

まようどう

一人は万人のために 万人は一人のために

2020 07

簡単クッキング

ストック品で



きょうどう

CONTENTS 2020 07

「きょうどう」とは…組合員の“協同”の力でくらしを
拓く変わらない生協の理念を表しています

- 01 巻頭特集
ストック品で
簡単クッキング
- 07 エリア掲示板
地域の楽しい情報がいっぱい!
- 17 インフォメーション
- 19 ニュース
- 20 未来へつなごう コープでSDGs vol.4
「平和の取り組み」
- 23 ハナシにハナを咲かせましょ
- 24 クイズ コピーからの挑戦状
- 25 たどってみよう! コープの100年
買い物袋再利用運動スタート
- 27 コープ商品ものがたり 第4話
CO・OP ミックスキャロット

コープこうべの現況(5月末現在)

組合員数	171万2832人
出資金	355億9133万円
1人当たりの出資額	2万779円
宅配訪問軒数	49万5178軒

マイバッグ持参率(5月度) **91.9%**

コープこうべ ホームページ

※コープこうべは組合員の出資金で運営しています。
ご加入のうえご利用ください

※本紙の募集記事などに寄せられた個人情報は、
それぞれの目的のみに使用させていただきます

※本紙の表示価格は、消費税込みの総額を記載しています

※使用している食器などの小物は撮影スタジオの備品
です。お問い合わせはご遠慮ください

facebook. 「いいね!」してね
<https://www.facebook.com/coopkobe>

コープこうべへのご意見・お問い合わせは

くらしの情報センター

無料 0120-44-3100

携帯・IP電話からは ☎06-7636-2000(有料)

(年中無休、火～金8時半～19時半、土～月8時半～18時)



かんたん!

さばみそト

エネルギー610kcal

食塩相当量2.6g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- さばみそ煮160g
- イタリア産完熟カットトマト...1/2缶 (200g)
- 直火焼カレー・ルー中辛40g (大さじ4)
- ご飯2皿分

特集

ストック品

簡単

グッキング



買い物に出かけにくいときでも、
ストック品を使ってバランスのとれた食事を
したいもの。今回は包丁を使わず、混ぜるだけ…
といった、お子さんにもできる簡単レシピを
紹介します。一緒に楽しく料理しましょ♪

マトカレー

ここが
グッ



ポリ袋調理なので、
手を汚さず、洗い物も
少ない! パスタとも
好相性

作り方

- ①ポリ袋にご飯以外の材料を
入れ、袋ごとよくもんで混ぜる
 - ②鍋の底に皿を敷いて湯を沸かし、口を
閉じた①を入れて10分間湯煎する
 - ③器にご飯を盛り、②をかける
- ※必ず湯煎できる食品保存用ポリ袋を
使い、鍋底に皿を敷いてください

掲載のレシピは、2019年に開催された
「BOSAIキッチンレシピコンテスト」にご
応募いただいたものです(6ページ参照)

co-op

直火焼
カレー・ルー
中辛



香り高いスパイスと野菜・
果物を直火で焼き上げた
した



揚げない

かぼちゃコロツケ

エネルギー241kcal／食塩相当量0.3g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- co-op 北海道の栗かぼちゃ (冷凍) …220g
- co-op 大豆ドライパック ……30g
- co-op ひじきドライパック ……20g
- co-op 小ぶりの歌舞伎揚げ ……40g



北海道の栗かぼちゃ

北海道産のかぼちゃをカットしました。煮物やサラダにもおすすめです

ここが
グッ



かぼちゃの甘みと
揚げせんべいの味わいで
調味料いらず

作り方

- ① 鍋の底に皿を敷いて湯を沸かし、ポリ袋にかぼちゃを入れ、湯煎して解凍する
- ② ①を手でつぶし、大豆、ひじきを入れてよく混ぜる
- ③ ②を8等分～10等分にしてラップを使って丸く形を整える
- ④ 別のポリ袋に歌舞伎揚げを入れ、細かく砕く
- ⑤ ③を④に入れて、歌舞伎揚げを③の表面全体にまぶす

※必ず湯煎できる食品保存用ポリ袋を使い、鍋底に皿を敷いてください

混ぜるだけ

白和え

エネルギー148kcal／食塩相当量1.0g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- Capo! 便利な絹ごしとうふ160g
- CO-OP 野菜がおいしいおみそ汁(フリーズドライ)1個
- CO-OP ひじきドライパック大さじ1
- CO-OP 丁寧焙煎煎すりごま大さじ3
- Capo! 信州うす塩仕立てなめ茸大さじ1
- CO-OP 国産玄米でつくった玄米フレーク大さじ1

作り方

- ①豆腐のパックを開け、水を捨てて表面の水分をキッチンペーパーでふいて、ポリ袋に入れる
- ②①に乾いたままのみそ汁を入れ、袋のうえから手でつぶしてなじませる
- ③②にひじき、ごま、なめ茸を入れ、袋の中で混ぜる
- ④玄米フレークを軽く砕いて入れる



ひじきドライパック (国産芽ひじき使用)

