

2022
4月1週号
発行/2022年4月4日

あなたとわたしを つなぐ情報機関紙

ひまわり

健康と子どもたちの未来のために
こうち生活協同組合
 No.1374 組合員数/103,592人 [3月22日現在]
 (Vol.1817)
 発行人/理事長 佐竹一夫
 編集/運営企画グループ
 発行/〒781-0013 高知市薊野中町16番8号

春のお友だち紹介キャンペーン

お友だちを紹介してくれたあなたと、そのお友だちそれぞれに

CO-OP 人気商品6品セット 無料プレゼント!!

ご近所や職場、お友だちで生協のカタログ利用にご興味がある方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

※高知県在住で、現在こうち生協の組合員さんでない方が対象です。

キャンペーン期間
4月11日(月)～6月10日(金)



新加入者さんの声

家に届けてもらえるのがとても便利
 乳児がいるので、家に届けてもらえるのがとても便利
 です。何でもあるのにびっくりしました。思ったよりも
 安くいいものがあるので、つい買いすぎてしまいます。
 (笑)スーパーには売っていない全国のご当地の食
 べ物が買えるのも良きです。

安心して食べることができます

老いて外出の回数も少なくなり、家まで届けていただき有
 難いです。また配達の方が親切で助かっています。

生協で楽できています

前の職場でも生協を利用している主婦の方が多くて、「スー
 ーに行く手間がなくて、ちょっと作れたりする食材も多く便利
 だよ」と聞いていました。利用してみると、メニューのレ
 ポートも増えて楽できています。

春のお友だち紹介キャンペーン【お申し込み】

注文書から

4月3回～6月3回の
 「★お友だち紹介★キャンペーン
 申込」欄でお申込みください。



※後日担当支所よりご連絡させていただきます。

webフォームから お申込み



お電話から 月～金(9:00～17:30)

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

ご提出

必要事項をご記入の上、配送担当者にお渡しいただくか、注文書にクリップで留めてご提出ください。

組合員さん

紹介します

お名前	班名	お電話番号	組合員コード
フリガナ			
フリガナ			



CO-OP 人気商品
6品セット

は、ご紹介いただいた
人数分お届けします!

紛失防止のために、注文書に添付するなどしてご提出ください。

※コピー使用可 ※お預かりした個人情報は、本サービスと今後のサービス情報提供のために利用し、当生協で厳重に管理します。

担当者
記入欄

支所	コース	担当
----	-----	----

2022年度 **商品モニターさん募集**



あなたもコープの商品をお試してみませんか!

ご自宅でコープの商品サンプルをお試して、ご意見を出して下さるモニターさんを募集します。



過去のモニター商品

募集要項

■対象 / こうち生協の組合員さんで、共同購入・個人宅配で商品を利用している方。

■募集人数 / 150名

■申し込み / 4月2回注文書

申込番号 **172618**

注文書の6ケタ欄に申込番号と数量に〔1〕をご記入ください。

※応募多数の場合は抽選となる場合がございます。

※登録の完了した方には、5月末までにご連絡いたします。また、2ヵ月毎に「モニター募集商品&モニターアンケート結果」を掲載した通信をお届けします。

お問い合わせ / こうち生協 本部 運営企画グループ

声 2021年度 商品モニターさん

知っていても使ったことが無いものを、モニターで使わせてもらって嬉しかったです。買い物する時も、普段とは違う品物に目がいきっかっかになっていきます。



ウクライナの子どもの命を守るため「ウクライナ緊急募金」へご協力をお願いします

【募金の方法】

4月1回注文書～5月4回注文書

注文書 **1065** 注文数 **1** で **1,000円**の募金

注文書 **1063** 注文数 **1** で **100円**の募金

店舗には募金箱を設置しています。



コープアプリができました! 便利で使いやすい機能がいっぱい

登録 4月23日(土)まで

利用 4月1回～4月4回の期間中 ネット注文(1,000円以上)

すると、抽選で「うれしい小箱」を400名様にプレゼント!

