

あなたとわたしをつなぐ情報機関紙

組合員数 / 88,758人

[1月17日現在]

2012

2月2週号

2/6・7・8・9・10・11・12

# ひまわり

こうち生活協同組合

本部 〒781-0013 高知市荊野中町16番8号  
TEL(088) 826-5211 フリーコール0120-136-201  
発行人/理事長 西岡雅行 編集/運営企画グループ  
ホームページは

## 参加者募集!! おこづかいで始めるマネーレッスン

### 参加費無料!

# 今だからこそ子どもへ伝えたいお金のはなし

## 高橋佳良子 講演会

お金の教育は子どもにとって、とても大切です。でも「どう教えていいかわからない」「自立できる子どもに育てるには何が必要?」とお考えの保護者の方も多いのではないのでしょうか。テレビにレギュラー出演中のファイナンシャルプランナーが、生きる力をはぐくむ、おこづかいで始める金銭教育について、事例をまじえて楽しくお話しします。

■講師 高橋 佳良子氏 (ファイナンシャルプランナー)

広島在住 ファイナンシャルプランナー(CFP)  
2001年に(株)ライフアンドマネークリニックを設立し現在に至る。講演会、セミナーは「身近な事例を取り入れ、楽しく、誰にでもわかりやすい」と大好評。2人の小学生の母でもある。現在、広島テレビ放送の「テレビ派」にコメンテーターとして出演中!



日時 **2月25日(土)** 13:30~15:30

場所 **保健福祉センター 3F 大会議室**  
(高知市塩田町18-10)

日時 **2月26日(日)** 10:00~12:00

場所 **四万十市立中央公民館 2F 大会議室**  
(四万十市右山五月町8-22)

### 募集要項

- 募集人数: 各日とも定員 **100名**
- 対象: 赤ちゃん~中学生位までのお子さまのいらっしゃる保護者の方
- 申込締切: **2月17日(金)**
- 託児: **あり**(お子様おひとり200円)  
※講演会・託児ともに定員になり次第締め切り

お申し込み・お問い合わせ

こうち生協LPA事務局 (山根・中野)  
TEL **0120-136-201**

(平日9:00~17:30)

メール [kochi-lpa@kochicoop.or.jp](mailto:kochi-lpa@kochicoop.or.jp)



## 「今だからこそ子どもへ伝えたいお金のはなし」申込書

支所店舗	班名	2月25日(土)・2月26日(日) ※ご希望の日に○を入れてください。
お名前	託児 有・無	お名前 ( ) 男・女 ( )才 ( )ヶ月
ご連絡先 TEL ( ) -		

※2月17日(金)までに配送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。(共済事業グループまで)  
※お預かりした個人情報、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。



# 春の コアノンロールフェア

期間: 2011年11月1日~2012年10月31日

ハーフケースは  
**2点以上がお買得!**  
この機会を  
お見逃しなく!

## co-op コアノンスマイルスクールプロジェクト 実施中

### アンゴラの子どもたちに優しい学校を

マークの  
ついているコアノン  
シリーズをご購入  
いただくと



1パックに  
つき1円がユニセフを  
通じてアンゴラ指定募金に  
(ハーフケースなら5円)



楽しく  
学べる環境づくり  
に使われます



### コアノンスマイルスクールプロジェクトの支援内容

- 学校の先生の育成
- トイレ作りや手洗いの啓発により保健・衛生状況の改善
- 水タンク付きの手押しポンプの設置
- 地域コミュニティに教育の大切さを伝え、PTA運営できるようにトレーニングを行う

プロジェクト  
対象商品

例) コアノンロールシングル130  
コアノンロールシングル150  
ワンタッチコアノンシングル増量

※この他にもいろいろな種類があります。  
詳しくは配布のカタログをご覧ください。

### コアノンはとってもエコ!

- ・芯(ゴミ)が出ないからエコ!
- ・長く使えて取替えの手間なしエコ!
- ・家計にエコ!

### \* 細穴タイプ

※専用芯が必要です。配送担当者にお申し出下さい。



co-op コアノンロールシングル  
**150**(150m×6ロール)

注文番号 **803** ハーフケース(5パック)

1点のみ **2,090円**

私、コアノン150  
の大ファンです!!

