

COOP LETTER

2021

9

September

沖縄県産もずくスープでさっぱり健康レシピ♪



Contents

わが家のいちおし活動 沖縄県産もずくスープ	p2-3
9月1日は防災の日 まずは備えることから始めよう! 非常時に役立つ防災リュック	p4-5
第59回通常総代会報告	p6-7

インフォメーション みんなのひろば 他	p8-11
コープのなかま サンタクロースになって、 子どもたちに幸せを	p12

■ホームページは

コープやまぐち 検索



■フェイスブックは

コープやまぐち フェイスブック 検索



ご自由にお持ち帰りください。コープレターは再生紙を使用しています。



シャッキリ
ちゅるん♪



香りとお感を楽しめるスープ

色んなもずくスープを試しましたが、中でもこれはゆずの香りがポイント！適当にちぎったレタスを入れてシャキシャキ食感と合わせるのがおすすめです！
(下関市 Y.Kさん)

- 沖縄県産のもずく100%、国産のゆずとみづばを使用。
- お湯でもお水でも、そそぐだけで楽しめるフリーズドライ製法。
- 1食あたりのカロリーは、うれしい10kcal。
- 簡単に温かいフリーズドライスープは非常食としてもお役立ち。



CO-OP
沖縄県産
もずくスープ

宅配予定
9月2回

店舗
取扱い

沖縄県産もずくスープ

ゆずとみづばがほんのり香る！

カンタン！おいしい！

コープのレシピ

フックパッド「おいしいコープのキッチン」ではコープ商品を使った美味しいレシピをご紹介しぜひご覧ください！
ネバネバ野菜ともずくスープで夏のスタミナ応援！
もずくスープをかけたネバネバ野菜小丼

材料(4人分)

オクラ…12本／長芋…200g／トマト…2個／温かいごはん…茶碗4杯分(約600g)
A「CO-OP 沖縄県産もずくスープ」…4食／水…2000cc

作り方

- 1 オクラはさつと茹で、ザルに上げ、冷めたら小口切りにする。長芋は皮を剥き、5cmの長さの千切りにする。
 - 2 トマトは1.5cm角に切る。Aを混ぜ合わせる。
 - 3 器に温かいごはんを盛り、オクラ、長芋、トマトを彩りよくのせ、中央に温泉卵をのせる。
 - 4 ③にAをかける。
- 【ポイント】
濃いめに作った「CO-OP 沖縄県産もずくスープ」がタレの代わりになります。お好みで、しょうゆ少々を加えても良いですよ。



子どもにも大人気♪

(萩市 M.Tさん)

もずくは体にいいので毎日でもやりたいですが、子どもはすっぱいものがあまり好きではなくよく残します。でも、このスープなら美味しくいただけることもあってよく飲みます。



雑炊にもおすすめ

(柳井市 ニヤン子さん)

もずくスープは、お湯を注ぐだけで美味しいスープが飲めるので常備しています。疲れている時や忙しい時に簡単に出来るのがうれしいです。もずくスープで雑炊にしても美味しいですよ。



使い道いろいろ

(宇部市 A.Iさん)
もずくスープは常備しています。プラス一品の汁物としてはもちろん、溶

沖縄県産もずくスープに寄せられた 組合員さんの声

お気に入りの商品や、料理方法など、組合員さんから寄せられた声を伝えて広げる「わが家のいちおし活動」。
今回は、「沖縄県産もずくスープ」に寄せられた組合員さんの声や、もずくスープを使ったレシピをご紹介します。

き卵を入れてにゅう麺のスープとしても、とても美味しいです。

ゆずの風味がほんのり香る

(防府市 カイさん)

フリーズドライのスープなのに、もずくの食感がシャキシャキしてつるんと食べられます。ゆずの香りもほんのりしていて、お湯を注ぐだけで簡単に汁物が増やせるお気に入り商品です！



かさ増しアレンジ術

(山口市 N.Yさん)

そのままでも美味しいですが、角切りにした絹豆腐を入れて食べています。ボリュームUPで満足できます。

たくさんストックしています

(山口市 まいぜんシスターズ大好きさん)

子どもたちが大好きなスープです。もずくの食感も良くて、1度に1食では済みません(泣)。カタログで見つけたときは、10食入を迷わず購入!!

【今回のテーマ】
防災のために備えている商品

勉強になったよ!



缶詰がろうそくに変身!

