

2024  
1月3日  
発行/1月1週

あなたとつながる情報機関紙

# Himawari

健康と子どもたちの未来のために  
こうち生活協同組合

No.1445 組合員数/105,272人 [12月19日現在]  
(Vol.1888)

発行人/理事長 佐竹一夫  
編集/運営企画グループ  
発行/〒781-0013 高知市薮野中町16番8号

2024年

## より良いくらしを

## 共につくる一年に

### 新年あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願いいいたします

こうち生協 理事長 佐竹一夫



昨年末は、新型コロナウイルスの感染症法上の位置付が5類へ移行して初めてのお正月となりました。これまで帰省を控えていたご家族が帰省することができたり、家族でお正月旅行をしたりと、いつものお正月が帰ってきたと感じている組合員さんも多いのではないかと思います。そんな家族のだんらんには、こうち生協のお届けしている商品や情報がお役に立てれば嬉しく思います。

さて、昨年2023年は、7月からの「地球沸騰化」とも呼ばれた地球規模での猛暑や干ばつに大雨などの異常気象、原料・燃料の高騰に伴う物価高が続きました。

そして、今もなお続いているウクライナとロシアの戦争に加え、昨年10月からはイスラエルとガザ地域との紛争により、多くの一般市民の命が奪われています。振り返ると悲しみや痛みを感じることも多い二年でもありました。そんな2023年でしたが、組合員さんからは「こういう時だからこそ、自分たちができることをしたい」と、色々な行動がたくさん生まれた年になりました。

平和を願う活動では、協賛した高知県生活協同組合連合会主催の「ピースアクションinこうち被爆ピアノコンサート」に過去最高の組合員さんの参加がありました。また、「ウクライナ支援募金」や「ユニセフ・ガザ人道危機緊急募金」へは組合員さんからのたくさんの善意が集まっています。

「生協だからこそできる、戦争のない平和な世の中、核兵器のない世界を願う想いや行動」を次の世代へとつないでいく。私たちに今できることを続けていく行動が、必ず戦争のない平和な世の中へとつながっていくと信じています。

また、コロナ禍が明けて再開した産地見学やコープよしだで開催されている「よしだサロン」等の、リアル開催で交流できる場に多くの組合員さんに参加していただきました。

須崎支所では、(株)協同プロセスこうちのお肉を使い、タレは(株)アピタさんと一緒に考えた「こじゃん豚ご飯が進む! 四万十ポークの生姜焼き」が共同開発されています。

生協と地域や取り引き先のみなさんとのつながりも大きく前進した二年となりました。

2024年は「甲辰」という年になり、「成功」という芽が成長していき、姿を整えていく」といった年にあたるということです。まだまだ先の見えないくらしが続きますが、組合員さんや地域の皆さん、お取引先の皆さんと一緒に、よりよいくらしを共につくっていく一年にしていきたいと思っています。

こうち生協は今年創立39年、来年は節目の40年を迎えますが、この先50年100年と後の時代も組合員さんのくらしに寄り添い、より良いくらしにつながる「道」を共に作り続けていきたいと思っています。  
健康と子どもたちの未来のために。

私たちがつくりました!



須崎支所 商品普及メンバー

### カンタンでおいしい生姜焼き!

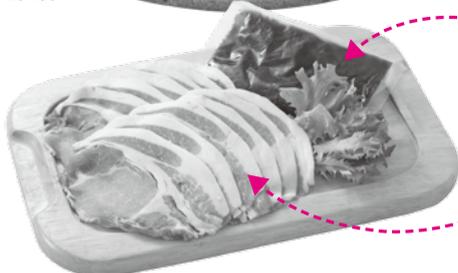
試食の回数を重ね、お肉の厚さも食べくらべてみて、食べ応えや、タレが絡みやすい1.8mmというこだわりの厚さに決定!  
タレは、「もう少しアクセントが欲しい。」という意見から、生姜とニンニクをプラスして、ご飯にもお酒のおつまみとしても合うように仕上げました。  
忙しい主婦が献立で迷った時に、簡単にパッと作れて満足のいく商品ができたと思います。

