

一人は万人のために 万人は一人のために

まようどう 8 2024

第104期通常総代会を開催しました

エリア掲示板

地域の楽しい情報がいっぱい!

コピーカードと出かけよう!

明石市立文化博物館

つながる! コープこうべ商品
フードプランとり肉



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

きょうどう

CONTENTS 2024 8

- 01 つながる！ コープこうべ商品
フードプラン とり肉
 - 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 第104期通常総代会を
開催しました
 - 23 コーピーのクイズ道場
 - 24 みんなのひろば
- 裏表紙 コーピーカードと出かけよう！
明石市立文化博物館

コープこうべの現況(6月末現在)

組合員数	171万8007人
出資金	361億6326万円
1人当たりの出資額	2万1050円
宅配訪問軒数	48万4455軒

マイバッグ持参率(6月度) **90.6%**

コープこうべ ホームページ

Facebookでいいね！してね

※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

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

コープこうべ ご意見お問い合わせ

固定・公衆電話からは

無料 0120-44-3100

携帯・IP電話からは

☎ 0570-09-2100 もしくは

☎ 06-7636-2000 (いずれも有料)

(年中無休、火～土8時半～19時、日・月8時半～18時)

※音声ガイダンスに従って該当する番号を選んでください



4月からコープこうべオリジナル商品
のロゴマークが新しくなりました！



コープス

コープこうべ商品

ブランド名とロゴマークをリニューアル。マークに「KOBE」の文字を入れ、コープこうべオリジナル商品だと分かりやすくしました。「CO・OP」の文字をつなぎ、「みんなの思いをつなげて」商品づくりをしていることを表現しています。



サブブランド「フードプラン」のロゴマークは「コープこうべ商品」のロゴマークと一体化。“産地と共に育むコープこうべオリジナル商品”であることが分かるようにしました。



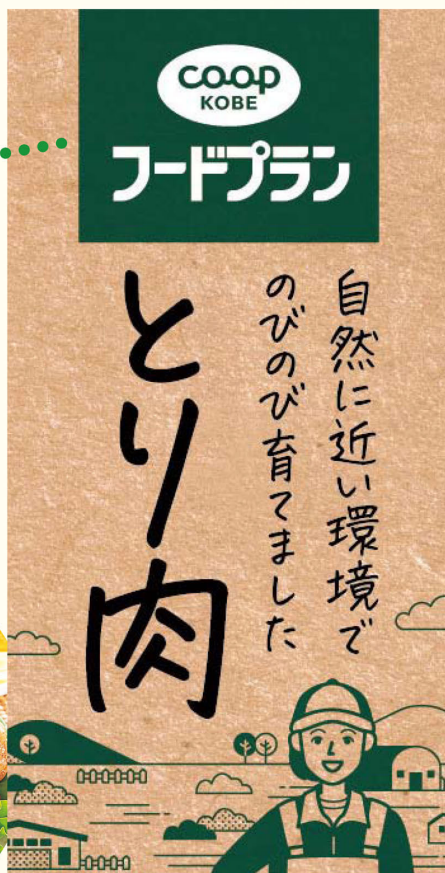
日本生協連コープ
商品のロゴマーク
は変わりません。

つながる！ コープこうべ商品

50年以上にわたって親しまれているコープこうべのオリジナル商品。時代は変わっても、組合員と共により良いものをつくり上げるという姿勢は、変わることなく受け継がれています。これからも組合員の声を大切に、暮らしを見つめながら、コープ商品は次代への進化を続けていきます。

新しくなった「フードプラン とり肉」の
パッケージをチェック

サブブランド「コープこうべフードプラン」のロゴマーク。コープこうべ商品のロゴマークと一体化してリニューアル。産地と共に歩む「コープこうべオリジナル商品」であることを示しています。



フードプランの コンセプト

- ① つくる人、育て方が見える安心商品
- ② 食べる人、つくる人にも安全
- ③ “環境にやさしい”商品づくり
- ④ 食べる人、つくる人が交流できる



新しいラベルになりました



ゆったりとした環境でのびのび育った鶏

「フードプランとり肉」は「早く・大きく・多く」ではなく、時間や手間を惜しまず鶏を「ゆっくり・大事に・健やかに」育てています。

飼料にもこだわり、食べる人だけでなく、生産者や自然環境にも配慮しています。

“薄飼い”でのびのび健康に育てています

“薄飼い”とは、1坪あたりの飼育数を少なくすること。国内では一般的に1坪あたり50羽～60羽ですが、「フードプラン」のとり肉の基準は、1坪あたり38羽以下です。山口県の(株)秋川牧園では、窓があり、風と自然の光が差し込む開放的な鶏舎で自由にのびのびと「フードプラン」の鶏を飼育しています。また、45日前後の飼育後に出荷するのが一般的ですが、「フードプラン」はじっくり大切に60日以上飼育して出荷。たっぷり運動するので、しゃきっと歯ごたえのあるしまった肉質になっています。



