

**参加者  
募集!!**

## 豊かな暮らしのお手伝い とうち生協の組合員活動

こうち生協の組合員さんなら、どなたでもご参加いただけます。

	内 容	お約束事	2022年度 募集	その他
商品活動委員会	各支所ごとにあります。 商品の試食や産地見学、メーカーさんを招いての学習会などを行います。 自分たちが学んだことや体験したことをニュースにして、その支所の組合員さんにお知らせします。また、組合員さんへの商品普及の取り組みなどに活かしていきます。	各支所の商品活動委員会の定例会(月1回程度)に出席していただきます。	各支所にお問合せください。	
コープ委員会	その地域の組合員さんがしたいこと、その地域に役立つことに取り組みます。 産地見学、試食会、料理教室、文化教室など組合員参加企画を開催しています。	各コープ委員会の定例会(月1回程度)に出席していただきます。	各支所にお問合せください。	●運営費を補助します。
商品モニター	2か月に1度募集した商品の当選者にサンプルをお届けします。サンプルをお試しいただき、アンケートにお答えいただきます。 ●サンプルのお届けはいつもの商品の配送時です。 ●アンケートの回答はスマホ等からでもできます。	登録が必要です。 モニター商品の当選者にはその商品に関するアンケートをご提出いただきます。	■募集数:150名 ■申込期間:4月1回・2回注文書 <b>申込番号 172618</b> ●注文書の6ヶ所欄に申込み番号と、数量の欄に「1」を記入してお申込みください。 ●応募多数の場合抽選となる場合があります。 ●登録の完了した方には5月末までにご連絡致します。	●共同購入・個人宅配で商品を利用している組合員さんが対象です。 ●2か月に1度アンケート結果を掲載した「商品モニター通信(商品お試し募集)」をお届けします。
サークル	テーマは自由です。 ●但し、個人の営利を目的とした活動・特定の宗教・政党に関わる活動は禁止しています。	年度末に「年間活動報告書兼会計報告書」を提出していただきます。	■申込期間:4月~9月末 ■募集数:120サークル 組合員3名以上集まって活動をすれば、サークルとして登録できます。 本部 運営企画グループまでお問合せください。	●活動費として年間5,000円までの実費を補助します。 ●活動中の事故に対しては生協が保険をかけています。
くらしの助け合いの会 (コープたんぽぽ)	「困った時はお互い様」の気持ちで助け合う組合員さん同士の有償ボランティア活動です。 掃除・洗濯・買い物・食事作りなど家事全般、主に高齢者、産前産後の方など生活に援助を必要としている方のお手伝いをしています。	年会費:1,000円 利用料金 屋内:2時間1,800円 屋外:2時間2,200円~ 活動料金 屋内:2時間1,400円+交通費 屋外:2時間1,800円~+交通費 活動エリア:高知市・南国市周辺 ※一部地域を除く	常時募集しています ●利用会員さん…援助の必要な方 ●活動会員さん…お手伝いをしてくれる方 ●賛助会員……会の主旨に賛同いただける方  本部 運営企画グループまでお問合せください。	●コーディネーターさんが、利用会員さんと活動会員さんをつなぎます。

**こうち生協 LPAの会**

こうち生協LPA(ライフプランアドバイザー)の会は、くらしに役立つセミナーや講演会などの企画・運営をしています。

**開催しているセミナー例**

「年金と家計管理セミナー」「教育資金」「認知症セミナー」「おこづかいゲーム」「防災」など。

5名以上の組合員さんの集りや、地域のイベントに出向いてセミナーを開催しています。  
セミナーをご希望の方は、本部 運営企画グループまでご連絡ください。

**お問い合わせ/本部 運営企画グループ**

**☎0120-136-201**

(月~金 9時~17時半)

- 中央支所 ☎0120-136-202
- 東支所 ☎0120-136-204
- 安芸支所 ☎0120-136-205
- 須崎支所 ☎0120-136-206
- 四万十支所 ☎0120-136-207
- 南国支所 ☎0120-136-208

