

2023年8月発行

No. 192

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 ♪



・コープかもベイメージキャラクター誕生!!	3
・コープ委員会の報告	4-8
・商品活動委員会の報告	9-16
・いきワク Voice	17-18
・心に響く名言の紹介	18





おかげさまで コープかもべ 24 周年を 迎えることができました！

いつもご来店いただきありがとうございます。

おかげさまで 2023 年 7 月 21 日、コープかもべは 24 周年を迎えることができました。たくさんの組合員さんに愛されて続けてこられた こうち生協の店舗の 1 つであるコープかもべ。

この度、コープかもべ誕生 24 周年を記念し コープかもべのイメージキャラクターが誕生しました。

その名は「come come (カム カム)かもべえ」！！
コープかもべのスタッフの発案により、仲間が絵にしたもの。

この「come come (カム カム)かもべえ」は
「カモの子どもが“おいで おいで”と手招きしている」というイメージで付けられた名前です。



お店でこの「かもべえ」を目印に、組合員さんの買いたいものが見つかり、お買い物が楽しくなればという店舗スタッフの思いが込められています。


これからもたくさんの組合員さんに喜んでいただけるようなお店を目指して精進して参りますので末永くご愛顧くださいませ。

みなさんのご来店を心よりお待ちしております。

コープかもべで
おすすめ商品のPOP
などに登場します！！



【 6 】 月 度 【 中 央 】 支 所 【 朝 倉 】 コー プ 委 員 会 報 告 書

開催日時		6月28日(水) 10:00～17:00		報告者		
出席者	コープ委員	3名		理事	職員	
欠席				会場	コープかもべ	
次回開催日		7月19日(水) 10:00～17:00		会場	コープかもべ	
●議 題		●内容・意見			●確認内容	
		<ul style="list-style-type: none"> ・スマホの勉強をしました。 ・なかなか難しいです。 ・組合員参加、産地見学の話もしました。 ・委員会 →見学など行こうとしたら行けますか？ 担当の職員も会には来ていませんが… 				
全体の感想	<ul style="list-style-type: none"> ・スマホの勉強…やっと覚えたと思ったら早変わっている。なかなか難しい。 ・今日は頭の中が大変混雑しています。 ・次は何をしようかと悩む！ 				担当者	
					リーダー	
					支所長	

開催日時		6月17日(土) 15:00 ~ 16:00		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		7月 15日(土) 13:30 ~ 16:00		会場		コーポよしだ		
●議 題		●内容・意見				●確認内容		
委員長会の報告		ほかの委員会さんは積極的に集まっているようなので、組合員室が予約できればという話をしていたので先にコーポよしだに確認をしておきました。次回は集まって委員会を開く予定です。				コーポよしだの組合員室予約 OK		
支所別総代会の報告		支所別総代会で無事に活動の発表ができたことを報告しました。						
全体の感想	7月の委員会はコーポよしだの組合員室でできることになりました。久しぶりに集まるのですが「前はどんな感じでやってたっけ？」という話が出たりして、コロナ禍での抑制された生活が普通になっていたのだと改めて感じたことでした。						担当者	
							リーダー	
							支所長	


【 6 】 月 度 【 中 央 】 支 所 【 横 浜 】 コーブ委員会報告書

開催日時		6月30日(金) 19:00 ~ 21:00		報告者			
出席者	コーブ委員	10名		理事	職員		
欠席				会場	蒔絵台集会所		
次回開催日		7月25日(火) 19:00 ~ 21:00		会場	高知市総合体育館 会議室		
●議 題		●内容・意見			●確認内容		
【台湾茶を楽しもう】		お茶の話 30分程度の後に茶器を使って入れた凍頂烏龍茶を試飲しながら高知→台湾へ行き方や台湾人の人柄・気候・交通手段・お金・トイレ事情などの話 30分					
		 					
