

一人は万人のために 万人は一人のために

まようどう 10 2024

コープでいっしょに未来へ

プラスチック使用量削減

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!

神戸市立博物館

つながる! コープこうべ商品
兵庫県産
こしひかり



「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 10

- 01 つながる！ コープこうべ商品
兵庫県産こしひかり
 - 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
 - 21 コープでいっしょに未来へ
プラスチック使用量削減
 - 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！
神戸市立博物館

コープこうべの現況(8月末現在)

組合員数	171万8252人
出資金	360億8964万円
1人当たりの出資額	2万1004円
宅配訪問軒数	48万3811軒

マイバッグ持参率(8月度) **90.1%**

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



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、く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。

「兵庫県産こしひかり」の
パッケージを見てみよう

おすすめポイント

豊富な水資源をたたえる山岳急峻な地形に囲まれ、兵庫県の中もお米の一大産地である但馬地域のお米を中心にお届けしています。

商品特徴

「コシヒカリ」ならではの香り、つや、ほどよい粘りがあります。冷めてもおいしくお弁当にも最適。おいしさで支持され続けている人気商品です。



旧パッケージ



名称	産地	精米	品種	産年
原料玄米	単一原料米	兵庫県	コシヒカリ	当年度産肥後
内容量	5kg			
精米時期	当年度下期以降			
販売者	生活協同組合コープこうべ 神戸市東灘区住吉町1丁目1番10号 無料ダイヤル 0120-44-3100			
精米工場	東コープライスセンター 稲葉精米工場 兵庫県淡路市大久保町1丁目1番10号			

おいしいお米にはワケがある!

コープこうべが取り扱うお米のうち、コープこうべ商品が約8割、無洗米が約6割を占めています。また約2割が兵庫県産。これらのお米は株式会社コープライスセンター(兵庫県加古郡稲美町)で精米され、宅配・店舗を通じて組合員の元へ。産地との交流を大切にしているのも、コープこうべならではの特徴です。



丹精込めた生育管理でおいしい米作り

但馬は全国的にもおいしいお米ができる地域。「兵庫県産こしひかり」を手がける生産者の一人、稲場慎一さんは、「岩津ねぎ」で有名な朝来市で米作りをしています。「粘り強い食感で、冷めてもおいしいのが特徴です」と胸を張ります。昼夜の寒暖差が大きく、冷たい水を張れることもおいしいお米ができる条件です。今年はカメムシの大量発生を心配していましたが、カメムシの住みかを作らないように、田んぼの周りのまめな草刈りや稲全体の消毒で、防除ができました。「今年は夏場の猛暑もあり、より一層手をかけたお米なので、収穫の喜びもひとしおです」。



生産者の稲場慎一さん

自前の工場で精米した新鮮なお米をお届け

コープこうべ商品のお米は、全てコープライスセンターで精米。オートメーションシステムにより、玄米入荷から、精米、計量、包装、出荷まで、各種の精選装置で異物混入を防いでいます。自前の精米工場を持っている生協は全国でも数少なく、精米後、できるだけ早くお届けできるよう管理しています。



コープライスセンター外観

生産者との信頼関係で安定した供給を可能に

気候の変化や生産者の減少などによるお米の不足や価格の上昇が注目されていますが、コープこうべでは、生産者さんにお米を作り続けていただくために、産地とのつながりを大切にしてきました。毎年安定した量・価格で取引し続けることで、生産者さんを守り、お米の供給を確保しています。これからも、お買い物を通じたくらしの安心づくりにつなげていきます。

コープこうべ商品部
バイヤー

ふじわら のりよ
藤原 規世さん



お米に合うレシピ

コープクッキング

検索



豚へれの 黒酢はちみつ酢豚

ガッツリおかず

しょうがみそで
風味豊かに

ぶりのしょうがみそ漬け

エネルギー180kcal/
食塩相当量1.0g(1人分の推定値)

材料(4人分)

豚肉へれ……………220g	〈A〉
塩、こしょう……………少々	水……………大さじ2
片栗粉……………大さじ1	中華だし粉末……………小さじ1/2
にんじん……………1/3本	黒酢……………大さじ2
たまねぎ……………1/2コ	はちみつ…大さじ1と1/2
ごま油……………大さじ2	しょうゆ……………大さじ1
	こしょう……………少々
	片栗粉……………小さじ1

作り方

- ① 豚肉は一口大に切り、塩、こしょうを振り、片栗粉をまぶす
- ② にんじんは短冊切り、たまねぎは一口大に切る
- ③ フライパンにごま油を熱し、①を焼く
- ④ ②を加え炒め、〈A〉を絡める