鶏舎の中でしっかり動き回ることができます

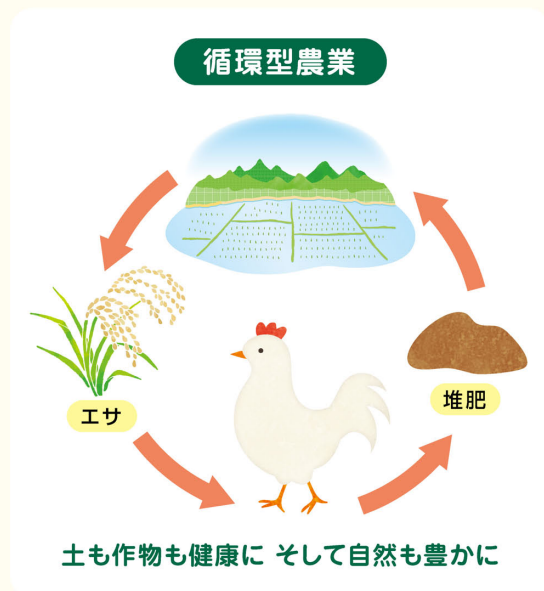
おいしい肉になるよう飼料にもこだわっています

早く大きく育てるために動物由来の飼料を与える育て方もありますが、「フードプラン」は全て植物性の飼料を使用。そのため、臭みの少ない肉質です。(株)秋川牧園では、配合飼料の主原料となるトウモロコシには、収穫後の農薬を使っていません。また、遺伝子組み換え原料が混入しないように生産管理しています。



国産米飼料で環境保全にもつながる

飼料に国産米を30%以上配合しているのも特徴です。国産米を飼料にすることは、“食料自給率の向上”につながります。また、飼料米を作るために休耕田を再生することで地域が活性化。鶏糞を良質な肥料として飼料用米の栽培に活用し、“循環型農業”を実践しています。



“誰かの笑顔につながる”「エシカル」な商品

「エシカル」とは、地域や社会、環境や人に配慮した考え方や行動のこと。「フードプラン」はまさに「エシカル」な商品。家畜を良い環境で健康的に育てることで、薬を使わずにすむなど、“人にも自然環境にもやさしい”商品になっています。みんなの笑顔につながる商品で、毎日の食事をおいしく豊かにしたいですね。

とり肉を使ったレシピ

コープクッキング

検索



もも肉を使って!

カオマンガイ アジア風チキンライス



炊飯器でつくれます

エネルギー490kcal／食塩相当量1.5g(1人分の推定値)

材料(4人分)

米……………2合
水……………400ml
とり肉(もも) ……1枚
塩……………小さじ1/4
しょうが……………1かけ
鶏がらスープの素…小さじ1
酒……………大さじ1
白ねぎ(青い部分) ……1本分

〈たれ〉

白ねぎ……………1/2本
しょうゆ……………大さじ1
オイスターソース…小さじ1
砂糖……………小さじ2
酢……………小さじ1
ごま油……………小さじ1

きゅうり……………1本
トマト……………1個
香菜(パクチー) ……適量

作り方

- ① 米は洗い、分量の水に30分以上浸ける
- ② とり肉は余分な脂と筋を除き、塩をすりこむ。しょうがは細切りにする。①にしょうが・鶏がらスープの素・酒を入れ、とり肉・白ねぎの青い部分をのせて炊く
- ③ きゅうりは斜め薄切り、トマトはくし形に切る
- ④ 〈たれ〉の白ねぎはみじん切りにし、他の材料と混ぜ合わせる
- ⑤ ②が炊き上がったたら、白ねぎを取り除く。とり肉を取り出して食べやすい大きさに切る
- ⑥ 器にご飯・とり肉を盛り、④をかけ、きゅうり・トマト・香菜を添える

▼ むね肉を使って! ▼

塩鶏のレモン
生姜和え

レモンと生姜で

さっぱり爽やか

エネルギー187kcal/
食塩相当量0.8g(1人分の推定値)

材料(4人分)

とり肉(むね) 300g
 塩 小さじ1/2
 こしょう 少々
 酒 大さじ1

〈A〉

みずな(5cmに切る) 1/2株
 白ねぎカット(細切り) 1/2本
 しょうが(細切り) 1かけ
 レモン(果汁) 大さじ1

レモン(スライス2枚をいちょう切り)

作り方

- とり肉に、塩・こしょう・酒をしっかりもみこみ下味を付ける。ラップをふんわりとかけ、電子レンジ(500W)で3分間加熱して上下を返し、さらに3分加熱する。そのまま冷まし、粗熱がとれたら手で裂く(蒸し汁は取り置く)
- ①を(A)と①の蒸し汁で和え、レモン(スライス)を散らす

▼ むね肉を使って! ▼

コーン入り
チキンナゲット

子どものおやつにも

おつまみにも

エネルギー1071kcal/食塩相当量4.1g(全量の推定値)

材料(4~6人分)

とり肉(むね) 400g
 塩 小さじ1/2
 こしょう 少々
 たまご 1個

〈A〉

小麦粉 大さじ4
 マヨネーズ 大さじ1
 しょうゆ 小さじ1/5

たまねぎ(みじん切り) 1/2個
 CO-OP シャキッとコーン(汁を除く) 1/2缶

サラダ油 適量
 サラダ菜 1株
 ミニトマト 8個
 トマトケチャップ 適量

作り方

- とり肉は8mm角に切り、約半量は包丁で少したたく。肉に、塩・こしょうを加えて練り、たまご、〈A〉、たまねぎ、コーンの順に混ぜる
- だ円に丸めて油で揚げる
- サラダ菜、ミニトマトとケチャップを添える

もっと知りたい!