【6/22 通常総代会の報告】		支所長から頂いたクッキーを委員全員でいただきました、ありがとうございました。					
【今後の予定】		月ごとに担当を決定。委員会で何をするか？担当者が提案準備する。 7月：貯筋エクササイズ+体幹トレーニング 8月：ひまわり乳業見学(可・不可の連絡待ち)					
全体の感想		今回、委員全員が参加できた。 そろそろ工場見学に行きたい。まずは委員のみで行きたいとの意見が出た。			担当者		
					リーダー		
					支所長		

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

開催日時		7月 14日 (金) 13:30 ~15:00		報告者			
出席者	コーポ委員	3名		理事	職員		
欠席	1名	会場	春野公民館 弘岡上分館				
次回開催日		9月 15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>7月委員長会報告</p> <ul style="list-style-type: none"> ・岡山の桃 ・ベビープラムトマト ・とろっとおいしいカットマンゴー ・鶏あえずデリっ!? 					
							
							
全体の感想		1人体調悪く欠席があり残念でした。			担当者		
					リーダー		
					支所長		

【6】月度 【南国】支所 【山田】コープ委員会報告書

開催日時		6月30日(金) 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		7月20日(木) 12:00 ~ 16:00		会場	中央公民館		
●議題		●内容・意見		●確認内容			
<p>次回 焼肉のタレ 作りについて</p>		<p>カタログを見ながら必要な物の 準備を話し合う</p> <p>カタログのカロリー表示で、 主に100g当りが多いが、1個 当りや、1食当りの表示があり。 上へいくにつれて多ければ、100g当りに 統一するか、併記してもらえたらあり かたい。</p>					
全体の感想	二週分のカタログを見ながら注文の品を			担当者			
	選んだが野菜や果物は、大きさが			リーダー			
	わかりにくいので、多目に買う事にした。			支所長			

23年度 6 月 東支所商品活動委員会報告書

開催日時	6月29日(木) 10:00~11:30		会場	東支所会議室
参加者	理事	1名	会計報告	
	支所委員	1名		
	委員	3名		
			次回	7月ケンミン食品商品学習会

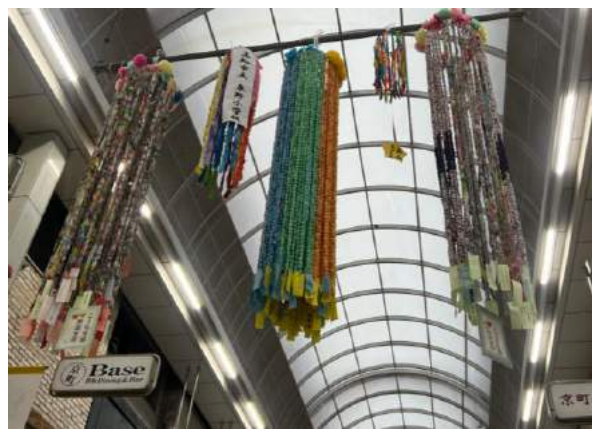
■ 23年度の平和折鶴吹き流しの糸通し作業を行いました

東支所は平和への思いが強い組合員さんのご協力のおかげで、折鶴が毎年数千羽集まります。ただ吹き流しを作るのに糸通しが間に合わず、毎年商品活動委員会で苦勞をしています。そして吹き流しにできなかった折鶴が数千羽ずつ残り続けてしまい、多すぎて保管場所にも困る状態になっています。

今回は井上理事からの提案で、「越冬折鶴昇華の取組」と題して折鶴150羽、短冊1本、糸通し用の糸1本を1セットとして支所別総代会にて参加者の方々にお配りさせて頂きました。また29日当日に参加できない委員さんから多大なご協力も頂き、今回、29日当日は通した糸の長さを揃えることに集中し、飾りつけなどを行いました。いつもの半分の時間で仕上がり2本目にチャレンジもしようと思いましたが、さすがに無理でした。例年より10本多い本数で“盛り盛り”の見栄え良い？糸通しができたように思います。