エネルギー270kcal/
食塩相当量2.1g(1人分の推定値)

材料(4人分)

ぶり……………4切れ	〈A〉
塩……………小さじ1/4	みそ……………大さじ3
【しょうがみそ】	みりん……………大さじ2
しょうが……………2かけ	砂糖……………大さじ1
	酒……………大さじ1/2

作り方

- ① ぶりは塩を振りしばらくおき、水気をとる
- ② しょうがをすりおろし、〈A〉と混ぜ合わせる
- ③ ジッパー付き保存袋に、①と②を入れ、みそを全体になじませる。空気を抜いて口を閉じ、冷蔵庫で30分以上漬ける(このまま2日間まで保存OK)
- ④ みそを軽くふき取り、焼く

ご飯のお供に

まぐろの
柚子こしょう風味

ごま油の香りが
うまみを引き立てる



昆布が絡んで
おいしさアップ

小松菜と大豆の
かつお昆布風味牛肉とごぼうの
つくだ煮

作り置き
メニューにもピッタリ

まぐろの
柚子こしょう風味

エネルギー61kcal/
食塩相当量0.4g(1人分の推定値)

材料(4人分)

まぐろ(生食用・短冊).....150g
たまねぎ.....1/2コ
青ねぎ.....2~3本
しょうゆ.....小さじ1と1/2
柚子こしょう.....小さじ1/3
ごま油.....小さじ1

作り方

- ① まぐろは1.5cm角に切る。たまねぎはうす切りにして水にさらす。青ねぎは小口切りにする
- ② しょうゆで柚子こしょうを溶いてからごま油を入れて、混ぜ合わせる
- ③ ②にまぐろ、水気を切ったたまねぎ、青ねぎを入れて和える
- ④ 10分~15分置いて味をなじませる

牛肉とごぼうの
つくだ煮

エネルギー360kcal/
食塩相当量1.4g(1人分の推定値)

材料(4人分)

国産牛肉肩ロース薄切り
(食べやすく切る).....260g
ごぼう.....3本
しょうが.....2かけ
〈A〉

砂糖.....大さじ2
しょうゆ.....大さじ2
酒.....大さじ2
みりん.....大さじ1

作り方

- ① ごぼうを斜め薄切り、しょうがを細切りにする
- ② 〈A〉にしょうがと牛肉を入れて、煮る。牛肉は取り出す。そこへごぼうを入れて煮る
- ③ ごぼうに火が通ったら、牛肉を戻し、煮詰める

小松菜と大豆の
かつお昆布風味

エネルギー59kcal/
食塩相当量0.6g(1人分の推定値)

材料(4人分)

小松菜.....1袋
蒸し大豆.....100g
しょうゆ.....大さじ1/2
かつおパック.....1袋
とろろ昆布.....ひとつかみ(5g)

作り方

- ① 小松菜はゆでて長さ3cmに切る
- ② ①と蒸し大豆をボウルに入れ、しょうゆを加える
- ③ ②にかつおと昆布を加え和える

もっと知りたい!

お米のこと

毎日のように食べるお米。知ればますますおいしくいただけますよ。

Q お米の保管場所はどこがいい?

A. 温度変化の少ない涼しい場所で
密閉容器に移して、冷蔵庫の野菜室で保管するのがおすすめです

Q 保存期間の目安は?

A. 1カ月が目安です
お米の袋には通気穴が開いているので、未開封でも袋のままの保管は避けてください。夏場は購入後2週間、その他の季節は1カ月を目安に食べ切りましょう

Q お米のおいしい炊き方は?

A. 手早くすすぎ、吸水と蒸らしを十分に
●ぬかの臭いを米が吸ってしまわないように、研ぎ汁は手早く捨てましょう
●お米の芯まで十分に吸水させましょう(冬場は1時間~2時間、夏場は30分以上)
●炊き上がった後、水分が均等になるよう10分~15分程度はふたを開けずに
●無洗米を炊くときは、普通のお米に比べて水を5%~10%多く

組合員ライターのひとつ

毎年新米の季節に「日本に生まれてよかった~」と実感する私。炊き方を守ってよりおいしくいただけます。(磯本 歌見)

