

2024年3月発行

No.199

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  Tel.088-826-5211



♪ もくじ ♪




- ・コープ委員会の報告
- ・いきワク Voice
- ・心に響く名言の紹介

.....
.....
.....

1-7
8
8



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

開催日時		1月26日(金) 19:00 ~ 21:00		報告者			
出席者	コーブ委員	8名		理事	職員		
	欠席	2名			会場	蒔絵台集会所	
次回開催日		2月9日(金) 10:00 ~ 15:00		会場	マルコキヤーン		
<p>●議題 みんなの防災 1) 防災食を 食べよう!</p> <p>我が家の 2) 非常持出袋を お持ちこ!</p>		<p>●内容・意見</p> <p>アルファ化米の白米を3通りと五目ごぼん。 長期保存食(5年)の筑前煮と肉じゃかも食べました。 白米…お湯もどし(15分) } お米の粒どうしくっついて、袋から出すとき 水もどし(60分) } お茶? お米は硬い。湯、水も大差ない。 おかつ(15分) } おいしいとほかに炊いたか、ちゃんと、ごぼん とおかつというより雑炊というかんじ。つぶつぶしている。 五目ごぼん…味が濃い。 おかつ2品…濃い味。お茶にめずくに食べたら、かたたく、適度な 量ごたえ。野菜大きめで食べごたえあり。</p> <p>参加8人中6人が非常持出袋を持参。中の物を全部ひらげて 点検、確認しました。以下、参加者の感想です。 「お正月の熊鷹半島地震からまだ日も浅く、自分の事として考えるよい 機会になりました。皆さんで考えたり、意見を出しあったり、感想を 聞くと、自分の小さな頭だけでは到底考えられない所までとまで参考に なりました。」 「防災袋を準備してなかったのでも、大変参考にしました。 実際の防災用品の中身を見つけたのも、参考にしました。 「皆さんの防災バックを参考に、色付きのレインコートとくつ下を入れよう! 「防災袋の中身を見直さなきゃ」にしました。「紙は運びにくい」と気づい たので(我が家には防災缶が1つだけ)ひりひりに防災リュックを用意してみよう と思う」</p>		<p>●確認内容</p>			
全体の感想		<p>その後、プラダントイシをくみたて、座ってみたり、 エマージェンシーシートをひらげてくまらしてみたりと アキ遊館所体験。被災地の方々に思いを寄せました。 *防災袋は高知大観知史先生の資料を参考にしました。 (12/11/27)</p>		担当者			
				リーダー			
				支所長			

コープ委員会での試食の感想

(1) 月 (獲 決) コープ委員会

コープ委員会での試食の感想をほかの組合員さんにも広げていきたいと思ひます。
 「いきいきワクワク」ではもちろん、それ以外のところにも紹介したいと思ひますので、試食した感想をできるだけ詳しく報告ください。
 食品だったら、「おいしい。」とかだけではなく、食味や使い方などを具体的に、雑貨の使用感などを報告又、調理の例なども(例：〇〇料理の時に使用している等)あればご記入ください。

商品名	野菜の美味しいスープ(経済ローゼン)	規格	(10g×5食)	価格	798	税込 税抜
感想	<ul style="list-style-type: none"> ・本当に野菜たくさん入っていて、非常時に不足しちゃう野菜もおぎなえそう... ・防災食の試食時に食べたが、白ごはんは 一緒 ^{2袋} を入れてリゾット風にするとう豪華な感じで食べやすかった。 おいしく 					
商品名	豆乳とおからのパンケーキ	規格	2枚×10袋	価格	498	税込 税抜
感想	<ul style="list-style-type: none"> ・ニズリ ^ど 食べやすいサイズ。美味しいけど水分必須! ・2枚組なので、あんこをはさんでドラ焼風にして食べました。おいしかった! 豆乳、おから 感じ 感じませんでした。 					
商品名	小倉 ふうかん	規格	40g×10ヶ	価格	628	税込 税抜
感想	<p>防災食として「ふうかん」をおめらゆるので、試食に選びました。 (賞味期限は390日とありましたが、実際にはまだものは2024.12月でした。) 感想み出していないので、みなさん大事に備蓄品にまわされたのかな...?</p>					
商品名	ひとくちカレー	規格	30g×10本	価格	848	税込 税抜
感想	<p>防災食の試食時に、白ごはんにかけて ^{カレー} と思い注文したとこ、1週遅れの配達で、まにあわ...。白ごはんにあきた頃に最適かと思ひます。 ふりかけ感覚でお弁当にそえていました。あたためるとおいしく食べられ、賞味期限も長い(2025.3.28)ので防災食に推し! です。</p>					
商品名		規格		価格		税込 税抜
感想						
商品名		規格		価格		税込 税抜
感想						