他団体や他支所の分と比べると今年もやっぱり揃ってない(ToT)/



(7月) (安田) 支所商品活動委員会報告書

開催日時	7月11日 (火) 10:00~13:00		会場	安田支所会議室
参加者	理事	1名	会計報告	
	支所	1名・(須崎) 2名		
委員	5名	須崎商活メンバー 7名	次回	7月13日(木) 折鶴吹き流し見学

【活動内容】

■ 安田・須崎交流昼食会

須崎支所の商品活動委員会のメンバーさんが、安田支所に交流に来てくれました。そこで、安田の商活で昼食を手作りし、一緒に食べました。いろいろなお話ができて、とても有意義でした。



(7月) (安田) 支所商品活動委員会報告書

開催日時	7月13日(木) 10:00~15:00		会場	新京橋アーケード
参加者	理事	1名	会計報告	
	支所	1名		
	委員	8名		
			次回	8月3日(木) タカキペーカリー工場見学

【活動内容】

■ 折鶴吹き流し見学

商品活動委員会で製作した折鶴の吹き流しを見学しに、新京橋のアーケードに行ってきました。その後は、コープよしだの2Fで前担当の今橋副支所長を迎え、昔話に花を咲かせました。



2023年度7月須崎支所商品活動委員会報告書

開催日時	2023年7月11日 (火) 9:00~15:30		会場	安田支所
参加者	理事	2名	会計報告	
	職員	1名		
	委員	5名		
			次回	9月14日 (木) 10時~11時半 大阪王将餃子学習会 (リアル開催)



今月は新しくなった安田支所へ支所見学&安田商品活動委員さんとの交流に行ってきました。

もちろんのことではありますが、何もかもが綺麗で「いいね~! きれいやね~!」の声が連発です(^_^)

昼食は森岡理事・商品活動委員さんがごちそうを作ってくださっていて、美味しく頂いてきました♪
短い時間でしたが意見交流もできました。



★8月の商品活動はお休みです。

次回の商品活動は大阪王将餃子のリアル学習会を予定しております。

下記の方に記入して配達担当に渡してください。

ご参加お待ちしております!(^^)!

当日 エプロン持参をお願いします。

キリトリ

9月 14日 (木) 10:00~11:30

参加 不参加 様

どちらかに○をして提出おねがいします

(四万十) 6月度支所商品活動委員会報告書

開催日時	6月20日(火) 13:30~15:30		会場	四万十支所		
理事	2名	支所	委員	2名	会計報告	交通費 学習材料代
	1名				次回	未定

●商品活動委員会の進め方(詳しく)

鶴の糸通し

平和への祈りを込めた色とりどりの鶴を通しながら、平和について、日本についての話しを(ました。優しい色あいに仕上がったと思います。来日は7月13日(木) 13:30~15:30
ボタカビキャンビル作り
ホワトニング歯磨きのモニター開始。

6月30日(金)に四万十市商店街に飾っていただきました
7月6日(火)の高知新聞にのっていました。四万十支所で作られた千羽鶴も掲載されていました。

平和に祈りを込めて



商店街に千羽鶴 平和祈る
四万十市25日まで七夕祭

【福多】四万十市中村天神橋の天神橋商店街で、千羽鶴などで平和を祈る「中村地区平和七夕祭」が開かれている。市内外の小学校などから寄せられた飾り
京五輪デユエット7位、パシリキ選手は2022年ワールドシリーズスーパースターファイナルのソロフットでテクニカル1位の実力者。初日は午前7時半に会場入り。歓迎の後、早速、足の動きなどの練習に取り組んだ。
大会は来夏のパリ五輪の前哨戦で、ヴァルター・ペール団長は「50、25メートルが同じ屋内にあつてすごい施設。おもしろいおかげで好成绩を残せるでしょう」と笑顔。3姉妹は「街の散策や食べ物も楽しみ。一生懸命練習して歓迎に応えたい」と活意を述べた。
ASは全日、競泳は17、19日に練習を一般公開(ASの動画撮影は禁止)。AS合宿最終日のOPには、応援メッセージを送った県内ジュニア選手10人も練習に参加する。(横田幸成)