ありがとう さようなら

食品工場の百年〈7〉

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。

1952年(昭和27年) 「メロンパン」誕生

「メロンパン」のアイデアを生んだのは、コープこうべの前身・神戸生協の若いパン職人。ふらりと訪れた道具屋でオムライス用のキャップを見て「パンをこの形にしたら面白いのでは?」とひらめきました。試行錯誤を重ねて出来上がったパンは、当時「メロン」とも呼ばれていた「マクワウリ」に似ていたため「メロンパン」という名前に。2001年以降は「神戸ハイカラメロンパン」として愛され、2024年9月に日本生協連との共同開発商品として引き継がれました。



使い込まれたメロンパン型

焼き立ての「神戸ハイカラメロンパン」(2013年)

※写真撮影: 天下 知己

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 「ともしび財団」が 兵庫県内の活動を応援

(公財) コープともしびボランティア振興財団が、県内のボランティア活動の助成や顕彰を行います。

①2025年度ボランティア活動助成説明会

食材費・交通費・学習費・外注費などを対象にボランティア活動の経費を助成します。申請をされる場合は、いずれかの説明会へ必ずご参加ください。

日程	会場
10月26日(土)	コープデイズ豊岡
11月1日(金)	西宮市民会館
11月6日(水)	ピピアめふ(阪急売布(めふ)神社駅すぐ)
11月7日(木)	複合型交流拠点ウィズあかし
11月9日(土)	コープデイズ相生
11月15日(金)	コープデイズ神戸北町
11月19日(火)	じばさんびる(JR姫路駅すぐ)
11月23日(土・祝)	神戸市産業振興センター
11月25日(月)	尼崎商工会議所
11月29日(金)	BBプラザ神戸
12月1日(日)	コープデイズ神戸西

時間 | 継続申請の方は13時半～14時半
新規申請の方は15時～16時半

対象 | 兵庫県内で活動するボランティア団体
(法人格を持つ団体を除く)または個人

助成金額(上限) | 団体30万円、個人3万円、
きらり助成(少額助成)1万5千円

②高校生ともしびボランティアアワード

地域のためにがんばる高校生の活動を顕彰します。

応募資格

兵庫県内の高等学校に在籍する生徒の皆さんによる生徒会や部活動など、学校に認定された非営利のボランティア活動を行う団体(1校につき1団体。授業としての申請は不可)

賞 | 顕彰状と副賞(1団体につき3万円)

締め切り | 11月13日(水)必着

①②とも、詳細はホームページをご確認ください

問い合わせ

(公財) コープともしびボランティア振興財団
☎078-412-3930(月～金10時～17時、祝日を除く)



募集 兵庫県内の環境活動を支援 「コープこうべ環境基金」助成団体募集

環境保全のため、兵庫県内で実践・啓発・調査・研究などに取り組む団体及び研究者グループや大学・高等学校・中学校などを対象に助成します。

助成対象となる活動例

自然環境保全や廃棄物・資源のリサイクル、地球温暖化防止などの活動及び調査研究

助成金額(総額) | 1000万円

募集期間 | 10月15日(火)～11月30日(土)

問い合わせ・申請先

三井住友信託銀行 公益信託チーム
「コープこうべ環境基金」担当

☎03-5232-8910(平日9時～17時)



募集 関西学院グリーンクラブ クリスマスコンサート

重厚感あふれるハーモニーをお楽しみください。

と き | 12月8日(日)14時開演(13時半開場)

定 員 | 250人(申込順)

入場料 | 前売り1,980円、当日2,200円(全席自由)

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)

☎078-431-5273

(月～土9時～18時半、第1・3日曜日9時～16時)



募集 「まいくる」秋の味覚フェア 特別メニューをお届けします

お弁当やおかずのセットをご自宅までお届けする夕食サポート「まいくる」では下記の期間、特別メニューを企画。この機会に利用してみませんか。

特別メニューのお届け期間

5日間エリア: 11月11日(月)～15日(金)

4日間エリア: 11月12日(火)～15日(金)

※お届け対応エリアなど、

詳しくはお問い合わせください



新規ご利用の場合の締め切り

10月26日(土)(ご利用開始は自動引き落とし口座登録手続き後となるため、開始が遅れる場合がありますのでご了承ください。既に口座登録されている方は、11月5日(火)までお申し込みいただけます)

申し込み | 暮らしの情報センター(1ページ参照)

- 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

募集 第32回コープこうべ第九コンサート 10月1日からチケット発売!

