

一人は万人のために 万人は一人のために

まようどう 12 2024

コープでいっしょに未来へ
平和のカンパ

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!
賀川記念館

つながる! コープこうべ商品
熊本阿蘇
すこやか牛乳



「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 **12**

- 01 つながる！ コープこうべ商品
熊本阿蘇すこやか牛乳
 - 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
平和のキャンパ
 - 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！
賀川記念館

コープこうべの現況(10月末現在)

組合員数	172万1819人
出資金	360億5346万円
1人当たりの出資額	2万939円
宅配訪問軒数	48万5227軒

マイバッグ持参率(10月度) **90.5%**

コープこうべ ホームページ

コープこうべ



- ※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、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

※年末年始の電話受け付け時間：17ページをご覧ください



誕生から23年 すこやか牛乳

「より安全な牛乳を飲みたい」という組合員の声にお応えするため、商品化に向けた取り組みが1998年にスタート。「生産地・製造地の周辺環境への負荷を抑えた環境保全型の牛乳づくり」をめざしました。

周辺の河川や地下水などの水環境に悪影響を与えないよう、牛のふん尿をたい肥化して土に戻し、その豊かな土で牛のエサとなる草を育て、その草を牛に与え、乳を搾るという循環のしくみ。これに共感した熊本県菊池市旭志地区きよくしの生産者さんが、コープこうべと共に「すこやかな土づくり、草づくり、牛づくり」を大切にしたフードプランの牛乳づくりを始めました。

商品のデビューは2001年。「すこやか牛乳」の名前には、大切にしてきた思いが込められています。

つながる！ コープこうべ商品

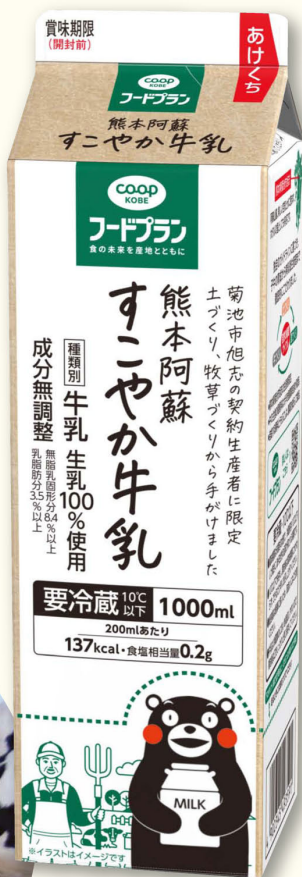
50年以上にわたって親しまれているコープこうべのオリジナル商品。時代は変わっても、組合員と共により良いものをつくり上げるという姿勢は、変わることなく受け継がれています。これからも組合員の声を大切に、暮らしを見つめながら、コープ商品は次代への進化を続けていきます。

熊本県菊池市旭志の
3軒の契約生産者に限定！
産地直送の牛乳です



熊本県
菊池市旭志

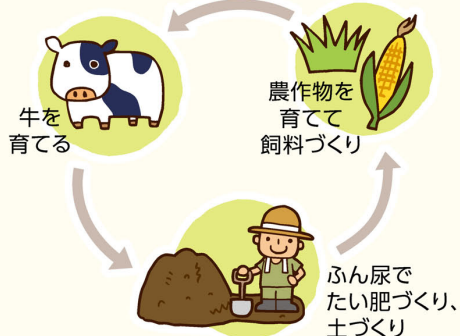
菊池市旭志は西日本一の生乳生産量を誇る酪農地帯。きれいな水と空気が自慢です！



JA菊池フードプラン
生産者協議会の皆さん

すこやかな牛乳づくりはまず土・草・牛を育てることから。牛ふんたい肥を使った土で栽培したトウモロコシや牧草などの飼料によって元気な牛を育てています。品質の良い生乳を生産するため、搾乳から出荷までの衛生管理や温度管理を厳しく行っています

自然や環境に配慮した
循環のしくみ



こんなにある牛乳類の種類

消費者の好みや健康志向によって牛乳類の種類も多様化しています。コープ商品の牛乳類のそれぞれの特徴を知ると、商品を選びやすくなりますね。



種類別	概要	コープ商品
牛乳	生乳を加熱殺菌したもの	<ul style="list-style-type: none"> ● あじわい牛乳 ● 熊本阿蘇すこやか牛乳 ● 霧島のおいしい牛乳 ● 淡路島牛乳 ● 低温殺菌牛乳 ● 北海道牛乳<ロングライフ牛乳> ● 北海道十勝牛乳
成分調整牛乳	生乳から水分、乳脂肪分、ミネラルなどの一部を除いて成分を調整したものうち、乳脂肪分が1.5%より多いもの	<ul style="list-style-type: none"> ● すっきり仕立て(乳脂肪分のみ調整)
低脂肪牛乳	遠心分離によって生乳から乳脂肪分の一部を除去し、乳脂肪分を0.5%以上1.5%以下にしたもの	<ul style="list-style-type: none"> ● 蒜山高原ジャージー1.0低脂肪牛乳
無脂肪牛乳	生乳から乳脂肪分のほとんどを除去し、乳脂肪分を0.5%未満にしたもの	
加工乳	生乳に脱脂乳、脱脂粉乳、濃縮乳、クリーム、バターなどの乳製品を加えたもの	
乳飲料	生乳や乳製品を主原料に、ミネラル、ビタミン、コーヒー、果汁など乳製品以外のものを加えたもの	<ul style="list-style-type: none"> ● 毎日続けるカルシウム ● 淡路島さらっとおいしい低脂肪乳



バイヤーの おすすめ情報

「すっきり仕立て」は生乳100%のコクがあり、乳脂肪分を抑えたすっきりとした味わい。「あじわい牛乳」と低脂肪牛乳の良いところ取りの成分調整牛乳です!