### こじゃん豚ご飯が進む! 四万十ポークの生姜焼き

肉 200g (タレ70g) 冷凍 特別にお得  
注文番号 15 本体価格 598円 (税込価格 646円)  
1月3回企画



※調理例



お肉の部位や厚さを考えて、何度も食べくらべました。



お肉屋さん

タレ屋さん

ご飯をかき込みたくなる、コクのある濃いめのタレは、生姜たっぷりにニンニクが隠し味

地元四万十ポークのロース肉は、肉感があり、火も通りやすい厚さ約1.8mm

## 須崎支所の商品普及メンバーが 共同開発しました!!

こうち生協須崎支所 × (株)協同プロセスこうち × (株)アピタ

みんなの  
商品声

吸水性バツグン!

食器や鍋などの拭き取りに普段2枚くらい使うところ、このキッチンペーパーは1枚でも水の吸収が良かったです。サステナブル商品であることも良いと思います。

色々な用途に

消毒液でのテーブル拭きやキッチン拭き、ドアノブ拭きに使いまわして床拭きに使って一石二鳥です。

とても丈夫

食器をふいた後、丈夫で破れてもいなかったため、レンジの汚れのふき取りに使いました。

モニターしました!!  
こうち生協商品モニター



みざら  
CO-OP 未晒しキッチンペーパー

大きくて量多め

サイズが大きくて使いやすかったです。揚げ物の油切りに使ったり、野菜の水切りに使ったりしますが、無漂白なので安心です。破れにくいので色々使い勝手がいいです。たっぷり入ってるのもいいです。

柔らかい

予想外の柔らかさ、布のような感じで、拭き取りに使用しやすかったです。

安心して使えます

無漂白で揚げ物の下に敷くときに安心して使える点が気に入りました。



もう65年前になります。家族は田舎(浦の内)に住んでいました。中学校卒業して高校へ進学するのは一部の人だけで、ほとんど就職する時代でした。私は高岡高校宇佐分校(海洋高校)の前身の定時制夜間部4年の頃、須崎の町まで行って参加した事でした。当時の写真はほとんどの方が洋服でした、記念品はみかんの苗を1本もらった事が思い出されます。

高年齢の私八十才、成人式4回迎えました。(笑) 高卒後就職し目標は成人式に着る晴れ着(今ほど袖が長くない訪問着)を親に心配かけず自分で購入しました。娘2人の成人式にはそれぞれ振袖、孫男子2人はスーツを買いました。時代と共に成人式は(式典は変わらないけど)変わるんですかね。我が家のタンスには私と娘2人の振袖3着が今も手放すこともなくタンスで眠ってます。

45年前、短大生でしたが成人式は地元に戻って来て出席しました。そして何と新成人代表で挨拶をしました。美容院で髪を結っている間も「ブツブツ」と練習しました。成人式の場所はどこやったろうか?今の様に立派な会館はありませんでした。とにかく心臓が口から飛び出すくらい緊張したのを覚えています。今年2人目の孫が成人式でした。

昭和48年で、学生の頃。古い体制やしきたりはナンセンス。成人式に華やかな振袖なんて必要ない、という風潮もあった。私も遅い反抗期で、親の勧める振袖は着ないと決め、自分で縫った赤いコートを着て行くつもりだった。ところが式の朝、その服を着てうつつ向いたところで袖のつけ根がビリビリと破れた。あらまこれでは着て行けない。どうやら縫った絹糸が朽ちていたらしい。仕方なく急いで母に着つけてもらって、振袖姿で式に参加した。思えば「ドジな成人」の始まりだった。

ホームページでは、たくさんの方をご紹介します。

以前の橋本大二郎知事が成人式で騒ぐ参加者に一喝したニュースを見た時、日本は大丈夫だろうかと嘆かわしくなった。今頃彼等は「今時の若者は」という年頃になっているのだろうか。20代は人生のピークですよ、もっと大事に生きてね。

私の成人式の頃は、それほど裕福ではなかったのですが、母が着物と帯一式をないお金をはたいて揃えてくれた思い出があります。それと式が終わっておばあちゃんの家に行くとき、メイク済の私を見て「あら、お化粧はしても良かったの?」と一言、シヨックを受けた思い出もあります。人にその頃の写真を見せると「この人だれ?」と言われます。

成人式:その時の好きなメイクや髪色や服装がそのまま写真に残っていて、今見てみるとなつかしい半面ハデハデすぎて恥ずかしくなってきました。成人式の写真をもう1度撮り直したい(笑)これも、いい思い出なのかな...