水戻し不要で、開封してそのまま使える手軽さが魅力。ひじき本来の風味と食感も楽しめます



ここが
グッ



ポリ袋と大さじだけで
調理できる♪

湯煎で

チリコンカン

エネルギー407kcal／食塩相当量4.3g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- CO-OP ミックスビーンズドライパック120g
- CO-OP 大豆ドライパック140g
- A CO-OP ミートソース220g
- CO-OP 玉ねぎ入りミックスベジタブル(冷凍)100g
- ケチャップ1/2カップ
- 塩、コショウ適量
- チリパウダー適宜

作り方

- ①ポリ袋にAを入れ、できるだけ空気を抜いて口を結ぶ
- ②鍋の底に皿を敷いて湯を沸かし、沸騰状態のまま①を10分間湯煎する
- ③袋を開け、塩、コショウ、(好みでチリパウダー)で味を調える

※必ず湯煎できる食品保存用ポリ袋を使い、鍋底に皿を敷いてください



ミックスビーンズ ドライパック

そのまま使えるドライパック。3種類の豆を彩りよくミックスしました



ここが
グッ



パンとの相性も良く、辛みを効かせるとお酒のアテにも

皮むき不要

ポテチサラダ

エネルギー385kcal/食塩相当量0.9g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- カシューナッツ (またはくるみ)20g
- co-op 野菜が入ったポテトチップス40g
- マヨネーズ大さじ3
- co-op ミックスビーンズドライパック55g
- co-op 北海道産スイートコーンドライパック50g

作り方

- ①ポリ袋にカシューナッツ (またはくるみ) を入れ、粗く砕く
- ②別のポリ袋にポテトチップスを入れ細かく砕き、マヨネーズを入れてなじませる
- ③②にミックスビーンズ、スイートコーン、①を加えてよく混ぜる

co-op

野菜が入ったポテトチップス

6種類の野菜を練りこんだあっさり塩味



ここがグッ

子どもでも簡単。おにぎりやパンにはさんでも

幅広い世代に

梅ひじき粥

エネルギー229kcal/食塩相当量2.2g (1人分の推定値)

材料(2人分)

- co-op さば水煮 (レトルトパウチタイプ)80g
- Coop's 白がゆ2袋 (500g)
- co-op ひじきドライパック (レトルトパウチタイプ)50g
- co-op 大豆ドライパック (レトルトパウチタイプ)60g
- 梅干し大2個

作り方

- ①さば水煮を開封せず、包装のうえからもんで、身をほぐす
- ②鍋の底に皿を敷いて湯を沸かし、白がゆ、①、ひじき、大豆と火の通りにくい順に、包装のまま鍋に入れて10分間湯煎する
- ③白がゆの封を開け、容器の中に、さば水煮 (汁ごと)、ひじき、大豆をそれぞれ2等分にして入れる。種を除きよくほぐした梅干しを半量ずつ入れ、混ぜる



つちかおり白がゆ

特別栽培米・兵庫県産コシヒカリを使用し、南アルプスを源流とする清水で炊き上げた一品



ここがグッ

レトルトパックの包装のまま調理。そのまま食べられる

ストック品でクッキング

簡単



掲載レシピもおすすめ ローリングストック

ローリングストックとは、
保存できる食料品を普段から買い置き、
使った分だけ買い足していくことで、
常に一定量の食料を備蓄しておく方法です。
また、買ったまま賞味期限が切れてしまわない
ように、確認することも大切です。
心身ともにストレスの大きい災害時に向けて、
食べ慣れた好みの味の食べ物をバランスよく
備えておきましょう。
今回紹介したレシピもぜひ参考に
してください。



コープ商品詰め合わせをプレゼント



プレゼントの商品は上の写真と異なる
場合があります

ローリングストックに適したコープ商品の詰め合わせと、紹介したレシピも
載っている『2020BOSAIレシピブック』を10人の方にプレゼント。ハガキ
に、〒住所、名前、年齢、あれば電話番号を記入してご応募ください。

締め切り **8月3日(月) 消印有効**

※当選者の発表は商品の発送をもって
かえさせていただきます

【あて先】〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19
コープこうべ『きょうどう』プレゼント係

2020BOSAIレシピブック

2019年11月に開催した「BOSAIキッチンレシピコンテスト」に寄せられた
レシピを掲載。ほかにも、災害時に役立つ情報を紹介しています。



組合員ライターのひとつこと

ツナ缶とカレー粉ぐらいしか備蓄してない
私。ドライパックやパウチなど、コープ商品
には便利でおいしいものがいっぱい。この
機会に買っておきます。(磯本 歌見)

組合員ライターのひとつこと

初めてポリ袋で調理しました。沸騰した鍋
で数種類のポリ袋を同時に加熱できるの
で、短時間でできました。災害時に慌てな
いためには、普段から取り入れたいです。
(高野 充子)

募集

「未来へのメッセージ」大募集!

coop next
100

2021年、コープこうべが創立100周年を迎えるにあたり、未来に向けた想いや願いを込めた「記念ソング」をつくりまします。その歌に入りたいフレーズ(短い文章)をお寄せください。また、10年後の未来をイメージしたイラストも募集します。応募者の中から抽選で100人にコープの商品券1,000円分をプレゼント。

