

# まようどう

2023

6

## おいしさをリレー フードプランたまねぎ



予告です!

「コープこうべネット」が  
新しく生まれ変わります!

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!

神戸海洋博物館

# まようどう

CONTENTS 2023 6

「まようどう」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

## 01 巻頭特集

### おいしさをリレー フードプランたまねぎ

## 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 「コープこうべネット」が 新しく生まれ変わります!

## 23 コーピーのクイズ道場

## 24 みんなのひろば

## 27 コーピーカードと出かけよう! 神戸海洋博物館

### コープこうべの現況(4月末現在)

組合員数	172万1295人
出資金	366億4297万円
1人当たりの出資額	2万1288円
宅配訪問軒数	49万7884軒

マイバッグ持参率(4月度) **90.7%**

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



コープこうべでは、組合員の皆さんに旬の  
おいしい「コープス フードプラン たまねぎ」を  
提供するために「産地リレー」を行っています。  
旬の時期が異なる全国の指定農園から出荷  
することで、安定した品質のたまねぎを、年間  
通じて途切れることなく供給しています。



Coop's **フードプラン** たまねぎ

「食べる人」「つくる人」「環  
境」に配慮し、化学肥料・農  
薬の使用をできるだけ抑え  
て育てたたまねぎです。

## たまねぎでつながる笑顔

生産者の皆さんは組合員さんに喜ん  
で食べてもらうために、シーズン中は  
毎日畑に出て「コープス フードプラン  
たまねぎ」を大切に育てています。

私たち担当者が産地を訪問した際に、  
店舗や宅配でたくさん購入されている  
という話をすると、自然と笑顔になり話  
が弾みます。自分が作った野菜をおい  
しく食べてもらえると「作って良かった」  
と感じ、今後の生産意欲につながるそ  
うです。いつも食べているたまねぎに  
は多くの生産者の思いが込められてい  
ることを感じながら「コープス フード  
プラン たまねぎ」を味わってください。  
コープこうべ 商品部 下村 恭章さん





北海道

JAきたみらいの  
生産者



北海道

JAいわみざわの  
生産者の皆さん



北海道

JAつべつの  
生産者の皆さん



鹿児島県

JA鹿児島きもつきの  
生産者の皆さん



北海道



兵庫県

くましろ  
グリーンファーム(株)の  
生産者の皆さん



兵庫県

和歌山県

和歌山県

長崎県

鹿児島県

長崎県

ながさき南部生産組合の  
生産者の皆さん



吉岡農園の生産者



## ＼ピンチのときには協力！

2021年は北海道のたまねぎが不作で市場全体がたまねぎ不足に。さらに2022年は局地的な雹害により北海道の生産量が激減しました。これを長崎県や兵庫県など他の産地からの出荷時期や出荷量の調整によりカバーし、品切れすることなく供給しました。



### 〈リレーカレンダー〉

生産地	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
和歌山県					■	■	■						5月上旬～6月下旬
兵庫県					■	■	■	■					5月中旬～8月下旬
北海道	■	■	■	■	■				■	■	■	■	9月上旬～4月下旬
鹿児島県		■	■	■									2月下旬～4月上旬
長崎県				■	■								4月上旬～5月上旬



サクッと軽く美しい彩り!  
うどんのトッピングにも

# たまねぎのかき揚げ

教えてもらいました



コープこうべ家庭料理研究会  
野菜ソムリエプロ  
とうない けいこ  
東内 恵子さん

月2回限定の「菜ランチ」を主宰。野菜をたっぷり使った「野菜ソムリエの菜カレー」が人気。コープこうべでは料理会講師やレシピ提案も行う。

エネルギー221kal/食塩相当量0.6g(1人分の推定値)



- 材料(2人分)**
- たまねぎ .....1/2個(100g)
  - えび .....4尾(60g)
  - みつば .....1/4袋(15g)
  - コーン .....大さじ2
  - 小麦粉 .....小さじ2
  - 〔小麦粉 .....大さじ3  
冷水 .....大さじ2と1/2
  - サラダ油 .....適量
  - 塩 .....ひとつまみ
  - レモン(くし形) .....2切

- 作り方**
- ① たまねぎは1cm角に切る。えびは殻をむいて4つに切る。みつばは3cmに切る
  - ② ①とコーンを合わせ、小麦粉(小さじ2)をまぶす
  - ③ 小麦粉(大さじ3)に冷水を加える
  - ④ ②に③を加え、ざっくり混ぜる
  - ⑤ ④を6つに分けて、170℃に熱したサラダ油で、カラッと揚げる
  - ⑥ 皿に盛り、塩とレモンを添える

# たまねぎの 肉みそステーキ

エネルギー119kcal／食塩相当量1.0g(1切れ分の推定値)