『第九』のほか『カルメン』の『ハバナラ』なども。

|と き| 12月22日(日) 15時開演(14時15分開場)

|と ころ| 兵庫県立芸術文化センター
KOBELCO大ホール(阪急西宮北口駅すぐ)

|入場料(全席指定)|

A席:2,500円、B席:2,000円、C席:1,800円、

D席:1,000円(小学生~高校生は全席1,000円)

※未就学児は入場不可。3歳以上は予約制・有料の
一時保育あり。詳しくはお問い合わせください

|チケット窓口|

兵庫県立芸術文化センターのホームページから、ま
たは電話で「芸術文化センターチケットオフィス」へ

兵庫県立芸術文化センター

検索



☎0798-68-0255(10時~17時)

※月曜日は休み(祝日の場合は翌日が休み)

|問い合わせ・保育申し込み|

地域活動推進部「第九」係

☎078-856-1105(月~金10時~17時)

募集 コープの森・社家郷山 芋ほりと恵みの水をたどるハイキング

|と き| 11月23日(土・祝)

9時半~12時

|と ころ| コープの森・社家郷山(西宮市越水)、
鷺林寺農地



|対 象| 小学生を含む家族

|定 員| 30人程度(申し込み多数の場合は抽選)

|参加費| 1人500円(3歳以下は無料)

|応募方法| 右のQRコード®から

|受付期間| 10月7日(月)~31日(木)

|問い合わせ| (有)KuseOFarm(事務局:久世)

☎070-9098-2398(9時~17時)



調停委員による 民事・家事調停手続き相談(無料)

交通事故、金銭や近隣のトラブル、家庭内の問題
などを解決するための調停手続きについて無料で説
明します(予約不要。調停中・裁判中の案件を除く)。

|と き| 11月2日(土) 10時~16時(予定)

※受け付けは9時半~15時半

|と ころ| 中央区文化センター(神戸市役所西側)

|問い合わせ| 神戸簡易裁判所 庶務課

☎078-367-1179(月~金10時~16時)

コープの福祉講座

①介護福祉士受験対策講座(全5回)

対面講座で国家試験問題の解き方のコツを分かりやす
く学びます。

|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)

②介護福祉士全国統一模擬試験

本番さながらの雰囲気です緊張を克服しましょう。

|と き| 12月14日(土) 10時~15時

|受講料| 8,800円(上記①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

10月~11月の刃物とき 堺 ■ 三木 ●

1 火 ■北口食彩館 ●シニア	18 金 ■新光風台 ●尼崎近松
2 水 ■北口食彩館 ●シニア	19 土 ■六甲
3 木	20 日 ■六甲●山手
4 金 ■浜芦屋	21 月 ■箕面●山手
5 土 ■箕面中央	22 火 ■山本●大久保
6 日 ●播磨	23 水 ■武庫之荘
7 月 ■北須磨●魚住	24 木
8 火 ●神陵台	25 金
9 水 ■新多聞●西宮	26 土 ■甲東園●有野
10 木	27 日 ■西鈴蘭台
11 金 ■摩耶●塚口	28 月 ●朝霧
12 土	29 火
13 日 ■西明石●白川台	30 水 ■西武庫
14 月 ■甲南●三田西	31 木
15 火 ■仁川	1 金 ■行基
16 水 ■西舞子	2 土 ■北鈴蘭台
17 木 ●三木緑が丘	3 日 ■安倉
	4 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

「ラブコープフェスタ」でコープ商品の魅力を見て・聞いて・食べて・学ぶ

7月29日、コープこうべ住吉事務所と各地の会場をオンラインでつなぎ、「ラブコープフェスタ2024」を開催。組合員や職員、コープこうべグループ会社の社員など300人以上が参加しました。

第1部では「兵庫県産こしひかり」の産地や、コープこうべグループの直営農場・エコファームと中継。生産者の声や、稲・野菜の生育状況が紹介されました。住吉事務所からは、お米の担当バイヤーが、コープこうべのお米の特徴や産地との交流の様子、適正価格で安定した量を取り扱い続けることの大切さなどを説明。また、商品政策推進室の担当者がエコファームでの「生協版GAP(適正農業規範)」の取り組みを紹介しました。

第2部では、各地の会場でコープ商品の試食交流会を実施。山梨県産の桃や、エコファームで栽培したトマトの試食、太もずくと糸もずくの食べ比べなどを行いました。参加者からは「生産者の顔が見える商品なので安心して食べることができます。これからもコープ商品を利用し続けていきたい」との声が聞かれました。



「兵庫県産こしひかり」の産地(朝来市)と中継



ジュースで甘い桃に「おいしい!」
(大久保「コープのつどい場」会場)