- 募集内容 ①「100周年記念ソング」に入りたいフレーズ(20文字以内)
②10年後の「わたし・まち・くらし」のイメージイラスト(画材は自由)

■応募方法 ホームページから応募、または応募用紙を郵送
※応募用紙は店舗で配布。宅配をご利用の場合、7月28日(火)～8月1日(土)配布の『めーむ』に折り込み

コープこうべ 未来へのメッセージ 検索



■締め切り 9月30日(水)消印有効

■問い合わせ コープこうべ ぐらしの情報センター

無料 0120-44-3100

携帯・IP電話からは ☎06-7636-2000(有料)
(火～金8時半～19時半、土～月8時半～18時)



うなぎが育つための 環境づくりを支援

コープこうべは、うなぎの資源保護・増殖の取り組みに賛同し、コープ商品のうなぎ1品購入につき3円を「鹿児島県ウナギ資源増殖対策協議会」「国立研究開発法人水産研究・教育機構」「愛知県養鰻漁業者協会」に寄付。寄付金はうなぎの資源保護・増殖のための研究活動などに役立てられます。

宅配 8月29日(土)お届け分まで
店舗 8月31日(月)まで

もずくの産地のサンゴ礁 を守る里海づくりを支援

コープこうべは、もずくの産地である沖縄県恩納村のサンゴ礁を守る活動に賛同し、コープス糸もずく・太もずく1品購入につき1円を恩納村漁協に寄付。今年度は年間を通して支援します。寄付金はサンゴの苗の植え付け活動に活用されます。

毎日の献立づくりを 応援!

毎月店舗で配布している『コープCooking』では、季節や行事などをテーマに、栄養バランスを考慮したさまざまなレシピを紹介。また、宅配の商品カタログ『めーむ』に掲載している「おかずのヒント」では、おすすめの食材で手軽に作れるレシピを毎週紹介しています。

いずれのレシピも、食生活に関心を持ち、より良い“ふだんの食卓”を提案する組合員グループ「コープこうべ家庭料理研究会」が作成。ホームページでもご覧になれます。ぜひ、日々の献立づくりにご活用ください。



コープクッキング

検索

読み終えた本での募金を ありがとうございます

コープともしびボランティア振興財団は「古本募金きしゃぼん」を通じて寄付を募っています。読み終えた本などを「きしゃぼん」に送ると、買い取り金額に加えて1件あたり100円が「きしゃぼん」から財団に寄付され、兵庫県内のボランティアグループへの助成金として活用されます。本と一緒に書き損じハガキや切手も受け付けています。今後ともご協力をよろしくお願いします。

これまでの募金総額

2,838,838円

(2016年7月～2020年4月)

問い合わせ

古本募金きしゃぼん

無料 0120-29-7000(9時～18時)

ともしび財団 きしゃぼん

検索

洗剤購入でボルネオ島の 環境保護を支援

日本生協連は、パーム油の産地・ボルネオ島の環境保護を支援する「コープの洗剤環境寄付キャンペーン」を実施。対象商品1品購入につき0.5円をWWFジャパンに寄付します。寄付金はインドネシア西カリマンタン州にある小規模パーム農園の生産体制の改善支援などに役立てられます。

2019年5月21日～2020年5月20日のコープこうべにおける募金総額は379,060円になりました。今年度も同じ期間で実施します。ご協力をよろしくお願いします。

※対象商品: コープ商品の衣料洗剤「セフター」「おおぞら」「わたしのせんたく」など合計11品

自然環境に配慮した エビの養殖を支援

日本生協連は、ブラックタイガー(エビ)の主な産地・インドネシアにおける「スラウェシ島エビ養殖業改善プロジェクト」を支援。ブラックタイガーを使用した対象商品1品購入につき3円を寄付します。寄付金は養殖池周辺の環境改善などに役立てられます。

2019年3月21日～2020年3月20日のコープこうべにおける募金総額は525,717円になりました。今年度も同じ期間で実施します。ご協力をよろしくお願い致します。
※対象商品:「CO・OPサクッとプリプリえびフライ」など3品(宅配のみ取り扱い)



募集 ホームヘルパーとして 働いてみませんか

コープこうべで在宅介護の仕事をしませんか。研修制度が充実しており、未経験の方やブランクのある方も安心して始められます。

資格

介護福祉士または下記①②いずれかの修了者

①介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)

②実務者研修(旧ホームヘルパー1級・介護職員基礎研修)

報酬

時給1,290円～(日曜日360円、祝日120円アップ)、交通費全額支給

勤務時間

9時～18時で相談に応じます(直行・直帰可、1日1件でも可)

勤務地

西宮・神戸・明石・加古川市の一部

申し込み

福祉事業 ☎078-412-0351
(月～金9時～18時、土9時～17時、日曜休)

募集 宅配スタッフ 「地域担当」を募集中

コープこうべの宅配スタッフ「地域担当」は、トラックを運転し、担当する組合員にご注文いただいた商品を配達するとともに、コープこうべ自慢のさまざまな商品を紹介する仕事です。