とり肉のこと

Q 「食中毒に注意」とよく聞くけれど?

鶏や牛、豚などの体内に生息するカンピロバクター属菌に感染して起こる食中毒は、細菌性食中毒の中で近年、発生件数が最も多くなっています。

- ①肉は中心部まで十分に加熱する
- ②肉と他の食品で調理器具を分ける
- ③肉を触った後はしっかり手洗いするなど注意しましょう。

Q とり肉のむね肉・もも肉を美味しく食べるには?

とり肉の全ての部位に言えることですが、加熱しすぎると、水分が抜けて固くなります。特にむね肉は水分が抜けやすいので、安全に美味しく食べるには工夫が必要です。

むね肉

水分を逃がさないように衣を付けるか、蒸し焼きにするとパサつきにくくなります。むね肉は、繊維に対して垂直に包丁を入れ、繊維を断ち切ることで軟らかい食感になります

もも肉

ステーキとしてシンプルに焼くか、薄めの衣で唐揚げにして塩味で食べるのがおすすめ。フォークで皮に穴を開けておくと下味が染み込みやすくなり、焼き縮みも防げます

組合員ライターのひとつ

のびのびと健康に、大事に育てられた鶏。命に感謝して食べたという気持ちになりました。
(和田晃子)

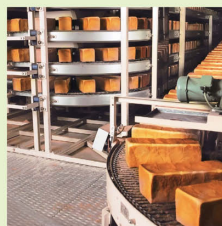
ありがとう さようなら

食品工場の百年〈5〉

六甲アイランド食品工場は2025年3月末で稼働終了します。コープこうべの前身・灘購買組合がしょうゆの醸造を始めてから約100年。これまで支えてくださった皆さんに感謝するとともに、こだわりの商品を生み出してきた工場の歴史を振り返ります。

1999年(平成11年) 「熟成ロイヤル」誕生

食品工場ではいつの時代も、パンのおいさと安全性を追求してきました。1989年には「エクセルブレッド」、1996年には「神戸ブレッド」など、さまざまな食パンが誕生。「熟成ロイヤル」の開発は「買った翌日でもパサつかずにおいしいパンを」という組合員の声がかっけでした。小麦粉の一部を湯でこねた「湯だね」を使い、試行錯誤を重ねた末に生まれた人気商品です。



包装前の食パン
(1988年)



1999年当時の
熟成ロイヤル

商品の情報はホームページで

食品工場で製造していた商品のうち、ご利用の多かったものについては、日本生協連との共同開発商品として、信頼できるメーカーに製造を委託します。詳しくはホームページをご覧ください。

コープこうべ商品情報

検索



製造終了予定



共同開発商品

Information

募集 地域つながるフォーラム2024 ～つながりこそ防災～

来年、阪神・淡路大震災から30年を迎えるにあたり、一人ひとりの行動が地域全体の防災力向上につながることをめざします。親子での参加も歓迎。

と き | 9月21日(土)10時～14時半(予定)
と ころ | 生活文化センター(JR住吉駅徒歩8分)
内 容 |

- 第1部 「ジブン防災力UP」体験・学習
ポリ袋調理の学習・試食、ミニ迷路・避難体験、防災アクセサリ・カード作り、災害用トイレ体験、長期保存パン試食・販売、防災紙芝居 など
- 第2部 「地域防災力UP」講演
永田宏さん(NPO法人 プラス・アーツ 理事長)、大森真友子さん(一般社団法人 LFA Japan 代表理事)、田養真司さん((株)朝日工業 代表取締役社長、地域消防団所属)

定 員 | 300人(申込順)
※当日、会場での受け付けも可

参加費 | 無料(一部コーナーは有料)

申し込み | ホームページから



問い合わせ |

くらしの情報センター(1ページ参照)

募集 ころが寄席 断家生活三十周年 桂吉弥(かつら きちや)独演会

さらに磨きがかかった落語をご堪能ください。

出 演 | 桂吉弥、桂吉の丞、
桂弥っこ

と き | 10月5日(土)
14時開演
(13時半開場)

定 員 | 400人(申込順)

入場料 | 前売り3,300円、
当日3,850円
(全席自由)



桂吉弥さん

と ころ・申し込み |

コープカルチャー生活文化センター
(JR住吉駅徒歩8分)



※1階受け付け窓口で直接、または電話・ホームページからお申し込みください

☎078-431-5273

(月～土9時～18時半、第1・3日曜日9時～16時)

募集 はかるたいせつプロジェクト 商品検査の日のつどい2024

「健康食品と食のリスクコミュニケーション」をテーマに学びます。オンライン(「Zoom」利用)で開催。申し込み時に事前質問もできます。参加費無料。

と き | 10月1日(火)14時～15時(予定)

定 員 | 200人(申込順)

講 師 | 森田満樹さん
(消費生活コンサルタント)

申し込み | 特設ホームページからのみ



問い合わせ |

くらしの情報センター(1ページ参照)