【 1 】 月 度 【 中 央 】 支 所 【 春 野 】 コー プ 委 員 会 報 告 書

開催日時		1月12日(金) 13:30 ~ 15:00		報告者			
出席者	コープ委員	4名		理事			職員
欠席				会場	春野公民館 弘岡上分館		
次回開催日		2月9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		<ul style="list-style-type: none"> ・ 苺の手巻きロール ・ スペシャルブレンド ・ DP ブラック超極細毛コンパクト 					
全体の感想	みんなで集まれて楽しく過ごすことができました。			担当者			
				リーダー			
				支所長			

開催日時	1月12日（金）10：00～12:00		報告者			
出席者	運営委員	理事	職員			
	6名	事	員			
欠席	5名	会場	ゆうあい工房			
次回開催日	2月9日（金）冬の彩 三味線とピアノ		会場	ゆうあい工房		
学習会 「新春年初 めコンサート」	<p>1月12日の講師はコロナ感染のため、2月に延期です。 今回は下記のようになりました。</p> <table border="1" style="width:100%"> <tr> <td style="width:50%"> <p>華瑛さん</p> <p>①いちごポッキーの歌</p> <p>②ギブソンなんだもん🍷</p> <p>③残響散歌</p> <p>④みんなで一緒にルンタッタ</p> </td> <td style="width:50%"> <p>カズさん</p> <p>①秋景色</p> <p>②仁淀川(爺ちゃんの川)</p> </td> </tr> </table> <p>一緒に歌おう🍷Time ギター カズさん 懐かしいメロディーに乗って、参加者もノリノリです。楽器を鳴らし、歌います。</p> <p>ふるさと あの素晴らしい愛をもう一度 学生時代 高校三年生 花の首飾り ブルーシャトウ 遠い世界に われは海の子 上を向いて歩こう フィナーレ ひまわりが笑ってる🌻</p> <p>いいですね、音楽で思い出せるものがあります。青春時代を共に過ごした世代です。</p>				<p>華瑛さん</p> <p>①いちごポッキーの歌</p> <p>②ギブソンなんだもん🍷</p> <p>③残響散歌</p> <p>④みんなで一緒にルンタッタ</p>	<p>カズさん</p> <p>①秋景色</p> <p>②仁淀川(爺ちゃんの川)</p>
<p>華瑛さん</p> <p>①いちごポッキーの歌</p> <p>②ギブソンなんだもん🍷</p> <p>③残響散歌</p> <p>④みんなで一緒にルンタッタ</p>	<p>カズさん</p> <p>①秋景色</p> <p>②仁淀川(爺ちゃんの川)</p>					
全体の感想	楽しい時間はあっという間に過ぎました。音楽の後楽しみは食事です。皆さん、石井と言って食べました。弁当に仕立てました。いつもながら生協の漬物は好評です。谷岡理事から生協商品の紹介とプレゼントがあり参加者も喜んで生かした。		担当者			
			リーダー			
			支所長			




コープ委員会での試食の感想

(1) 月 (新堀) コープ委員会


コープ委員会での試食の感想をほかの組合員さんにも広げていきたいと思います。

商品名	北海道産男爵ポテトサラダ	規格	150g	価格	298 円
感想		胡瓜と千切りキャベツ」ニンジンなどを加えました。さっと、レンジで温野菜にしました。美味しくいただきました。			
商品名	切り落としロースハム(徳用)	規格	200g	価格	348
感想		ロースハムは丸めて棒状にして飾りました。ハム本来の味がします。美味しかったです。			
商品名	ピリッ辛ごま白菜	規格	168g×2	価格	278
感想		定番になってます。美味しい漬物です。まいかいみなさんから声がかかります。			
商品名	数量限定:豚味噌ステーキ	規格	168g(6枚)×2	価格	796
感想		こんがり焼けたステーキです。かりっとした食感が素敵です。初めて試食しました。			
商品名	あまからミートソース	規格	280g	価格	398
感想		スパゲッティは別途購入し、200g つくりました。マヨネーズとケチャップを入れることを今回のソースで知りました。美味しくできますね。手間がかかります。			
商品名	クノールスープバラエティパック	規格	18 食	価格	980
		次回に使用 します			ドロメをいただいたのでドロメ汁と野菜炒めを作って添えました。」
1 人前		合計 3098 円 税込み価格 3345 円			
		思わぬ頂き物で土佐の郷土料理が提供できました。			