## 材料(作りやすい量)

  たまねぎ	みそ……………大さじ1と1/2
……………1個(200g)	
バター……………10g	砂糖……………大さじ1と1/2
豚ひき肉……………80g	酒……………大さじ1と1/2
しょうが(すりおろし)	みりん……………大さじ1
……………1かけ分	ブロッコリースプラウト
	……………適量
	つまようじ……………4本

## 作り方

- ① たまねぎは輪切りになるよう繊維に逆らい4つに切り、バラバラにならないようにつまようじでしっかりとめる(右上写真参照)
- ② 耐熱皿に①を並べ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ(500W)で5分間～6分間たまねぎがやわらかくなるまで加熱する
- ③ フライパンにバターを溶かし、②を両面焼く
- ④ 【肉みそを作る】小鍋に豚ひき肉としょうがを入れて混ぜながら加熱する。豚ひき肉の色が変わったら、**A**を加え、かき混ぜながら水分が半分くらいになるまで煮詰める
- ⑤ 皿に③のたまねぎを並べ、つまようじをはずし、④とブロッコリースプラウトをのせる



たまねぎの  
甘さとジューシーな  
肉みそが合う♪



# たまねぎとサーモンの クリームチーズディップ

エネルギー63kal／食塩相当量0.4g(1切れ分の推定値)

## 材料(作りやすい量)

クリームチーズ……………50g  
たまねぎ……………1/4個(50g)  
サーモン(刺身用)……………50g  
薄口しょうゆ……………小さじ1/2  
バゲット(厚さ2cm)……………6枚  
パセリ(みじん切り)……………適量  
オリーブ油……………適量

## 作り方

- ① クリームチーズは室温で軟らかくしておく
- ② たまねぎはみじん切りにして、ふんわりとラップをかけ電子レンジ(500W)で1分30秒間加熱し、冷ます
- ③ サーモンは5mm角に切る
- ④ ①に②と③を合わせ混ぜ、薄口しょうゆを混ぜる
- ⑤ バゲットに④をのせ、パセリを散らし、オリーブ油をまわしかける



子どもも大好き!  
クリーミーな味わい

PEPPER



彩り良く、  
ふんわり  
優しい味わい



## たまねぎとたまごのスープ

エネルギー82kal/食塩相当量2.1g(1人分の推定値)

### 材料(2人分)

  たまねぎ  
..... 1/2個(100g)  
ベーコン..... 1枚  
スナップえんどう..... 4本  
水..... 2カップ  
塩こうじ..... 小さじ2  
卵(溶いておく)..... 1個  
粗びきコショウ..... 好みで

### 作り方

- ① たまねぎは繊維に逆らい薄切りにする  
ベーコンは1cm幅に切る  
スナップえんどうは筋を取り除き、  
1本を4つ~5つに斜めに切る
- ② 鍋に水、塩こうじ、たまねぎ、ベーコンを入れ  
沸騰したら弱火で約15分間  
たまねぎが軟らかくなるまで、ふたをして煮る
- ③ ②にスナップえんどうを加える
- ④ スナップえんどうに火が通ったら、  
溶き卵をまわし入れる
- ⑤ 器に入れ、好みで粗びきコショウを振る

### 組合員ライターの ひとこと

「メイン料理にはならないけれど、無いと困る野菜」のイメージでしたが、今回のレシピはどれも主役級! 全国の産地をリレーすることで年中おいしくいただけることに感謝です。(藤野 朋子)

# Information

## 募集 虹っ子平和スタディツアーin福島

### 参加者募集

東日本大震災の被災地で過去・現在・未来について「平和」の観点から考えます。

**| 出発日 |** 2023年7月25日(火)

**| スケジュール |** 7月25日(火)～27日(木) 2泊3日

1	伊丹空港[午前便]—仙台空港=名取市内(昼食)=東京電力廃炉資料館=特定廃棄物埋立情報館リプルンふくしま=浪江町(泊)
2	浪江町=東日本大震災・原子力災害伝承館=浪江町震災遺構ガイドツアー=浪江町内(昼食)=アクアマリンふくしま=いわき市(泊)
3	いわき市=福島しろはとファーム=木戸川漁協=天神岬(昼食)=関上(ゆりあげ)の記憶=仙台空港[午後便]—伊丹空港

(注)一航空機、=貸切バス

●航空会社:全日空(予定) ●バス会社:仙台バス(予定) ●宿泊:  
①いこいの村 なみえ②古滝屋 ●食事:朝2、昼3、夕2 ●添乗員:  
添乗員は同行しません(コープこうべ職員が同行)