コープこうべ商品部

岸本 明日香さん



乳牛は暑さに弱く、寒さに強い動物です。夏は暑さで食欲が減り、食べるエサの量が減ることもあり、生乳の乳脂肪分が減りますが、寒くなると反対に乳脂肪分が増えるので味わいも変化します。冬の濃いおいしさも味わってください。

コープこうべ宅配運営部

菊池 小織さん



吸収されやすい牛乳のたんぱく質!

筋肉や骨、血液、皮膚の材料となるたんぱく質は、毎日摂取しなければならない大切な栄養素。アミノ酸に分解されて吸収されます。牛乳のたんぱく質は必須アミノ酸をバランス良く含み、主成分のカゼインは消化吸収が良いのも特長です。

参考:一般社団法人Jミルク ホームページ

牛乳を使ったレシピ

より良い“ふだんの食卓”を研究する組合員グループ「家庭料理研究会」が作成したレシピをはじめ、組合員が考案したレシピなどをホームページで紹介しています。

Co-opクッキング

検索



ミートソースの シェファーズパイ

マッシュポテトとミートソースの重ね焼き

ミルクの入った滑らかな

エネルギー270kcal/
食塩相当量1.4g(1人分の推定値)

材料(4人分)

co-op ミートソース	1袋
じゃがいも	400g
バター	20g
牛乳	1/2カップ
塩	小さじ1/4
こしょう	少々
ミックスチーズ	80g
パセリ(みじん切り)	大さじ1

作り方

- ① じゃがいもはひと口大に切り、軟らかくゆでてザルに上げ水気を切る。ボウルに移し、熱いうちに潰し、バターを入れる。牛乳を加え滑らかなるまで練り、塩、こしょうで調味する
- ② グラタン皿などの耐熱容器にミートソースを敷き、その上に①を広げ、ミックスチーズをのせる
- ③ オーブントースター(目安は220℃)で焦げ目が付くまで焼き、パセリを振る

みそと牛乳の

まろやかさがマッチ

ほうれん草の
ミルクスープエネルギー230kcal/
食塩相当量1.8g(1人分の推定値)

材料(4人分)

ほうれん草……………1袋(200g)
 ベーコン……………2枚
 しめじ……………1/2袋
 油……………小さじ1
 牛乳……………3カップ
 みそ……………大さじ1
 塩・こしょう……………少々

作り方

- ① ほうれん草はさっとゆでて3cmに切る
- ② 鍋に油を熱し、ベーコンとしめじを炒める
牛乳とみそ、ほうれん草を加え、ひと煮立ちさせる
- ③ 塩、こしょうで味を調える

牛乳を入れてからは
煮過ぎないようにエネルギー1100kcal/
食塩相当量0.8g(全量あたりの推定値)

材料(約21cmのタルト型)

りんご……………1個
 バター……………適量
 卵……………2個

〈A〉

砂糖……………60g
 牛乳……………1/2カップ
 生クリーム……………1/2カップ
 ラム酒……………大さじ1
 薄力粉……………30g
 粉砂糖……………適量

作り方

- ① りんごは皮つきのくし形の薄切り(8mm程度)にする
- ② 型にバターを塗る
- ③ ボウルに卵を割りほぐし、〈A〉を加えて混ぜる
- ④ 振った薄力粉を加え、滑らかになるまで混ぜる
- ⑤ ②にりんごを並べて④を静かに流し入れ、180℃に予熱したオーブンで25分焼く
- ⑥ 冷めてから粉砂糖を振る

りんごの
クラフティー熱々でも
冷やしても!いちごや
ブルーベリーなどで
アレンジも

牛乳って結構デリケート

人の手や空気中には、さまざまな細菌が存在しています。これらの細菌がパックの中に入って増えてしまうと、牛乳が傷み、分離しやすくなります。以下のポイントに注意して、最後まで安全においしく飲みましょう。

牛乳を安全に飲むポイント

- ①買った後はすぐに冷蔵庫へ入れましょう
- ②開封するときは注ぎ口を触らないように

牛乳パックの開け方

- ①「あけくち」側から開けます。
- ②両親指をしっかりと入れて左右に開きます。



- ③左右とも屋根に付くくらいまで押し広げます。
- ④反対側をしっかりと持ち「あけくち」の両端から注ぎ口が飛び出るまで手前に引き出します。



ここから先は注ぎ口に触れないよう注意!

