



あなたとつながる情報機関紙

# Himawari

2025 12月3日 週号 年末年始合併号  
2025 12月3日 週号 カタログ1月1回

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.1492 組合員数/105,004人 [12月2日現在]  
(Vol.1935)

発行人/理事長 佐竹一夫  
編集/運営企画グループ  
発行/〒781-0013 高知市薮野中町16番8号

こうち生協は2025国際協同組合年に賛同しています

あなたの街の配送担当さん

コープのお店の店員さん

こうち生協への

40年を振り返って

## メッセージ募集



こうち生協は、今年創立40周年を迎えました。

こうち生協へのメッセージやエピソード、あなたの想いや、

あなたとこうち生協との「心に残るちょっといい話」を教えてください。

あなたとこうち生協との

「心に残るちょっといい話」



抽選で  
10  
名様に

コープ商品券  
500円分プレゼント!



※お寄せいただいたメッセージやエピソード、こうち生協へのあなたの想いは、生協の広報物等で使用させていただきます。(ペンネーム可)

### 【応募方法】

QRコードから、または下記の応募カードに必要事項を記入して、配送担当者またはお店のサービスカウンターにお渡しください。



▲ご応募はこちらから  
もできます。

お問合せ/こうち生協 本部 運営企画グループ

キリトリ



## あなたとこうち生協との「心に残るちょっといい話」 応募カード

募集締切  
2026年1/16(金)

Large empty box for writing the application card.

支所・店舗名	お名前	ペンネーム	組合員番号
--------	-----	-------	-------

※お預かりした個人情報は、本サービスと情報提供のために利用し、当生協で厳重に管理します。 ※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。 ※配送担当者またはお店の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)



こうち生協40周年記念

# 10年振りの「ありがとうフェスタ」

## に約7,500人!!

11月22日(土) 高知市高知ちばさんセンターにて、こうち生協40年間のありがとうを込めた「ありがとうフェスタ」を開催しました。

会場では、こうち生協取引業者82社や各支所、店舗が出店し、試食・展示即売会を行いました。オープンして間もなく、会場内のブースもイベントも直ぐに満員となり、駐車場も開始直後には満杯となりました。予想をはるかに上回る約7,500人の来場者があり、午前中には売り切れるブースも続出するなど、大盛況のフェスタとなりました。ご来場いただいた皆さまありがとうございました。



### 9月リサイクル回収報告

ご協力ください!

牛乳パック・たまごパック・シッパー内袋・チラシ類は配送時に回収しています。

回収品

飲料パック 114kg



たまごパック 38kg



食品トレイ 81kg



シッパー内袋 1,093kg



チラシ類 142,040kg



\*宅配での飲料パックの回収量は、年度末に集計するため、この数量には含まれていません。



## 地盤の沈降による長期浸水

地震が発生すると、高知県内の13市町村では地盤の沈降により、長期にわたって浸水するおそれがあります。特に高知市においては、地震発生時に最大で17m地盤が沈降し、沈降したところに津波がきますので、3005haも長期に浸水すると想定しています。また、津波が来る前に浸水が始まる可能性もあるため、注意が必要です。

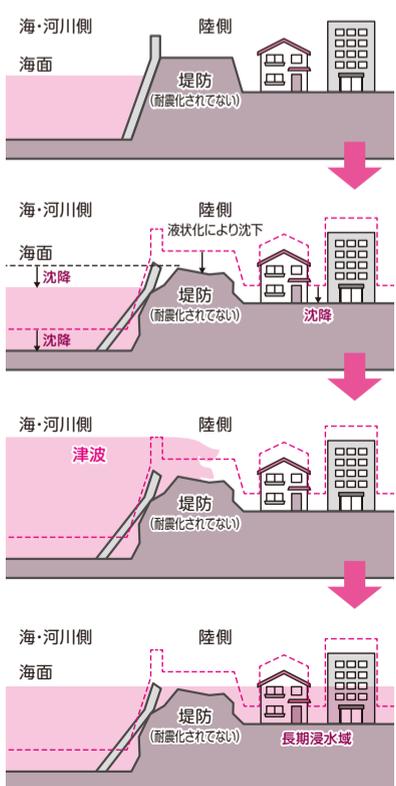
### 市町村の長期浸水面積予想

	(ha)
宿毛	559
大月町	28
土佐清水市	43
四万十市	188
黒潮町	46
四万十町	50
中土佐町	48
須崎市	336
土佐市	125
高知市	3005
南国市	219
香南市	128
安芸市	1