**| 対象 |** 中学2年生～高校2年生(本人または同居家族がコープこうべの組合員で、過去にこのツアーに参加したことがない方)

**| 参加条件 |** ①7月15日(土)事前学習会、8月2日(水)事後学習会への参加②平和活動への協力③写真の広報活用(ホームページや広報紙など)の承諾

**| 募集人員 |** 10名(応募多数の場合はお住まいのエリアのバランスを考慮して決定)

**| 最少催行人員 |** 6名

**| 旅行代金 |**

10,000円(食事代、施設入場料、保険料など)

※航空券代、宿泊費などは「平和のカンパ」から助成

※自宅と集合・解散場所間の交通費は自己負担

**| 応募方法 |**

ホームページから

[コープこうべ イベントひろば](#) [検索](#)



または郵送で、①福島で何を学びたいかを200字程度にまとめた作文②組合員番号③〒住所④名前(フリガナ)⑤性別⑥年齢(学年)⑦電話番号を、下記「応募先」へ(6月23日(金)必着。全員に結果を送付)

**| 応募先・イベント企画・問い合わせ |**

コープこうべ地域活動推進部「スタディツアー」係

〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1-3-19

☎078-856-1105(月～金10時～17時)

**| 旅行企画・実施 |**

神姫観光株式会社 神戸支店

観光庁長官登録旅行業第2108号

〒651-2274 神戸市西区竹の台1-407-2

☎078-939-2090

(祝日を除く月～金10時～17時)

※参加決定後、詳しい旅行条件書をお渡しいたしますので事前に確認のうえ、お申し込みください

## 第103期通常総代会を開催します

**| と き |** 6月14日(水) 12時半～15時(予定)

**| と ころ |** 神戸ポートピアホテル

(ポートライナー市民広場駅東側)

**| 議 案 |**

**第1号議案** 2022年度事業報告承認の件、決算報告、剰余金処分案承認の件

**第2号議案** 2023年度事業計画、収支予算承認の件

**第3号議案** 学生総合共済の事業譲渡、およびマイカー共済取り扱い開始に伴う、定款変更の件

**第4号議案** 「監事監査規則」変更の件

**第5号議案** 理事選任の件

**第6号議案** 役員報酬決定の件

## 募集 「第32回コープこうべ虹の賞」にご応募ください

心豊かに暮らせる地域社会づくりに大きく貢献している、または今後の発展が期待される市民活動を奨励・顕彰する賞です。

**| 表彰数 |** 功労賞、奨励賞合わせて15件(上限)

**| 副 賞 |** 各賞共に個人5万円、団体10万円

**| 対 象 |** コープこうべの事業エリア内で活動する個人・団体

**| 締め切り |** 7月31日(月)消印有効

**| 問い合わせ |** 地域活動推進部

☎078-856-1105

(月～金10時～17時)

※募集要項はホームページでご覧ください。店舗のサービスコーナー、各地区本部でも入手できます

※表彰式・交流会は2024年1月31日(水)の予定

[第32回コープこうべ虹の賞](#) [検索](#)





- 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 会員以外の方もどうぞ 助け合いの会40周年記念全体交流会

有償の家事支援活動「コープくらしの助け合いの会」の交流会では、会員以外の参加者も募集中。実際に活動している組合員の話を通じて直接聞ける機会です。

とき	ところ	対象
6月30日(金) 13時半～15時半	甲東ホール(阪急甲東園駅すぐ)	第1・2・3地区* にお住まいの方
7月12日(水) 14時～16時	レバンテホール(各線垂水駅徒歩3分)	第4・5・6・7地区* にお住まいの方

\*お住まいの地区はP・7・9・11・13・15左上でご確認ください(対象地区は兵庫県内のみです)

【定員】会員以外は各10人(申込順)

【参加費】無料

【申し込み】地域活動推進部

☎078-856-1105

(月～金9時～17時)

コープこうべ 助け合い

検索



## 募集 兵庫の海に親しもう 虹っ子マリンスクール

「セリ」の見学、タコや魚のつかみ取りなどを楽しみましょう。おみやげ付きです。

【とき】7月27日(木)、28日(金) 11時半～15時

【ところ】神戸市水産会館(各線垂水駅徒歩5分)

※現地集合・解散

【対象】小学生と保護者

【定員】各40人(申し込み多数の場合は抽選)

【参加費】小学生2,500円、保護者1,000円

【締め切り】6月26日(月)

※当選者にのみ7月上旬にメールで連絡します

【申し込み】ホームページからのみ

コープこうべ イベントひろば

検索



【問い合わせ】第5地区本部

☎078-704-5701

(月～金9時半～17時、祝日を除く)

## 「コピーカードと出かけよう」 割引対象施設変更のお知らせ

7月1日(土)以降「有馬本温泉 金の湯」「有馬温泉 銀の湯」は、コピーカード・組合員証の提示による割引の対象ではなくなります。

※対象施設や割引内容など、詳しくは

コピーカードと出かけよう

検索

## コープの福祉講座

無料駐車場あり。②③は予約制の無料送迎バスあり。

### ①介護職員初任者研修(通信・7月)〈東灘〉

指定番号23501-2号、教育訓練給付制度対象講座。

通信:7月15日(土)～9月14日(木)