平和のキャンパに ご協力をお願いします

広島・長崎の原爆病院に寄付するほか、コープこうべの「平和」の取り組みに活用します。

■宅配 8月6日(火)～10日(土) 配布の『めーむ』の折り込みチラシをご覧ください

■店舗 8月31日(土)まで
店内に募金箱を設置しています

「フードドライブ」 集中受け付けキャンペーン

家庭で使い切れない食品をお寄せください。フードバンクや社会福祉協議会などを通じ、食支援を必要とする方に無償で提供します。下記の期間中は宅配の全訪問先、全店舗で受け付けます。

	と き	受け付け方法
宅配	9月10日(火)～21日(土)	担当者にお渡しください
店舗	9月9日(月)～15日(日)	サービスコーナーまたは専用コーナー(コープミニはレジ)にお持ちください

受け付けできない食品 |

常温保存できないもの、賞味期限まで1カ月未満のもの、開封済みのもの(お米は可)、アルコール(みりん、料理酒は可)、製造者や販売者などの表示がないもの

問い合わせ |

くらしの情報センター(1ページ参照)

2023年度は、1年間で約55.2tの食品が寄せられました。ご協力ありがとうございました。

- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

「お米を贈ろう助け合い募金」にご協力ありがとうございました

3月に実施した「お米を贈ろう助け合い募金」にご協力をいただき、ありがとうございました。寄せられた募金でお米などを調達して、社会福祉協議会やコープこうべとつながりのある市民団体、子ども食堂運営団体、フードバンクなどに提供し、くらしの支援が必要な方へお渡しします。

募金総額 | 5,221,540円

募集 神戸市ファミリー・サポート・センター協力会員講習会

神戸市ファミリー・サポート・センターでは、市内にお住まいの「子育ての応援をしてほしい人」(依頼会員)と「子育ての応援をしたい人」(協力会員)をつないでいます。応援依頼内容は、子どもの預かりや送迎など。2日間の講習を受講して、協力会員になりませんか(この事業は神戸市からコープこうべが受託しています)。

と き | 9月4日(水)、5日(木)10時～16時半

と ころ | 神戸市立総合福祉センター
(JR神戸駅徒歩7分)

定 員 | 20人(申込順)

参加費 | 無料

申し込み |

神戸市ファミリー・サポート・センター

神戸市ファミサポ

検索



☎078-414-3081(月～金9時～17時、祝日を除く)

募集 コープの森・社家郷山 森のかけらあつめ・秋

散策やゲームで秋の森を楽しみましょう。

と き | 9月23日(月・休)
10時～12時

と ころ | コープの森・社家郷山 長谷原
(西宮市越水)



内 容 | 山のものを使った自然遊びなど

対 象 | 小学2年生以下の子どもを含む家族

定 員 | 10家族(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 | 1人300円(3歳以下は無料)

応募方法 | 右のQRコード®から

締め切り | 8月31日(土)

問い合わせ | (有)KuseOFarm(事務局:久世)

☎070-9098-2398(9時～17時)



コープの福祉講座

①ケアマネジャー直前対策講座(全2回)

と き | 9月20日(金)、27日(金)10時～17時

受講料 | 22,000円(テキスト『ケアマネジャー試験ワークブック2024』(中央法規)は各自で購入)

②ケアマネジャー全国統一模擬試験

と き | 9月9日(月)10時～12時20分

受講料 | 8,800円(上記①の受講者は7,700円)

③介護福祉士受験対策講座(全5回)

と き | 11月2日(土)、15日(金)、30日(土)、
12月6日(金)、21日(土)10時～16時

受講料 | 29,700円

(テキスト『介護福祉士国家試験受験ワークブック2025上・下』(中央法規)は各自で購入)

④介護福祉士全国統一模擬試験

と き | 12月14日(土)10時～15時

受講料 | 8,800円(上記③の受講者は7,700円)

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～金9時～17時)

※無料駐車場、予約制の無料送迎バスあり

ホームページ

コープこうべ 福祉講座

検索

8月～9月の刃物とき

堺 ■ 三木 ●

6 火 ■めふ●名谷	23 金 ■東豊中
7 水 ■武庫川●西宮	24 土 ■鈴蘭台東
8 木	25 日 ■茨木白川 ●尼崎近松
9 金 ■西宮東●塚口	26 月
10 土 ■柏原	27 火 ■園田●朝霧
11日(日・祝)～17日(土) 休み	28 水 ■吹田●桜が丘
18 日 ●山手	29 木
19 月 ■夙川●山手	30 金
20 火 ■西神南●三田西	31 土
21 水 ■蛍池	1 日 ■相生
22 木 ●白川台	2 月 ●シニア

※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



第104期

通常総代会を開催しました

6月11日、第104期通常総代会を神戸ポートピアホテルで開催し、総代844人中785人が出席（書面議決、委任出席を含む）。2023年度の事業報告、2024年度の事業計画など5つの議案全てが可決・承認されました。



総代の中から選出された議長



議案を説明する
岩山利久組合長理事



議案に対して質問をする総代



総代の中から選出された議事運営委員



掲げられた議決票を数えて議案を採決



あいさつする馬場一郎理事長

通常総代会とは？

年1回開催。組合員の代表「総代」が出席し、事業計画や決算報告の承認など、重要事項を決定する生協の最高意思決定機関です。

通常総代会までの流れ

38の
総代選挙区
ごとに

11月：総代のつどい
2月：総代懇談会

8つの
地区
ごとに

4月：地区別総代会議

6月：
通常総代会

2023年度 決算の概要

貸借対照表要旨 (2024年3月31日現在)

