペアリフと 夏野菜のさっぱり煮



◎ CO-OPべんりな  
合わせ酢  
……………500ml

**【材料:2人分】**  
CO-OPべんりな合わせ酢……………大さじ2  
鶏スペアリフ(手羽中)……………300g  
ゆでたまご……………2個  
赤パプリカ……………1個(150g)  
ピーマン……………2個(80g)  
にんにく……………2片  
しょうゆ……………大さじ1  
サラダ油……………小さじ1

**【作り方】**  
① パプリカとピーマンは縦半分に切ってヘタと種を取り、長めの乱切りにする。にんにくは半分に切る。  
② フライパンに油を入れて中火で熱し、鶏スペアリフをこんがり焼く。  
③ ①のにんにくと「CO-OPべんりな合わせ酢」、しょうゆ、水1/3カップ(分量外)を入れ、ふたをして中火で10分煮る。  
④ ふたを取り、殻をむいたゆでたまご、①のパプリカとピーマンを入れて、汁気がなくなるまで煮絡める。  
※ゆでたまごは、器に盛りつける際にお好みで半分にカットする。

香ばしく焼いた麺に、  
厚揚げ入りの麻婆あんをとり〜!



食物繊維  
がとれる

## 麻婆焼そば



◎ CO-OP麻婆豆腐の素  
(国産ひき肉入り)中辛……………200g

**【材料:3人分】**  
CO-OP麻婆豆腐の素  
(国産ひき肉入り)中辛……………1袋  
焼そば用中華めん……………3食分(150g×3)  
厚揚げ……………1枚(200g)  
ピーマン……………4個(160g)  
しめじ……………1袋(100g)  
ごま油……………大さじ1

**【作り方】**  
① ピーマンは縦半分に切ってヘタと種を取り、縦1センチ幅に切る。しめじは小房に分ける。  
② 厚揚げはざるに入れて熱湯を回しかけ、水気を切って、5ミリ幅に切る。  
③ フライパンにごま油を入れて熱し、中華めんをほぐし入れて、中火で両面をこんがり焼く。  
④ 鍋に「CO-OP麻婆豆腐の素(国産ひき肉入り)」と②、①のしめじを入れ、ふたをして中火にかける。煮立ったら弱火にして4分煮て、①のピーマンを入れて1分煮る。  
⑤ 器に③を盛り、④をかける。



## BEST SHOT

ベストショット! 今月の一枚

【四国水族館/瀬戸大橋のたもと香川の宇多津津に2020年6月オープン!】四国最大級の次世代水族館! 全国初のAIを使った解説システムなど最新技術を取り入れていて、館内水槽は、額縁をイメージした展示で美術館のように美しい。ペンギン、コツメカワウソ、アシカ、アザラシのごはんタイムを近くで観察でき、可愛い仕草にほっこりします。イルカプールでは触れることができる位の近さでパフォーマンスを見ることができわくわくします。「瀬戸内海の夕日イルカジャンプ」は大絶景! 夕方のイルカプログラムは夏季限定開催予定です! この夏子供も大人も楽しめる四国水族館へ訪れてみては。(ゆずっ娘)

あなたの感動した場所やイベント・ペットなど、何でも結構です。皆さまのご自慢の写真をお待ちしております。写真データと100~150文字程度の説明文を付けて下記のメールアドレスにお送りください。

【携帯・スマホ・PCからでも投稿できます】 [webmaster-t@tokushimaseikyoku.or.jp](mailto:webmaster-t@tokushimaseikyoku.or.jp)

※メールの件名に「ベストショット」「写真投稿」などを記入いただき、投稿がわかるようにしてください。投稿いただいた写真は機関紙委員会にて選定いたしますので、すべて掲載されるものではありません。

## 編集 後記



《7月号のつづき》 レシピを考えるうえで大変なことは、実際に作るのは掲載から2~3カ月前なので「旬の食材」を入手することが困難なことです。写真のストックがある時はいいのですが、写真がない時、作りやすい分量に変えて紹介しているのでレシピ内容に沿った写真を撮るために、再現しないといけないうちが大変です。(あとで食べるのも大変)紙面で美味しそうに見えるように器に拘ったり何度も写真を撮り直したりするのは手間も掛かりますが、それら全ての作業が私の好きなことなので何とか長年続けることができました。見てくださった方が、ひとりでも「作ってみたい」と思っていたら幸いです。(みいちゃん)