生活していくうえで欠かせない日々の「買い物」をサポートするこの仕事のやりがいは、組合員から一日に何度もいただける「ありがとう」の言葉。給与、勤務時間、勤務地など、詳しくはホームページをご覧ください。



コープこうべ 求人

検索

※コープこうべ公式ホームページ「採用情報」のページに掲載しています(職種は「配送ドライバー」です)

次回の『きょうどう』発行日は
8月4日(火)です

コープの福祉講座(協同学苑)

①2020年度秋 介護職員初任者研修課程(通学)

教育訓練給付制度対象講座(事業指定番号第20501-2号。40%支給)。電動ベッド8台、家庭用浴槽2槽の充実した設備を使用。少人数制なので、きめ細かく介護の基礎が学べます。

と き 9月3日～2021年3月11日(予定)
10時～17時(全24回、いずれも木曜日)

受講料 78,540円(実習費・テキスト代込み)

②介護福祉士受験対策講座

と き 9月14日(月)、29日(火)、10月6日(火)、16日(金)、26日(月)10時～17時(全5回)

受講料 29,000円(テキスト「介護福祉士国家試験受験ワークブック2021上・下」(中央法規)を各自購入)

ところ・申し込み

教育学習センター(三木市志染町青山7-1-4 協同学苑内)
☎0794-87-3364(月～土9時～17時) ※無料駐車場あり

7月～8月の刃物とき

堺 ■ 三木 ●

7 火 ■ 箕面中央	21 火 ■ マリナパーク ● 尼崎近松
8 水 ■ 東舞子 ● 播磨	22 水 ■ 安倉
9 木	23 木
10 金 ■ 仁川 ● 岡本	24 金
11 土	25 土 ■ 六甲
12 日 ■ 横尾	26 日 ■ 六甲 ● 山手
13 月 ■ 打出浜 ● 三木緑が丘	27 月 ■ 行基
14 火 ■ 西明石 ● 志染	28 火 ■ 龍野
15 水 ■ 北須磨	29 水 ■ 武庫之荘
16 木	30 木
17 金 ■ からと ● 桃山台	31 金 ■ 甲東園 ● 東加古川
18 土 ■ 浜芦屋	1 土 ■ 西宮南 ● 神陵台
19 日 ■ 豊岡	2 日 ■ 甲陽園
20 月 ■ 吹田 ● 兵庫	3 月 ■ 箕面

※諸事情により中止・変更する場合があります。詳しくは各店舗にお問い合わせください

新型コロナウイルスの影響が続きまし

新型コロナウイルス感染症の拡大を受けて発出されていた緊急事態宣言。当初5月6日までとされていた期間が延長になり、5月以降もコープこうべの活動・事業への影響が続きまし

宅配の訪問軒数は4月の1カ月間で7千軒以上増え、49万軒を超えました。取り扱い物量も大幅に増加。全て受注すると物流センターの処理能力を超えるため、やむを得ず一部の商品が数量限定・抽選でのお届けになるなどのご迷惑をかけています。出荷作業には5月に入ってから応援の職員が加わって対応。また、トラックに積み込み切れなかった商品を後から別のトラックで運び、配達途中で新たに積み込むなど、商品のお届けに努めています。

店舗では、レジに並び際に「社会的距離」を保っていただくなどの取り組みに加え、5月初旬から「5つのお願い」への協力を呼びかけまし

また、コープミニを除く全店舗で開店から30分間を高齢者などの専用買い物時間としてご協力をいただけていました。5月21日に大阪府・京都府・兵庫県で緊急事態宣言が解除されたことを受け、この対応は5月31日で終了。6月以降はあらためて店舗ごとに比較的すいている時間帯を店頭でお知らせし、買い物しやすい時間を選んで来店いただけるようにしました。



積み込み切れなかった商品を配達途中で新たに積み込み

「ハート基金」の拠出金で食料品などを提供

新型コロナウイルスの影響で困難な状況に陥っている方が増えています。この状況を踏まえ、「ハート基金（コープこうべ災害緊急支援基金）」は、総額1千万円を上限として食料品などを調達することを決定。コープこうべの各地区本部とつながりのある社会福祉協議会や市民団体などに提供し、活用していただくこととしました。

ハート基金は国内外で自然災害が発生した場合の迅速な支援を目的としています。新型コロナウ

イルスは自然災害と同等の影響を及ぼしているという考えから、拠出を行うこととしました。

自治体と連携して不要なマスクを回収

マスクの不足が続く中、一部の自治体が市役所や郵便局などに回収ボックスを設置し、未使用のマスクの提供を呼びかけています。コープこうべでも5月8日以降、尼崎市内の7店舗と芦屋市内の5店舗が回収に協力。寄せられたマスクは各自治体から医療現場や福祉施設などに届けられます。

「こどもマスクとどけ隊」のマスクを組合員に配布

姫路市の児童館「兵庫県立こどもの館」で活動している高校生などが「こどもマスクとどけ隊」としてマスクを手作りし、必要とされている施設などに配布しています。この内100枚をコープこうべに寄付いただき、5月27日、コープ長田・山手の2店舗で組合員に配布しました。