(単位：百万円)

科目	金額	科目	金額
(資産の部)		(負債の部)	
流動資産	68,258	流動負債	56,471
		固定負債	3,790
		負債合計	60,261
固定資産	89,785	(純資産の部)	
有形固定資産	66,287	組合員資本	97,655
無形固定資産	4,662	出資金	36,466
その他固定資産	18,834	剰余金	61,189
		(うち当期剰余金)	(4,645)
		評価・換算差額等	126
		純資産合計	97,781
資産合計	158,043	負債・純資産合計	158,043

損益計算書要旨 (自2023年4月1日 至2024年3月31日) (単位：百万円)

科目	金額	科目	金額
供給高	245,746	事業剰余金	3,500
供給原価	182,484	事業外収益	1,909
供給剰余金	63,262	事業外費用	85
文化事業収入	739	経常剰余金	5,324
利用事業原価	360	特別利益	2,218
文化剰余金	378	特別損失	761
協同学苑収入	157	税引前当期剰余金	6,780
利用事業原価	71	法人税等	1,564
協同学苑剰余金	86	法人税等調整額	571
福祉事業収入	1,142	当期剰余金	4,645
福祉事業費用	1,091	当期首繰越剰余金	13,075
福祉剰余金	51	供給事業基盤整備積立金取崩額	500
その他事業収入	9,902	地域活動・連携推進積立金取崩額	20
共済受託収入	3,917	当期首繰越剰余金	13,075
賃貸収入	1,506	供給事業基盤整備積立金取崩額	500
受取手数料等	4,477	地域活動・連携推進積立金取崩額	20
事業総剰余金	73,680	当期未処分剰余金	18,240
事業経費	70,180		

2023年度剰余金処分計算書

(単位：円)

項目	金額
当期末処分剰余金	18,240,887,118
剰余金処分額	3,071,566,835
出資配当金(年0.2%)	71,566,835
任意積立金 供給事業基盤整備積立金	3,000,000,000
次期繰越剰余金	15,169,320,283

2023年度 出資配当のお知らせ

第104期通常総代会において、2023年度の出資配当率が次の通り決定されました。

■出資配当率……………年0.2%

出資配当率は、金融情勢や事業年度の業績などを勘案して、通常総代会で毎年決定されるため、年度ごとに変動します。

出資配当金は、出資金へ繰り入れさせていただきます。出資金の年間履歴を記載した「出資金のお知らせ」をお届けしていますので、ご確認ください。

2024年度 役員紹介

理事

理事長	馬場 一郎		
組合長理事	岩山 利久		
常務理事	多村 孝子	石原 淳	西田 浩三
常勤理事	福井 宣昭	丸田 研一	

北垣 一成	小澤 昌甲	奥田 聡子
谷口 時寛	戸田 拓也	北川 太一
額川 久美	若生 留美子	中野 朋子
西田 紀子	本田 千絵子	市橋 純子
石崎 有里	上月 陽子	河端 晶子
金子 博子	柳田 由美子	

執行役員

益尾 大祐	瀬戸口 恵子	黒田 直義
緑 淳史	岩成 潤	松下 弘樹

監事

常勤監事	徳田 浩一		
員外監事	正木 靖子	桂木 茂	神田 裕
深澤 雅義	牛尾 公子	新川 和栄	

2024年度 事業計画

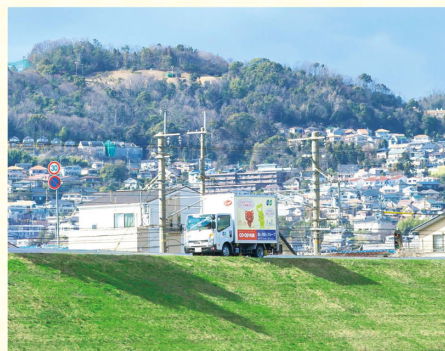


基本方針

コープのあるまち 協同のある暮らし
～やさしさつむいで 笑顔で未来へ～

【3つの柱】

1. お買い物を通じた
くらしの安心づくりをすすめます
2. いきいきとしたくらし、
地域のつながりづくりをすすめます
3. 環境や社会のためになる
活動・事業モデルを促進します



【重点課題】

持続可能な経営基盤の確立に向け、構造改革をすすめます

「3つの柱」の実現に向けたおもな取り組み ※〈例〉は取り組み例

1. お買い物を通じたくらしの安心づくり

- すべての地域・世代で利用しやすい宅配を起点とした
買い物サービスの実現
お買い物を通じた、地域との交流・地域課題の解決
〈例〉「週一宅配」を中心に、「めーむひろば*1」や「買いもん行こカー*2」、夕食サポート「まいくる」などを組み合わせ、地域ごとの買い物環境を踏まえた買い物支援の取り組みを広げます。
*1: 宅配商品カタログ『めーむ』で注文した商品を店舗などで受け取るサービス
*2: 自宅と店舗の間を無料で送迎するサービス
- 食料品を中心とした魅力ある店舗の実現
組合員の声・データをもとにした、より便利で楽しいサービスの提案
〈例〉ブランドリニューアルした「コープこうべ商品」に関する学習会の開催や積極的な広報など、コープ商品の認知度向上と利用拡大につながる取り組みをすすめます。
- 大規模地震・感染症などの非常時でも商品を提供できる体制の構築
万一の場合の保障を通じた「くらしの安心」の提供
〈例〉緊急物資の提供など、災害時における行政からの要請に対して適切に対応できるよう、行政・取引先との協議、しくみづくりをすすめます。