まずはアプリを無料ダウンロード!



高知県下全域にお届けできます! **健康管理食**

- 「健康管理食」 糖尿病や腎臓が気になる方に
- 「介護食」 嚙む力・飲み込む力が弱った方に
- 「やわらか食」 夕食宅配のエリア外の方におすすめ!

まずは資料請求! 注文番号 **154555**

お問合せ / こうち生協 夕食宅配係
TEL 0120-994-981
9:00~17:00 土・日・祝除く

3人以上集まって

楽しい時間をみんなで共有!

組合員さんが3人以上集まると、サークル登録ができます。活動の内容、頻度は自由です。趣味の集りや仲よしグループで誘い合って、サークル登録しませんか?

活動例



テニスサークル



手芸を楽しむサークル



お料理を楽しむサークル

テーマは自由です!

こんなサークルもあります。



『サークル ブイヤベース』

同じ職場で働く私たちは、ご近所さんからもらった季節の野菜や果物を持ち寄り、手作りのお菓子やおかず、ご飯を作り、休憩時間やお昼、職場の行事などで、楽しく交流しています。

2022年度 **サークル登録募集しています!**

- 募集期間: 4月～9月末
- 募集数: 120サークル
- 活動補助費: 年間5千円までの実費を支給します。

※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。

※活動中の事故に対しては、生協が保険をかけています。

※個人の営利を目的とした活動、特定の宗教・政党に関わる活動の登録申請はご遠慮ください。

■お申込み・お問合せ / こうち生協 本部 運営企画グループまで

コープのピアノ調律



あなたの大切なピアノの音色を蘇らせます

長い間調律をしていなかったら、頼みづらく増々調律から遠のいていきましたが「感じがいいですよ」と知り合いに教わり頼みました。なるだけいい音をつくりたいと思っています。

抗菌鍵盤調律 (組合員価格) アップライト/グランドピアノ 共通

はじめて・2年超過コース	11,500円 12,650円(税込)	注文番号 150118
リピーター・2年以内コース	9,800円 10,780円(税込)	注文番号 150126

お申込み後1週間程度で、ピアノ調律師より日時打合せの電話があります。

※組合員さんのご自宅にあるピアノに限ります。

※四万十市・黒潮町・宿毛市・三原村・土佐清水市・大月町の方は対象外となります。

■お申込み・お問合せ / こうち生協 サービス事業部 TEL 0120-994-942 (月～金 9時～17時半)



お花見の季節です♡

コープのお店では、おいしいお弁当をたくさんご用意しています♪

冷酒も豊富なコープかもべ



店内では、行楽弁当などの調理見本もご紹介!



お弁当を持ってお花見に Let's Go!!



お店のお買い得情報を発信中!



コープ よしだ



コープ かもべ

こうち生協 ホームページ



コープのあるくらし



コープ しこく



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

地域のスポーツを応援! 高知ユナイテッドSC 2022年ホーム開幕戦



3月13日(日)

高知県立春野総合運動公園陸上競技場にて、こうち生協協賛「高知ユナイテッドSC 2022年ホーム開幕戦」が開催されました。初戦の相手は、強豪の東京武蔵野ユナイテッドFC。会場には950人を超えるサポーターが応援に駆け付け、佐竹理事長と森専務のキックインセレモニーが行われた後、試合開始となりました。試合は1-1と引き分け。会場は集まったサポーターの応援で盛り上がりました。

こうち生協は、地域のみなさんの健康づくり、体力づくりを応援しています。

すべてのイノチにやさしい 2022 高知オーガニックフェスタ



3月13日(日)

高知市のはりまや商店街でオーガニック商品が並ぶフェスタが開催され、こうち生協も協賛しました。高知オーガニックフェスタは、有機農業の考えに共感する人たちが集まり、生産者同士の情報交換や生産者と消費者が楽しく交流できる場として開催されています。

