第14回 コープやまぐち 女性いきいき大賞

テーマグループの方も ふるってご広募ください



「地域で活躍する女性を応援したい」とスタートした「女性いきいき大賞」も、今年14回目の募集となります。もっと組 合員のみなさんにも知っていただき、テーマグループの方からのご応募もお待ちしています。

第14回女性いきいき大賞の応募受付開始しました

「住みよい地域社会」をめざして、ボランティア活動やコミュニティ活動・民間非営利団体 (NPO)活動などに、女性が中心となってチャレンジする団体を応援しています。

下記の分野において自主的な活動を行い、創意と工夫に富んだ活動に対し表彰します。自薦は もちろん、あなたの周りでいきいきと活動に取り組まれているグループをぜひ推薦してください。



第13回 各賞受賞団体のみなさん

くらしづくり

健康、文化、環境、 省エネ、リサイクル、 食の安全・安心など

子育て支援、教育、 子どもの安全、母子保健、 食育など

福 祉

高齢者福祉、介護福祉、 障害者福祉 など

地域づくり

街づくり、村おこし、 地産地消、農業、伝統文化、 平和など





村岡山口県知事(中央)と岡崎理事長(右端)、 第13回最優秀賞受賞団体 「高齢社会を よくする下関女性の会(ホーモイ)」のみなさん

組合員も含め、県民すべてを対象(活動歴3年以上)

表彰 最優秀賞(山口県知事賞) 優秀賞

コープやまぐち奨励賞

学生対象(活動歴1年以上)

(表彰) コープやまぐち奨励賞・学生の部



組合員を対象(活動歴1年以上)

コープやまぐち組合員賞 記念品贈呈

活動歴1年以上の テーマグループの方、大歓迎です!

お問合せと 応募方法

自薦・他薦を問いません。 届けします。詳しくは、

ダウンロードできます。応募の締め切りは9月末日、お問い合わせもお気軽にどうぞ。

にお電話ください。応募用紙をお 、応募用紙もそこから



自分にあったコースを選んで生活習慣を改善しよう!

13のコースの中から自分にあっ たものを2つまで選び、連続60日間 続けることで、健康な生活習慣を身 に付けようという企画です。

募集期間 9月30日(月)まで

- ●あいうべ体操コース
- ●よくかんで食べて健康コース ●見上げてごらんコース
- す・こ・し・おチャレンジ
- ●食べよう!野菜350gコース
- 規則正しい食事コース
- ●脳いきいき5か条生活

実施期間

11月30日(土)まで

- お口さわやか歯みがきコース・ウォーキングコース
 - ●ロコトレコース
- ●少しの塩ですこやかな生活を ●ぐっすり睡眠すっきり
 - お目覚めコース
 - 測って知る自分の身体コース (血圧、体重、血糖値)
 - ●私の健康法コース

60日間のチャレンジ結果を申込書と一緒に届く報告書に記録し て提出してください。提出された方には記念品プレゼント!

宅配 8月1回から9月4回までの注文シートに、申込番号 1063 と 数量に「参加希望人数」を記入。後日、申込書が届きます。

店舗 8月1日からサービスカウンターにて申込書を配布しています。 詳しくは申込書をご覧ください!

山口県立大学と提携し て、講座を開催してい ます。どなたでもご参



加できます。

想像力から 企画・創造力へ

8月8日(木) 10:00~11:30

場所/ルルサス防府※小学生以上が対象 講師/国際文化学部 准教授 小橋圭介先生



食から台所から 考えるSDGs

8月8日(木) 10:00~11:30

場所/コープやまぐち岩国センタ 講師/看護栄養学部 准教授 今村主税先生

ロコモを防ごう! 簡単エクササイズで 周南市 筋力アップ 9月11日(水)

10:00~11:30

場所/周南市文化会館 講師/看護栄養学部 教授 曽根文夫先生



介護する側・ 山口市 される Min とは?