# 今思うこと これからの生活



コロナ禍で、みんなで集まる「おしゃべりパーティー」は昨年も開催できませんでしたが、2021年9月4週号ひまわりで呼びかけた「私のちっちゃなおしゃべりパーティー」のアンケートで約400名の組合員さんが、今の思いを届けてくれました。

家族や子育てのこと…

コロナ禍で思うこと…

健康 親の介護 将来のこと…

趣味や楽しみ 今の生活のこと…

夫婦二人の年金生活に入る年齢になってきました。老後生活・健康寿命をどう伸ばしていくか気にかかります。県外にいる娘夫婦、孫二人とは会えない日々が続いています。ビデオ通話では話していますが、話しがはずまないなと淋しく感じています。

60代

コロナ禍で、子どもの学校行事が次々と中止、延期となり開催できず規模が縮小されてしまいました。外出することもほとんどなくなり、家の中で本を読んだり、ゲームをしたり、今少し感染が落ちついているとはいえ、このままマスクのない生活に戻ってくるのか、まだまだ不安です。子どもには、のびのびとした生活を早くさせてあげたいです。

40代

今私たちの家族は、3世代がそれぞれの家で別々に住んでいます。周りの人々も元気だけども、60代・70代・80代の世代が多くなって、若い世代が本当に少ないし、めっきり子どもたちの声がかれず、寂しいですね。空き家、空地もみられだし、あと10年も過ぎれば、どうなるのかと気になります。

50代

今年2人目の子が生まれて、毎日子育てに追われる日々を送っていますが、2人の成長も日々感じる事ができて、楽しいことの方が多いです。そんな中で趣味として、韓国の男性アイドルグループBTSに娘とハマっています。コロナでなかったらこういう趣味も持つことがなかっただろうなと思います。実家が遠いのでコロナになってから2年帰ることもできず、下の子も会わせてあげられていないので、早くコロナが落ちついてくれることを願うばかりです。

30代

現在妊娠後期(1人目)です。初めての妊娠・出産・子育てに不安やとまどいも多く、経産婦の皆さんは偉大だなあと思う日々です。つわりもあり、日々の買い出しが思うようにできず、生協さんに入会しました。また、「生協さんの離乳食は便利だよ」という情報も得て、カタログ『ふぁみーゆ』もチェックしています。スーパーでは見かけない冷凍食品なども充実しており、体調が優れない時や手抜きしたい時にとっても便利です。

20代

コロナ禍のせいで娘の住む福岡へもう2年行くことができません。禁止されている訳ではありませんが、一時期は感染者数も多く緊急事態宣言も出てい

る福岡へ行く事は、はばかれませんでした。まさかこんなに人の往来が出来なくなるなんて。来年は心晴ればれと「ごく普通の日常」に戻ってくることを願うばかりです。

60代

子どもが1才と3才で生協に加入しました。気が付けばもう10年近くになります。子どもにアレルギーがあり心配していましたが、アレルギー表示も分かりやすく、すぐ調べることができ、とても便利です。スーパーでは卵の入っているものも多いですが、生協は除去のものもたくさんあり、利用させていたでいます。私自身も小さい時から生協が身近にあり、昔食べたものをついつい頼んでいます。

40代

地球環境の変化が叫ばれている今、身近に感じること、農作物の天候による出来、不出来が顕著になってきたことです。今までの生活を根本的に見直すこと、今までと同じ生活はできないという転換の必要性を感じています。食糧自給力の低さが、この先の日本の食をどう支えていくか不安です。せめて自分で作る米、野菜は農薬に頼らず育てていこうと頑張っています。

60代

同年代の方の子育ての工夫や、家計のやりくりなど気になります。共働きですが、思っていた以上に消費があり、子どもが大きくなるにつれ、その金額も増えていく一方だと思います。子育てや家事の負担を減らすために、便利な家電など取り入れていますが、お金がかからず出来ることもたくさんあると思うので、他の家庭の工夫を知りたいです。

20代

「ローリングストック」  
ストックは色々気を配って集めるけど、ローリングとなるとカレンダーだけが回って物が回らない。自分で賞味期限カレンダーを作るべきだと思った。  
防災用品の置き場もどこが良いのか分からないことばかり、どこに何があるかリストは作っているけれど、実際それが役に立つかどうかは自信がない。生きていくうちに災害に遭わないことを祈るのみ。

