

2022年6月発行

No. 178

いきいきわくわく

組合員活動交流誌

発行：こうち生協
運営企画グループ



「いきいきわくわく」
全ページカラーで
見ることができます！



「こーぶのある暮らし」



健康と子どもたちの未来のために

こうち生活協同組合

本部 〒781-0013 高知市薊野中町 16-8

こうち生協  TEL088-826-5211



♪ もくじ ♪

• 2022CO・OP夏ギフト『夏のおくりもの』	3
• コープアプリキャンペーン	4
• コープ委員会の報告	5-11
• 商品活動委員会の報告	12
• いきワク Voice	13-14
• 心に響く名言の紹介	14

2022CO・OP 夏ギフト 『夏のおくりもの』



全品送料込み 別途送料はいただきません

ご注文受付期間/支所・店舗 7月31日(日)まで
商品お届け期間/6月23日(木)～8月10日(水)前後

●お中元としてご利用の場合は7月24日(日)までにご注文ください。



2022 夏ギフトカタログをwebでご覧になりたい方は
こちらから

※カタログをご覧いただくことは出来ませんが

webでのご注文は出来ません。ご了承ください。

キャンペーン期間

6月13日(月)正午～7月1日(金)正午

みんな知ってる? コープアプリ!

簡単
便利

コープアプリ登録&LINEで
クイズに答えて景品をGETしよう!



クイズ

コープアプリのアイコンの
キャラクターの名前は?

※現在、生協の共同購入・宅配・
ステーションをご利用中の
組合員様が対象です。

僕の名前、
わかるかな?
ヒントはこのチラシの
中にあるよ!



コープアプリの
登録方法は「こちら」から!
アプリの登録方法や使い方を
動画で分かりやすくご覧いただけます。



▶YouTube

クイズの応募方法!

- ①まずはコープアプリに登録
- ②つぎに **LINE** でコープしこく **LINE 公式アカウント** を友だち登録

新しく友だちになった方

最初にお送りするメッセージに
クイズに参加するための案内があります。

すでに友だちの方

「クイズ」とメッセージを送ってください。
自動的にクイズに参加するための案内をお送りします。

- ③送られてきたクイズの参加ページにアクセス
- ④氏名・組合員コード・クイズの答えを送信



コープしこくと
友だちになっ
てね〜!



正解者の中から
抽選で**200名**様に
プレゼント

CO-OP 果汁入りソーダゴールデンパイ
(ケース) 200g×15缶

※プレゼントは変更になる場合があります。
※当選者の発表はプレゼントの
お届けをもってかえさせていただきます。

コープしこくLINEクイズの応募方法のご案内

友だち登録は
これで完了!

コープしこくと
友だちになろう!

＼新しく友だちになった方／

＼すでに友だちの方／



キャンペーンに
参加するための
案内が届くよ

「クイズ」と
メッセージを
送ってね!

プレゼント
当たるかな〜!

コープCSネットキャラクター
「あらたくん」

コープしこく **LINE 公式アカウント** では「キャンペーン情報」や「お得な情報」を配信していきます。

＼コープしこくは4生協が協力して組合員さんのくらしに役立つ安心・安全、おいしくて便利な商品をお届けしている事業連帯です!／



コープしこく



コープえひめ



そうち生協




とくしま生協



コープかがわ

【4】月度 【中矢】支所 【新倉】コープ委員会報告書

開催日時		4月15日(金) 10~14:30		報告者			
出席者	コープ委員	3名		理事		職員	
欠席				会場	コープのホール		
次回開催日		5月18日(水) 10: ~ 15:		会場		コープのホール	
●議題		●内容・意見				●確認内容	
委員長の報告 (報告書別)		○各委員会の報告					
総会参加者		○支所別 1名参加 ○総代会 1名参加					
書(字経)		読心練習 おしゃべり字経					
5月		○1-16まで(13/15/1-16)					
全体の感想	毎月の委員会をたのしみながら果っている。					担当者	
						リーダー	
						支所長	

【5】月度 【中央】支所 【朝倉】 コープ委員会報告書

開催日時		5月18日(金) 10~17:30		報告者					
出席者	コープ委員	3名		理事	〇		職員	〇	
	欠席	〇			会場	コープ朝倉			
次回開催日		6月21日(火) 10:~18:		会場		コープ朝倉			
●議題		●内容・意見				●確認内容			
<p>委員会報告 (報告書)</p> <p>1-1</p> <p>漢字研</p>		<ul style="list-style-type: none"> 各委員会の活動報告を並びに お話し読んでもらう。 いんげん1-1からあつて、下ん むっかい。 奥深く、すくく勉強してるか。 仲々本気でつくくつくと頭の中を あ〜とつぶやいて、〜とつぶやいて、行つてく。 (4ラッパツはいいけど) 月 男孺る 樫 落葉松 				<p>わからん</p> <p>→モテる(男子にかき手から)</p> <p>おろか、ふっ。</p>			
全体の感想		<p>お話し、お話し〜!</p> <p>2-1面白〜。頭をゆるやかにしてあげて。</p> <p>お話し〜。お話し〜。1-1は〜</p>				担当者			
						リーダー			
						支所長			