マスクには、西脇市などから提供された播州織の生地を使用。「今だからこそ誰かの役に立ちたい」という子どもたちの思いが込められ、1枚ごとに「応援しています」「がんばってください」など、手書きのメッセージが添えられています。受け取った組合員からは「とても助かります」「ちょうどいい大きさですね」など、感謝の言葉をいただきました。



早速マスクを着けて笑顔に

第100期通常総代会が開催されました

6月10日、神戸ポートピアホテル(神戸市中央区)で第100期通常総代会を開催。感染症の拡大を防ぐため、プログラムを短縮して行い、多くの総代が出席を自粛しました。当日出席した総代は29人でしたが、853人の総代が書面議決書を提出し、総代会は成立。5つの議案は全て可決されました。

詳しくは『きょうどう』8月号でお知らせします。

16 平和と公正を
すべての人に



平和の取り組み

戦後75年が経ち、戦争体験者の高齢化が進んでいます。体験談を聞く機会が減る中、すべての人が平和で安心して暮らせる社会を次世代に引き継ぐため、コープこうべは平和の取り組みを続けています。



SDGsとは…

あらゆる国、世代、性別、立場の人たちが人間らしく暮らしていける「誰一人取り残さない社会」をめざし、国連で採択された17の「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)」。

コープこうべがめざす 平和

コープこうべは「コープこうべ 平和へのちかい」を元に平和活動を進めています。「平和の大切さをより多くの方に伝え、広げていきたい」という思いのもと、各地区で毎年行われる「平和のつどい」で、願いを込めて唱和されています。

平和のカンパ

コープこうべが行う平和活動に活用されている「平和のカンパ」。「第2回国連軍縮特別総会」に組合員の代表を派遣する費用を補助するため、1981年にカンパを呼びかけたのがきっかけで始まりました。現在は毎年8月に集中募金を行っています。

**コープこうべ
平和へのちかい**

20世紀は、2つの世界大戦によって大きく揺れ動いてきました。

21世紀の今もお、民族や宗教の違いなどによる紛争は尽きることがありません。また大きな自然災害や激変する社会不安の中で「いのち」への畏敬の念[※]が失われたり、弱い立場の人たちほど痛みと苦しみを背負うことを余儀なくされています。

このような「今」を生きている私たちの責務は、すべての人々が平和で安心して暮らせる社会を、次世代に引き継いでいくことです。

未来に続く平和の実現に向けて、私たちはここに「平和へのちかい」を定め、平和の取り組みを一層強めていくことをちかいます。

過去や現在のくらしの中から平和を見つめ、次世代に「平和の尊さ」を伝えましょう。

私たちは、「平和の尊さ」を再認識するため、歴史を学び、日々のくらしの中から平和を見つめる取り組みを進めます。

また、過去の過ちを繰り返すことなく、平和な未来を確かなものとするために、「平和の尊さ」を次世代に語り継ぐ取り組みを進めます。

地球的視野で、世界の人々と、文化やくらしの相互理解を深めましょう。

私たちは、平和な世界を実現するために、世界の国々の歴史や文化を学び、違いを認め、理解し合い、くらしの視点で「平和」について考える取り組みを進めます。

※畏敬の念：畏れ、あるいは偉大なものや人をおそれようという思い

(2000年5月平和委員会(現SDGs) 戦後40年を機に2000年3月改訂)
(2019年12月「平和企画の会」で修正)

「平和のカンパ」で行う 平和への取り組み

組合員から寄せられた「平和のカンパ」は、
寄付金やさまざまな平和活動の助成金として役立てられています。

原爆病院への 寄付

広島・長崎の原爆病院に組合員
や役員・職員が訪問。後遺症に苦し
む被爆者の治療支援のため、毎年
8月、寄付を続けています。



長崎原爆病院へ寄付(2019年8月「平和のカンパ寄贈の旅」)



2015年、組合員の代表者がニューヨークの
平和行進に参加。横断幕はコープ委員の有志が作成



2020年の横断幕の画像を
ポストカードにして
核兵器廃絶への願いを広める

核兵器をなくすための活動

核兵器不拡散条約(NPT)の運用状況を検討す
るため、5年に1回開かれる「NPT再検討会議*」。
2015年には組合員と職員の代表を派遣し、開催
地のニューヨークで被爆者が世界中の人に体験を
伝えるお手伝いをしました。また、「被爆者活動支
援募金」にも寄付。国連本部で開催される「原爆
展」などの費用として活用されました。

2019年には長崎大学核兵器廃絶研究センター
の中村桂子さんによる学習会を開催。核兵器廃絶
をめざす「ヒバクシャ国際署名」にも取り組んでい
ます。

*2020年のNPT再検討会議は2021年に延期されました



学習会「核兵器をなくすには～今、わたしたちに
できることは」を開催(2019年8月)