(岩国市 K.Aさん)

シーチキンの缶詰をストックするようにしています。もし、被災した時に、缶詰のまん中に穴をあけてこよりをさして火をつけるとろうそくのかわりになるからです。



シーチキンマイルド
宅配予定 9月2回 店舗 取扱い

子どものおやつとして

(下松市 Y.Kさん)

子どものいる我が家で防災のために備えている商品は、「きらきらキッズのりものバスケット」「やさしいパン」です。どちらもチャック付きで常温で保存できる所がとていいです。日ごろのおやつとしても活躍しています。



きらきらキッズのりものバスケット
宅配予定 9月2回 宇部店 取扱い

急な紙不足への備え

(山口市 M.Fさん)

防災のため、ワンタッチやわらかコアノン(トイレットペーパー)は常に余分が2パツクあるよう備えています。



CO-OP
ワンタッチコアノンS
宅配予定 9月2回 店舗 取扱い

す。コロナが出始めた際、紙製品がなくなるとデマが流れ、市場で欠品が続いた時もあわてず済みました。

おい対策にも

(防府市 H.Tさん)

防災用にフリーズドライ食品、パン、水、お菓子の他に、携帯トイレや給水ボトルを準備しています。中めいちおしながきが消臭袋です。夏場は生ごみ用に便利です。



いろいろ使える消臭袋
宅配予定 9月3回

食べる分だけ使える

(北部地域 樺西コープ委員会)

CO-OPの切り餅は個包装なので欲しい分だけ開封して、いつでもオーブントースターやレンジで簡単にお餅が食べられるので、すごく便利!お餅には切込みが入っているので、ふくらみ加減も良い感じに焼けます。賞味期限も長く、防災用にも常備しておけます。



CO-OP切り餅
シングルパック
宅配予定 9月2回 店舗 取扱い

「わが家のいちおし活動」では、皆さんのおすすめ商品もご紹介していきます。テーマに合わせて、ぜひご参加ください。

表紙の料理レシピのご紹介

もずくスープの茶碗蒸し

材料(2人分)

もずくスープ…2袋/卵…2個
水…300cc/むきえび…小6尾
鶏肉…50g/三つ葉…適量

作り方

1 鶏肉は小間切にし、茹でる。
2 もずくスープは水で溶き、卵を溶いてざる等でこしながら加えて混ぜる。
3 器に1とえびを入れ、2を注ぎ入れる。
4 鍋に3を入れ、器の高さの1/3程度のお湯をはり、ふきんで包んだふたをして、中火で約3分、弱火で7〜8分蒸す。出来上がり三つ葉をあしらう。

※具材はお好みでアレンジしてください。

もずくのねばねばスープ

材料(2人分)

もずくスープ…2袋/おくら…2本
長芋…5cm程度

作り方

1 おくらはさつと茹でて小口切り、長芋は5mm角に切る。
2 器にもずくスープと1を入れ、分量の熱湯を入れてよくかき混ぜる。
※一手間加えて、さらにおいしいいただけます。

もずくスープで冷しゃぶサラダ

材料(2人分)

もずくスープ…2袋/豚ローススライス…100g/水菜…1/2束/大根…5cm程度/ミニトマト…8個

作り方

1 もずくスープ2袋は120ccの水で溶く。
2 豚肉は食べやすい大きさに切り、茹でてざるに上げ、冷やしておく。
3 水菜は5cm程度に切り、大根は細切りにする。ミニトマトは半分に切る。
4 皿に具材を盛り付け、1のスープをかける。
※具材はお好みで濃い目のスープでソース代わりに。



次回は、「CO-OP国産大豆の調整豆乳(フックユタカ)」に関するエピソードや、血液さらさら効果が期待できる商品を教えてください。



11ページの「おたより用紙」にて。
お待ちしています。

まずは備えることから始めよう！

非常時に役立つ防災リュック

地震や洪水、土砂崩れなど、災害はいつ起こるかわからないもの。そんな時備えていれば役立つものの1つが防災リュックです。今回は、防災リュックの必要性について防災士の福島由起子さんにお聞きしました。

災害への3つの備え

1. いつも携帯 (防災ポーチ)
2. 非常持ち出し品 (防災リュック)
3. 安全ストック (備蓄)

この中でも防災リュックは、避難時の持ち出し用として、避難経路上に保管しておきましょう。



防災士 福島由起子さん

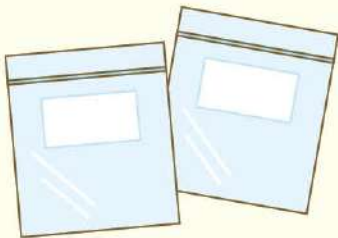
下関市在住。防災士の資格を活かし、コープ委員会などを通じて防災の大切さを伝える活動を行っています。

防災リュックの必要性

災害発生後3日間は、人命救助が優先され、生き延びた人への物資の支援などは後回しになります。また、避難所では、食料や飲料水、毛布などが備蓄されていますが、生活に必要な物資が全て確保されているとは限りません。そんな時、防災リュックに個人の食料や生活必需品を備えていると、必要最低限の生活が確保できるようになります。