【 5 】 月 度 【 中 央 】 支 所 【 春 野 】 コーポ委員会報告書

開催日時		5月20日(金) 13:30 ~14:30		報告者	
出席者	コーポ委員	5名		理事	職員
	欠席				
		会場		春野公民館 弘岡上分館	
次回開催日		6月17日(金) 13:30~		会場	
				春野公民館 弘岡上分館	
●議題		●内容・意見		●確認内容	
試食		<p>5月委員長会報告</p> <p>委員さん手作りの編み物や縫い物を見せてもらった</p> <p>アボカド袋入スジがある カタログに「乾いたキズや変形果があります」と書かれていますがそのためでしょうか?</p> <p>素煎りミックスナッツハイカカオチョコ入り 天使のふわふわほっぺ 1袋野菜いきいき鮮度保持袋</p>			
					
全体の感想				担当者	
				リーダー	
				支所長	
					

開催日時		4月23日(土) 15:00 ~ 17:00		報告者				
出席者	コーポ委員	12名		理事		職員		
	欠席	1名						会場
次回開催日		5月14日(土) 15:00 ~ 17:00		会場		LINE ミーティング		
●議 題		●内容・意見				●確認内容		
委員長会の報告		<p>お店の組合員室が、使えるようになっていますが、やはり飲食は難しいだろうということと、小高坂は人数が多いため、よしだの組合員室を借りるとしても二部屋全体を借りないといけないので、なかなか集まるのが難しい状況だという話をしました。</p> <p>以前はほぼいつも個人宅に集まっていたのですが、コロナのリスクを考えると、感染対策を個人宅に任せてしまうのは申し訳ないので、やはりしばらくは、今のままリモート会議がベストな選択なのかなという感じになっています。</p>						
総代会について		<p>5月の支所別と、6月の通常総代会が、小規模で開催されるので、書面決議などのお知らせが来たらよろしくと、お願いしました。</p>						
全体の感想	<p>新学期になりましたが、学校行事等、コロナ前のようにはできないため、皆、色々なことにモチベーションが上がらない感じですが。産地見学やハロウィンパーティーなど「あの頃は良かったね」的な話がよく出ます。</p> <p>屋外で集まることができるようなら、何か考えてみたいと思います。</p>						担当者	
							リーダー	
							支所長	

開催日時		5月14日(土) 15:00 ~ 17:00		報告者			
出席者	コーポ委員	12名		理事		職員	
	欠席	1名					
次回開催日		6月18日(土) 15:00 ~ 17:00		会場		LINE ミーティング	
●議題		●内容・意見		●確認内容			
最近気になっていること		<p>メンバーからの「子どもがトルティーヤにハマっている」という話から、作り方の話になりました。量販店で出来合いの生地があるので、それを使えば簡単ですが、やはり小麦粉などから作った方が美味しい。さらに言えば、トウモロコシの粉を使ったらもっと美味しいということです。(トウモロコシの粉で作っているメンバーが居ました。)</p> <p>どこで手に入るかな？ 使っている人はネット通販だと言っていました。もしかしたら近くで買えるかも。カ○ディやマ○コ、高知蔦○書店などで探してみよう、となりました。生協のカタログに載っていたら嬉しいのですが。</p> <p>学校でプールの授業が始まります。昨年一昨年は、コロナの影響で、ありませんでした。水着を購入しないとね。という話でも盛り上がりました。</p>					
全体の感想	皆で話せる機会が少ないので、話し始めると時間があっという間です。他愛のない話がたくさんできるのが楽しいです。			担当者			
				リーダー			
				支所長			

開催日時	5月13日(金) 10:00~12:00		報告者		
出席者	運営 1名 委員 ○ゆうあいクラブ 5名	講師:2名	理事	職員	
欠席	5名		会場	ゆうあい工房	
次回開催日	2022年6月10日(金)		会場	ゆうあい工房	