70代

小学生の子どもでも食事作りを簡単に手伝えるコープ商品をよく使っています。(レンジで温めればよい冷凍食品や、即席スープ、便利豆腐、きざみ揚げ、カット野菜など)国産で安心して食べられる商品を選んで使うことも多いです。

40代

## ウクライナの子どもの命を守るため ユニセフ「ウクライナ緊急募金」へ



ご協力をお願いします



©UNICEF/UN0597997/Skyba for The Globe and Mail

東部ヨーロッパに位置するウクライナでは、2022年2月からつづく緊張状態、および8年続く東部の紛争によって、750万人の子どもの命と生活が差し迫った脅威にさらされています。こうち生協では、ウクライナの子どもの命を守るため、ユニセフ「ウクライナ緊急募金」に取り組みます。ユニセフは、ウクライナの子どもたちやその家族を支援するために6640万米ドル(約70億円 1米ドル=109円で計算)の支援を国際社会に呼びかけています。これを受けて、日本ユニセフ協会は、2022年2月25日よりウクライナ緊急募金の受付を開始しました。皆さまのご協力をよろしくお願い致します。お寄せいただいた募金は、ユニセフを通じて義援金および支援金として寄付します。

募金の方法 4月1回注文書～5月4回注文書

注文番号 **1065** 注文数 **1** で1,000円の募金

注文番号 **1063** 注文数 **1** で100円の募金



よしだかもべ  
店舗には募金箱を設置しています。

## スマホ注文がより簡単に!! うれしい機能がいっぱいの コープアプリ新登場



このアイコンが目印!

3月21日(月)からダウンロードスタート!

ここがいいね! コープアプリ

注文番号も  
うろ覚え!

WEBカタログ  
がみられる!

レシピ注文が  
できる

欠品や遅配に  
対応!

あなただけの  
マイページ

抽選で  
うれしい小箱(コープ商品詰合せ)を  
400名様にプレゼント!!

4月23日(土)まで  
にコープアプリ  
ダウンロード

&

4月1回～4回  
までにネット注文  
(1,000円以上)

見てね!

詳しくは今週お配りしている  
チラシをご覧ください。

よろしく  
お願いします!



## リニューアルしてさらにパワーアップ!

## ベルシーオの化粧下地

リニューアルpoint

汗に強く、くずれにくいのに  
石けんで落とせる ウォーターブルーフ。

ノーカラーで透明感アップ

L.E.DパウダーII (滑沢剤および基剤)・チンピエキス  
(保湿成分)で美肌補整。

シミもしわも徹底ガード ナイアシンアミド  
(有効成分)配合

1つで4役のすぐれもの!!

紫外線カット

美白

化粧下地

スキンケア

ベルシーオ  
薬用ブライトニング  
ベースUV EX  
30g



SPF50+  
PA++++  
紫外線吸収剤配合

無香料  
パラベン不使用

モニターしました!

化粧くずれしません

屋外でスポーツをすることが多いので、日焼け止めクリームには気を  
を使います。リニューアルしたベルシーオは、のびが凄いい!少しの量  
でスーッと伸び、その上に塗るファンデーションがピタッとくっつく感  
じです。汗をかいても化粧くずれがなく、これからの季節に嬉しい  
化粧下地です。

こうち生協 広報担当

見てね!

詳しくは  
今週お配りしている  
「BEAM 4月1回」  
をご覧ください。



## 携帯電話 こうち生協提携店

docomo	
ドコモショップ愛宕	高知市和泉町6-8
UQ mobile	
UQスポット南国店	※新規契約のみ 南国市大桶甲 2525-1
UQスポット百石店	※新規契約のみ 高知市百石町3丁目10-24
UQスポット帯屋町店	※新規契約のみ 高知市帯屋町 1-1-14

au by KDDI	
au ショップ 高須	高知市高須857-12
au ショップ 中村	四万十市古津賀4丁目100-2
au ショップ 帯屋町	高知市帯屋町1-10-18
au ショップ 宿毛	宿毛市駅東町4丁目708
au ショップ 鴨部	高知市鴨部1-23-20
au ショップ 土佐清水	土佐清水市幸町1-21
au ショップ 須崎	須崎市大間東町4-38
au ショップ 野市	香南市野市町西野2194-2