オリジナル防災リュックをつくろう

市販の防災セットは思った以上に高額で手を出しにくいという方もいると思います。それなら自作してみませんか？自作することで費用も抑えられ、自分用にカスタマイズできて一石二鳥です。用途ごとにジッパー付きビニール袋に入れておく防水対策に。濡れても安心！雨具やライト、水などすぐに使うものを手前に入れておく、と、中身が取り出しやすいなど、様々な工夫をしてみるのも良いと思います。



避難をサポートする道具

身の安全をサポートするもの
雨具、ヘッドライト、ヘルメット、軍手、マスク、体温計、笛、防犯ブザー



応急手当の道具
傷パッド、三角巾、包帯、テープ、消毒液、ビニール袋



情報収集の道具
スマホ、モバイルバッテリー、乾電池、ラジオ、ペン、メモ帳、ハザードマップ



飲食物
水(500mlを2〜3本)、食料(火を使わずにそのまま食べられるもの2〜3食)



貴重品
現金※、貴重品、保険証・免許証のコピー



体の一部となるもの

メガネ、補聴器、薬、お薬手帳、オムツなど



※災害時は、10,000円、5,000円は使えない事が多い(両替が出来ない、お釣りがない)ため、使いやすい硬貨がおすすめです。

備蓄に最適！ おすすめコープ商品



ポイント

開けてそのまま食べたり、
ビニール袋の中で調理したりするのが
オススメです！



CO-OP大豆
ドライパック

宅配予定 9月5日
店舗 取扱い



CO-OPひじき
ドライパック

宅配予定 10月2日
店舗 取扱い

ポイント

カイロ2枚を
上下に挟んで温め
るとごはんがあっ
たかくなります。



CO-OPおいしいご飯
(山形県産はえぬき使用)
3個パック

宅配予定 10月4日
店舗 取扱い

一人一つの備えを

ビニール袋 クッキング♪



災害時は、使用できる水が限られ、食事の際の洗い物なども気軽にできない状況となります。そんな時に便利なのが、ビニール袋です。ビニール袋の中にコープの大豆やひじき、ドレッシングなどを入れ、少し混ぜ合わせればサラダの完成。そのまま食べられ、そのまま捨てられるので衛生的。洗い物の削減にもなります。

年齢、性別、健康状態などによって必要なものが変わるの
で一人ひとりの防災リュックが必要です。ラジオなど、家族
全員で共通して使うものがあれば、マスターバッグを用意
して家族の中で一番力のある人が
持つと良いと思います。赤ちゃんが
いる場合は普段から持ち歩いてい
るマザーズバッグがそのまま子ども
に必要なものになります。



井上さんのおうちでは

下松市在住の井上さんは、3年前の西日本豪雨で怖い
思いをしたことをきっかけに、防災への取り組みを始めら
れたといいます。「我が家では、家族全員分の防災リュッ
クを用意しています。すべてを新しく購入するのは値段
の面でも負担が大きいため、リュックや衣服などは使わな
くなったものを再利用しているそうです。「断捨離するな
ら防災リュックにいれることをオススメしています！」

毎月1日を防災の日と決めて、家族5人で実際にカ
セットコンロを使って非常時を想定した食事をしたり、ハ
ザードマップを見ながら防災会議を行ったりするなど、
防災を身近に感じられる機会づくりも、「被災するとき
は、必ずしも家族一揃のタイミングとは限りません。子
どもが学校や家の外で被災したときのために名前や緊
急連絡先などは言
えるように教えてい
ます。防災への取り
組みは、時間も費用
もかかるので、後回
しにしがちなことも
多いです。そんな時
は、まず自宅付近の
ハザードマップを
チェックし、どの災害
の危険性が高いのか
を知ることから始め
てみると、どんな備
えをすれば良いかが
分かりやすいと思
います。」

防災リュックの中身

折り紙
カードゲーム

使わなくなった衣服

カテゴリーごとに
袋で小分けし、
名前をつけておく。



中身が一目でわかる
ような工夫も



除菌シート

マスク

マンガ



家族構成

夫と私と小学6年生、
小学3年生、小学1年
生の息子の5人家族。



コープの 宅配トラックでも 防災リュックを 備えています

コープやまぐちでは、防災
への取り組みの一つとして、
一台につき、防災リュックを
備えています。中身は水やか
んばん、タオルやライトな
ど。「この防災リュックは、い
ざという時に自分の身を守
ることはもちろん、突然の災
害の時には困っている周りの
方々の救助のために使えま
す！大雨の時に冠水した車
などを間近で見て、特に実感
しました。」