2025年度の採用内定者も多数参加した住吉事務所会場

「世界遺産」というアプローチで国際理解についての新たな視点を学ぶ

7月14日、世界遺産・姫路城近くの「イーグレひめじ あいめっせホール」で「2024国際理解講座」が開かれ、100人が参加しました。兵庫県ユニセフ協会と(公財)姫路市文化国際交流財団が主催。世界遺産アカデミー認定講師の山本・リシャール登真さんが「世界遺産というアプローチ～心の中の平和のとおりで」の演題で、国際理解の新たな視点について語りました。

山本さんは、先進国38カ国中、日本の子どもの「身体的健康」が1位だったのに対し、「精神的幸福度」は37位という2020年のユニセフの発表を問題視。世界のさまざまな文化・自然・芸術などに触れてきた経験も踏まえ、「感動」する体験を積むことが自己肯定感につながり、この問題を解決する鍵になると伝えました。講演後には「今後、世界にどのような



「感動」する体験は困難を乗り越えるための心の貯金」と話す山本さん

形で貢献したいか」「世界遺産の総数は今後どのように推移していくと思うか」など、参加者から多くの質問があり、関心の高さがうかがえました。

豪雨被害の被災地支援に「ハート基金」から拠出

7月25日からの大雨により大きな被害が発生したことを受け、「ハート基金(コープこうべ災害緊急支援基金)」から下記の通り拠出しました。拠出金は、災害ボランティアセンターの運営費、熱中症対策用品の購入費などに活用されます。

- 社会福祉法人山形県社会福祉協議会へ 30万円
- 社会福祉法人秋田県社会福祉協議会へ 20万円

*「ハート基金」とは

国内外で自然災害が発生した際、迅速に支援できるよう募金をためておき、被災地でのボランティア活動など、初期の活動を中心に支援するための基金。拠出内容は、組合員で構成される「基金運営委員会」で決めています。

「虹っ子福島新聞」を作り 被災地での学びを伝える

7月28日～30日、「平和のカンパ」を活用した「虹っ子平和スタディツアーin福島」を開催。中学生・高校生7人が東日本大震災の被災地・宮城県と福島県を訪れ、「東日本大震災・原子力災害伝承館」「閣上の記憶」など地震や津波の災害について伝える施設を見学するとともに、当事者の声に耳を傾けました。

また、8月8日には、コープこうべ住吉事務所です後報告会を行いました。午前中は各自パソコンに向かい、現地の写真などを使って自分が伝えたい内容を記事にまとめる作業。午後は、神戸



東日本大震災・原子力災害伝承館の見学

新聞社から迎えた講師のアドバイスを受け、地震の被害や原因、現状を分かりやすく伝える4ページの「虹っ子福島新聞」を作りました。最後の報告では、各自が担当した記事について説明。参加者は「防災意識を常に持つことが大切」「学んだ一つひとつを家族や友人に伝えたい」などと話していました。



アドバイスを受けながら新聞記事を仕上げる参加者

商品なるほどシート

商品検査センターのホームページに掲載している「商品なるほどシート」では、商品に関する組合員の疑問の声にお答えしています。その中から一部をご紹介します！



商品検査センターのホームページには、このほかにも食の安全の基礎知識など、さまざまな情報を掲載。広報誌「Hakaru(はかる)」もご覧いただけます。



コープこうべ 商品検査センター

検索

お米の袋から 虫が出てきたのはなぜ？

お米やスパゲッティの袋を開けると、虫が出てくることがあります。昆虫の中には、小麦粉などの穀物を主原料にした食品やお米などを好んで食べる虫がいるためです。例えばメイガの幼虫は、商品の袋を簡単に食い破る強いアゴを持っていて、丈夫そうな袋もかみ切って侵入。高温多湿の環境で繁殖しやすいので、食品の保存場所にも注意が必要です。

虫の発生を防ぐポイント

- 虫が入り込めない丈夫な密閉容器で保存する
- 高温・多湿・直射日光を避けて保存する
- 虫の卵を残さないよう保存容器を清潔に
- お米は購入後1カ月以内を目安に食べ切る

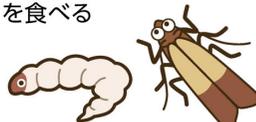


豆知識

こんな虫に要注意

■メイガ(幼虫)