次世代へ平和をつなぐ

毎年8月に開催している*「広島平和のキャンパ寄贈の旅」では、日本生協連主催の「ピースアクション」に参加。2018年はその中で行われる「子ども平和会議inヒロシマ」に小中学生が出席し、全国から集まった子どもたちと一緒に平和について考えました。また、沖縄の戦跡、東北の被災地などを訪れる「虹っ子平和スタディツアー」や、各地区で開催する「平和のつどい」は、子どもたちが命の尊さを考える機会となっています。

*今年は新型コロナウイルスの影響で中止



親子が参加した
「2018広島平和のキャンパ寄贈の旅」



各地区で開催する「平和のつどい」

ご協力を
お願いします

「平和のキャンパ」で支援

宅配

8月4日(火)～8日(土)

配布の『めーむ』の
折り込みチラシを参照

店舗

8月1日(土)～31日(月)

募金箱を設置します



「ヒバクシャ国際署名」に参加

核兵器の禁止・廃絶を全ての国に求める署名にご協力いただき、ありがとうございます。「ヒバクシャ国際署名」のホームページでも受け付けています。右のQRコード®からご覧ください。

※9月18日(金)締め切り



ヒバクシャ国際署名

検索

参加者の声

戦争は人の心を
残虐にしてしまうと
感じました

世界中の全ての国が
平和であって、初めて
「平和」と言えるのだと
思います



中学生が参加した「虹っ子平和スタディツアーin沖縄」
(2019年3月)

取材を終えて...

「平和」は壮大なテーマ
だけれど、一人ひとりに
できる範囲から。
まずは考えるきっかけに
なればと思います。

組員ライター
瀬古 香代子



ハナシにハナを咲かせましょ

今月のテーマ

夏が来れば思い出す

セミの声を聞くと、今年もまた夏が来たなあとしみじみ感じます。皆さんがふと思い出すのは、どんな夏の情景でしょうか。

我が家の夏の風物詩

冷蔵庫にあるボトル入りの出汁を、**麦茶と間違えて**飲んでしまう。子どもたちが昔の自分と同じことをするのを見て、「あ〜懐かしい」と思います（笑）。

（茨木市・とうやま・38歳）

懐かしい昭和の風景

まだエアコンが無かったころ、父はビールを飲みながらテレビで**野球観戦**。「次の球はホームランだ!」と謎の予言をし、当たっただの、外れたのだと言いながら蒸し暑い夜を過ごしました。

（豊中市・ゆーちゃん・44歳）

蛍が舞う中夕涼み

実家の前に溝があり、辺りに**蛍**が光りながら舞っていました。網戸に蛍が止まり、風情がありました。今では見られない、子ども時代の思い出です。

（加東市・はーこ・52歳）

夏の海はイタズラが過ぎる

友人と波打ち際に座っていたら突然の大波で、でんぐり返しをしてしまいました。立ち上がった私を見て、友人たちが大笑い! 水着が破けて、**お尻がのぞいて**いました…泣きそうでした。

（宝塚市・70才のギャル・70歳）



姉も弟とおそろいに!?

子どものころ、母に散髪をしてもらっていました。夏のある日、弟が坊ちゃん刈りにされた後に私が椅子に腰掛けると、なんと! 母が私の髪をバリカンで**刈り上げて**しまいました。「あっ! 間違えた!」…時すでに遅し。私は泣く泣くそのままの頭で学校に行きました。

（加古郡稲美町・ケメちゃん・64歳）



家族から愛情の定期便

夏に届く**宅配便**。箱の中の夏野菜に心がうきうき。祖母と母の荷造りをしている姿が目につかび、またがんばろう! という気持ちになりました。

（神戸市長田区・のぶりん・55歳）

投稿募集

ハナシにハナを咲かせましょ

9月号のテーマは
おすすめの
“ちょこっと運動法”は?

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報&刊行物」のページから、専用の応募フォームでご応募ください。

きょうどう 応募 検索



運動するのはあんまり好きじゃないけれど、これなら続けられる! おすすめのちょこっと運動法を教えてください。ハガキ、FAXの場合は、〒住所、名前、ペンネーム、年齢、電話番号・FAX番号・Eメールアドレスのいずれかを記入してご応募ください。

■あて先: 〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19 ■FAX: 078-856-1239
コープこうべ『きょうどう』ハナハナ係

7月21日(火) 必着

※原文は短くする場合があります

Present! 掲載分には**コープ商品券1,000円分**をさしあげます



やさしい問題から難しい問題まで5つのレベルがあるよ。
 レッツチャレンジ!
 正解者の中から、抽選で商品券をプレゼント♡
 みんなの応募を待ってるよ!

Question 1 難易度 プレゼント 3,000円×10人

ジュースは何本?

ジュース1本にシールが1枚付いているよ。シールを5枚集めると同じジュース1本と交換してもらえるんだ。
 今、家にあるジュースは80本。シールを集めて交換していくと、全部で何本飲めるかな?

答え 本



Question 2 難易度 プレゼント 1,000円×20人

なんのササかな? □にリストの文字を入れて言葉を完成させよう。
 最後に残った文字を並べ替えてできる言葉は何かな?