同じ商品を2点以上  
ご注文で1点あたり **2,040円**



co-op コアノンロールシングル  
**130**(130m×6ロール)

注文番号 **805** ハーフケース(5パック)

1点のみ **1,990円**

コアノン使いよったら  
他のは使えん。

同じ商品を2点以上  
ご注文で1点あたり **1,940円**

### ● 太穴ワンタッチタイプ



co-op ワンタッチコアノン  
シングル増量(135m×6ロール)

注文番号 **801** ハーフケース(5パック)

1点のみ **1,990円**

コアノンは長持ち  
していいね。うち  
はこのワンタッチ  
を使いよう。

同じ商品を2点以上  
ご注文で1点あたり **1,940円**

今週配布のチラシもご覧ください! 価格は全て2月4回価格です。

● 共通参加申込書

申込希望を  
○で囲んでください ①少年少女ヒロシマの旅 ②子育て応援講座

支所店舗	班名	クラス	A・P
①の方のみご記入ください		参加のお子さま氏名(フリガナ) ( )年 ( )年	
②の方のみご記入ください		託児希望人数: 人(才ヶ月)(才ヶ月)	
TEL ( ) - ( ) ケイタイ ( ) - ( )			

※お預かりした個人情報、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。(運営企画グループ 高野まで)

● お問い合わせ  
こうち生協本部 運営企画グループ 高野

スケジュール(予定)

- 7:50 高知県交通 一宮営業所集合
- 8:16 出発(高速バス)
- 11:58 広島着 昼食
- 13:00 ~ 14:00 ●平和記念公園内の碑めぐり(ボランティアガイド付)
- 14:30 ~ 15:30 ●平和記念資料館の見学(ボランティアガイド付)
- 16:00 ~ ●広島そごうでお土産など購入
- 17:20 ~ 広島出発
- 21:18 高知県交通 一宮営業所帰着

● 申込締切: 2月24日(金)

● 申込方法: 左記の申込書に必要事項をご記入の上、配送担当者または店舗サービスカウンターへお渡しください。

● 参加費: 2000円(昼食・夕食付)  
(実際の費用は8000円程度ですが、ビースカパンを活用します)

● 募集人数: 10名(対象:新5年生・新中学1年生)  
※応募多数の場合は抽選になります。  
※事務局男女各1名添乗します。

● 2012年4月22日(日) 日帰り  
(往復高速バスを利用します)

現在も尚、原爆の後遺症に苦しむ人々がいるヒロシマを訪ねて、平和の大切さ、尊厳について考えます。旅を通して仲間を作り、お互いを尊重することや、協力しあうことなどを学びます。

少年少女ヒロシマの旅 参加者募集

第3回 子育て応援講座 参加者募集  
“ほっと”ひと息ほのぼの喫茶

子育て中は、子どもの世話で一日があっという間に過ぎていきます。忙しいお母さん、日々お疲れ様! 手作りケーキとおいしいお茶でほっとできるひと時を過ごしてみませんか?

と き 2月24日(金) 午前10時~正午

場 所 コープよしだ 2階 組合員室

申込方法 上記の申込書、又はお電話で。

参加費 300円(託児料込み)

募集人員 12組程度 ※応募者多数の場合は抽選になることがあります。

託 児 有 り

募集締切 2月17日(金)

お申し込み こうち生協 本部 運営企画グループ



店舗のコーナー  
2月23日(木)、24日(金)、25日(土)は  
早春の大感謝祭  
3日間 ゴールドレシートサービスデー

店舗共済相談会

お気軽にお立ち寄りください! 加入の受付はいつでも受付中!!

開催場所	開催日
コープよしだ	毎週 水曜日・金曜日 ※24日(金)は20:00まで 2月12日(日) 11:00~16:30
コープかもべ	2月7日(火)・15日(水)・23日(木) 3月1日(木)

※開催時間は11:00~17:30  
◆お問合せ/こうち生協本部 共済事業グループまで

インターネット注文 春の「ふれんず」感謝祭開催中!!