- ③注いだ後は注ぎ口をしっかりと閉じてすぐに冷蔵庫へ
- ④賞味期限に関わらず、開封後はなるべく早く飲み切りましょう。常温保存が可能な牛乳も、開封後は要冷蔵の牛乳と同様の扱いを
※分離した牛乳は飲まないでください

におい移りにも注意

においを吸収しやすいのも牛乳の特徴。開封後は注ぎ口をしっかりと閉じ、においの強いものそばには置かないよう注意しましょう

組合員ライターのひとつこと

酪農家の方々の厳しい品質管理があって、良質な牛乳が持続的に私たちの食卓に届いています。私には毎日欠かせない牛乳。味わいも楽しみたいと思います。(植田 愛子)

ありがとう さようなら

食品工場の百年〈9〉

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。

1925年(大正14年) 正月用もち作りを開始

コープこうべの前身・灘購買組合が年末のもち作りを始めたのは1925年。戦争の影響で一時期は途絶えたものの、1955年に再開しました。年末の数日間、もち作りのためにアルバイトや応援の職員を動員。短期間の製造量としては、日本一の規模を誇りました。テレビや新聞でも紹介されてきた年末の風物詩でしたが、六甲アイランド食品工場での製造は2022年に終了。翌年からは、日本生協連との共同開発商品として引き継がれました。



六甲アイランド食品工場で製造された生こもち(2022年)

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

年始の営業開始日のお知らせ

- 2日(木)：シーア、コープデイズ(神戸北町・豊岡)、コープリビング甲南
- 3日(金)：コープデイズ(芦屋・神戸西)、コープ(西神南、横尾)
- 4日(土)：コープデイズ相生、コープ(3日営業開始店舗以外)、コープミニ全店、協同購入センター(宅配のお届け開始)、電話注文センター、コープ共済カウンター全店、クレリ案内センター(電話受け付けのみ。葬儀の受け付けは24時間年中無休)、買い物行こカー、夕食サポート「まいくる」(土日コース、応援食)
- 6日(月)：夕食サポート「まいくる」(土日コース、応援食以外)、移動店舗

※年末年始は、営業時間を一部変更している店舗があります。詳しくは各店舗でご確認いただくか、ホームページをご覧ください

【くらしの情報センターの電話受け付け時間】

年末年始は下記の通り変更させていただきます

12月28日(土)、31日(火)：18時まで

12月29日(日)、30日(月)：19時まで

1月1日(水・祝)：13時まで

1月2日(木)、3日(金)：17時まで

募集 備えるための学習会 「ふだんのくらしに防災を！」

小学生から高齢者まで、楽しみながら「生き残る」ための備えを学びます。

| **と き** | 2025年1月25日(土)10時～14時半

| **と ころ** | 生活文化センター(JR住吉駅徒歩8分)

| **内 容** |

●午前：「ハザードマップを読み解こう！」
「いつ何をやる？」大雨に備える」

●午後：「避難所運営ゲーム」
※昼食として、防災食を食べます

| **定 員** | 100人(申込順)

| **参加費** | 無料

| **申し込み** | ホームページから

コープこうべ イベントひろば

検索



| **問い合わせ** |

地域活動推進部

☎078-856-1105

(月～金10時～17時、12月28日

(土)～1月5日(日)は休み)



募集 ユニセフ ハンド・イン・ハンド 募金ボランティア

世界の子どもたちの幸せを願って行う街頭募金活動に参加しませんか。詳細は参加者にお知らせしますので、事前にお申し込みください。

| **と き** | 12月22日(日)11時～12時(予定)

| **と ころ** | 阪急西宮北口駅周辺、JR住吉駅周辺、大丸神戸店前(JR元町駅徒歩3分)、JR明石駅南側周辺、山陽姫路駅周辺

| **申し込み** |

兵庫県ユニセフ協会

☎078-435-1605(月～金10時～16時)

兵庫県ユニセフ協会 イベント

検索



募集 「家庭料理研究会」 メンバーを募集しています

家庭料理研究会は、コープこうべの提案する「よりよい食生活」を広めるため、地域の料理会や学習会で活躍中。店舗で配布している『コープCooking』や宅配商品カタログ『めーむ』でもレシピを提案しています。「食」に関心がある方、一緒に活動しませんか。

| **問い合わせ** |

地域活動推進部「家庭料理研究会メンバー募集」係

☎078-856-1105(月～金9時～16時)

※お問い合わせの後、詳しい募集要項を送ります

募集 初心者も歓迎！気軽に通える 「コープスポーツ」各地で開催中

スポーツを通して、健康づくり・仲間づくりを楽しめる「コープスポーツ」。組合員集会所や地域の会館を中心に、コープこうべのエリア内約300カ所で開催しています。種目別の会場・開催日、参加費などの詳細は、店舗で配布しているチラシやホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。無料体験や見学もどうぞ(申し込みが必要です)。



| **種 目** | 卓球、テニス、ゴルフ、健康体操、ヨガ、太極拳、やさしい気功体操、ダンスなど

| **申し込み** |

コープスポーツ事務局

☎078-411-4989(月～金9時～17時)