お米や小麦粉などの穀類、チョコレートや豆菓子などを食べる



幼虫

成虫

■コクゾウムシ

お米に穴を開けて卵を産み付ける

■カツオブシムシ

カツオブシや煮干しなど乾燥させた動物性食品を食べる

おいしい食べ物は虫にとってもごちそうなんだね





\\ コープでいっしょに \\ 未来へ



Vol.21

プラスチック使用量削減

プラスチックが発明されたのは100年以上前のこと。その便利さと使いやすさで私たちの生活に欠かせない素材となった反面、急激に増えたことにより、いろいろな問題が指摘されています。例えば、プラスチック製品の製造・運搬・廃棄には多くのエネルギーが必要。自然分解されにくいプラスチックごみは海に流れて生物を傷つけるだけでなく、食物連鎖によって人体に影響をもたらす恐れもあります。コープこうべは持続可能な社会づくりに向けて「プラスチック使用に関する基本方針」を掲げています。



プラスチック使用に関する基本方針 (2019年2月策定)

- 事業および組合員家庭で発生する「使い捨てプラスチック」の使用量削減をめざす
- 再生プラスチック、紙など代替素材への切り替え検討や、リサイクル活動をすすめる
- 生協が率先して取り組むことにより、地域社会全体の取り組みへと発展させていく

2030年度までに
プラスチック使用量を
25%減らすよ



3つの「R」の取り組み事例

リデュース Reduce

【減らす】

- ラベルレス飲料の取り扱い
- マイバッグ持参の呼びかけ
- プラスチック製スプーン・ストローの配布中止
(必要な方には木製スプーン・紙製ストローを提供)

ラベル部分の
プラスチック
を削減



リユース Reuse

【繰り返し使う】

- 詰め替え用商品の取り扱い



本体(ボトル入り) 詰め替え用

コープこうべ商品「兵庫県産味のり」の詰め替え用は、本体と比べてプラスチック使用量を約95%削減。本体のボトルは繰り返し使えます。

リサイクル Recycle

【再資源化】

- 容器・包装の分別回収
- レジ袋に再生プラスチックを50%使用
(国内で発生したプラスチックの端材などを活用した再生プラスチックが使われています)

再生プラ
50%



「マイバッグ持参」が当たり前前の社会へ

コープこうべの店舗では、約9割の方がマイバッグを持参しています。これからもご協力をお願いします。

マイバッグ持参率は「きょうどう」1ページで毎号お知らせしているよ!



2023年度の実績は?

マイバッグ持参率
90.5%
レジ袋の節約枚数
7222万枚

レジ袋削減による効果
原料となる原油の節約量を
ドラム缶(200ℓ)に換算すると
6,825本

集まったレジ袋代金
35,686,731円
全額を環境の取り組みに
活用しています

コープこうべで分別回収しているプラスチック



※プラスチックのほか、飲料用の紙パックやアルミ缶・スチール缶(店舗)、商品カタログ『めーむ』など(宅配)も回収しています

※回収ルールなどについて、詳しくは店舗の回収ボックスの表示やホームページをご覧ください



コープこうべリサイクル

検索

コープこうべリサイクル

組合員ライターのひとつこ

自然分解されにくいプラスチックの影響を知っていても、使わないわけにはいきません。でも、「使い捨ての量」を減らすという意識は高く持ちたいですね。(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

2枚のイラストを見比べると、違うところが13カ所あるよ。
違うところが最も多いマスは①～④のうちどれかな? 番号を答えてね。

中級



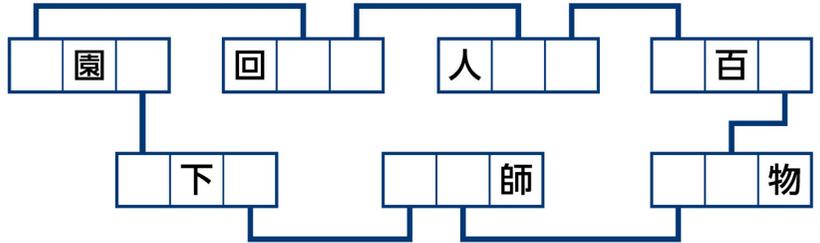
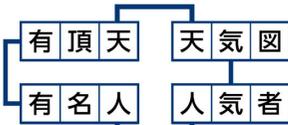
答え

問二

リストの漢字を使って三字熟語をつくろう。太線でつながっているマスには
同じ文字が入るよ。残った漢字を並べ替えてできる言葉は何か?