### 長期浸水の仕組み

- ①地震発生前**  
堤防により地盤の低い地域は守られている。
- ②地震発生**  
地殻変動により地盤が沈下する。耐震化されていない堤防は、液状化による被災・沈下する。
- ③津波襲来**  
津波や堤防の損傷により、陸側に海水が侵入。
- ④長期浸水時**  
海面より低い範囲が浸水する。



長期浸水区域内では、救助が来るまでに、長い時間がかかること想定されています。飲料水や食料品の備蓄を多く準備するなど、自分の身は自分で守る準備が必要です。

※高知県発行「南海トラフ地震に備えろよき」参照。

津波浸水予測は、こちらから確認できます!



南海トラフ地震対策課ホームページ

日	12/15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1/1~6	7	8	9
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木~火	水	木	金
12月3回	12月3回					12月4回					12月4回					12月4回					
12月4回	12月4回					12月4回					12月4回					12月4回					
1月1回	1月1回					1月1回					1月1回					1月1回					
1月2回	1月2回					1月2回					1月2回					1月2回					
1月3回	1月3回					1月3回					1月3回					1月3回					

日	12/15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1/1	2	3
曜日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
お店	年賀状注文受付(23日(火)まで) スピード印刷(26日(金)まで)										営業時間 30日:9時~20時 31日:9時~19時 しめ飾り・果物 店頭販売			おせちお渡し コープよしだ コープかもバ お休み (1/1~3)			初売り 1月4日(日) 午前9:30~ コープよしだ コープかもバ			

\*12月30日・31日の2日間、店舗での全てのリサイクル回収はお休み。

**水木金 配送の方** 1月7日(水)・8日(木)・9日(金)

**月火 配送の方** 12月29日(月)・30日(火)

**共同購入・個人宅配はご注意ください!!**

**年末と年始に分かれます。**

「カタログまいごーぷ 1月2回」提出  
「カタログまいごーぷ 1月3回」配布

共同購入・個人宅配はご注意ください!!

来年は丙午の年です!

こうち生協 スケジュール

### ジャガイモのピザ

材料(2人分)

- CO-OP パリッとジューシー あらびきポークウインナー 4本
- じゃがいも 2個
- 玉ねぎ 1/2個
- ピーマン 2個
- ミニトマト 8個
- ゆで卵 2個
- 塩 少々
- 小麦粉 大さじ2
- サラダ油 大さじ1
- 市販のピザソース 大さじ4
- ミックスチーズ 60g
- コーン 大さじ4

作り方

- じゃがいもは薄く輪切りに、「CO-OP パリッとジューシー あらびきポークウインナー」は斜め薄切りに、玉ねぎは薄切り、ピーマンは薄く輪切り、ミニトマトは半分に、ゆで卵は輪切りにする。
- じゃがいもに、塩、小麦粉をまぶす。
- フライパンに油をひき、じゃがいもを少し重ねながら敷き、ふたをして蒸し焼きにする。
- ③にピザソースを塗り、ミックスチーズの半量に乗せ、玉ねぎ、コーン、ウインナー、ピーマン、ミニトマト、ゆで卵に乗せ、残りのチーズに乗せ、ふたをして約10分蒸し焼きにする。

店舗情報 お店で共済相談ができます! 要予約

### 1月のCO-OP共済相談会

コース	日時	内容
コースよしだ	0120-100-251 10:30-16:00 11:00-17:30	相談会
コースかもバ	0120-040-908 10:30-16:00 11:00-17:30	相談会

ウェブで24時間手続き 中央支所 組合員さん

いつもとても助かっています。ウェブで24時間手続きができるので、とても楽です。ありがとうございます。

\*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。

### こうち生協 40年のアルバム

2009年まごころ便スタート・2010年高知県内産品のカタログ「こうち版リプレ」スタート

40th 特設サイト

こうち生協との思い出

40周年おめでとうございます。当時、保育園児だった娘のお友だちのお母さんから誘われて加入して以来、40年近くになるのです。その頃は、上質紙に印刷された白黒のチラシで、枚数も少なく、主に食品が掲載されておりました。現在は内容も多岐にわたり、枚数も多くなり、注文書を書き上げるのに時間がかかりますが、出かけて探す時間が省ける上、思いもよらない便利な小物をゲットできる喜びもあります。お店のない過疎地に住む高齢者にとって、生協さんはありがたい存在になると思います。