スクーリング:9月15日～12月15日(全12回:金曜日)

【受講料】78,540円(テキスト代込み)

【ところ】コープリビング甲南(JR摂津本山駅徒歩8分)

### ②ケアマネジャー受験対策講座(全6回)〈三木〉

【とき】7月21日(金)、28日(金)、8月7日(月)、

21日(月)、28日(月)、9月16日(土)

10時～17時

【受講料】38,500円(テキストは各自で購入)

【ところ】協同学苑(三木市志染町青山7-1-4)

### ③ケアマネジャー全国統一模擬試験〈三木〉

【とき】9月9日(土)10時～12時20分

【受講料】7,700円(上記②の受講者は7,150円)

【ところ】協同学苑(三木市志染町青山7-1-4)

### 資料請求・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)

ホームページ

コープこうべ 福祉講座

検索

## 6月～7月の刃物とき

堺 ■ 三木 ●

6 火 ■ 熊内	21 水 ■ 西宮南
7 水 ■ 大蔵谷 ● 西宮	22 木
8 木	23 金 ■ 桜塚
9 金 ■ 垂水	24 土 ■ 茨木白川 ● 山手
10 土 ■ うねの	25 日 ■ 渦森台 ● 山手
11 日 ■ 東豊中 ● 朝霧	26 月
12 月 ■ 芦屋 ● 三田西	27 火 ● 大久保
13 火 ■ 芦屋 ● 尼崎近松	28 水 ■ 篠原
14 水 ■ 芦屋	29 木
15 木 ● 塚口	30 金 ■ 新多聞
16 金 ■ 深江 ● 塚口	1 土 ■ 神戸西
17 土 ■ 福田	2 日 ■ 西神
18 日 ■ 西宮東 ● 桜が丘	3 月 ■ 北鈴蘭台 ● シニア
19 月 ■ 甲南 ● 白川台	
20 火 ■ 相生	

※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

## 通常総代会に先立ち 地区別総代会議を開催

4月18日～28日、8つの地区で組合員の代表「総代」が集まり、地区別総代会議を開催。6月の通常総代会に向け、地区選出理事候補者・役員候補推薦委員・総代会準備委員の選出や、2022年度の振り返り・2023年度計画案の報告などが行われました。

2022年度の振り返りとして、宅配事業の基盤整備や店舗事業の構造改革などについて報告。2023年度の計画案では、中期経営計画の初年度として「お買い物を通じたくらしの安心づくり」「いきいきとたくらし、地域のつながりづくり」「環境や社会のためになる活動・事業モデルの促進」の実現に向けた取り組みを進めることなどの説明がありました。

報告後は、席の近い方同士で意見交換する時間もあり、多くの意見・要望が寄せられました。

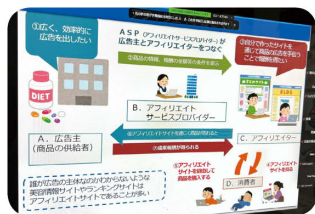


議決の様子(第2地区)

## 広告の仕組みや問題点を知り 実生活に役立てるセミナー

3月9日、兵庫県生協連など3団体との共催で、ひょうご消費者セミナー「身につけたい! 広告を見るチカラ」をオンラインで実施。約60人が参加しました。

講師は、公益社団法人日本広告審査機構関西事務所の武田典子さん。個人の関心や属性に応じて配信される「インフィード広告」の仕組みや、広告を見るときに気を付けておきたいポイントなどを紹介しました。また、健康食品の定期購入や「No.1」をうたった広告の注意点など、具体的な事例をあげて分かりやすく説明。「広告の受け手である私たちが“問題広告”を知ることが大切。今回の内容を若年層にも伝えてほしい」と締めくくりました。その後、質疑応答の時間には多くの質問が寄せられました。



広告の仕組みを分解で分かりやすく

## ネットスーパーの実験展開を 終了します

コープこうべは2013年1月、コープ西神南でネットスーパーの実験を開始して以降、コープ北口食彩館、コープ宝塚と合わせて3店舗で実験を行ってきました。当サービスに関しては3店舗とも営業赤字が続いており、現行のシステムでは収支改善が見通せず、拡大展開も見込めないため、2023年6月末で実験を終了することになりました。