総会とドイツでよさこいふりかえり

総会では年間行事決まりました。講師の都合で日時や内容が変更になることもあります。

4月8日	私が見た米国事情 澤田幸子さん	10月14日	顕微鏡の世界 熊沢秀雄さん
5月13日	総会 ドイツでよさこいふりかえり 三味線の田村花織さん・ピアノ佐竹美佐さん	11月11日	財形とは 金融広報委員会講師
6月10日	報告会～生還しました 吉本さゆみさん	12月9日	折り紙 干支を折る～辰 塩見千代子さん
7月8日	防災～家の中の点検 防災士	1月13日	食の世界
8月12日	ハワイアンとハワイの話 ハワイアンの先生(岩崎紹介)	2月10日	星は知っている
9月9日	投資信託とは 金融広報委員会講師	3月10日	新たな年への希望について

田村花織さんの三味線と佐竹美佐さんのピアノです。素敵なお音がよく合います。

参加は5名です。後から1名遅れて参加で6名になりました。

演奏は民謡を中心にしています。最初の曲は沖縄民謡の「涙そうそう」です。ドイツでは高知の民謡巡りを佐竹さんのピアノ演奏と一緒にやりました。最も喜ばれたのは「しばてん音頭」です。ドイツは若者のカルチャーを伝えるには伝統的な日本の曲と軽快なリズムが受けました。会場は20～30歳代が多かったですね。



日本のアニメが現地では流行でアニメ音楽でも盛り上がりました。

2年目に行ったときはドイツのよさこいチーム(日本人中心に作られています)も誘って一緒に踊りが加わりさらに盛り上がりました。2016年から

2019年まで外国船が高知新港にやっ



てきて観光後岸壁から離れる前にこの曲を演奏しました。鳴子踊りとと

もに盛り上がり売りました。船が離れていくときは名残惜しく感じます。次にドイツに行く機会あればこの曲を演奏したいです。

全体の感想	参加者も一緒に歌って盛り上がった総会と演奏会です。三味線とピアノ、ドイツの文化やよさこい節、南国土佐を後にしての歴史まで楽しい時間を一緒にできて楽しかったです。コロナ対策で部屋はアルコール消毒、窓は明け放して行いました。もちろん、体温測定も確認しました。	担当者	
		リーガール	
		支所長	

【5】月度 【南国】支所 【山田】コープ委員会報告書

開催日時		5月11日(水) 13:30 ~ 16:00		報告者			
出席者	コープ委員	5名		理事	職員		
欠席				会場	中央公民館		
次回開催日		6月8日(水) 13:30 ~ 16:00		会場	中央公民館		
●議題		●内容・意見		●確認内容			
折り鶴 系通し		近況を話しながら折り鶴の 系通しをした。					
次回について		次回 焼生肉の(ニ水作り)の 準備をする。					
全体の感想	毎年5月に折った折り鶴が集まっている。 お知らせがなくても気にかけて下さっている 組合員さんか居られるね〜。と話していました。			担当者			
				リーダー			
				支所長			

2022年度5月須崎支所商品活動委員会報告書

開催日時	2022年5月12日（木） 13：30～15：00		会場	こうち生協須崎支所 会議室・調理室
参加者	理事	2名	会計報告	
	職員	1名		
	委員	8名		
			次回	6月9日（木） 13時30分～時 そうめん・そうめんつゆ食べ比べ 場所 須崎支所 会議室

5月商品活動委員会は、平和折り鶴糸通しです。

商品活動委員さんが各自折り紙を持って帰って自宅で沢山折ってもらいました。指が痛い痛いと言いな



がら鶴づくりをしてくれた方もいます。おかげさまで予定より一か月早く完成することができました。

短冊のつけ方もみなさん手際がよくて、長さも調整して、輪っかにくくり付けます。支所にいた男性職員に天井に吊るしてもらいました「完成～！」と拍手があがりました。

みなさんお疲れ様でした。

世界中で戦争のない平和な世の中になりますように願います。

さて次回は夏本番になる前にこれからよく食べるであろうおそうめん・そうめんつゆの食べ比べを企画

しています。 6月9日（木） 13：30～です。よろしくお願ひします。





いきワクVoice



みなさんのおたよりを
首を長〜くして待っています。

★今回のいきいきワクワクで一番印象に残ったのは？★

(2022年4月号より)

●「おうちで生協を楽しもう！第2弾」スバラしい！アイデアいっぱいのメニュー、おいしかったで賞！！【ペンネーム くりちゃん】

★中央支所 横浜コープ委員会の企画のことですね。他の組合員さんにも大変好評でしたね。食は生活に欠かせませんし、みなさんのすばらしいアイデアあふれるお料理が関心を寄せられた要因ではないでしょうか。