(周南東センター末次リーダー)



第59回

通常総代会報告

6月8日、山口市で開催された「第59回通常総代会」の様子をご報告します。
今年度も新型コロナウイルス感染症の防止対策を講じて少人数で開催し、
総代の皆さまにも書面議決出席にご協力いただきました。

【第1号議案】2020年度報告

コロナ禍での取り組み

新型コロナウイルスへの感染不安が高まる中、宅配での非対面による配達対応や店舗での仕切り版の設置等、組合員さんにもご協力いただきながら、感染防止対策に取り組みました。こうした取り組みに安心して利用できるとの声をいただいたことに加え、巣ごもり需要の拡大により、宅配・店舗事業とも一人当たり利用高が高まり、供給高は228.5億円、前年比113.6%と、大きく伸長しました。

宅配事業

県内で離れて暮らすご両親に向けて、商品を注文しお届けする「きずなサポート」が始まりました。現在の利用人数は18名ですが、「見守り」にもつながり喜ばれています。

店舗事業

宇部店のリニューアルを機に、レジでの

募金活動

「生協で、コロナ禍で困っている人を支援できる募金の取り組みをしてほしい」という組合員さんの声にこたえ、「新型コロナウイルス対策応援募金」に取り組みしました。



精算を組合員さん自身が行う「セルフレジ」を導入し、コロナ禍での非接触対応とレジ待ち時間の短縮につながりました。

【第2号議案】2030ビジョン・デザイン2025

このコロナ禍で、助け合いを基本理念とする協同組合への期待はいっそう高まっています。

コップやまぐちでは、「つながる力」で新たな価値を「創る」ことにチャレンジし、共生の社会づくりを進めたいと考えます。そのため、「つながる・創る 共に生きる未来!」をテーマに掲げた「2030ビジョン」・中期5年計画の「デザイン2025」をまとめました。

つながる・創る
共に生きる未来!

- ① 生涯にわたる心豊かな暮らし
- ② 安心して暮らし続けられる地域社会
- ③ 誰一人取り残さない持続可能な世界と元気な山口市
- ④ 組合員と職員誰もがイキイキと輝く生協
- ⑤ より多くの人々がつながる生協

▶ 詳しくはHPへ



「総代」とは

生協は、組合員一人ひとりが運営に関わる権利を持ち、願いを寄せ合って声を実現していく組織です。そのため、組合員さんの代表である「総代」さんが参加する「総代会」を毎年行っています。
総代会は決算報告や、事業・活動の計画など生協の重要な事項を審議し、議決する場です。

2020年度 事業報告と配当の概要

(2021年3月末現在)

《組合員数》 21万3,684人 (4,845人の純増)
《供給高》 約228億5,000万円 (前年比113.6%)
《経常剰余金》 約9億6,800万円 (前年比247.9%)

● 出資配当
年間の平均出資金額の0.24%です。

● 利用高割戻
利用分量割戻金：76,900,000円
利用分量割戻金は宅配事業の利用額の

0.5%としました。2020年度はコロナ禍での利用増により、宅配事業を中心に例年になく剰余金を残すことができたことから、利用分量割戻を行いました。利用分量割戻金は宅配事業の利用額の0.5%とし、通常総代会当日に在籍された組合員個人の出資金に自動的に振り替えることを基本とさせていただきます。※

※店舗事業の利用高への利用割戻は、期中で0.5%のポイント還元を行っていることから行いません。

● CO・OP共済利用割戻

控除証明書兼割戻通知書と合わせて個別にお知らせします。発送は、9月末予定です。

組合員みなさまの利用
結果とご協力ありがとうございました。

生活協同組合
コープやまぐち理事会

【出資配当お問い合わせ】

0120-49-5657

【共済お問い合わせ】

0120-38-9431

【第3号議案】2021年度計画

デザイン2025の初年度は、左記の事業に取り組みます。

宅配事業

地区担当者は、組合員一人ひとりのくらしに合わせた商品や利用方法の提案を行い、コープの宅配をずっと続けてご利用頂ける組合員さんを広げていきます。また、上期には配達コースの効率を改善し、残業のない職場運営をめざします。



店舗事業

いずみ店は、スクラップ&ビルド(建て替え)に向けて「開設プロジェクト」を設置し、2023年の開設を目標に準備を進めます。

太陽光発電事業への取り組み

2021年度は、新下関店や宇部店への太陽光パネル設置を行います。現在、コープやまぐちでは関連施設の「コラン」の屋根を活用した太陽光事業を展開しており、この設置が実現すれば合わせて年間およそ100万kWhの発電量が見込める予定です。