当日は32の農産物や加工品のお店が並び、多くの買い物客でにぎわいました。

頑張る受験生を応援! コープ神社



コープよしだ・コープかもべの両店舗では、今年も絶対合格!を祈念した『コープ神社』を店舗内に建立し、頑張る受験生を応援しました。神社には、近隣の学校の生徒さんやそのご家族、友人から思いを込めたたくさんの絵馬が掛けられ、集まった絵馬は、コープかもべは郡頭神社、コープよしだは竹林寺へ奉納させていただきました。みなさんが、この春、たくさんの桜の花を咲かせることができますように。

2月理事会報告 2月22日(火)開催

- こうち生活協同組合2021年度まとめと2022年度全体方針について確認されました。
- 第37回通総代会に向けて、役員改選に向けた手続きが確認されました。
- 日本生協連代議員・コープ共済連代議員について確認されました。
- コープアプリの規約について確認されました。
- 2021年度方針の進捗状況と1月決算、安全防衛運転の取り組みについて報告がありました。
- コープラン商品報告がありました。(さぬき鍋焼きうどん、讃岐包丁切り肉うどん)
- コープたんぼぼ2022年2月幹事会報告がありました。
- 2022年2月こうち生協LPAの会定例会報告がありました。
- 2021年12月環境関連実績報告がありました。
- 内部統制2021年度2月の進捗報告がありました。
- 支所・店舗運営会議報告がありました。
- 高知家健康パスポートの利用可能な活動について報告がありました。
- 各交流会参加報告がありました。
- 監事会2021年度第8回監事会議事録の報告がありました。

野村育子

今年度よりLPAの二員として活動させて頂くことになりました。昨今、身近な物品の値上げ情報に触れるにつけ、経済不安が拡がります。これまで金融や税金といったジャンルに無知なまま過ごしてきましたが、我が家の娘が高校入学を控え、教育資金づく

私に関わらせていただいているコープたんぼぼは、組合員さん同士の助け合いの会で、主に高齢者の皆さんのお宅で、掃除や洗濯、草引き等のお手伝いをさせていただいています。高知県は高齢者の単身世帯が全国でも上位にあたります。2025年の超高齢社会は目前までできておりませんが、誰もができることなら、健康でゆとりのある老後を送りたいと思うのではないのでしょうか。そのためにも、今回学んだ知識をコープたんぼぼの会員の皆さんを初め、組合員の皆さん、住民の皆さんと一緒に行い、今後の生活に活かせるお手伝いができればと考えております。

藤田舞

はじめまして、新人の藤田です。現在1歳8か月の子どもを育てている新米ママです。

りが心配な今日この頃です。同じような境遇の皆さまに有益な情報を提供できるように頑張ります。どうぞよろしくお願ひ致します。

山崎由香理

こうち生協「くらしの助け合いの会」コープたんぼぼの事務局で働かせていただいております。山崎由香理と申します。この度ご縁がありまして、LPAになるための勉強をさせていただきます。大変感謝しております。

『新人LPAのご紹介!』 ライフプランアドバイザー こうち生協LPAコラム

こーぷのある暮らし 返信カード

4月のテーマ「家計の節約」

がソリン価格が高騰し我が家の家計は大ピンチ!
出費を減らすためにどんな工夫をされていますか?

テーマやおすすすめ商品・レシピへのご投稿は、こうち生協ホームページ「こーぷのある暮らし」に掲載させていただきます。

抽選で3名様に500円分のコープ商品券プレゼント!



こちらからも投稿できます!

今月のテーマ以外でも、ひまわりへの感想・こうち生協(職員)への声・大好きな商品やレシピ・おすすすめスポットなどなんでもOK。

クイズ

●締切 4月30日(土)

「春のお友だち紹介キャンペーン」お友だちを紹介してくれたあなたと、そのお友だちに無料プレゼントされる、**CO-OP**人気商品は何かセット?

