



コープ会・グループ活動報告書 おしゃべりノート集

師走

何かとせわしい時節ですが、
体調に気をつけてお過ごしください

来年もみんなでコープ会活動を盛り上げていきましょう♪

☆「おしゃべりノート集」は  “Web”で見ることができます！



このQRコードから
「おしゃべりノート集」
が見れるよ！



★この報告書集は、

コープ会やグループどうしの交流になれば、また、くらしの思いを共感することができればと考えて、
ご提出いただいた全てのコープ会・グループの報告書をまとめてお届けします。

※報告書でお寄せいただいた声は、ブロック協議会を通して生協の事業や活動の参考にさせていただきます。

★「みんなとコープを声でつなぐ COOP商品**声**ニュース」12月号を同封します。

※掲載商品がコープおきなわでは取り扱いがない場合もあります。

★「コープ九州 組合員の声に応えて」を添付しています。

九州・沖縄の生協組合員の声をもとに改善した事例をご紹介します。

★「1月のCOOP みみよりWEB」を添付しています。

前編

〔テーマ〕九州のお雑煮
九州各県のご当地お雑煮を紹介♪

後編

〔テーマ〕温活メニューで受験生応援
あたたかいスープで身体も心もホッと一息



★ういずコーぷ 12月号を同封します。

VOL.64 2023年11月

(10月末までにご提出いただいた分です)

発行：バックアップ本部 総合推進室

☎098-879-1144 FAX098-879-1199

2023年度「コープ会」「グループ」発足状況

2023年10月末現在

ブロック	コープ会名	人数		グループ名	人数
北部 5コープ会(15名)	1 羽地	3			
	2 大宮ベル	3			
	3 ブルメリア	3			
	4 うぶみゃ	3	23年5月より活動		
	5 マングローブ	3	23年7月より活動		
	6 あみあみ	3	23年11月より活動		
うるま市 2コープ会(7名) 2グループ(18名)	7 いふあ	4		1 ソーミナー	9
	一歩会		10月解散	2 Forチルドレン	8
				3 あさがおの会6月～	8
沖縄市 5コープ会(37名)	8 宮里ファイターズ	5			
	9 アップル	9			
	10 すずらん	5			
	11 泡瀬シャトル	13	5月より3名追加		
	12 あそびざかり	5			
中部					
宜野湾・中城 1コープ会(3名)	13 みーちぐすく	3			
浦添市 コープ会(16名)	14 ファミリー会	3			
	15 プラム	3			
	16 てとて+	6			
	17 4Lady	4			
	18 Fortune	3	23年11月より活動		
那覇東 4コープ会(15名)	19 アロハ	4			
	20 ひまわり	3			
	21 Beママ1	4			
	22 Beママ2	4			
那覇西 6コープ会(26名)	23 泊っ娘♡	4			
	24 あか	3			
	25 73期会	6			
	26 おもろまち	6			
	27 店舗	4			
	28 あんていむ	3			
南部東 2コープ会(14名)	29 ハッピーいちご	8			
	30 新開	6			
南部西 2コープ会(8名)	31 ローズ	3			
	32 みやらび	5			
宮古コープ会(3名)	33 スマイル	3	23年6月より活動		
八重山 コープ会(6名)	34 こらまた	6			
コープ会合計	34コープ会	153名		3グループ合計	25名



前月のおしゃべりノートを
読んで交流しました♪
※ブロック協議会で
話題になった声です。

羽地 コープ会 さん
やわもちアイス 焦がみたらし!!
ブロックの甘ボ-ター さん 作るのあたしも
好評でしたよな 今度 試してみよう
中部 ブロックより

大宮へル コープ会 さん
どういふは じター 甘ボ-ター さん
ありがとうございます!! 甘ボ-ター さん
手てくてもいいかな 運動会 たいか
お弁当がある学校で 出てきたの 子供達
やはり アリガト うめい 7月ね
中部 ブロックより

アングロ- コープ会 さん
おれも 今回の 商品の中だと
源氏ハヤが 好きです
今は 宿泊 訓練 学校 旅行 スーツ
おれも 手てくてもいいかな 会議で
話題になりました
中部 ブロックより

アッポル コープ会
炊飯器 フルーツケーキ いいですねー!
米銀さんの 若返り エキ! 興味津々です
オレも 要領も 良く 素敵ですねー
総務会が 会合で 来て 嬉しかったです!
中部 ブロックより

「あびざかり」 コープ会 さん
いふあ-チ会
めろちと いいですねー!
コープ会の 可能性が 広がります
さらに
中部 ブロックより

てとて+ コープ会
油あげとワケメのお味噌汁に
ゴマドレッシングを入れたら良かったと
言入れていますか? どのくらいの量を
入れたのか、また教えて下さい!
浦添市 ブロックより