当サービスをご利用の組合員の皆さまには、ご不便をおかけしますことを深くお詫び申し上げます。

## 宝塚市での子育てを 出産お祝い品で応援

宝塚市は4月1日以降、出生の届出により宝塚市に住民登録されたお子さんの家族に出産お祝い品をお渡しする取り組みを始めました。コープこうべはお祝い品としてトートバッグ・おしりふき・ステンレスボトルのセットを提供。今後もお買い物や活動などを通じて地域の子育てを応援します。

## 自然災害から「平和」を学ぶ 4年ぶりの「虹っ子平和スタディツアー」

3月28日～30日、「平和のキャンパ」を活用した「虹っ子平和スタディツアーin福島」を開催。中学生と高校生17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。

1日目は、名取市にある「<sup>ゆりあげ</sup>関上の記憶」などを訪問。当時中学1年生だったお子さんを津波で亡くされた方から話を聞きました。2日目は「東日本大震災・原子力災害伝承館」などを見学。熱心に質問する姿から、原発事故への関心の高さがうかがえました。3日目は、震災で展示生物の9割を失いながらも約4カ月で営業を再開した水族館「アクアマリンふくしま」、サツマイモで<sup>ならはまち</sup>榎葉町の復興をすすめる「福島しろはとファーム」などを訪問。

4月3日の事後報告会では、「被災地の実際の状況を自分の目で見て良かった」という声が寄せられました。



放射線量を実際に測定してみました

## 知って応援！ 食べて応援！ より良い未来につなげよう

3月20日、「ラブコープフェスタ」がオンラインで開催され、職員や組合員約150人が参加。「伝えよう！ 未来につながる食と暮らし」をテーマに、商品のこだわりや取り組みについて学び合いました。

牛乳に関する講座では、牛乳の成分や種類などをクイズも交えて分かりやすく解説。生産者の声も届けられました。生協オリジナル離乳食・幼児食シリーズ「きらきらステップ」「きらきらキッズ」の商品を使い、ピザ作りを実演した親子も。グループに分かれて参加者同士の交流も行われ、「1つの商品にたくさんの声とアイデアが込められていることが実感できた」「生産者の思いが伝わってきた」などの声が聞かれました。



「きらきらステップ」について語る組合員の西田紀子(にしだのりこ)さん



牛乳について語る職員の兒島優稀(こじまゆうき)さん(左)と中山清佳(なかやまさやか)さん



組合員の声を商品開発に生かす「わいわい会議」について語る組合員の小巻(こまき)ゆかりさん(左)と原眞佐江(はらまさえ)さん



但馬地域の漁業について語る職員の中島卓也(なかしまたくや)さん

## 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

## 数日前に開けたばかりのジャムに カビが生えていたのはなぜ？

食品に含まれる砂糖や塩の量が多いほど、カビなどの微生物が繁殖しにくくなります。ジャムには砂糖がたっぷり使われていますが、砂糖の使用量が少ない甘さひかえめのジャムはカビが繁殖しやすいのです。たとえ冷蔵庫で保存していても、カビが生えやすいので注意しましょう。

### カビを防ぐポイント

- 清潔なスプーンを使う  
(使用後のスプーンをジャムの容器に入れっぱなしにしない)
- 使い終わったら  
ふたをすぐに閉め  
早めに冷蔵庫へ
- 開封後は早めに  
食べ切る



### 豆知識

要注意の食品はほかにも。例えば「めんつゆ」には、水で薄めなくても使える便利なストレートタイプの商品があります。ストレートタイプは塩分が少ないため、カビなどの微生物が繁殖しやすく、冷蔵庫で保存しても開封2日後にカビが発生した事例があります。開封したら、なるべく1回で使い切りましょう。



糖分や塩分ひかえめの食品は早く食べ切っね



予告  
です!

9月24日(日)

組合員の皆さんの声を反映し、

# 「コープこうべネット」

新しい機能をお使い「コープこうべアプリ」  
いただくために

セキュリティー  
強化のために

新しいログインIDと

(メールアドレスか携帯電話番号)

パスワードの設定を

(8桁~20桁)

お願いします

設定期間

2023年

6月28日(水)

~9月23日(土・祝)



もっと使いやすく、もっと楽しく、もっとやさしく!