コープスポーツ

検索



やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

読み終えた本でボランティア活動を応援 ご協力をお願いします

(公財) 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円が財団に寄付され、兵庫県内のボランティア団体への助成などに活用されます。「古本募金回収ボックス」を設置している事業所もあります。ぜひご協力ください。

回収ボックス設置事業所

コープ安倉・行基・甲東園・山手・岡本・西鈴蘭台・神陵台・志染・三田西・柏原・加西・播磨・龍野・上郡・姫路砥堀、コープデイズ神戸西・豊岡、生活文化センター(神戸市東灘区)、協同学苑(三木市)、住吉事務所(神戸市東灘区)

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



ISBN(国際標準図書番号)のバーコードがある本のみ回収できます

募集 ジャズ ヒーリングJAZZサプリ TOT³(トットトリオ)コンサート

コープカルチャー最後のコンサート。フリージャンルでスタンダードからオリジナル曲まで、音楽と映像のコラボレーションをお楽しみください。



と き | 2025年2月22日(土) 14時～16時

定員 | 50人(申込順)

出演 | 小川幸子さん(ピアノ)
荒玉哲郎さん(ベース)
齋藤洋平さん(ドラムス)

参加費 | 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)

コープのカルチャー 検索



☎078-431-5273

(月～土9時～18時半、第1・3日曜日9時～16時)

テレビ・ラジオでも 情報発信中!



読売テレビ『ええこと+』

タレントの中村優菜さんが、くらしに「ええこと」をプラスする商品情報や、コープこうべのさまざまな取り組みを紹介します。

- 放送チャンネル: 10チャンネル
- 放送時間: 金曜日11時25分～11時半
(毎月最終金曜日を除く)

YouTubeで見逃し配信中!
コープこうべアプリの「ルーム」
からもご覧いただけます



ラジオ関西『コープ・スコープ!』

月曜日～木曜日は『三上公也の朝は恋人』の中で放送。三上さんと一緒に、コープこうべの職員や組合員が商品やイベントなどについてお知らせします。金曜日は『寺谷一紀のまいど! まいど!』の中で放送。コープこうべの生活情報誌『コープステーション』の情報をお届けします。

- 周波数: AM558kHz、FM91.1kHz
- 放送時間: 月曜日～金曜日 8時45分～8時52分
(放送時間は多少ずれる場合があります)

コープこうべメディア 検索



12月～1月の刃物とぎ

堺

3 火 ■ 渦森台	14 土 ■ 宝塚
4 水 ■ 武庫川	15 日 ■ 深江
5 木	16 月 ■ 西宮南
6 金 ■ 中山台	17 火 ■ 福田
7 土 ■ うねの	18 水 ■ 箕面中央
8 日 ■ 茨木白川	19 木
9 月 ■ 西神	20 金 ■ 鈴蘭台東
10 火 ■ 島本	12月21日(土)～ 2025年1月5日(日) いずれの業者も休み
11 水 ■ 大蔵谷	
12 木	
13 金 ■ 夙川	6 月 ■ 箕面

※三木の刃物とぎは当面お休みさせていただきます
※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

News

美しい海と音楽をバックに考える “環境”のこと

10月6日、兵庫県立舞子公園特設会場で「うみかぜ音楽祭2024」が開催されました。4回目となる今回は“環境”をテーマとし、23ブースが出展。「フードバンク関西」のブースでは食品の寄付を受け付けました。「神戸プラスチックNEXT」のブースでは“つめかえパッキリサイクルプロジェクト”として、シャンプーや洗剤などの詰め替え容器を回収。他にもペットボトルでの楽器作りや、環境問題にちなんだすごろくやクイズなど、楽しみながら学べるさまざまなブースが多く参加者でにぎわいました。

明石海峡大橋を背景にしたステージでは、ギターやウクレレ、オカリナの演奏や歌、フラダンスや体操、紙芝居など、コープサークルの10団体が日々の練習の成果を披露。“さかなのおにいさん かわちゃん”も登場し、クイズに答える元気な子どもたちの姿に、会場は盛り上がりました。神戸市灘区から参加した親子は「家族みんな舞子公園が大好きで、子どもは“かわちゃん”に会えるのを楽しみにしていました」と話していました。



認定NPO法人
フードバンク関西
のブース



「ウクレレサークル気楽会」の演奏



環境に関するブースが多数出展

「2024年度 営業終了候補店」の 方向性についてのお知らせ

コープこうべでは、経営状況が厳しい3店舗を「営業終了候補店」として、今年3月からご利用組合員へのハガキや店頭ポスターなどでお知らせしてきました。また、より一層のご利用をお願いするとともに、業績改善に向けて、売り場の魅力向上、経費削減などに取り組んできました。組合員の皆さまには大変多くのご利用・ご協力を賜り、各店舗への激励のお声も多数いただき、感謝申し上げます。

4月～9月の取り組みを踏まえ、今年度の方向性が下記の通り決まりました。営業終了店舗においては、ご期待に沿えず誠に申し訳ございません。ご理解を賜りますようお願いいたします。