中級

【例】



リスト 道 遊 子 合 魚 案 化 地 姫 山

応募方法

どちらか1問だけでもOK

答え

- パソコン、スマートフォンからは、専用の応募フォームでご応募ください
- ハガキの場合は、クイズの答え、『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
※感想は一言でも結構です。どんな感想でもご遠慮なく



きょうどう 応募 検索

【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】 11月4日(月・休) 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

9月号の答え

問一 15人

問二 赤唐辛子

8月号のクイズは解答総数4,391のうち、正解は3,998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

モヤモヤ

「それってどういう意味!?!」「なんだかなあ…」
声に出せないココロのつぶやき、
集まりました



コーちゃん

プーちゃん

ハッキリお願いしたい

義父母の真意を探るのに神経をすり減らす毎日。掃除や料理の出来に文句をつけた後、とってつけたように「仕事しているのだから仕方ないわよね。気にしてないから」と言わないでほしい。不満があるなら、ストレートに言ってもらったほうがマシです。

(吹田市・刀根山タヌ子・48歳)



そうよね。タヌ子さんもその気持ちを直球で言ってみるとか!?

妥協点はどこに

自治会のあり方にモヤモヤ。いつまで昭和の日本を背景にした運営をやっているんだろう。入会しない人を疎外して、悪口を言うのは大人のイジメでは? 地域の絆を重視すると、行動範囲の広い若い世代は相容れないこともあるのでは? と思います。

(加東市・ゆうこはん・53歳)



みんなが住みやすくなるように、気軽に話す機会があればのう

いらない一言

我が家には3人の娘がいます。ありがたいことに、たびたび「かわいい娘さん」と言われます。けれどその後に必ず「旦那さんに似てる」「パパそっくり!」という言葉が付いてくるのです…。

(伊丹市・いつもモヤモヤ・59歳)



そこは笑顔でやり過ごして、余裕を見せましょ!

忘れるが一番

あれこれ思い悩んではモヤモヤしがちな性格でしたが、「何も良いことはない」とやっと実感できる年齢になりました。気になることはサッサと片付け、記憶から消し去るくらしをめざしています。

(宝塚市・あらら・68歳)



ボクは今が楽しければいいんだ。たまに怒られちゃうけどね

移ろいゆくもの

「バ先(バイト先)」に「夜コバ(夜行バス)」。わが子を含め、若い子がやたらと言葉を省略するのが理解できません。中には最後の一文字だけ略しているものも。それなら最後まで言えばいいのに…と疑問に思う私はおばさんでしょうか(笑)。

(豊中市・ビッグホーン・51歳)



若者言葉が気になるのは、どの時代も同じなんだろうね

モヤモヤの救世主

喜寿を迎え、2人の子どもは独立。1人でしっかり生きようとがんばってはいますが、ふと不安になり、眠れなくなる夜も…。そんなときは亡くなった夫を思い出します。苦勞させられましたが、浮かぶのは良い記憶ばかり。人は辛さや痛みを忘れられるから生きていけるのかな。

(高槻市・コハル・77歳)



楽しかった日々の思い出は、よく効く眠り薬になるのね

投稿募集 みんなのひろば

●「今月のテーマ」キッパリ!

2025年最初のテーマ。新年の目標や、これからがんばりたい、またはやめたいことなど、自由に宣言してください!

Present!

掲載分には
コープ商品券1,000円分
をさしあげます

11月4日(月・休)必着

※原文は短くする場合があります

あて先は
P.26へ



師匠は私です

我が家の肉じゃがが問題。いつ頃からか「お父さんが作ったらおいしい。お母さんはせんでええで、お父さんに任せとき」と家族全員から言われています。味付けも作り方も私と同じなのに。夫を特訓したのも私です。でも確かにおいしい。

(神戸市須磨区・さんぽさん・70歳)



火加減?愛情?おいしさの秘密は何なのか気になるわね

コツコツ楽しんでます

14年前、お嫁に行く娘がプレゼントしてくれた電子ピアノは私の宝物。娘との連弾をきっかけにまた、ピアノを始めました。毎日少しでもピアノに触れる時間を大切にしています。

(西宮市・みっちゃんあば・71歳)



私もおばあちゃんやママと一緒にピアノ弾いてみたいな~

心がホッと癒やされて...

4月から転勤のため勤務地が変わり、電車での通勤時間が長くなりました。職場の最寄駅は静かな所なので、小鳥のさえずりが聞こえます。今はさえずりに耳を澄ませるのがささやかな楽しみになりました。

(神戸市東灘区・鉄オタになるといいのかな・53歳)



通勤時間が長いのは大変ですが、自然の豊かな場所はいいですね

子どもとしては心配です

父が入院しました。私の職場から病院まで20分~30分の所なので、仕事を早く終えて見舞いに行くと、父はいつも不機嫌。「何で仕事を抜けてきたんだ!仕事休んでまで見舞いはいらん!」そんなこと言われても...高齢の親を放っておけません。

(小野市・みかっちの嫁・49歳)



親を思う娘さんの気持ちは十分伝わっておるぞ。しかし、子どもに迷惑をかけたくないのも親心じゃ

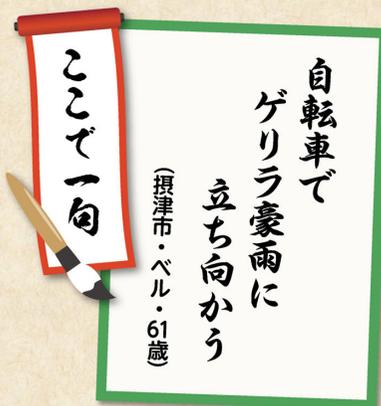
“弾丸”で行こう!