# が新しく生まれ変わります!

## 「サイト」をご利用の皆さまへのお願い

対象となる方

「コープこうべアプリ」「サイト」  
をご利用のすべての皆さま



コープこうべアプリ

店舗で

アプリの  
コピーカードを  
お使いの方



宅配で

めーむの商品を  
ネットで注文  
されている方



その他

本・CD・ギフトを  
ネットで注文されている方、  
アプリで店舗情報誌や  
おトク情報をご覧の方も  
対象です



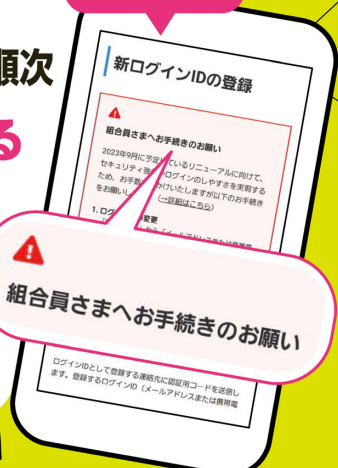
設定方法

6月28日(水)以降 順次  
画面に表示される  
案内に従って  
操作してください

画面で案内  
してくれるんだ♪



設定画面



パソコン・スマホのブラウザ版を  
お使いの場合



ログインすると「新ログインIDの登録」画面が  
表示されます

アプリをお使いの場合

6月28日(水)以降、アプリを  
最新バージョンにアップデート  
すると表示されます

早めに  
アップデート  
してね♪



「設定できるか心配」という皆さまへ

カンタン  
設定ガイドも  
ご用意



必要な方は職員にお声かけください



9月24日(日)以降に改めて

アプリのアップデートをお願いします。

\* 宅配の注文、アプリのコピーカードを引き続きご利用いただくには、  
最新バージョンへのアップデートが必要です。

一部機種におけるアプリ  
提供終了について

\* 今回のアップデートは、iOS 15以上/Android7以上を推奨しています。  
※ 2014年発売のiPhone6など、ご利用いただけなくなる端末が  
ございます。ご了承ください。

ご理解・  
ご協力を  
お願いします



# コピーのクイズ道場



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

□にリストの漢字を入れて、AとB、BとCを組み合わせ、熟語を作ろう。  
リストの漢字を使えるのは1回ずつ。  
残った漢字を並べ替えてできる言葉は?



【例】

A	B	C
自	然	カイトウ
用	紙	

→ AとBで「自然解凍」  
BとCで「解答用紙」

Bは、同じ読み方だけど、漢字は違うかも



答え

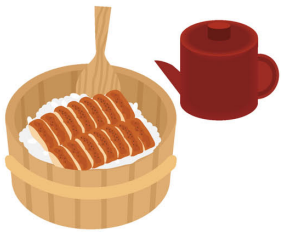
A	B	C
<input type="checkbox"/>	キセイ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	コウセイ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	エイセイ	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	ズカン	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	ジキ	<input type="checkbox"/>

リスト

工	熱	念	福
草	家	早	通
自	習	見	植
利	足	作	暴
交	人	月	尚
物	概	慣	

## 問二

全国の名物料理大集合♪ それぞれの主役になる材料と組み合わせよう。  
残った料理は、どこの都道府県の名物かな?



料理

- どて焼き
- ひつまぶし
- ジンギスカン
- めはりずし
- 治部煮
- いちご煮

材料

- ウニ
- うなぎ
- 高菜
- 羊
- 牛



答え

## 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  検索

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

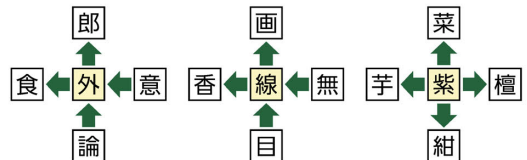
■締め切り 7月3日(月) 消印有効

※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

## 5月号の答え

問一 12個

問二 紫外線



4月号のクイズは解答総数6,345のうち、正解は6,205でした。

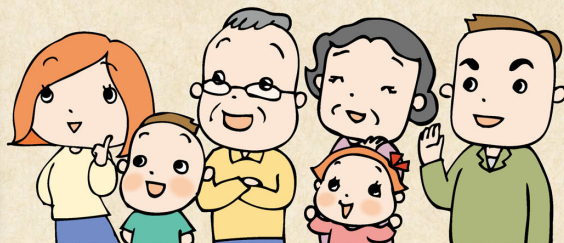
# みんなのひろば

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

## 私のコレクション!

収集する喜び、集めたものを見てよみがえる思い出。  
楽しみ方も人それぞれですね。



コーちゃん

プーちゃん

### 本当はどっち?

基本的にはコレクションはしませんし、必死に集めるのもどうかと思っています。ただ、軽い気持ちでコレクションできるものがあると、うれしくなります。実は鏡餅の干支マスコットがあと3つでコンプリート。毎年1つずつ増える喜び。何とかコンプリートできま

すように。

(豊中市・さいちこ・42歳)



コレクションする魅力には  
かなわない、ってことかな

### 容器も中身も 楽しんでます

きれいな箱や缶を見付けると、中身に関係なく買って帰りたくなり、いつの間にか増えてしまいました。最近の注目はクッキーの缶で、中身も缶も最高なものが目白押し。今のブームが長く続きますようにと願っています。

(西宮市・クーのママ・58歳)