中央支所 組合員さん

### ライフプラン川柳 入賞者発表

2025年度

佳作	優秀	最優秀
四国のおいしいものセット 3千円相当	四国のおいしいものセット 5千円相当	四国のおいしいものセット 1万円相当
気がつけば 買い物カートは 値引き品	手のひらの 金運線 を ベンチに引く	ちよひとまて 要るか 要らぬか いま度
ひまわり	なみへい	かすみん

お題 物価高の家計管理

お問合せ/こうち生協 本部 0120-136-201

# ちゃまご コロンプスの茶卵

卵のおいしさが試される、  
ごまかしの利かない

「卵かけごはん」「温泉卵」

実は私たちの卵、  
これが一番のおすすめです。  
(株)ぶらうん (高岡郡 四万十町)



自然豊かな四万十町

高知県の西部にある自然豊かな四万十町は、米や野菜などの農業や、養鶏や養豚などの畜産業が盛んに行われています。(株)ぶらうんは、養鶏を営み創業70年。創業当初500羽から始まった鶏の数は現在15,000羽を越えています。2012年には自社の茶卵(ちゃまご)と地元食材を使ったスイーツの製造・販売を行う直売店の「Cocco Rando(こっこらんど)」をオープン。その(株)ぶらうん3代目代表の佐々木将司さんにお話をうかがいました。



(株)ぶらうん 代表 佐々木将司さん

## 食卓が笑顔であるように

「鶏も人間と同じで、食べ物によって身体は変わります。食べ物は、命をつないでいく、心と身体の健康を担っているもの。長く食べ続けるものだからこそ、健康な鶏が産んだ卵を食べていただき、お客様に喜んでほしい。いつも食卓が笑顔であるように、こだわり続けた本当に良いもの、安全でおいしいものをお届けし続けたい。次のステージとしては、茶卵(ちゃまご)をこの四万十町から県内だけでなく、全国の多くの人や海外も視野に入れて広げていきたい。」と、佐々木さんの夢は膨らんでいます。



ぜひ、  
コロンプスの茶卵で  
卵かけごはんを  
ご賞味ください。

## 鶏の飼料にこだわった卵

コロンプスの茶卵(ちゃまご)は30年前佐々木さんのお父さんが、お客さんから「卵が苦手な子どもでも食べられる卵をつくってほしい。」と言われたことが開発のきっかけとなりました。当時、師弟関係にあった永田農法創業者の永田照喜治氏との共同研究で食の安全先進国スウェーデンのストックホルム生協の取り組みに学び、安全性の高い良質の原料を使った飼料の開発を進めました。何年もの間、試行錯誤をくり返し、飼料中の動物性油脂の酸化が卵質低下の原因の一つであることに着目し、鶏の餌の原料はすべて植物性の原料を使用。トウモロコシは収穫後無農薬で、遺伝子組み換えをしていないもの、飲水にはジェム電子イオン水\*を使用。さらに、鶏の腸内環境を考えて緑茶、有効微生物、海藻等を配合し、余分なものは加えず、素材の力を活かし、良質な飼料と水で健康な鶏の飼育を目指しました。そして、生臭さのない、驚くほど透明で弾力のある卵白と盛り上がった旨味のある卵黄のコロンプスの茶卵(ちゃまご)が誕生しました。

\*ジェム電子イオン水とは、水道水などの飲める水に、電子を供給して作られた、pHが中性の水です。山の湧き水のような自然の水に近づけた、まろやかな水です。

植物性のエサとお茶を食べて育った、鶏から産まれた卵です!



卵 翌々週お届け (1/12~1/16)  
注文番号 000950 冷蔵  
ちゃまご  
コロンプスの茶卵  
6個(360g以上)  
賞 14日  
339円(税込)

とさのゆさん箱1月1回企画