●『心に響く名言』です。時間は二度と戻らないですし、反省することしきりで心にしみます。大事にしたいですね！『時間』を大切にすることは…。【ペンネーム ピース】

★そうですね。今生きているこの時間を大切にしたいですね。あっという間に過ぎていく日々を思い起こすと、良い事も悪い事もあろうかと思えます。悪い事でさえ、人生の糧にできるような素直な心を持っていたいです。

(2022年5月号より)

●名言です。【匿名】

★「自分の生きる人生を愛せ。自分の愛する人生を生きろ。」という名言。自分の人生が良いことも悪いこともあって当然、その人生を受け入れ、愛すべき人生を生きようということではないでしょうか。

●安芸支所だより。プラスチックフリー。

【ペンネーム プルメリアンコ】

★「電子レンジにプラスチックをいれるのはやめましょう」ということが驚きでした。食品を保存する時などに使うタッパーを、おかずを入れたまま時々電子レンジで温めていました。お皿等に移すか、保存は耐熱ガラスの容器に入れて温めたいと思います。

●裏表紙の「年齢を重ねるごとに…」の記事です。入院している夫がまさにこの記事の通りです。コロナ禍で家に閉じこもり、その様子を見ていた私も65歳以降衰えを感じている今日この頃です。今年71歳になりますが、歩くこと・百歳体操・良い食事…と気をつけながら過ごしています。【ペンネーム ピース】

★健康でいることがどんなにすばらしいことなのか身に染みて感じるようになりました。日常生活をできるだけ自分でしようと心がけることがとても大切だと思います。コロナ禍で閉じこもりがちになられた方も多くフレイルを心配される方も増えているのでは？まずは食事と今より10分多く動くことを意識してみませんか？

●安芸支所だより(2022年5月)。竹のハブラシ、木製の風呂蓋なんて物があるんですね。使ってみたいです。コープで取扱いの化粧品類、こんなに安全な商品が選定されているとは知りませんでした。安心して使用できるものを選んで下さっているんですね。各社の社歴も興味深い。サンスター(株)とか。元は自転車なんですね。【ペンネーム AS】

●須崎支所。揚げ実験結果。やっぱりこめ油が1番ですね。おいしさNo.1のオリーブ油を試ってみたいです。においにクセあって子どもは苦手ですが揚げると気にならなくなるのかな。【ペンネーム AS】

★サンスター(株)の練り歯磨きが完成に至るまでの歴史は興味深いですね。コープ化粧品の安全性をもっとたくさんの方に知っていただきたいです。安全・安心な化粧品で肌のお手入れをしたいと願う方にお届けできたらと思います。日頃使う食用油も健康に良い商品を選びたい、そう思われる方も多いのでは？良い商品は自信を持っておすすめしていきたいと日々思います。

★伝わらなかった方言★

(2022年4月号より)

●「…そうにか～らん」「かわるにか～らん」は「そう、かわるらしい」の意味なのに、「かわるにか～らん」ってどういうこと？と。

【ペンネーム くりちゃん】

★県外の方にとって「かわるにか～らん」は分かりにくいでしょう。「かわる」「かわらない」を一緒にいわれても…となるかもしれませんね。「～にか～らん」は高知の方言で（～であろう）という意味ですので、「かわるにか～らん」は「かわるであろう」「かわるらしい」ということですね。

●「のうが悪い」(土佐弁)

私たち土佐の人間は小さい時からなじんだ言葉遣いですが、県外の方からは顔をしかめられたり、意味を話すとやっとわかってくれる厄介な言葉遣いですね！でも大切な方言です。

【ペンネーム ピース】

★「のうが悪い」は高知の方言で「具合がわるい」という意味です。高知でも若い子どもたちには全く通じない方言がたくさんあります。方言も含めて文化を伝承していくことは大切ですね。

★わが家の工夫した家事&やめた家事★

(2022年5月号より)

●もう90歳代の高齢の母、時々イラッとしてしまいますが、いつかは自分も行く道、仲良く楽しく接したいと思います。かなり反省！

【ペンネーム プルメリアンコ】

★確かに、お歳を召されるとこちらの言う

●事を聞いてくれないことも多いです。でもこちらより長い人生を歩まれているのですからご自分の信念もありますし、性格や経験によりこだわりもあるでしょう。尊敬の念を忘れず、お互いに少しでも歩みよれたら楽しく過ごせるのではと私は思います。生意気なことを申しまして失礼しました。