僕は缶とか箱より、  
おいしい中身の方が  
好きだけだな

### もはや、家族同然 それ以上かも?

我が家には柴犬がいるので、ついつい柴犬グッズを買ってしまいます。キーホルダーに始まって、トイレマットやスリッパ、とうとうじゅうたんまでも。これからも、どんどん増えてしまうでしょうね。

(揖保郡太子町・やんすけ・57歳)



本物の柴犬と区別がつか  
なくなっちゃったりして

### 非売品にこだわって

以前はよく懸賞品になっていた、テレホンカードや携帯ストラップ。商品を買ったり、ラジオ番組にリクエストしたりして、せっせと応募しました。高確率でもらえたアイドルのテレホンカードやキャラクターのストラップなど、たくさん持っています。

(神戸市東灘区・いこちゃん・69歳)



テレホンカードとは懐かしい。  
時代の移り変わりを感じるのう

### 乙女心は止まらない

100円均一ショップで手軽に手に入るようになりましたが、お菓子やプレゼントのリボンをつい集めてしまいます。つるつるとした手ざわりやキラキラのラメ入りなど、今でもリボンにはトキメキます。

(小野市・こぼん・49歳)



プーちゃんはね、かわいい  
リボンで髪をくくってもら  
うのが大好き!

### コレクター誕生

3歳の娘は落ちてしまった花びらを集めています。家に持ち帰って、紙に挟んで押し花に。そして乾いた花びらを落書き帳に貼ってコレクションしています。小さな手で一生懸命作った押し花は、色褪せていきますが、娘の花への愛情は鮮やかなままです。

(豊中市・ゆきしゅう・43歳)



かわいい手で、花びらを  
集めている姿が目につ  
かんでくるわね

## 投稿募集 みんなのひろば

- 「テーマ投稿 まだ続いています!」  
今年始めに誓った目標や決意の進行具合、長年続けていることなど、教えてください。

## Present!

掲載分には  
コープ商品券1,000円分  
をさしあげます

7月3日(月) 必着

※原文は短くする場合があります

あて先は  
P.26へ



## 春の笑話

「新学期の持ち物、何だっけ?」と息子に聞くと「学校べんりに書いてあるやる!」と返された。「学校べんり? そんなの、もらったっけ?」…。皆さん、お分かりですか?そう、「学校便り」のことでした。まあ、確かに便利だけど。

(摂津市・ベル・59歳)



子どもの勘違いはかわいいから、あえて直したくないよね(笑)

## 似たもの同士です

私の職場には、制服を着ているときだけ私とそっくりになる同僚がいます。身長も体重も同じくらいで、その方のご主人も、私の子どもも、見間違うほどのそっくりさん。私の夫が見分けられるか、試してみたい今日この頃です。

(豊中市・つぶあんこ・49歳)



ここで見間違ったらアウトじゃ、がんばれ夫さん!

## キレイの秘密は

若いころは1万円以上する高価な化粧品を使っていましたが、退職してからは15年以上、コープ化粧品一筋です。80歳を超えた今でも肌にシワやシミは少なく、すべすべ。近くのお店で買えて、安価で安心、使い心地も良く、満足しています。

(神戸市北区・きくちゃん・82歳)



私も愛用中! 宣伝費を抑えている分、お手頃価格で高品質を実現できるんですって

## 健康は一日にしてならず

「一生、禁酒・禁煙」という父の教えを守り、現役時代は飲み会を全て断ったため、上司からの受けは悪く、平社員のまま定年退職した。定年後は、長生きの教えとして「食事を作る、作文を書く、楽器を弾く」を実行。同級生の男で今も元気なのは私一人なので、父の教えが生きていると思っている。

(神戸市須磨区・上野佳平・89歳)



いやはや、ストイックな姿勢に感服です。元気に長生きしてくださいね

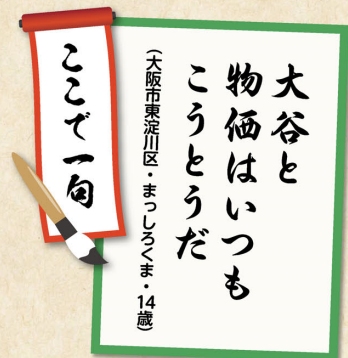
## 思わず目がキラキラ

ラグビーを習っている小学5年生の息子。ある日突然「野球を習いたい!」と言われ、驚きました。WBCで侍ジャパンが活躍、優勝したのがかっこよくて、やってみたくなったそう。子どもたちに夢を与えてくれて、ありがとうございます!

(宝塚市・かなりあん・40歳)



秋にはラグビーの世界大会もあるね。ラグビーと野球の二刀流もいけるかも!?