生活事業

移動店舗は、軽車両タイプを増車し、島田店を拠点とした県東部のくらし支援強化、市街地コースの新設など、お役立ちを広げていきます。お買い物サポートカーは、地域の陸運業者と連携して、店舗から離れた(片道30分程度)エリアの有料送迎を、宇部地域で試験的に開始します。



CO・OP共済

2021年9月から、たすけあいジュニアコースの満期が30歳まで延長となります。共済事業では、くらしの中の保障の充実と助け合いの輪を広げるために、これからも周知活動を行っていきます。

▶詳しくは、こちらをご覧ください。



行政との協同

地域活性化包括連携協定の締結をすすめるとともに、協定を活かして実践事例を増やしていきます。2021年7月21日には、周南市との包括連携協定を締結しました。

役員改選のお知らせ

会長 岡崎 悟
理事長 山崎 和博
専務理事 米原 直樹

総代さんからの メッセージ

コロナ禍での地域の組合員活動

周南地域 水村美穂 さん

この1年、コロナウイルス感染拡大の影響で、生活が大きく変化しました。コープ委員会や地域の組活は全て中止や自粛になりました。秋以降は徐々に感染対策をとりながら、防災学習会や、私らしく生きる生きかた講座などに参加できて良かったです。このような状況の中でも組合員同士、知恵や工夫を出し合って開催できたこと、webを使用する学習会、総代会などの対応もして頂いたこと、どんな時でも、コープやまぐちが身近で頼りになる存在であると再認識しました。これからも、もっともっとコープファンファミリーが増えていくことを願っています。

そこでしか買えない商品の価値

下関地域 延井彩乃 さん

私の中でコープ商品のお気に入りがあり、どんどん増えています!!人づてにオススメを聞いたり、職場での差し入れ(コープ商品)を食べてみておいしさを知り、何度もリピートしている商品もあります!組合員さんの声が反映している商品があるって素晴らしいですね!気に入ったものは、人にプレゼントしたりして私も微力ながらコープの輪を少しでも広く大きくしていけたらと思っています。

産地から組合員さんへ お手紙が届きました

新型コロナウイルス感染症が広まって以降、産直生産者との交流が難しい状況の中、「直接の交流は難しくても生産者とのつながりを大切にしよう」という組合員さんの声に応えて、宅配カタログ「おひさま通信ぶらす」でメッセージを募集し、生産者さんへお届けしました。今回、ぶなしめじ蕨樹の生産者の皆さんからお返事が届きましたので、ご紹介します。



コープやまぐち組合員の皆様へ

コープやまぐち組合員の皆様お元気そうや何よりです。
沢山素敵なお返事頂きありがとうございます。
又いつも蕨樹のご購入有り難うございます。
各ご家庭で工夫し、様々な食べ方を楽しんでいただき嬉しく思い、皆様より沢山のメッセージをいただき、これからの生産の励みになります。
コロナ禍で皆様にお会いできませんが、コープやまぐち組合員の皆様にお会い出来ることを願いながら今後も美味しい蕨樹の生産に努めて参りますので、今後も宜しくお願い致します。



皆さんでコロナに打ち勝ちましょうね!

一般社団法人 プナの恵み
代表理事 沼田浩徳

今年のセットを チラ見せ



税込1,300円相当の
商品セットが
税込390円でお得♪

9月13日(月) 店頭にて申し込みチラシを配布します。

店舗利用の組合員さんは

9月5回(9月13日)配布のカタログと一緒に申込書をご案内します。

宅配利用の組合員さんは

コープは、地域の人と人とのつながりを大切に考えています。そのつながりを広げ、深めるための応援のひとつとして、気軽に開催できる「おしゃべり会」を今年も実施します。コロナ禍ではありますが、個別包装のお菓子などを用意しておりますので、感染予防には十分気を付けて楽しんでいただけますと幸いです♪

今年も
おしゃべり会
を開催します!

(一社)やまぐち食の安心・安全研究センター報告

6月

一般社団法人やまぐち食の安心・安全研究センター生協検査部門では、生協独自判定基準に従って、宅配・店舗・夕食宅配取扱商品の抜き取り検査を行っています。

【微生物検査】

宅配商品116検体のべ369項目(一般生菌数/大腸菌群/大腸菌/黄色ブドウ球菌/腸炎ピブリオ/サルモネラ属菌/クロストリジウム属菌)

結果は全て良好。

店舗商品15検体のべ50項目(一般生菌数/大腸菌/黄色ブドウ球菌/腸炎ピブリオ)