娘は成人式に振袖を着ました、2〜3回着る出番がありました。次に袖を切って訪問着となり、3〜4回着る出番がありました。可愛かった娘も50才になり、又着たのですが、着れば着物が映えさせてくれ、年なりに美しく別人となりました。着物は不思議。

今の振袖姿の成人式と比べて地味な成人式でしたが、参加して良かったと思います。



1月のテーマ 地元グルメ  
近所の商店街でよく買うお総菜屋さんや、B級グルメ、飲食店など、あなたのおすすめの地元グルメを教えてください!

テーマ以外でも商品への声やレシピ、おすすめスポットなど何でもOK! 抽選で3名様に500円分のCO-OP商品券プレゼント!

クイズ ●締切 1月31日(水)  
新商品の「こじゃん豚ご飯が進む!四万十ポークの生姜焼き」はこうち生協の商品普及メンバーが係って開発しました。さて、どこの支所のメンバーでしょう?  
ヒント:1ページをご覧ください。

答え   支所

◆12月号の答え:山の幸の 煮物  
※ご記入いただいた個人情報は、HPやSNSへの掲載、紙面作成、生協からの連絡、賞品発送に使用し、目的以外には使用いたしません。  
※ご投稿いただいた文章は、紙面の都合上、内容に支障のない範囲で変えさせていただきます。ご了承ください。  
※配達担当者または、店舗サービスカウンターにお渡しください。(運営企画グループまで)

支所・店舗  お名前  ペンネーム  組合員番号

**参加者募集!**

地域のガイドさんに教えていただきます **雨天決行**

**バイカオウレンらんまん!**

～佐川まち歩きと牧野公園散策～

高知県生協連では、連続テレビ小説「らんまん」で話題となった牧野富太郎博士ゆかりの場所や、バイカオウレンが見ごろを迎えている牧野公園を散策するツアーを行います。さかわ観光協会のガイドさんに、牧野富太郎博士や植物について教えていただきます。ぜひご参加ください。

**日時** 2024年2月17日(土)

**場所** 高岡郡佐川町

- ①午前の部 10時～12時半(受付:9時半～)
- ②午後の部 14時～16時半(受付:13時半～)

集合/佐川町  
※集合場所は参加者に後日連絡します。  
※現地集合・現地解散となります。

**募集要項**

- 対象/組合員とご家族
- 参加費/無料(入場料、保険代は生協連で負担します。)
- 募集人数/午前の部・午後の部 各20名
- 申込締切/2月2日(金)

※応募者多数の場合は抽選となります。結果については、2月9日(金)までに、電話またはメールでご連絡させていただきます。

コースの中に急な階段や坂があります。歩きやすい服装と靴でご参加ください。



まきのさん  
高知県立牧野植物園  
CC BY-ND

**お申込み・お問合せ**

高知県生活協同組合連合会  
〒781-0013 高知市荊野中町16-8 こうち生協気付  
TEL 088(846)3663

こちらからもお申し込みいただけます。



**Information**

**コープの夕食宅配**

●「いろいろコース」  
おかず4品  
5日分(5食)  
2,600円(税込)



●「らんまんコース」  
おかず8品  
5日分(5食)  
3,500円(税込)



この他にも「おかずコース」「お弁当コース」などがあります。

お問合せ/こうち生協本部 夕食宅配係  
TEL 0120-994-981(9時～17時 土・日・祝除く)

**カンタン便利!!**  
スマホから注文ができます  
まずは、コープアプリを無料ダウンロード



App Storeからダウンロード



Google Playで手に入れよう

買い物・話し相手・食事づくり・掃除・洗濯...  
困っている方への有償ボランティア  
**くらしの助け合いの会「コープたんぽぽ」**

困ったときはお互いさまの気持ちで助け合う、こうち生協の組合員さん同士のくらしの援助活動です。

- ◆屋内のお手伝い...2時間 1,600円+交通費
- ◆屋外のお手伝い...2時間 2,000円~+交通費

お問合せ/こうち生協 本部 コープたんぽぽ事務局

**子育て広場開催**

“ホッと一息”?それとも、楽しいおしゃべり?  
子育て中のお母さん方を応援!