組合員
の声

単に買い物の場の
提供に留まらず、
外出動機や地域の
つながりづくりに

コープらしさを
もっと前面に出す
工夫が必要



コープス

コープこうべ商品

2. いきいきとした暮らし、地域のつながりづくり

- 若い世代をはじめとした、新たな組合員も参加しやすいしくみの構築グループだけでなく、個人の活動も支援できる体制の構築
〈例〉子育て世代、高齢者、生産者などが世代や地域を問わず交流できる「コープこうべアプリ」の機能の活用や、誰でも気軽にできるポイント募金の拡大など、新たな組合員も参加しやすい取り組みをすすめます。
- 地域課題の解決に向けた、多様な協働プロジェクトの創出地域が必要とするコミュニティ機能を持った新たな活動拠点づくり
〈例〉「地域つながるミーティング」をはじめ、地域団体や地域の活動者とながらる場の拡大や、地域課題の解決に向けて地域住民同士が協力し合える環境づくりに取り組みます。
- 心とからだの健康維持・向上に向けた活動の場づくり高齢の方やその家族も含め、みんなが安心して過ごせるサービスの展開
〈例〉組合員同士の学び合い・教え合い活動、コミュニティの維持・発展に向け、地域の活動や交流をサポートする新たな拠点「ふれあいひろば」の活性化をすすめます。

組合員
の声

募金の手段が増えることをうれしく思う

地域に住む方々の特技を生かして教え合う楽しい場が持てると良い



さまざまな立場の人たちが意見交換

3. 環境や社会のためになる活動・事業モデルの促進

- 「エコチャレ2030^{*3}」の推進を通じ、組合員・地域とともに環境負荷の低減に向けた取り組みを推進
〈例〉「マイバッグ運動NEXT」「リサイクル活動」「食品ロス削減」「プラスチック削減」など、これまで組合員とすすめてきた環境活動のさらなる促進に取り組みます。
*3:2018年に策定した環境チャレンジ目標。
2030年に向けて「事業活動におけるCO₂排出量半減」「事業活動における食品廃棄物半減」など5つの目標を設定し、取り組んでいます



組合員
の声

障がいのある方でも働きやすい環境づくりはとても大切

産地交流会など、組合員と生産者とのつながりをつくるのが大事

- 持続可能な食と農畜水産業の実現に向けた、生産者・組合員との関係性づくり
〈例〉エコファームの施設・機能を活用した、農業体験や外部と連携したイベントなど、持続可能な食と農について考える学習や交流の場づくりをすすめます。
- 障がいのある方が安心して働き、活躍できる場づくり
〈例〉福祉事業所に商品販売場所を提供する機会の継続とともに、障がい者支援団体と連携し、就労支援や新たな協働のしくみづくりをすすめます。
- 社会貢献活動、環境活動への参加者の拡大と取り組み推進
広報・コミュニケーション力強化に向けたしくみづくりと実践
〈例〉子どもが抱える課題への理解促進や、平和の尊さを次世代へ伝える活動、防災・減災への取り組みなど、これまでの活動のさらなる推進・参加の拡大をすすめます。



野菜の収穫体験

組合員ライターのひとつ

「ありたいまち、暮らし」の実現には、地域課題に気付き、みんなの知恵で解決していく「協同の力」がますます大切になってくると感じました。
(植田 愛子)



コープのクイズ道場



難易度は
初級・中級・
上級だよ!

正解者の中から抽選で
コープ商品券1,000円を
(各問20人) 40人に

問一

リストの漢字を使って山の名前を作てね。
残った漢字を並べ替えてできる山の名前は何か?



- 1年のうち約9カ月間、雪に覆われている。「雪の大谷」が有名 ()
- 「黒神ビュースポット」で地球が生きていることを実感 ()
- 日本の最高峰といえば ()
- 天台宗総本山の寺院があり、古事記では「日枝山」と記されている ()
- 「蝦夷富士」の名前で親しまれている ()
- 周辺の高原は、日本最大規模のジャージー牛飼育地域 ()
- 明智光秀が本能寺を攻める前に登り、山上の神社に参拝した ()

8月11日は
「山の日」だよ



リスト 岩 桜 山 叡 山 士 金 蹄 蒜 愛 山
剛 立 羊 山 山 島 山 山 比 富

答え

問二

[A] [B] とも、ルールに従って数字を当てはめてね。
うちの絵の枠に入る5つの数字を合計すると、いくつになるかな?



ルール

- 縦4列、横4列のどの列にも1~4の数字が1つつ入る
- 太線で区切られた2マス×2マスのどのブロックにも、1~4の数字が1つつ入る

答え

[A]

		1	
2			
	4		
			4

[B]

	3		2
	4	1	

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

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 (郵便番号と宛名のみで届きます)
コープこうべ『きょうどう』クイズ道場係

■締め切り 9月2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

7月号の答え

問一

㊦

㊦4個 ㊧3個 ㊨4個 ㊩5個

問二

エダマメ

- ①モノシザオ
- ②ホンバショ
- ③ハウテイシキ
- ④ハウソウシ
- ⑤ニホンシユ

6月号のクイズは解答総数5,579のうち、正解は4,877でした。

みんなのひろば

みなさんからの
お便りを
コープちゃん
一家が紹介!