結果は全て良好。

※その他、夕食宅配43検体のべ129項目、依頼検査10検体のべ32項目の検査を実施。

【理化学検査】

生協不使用添加物、成分分析等の検査:宅配商品2検体のべ6項目。

残留農薬検査:宅配商品30検体のべ5,000項目、店舗商品14検体のべ2,287項目。結果は、すべて良好。

※その他、夕食宅配4検体のべ685項目、その他の依頼52検体のべ8,652項目の検査を実施。

■詳しい結果はホームページで月次報告中。



コープ子育てひろばのお知らせ

子育てひろばは赤ちゃん・未就学児を対象にした、出会いの場・ふれあいの場です。

参加予約は不要、いつ来てもいいOK。

ただし、気兼ねなく使っていただくため、光熱費やドリンク代、保険の一部として利用料1家族1回100円をいただきます。

●催し物は特にありません。

絵本やおもちゃなどの遊び道具はありますが、基本的にノンプログラムで、のんびりくつろぎ、自由に過ごせる空間を提供する場です。

●先輩お母さんのスタッフさんがサポートします。

専門家ではありませんが、子育ての悩みなどに対して、経験を開いたりすることで気が楽になることもきっとあるはず。



今月の日程

- | | |
|--|--------|
| 8/24(火) 10:30~12:30 「はあもにい〜」(小郡店前)(山口市) | 9月はお休み |
| 9/2(木) 10:30~13:30 「とくやま店組合員集會室」(周南市) | |
| 9/13(月) 10:30~13:00 「周東センター組合員集會室」(田布施町) | |
| 9/15(水) 10:30~12:30 「厚狭センター組合員集會室」(山陽小野田市) | |
| 9/17(金) 10:30~13:30 「萩センター組合員集會室」(萩市) | |

※子育てひろばの急なお休みや、コロナ対策に関するお知らせはホームページをご覧ください。

お問い合わせ: ☎ 0120-27-5520 (月~金 9:00~18:00)

第16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 ふるってご応募ください

応募締切
間近
9月末
まで!

「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」は、今年で16回目の募集となります。もっと組合員のみならずも知っていただき、テーマグループからの募集もお待ちしております。



第16回女性いきいき大賞の応募受付は9月末までです!

「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。「くらしづくり」、「子育て」、「福祉」、「地域づくり」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15回受賞団体の皆さん

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

副賞として

各30~10
万円

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!



▲村岡県知事(写真右から2番目)と岡崎理事長(左端)、第15回最優秀受賞団体「Style(ドットスタイル)」のみなさん

お問い合わせと 応募方法

自薦・他薦を問いません。組合員活動グループ(0120-27-5520)平日9時~18時にお電話ください。応募用紙をお届けします。詳しくは、コープやまぐちホームページ(<https://www.yamaguchi-coop.or.jp>)、応募用紙もそこから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。



困ったときは、
おたがいさま

おたがいさま 下関・周南 応援者さん募集中!

「くらしの困りごとに誰か手を貸してほしいな」「自分にできることで、誰かの役に立ちたいな」。「おたがいさま」の活動は、そんな気持ちを持った人と人とをつなぎ支え合う、有償たすけあいシステムです。



あなたも応援者登録してみませんか?

例えばこんなとき 掃除、草取り、木の剪定、子守り、食事作り、障子貼り など

応援者登録は組合員さんと

そのご家族(18歳以上)であればOK!男性の方も大歓迎!

応援料金 月~金曜 9時~17時.....1時間 600円
上記以外の時間(祝日を含む) ...1時間 700円

※お盆・年末年始も、お互いが良ければ活動しています。

お問い合わせ

おたがいさま 下関
TEL/FAX 083-227-4464

コープやまぐち下関センター内
〒751-0886 下関市大字石原168-12

受付曜日 月~金(土・日・祝日・お盆・年末年始はお休み)

おたがいさま 周南
TEL/FAX 0834-39-6166

コープやまぐち周南西センター内
〒746-0003 周南市道源町7-3

受付時間 午前10時~午後4時



リサイクル 回収データ 6月分



みんなで
取り組もう!

今月のピックアップ!

みんなでつなげよう リサイクルの輪!

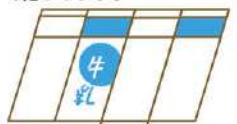
飲料用紙パック

- コープ以外で購入した牛乳紙パックでもOK!
- 裏がアルミコートでもOK!
- 500ml、200mlもOK!(ストロー等は外す)



出し方

- はさみで切り開き、洗ってよく乾かします。
- 1枚からでもOKです。
- 輪ゴムをかけたり、袋に入れたりせずに開いてそのまま出します。



※汚れのひどいもの、カビのついたものは回収できません。(臭いが残り、品質低下の原因になるため)

宅記
カタログ・チラシ
200,688kg(約364,887セット分)
飲料用紙パック
2,116kg(約69,828本分)
注文シート3,100kg(約281,818枚分)

たまごパック(PET)
242kg(約17,286パック分)
仕分け袋
1,963kg(約245,375枚分)

お店
発泡スチロールトレイ
514kg(約174,339枚分)
透明トレイ
409kg(約22,728枚分)
アルミ缶
634kg(約37,350缶分)
スチール缶
176kg(約3,750缶分)
飲料用紙パック
634kg(約20,924本分)
ペットボトル
1,429kg(約43,318本分)

たまごパック(PET)
420kg(約30,000パック分)
買い物袋持参率



ねえ!