- 場所:コープよしだ
- 開催日:毎週月曜日 10時～12時(祝日は休み)
- 参加費:親子1組 200円(保険費・コーヒー代含む)

お問合せ/こうち生協 本部 運営企画グループ

**1月29日(月)は12月分利用代金の再引き落とし日です。**

※再引き落としに手数料200円が加算されます。

**こうち生協の引越しサービス**



**お見積り無料!**

組合員特典

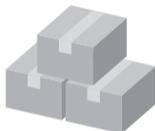
**全国対応**

**アート引越センター**

基本料金の**30%OFF**

3月20日～4月8日は**10%OFF**

★ダンボール最大**50個まで無料**



**サカイ引越センター**

基本料金の**20%以上OFF**

3・4月は繁忙期料金となります。

★ダンボール最大**50個**  
ガムテープ2個・布団袋2個が**無料**

★無料訪問見積り申込みで、お米(岩手県産ひとめぼれ)1kgプレゼント!

**指定エリア間限定 単身パック**

**日本通運**

単身パック**1BOXあたり**  
**1,100円OFF**  
(税込価格)

指定エリア/  
高知市(鏡・土佐山除く)・南国市・香美市(香北・物部除く)・香南市・安芸郡芸西村・いの町(旧吾北村および旧本川村除く)・土佐市

お問合せ 見積りお申込み

こうち生協 本部 サービス事業部  
TEL 0120-994-942 受付時間 9:00～17:30(月曜日～金曜日)

**店舗では 1月の感謝祭**

**お買い得品いっぱい3日間!!**

**1/25 [木]** **1/26 [金]** **1/27 [土]**

1/25(木)は安芸市の伝統野菜、  
大きな～大きな～『入河内大根』の  
販売を行います!

試食もあります!  
この時期だけの甘くて  
おいしい大根です。



..... お店のお買い得情報を発信中! .....

コープよしだ 高知市吉田町6-6



コープかもべ 高知市鴨部2丁目4-43



**11月 理事会だより**

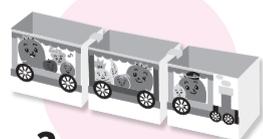
11月21日(火)開催

- ◆「2024年度方針についての考え方」について確認されました。
- ◆「2024年度予算方針策定スケジュール」について確認されました。

- ◆組合員さんの声の共有と商品や運営についての意見交換・質疑応答が行われました。
- ◆2023年度方針の進捗状況と、10月決算の報告がありました。
- ◆安全防衛運転の取り組みについて報告がありました。
- ◆第39回通常総代会第4回準備委員会報告がありました。
- ◆コープたんぽぽ2023年11月幹事会報告が確認されました。
- ◆2023年11月LPAの会定例会報告が確認されました。
- ◆2023年11月たべる\*たいせつキッズクラブサポーター会報告が確認されました。
- ◆2023年9月環境関連実績報告が確認されました。
- ◆内部統制2023年度10月の進捗報告が確認されました。
- ◆支所・店舗運営会議報告が確認されました。
- ◆アルコール検査に関する規定運用開始について報告がありました。
- ◆FP協会高知支部「FPの日2023in高知」終了の報告がありました。
- ◆2023年度第4回監事会議事録の報告と人事共育グループ監査報告がありました。
- ◆CSネット監事連絡会の報告がありました。



イラストに沿って切り取るとトロッコに! 列車ごっこで遊べます。



**3** テープでつなげたら、機関車の出来上がり。



**2** よく洗ってきれいにしよう。



**1** 飲み終わったら、パックの上だけたんで、イラストに沿ってハサミで切ろう。

125ml

切ったままのパックに  
お砂糖を入れるパックに  
になりました!