9月26日(木) 13:30~15:00

場所/山口県立大学

講師/副学長・看護栄養学部教授 田中マキ子先生



運動で心も頭も すっきり

9月27日(金)

13:30~15:00

場所/上関町中央公民館 講師/社会福祉学部 准教授 角田憲治先生



百歳時代を楽しく 生きよう!アメリカ からのヒント

10月8日(火) 10:00~11:30

場所/ルネッサながと

講師/国際文化学部 教授 ウィルソン・エイミー先生



子どもにやさしい・ 子育てしやすい まちづくりを考える

10月25日(金) 10:00~11:30

場所 / ココランド

講師/社会福祉学部 准教授 横山順一先生

^{お問い合わせ・お申し込み} コープやまぐち 組合員活動グループ <mark>◯◯◯ 0120-27-5520</mark> (^{±・日}除



て、汚れたらコロコロしてゴミを取るように家族に躾け

わが家に欠かせない掃除用のコロコロ。何か所も置い

家族みんなでコロコロー

間違えて買ったけど大ヒット

と、これがとーっても便利。サ ラダに、お弁当に、もう一品-プサラダチキン」。使ってみる

という時のストックにもって ツナ缶と思って買った「コー 山山市





山ちゃんさん

山口市 い。おすすめです。

り



POST

ロースペアをいろいろ使ってみましたが、コープの「らく ています(笑)ドライヤーを使い終わったらみんなコロコ

した気持ちになりました。 方々が温かく席に誘導してあげたり、とてもほんわ く周囲の方々も皆で応対して、乗車の際も乗られる た方にバスの時刻を尋ねられました。私たちだけでな

山口市

H・Yさん

175,366kg(約318,847セット分)

1,981kg(約65,379枚分) 注文シート 2,899kg(約263,545枚分)

飲料用紙パック

発泡スチロールトレ

透明トレー

アルミ缶

スチール缶

飲料用紙パック

ペットボトル

383kg(約130,102枚分)

281kg(約15,639枚分)

492kg(約28,950缶分)

112kg(約2,400缶分)

596kg(約19,669枚分)

1,047kg(約31,727本分)

大丈夫ですよ

鮭のかま(無塩)400g

泣いて私から離れなかったのに、今ではお友達とニコニ 娘が年中に進級しました。去年の入園式では泣いて

いように気を付けています。 時々しか出ないので、見逃さな

(下松市

M·Yさん)

酒粕に2~3日漬けて焼くと、

鮭のかまがお気に入りです。

泗粕に漬けてからいただきます

とても美味しくいただけます。

す。おろし生姜を加えて て美味しく食べていま

コープ十勝豚丼のたれ

たくさんの温かい心にほんわか

先日バス停で友人を見送っていると、盲導犬を連れ

も美味しい!

(岩国市

広田清子さん

炒めものの味付けにも便利

色んな野菜と豚肉を炒めて、このたれで味付け

をし

思えるレターでした。

(宇部市

N·Aさん)

今、口に入れても全て吐き出してしまう状況で、少し

題なく食べてくれたけど、2人目は離乳を開始した ホッとしました。1人目は離乳食を始めたときから問 食べてくれなかったけど…」というおたよりを読んで

6月分

不安になっていました。気長に待つことも必要だな、と

る残り物の野菜をたくさ ても大丈夫!冷蔵庫にあ

鶏から揚げと

レンコンの甘辛たれ炒め

ん入れていただきます♪

マリマリさん

うたくさんの野菜を入れ

残り物野菜をたくさん!

れて

長~い名前のこの商品、

甘辛たれが美味しく、

、けつこ

気長に待ってみます

コープレター5月号の「子どもが離乳食をまったく

月のピックアップ

環境商品を使ってリサイクル!