これがええんよ!



お肉かな?と思うほど

大豆ミートのハンバーグ、お肉で作っていると間違えるくらいおいしいです。身体にもいいし、我が家のいちおしです。



CO-OPお肉のような大豆ミートのハンバーグ

宅配予定 9月2回

(光市 匿名さん)

時短になる!

北海道ポテトサラダベースを使うとポテトサラダが最高においしくなります。何より時短です!

(柳井市 M.Kさん)



十勝めむろポテトサラダベース

宅配予定 9月2回

使い道いろいろ

これからの時期、酢の物に入れても良いし、ごはんにも青じそ(刻み)と一緒に混ぜても美味しく召し上がれます。冷凍保存が可能なのもGoodです。

(防府市 パルマさん)



ふつくらしらす干し

宅配予定 毎週取扱 店舗 取扱い

苦手な私でも

ひきわり納豆がおいしいです。あまり納豆が好きではないのですが、これは良いです。おいしいです。

(周南市 Y.Kさん)



国産ひきわり納豆

宅配予定 9月2回 店舗 取扱い

お便りから



やってみよう、下げるだけダイエット

樂ごもり生活で、運動不足を自覚する毎日ですが、先日テレビで「下げるだけダイエット」というのを紹介していました。とにかくゆつくり(20~30秒)身体を動かす筋トレで、しかも各部位1回だけでいいらしいのです。「これならできそう!」とさっそく始めてみました。

(山口市 ふくろママさん)

夏野菜づくりに励んでいます

91歳ですが、まだまだ畑仕事を頑張っています。夏野菜のキュウリ、ナス、トマトが今盛んにできています。娘や近所の皆さんに差し上げると喜んでくださいます。

(山口市 テーちゃん)

23kgの減量に成功!

ダイエットに励んだ半年間、23kgの減量に成功できた理由はいくつかありますが、コープ商品もそのひとつ。これからもこの体重を維持できるようにコープを活用しながらダイエットを続けていきます。

(山口市 A.Sさん)



習字教室にチャレンジ

この春から小学生以来のお習字を習い始めました。とても年配のおじいちゃん先生が「ゆつくりと楽しんでいきましょうね」と励ましてくださいます。先輩の生徒さん方もウエルカムでありたい!おばちゃんだけど、これから色々挑むぞ!!

(下松市 K.Dさん)

娘へ、おめでとう

娘が3人目を授かったことがわかりました。毎日仕事を頑張りながら、2人の子育て中。3人目!とうれしい気持ちと同時に大変さを思い心配にもなります。でも、今の若い方々は旦那様も協力的。きつと上手に子育てすることでしょう。そう信じて、楽しみにしています。

(光市 kooさん)

我が子の成長が嬉しい

入園して初めての行事!盆踊りがありました。入園当初は大泣きだったのに、泣かずに元気に踊る姿に成長を感じ、嬉しく思いました。コロナ禍の中、対策し、開催してくれた園に感謝です!

(岩国市 まっぴーさん)

発表会出場に向けて

バイオリンを習い始めて2年になりますが、なかなか上達しなくて...先日、先生から発表会に出ませんかと言われたのですが、自信がなく迷っています。とにかく一曲でもいいので、一生懸命練習して、人前でも弾けるレベルまで上達出来たら発表会出場したいです。

(周南市 かなぶんさん)



モモを揚げちゃうの...?

コープのチラシを見ていた時のことです。小学1年生の孫が串カツの写真の横に「モモ揚げ」と書いてあるのを見て、「ばーば...モモあげちゃうの...?おいしいの...?」と聞いてきました。初めは何のことを言っているのか?と悩みましたが、解決しました。果物の桃と勘違いしていたのです(笑)

(光市 K.Mさん)

いち
おし
商品レポート
「フローズンヨーグルト」



今回は7月のいち
おし商品「フロー
ズンヨーグルト」
に寄せられた声を
紹介します。



至福のひと時

アイスクリームほど甘くなくヨーグルトの風味
がしっかり感じられるさっぱりアイス。お風呂上り
に食べるとさらに美味しいです♡

(山口市 K.Fさん)

つついおかわり

今まで味わったことのないものです。甘ったるく
なく、後味すっきり。でも余韻(?)がありまして、
2個目も食べてしまっています。孫もひ孫も大好
きな商品です。

(下松市 Y.Yさん)

シユワシユワフロート

フローズンヨーグルト
とCO・OPフルーツポ
ンチを使ってフロートを
作ってみました。フロー
ズンヨーグルトとフルー
ツポンチの汁で味付け、
ただの炭酸水を入れたら、とてもさわやかで美味
しかったです！またお家でも試したい！



(中部地域 上郷コープ委員会)

まちがいさがしに答えてコープ商品券
(又は図書カード)プレゼント!!