Be ママ コープ会
1.2 と それぞれ 楽しそうですね
ハロウィン 面白い パーティー系! いいですね
ちなみに ベ-リー 部門は 山内 さん
売上 トップで 人気 そうです
中部 ブロックより

おもしろまち コープ会
「お買い物券でお酒が買えないの?」...と
協議会でも 話題になりましたが 法に 依り
見購入 不可とのこと。他にも タバコや チケット 等
お買い物券で 見購入できないものがあるようです
免強になりました... 那覇東
ブロックより

※毎月15日までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(羽地)コープ会	所属：(北部)ブロック
------------	---------------

記入者	金城 美智子	開催日：11月23日（木）17時～18時
		未開催：の場合理由（ ）
開催場所	宮城家	今月の支出：1,485 円
		支出の累計： 円
参加者名	矢田、後藤、落合、長久、金城（登録3名中3名）	

●次の開催：12月21日（木）17時～18時 場所：宮城家

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は（有・無）・画像添付（有・無）○印をつけてください。

🍷 試食商品 可能なら購入場所の記載（協同購入・店舗）をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

★グリーンスムージー

★モーニングクロワッサン

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

★ステーション利用者の持ち帰りやすい為

★前回好評だったため今回もその2点にしました。

🍷 おしゃべりした内容

★1年くらいして？

カーブスに通っている。ラジオ体操、ネットを見てヨガ

↓効果

1は手令雑崎、筋力手令若くした、

↓

継続の大事だね！！

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んだ感想など

（回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい）

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**大宮ベル**)コープ会 **北部** ブロック

記入者	木村	開催日・時間	11月22日 10時から12時まで
		未開催：理由	
開催場所	大宮小	今月の支出	1,470
		支出累計	11,946
参加者	木村、津波古、屋嘉、他2名	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		大宮小	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

cミックスキャロット、Cこだわりの揚げおかき、Cラムレーズンサンド、Cミックスチョコビスケット、Cひとくちミルクチョコ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

人参が親子で苦手な人が結構いるので、コレなら大丈夫とおすすめしました。結果は、人参の味しなない?(*´Д`)イケる!、、でも、匂いがダメな人はやっぱりダメでした。残念(´・ω・`)。ラムレーズンも賛否両論あり。この日は気温が高かったので、冷やした方が美味しいはず。万人向けのお菓子では無いことが分かりました。個人で楽しめます(´-`)揚げおかきは、思ったより甘くてしっとりしてました。歯につくかんじかな。後味良くてついつい手が出ます。

◆おしゃべりした内容

名護高校サッカー部の話。初の沖縄県代表おめでとうo(^▽^)o 大宮小学校出身の子が結構いて、あの子はどこの子とか盛り上がりました。募金Tシャツ買わなきゃね、年度末楽しみねとかの話。あと、テレビで、白菜やキャベツが安いって言ってたけど、沖縄は、まだまだ安くないのはなんで〜って話。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

年末掃除がやって来ますねそう、プランが大事!ためになりました

コープ会おしゃべりノート(報告書)ウェブ報告

(**マングローフ会**)コープ会 北部 ブロック

記入者	久藤	開催日・時間	11月29日 14:00～16:00
		未開催：理由	
開催場所	久藤宅	今月の支出	1,503
		支出累計	1,503
参加者	久藤、遠矢、萱島 子ども6名	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		久藤宅	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

・厚切りパインスライス・Cみかん缶・はちみつ・バンダイ魚ぎょとグミ・厚切りパインーロ・キティ
チョコマシュマロ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

・まだ暑い日が続いているのでフルーツポンチを子ども達と作るためにフルーツ缶詰を選びました。レモン炭酸水に缶の汁ごと入れてみました。さっぱりとした甘さで美味しかったです。・手作りのパンにバターとはちみつをぬってバターハニートーストにしました。はちみつにコクがあり、子ども達に大好評でした。グミとチョコマシュマロは子供達のゲームの景品にしました。

◆おしゃべりした内容

・焼き芋の作り方について・持久走大会について・音楽イベントについて

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**あみあみコープ会**)コープ会

北部 ブロック

記入者	田中 美由紀	開催日・時間	11月15日 10時～14時
		未開催：理由	
開催場所	田中家	今月の支出	1,490円
		支出累計	1,490円
参加者	新垣 国井 田中	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		12月13日(水曜日) 国井家	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