1,758kg(約219,750枚分)

398kg(約28,428パック分)

たまごパック(PET)

たまごパック(PET) 217kg(約15,500パック分) 買い物袋持参率 90 70 どうもん店 92.42% 49.154枚 いずみ店 50,362枚 90.76% 郡 店 14.786枚 92.02% 新下関店 66,819枚 90 59% 部 宇 店 41.640枚 92.19% とくやま店 93.04% 24.567枚 合 計 247.328枚 91.58%

れた「環境配慮商品」。今回は紙箱を使用していな い簡易包装のティシュ、グリー します。 コンパクトティシュ

生産から廃棄まで、商品のライフサイクルを通し

て環境負荷が少なく、環境保全に役立つと認めら

再生紙 00%でも ソフトな 肌触り

原料はオフィスや家庭で出る牛乳パック・紙パック・紙ゴ 古紙です。牛乳パック類の配合率を50%以上とし、紙を く工程の際に柔軟剤を投入することで、柔らかい紙質で 肌ざわりの良いティッシュになりました。サイズは市販品と 比較して、縦5mm横10mm小さく作っています。

年少の子がずっと「ママ~!」と泣いていて、お母さん は泣いていたので大丈夫ですよ」と声をかけました。 は私もそうだったなぁと懐かしくなり、「私の子も去年 が「うるさくてすみません…」と謝っていたので、去年 コ♪手を振ってくれるまでになりました。今年入った

(生3番目の元号

ごいね!なんて言ってましたが、自分らも考えてみる とこなくて、どうしても平成って書いてしまいます。 と、昭和・平成・令和と生きていくようです。まだピン 明治生まれの人は、明治・大正・昭和…って生きてす 周防大島町 N·Hさん)

とほほ

きたいのぉ~」。 ロル!」。極め付きは…「源泉たれ流しの温泉にでも行 理では?」。またある時は「山口のマスコットは?」「チ ブリ料理は好きじゃない!」「えっ!?そればシジビエ、料 6歳を過ぎた主人のエピソード。ある時は「僕はジ 山口市 ピロママさん

同じコープでもカタログが違う?

\ 詳しくは 下記にて /

使った料理

す。広島と山口のコープのカタログはやはり全然別の ないため、商品がなかなか出てこないことがありま おすすめ商品を教え合っていますが、同じカタログで 内容なのでしょうか? 私は山口、友人は広島のコープを利用しています。 (岩国市 きゅーさん)

編集注:チラシ媒体の作成、受注業務、物流やシステムなどを共 生協ひろしまは「Del 組織のため、産直商品など取り扱いが異なります。ち にお住まいの方が利用されている「生協ひろしま」は別 同化しているので、共通する商品もありますが、広島県 なみに、コープやまぐちの食品カタログは「ここくる」 --C o (デリコ)]といいます!

> 無着色辛子明太子」 ちおし商品レポ

色辛子明太子(切子)」へのコープ委員 会の声をご紹介します。 今回は6月のいちおし商品「無着



まろやか明太子パスタ

(岩国市 E・〇さん)

(下関地域)安岡コープ委員会

1808/大葉:適量 30g/生クリーム:大さじ4/醤油:大さじ1]/パスタ ▲ [無着色辛子明太子:2腹分程度/バター:

和える。③❷をお皿に盛り、大葉をトッピングして完成♡ ①▲をボウルに入れ混ぜる。②パスタを茹でて●を

子和えなどのアイディアが出ました。 ター明太、れんこんとマヨネーズの明太 や、お好み焼きのトッピング、じゃがバ しゃべりし、糸こんにゃくのたらこ炒め 員会では「明太子で何を作る?」とお かったです。作るのも簡単!その他、委 バターと生クリームで味がまろやかになって食べやす





正解者の中から抽選で10名の方にコープ商品券 (又は図書カード)500円分をプレゼントします

左の2枚の写真には4カ所のまちがいがあります。 さぁて、どこでしょう?