「好投」と「高騰」か、なるほど! 男子中学生作とは恐れ入った。座布団5枚、持ってこ〜い(笑)





## 来月もお楽しみに

夫は『きょうどう』の愛読者で、毎回楽しみにしています。出張中に私が処分してしまうと残念そうにしているので、店舗からもらってきてあげると喜び、「コピーのクイズ道場」に興じています。これからもよろしくお願いします。

(川西市・新人パート・51歳)



心が和むエピソード、ありがとう。喜んでもらえて、うれしいわ♪



## いつか「おひとりさま」に!?

3月号「おひとりさま」のテーマ、皆さんプラス思考でおられて、いいですね。我が家はというと、40歳過ぎた娘と、もうすぐ40歳になる息子の「おひとりさま」が。どうする娘、どうする息子…と、心配です!

(池田市・X・74歳)



本人たちが人生を楽しんでいるなら、万事オッケー。そう思いましょ



## co-op 流せるトイレクリーナー

トイレトレーニング中の3歳の息子。体が小さいせいか、落ちないように便座をつかむので、このクリーナーでこまめにキレイにしています。厚さも枚数も満足です。



(豊中市・りょうちゃんママ・41歳)



掃除ついでに除菌もできるお役立ちクリーナー。流せるのも便利だね



## co-op 九州の芋けんぴ

夫が毎日のように食べます。他の商品より絶妙に美味しいそうで、私も味見したらすっかりはまってしまいました。家族でわいわい言いながら食べているときが幸せです。



(神戸市須磨区・はるみー・51歳)



カリカリ、サクサクしてて、手が止まらなくなるんだ～

## 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」まだ続いています!
- 「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

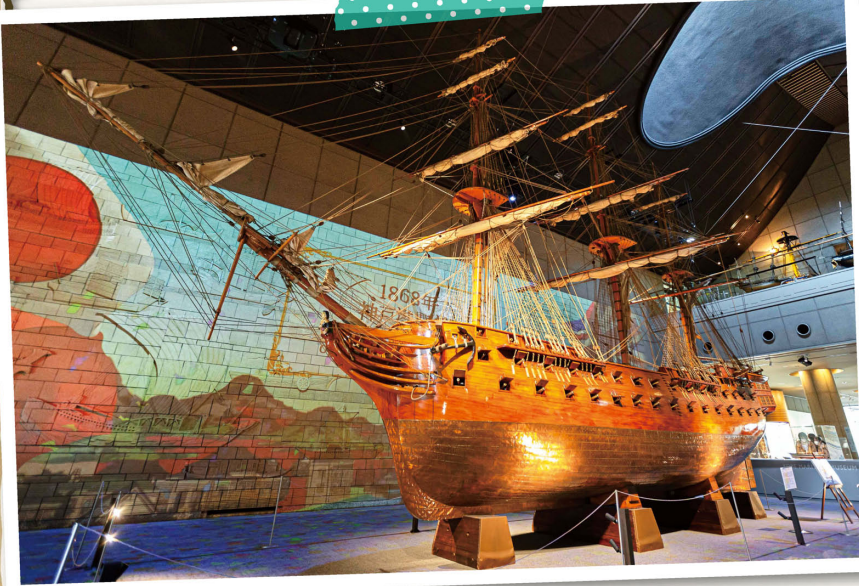
7月3日(月) 必着 ※原文は短くする場合があります

コピーカード  
と出かけよう!

神戸市中央区

# 神戸海洋博物館

神戸の「港・船・海」を  
楽しく学べる博物館



神戸開港120周年を記念して1987年に開館した博物館で、2020年にリニューアルしました。玄関ホールにあるロドニー号(模型)は神戸開港の祝砲を放ったイギリスの軍艦。開港150年の歩みをストーリー仕立てにしたプロジェクトマッピングとともに楽しめます。人気があるのは神戸港を再現した映像を見ながら操縦する「操船シミュレーター」。また神戸港を表す画面に触れると船の名前や動きが分かる「さわって発見! 神戸の船たち」などで、楽しみながら港や船の仕事を学べます。隣接の「カワサキワールド」と自由に行き来でき、乗り物好きの方にもおすすめです。

本格的  
シミュレーターで  
航海士の仕事を  
体験できるよ



- 住所 神戸市中央区波止場町2-2
- 電話番号 078-327-8983
- 開館時間 10時~18時(入館は17時半まで)
- 休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日休み)・年末年始

コピーカードまたは  
組合員証でお得

大人900円を **800円**に  
小学生~高校生400円を **350円**に

※1家族につき4人まで

コピーカードまたはコプ  
こうべの組合員証のご提示  
で、人気施設に割引料金を  
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



きょうどう 2023  
6

第1152(通巻1296)号 2023(令和5)年6月6日(火)  
編集 生活協同組合コプこうべ広報室  
〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1丁目3-19  
『きょうどう』編集室 ☎078-856-1080

K-230602

次回の  
『きょうどう』発行日は  
7月4日(火)です