「営業を継続する店舗」

- コープ長田

「営業を終了する店舗と終了予定時期」

- コープ加西: 2025年3月
- コープ箕面中央: 2025年5月

営業を終了する2店舗は説明会を開催します。詳しくは、ご利用組合員の皆さまに11月に郵送したハガキや店頭ポスターでのご確認をお願いいたします。

第33回「コープこうべ虹の賞」 受賞者が決まりました

「コープこうべ虹の賞」は、心豊かにくらせる地域社会づくりに貢献している個人や団体を表彰しています。選考の結果、受賞者が下記の通り決定しました。

※赤字は活動分野、()内は活動地域

■功労賞(1個人、7団体)

文化・芸術・スポーツ: 荒川紀代子(西宮市)、**保健・医療・福祉:** 吹田ホスピス市民塾(吹田市)、**まちづくり:** 朋遊荘の会(加古川市、灘区)、**国際協力:** コープサークル 就学支援サークルひまわり(神戸市)、**男女共同参画社会の形成:** NPO法人 性暴力被害者支援センター・ひょうご(兵庫県)、**子どもの健全育成:** ひろば文庫(須磨区)、おはなしのポケット高砂(高砂市)、NPO法人育ちあいサポートブーケ(川西市)

■奨励賞(7団体)

保健・医療・福祉: はまなすの会(兵庫県)、tree donut^{ドーナツ}(兵庫県)、**まちづくり:** NPO法人 たけのかぞく(豊岡市)、NPO法人 わいわいみ・な・み(豊岡市)、つどい場 このゆびとまれ(西宮市)、花さんぽ(豊能町)、**災害救援:** 神戸・心絆(三木市)

エコファームで 秋の味覚をたっぷり収穫！

10月12・13・19・20日、さつまいもの収穫体験をコープこうべグループの直営農場「エコファーム」(三木市)で行い、家族連れなど延べ128組が参加しました。13日はスーパーボールすくいなど、子どもが楽しめる「エコファーム祭」も開催。20日にはキッチンカーでエコファームのさつまいもを使用したカレーライスが販売されました。

今年は雨不足や夏の暑さの影響で、さつまいものサイズに多少ばらつきがあったものの、収穫量は十分。スコップやシャベルを使った後、手で一株ずつ丁寧に掘り出しました。神戸市須磨区から参加した親子は「エコファームの収穫が楽しみです、毎回いろんな野菜の収穫を体験しています。大学



三世代でさつまいもを収穫

芋や芋けんぴ、焼き芋などを作って食べるのが楽しみです！」とうれしそうに話していました。

「商品検査の日のつどい」で 健康食品について学びました

10月1日、食の安全について考える「商品検査の日のつどい2024」をオンラインで開催し、68人が参加。消費生活コンサルタントの森田満樹さんを講師に迎え「健康食品と食のリスクコミュニケーション」をテーマに健康食品への理解を深めました。

森田さんは、健康食品は“健康な人”を対象にした食品であり、医薬品ではないため、摂取しても病気は治らないと説明。また、表示に従って摂取することが重要で、過剰摂取すると健康危害のリスクが高まること、摂取により体に異変があれば医師に相談してほしいということなどを呼びかけました。事前質問に対しても分かりやすく解説。「健康食品だけに頼るのではなく、楽しみながらバランスの良い食事をとることが大切」と締めくくりました。

フードドライブへのご協力ありがとうございます

「フードドライブ」は、家庭から食品を持ち寄り、食糧支援を必要とする方に無料で提供する活動です。9月に実施した「集中キャンペーン」では、宅配の全センターと全店舗で受け付け、合計約8.3tもの食品が寄せられました。ご協力いただきありがとうございました。

寄付いただいた食品は、各地区で開催した譲渡会や地域のフードバンクを通じて子ども食堂などに提供しました。



譲渡会で食品を提供



認定NPO法人フードバンク関西に提供した食品を仕分け

食品を受け取った方から「ありがとう」の声が届いたよ



物価高の現在、お米は特にありがたいです。子どもと一緒にワクワクしながら箱を開けさせていただき、幸せな気持ちになりました。親子でがんばっていこうと改めて思えました。ありがとうございました。

日々食べるのにも困っている状態で、こんなにいただけたと思っていなかったので、箱を開けて涙が出ました。感謝していただきたいと思います。

食料が充実していると、心に余裕が生まれてほっとします。子どもたちのために、いつも本当にありがとうございます。

下記の店舗ではフードドライブの食品を常時受け付けています

【常時受け付け店舗】

コープ・コープデイズ全店、シアア、コープリビング甲南、コープミニルミナス箕面

【受け付けている食品】

賞味期限まで1カ月以上あり、常温保存が可能で未開封のもの

※お米は開封されていても可

※アルコールは不可

(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は不可

※フードバンク関西「夏休み子育て世帯応援食品パック報告」より抜粋



\\ コープでいっしょに \\ 未来へ



Vol.23

平和のカンパ

「平和のカンパ」は、「第2回国連軍縮特別総会」に組合員の代表者を派遣するための募金として、1981年に始まりました。その後も「平和の活動」を支えるため、毎年8月に集中募金を行い、さまざまな平和の取り組みに活用しています。

2024年8月
集中募金の金額

417万6187円

広島・長崎原爆病院への寄付

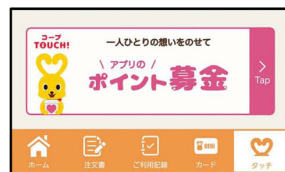
被爆者の治療用機器購入費用として、2つの原爆病院に寄付を続けています。2024年度も100万円ずつを寄付。広島原爆病院には組合員理事と職員、長崎原爆病院には「平和のカンパ寄贈の旅」(詳細は右ページ参照)の参加者が訪れ、贈呈式を行いました。



長崎原爆病院院長(左)と参加者

コープこうべアプリの
ポイント募金でも
61,652ポイントが
寄せられました

ご協力ありがとうございました!