- ① サ□サ□ (酢の主成分として知られる有機化合物)
- ② □ササ□ (飛膜を広げて木から木へと飛び移る哺乳類)
- ③ サ□サ□□□ (神前式の結婚式で行われる儀式の一つ)
- ④ □□ササ□□ (体を動かして健康を維持しよう)
- ⑤ サ□□□サ (江戸時代、江戸・大坂・京都を往復する飛脚がかぶっていたもの)



ササの葉、ササラサラ〜♪

リスト ム ガ ギ ド ン ズ ク ン ウ
 ド イ ン エ ク ナ ク ビ ン

答え

6月号の答え

Answer 1 鬼ヶ島(おにがしま)

タ	昔	ヤ	を	退	治	に	行	っ	た	思	い	出
、	は	チ	し	鬼	。た	し	談	島	の	は	何	
桃	ヤン	て	団	子	屋	ま	相	に	名	前	?	
か	ら	し	ま	ビ	キ	を	り	帰	鬼	ね	い	
ま	生	た	さん	と	切	り	ち	と	う	よ	ら	
れ	は	、	あ	の	子	り	盛	持	鬼	て	れ	
た	郎	お	ば	ん	業	開	宝	を	退	れ	入	
桃	太	ば	あ	さん	で	、	き	治	入	に	間	
作	創	た	っ	作	が	子	で	行	に	と	キ	
理	理	名	た	キ	ビ	団	犬	と	サル	ジ	を	

Answer 2 ① 山梨県 ② 群馬県
 ③ 富山県 ④ 青森県

5月号のクイズは解答総数7,554のうち、
 正解は6,108でした。

応募方法 どちらか1問だけでもOK

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報&刊行物」のページから、専用の応募フォームでご応募ください。