下の2枚の写真には4カ所のまちがいがあります。
さあて、どこでしょう?

メ
切
9/17
(金)



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。)

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。



キリトリ線

クイズの答え

--	--	--	--

フリガナ
お名前

ご住所 () 市・町

TEL () -

年齢 性別 男・女

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:)】

今回は

“CO・OP国産大豆
の調整豆乳(フクユタ
カ)”のいちおしポイント
や、血液さらさら効果
が期待できる商品を
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
だきます。



いちおしポイント

※今回の商品以外でも、お気に入り商品の「いちおしポイント」や、ア
レンジレシピがあれば教えてください。

ご意見(おたよりだけでもOK!)

※身の回りの出来事や、子育てや暮らしのアイデア・コープレターを読ん
での感想などをお聞かせください。

※個人情報(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。応募メ切は9/17(金)です。

2021年コープレター6月号クイズ: 正解はA,D,F,H、応募者は380名、正解者370名です。

11 2021年コープレター7月号クイズ: 正解はD,E,G,I、応募者は334名、正解者324名です。当選者の発表はプレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

コープの
なかま

サンタクロースになって、 子どもたちに幸せを

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15回女性いきいき大賞の優秀賞(山口新聞社賞)を受賞した、「サンタプロジェクト It's Nakama(下関市)」の代表東條麻希さんにお話を伺いました。



「サンタプロジェクト
It's Nakama」代表の
東條 麻希さん

サンタプロジェクト

It's Nakama(下関市)

児童養護施設の子どもたちへのクリスマスチャリティを発端に、月2〜3回程度の施設訪問や施設卒園後の就業支援など、子どもたちとのコミュニケーションを取りながら、施設の現状を知ってもらう活動を行っています。現在メンバーは8名で、活動は13年目。大人が子どもを見守る街・地域をめざしています。

子どもたちの

笑顔のためにできること

自身の幼少期に寂しい思いをした際、地域の商店街の人たちに助けられた経験から、今度は自分が子どもたちを支援したいと始めた児童養護施設での「クリスマスチャリティ」。「初めは年1回、少人数での活動でしたが、次第に賛同してくださる方がイベントに来てくれるようになり、今では

300人近くの協力があるプロジェクトになったことがとても嬉しいです」と話す東條さん。

クリスマスチャリティ以外にも、児童養護施設への定期的な訪問、企業への就職斡旋、不妊治療・週末里親についてのカフェ開催など、その活動は多岐にわたります。すべての活動の根底にあるのは「子どもたちのため」という想い。「周りから何を言われても、子どもたちが喜んでくれればそれでいい」、子どもたちの笑顔が活動の原動力となっています。

「変わらないこと」で

安心感を与える存在に



子どもたちに「麻希サンタ」と呼ばれていた東條さん。Maki's Santaを並べ替えるとIt's Nakamaに。これは、毎年チャリティを支えてくれるメンバーが考案してくれたそうです。「私が代表として活動していますが、みんなで動かしているプ

ロジェクトなんです」。運営に携わるメンバーや、イベントに来てくれる人、卒園した子どもたちまで、活動を長く続けているからこそその交流がたくさんあります。「活動自体はこれからも進化していくことをめざしていますが、私自身は「変わらないこと」を大事にしています。子どもたちからいう連絡が来ても、いつも通りに対応して、変わらないで今もそこにいる、安心できる存在になれていたらいいなと思います」。

みなさんの信頼に

応えられるように

女性いきいき大賞には、周りの後押しがあつて応募しました。「受賞後、たくさんの方から「おめでとう!」と言ってもらえたのですが、私は関わってくれたみんななど、た賞だと思っているので、「あなたもおめでとう!」と返すようにしています(笑)。受賞を機に、募金箱を設置してくれるお店が増えるなど、様々な反響があつたそうです。「この活動は一人では続けられませんでした。1回でも参加してくださった方みんながいたからなんだと、賞を頂くことで改めて考えさせられました。信頼に応えられるよう、これからも活動していきたいです」。



▲受賞を喜ぶみなさん



▲活動の様子

第16回女性いきいき大賞の募集については9ページをご覧ください。