コープ こだわりの揚げおかき みりん醤油コープ
 応援食 ココアクッキーコープ フルーツグラノーラ チョコレートコープ
 10種の野菜と国産小麦のクラッカー

◆選んだ理由、調理方法、感想など

体に良さそうなおやつ、同じ食べるなら少しでも栄養価が高いものを選びました。
 クラッカーが美味しく、他社と比べてもボソボソしてなく食べやすい。
 グラノーラはチョコ味だけど、罪悪感がない。
 鉄分〇〇の何束分とか〇〇100g分相当とか表示されるが、その量が想像できないし鉄分が〇〇
 にどれだけ入ってるのかわからないので評価ができない。

◆おしゃべりした内容

トーストはガスグリルorオーブンorトースターで焼いたほうが美味しいか。更に、どちらが朝の準備
 では楽かが話題になった。トースターが子供も気軽に使え、ピザなどにも使えるのでトースターが
 良いと結論。
 プロテイン飲み続けたいけれど、味とこなっぼさがイヤで続けられない。混ぜ方や一緒に入れるも
 ので改善できないかなど案が出たが解決案には出なかった。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**宮里ファイターズ**)コープ会 沖縄市 ブロック

記入者	豊里美都子	開催日・時間	11月17日、10時15分～11時10分
		未開催：理由	
開催場所	豊里の家	今月の支出	1,447円
		支出累計	11,704円
参加者	豊里、宮里さん、島袋さん、仲里さん	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		2023年12月15日	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

クーリッシュミニ札幌味噌ラーメン
ナタデココシャインマスカットゼリー

◆選んだ理由、調理方法、感想など

味噌ラーメンちょっと水少なくいれてしまって、こいくなかったけど、後でお湯足したら、とても美味しかったです。

クーリッシュミニは、豊里家で人気の商品で、みんなに食べて貰いたく頼んで見たのですが、丁度良い量で美味しいとの事でした。

ナタデココとシャインマスカットゼリー一緒にして食べたのですが、とても好評で美味しかったです。

◆おしゃべりした内容

叔父さんの介護とリハビリの話して、歩かないと足が衰えてくるので、少しずつでも歩いてリハビリした方がよいね。

年末の大掃除どこからするか？少しずつ始めないといけないけど、やっぱり台所からが良いですね

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

コープ会おしゃべりノート(報告書)ウェブ報告

(**アッフル**)コープ会 沖縄市 ブロック

記入者	照屋みどり	開催日・時間	11月28日火曜日
		未開催：理由	
開催場所	たんぽぽ	今月の支出	¥1,759円
		支出累計	0
参加者	普久原江美子、田中、 米須、照屋、 ゲスト=秋山、仲間、古堅	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		未定	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

店舗惣菜の大根イリチー、玄米パック、やわらか豚ヒレカツ差し入れ柿、オニオンスープ、炊飯器で作ったオレンジケーキ、cおかき、c毎日鉄分野菜果実cチョコグラノーラ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

何故か健康に良いものが欲しくなる。食物繊維の大根イリチー、炭水化物だけじゃない玄米、タンパク質も欲しいヒレカツ。コープの惣菜は、やっぱり美味しい。大根イリチーの優しい味。玄米のなんとも香ばしい味。ホントに柔らかに食べられるヒレカツも最高でした。

◆おしゃべりした内容

オシャレ上手なメンバーの沢山の話題。孫のアレルギー、アトピー、3秒ルール、炊飯器でオレンジケーキの美味しかった事。恐ろしい麻薬のグミ。羽生結弦。お笑い。白内障の手術。古いジーンズでステキなカバン。古着でマット、手作り縄跳びなど。

◆生協を利用して気づいた点『ういずコーぷ』を読んでの感想などあれば
いつもいつも安心して買い物が出来るコープがあって毎日感謝しております。

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：ega01144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(泡盛シヤトル)コープ会

所属：(沖縄市)ブロック

記入者	志喜屋直美	開催日：11月17日(金) 12時～12 ¹⁵ 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	泡盛体育館	今月の支出：2247 円 支出の累計：10219 円
参加者名		(登録13名中8名)

●次の開催：12月 日(金) 12時～ 時 場所：泡盛体育館

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・☒無)・画像添付(有・無)〇印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

梅ヶ枝餅

② 選んだ理由、調理方法、感想など

理由 - お土産がもらったり現地で食べたりして美味しかったから。

調理 - 冷凍のままオーブンで約20分焼いた

感想 - 先月福岡に行った時に食べたがそれよりも皮が
パリパリしてもっとおいしい。

つぶあんがおいしい。

③ おしゃべりした内容

・死後の世界について

肉体は死んでも魂は残っている。

死の体験をしたメンバーが魂めけると痛みも苦しみもないとのこと。

として天井から下にいる自分の肉体をみている。

一度魂が抜けた経験のある人は感性が高い人が多い

・永代供養のしくみ、料金

(サダカウサレ)