店舗情報  
よしだかもべ

お店で共済相談ができます! 要予約

4月の  
CO-OP共済相談会

安心できます

請求も加入も簡単だし、持病のある我々夫婦も加入できる唯一の保険で、安心できました。

《あいぶらす》  
ゴールド85加入  
中央支所  
70代 組合員さん

※実際のお支払いは、  
共済金請求書ご提出後の  
判断となります。

コース.よしだ 10:30-16:00  
11:00-17:30 ☎0120-100-251

日	月	火	水	木	金	土
					1 LPA 相談会	2
3	4 LPA 相談会	5	6	7 LPA 相談会	8 LPA 相談会	9
10	11	12 LPA 相談会	13 相談会	14 LPA 相談会	15 LPA 相談会	16
17	18 LPA 相談会	19 LPA 相談会	20 相談会	21 LPA 相談会	22 LPA 相談会	23
24	25 LPA 相談会	26 LPA 相談会	27	28 LPA 相談会	29 LPA 相談会	30

コース.かもバ 10:30-16:00  
11:00-17:30 ☎0120-040-908

日	月	火	水	木	金	土
					1 LPA 相談会	2
3	4	5 LPA 相談会	6	7	8 LPA 相談会	9
10	11	12 LPA 相談会	13 LPA 相談会	14 LPA 相談会	15 LPA 相談会	16
17	18 LPA 相談会	19 LPA 相談会	20 LPA 相談会	21 LPA 相談会	22 LPA 相談会	23
24	25 LPA 相談会	26 LPA 相談会	27 LPA 相談会	28 LPA 相談会	29 LPA 相談会	30

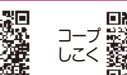
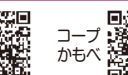
新規契約  
機種変更

組合員  
特典

コープ商品券  
1,000円分  
をプレゼント!

※特典サービスは当日の申告  
のみです。プレゼントは後日、  
生協よりお届けします。

お申込み時に組合員証を  
ご提示ください。



お問合せ/ こうち生協 本部 ☎0120-136-201  
9:00~17:30(土日除く) (088-826-5211)

2021年度  
組合員活動

# みんなでつながって、 こんな交流をしています!!

こうち生協では、組合員さんが商品やサービスを利用するだけでなく、  
組合員さん同士の交流の場やつながりを広げるための場づくりをすすめています。

## 商品活動委員会



こめ油と  
一般的なサラダ油  
の匂いの違いを  
検証。

### 「こめ油」の学習会を開催 安芸支所

共同購入で企画されている「こめ油」製造業者である  
築野食品工業(株)さんにお越しいただき、『こめ油ってど  
んな油?』をテーマに学習しました。

## コープ委員会



### おうちで生協を楽しもう! 横浜コープ委員会

コロナ禍で集まることができない中、共同購入で見つけた「そのまま食  
べられるのりカップ」を横浜コープ委員会みんなで購入し、それぞれの自  
宅で「わが家ののりカップ料理」を作り楽しみました。

## 商品モニター



### 手にして試すことで商品の良さを実感 商品モニター

モニターにならなければ、知らなかった商品がたくさんあり、  
実際手にして試すことで良さが分かり、次購入する  
商品も多くありました。他のモニターさんのご意見を参  
考に購入することもあり、良い経験になりました。

## サークル



### 玉手箱 サークル

コロナで中止となった月もありましたが、今年度は米袋バッグ・玉手箱・PP  
テープでエコバッグ・しょうがジャム作りや多肉植物の寄せ植えなどをみんな  
で楽しみました。

## こうち生協LPAの会



### 地域のイベントでセミナーを開催

イオン高知旭町店周年祭おらんくフェスタのイベントで  
「エンディングノートセミナー」を開催しました。

## くらしの助け合いの会 (コープたんぽぽ)



### お掃除とお料理をお願いしています

利用会員  
さん

主治医からは、日常生活で歩くことを勧められています。お掃除とお  
料理をたんぽぽさんをお願いしているので、大変助かっています。