- キャンペーン対象企画回 2月2回~2月5回
- 期間中3回以上「ふれんず」を利用された方!
    - 1等 10,000円分のJCBギフトカードを50名様にプレゼント!
    - 2等 5,000円分のJCBギフトカードを100名様にプレゼント!
    - 3等 1,000円分の図書カードカードを50名様にプレゼント!
  - 期間中に新規登録された組合員
    - 「eふれんず×ハローキティ」ソフトまな板をもれなくプレゼント!
  - 期間中3回以上「ふれんず」を利用された方で「eふれんず限定商品」を3点以上ご注文いただいた方!
    - マダムシンコのマダムブリュレを20名様にプレゼント!

flumpool 3月19日(月)~23日(金) 抽選対象 お届け



5th tour 2012 「Because... I am」  
2012年 5月26日(土) 17:30開場 18:00開演  
高知県立県民文化ホール・オレンジ

券種	価格(税込)	注文番号	お届け
全席指定	5,800円	151661	3月3週

※3歳以下入場不可、4歳以上有料  
※お席は2階席になる場合もあります、予めご了承ください。  
※予定枚数をオーバーした場合は、再度その時点でオーバーした枚数を再手配いたします。手配しきれない場合は抽選となります。

ご高齢者の方 一人暮らしの方 毎日忙しい方

コープの夕食宅配

ご注文は週単位 配達料無料

高知市内東支所エリアではじまりました。  
高知市内中央支所エリアでも受付準備を進めています。

組合員さんでない方もお試しできます。

平日の月~金曜日の5日間、毎日午後(~18時頃まで)にご自宅へお届けします。(土・日・祝・祭・年末年始等はお休み)

ご飯付きコース	おかずコース
●ご飯とおかず5品 ●500~550kcal ●塩分3g以下 1食あたり	●おかず6品 ●450~500kcal ●塩分4~5g以下 1食あたり
530円(税込)	560円(税込)



お問合せ・お申込み  
こうち生協 夕食宅配係  
☎0120-994-981  
平日/9:00~17:30 ※土・日除く

TOPICS 1月16日(月) 夕食宅配スタート!

買い物や調理に苦勞する高齢者の方や、共稼ぎで忙しいご家庭や一人暮らしの方を応援する食事宅配サービス「夕食宅配」を、高知市内の東支所エリアから始めました。東支所で「夕食宅配第一便」の発売式を行い、委託配送スタッフが栄養バランスに配慮した日替りメニューのお弁当を、組合員さんのご自宅にお届けしました。コープの夕食宅配はお弁当をお届けするとともに、地域のご高齢の方の見守り活動の役割も担います。



高知の野菜ソムリエ 松岡美恵の 今週のお献立 [材料は1人分です] ●こうち生協ホームページの「野菜ソムリエのリブレで作るお献立」もご覧ください。 ホームページ こうち生協 検索

- そぼろ大根
  - ①とりミンチ...20g 生姜...少々(みじん) ※油で炒める
  - ②大根...130g(乱切り・下ゆで) しいたけ...20g
  - ③だし汁...適量、さとう...4g 酒...7ml、うす口しょうゆ...7ml
  - ④菜の花...少々(茹でてあしらう)
- 牛肉とごぼうの煮物
  - ①牛肉...20g ※油で炒める
  - ②ごぼう...50g にんじん...10g 糸コンニャク...30g
  - ③だし汁...適量、さとう...3.5g 酒...5ml、みりん...3ml しょうゆ...7ml
  - ④いんげん...少々 (ゆでて彩りに)
- 肉だんごの甘酢あん
  - ①鶏肉だんご...120g ※片栗粉をうすくまぶして油で揚げておく
  - ②玉ねぎ...40g(一口大) にんじん...20g(乱切り) しいたけ...10g ※②を油で炒める
  - ③さとう...4.5g 酢...10ml しょうゆ...10ml ケチャップ...適量 水...30ml 片栗粉...2g
  - ④ピーマン...10g(一口大) ※油で炒めて上にのせる
- ピリ辛炒り鶏
  - ①鶏モモ...100g しょうゆ...4ml にんにく...少々 生姜...少々 トーバンジャン...少々
  - ②ゴマ油で①を炒める
  - ③コンニャク...50g ごぼう...50g にんじん...20g 干しいたけ...少々
  - ④干しいたけ + ガラスープ 戻し汁 合わせて...80ml 酒...8ml、さとう...3g しょうゆ...6ml
  - ⑤ニラ...10g
- 長芋ともずくの酢の物
  - 長芋...30g(短冊) もずく...20g きょうりゅう...30g(小口切り・塩のみ) さとう...少々 酢...4ml しょうゆ...少々 コーン...少々(ゆでて散らす)