●体調が悪い時以外は床や畳を拭くことにしています。掃除機だと微粒子が掃除機の排気部分から出るのでやめました。コロナ禍でなかったら、せっせ、せっせと掃除機を使っていたが、ちょっと汚くなったと思ったら拭いています。実際の効果はどうかと思う時もありますが、すみっこを拭いていたら気休めになり少しは気分も晴れます。【ペンネーム ピース】

★床拭きをされているんですね。とても運動になり良い事だと思います。ピースさんのご自宅はいつもキレイにされているでしょうね。体調がすぐれない時は無理をなさらないでくださいね。

●ふとした事で洗濯は自分でするって言ったので。一人になった時の予行練習だと思い、それから二日に一回の洗濯日になりとても楽です。時々アドバイスは必要ですが…。

【ペンネーム イソトマ】

★毎日の洗濯は必要なことですが天気によって左右されたり服によって分けて洗ったり大変ですよね。二日に一回になり、とても助かりますね♪手伝っていただけるなら、時々アドバイスは進んでしましよう(笑)感謝の気持ちを伝えることもお忘れなく♪

☆心に響く名言☆

あなたが、誰かを信頼することができるかどうかを知るための最良の方法は彼らを信頼することです。

ヘミングウェイ(アメリカ合衆国出身の小説家・詩人/1899~1961)

いきワクVoice



投稿された方の中から
抽選で3名様に
粗品プレゼント!!

「いきいきわくわく」の感想・こうち生協へのご意見・ご質問、日常の出来事など
お気軽にお寄せください。「いきいきわくわく」にて皆様の声を掲載させていただきます。

また委員会でのこぼれ話、サークルでの出来事など、たくさんの声をお待ちしております。
写真等送っていただいてもOK! コピーしての投稿也大歓迎。

●今回の「いきいきわくわく」で一番印象に残ったのは?

●今年度、四万十支所と安芸支所が移転の予定です。3月に新四万十支所、5月に新安芸支所の地鎮祭が行なわれました。新しい支所が建設されるにあたり、組合員のみなさまとの歴史を耳にする事も増えました。そこでみなさまが日頃支所の担当者との出来事などを通して思ったことや、その時のエピソードなどを教えてくださいませんか?

テーマ:「こうち生協との思い出」

●その他何でもOK

切り取ってください

☆店舗職員もしくは、支所担当職員、
配送職員にお渡しく下さい。

※アンケートを受け取った担当者は
本部運営企画グループ小川まで
転送よろしくお願ひします。

支所・店舗

委員会名・サークル名

名前

班名

—匿名希望—

←匿名希望の方はこちらに○を

ペンネーム

組合員コード



クイズ

各支所の商品活動委員会が毎年5~6月に「世界中で戦争のない平和な世の中になるように」という願いを込めて作成し、7月に高知市京町・新京橋商店街に吊るされる吹き流しは糸に何が通されているでしょう？

答え（ ）

ヒント：須崎支所商品活動委員会報告書に掲載されております。
折り紙で作るものです。

裏面（いきワク Voice）の投稿をしてくれた方の中から抽選で3名様に

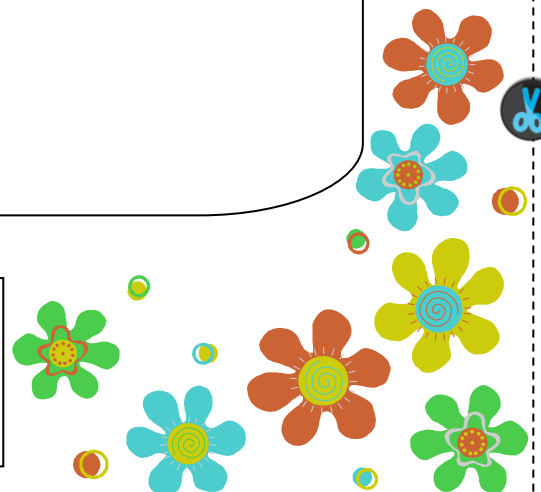
景品をプレゼントさせていただきます。【6月24日締切】
切り取り線から切り取って裏面に必要事項を記入し、店舗サービスカウンター、生協職員、配送担当者、または本部運営企画グループ小川までお渡してください。



5月のクイズの問題：『年齢を重ねるごとに、筋力や心身の活力は低下。身体的、精神的、社会的に虚弱となり、ささいなストレスがきっかけで生活機能障害や要介護状態に陥る危険が高い状態のことを何というのでしょうか？』

正解は 「フレイル」 でした。
ご応募ありがとうございました。

「いきいきわくわく」に掲載された声や情報は、こうち生協が発行する広報誌で使わせていただく場合がございますのでご了承くださいませ。
ダメな場合は遠慮なくご相談してくださいませ。



切り取ってください