200ml

植物由来プラスチック99%使用の  
ストローに変更しました!

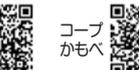
◆ リニューアルポイント  
国産にんじん60%はそのまま、うんしゅつみかんの割合を増やし、より飲みやすい、自然な甘さに。7つの果物の種類は今までと変わりません。  
◆ 200mlのストローは環境のことを考えて植物性プラスチックの使用量をアップ。  
◆ 125mlのパッケージは、親子でトロッコ作りが楽しめるデザインに。



7種の果実  
国産にんじん

**CO-OP**  
**ミックスキャロットが**  
**リニューアル!**

お問合せ/こうち生協 本部 TEL 0120-136-201  
9:00～17:30(土日除く) (088-826-5211)



# ユニセフ・子ども食堂お年玉募金にご協力ください

～わたしのお年玉を世界の子どもたち・地元高知の子どもたちのために～



©UNICEF\_UN0841737\_Dejongh



こうち生協は、世界中の子どもたちと高知県の子どもたちが十分なケアを受け、よりよい人生のスタートがきれよう、「ユニセフ・子ども食堂お年玉募金」に毎年取り組んでいます。この時期、世界中の子どもたちと高知県の子どもたちへのお年玉としての募金を呼びかけています。

2022年度の募金総額は4,133,166円でした。ご協力ありがとうございました。お寄せいただいた募金は、募金総額の9割をユニセフ募金（一般募金・ミャンマー指定募金）へ、また1割を高知県子ども食堂支援基金へ送金させていただきました。

## ユニセフ（国連児童基金）

世界の子どもたちの命と権利を守る主要な機関として、約190の国と地域で活動を行っています。

### ユニセフ募金の流れ



2022年度 募金額	
ユニセフ一般募金	657,221円
ミャンマー指定募金	800,000円
ユニセフ緊急募金	2,428,966円
子ども食堂支援基金	246,979円
合計	4,133,166円

## 募金方法

### ■ユニセフ・子ども食堂お年玉募金

（受付期間／1月3回～2月3回）

1口 1,000円 **注文番号 1062**

### ■ユニセフ・子ども食堂募金

（通年常時受付）

1口 100円 **注文番号 1064**

## 募金でできる支援例



**2円** ビタミンA  
カプセル1錠

免疫力を高め感染症にかかりにくくする。



**50円** 栄養治療食  
1袋

重度の栄養不良からの回復に役立つ。

**217円** 折り畳み式の貯水容器  
10リットルの水を貯水・運搬。

**2,096円** ワクチン用保冷庫  
熱に弱いワクチンを一定の温度に保ち運ぶ。

## 一般募金支援活動例（2022年）



©UNICEF\_UNI438625\_Mohamdeen

### 保健・栄養

発育阻害やその他の栄養不良を防ぐためのサービスを約3億5,600万人の子どもたちに提供しました。

### 教育

学校に通っていない子ども3,790万人以上が就学前教育、初等、中等教育プログラムに参加しました。

### 水と衛生

3,060万人に安全な飲料水を、2,600万人に清潔なトイレを提供しました。



©UNICEF\_UNI401763\_Naftalin

### 子どもの保護

2,520万人の子どもや若者にメンタルヘルスや心理ケアサポートを提供しました。

## ミャンマー指定募金支援活動例（2022年）



©MKLDO\_2022

### ミャンマーの女性と子どものための栄養支援プログラム

ミャンマーでは、依然として厳しい人道危機的状況にあり、敵対行為や紛争が続いています。幼い子どもの5人に1人が深刻な食料の貧困状態にあり、さらに状況は悪化しています。

ユニセフでは、パートナー団体と協力して、医療従事者とコミュニティ・ボランティアに対して、微量栄養素の補給、母子栄養カウンセリング、急性栄養不良の子どもの早期発見と治療など、包括的な栄養サービスを提供するための研修を行なっています。

## 高知県子ども食堂支援基金（2022年）

2017年に「子ども食堂」の取り組みを継続的に支援することを目的に開設されて以降、193カ所（2022年末時点）の子ども食堂の運営費として活用されています。