「平和」の観点で「防災」を考える

各地区の「平和企画の会」メンバーや「ハート基金(コープこうべ災害緊急支援基金)」運営委員などの有志が、阪神・淡路大震災から30年を迎える節目の年に向けてさまざまな取り組みを進めています。9月には「地域つながるフォーラム2024~つながりこそ防災」に出展し、絵本や「防災カルタ」で「防災」について考える活動をしました。

今後のイベント

- 2025年1月25日(土)
学習会「ふだんの暮らしに防災を！」
(17ページ参照)
- 2025年2月15日(土)
「みんなで楽しむ
防災フェスタ」



防災についてカルタで楽しく学ぶ

映画『ガザ 素顔の日常』 上映会

イスラエルとイスラム組織ハマスとの衝突が続くガザ地区で暮らす人々の日常を記録したドキュメンタリー映画を上映。また、日本国際ボランティアセンターパレスチナ駐在員・渡辺真帆さんから、ガザの実情について話を聞きました。



渡辺さんがオンラインで報告

次世代につながる平和の取り組み

虹っ子平和スタディツアーin福島

7月28日～30日、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ました。「東日本大震災・原子力災害伝承館」「^{ゆりあけ}閉上の記憶」など、地震や津波の災害について伝える施設を見学し、当事者から生の声を聞きました。事後報告会では、現地で学んできたことを「虹っ子福島新聞」の記事にして発表。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」と話していました。



東日本大震災・原子力災害伝承館を見学



屋外で放射線量を測定



事後報告会で新聞作り

長崎平和のカンパ寄贈の旅

組員から寄せられた「平和のカンパ」を長崎原爆病院にお届けするとともに、被爆地で「原爆」や「戦争」について学ぶ「長崎平和のカンパ寄贈の旅」。今年は8月20日～21日、中学生・高校生4人が参加しました。原爆病院では、今なお後遺症で苦しむ被爆者の現状について話を聞きました。また、長崎大学核兵器廃絶研究センターの客員研究員・林田光弘さんなど、現地の方の案内で長崎原爆資料館、原子爆弾落下中心地碑、平和公園へ。「命の尊さについて深く考える機会になりました」「自分の足で歩くことで、歴史を感じる事ができました」との感想がありました。



2023年度の寄付の使い道は？



被爆地を現地ガイドと巡る



広島平和サイクリングの旅

広島市の戦跡を巡るサイクリングを2025年3月下旬に実施予定です。詳しくは『きょうどう』2月号でお知らせします。



組員ライターのひとつこと

改めて、次代につなげるさまざまな平和の活動が行われていることを実感。若者が自分の目で見たこと・知ったことを今後の糧にしてほしいと思いました。(磯本 歌見)



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

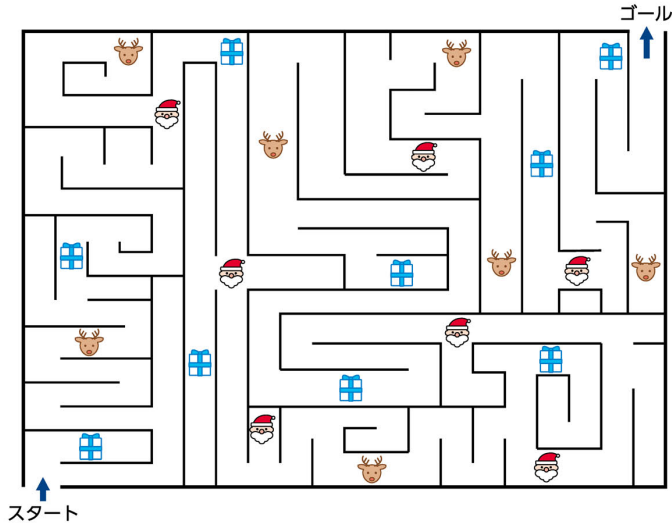
迷路でゴールをめざそう。一度も引き返さずにたどり着いたとき、道に一番多くあったのはどれかな？ 番号で答えてね。

初級

1 プレゼント

2 サンタクロース

3 トナカイ



答え

問二

リストの漢字を全て1回ずつ使って三字熟語を作ろう。
読み方で「しりとりに」をしたとき、最後のマスに入る熟語を答えてね。

中級

おおみそか かげむしや やかたぶね

(例) 大晦日 → 影武者 → 屋形船 ※「しゃ」で終わる場合、次は「や」から始まります

スタート

大 → → → → →

答え

リスト

大 心 雪 居 樹 蔵 掃 地 街
宅 落 除 忠 色 葉 住 景 臣



最初の熟語は、
年末の
恒例行事から♪

応募方法

どちらか1問だけでもOK

- 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】 1月6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