が、25日までアーケードにきやがに飾る。同商店街振興組合や教育関係者らでつくる実行委員会の主催。実行委員からは先月末、同市と近隣町村の高齢者施設や小学校などで折られた千羽鶴約30束を飾りつけ、県立中村中学校の書道部が協力して、揮毫した書道を手際よく掲げた。同組合の国吉康夫理事長(64)は「今年もこの商店街から平和への願いを発信できうれい」と話していた。
同商店街と近くの東下町商店街は22日、4年ぶりとなる土曜夜市を共催する。射的などの屋台のほか、小学生対象の腕相撲大会といったイベントも用意。大田文雄(市副委員長65)は「子どもが笑顔をほほけるような祭りになりたい」と意気込んでいる。(川田樹希)

中村地区 平和七夕祭
教える子を戦場に送らない 平和七夕実行委員会

平和を祈る千羽鶴などが飾られたアーケード
(四万十市の天神橋商店街)

(四万十) 7月度支所商品活動委員会報告書

開催日時	7月13日 (木) 13:30~15:30	会場	四万十支所	
理事	2名	会計報告	交通費 学習材料代	
支所				
委員	9名	次回	未定	

●商品活動委員会の進め方 (詳しく)

ポタニカルキャンドル作り

参加費 1人 300円

材料 ろうそく 4本入
紙コップ 200ml用(外枠用)
紙コップ 100ml用(芯のろうそく用)
(今回は大小の綿棒ケースを使いました)

割りばし、ろうそく溶かすステンレスカボチの
コップ、湯せん用の鍋、好きな花材
貝殻や木の葉、ドライフルーツなど

- ① 芯のろうそくを作ります
ろうそくを溶かしやすい大きさに折り鍋へ 小さい型の内側に食用油を薄くぬる
割りばしにろうそくの芯をはみセットしてろうそくを流す 2時間冷ます
- ② 大きい型の中心にキャンドルを置いて 好きな花材を入れる 多めに入れるのがコツ
溶かしたろうそくを流し入れ 2時間冷ます
ろうそくに色をつけたい場合はクレヨンか色つきキャンドルを削り溶かすのに混ぜる
固まったら完成

みなさんが楽しみにしていたキャンドル作り もの作りだとワイワイとおしゃべりしながら
できるので 笑い声や笑顔が溢れていました。

感想

どんなのがよと思いつつワクワクして楽しめた。出来上がり？個人差があるけれどとて楽しく
いきなり出来た。色とり良く出来たと思ったらローソク(白)であまり目立たない残念
でした。

色んな花を選んで詰めるだけの作業だが集中する事ができてとても楽しかったので
自分の思った出来上がりや本当の出来上がりと違う所がまたいいのではないかと思います。

お手軽に身近な物で作れるので人により個性のある品が出来てステキでした。
これなら又 作りたいですね。

ポタニカルキャンドル作り

ポタニカルキャンドルとは「ドライフラワー」など天然素材のものをワックスに入れて固めたキャンドルのことです



材料 ろうそく 割りばし
 念仏ソップ 205 ml ろうを溶かす鍋
 念仏ソップ 100 ml 湯煎用の鍋
 (今回は丸い綿棒ケースを使います) 好きな花材



ろうそくを溶かす (ろうそくを溶かしやすい大きさに折り鍋へ)
 割りばしにろうそくの芯をはさみセットしてろうそくを流す
 2時間冷ます



冷めたら型からキャンドルを取り出す



大きい型の中心にキャンドルを置いてすきまに花材を入れる
 多めに入れるときれい

溶かしたろうそくを流し入れ 2時間冷ます

ろうそくに色をつけたい場合はクレヨンを削り溶かすのに混ぜる



固まったら完成

花材はお女子みのものを
 ユーカリ、貝から草、



あじさい



他にも貝からや木の葉、ドライフルーツなども

作り方写真提供は朝比奈幸子さん





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？★

(2023年6月号より)