【 1 】 月 度 【 四 万 十 】 支 所 【 箱 毛 】 コーポ委員会報告書

開催日時		1 月 25 日 (木) 14:00 ~ 16:30		報告者			
出席者	コーポ委員	7 名		理事	職員		
	欠席				会場	寺田自宅	
次回開催日		月 日 () : ~ :		会場			
● 議 題		● 確認内容					
		<p>議題としては特になく、声に応えての話が出た。</p> <p>お先に入りの1Lの根昆布だしを記入して配達時に提出した所早くも翌週には返信をもらったのでおか:</p> <p>① 問合せ商品が400mlにちがっていて(え?)</p> <p>② 少し先にはりすかとかありけれど企画を見たと。その時手元に届いたチラミだったので、すたもや(え?)</p> <p>③ 親切にも注文番号を書いてくれたので、1Lかなくて、400mlを見つけられたらうと。その注文番号を記入。ところが後日、チラミを見ていたら、400mlの隣りにお得意1Lかあって更に(え?)</p> <p>忙しい中で素早く対応してくれた事けさあお偉いさん! ありがとうございます。でも、商品の確認、そして、同じ商品で内容量が違う物か同時に掲載されている時は、今回のような場合もあるので、困るとも教えてもらえたらと思います。</p> <p><試食品の感想></p> <p>○ 3-わびりり明太せんべい 商品試食会で寺田支所でもお楽しみしてくれて気分よかったので試食してみました。 明太のわびり、かほんとおつり汁にいいです。セルロースめどう</p> <p>○ フ・フ・フ抹茶ピエカン 美味しいです。ココアパウダーのほろ苦さ、チョコの甘み。そしてフーツ高級感を味わいながら食べました。個包装もいいですね。</p>					
全体の感想	個々に会う事はあっても、半年ぶりの7名全員揃っての委員会。近況報告など話か尽きお楽しみおしゃべり会となりました。					担当者	
						リーダー	
						支所長	

【 / 】月度 【 南国 】支所 【 山田 】コープ委員会報告書

開催日時		1月24日(水) 13:30 ~ 15:30		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		2月15日(木) 13:30~16:00		会場	中央公民館
●議題		●内容・意見		●確認内容	
2月3月の予定について		2月に今年度振り返り、半年度の予定や目標等と話し合いたい。 3月のお疲れ会の場所等と決め予約したい。			
生協商品について		寒さが増しくなり、防寒用衣類が色々ある。毎年カタログの出る「ブレスカーモ」や「むたまり」の衣類、少々高額だが、効果は高く長持ちする。という意見が多かった。 防災トイレも色々あるが、家庭によりはいいのだろうか？と、皆で話し合った。用意はあってもそれが利用できない不安もあるからどうするべきか、してあかなければいけないと思う。			
全体の感想	能登の地震は他人事ではなく、将来の自分の姿かもしれない。備える事は大切だと思う。			担当者	
	震災をうけて、民生委員や町内会の防災組織も対策に向けて活動されているようだ。			リーダー	
				支所長	



いきワクVoice

★今回のいきいきワクワクで一番印象に残ったのは？★

(2024年2月号より)

●たべる*たいせつキッズクラブニュース、大根の収穫と調理体験は参加した子どもたちの良い思い出になったと思います。【ペンネーム ケリーちゃん】

●「入河内大根」の記事です。実際 CO・OP かもべでの販売時には毎年必ず購入しています。いろいろな調理法が記事の中にも書かれていて、楽しく調理しています。【ペンネーム ピース】

●キッズクラブの入河内大根楽しそうですね。私も作っていますが難しいです。毎年一番良いのを種にしますがよい物は種も少なく植物の意地を見ます。【ペンネーム カランコ】