今月のテーマ

シーン

自分の発言で周りが静まり返る、
静寂な空間で大失敗など、
そんな“シーン”（場面）を一挙公開—



コーちゃん

プーちゃん

タイミング良すぎ?

マイホームを購入した時のこと。シーンとした応接室で契約書に押印する瞬間、プリプリプリッと大きな音が…。音の先を見ると5カ月の息子がニッコリ。慌ててオムツを替えに行きました。早速、家に“運”をつけてくれたと夫婦で笑いました。

(神戸市東灘区・ひめ・31歳)



お父さんの応援に、ついで力が入ったのかな

テレビの音の子守歌!?

シーンとしているとなかなか寝付けない夫。テレビをつけたまま寝ているので、起こさないようにそーっと消すと、すぐに目覚めます。もう起きたのかと思い、テレビをつけると、またすぐにウトウト。あんまり静かだと、かえって眠れないのはどうしてかしら?

(加古川市・野菊・70歳)



うたた寝は気持ちがいいけど、テレビを消してしっかり熟睡するのが一番よ

力強い音色が魅力です

学生時代に吹奏楽部でトロンボーンを吹いていました。トロンボーンは、シーンとしたところからいきなり大音量で演奏することが多かったため、特にソロの場合、大変緊張していました。今でもその曲を聴くとドキドキします。

(神戸市北区・練習のしーん価を問われた・55歳)



静寂を破って奏でるトロンボーンなんて迫力満点ね

トホホ、見つからなかったはず…

息子と大学の入学式に着るスーツを買いに行った時のこと。店内を探し回った末に、持参したチラシを見せ、「これが欲しいんですけど…」と尋ねました。すると「申し訳ありませんが、当店のチラシではありません」と店員さん。一瞬シーンと静まり、すぐごと店を出てから、2人で大笑いしました。(西宮市・とも・49歳)



わしもよく店員さんに「当店のポイントカードではありません」と言われるんじや

名演技で一件落着!?

4歳と6歳の子どもが家で遊んでいた時のこと。次第におもちゃを取り合い、「これぼくの!」「違う!私の!」とヒートアップしてきたので、私もイライラ。そこで「いや、これはママが遊ぶ!」と割って入るとシーン。「ママ、使って」と譲ってくれて、違うおもちゃで2人仲良く遊び始めました。

(神戸市東灘区・天子・33歳)



ステキな解決方法ね!お子さんのポカンとした顔が目には浮かぶわ

正直に申しますと…

仕事が大変忙しかった時、同僚に「大丈夫ですか?このごろ、顔色が悪いですよ」と心配され、周りにも「みんな、○○さんに頼りすぎじゃないですか?」と言ってくれました。シーンとなる中、「実は、数日前から日焼け止め乳液を顔に塗りだして…」と私。その言葉にみんな大笑い。体調も仕事も気遣ってもらえるようになりました。

(三木市・マメ太郎・66歳)



ひょうたんから駒ならぬ日焼け止めから気遣い!?

投稿募集 みんなのひろば

●「今月のテーマ」ギョギョッ!

えっ?と思わず聞き返した話や、目に焼き付いている光景、心底ビックリした出来事など、驚きのエピソードを大募集!

Present!

掲載分には
コープ商品券1,000円分
をさしあげます

9月2日(月)必着

あて先は
P.26へ

*原文は短くする場合があります



そりゃそうなるわ

姪が「体中に赤い発疹ほっしんが出た。熱もないし体調も悪くないけど」と言うので、じんましんかと思いい近所の皮膚科を教えました。医師から「何か体に力が入ることをしましたか」と聞かれ、「スカイダイビング、バンジージャンプ、スノーボードでゲレンデに激突」と姪。医師「…内出血です。自然に治りませぬ」。姪はアクティブな女でした。

(箕面市・とうもろこし関・62歳)



アクティブな人、憧れるわ～。私もいろんなことに挑戦したいな

手助けし合って

家族がけがをして車椅子生活になりました。ちょっとした坂道も砂利道も大変だし、人が多い場所ではすごく気を使うし…、大変さがよく分かりました。一方で人の優しさにたくさん触れることも。「何かお手伝いできることはありますか」と声かけできるような人になりたいなと思います。

(明石市・まさち・44歳)



当事者になって初めて気付くことって、多いよね

初めてやったよ

久しぶりに5歳のひ孫と会った時のこと。駅の公衆電話が目にとまり、体験させてみようと思い立ちました。受話器を取り、テレホンカードを入れ、番号を押すと、ひ孫は大喜び。そばにいるママのスマホにかけて「もしもしママ?!」。初体験は最高に楽しかったようです。

(神戸市北区・ひーばーば・84歳)



なにになに？ プーちゃんもやってみよう！

気ままに、自由に

60歳になって、一人旅を楽しんでいきます。誰かとスケジュール調整する必要もなく、思い立ったら即行動。この秋には、息子のいるオーストラリアに行ってみようかと計画中です。

(芦屋市・ミックドロップ・62歳)



日帰り旅なら気負わずできそう。来週あたり行ってみようかしら

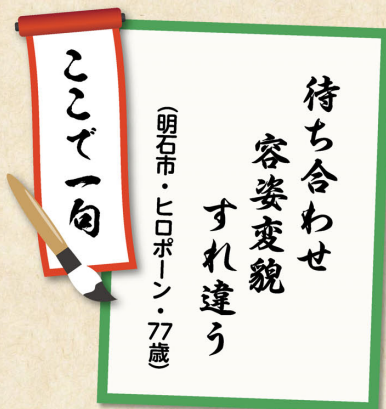
試してナットク!