●新堀さんの「エンドオブ・ライフケア高知」の『高齢者の住みやすい環境づくり』新堀さんいつもよくやるね。【ペンネーム くりちゃん】

★必ず訪れる命の終わりについて考える方が自分らしくどう生きるかを支援するケアについて学習されましたね。最期まで自分らしく過ごしたいですね。

(2023年7月号より)

●横浜コープ委員会さんのランタン、いいですね。工作？作りたいと思います。【匿名】

★高知県特産品である手すき和紙を使って工作したランタンですね。作り方も報告書にわかりやすく掲載されておりましたので、ぜひ作ってみてくださいね。

●折鶴の糸通し、懐かしいですね！来年は折るところからさせていただきたいと思っています。心を込めて…。【匿名】

★高知市京町・新京橋商店街で毎年7月に開催される平和七夕まつりで、アーケードに飾られる「平和の折鶴の吹き流し」の制作にたくさんの組合員さんがご協力くださっております。本当にありがとうございます。来年もどうぞよろしくお願ひします。

●名言。【匿名】

★「どうにも乗り越えられない障害にぶつかった時は、頑固さほど役に立たないものはない」というシモーヌ・ド・ボーヴォワールの名言ですね。「こうしなくては」「こうでなくては」という考えは取り除きましょう。その障害から少し離れてみると乗り越える方法が見えてくるときもあると思います。

●6ページ中央支所 新堀コープ委員会の「成年後見人制度と相続」についてを読んで、昨年主人が亡くなったこともあり相続に関することはとても興味があり、考えていかなくてはと思ひました。【匿名】

★相続関係の手続きは、悲しみに浸る暇を与えてくれないことも多々ありますね。もう少し生活が落ち着いてからと思ひしてしまうのは私だけでしょうか。

●安田支所の折鶴は見事です。各支所の皆さんの祈りが伝わります。【匿名】

★各支所の皆さんの平和への願ひが込められた吹き流し。その願ひがどうか叶いますように。

★平和への思い★

(2023年6月号より)

●少々不満を言っている日々、ロシア・ウクライナの方々から言うと、我々の暮らしは上等。“文句は言われんね”と思ひつつ…。人間は哀しいですね。平凡は平和。【ペンネーム くりちゃん】

★つい不満を抱いてしまうのは人として当然のことでしょう。ですが今、日本が平和であることを幸せと感じながら過ごしていきたいですね。

★高知のここが好き★

(2023年7月号より)

●県外にもいましたが、結局高知に帰りました。自然の中で育ったので、空も海も青くて自然がいっぱいの高知が好き！【匿名】

★高知県は海・山に囲まれた自然いっぱいの土地。晴れ渡った青空とのコントラストは私も好きです。県外にもお住まいの経験があると、なおさら高知の自然が素敵だと感じますね。

●梅雨以外の季節感が大好きです。人々の性格にもカラッとしたところは季節が影響しているんですね！これから明るく生きていければと、この頃少し元気になって思います。【匿名】
★お元気になられて良かったです♪梅雨明けし、青空を見上げるとなんだか明るい気持ちになりますね。高知県の人々の明るい性格が私も好きです。

●高知で生まれてず〜っと高知です。特に県外にもあこがれもなく、普通に高知が好きです。主人の姪っ子は、鹿児島→奈良→高知と移住してきています。ご近所さんとも仲良くして高知が好きと話してくれました。ありがとう〜！
【ペンネーム プルメリアンコ】

★県外にあこがれないほど高知が好きなのです。姪っ子さんも県外の良さを知っているのにもかかわらず「高知が好き」と言っていただけ。なんだか素敵ですね！

●高知に嫁いで50年、初めは言葉もわからず周りの人達に馴染むまで苦労しましたが、今は土佐弁も使いまくっています。県民のあっさりした気質も大好きです。海もあり、山もあり、川ありと風土にも恵まれ食物も豊富で特に四季折々の果物が大好きです。【匿名】