●かなり前に安芸の入河内大根に見学に行ったことがあり、なつかしくキッズクラブの体験読みました。お料理もおいしいですよネ！

【ペンネーム プルメリアンコ】

★安芸市の伝統野菜入河内大根の産地を訪れて、収穫や調理を体験する企画でした。想像より大きな大根を目にして驚く子どもたち。良い体験となりました。何より現地の生産者さんが全面的に協力してくださったことに感謝です。

●カラーでみましたら四万十のリースすごく素敵でした。【ペンネーム プルメリアンコ】

★「いきいきわくわく」をカラーでご覧になられたとのこと、もしかしてホームページを閲覧頂いたのでしょうか？本紙はモノクロ印刷で制作しているので、試食や作品の色味がお伝え出来ないことが課題でした。ホームページなどWEBを通してお伝えできているのであれば嬉しい限りです。

●先日はエシカル商品の投票に当選したと生協の商品を頂きました。ありがとうございました。一緒に生協をしている近所の方と、生協に行くとき助けてくれる息子と一緒にごちそうになりました。

【匿名希望】

☆心に響く名言☆

人に勝つより自分に勝て

- 嘉納 治吾郎

(日本の柔道家・教育者・貴族院議員/1860~1938) -



みなさんのおたよりを首を長〜くして待っています。

●機関紙「ひまわり」での投票にご参加いただいたのですね。ありがとうございます。機関紙では今後もこうした組合員さんがご参加いただける企画を通して、商品の紹介や意見交換の場をつくっていきます。

★もしも魔法が使えたら★

●もちろん世界平和のために！人類みな兄弟。争いのない世界にしたい。【ペンネーム ケリーちゃん】

●全ての戦争を終わらせたいです。特にウクライナや中東。共に正常な神経の人々が始めたとは到底思えません。何とかならないのか歯がゆい感じがします。このままだと地球が減る日も近いのでは…ととても心配です。

【ペンネーム ピース】

●戦争を止めたい！平和になりますように。

【ペンネーム プルメリアンコ】

●戦争、毎日心が痛い。自然災害は仕方がない面があるけれど、人の心にあんなにもへごな面があるのが悲しく毎日辛い。できれば魔法で元の平和な生活に戻したい。あの指導者を魔法で消したい。

【ペンネーム カランコ】

★みなさんからお寄せ頂いた、紛争に胸を痛め、平和への願いを魔法に託すお気持ちに強く共感します。一人一人の願いや平和に向けた行動が魔法のような奇跡を起こすことを信じて止みません。

●杉の花粉を止めたい。20歳くらい若くなりたい。

【ペンネーム プルメリアンコ】

★杉花粉のアレルギーに悩まれている方は大変多く、日本の国民病ともいえる状況です。また、若返りも多くの方が望むことで、全て魔法で叶えられるならハッピーですね。

●私は四姉妹ですが一番若くて明るかった一番下の妹が思いもよらずネフローゼになって入院しています。私も杖を使う生活ですが、妹に魔法をと思う毎日です。

【匿名希望】

★大切なご家族を想う気持ちがひしひしと伝わってきます。魔法のように即効性はないかもしれませんが、周囲の方の心遣いが癒しを与えて、改善へと導いてくれることを祈っています。

★その他何でもOK★

●暖冬でカランコが12月に咲いたまま冬を越しています。いいような…悪いような…？【ペンネーム カランコ】

★長く花を楽しむことができるという点では喜ばしいことですが、植物の生態に影響するほど温暖化が進んでいるのではと心配になりますね。

いきわく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!コピーしての投稿も大歓迎。

●今回の「いきいきわくわく」で一番印象に残ったのは？

●皆さんにとって「春の訪れ」を感じる食材は何ですか？

テーマ：「春の食材」

●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、
配送職員にお渡してください。

※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まで転送
よろしくをお願いします。

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〇を

ペンネーム

組合員コード



クイズ

新堀コープ委員会で演奏された楽器は何でしょう？

答え（ ）

ヒント：新堀コープ委員会の報告書をご覧ください(^_^)

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。【4月5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までお渡してください。



2月のクイズの問題：「須崎支所の商品活動委員会で「水まわりのおそうじ講座」の講師を務めた（株）ダスキンの社名の由来は「ダスト＋〇〇〇〇」。〇に入る文字をお答えください。」

正解は「**そうきん**」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、こうち生協の広報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。