きょうどう 応募

検索



ハガキの場合は、クイズの答えと『きょうどう』の感想、〒住所、名前、年齢、あれば電話番号を記入してご応募ください。

■あて先: 〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19

コープこうべ『きょうどう』挑戦状係

締め切り 8月3日(月) 消印有効

※当選者の発表は商品券の発送をもって
 かえさせていただきます

Present! 正解者の中から抽選で
 コープ商品券を30人に



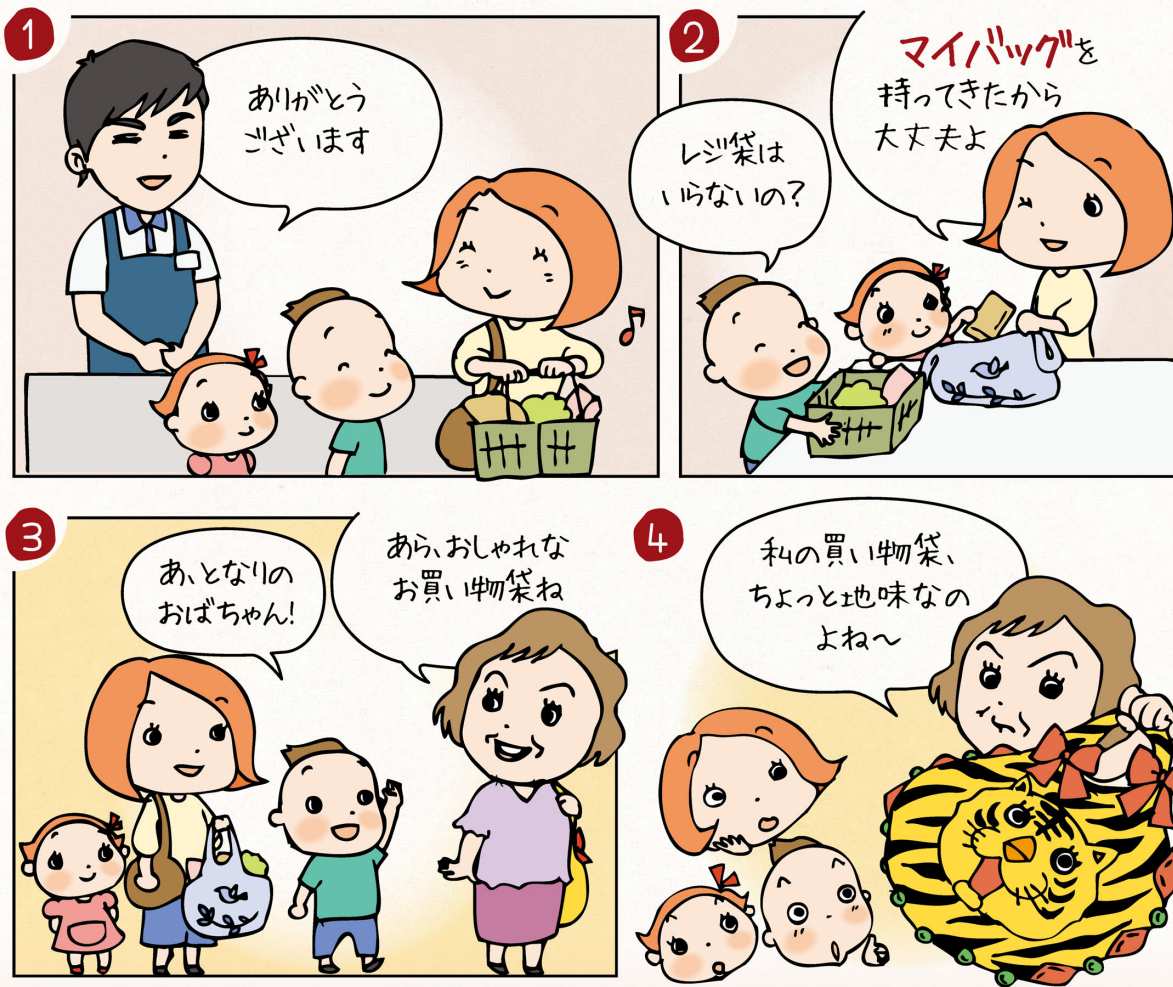
たどってみよう！ コープの100年

コープこうべはもうすぐ100歳。
これまで、どんなことがあったのかな？
コープちゃん一家と振り返ってみよう！

1978年(昭和53年)

買い物袋再利用運動 スタート

オイルショック後、「資源を大切に」との思いから、使用済みのレジ袋を繰り返し使う「買い物袋再利用運動」が始まったよ。



無駄を見直し資源を節約

1970年代、それまで買い物袋として使われていた紙袋に代わり、水に強く丈夫で安価なポリエチレン製レジ袋が全国的に普及しました。しかし、1973年のオイルショックで原油価格が急騰し物価も上昇。限られた資源を大切にしようという気運が高まりました。1974年、買い物袋などの無駄を見直そうという組合員の提案により、布製買い物袋「コープバッグ」を一部の店舗でテスト使用。1袋200円で購入でき、くみあいマーケット浜芦屋店(現コープ浜芦屋)では来店組合員の約6割が利用していました。

コープバッグを持つ女性(1974年)



袋の再利用で環境を守ろう

1978年、灘神戸生協の全店舗で紙袋をポリエチレン製レジ袋に切り替えました。同時に、使用済みのレジ袋を再利用する「買い物袋再利用運動」を開始。省資源やゴミの削減をめざす「マイバッグ運動」の出発点となりました。生活スタイルを見直し、レジ袋の使用量を減らす運動は、組合員自らが地球環境や自分たちのくらしを守るために大切な取り組みとして進められてきました。



紙袋に代わって登場した
ポリエチレン製レジ袋(1978年)

マイバッグ運動の歴史



レジ袋を再利用する組合員(1978年)

ユブ買物袋再利用カード

ユブであわしたしました買物紙(手きげ用)をお持ち下さい。再利用のために押印をさせていただきます。10回の再利用でユブ商品1品から50円の割引をさせていただきます。

再発行日: 最終日: 住所: 月 日 月 日 氏名: _____

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10

ものみのちを大切にユブからの感謝です。

ひなげよう
愛の輪

再利用カード



スタンプ集め、
楽しそう!

1974年 布製買い物袋「コープバッグ」を一部の店舗でテスト使用

1978年「買い物袋再利用運動」
レジ袋を再利用するとレジ係が「再利用カード」にスタンプを押す

スタンプ
10個で
50円引き

1991年「買い物袋持参運動」に拡大
どんな買い物袋でも持参すればスタンプの対象に

持参率
15%

1995年「マイバッグ運動」に発展
レジ袋を有料にし
代金は組合員が各自、代金箱に

持参率
77%

2007年 レジ袋代金の精算をレジで

持参率
87%

2020年「マイバッグ運動NEXT」
全てのレジ袋の無料配布を中止

持参率
91%

全国初の試み「再利用カード」

1978年に始まった「買い物袋再利用運動」では、「再利用カード」を発行し、レジ袋を再利用するたびにレジでスタンプを押印。10個たまるとコープ商品を50円値引きする制度が、全国で初めて導入されました。1995年の阪神・淡路大震災後、くらしを見直そうという意識がさらに高まり、マイバッグ持参が前提に。必要な方は5円を支払ってレジ袋を利用するようになりました。

今年6月からは弁当用や衣料品用など全てのレジ袋が有料に。プラスチックごみによる海洋汚染などの問題を受け、この取り組みは社会全体に広がり、7月からは法令でレジ袋が有料化されています。



組合員ライターのみここ

今では、レジ袋が有料なのが当たり前になったけれど、コープではこんなに昔から取り組まれていたなんて。皆さんも、出かけるときは買い物袋をお忘れなく!

(和田 晃子)

coop next
100

コープ商品 ものがたり

第4話

愛され続けて39年 変わらぬ思い

co-op ミックスキャロット



今 春、にんじんの配合量がさらにアップした“ミックスキャロット”。1981年、「にんじん嫌いの子どもにもおいしく飲んでほしい」という声をきっかけに誕生しました。砂糖や香料を使わず、国産にんじんと7種類の果実を使用。当初40%だったにんじんの配合率は徐々に増え、今回のリニューアルで60%に。果物の配合を調整し、何通りも試作を繰り返しました。39周年を機に「サンキュ」の思いを込め、2019年には“ミックスキャロット”のファンによるミーティングも開催。ますます愛されています。