★恵まれた風土に、あっさりした気質の人々、高知に住んで「幸せ」と思える理由がここにありますね。

●高知は南が開けた空、太平洋。明るい。人は皆家族。南が山で近くて寒く、トンネルをぬけて高知県に入るとホッとします。【匿名】

★県外から高知県に帰ると、高知の風土やそこに住む人々の人柄にホッとされるお気持ちに共感できます。新鮮で美味しい食べ物も多いですし、夏には“よさこい祭り”を皆が心から楽しんでますよね。

★その他何でもOK★

(2023年6月号より)

●家の中「片づけなくては」いつも思いながら暑い寒いの日延べしています。本当にやらねば！！【ペンネーム くりちゃん】

★気になるところの中で、1日1ヶ所だけ片づけてみては？一気にしようとするとも体も疲れてしまいます。

(2023年7月号より)

●今年はピースアクションに行けなかったけど、来年こそは、また参加したいです。【匿名】

★今年のピースアクションの中で、78年前の高知大空襲を体験された久川千代子さんが体験談をお話してくださいました。その内容が、『Himawari 2023年8月3月号』に掲載されていたので、『サークルメンバーのみなさまへ8月号』でもご紹介させていただいております。ぜひご覧ください。

●折り鶴も今年もきれいに出来たようで、帯屋町に出かけてみたいと思います。みなさんありがとうございます。【ペンネーム プルメリアンコ】

★それぞれの折鶴吹き流しには組合員さんの平和への想いが込められています。とても素晴らしい活動ですので来年以降もよろしくをお願いします。

☆心に響く名言☆

ご存知だろうか、一日中礼儀正しく、朗らかな気持ちで仕事をすれば、一日中腹を立てて仕事をした時よりも、夜寝る時の疲労がずっと少ないということ。にこにこ朗らかにしていれば緊張がほぐれる。疲れるのは仕事のせいではない。心の持ちようが悪いのである。この方法を一度試してみるのだ。

- デール・カーネギー - (アメリカの作家/1888~1955) 『癒しツアー』より

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？

●みなさんが日々過ごされていて「大切にしているもの」や「大切にしていること」があるかと思います。たとえば、家族の健康・地球環境・子どもたちの未来、正直でいること・人を思いやること・記念日など、何でもかまいません。
みなさんの「大切にしているもの・こと」を教えてくださいませんか。

テーマ：「大切にしているもの・こと」

●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

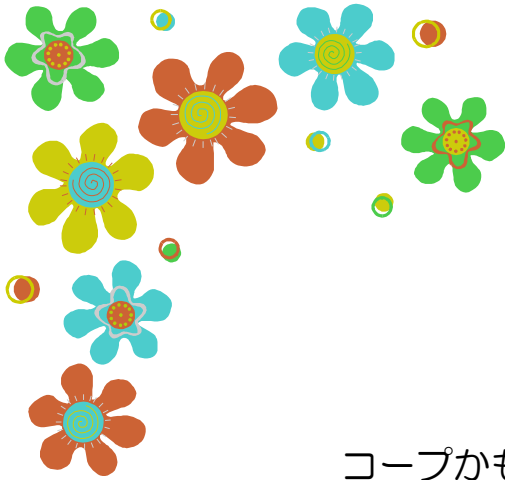
班名

—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

コープかもべ誕生 24 周年を記念し誕生した
コープかもべのイメージキャラクターの名前は何でしょうか？

答え（ ）

ヒント：本誌にもこのキャラクターがどこかに掲載されています。

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。【8月25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ください。



7月のクイズの問題：『今年もピースウェーブ実行委員会による「平和七夕まつり」が7月1日（土）～7月29日（土）に開催されます。高知大空襲で亡くなられた方たちへの鎮魂と平和への願いを込めて、被害が一番ひどかったといわれる高知市京町・新京橋商店街のアーケードに飾られているものは何でしょうか？「平和〇〇の吹き流し」
〇に当てはまる言葉をお書きください。この制作にこうち生協の各支所商品活動委員会も毎年携わっています。』

正解は 「折鶴」 でした。

ご投稿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。