11月号の答え

問一

オチボヒロイ
(落穂拾い)

問二

㊦

- ㊦一世代 → 2
- ㊦四分五裂 → 9
- ㊦二束三文 → 5
- ㊦五臓六腑 → 11
- ㊦三拝九拝 → 12
- ㊦三寒四温 → 7

1	フ	ロ	2	シ	キ	3	ソ	ポ
	ク		ン		ム		ギ	
5	オ	ミ	ナ	エ	シ	6	オ	
	カ		ガ		ト		ウ	ヒ
	8	シ	タ	9	キ	リ		ザ
10	イ	カ		ム		11	タ	モ
	シ		12	エ	チ	ケ	ツ	ト

10月号のクイズは解答総数5,985のうち、正解は5,584でした。

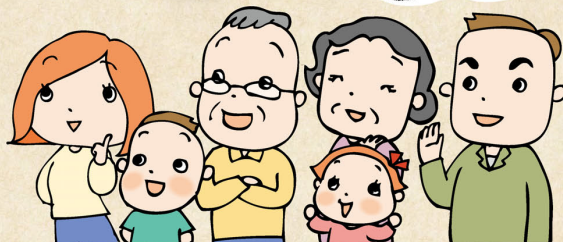
みんなのひろば

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

ウツリ♡

見ているだけでシアワセ。気持ちが安らぐ〜♪
そんな至福のひとつ、ありますよね。



コーちゃん

プーちゃん

見上げれば、ロマン

皆さん、国際宇宙ステーションを見たことがありますか。“きぼうを見よう”と検索して日時が合えば、肉眼で見えるんです。点滅せずにゆっくり移動する、金色に小さく輝く物体です。日常から離れて、スケールの大きさを実感。下を向いては“きぼう”は見えませんよ(笑)。

(加古川市・ガーデン終活中・65歳)



中に人がいるんだよね!
わ〜、ボクも見たい

ずっと愛でたい

私の趣味の一つは編み物です。セーターやショールなど、大物を作ったときの、編み目のそり具合にウツリ。整った目を見て、恍惚としています。ひと目ひと目が、すべて結果として残っているのです。電車の中では、人のニットを凝視しないように注意します。

(尼崎市・ニコニコウサギ・46歳)



美しい手仕事ってすてき。つい見とれてしまうのよね

最高のご褒美

ウツリ、これさえあれば…と私が思うのは、山歩きの後のビールです。たどり着いた山小屋でも、日帰り温泉の後でも。撮影した写真を見ながら後日、我が家でも。もう格別です! 縦走のときは我慢ですが、その分、下りてからが倍、おいしいかな。

(神戸市灘区・好日ハッピー・69歳)



楽しみこそが、元気の源。
がんばった自分に乾杯!
だね

僕だけの小宇宙

水族館でアクアリウムを見て、自分もやってみたい、仕事の疲れを癒やすゆっくりした時間が欲しいと思い、熱帯魚を飼育し始めました。魚たちが優雅にひらひら泳いでいるのを見て、ウツリしています。気付けば、1時間があっという間です。

(神戸市灘区・たかひろ・29歳)



手塩にかけた盆栽を眺めているだけで日が暮れる、ワシも同類か

新たなお目当て

物心ついたときから野球が大好き。それが最近、球団マスコットの魅力に気付いてしまいました。行動やしぐさがかわいすぎて、たまりません。癒やされます。最近はSNSまでフォローし、野球よりマスコット見たさに球場に足を運んでいます。

(神戸市西区・ベルちゃん・41歳)



プーちゃん、マスコットとハグしたいな〜

共に生きる幸せ

結婚式の時の妻の写真にウツリ。何年も前のことですが、たまに見返しては、この気持ちを忘れないようにしようと心に誓っています。

(神戸市東灘区・うさ・42歳)



ごちそうさま〜♡
なんだか私まで、ジーンときちゃったわ

投稿募集 みんなのひろば

- 「今月のテーマ」グッバイ!
別れの思い出、〇〇からの卒業、断ち切りたい過去など、あなたの「サヨナラ」にまつわる体験談をお待ちしています!

Present!

掲載分には
コープ商品券1,000円分
をさしあげます

1月6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



名回答に感謝!