ヒント: 表面をご覧ください。

答え **人気商品** **品セット**

◆3月号の答え: **南海**地震

※ご記入いただいた個人情報は、HPへの掲載、紙面作成、生協からの連絡、賞品発送に使用し、目的以外には使用いたしません。
※ご投稿いただいた文章は、紙面の都合上、内容に支障のない範囲で変えさせていただきます。ご了承ください。
※配達担当者または、店舗サービスカウンターにお渡しください。(運営企画グループまで)

喜んでもらえることにやりがい

活動会員さん
募集中!!



男性活動会員さんも大活躍

コープたんぽぽ



くらしの助け合いの会(コープたんぽぽ)は困った時はお互い様の気持ちで、組合員さん同士が助け合う有償ボランティア活動です。

コープたんぽぽでは、高齢者や産前産後など生活援助を必要とする方たちが、豊かで自立した生活ができるようにと、できる人ができる時に生活のお手伝いをしています。コープたんぽぽの助け合いの様子を取材させていただきました。



活動会員Sさん

定年退職される以前は学校の先生をしていたと言うことで、その頃から「S先生に頼んだら何とかしてもらえよ」という生徒さんの言葉にやりがいと喜びを見出されていたそうです。

活動会員のSさん(66歳)は、活動会員になられて丸2年になります。これまで数々の利用会員さんのお宅で、草取り、庭の剪定、溝の掃除、お墓の掃除などのお手伝いをしています。

Sさんは鹿児島県出身で、高知にいられて40数年。定年退職し、日頃はお孫さんのお世話をしなから、料理もされる見事な主夫ぶりです。どこでも頼りにされているようです。



利用会員Hさんと
コーディネーターさん

利用会員Hさんは、大股骨折での入院退院を機に、利用会員としてたんぽぽをご利用いただくようになりました。

引きには、たんぽぽの男性活動会員さん2人が入ってくれています。

一方、活動会員のMさん(49歳)は、奈良県出身。高知にいられてまだ2年くらいとのことですが、高知が気に入って、奥様と「高知に永住したいね」とお話しされているとのこと。Mさんは、仕事の合間にできるたんぽぽの活動に入ってくれています。最近料理に凝っていると、このことで、小学生の娘さん二人が「お母さんの料理よりおいしい!」と言ってくれるのを聞いて、スイーツまで手作りするようになりました。コロナ禍にならなければ、ボランティアをすることもなかったとおっしゃっていました。



活動会員Mさん

活動会員のSさんMさんとも共通しておっしゃることは、利用会員さんに喜んでもらえることはもちろんですが、きれいになった箇所を見て自分も嬉しくやりがいを感じているということでした。

たんぽぽの活動を通して、会員さん同士に交流や安心、やりがいが生まれています。

「たんぽぽの活動に参加してみようかな」と思ってくださいる方がいらっしやいましたら、ぜひコープたんぽぽ事務局までご連絡ください。

募集しています! 利用会員・活動会員・賛助会員

エリア/高知市・南国市周辺(一部除く)

*対象: 生協の組合員であること(新規加入もOKです)
高知市・南国市周辺にお住まいの方。年齢は問いません。

*時間: (基本1回2時間)
9:00~17:00 ※年末年始、お盆は休み。

*料金: 年会費 1,000円

利用会員さんが支払うお金	活動会員さんが貰えるお金
屋内/2時間 1,800円	屋内/2時間 1,400円+交通費
屋外/2時間 2,200円~	屋外/2時間 1,800円~+交通費

※その他休日・時間外は料金が異なります。

賛助会員...会の主旨に賛同していただける方を募集しています。

注文番号 154831 [1口 1,000円] ※注文番号の6ケタ欄に注文番号と口数をご記入ください。



買い物や話し相手
食事づくり、
掃除、洗濯



外出時の付き添い
草引き



その他
「コープたんぽぽ」が
必要と認められたお手伝い



産前産後の家事援助