機械の扱いに弱い私でしたが「便利になるから」という夫の勧めでスマホに「コープこうべアプリ」を入れました。これまで留守のときは「めーむ」の注文票を提出できませんでしたが、アプリだと外出先でも注文でき、便利になりました。もっと早く切り替えればよかったと思いました。

(神戸市須磨区・神戸のためぎ・73歳)



お店を利用するときも便利よ。他にも役立つ情報があるから使ってみて♪



どこがどのように…。いや、お互いさまか…。想像が膨らむのう



私も一言

誰もが通る道!?

5月号の一句「なぜかしら 私の顔は これじゃない」に共感! みんな同じことを感じてるんだなあと安心しました。顔だけじゃなく、体力も記憶力も…「いつの間にこんなに衰えてしまったの?」って思っているでしょうね。

(神戸市西区・大福・68歳)



年を重ねて失うものの代わりに、得られるものもあるはず…、そう思いましょ

お気に入り♡



粗挽きハニーマスタード ドレッシング

※一部店舗のみの取り扱いです

炒めた鶏肉に和えるだけで、めちゃめちゃおいしくいただけます! 自分でイチから作っても、この味にはなかなかありません。

(宝塚市・ネズミーリゾート・61歳)



コクのある濃厚な味わいだから、料理のソースにもバッチリよ



私も一言

そのままでもいいです

5月号の「木綿とうふ」特集。わが家でも時々、豆腐を朝の主食にしています。温めて少々塩をかけたり、何もかけなかったり。白ご飯と同じように、おかずと一緒に食べています。

(神戸市須磨区・ほほ・76歳)



手軽にたんぱく質が取れるし、ナイスアイデアだね

お気に入り♡



テリヤキミートボール

お弁当のおかずとして欠かせない一品。そのまま入れてもよし、野菜と炒めて酢豚風にしたらもっとよし。テリヤキのタレがおいしくて、晩酌のアテになることも。私の毎日を支えてくれている商品です。

(三木市・ぼんず・32歳)



ボクは、タレと一緒にごはんにのせて食べるのが好き~

投稿募集

みんなのひろば

身近にあった面白いネタやあなたの体験談を大募集

- 「今月のテーマ」ギョギョッ!
- 「自由投稿」ふと思ったこと、気になること…。喜怒哀楽、自由にどうぞ!
- 「お気に入りコープ商品(ジャンルは問いません)」理由も教えてください
- 「私も一言」お便りへの感想など
- 「ここで一句」五・七・五の川柳にホンネを込めて

※投稿はいずれのテーマでもOK。ハガキ・FAXの場合は、〒住所、名前、ペンネーム、年齢、連絡先(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

詳しくは P.24

■あて先 〒658-8555

コープこうべ「きょうどう」ひろば係
(郵便番号と宛名のみで届きます)
FAX: 078-856-1239

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



Present!

掲載分には
コープ商品券1,000円分をさしあげます

9月2日(月)必着

※原文は短くする場合があります

コピーカード
と出かけよう!

明石市

明石の歴史、文化、魅力を再発見!

明石市立文化博物館



明石公園に隣接する博物館です。館内に入るとまず壮麗な布団太鼓と、大漁旗を掲げた漁船がお出迎え。常設展示では明石の歴史と文化を8つのテーマで紹介しています。「明石のあけぼの」コーナーは、かつてこの地に生息していたアカシゾウの全身骨格標本、4つの動物に似ている不思議な動物・シカマシフゾウの頭部(復元)、明石原人の謎に迫る展示など見応え抜群。「明石城と城下町」「明石の漁業」のコーナーもあり、明石城や魚の棚商店街などの名所と併せて訪れると、さらに楽しめそう。また特別展や企画展を開催しているほか、十二単・鎧の着付け体験や、さをり織り体験なども行っています。見学後はぜひ2階テラスへ。高台から明石市街や明石海峡を一望でき、明石市立天文科学館や明石海峡大橋、鉄道もよく見えます。



9月1日(日)まで
特別展「迷路遊びから
お城イラストへ」を
開催中です

- 住所 明石市上ノ丸2-13-1
- 電話番号 078-918-5400
- 開館時間 9時半～17時半(入館は17時まで)
※特別展開催時は9時半～18時半(入館は18時まで)
- 休館日 月曜日(祝休日の場合は開館)、
12月29日～1月3日、臨時休館日
※特別展開催期間中は無休

コピーカードまたは
組合員証でお得
**観覧料を
団体割引料金に**
※展覧会ごとに料金が異なります
※1家族につき2人まで

コピーカード(アプリも可)
またはコープこうべの
組合員証のご提示で、人気施設に
割引料金で入場いただけます。
※他の割引は併用できません



コピーカードと出かけよう 🔍 検索