先日、神戸空港からひとつ飛びで長野まで日帰り旅行に行きました。「清里、軽井沢に行きたい」と観光タクシーにお願いすると「日帰りでは無理」と言われ、上高地に案内してもらいました。あいにく曇り空で、パンフレットでよく見る河童橋をバックに雄大な山...は見られなかったのですが、大自然に和みました。こういう“弾丸ツアー”にハマっています。

(神戸市西区・たくちゃん・61歳)



行動力があって楽しい旅行をされているのね。私もお友達と行ってみようかしら



私も買い物や子どものお迎えで豪雨のときは、立ち向かっているわ

私も一言

人生前向きに…

7月号の「お便りいろいろ」の中で、私よりも先輩の方が、4月から新入社員としてがんばっておられるとのこと。頭が下がります。私も、ダブルケアや持病など、できない理由を挙げるのではなく、一步踏み出したいと思いました。

(池田市・ぼんぼりん・53歳)



無理せずに楽しく、できることから始めましょ

私も一言

この場でお礼を言わせて

毎月インフォメーションに載っている刃物とき。先日初めてお願いしました。調理の学校を卒業以来、刃こぼれもあった牛刀ですが、新品のような鋭い切れ味になり、お料理もサクサク進みます。どうもありがとうございました。

(神戸市垂水区・みやママ・37歳)



毎日使う物だから、私もいつもお世話になっているわ

お気に入り♡

CO-OP 小魚チップ(ca)

闘病生活の87歳の母。歯も悪くなっていますが、このチップはお気に入りです。カルシウムが取れるし、価格もお手頃。いつも実家のお土産に持っていきます。

(神戸市垂水区・ぴーさん・64歳)



ボクも好きなんだよ。いつもプーちゃんと食べているよ

お気に入り♡

ホアジャオ CO-OP 花椒香る担々麺2食入 ※宅配のみの取り扱いです

作るのが簡単、麺もこしがあり、味も本格的! フワッと香る花椒に大満足。お昼ごはん用にキープしているけど、お腹が空いた夫にこっそり食べられます。これからも買い続けます。

(尼崎市・たけのこ・35歳)



いいこと聞きました。夜食にも食べたい一品ですね

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」キッパリ!
- 「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

パソコン、スマートフォンからは、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

11月4日(月・休)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!

神戸の歴史に触れ、街歩きも楽しくなる

神戸市
中央区

神戸市立博物館



銅鐸には、
歴史的発見の
きっかけとなった
つるはしの跡が

1935年に建てられた旧横浜正金銀行神戸支店を転用し、1982年に博物館として開館。ギリシャ建築をイメージさせる重厚なデザインの建物は1998年、国の登録有形文化財になりました。1階の「神戸の歴史展示室」では、古代からの歴史を時系列で分かりやすく紹介。明治中期と昭和初期の旧居留地界隈の様子がジオラマで再現されています。2階の「コレクション展示室」には、神戸市灘区で発見された国宝「桜ヶ丘銅鐸・銅戈群」を常設展示。また、教科書でもおなじみの「聖フランシスコ・ザビエル像」は、作品保存の観点からレプリカの展示期間もありますが、11月4日(月・休)までは原画を見ることができます。この他、約8万点の所蔵品がさまざまなテーマで順次展示され、特別展の開催も。訪れる度に新たな出会いがありそうです。



- 住 所 神戸市中央区京町24番地
- 電話番号 078-391-0035
- 開館時間 9時半～17時半
(金・土曜日は20時まで)
※2・3階展示室への入場は
閉館30分前まで
- 休 館 日 月曜日(祝日・休日の場合は
翌平日)・年末年始
※他、臨時休館・開館あり

コピーカードまたは
組合員証でお得
**特別展・コレクション展を
団体割引料金に**

※1家族につき2人まで ※1階展示室は無料
※高校生以下無料 ※割引適用除外の特別展あり



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