私が母に「庭の草取りが大変」と言うと「庭があるだけ幸せじゃない?」。また、「夫が毎晩、帰宅が遅い」とグチを言えば「病気がないで働いてくれているから最高よ!」と母。「私、パートでも行きたいのに、夫は働いちゃダメって言うのよ」と訴えると「働いてくれて言われた方が、どれだけ辛いかな」。母にず〜っと救われています。

(神戸市中央区・マール・65歳)



相談相手がいるって大事。お母さまの人生の知恵と深い愛情を感じるわ

小学生に戻って…

今年7月にバスツアーで長野県の元善光寺、馬籠宿、杵原学校を巡りました。杵原学校では授業体験があり、校長先生の訓話から始まり、担任教師によるオルガン演奏に合わせて『ふるさと』『ふじの山』を全員で歌い、小学生のころを思い出しました。修了の証として小さな卒業証書をもらい、元気で懐かしさとうれしさが入り混じった心に残る一日でした。

(加古郡稲美町・稲美の長者・73歳)



ステキなツアーなこと。私も童心に戻って授業を受けたいわ

最近のおままごと事情

3歳の孫が遊びに来て、一緒に“お店屋さんごっこ”をした時のこと。私が「30円でず」と言うと手を出したので、お金を受け取ろうとしたら、「ペイペイ」と孫。手はスマホの画面のつもりだったのですね。

(神戸市須磨区・ひまわり・75歳)



ピッとしてもらうの楽しいよね♪

関西弁の停車駅!?

家族で北海道の函館に旅行した時のこと。路面電車の行き先を見た子どもが、「『函館どつく前』って、怖いところに行くんだね」と言いました。「どつく」という言葉が関西人にはなじみがあって言ったのでしょうか。船のドックのことだと思いますが、なんで「つ」も大きいのでしょうか?

(西宮市・はるばる来たぜ函館・61歳)



降りたら「どつかれる」と思ったお子さんに「何でやねん!」とツッコミを入れたいです

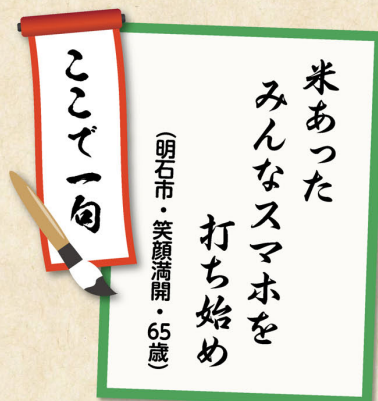
便利な万能ソース

夏に成長したバジルの葉を使ってバジルソースを毎年作っています。今年はもう2回作りました。粉チーズとにんにくとオリーブオイルと木の実を入れて作り、冷凍保存。パスタ、サラダなどいろんな料理に使えて我が家の常備品です。

(西宮市・ふーちゃん・68歳)



自家製のバジルソースっておいしいでしょうね。私もしてみようかしら



“米騒動”に東奔西走した気持ちがわかる一句じゃ



ノスタルジックな地域の“場”

豊岡には何度か訪れておりますが、9月号で豊岡劇場のことを初めて知りました。北但大震災後の復興建築とのこと。災害の後、人々が少しずつ楽しむ余裕を持っていったような歴史を感じさせる建物。ご紹介ありがとうございます。

(神戸市西区・シュリ・61歳)



風情のある温かい映画館は、今では貴重な存在じゃ



後を引くおいしさです!

コープ商品の小粒納豆は、いつも冷蔵庫の中に入っています。9月号に載っていた“納豆のかき揚げ”を作ると、アッ!と言う間になくなり大好評でした。我が家の定番になりそうです。

(神戸市東灘区・みんなみんぜみ・60歳)



いつもは苦手な納豆だけど、これはおいしかったよ!



co-op 豚汁 4食入

フリーズドライの豚汁は、インスタントとは思えない風味でおいしい。ちょっと汁物が欲しいときに便利だから、お弁当のお供にいいと思います。

(明石市・かいちゃん・55歳)



お湯を注ぐだけで具たくさんのおいしい豚汁が食べられるのは、重宝しますね



co-op 国産小麦の牛乳バー

※店舗のみの取り扱いです

ほんのり甘くてカルシウムたっぷりのスティック型ビスケットです。サクサク感がたまらない、止まらないおいしさです。大人も子どもも(お父さんも)ファンになりました。

(宝塚市・たからちゃん・65歳)



孫たちと一緒に食べられるから、おやつにおすすめですよ

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」グッバイ!
- 「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

1月6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!

「愛と協同」の原点を学び
未来へつなぐ

神戸市
中央区

賀川記念館



賀川の活動の
広さが分かる
さまざまなテーマの展示

「生協の父」と呼ばれる賀川豊彦が亡くなった3年後の1963年、地域に密着した社会福祉施設(隣保館)として開館。2009年に建て替えられ、1階～3階は病院や幼稚園、4階にはミュージアムや「天国屋カフェ」などを併設しています。賀川に関する記念館は全国に5カ所ありますが、中でも神戸は生誕地であり、21歳の時には貧しい人々が多く暮らす地域に移り住んで医療や教育、職業紹介などの救済活動を行ったゆかりの深い場所。ミュージアムでは、当時の暮らしぶりや多岐にわたる活動を知ることができます。ベストセラー『死線を越えて』など300冊以上の著書のほか、手書き原稿の展示も。マルシェやコンサートを開催することもあり、地域に愛されている記念館です。



- 住 所 神戸市中央区吾妻通5-2-20
- 電話番号 078-221-3627
- 開館時間 10時～17時(入館は16時半まで)
- 休 館 日 日・月曜日
※夏・冬季休暇、臨時休館あり

コピーカードまたは
組合員証でお得
ミュージアムの入館料
一般300円を100円に
※学生100円、高校生以下無料



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