必要事項、ご意見・あなたのいちおしを記入し、切り 取って配達担当者又は店舗サービスコーナーへお渡 しください。(クイズは回答しなくても構いません。)

"やわふわ肉だんご" の[いちおしポイン ト」を大募集! いただ いた声は、「わが家の いちおし活動」でご 紹介させていただき



 					キリトリ線	
クイズの	答	Ł			ご意見(おたよりだけでもOK!)	あなたのいちおし
					※身の回りの出来事や、子育てや暮らしのアイディア・コーブレターを 読んでの感想などをお聞かせください。	※その他、お気に入りの商品の「いちおしポイント」や、アレンジレシビを 教えてください。
フリガナ						
お名前						
おすすめレシピやメッセージをチラシ等に掲載する時の希望するお名前を○印でご選択ください。 **指定のない場合はイニシャルで掲載いたします。 本名・イニシャル・ 匿名で掲載(ペンネーム:)						
匿名で拘載(マネーム・)						
ご住所	()市・町		
TEL	()	_	-		
年齢			性別	男・女		

※個人情報はクイズ対応とアンケート集約の他には使用いたしません。応募〆切は8/30(金)です。

答えはこちらへ

00

藤原真里子さんにお話を伺いました。 今年も女性いきいき大賞の募集が始まりました。今回は第13回女性いきいき大賞の奨励賞を受賞した、「ままとおん♪」の代表

ままとおん♪(山口市)

する場を作ることを目的としています チャイムを一つのきっかけとし、多世代交流の場や生の音楽を体験 や子育て支援施設、幼稚園へ訪問コンサートなどを実施。トーン 結成。メンバーは子どもたちを含めて約60名。山口県児童センター トーンチャイム(※)を演奏しながら育児と音楽を楽しみたいと

※トーンチャイムは、約30年前に日本の楽器メーカーがハンドベルを改良・発展させ ドベルよりもやわらかな音色が特徴 て開発した楽器。ハンマーが真ん中についた棒状のもので、振って音を鳴らす。ハン

トーンチャイムを通じた

つながりづくり



楽しもうという想いを込めています. は、『ママ』と『音(おん)』、また『トーン』は ない山口で友人をつくりたいと思い、サー クルを立ち上げました。『ままとおん♪』 トーンチャイムに出会ったという藤原さ トーンチャイムを活かして、知り合いのい ん。「癒される音色に魅かれて購入した 音』という意味があるので、ママも音楽を 年3回の山口県児童センタープラネタ 山口県に越してくる以前、仕事を通じて 子どもたちが歌や

の方も一緒に歌っ や、高齢者福祉施設への慰問コンサートも リウムでのプチコンサートを主な活動と 聴いて楽しんでもらうだけでなく、参加者 し、支援センターや幼稚園での訪問演奏 実施しています。「コンサートでは、演奏を

らう等、みんなで 感じられるように 協力する楽しさを 触れて演奏しても たり実際に楽器に しています。また、 -の歳末イベントの様子

合い、アイディアを出 はなく、みんなで助け し合って進めています」 に指導してもらうので ちも活動の中で、誰か しめる楽器です。私た



こともあり、お役立ちできていることを嬉 が出ます。ありがとう』と声をかけられる 鈴で参加することで、施設の方から『元気 しく思います

音楽を楽しみながら、

2019年6月末現在でコープやまぐちは 組合員数206,249人

子育での悩みを相 てきる場

です(笑)いつか応募したいなと考えてい

「女性いきいき大賞は憧れの賞だったん

つながりを大切に

え合いながら音楽を楽 譜を読めない人でも参加できて、みんなで支 ようです」と藤原さん。「トーンチャイムは楽 の子に教えてもらったりと刺激になっている することで、年下の子の面倒を見たり年上 バーも。子どもたちも年齢のちがう子と接 ♪』の活動があって助かっているというメン 交換もできるそう。「実際に『ままとおん 集まったときに子育ての悩み相談や情報 メンバーが子育て中のママ中心なので、

がら、人と人とのつながりを大切に、活動 もトーンチャイムを通じて音楽を楽しみな 取り上げていただいて、多くの方に知って らったときは、メンバーにメールで速報を チャレンジできました。受賞の連絡をも て、何年か実績を重ねてやっと第13回に いただけたことが励みになりました。今後 送って皆で大喜び。受賞後は新聞などにも



▲お子さんも-

今年3月の表彰式にて

出資金:79億3,000万円

の幅を広げていきたいですね

コープやまぐち組合員活動グループ 0120.27.5520

いては9ページをご覧ください。 第14回女性いきいき大賞の募集につ