・現代の落事情

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういすこーぷ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

冷凍のBox(共同購)が大きくなって人数が多くなったので名前の
シールが内側にあり自分で自分の商品を探すのにビニールをほどい
て確認する作業が午間がかかるといふのでめんどうくさい。
急いでお知らせします。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**あそびざかい**)コープ会 沖縄市 ブロック

記入者	仲間洋子	開催日・時間	2023 11月27日 13時～15時
		未開催：理由	
開催場所	山田宅	今月の支出	1,469
		支出累計	11,969円
参加者	山田 照屋 枚田 仲間	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		2023 12月15日 11時半 未定	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

店舗購

入玉子かゆ95円 ライトツナフレーク125円 ひじきドライ缶218円 大豆ドライ缶148円
cさば味噌缶228円 ホールコーン紙パック125円 Cバター香るクロワッサン71円
C小麦野菜バー138円

差し入れ

大葉 ミックスビーンズ缶海苔 マヨネーズ 野菜ジュースフリーズドライ野菜スープミネストローネ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

環境委員会企画 防災 ローリングストック 火を使わない簡単調理 実習試食。ビニール袋に 入れ もみもみクッキング。子どもたちも できる。ういずこーぷ9月号を 見直す。大豆ツナポテサラ磯部巻き クロワッサンに サンド美味しい。大葉刻みさばの臭みなし味わい豆もりもり。かゆの 中身 変えるだけで 雑炊味変わる。野菜バー 子どもたちも 野菜とれて いいね。野菜ジュース セロリの風味も あり、さっぱりする。ボトルよく シェイクして 飲むと いいね。

◆おしゃべりした内容

コープ美里店舗にてベジチェック推定野菜摂取量 手のひらで測定。100%のうち66%摂取。野菜ジュースで 補うことも よし。野菜高騰 いつまで 続くか…。メンバーの一人 二人目のお孫さん。はじめて箱 届いたら 見せてね。5歳になる お孫さんも 産まれた時もらったよ～。長く 続いているね。ありがたいです。おしゃべり満載、帰る時は 楽しかったさ～。来月は 発声練習しよう と…。カラオケ望年会 予定です。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

ひやごんホール3周年 職員の皆さまありがとうございます。友引に、合わせコープ会で 見学 丁寧なお話し。とても勉強に、なりました。個人的ですが一周年の際 棺の中に入る体験させていただき。覚りの2分 生きる日々を 楽しく過ごす、寿命 のびました。さて お掃除苦手な主婦 11月ういずこーぷ参考に ぼちぼち 手をつけまーす。感謝…。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(みーちぐすくコープ会) コープ会

宜野湾・中城 ブロック

記入者	金城	開催日・時間	10月29日、14時～17時
		未開催：理由	
開催場所	金城 自宅	今月の支出	1,533円
		支出累計	8,539円
参加者	中嶋、浦、宮城、 大城、金城	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		未定	

ひとことカード 無し

◆試食商品

●CO・OP 3種のチョコがけミックスナッツ●CO・OP どうぶつカステラボーロ●CO・OP 応援食ココアクッキー●CO・OP 3種のプチドーナツ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

●選んだ理由ハロウィンパーティーを企画したので、全員へお菓子の詰め合わせを用意することにしました。子供達が食べやすいものと、大人には少し贅沢にチョコがけミックスナッツを(*´艸`)
●感想『チョコがけミックスナッツ』クーベルチュールチョコ使用と載っていて、お値段的にも贅沢な商品(*´艸`)お上品な量で、よく味わっていただきました(\*´艸`)美味しかったです。『カステラボーロ』国産小麦・緑黄色野菜を使用していて、安心して子供に食べてもらえます。『ココアクッキー』国産小麦を使用。2本あたり鉄分6.0mg・たんぱく質2.0gの栄養補給ができるので嬉しいです。大豆パフのサクサク食感が美味しかったです。『プチドーナツ』安定の人気♪ドーナツと聞くだけで子供達は大喜びです♪

◆おしゃべりした内容

今回は、中嶋理事の参加もあり特別なコープ会になりました(*≧▽≦*)仕事や家のこと実家のこと、毎日大忙して休まらないね～と、色々お喋りしました。束の間のコープ会の時間を堪能しました(へへ)★大人だけに『CO・OP 4種のベリーミックス』を使ってハロウィンドリンクを作りました。当日は、炭酸を買うのを忘れてしまって、サングリアの粉を水で溶きましたが、トニックの炭酸を使うと苦味が加わり、ノンアルコールカクテルみたいで美味しいです♪グラスを変えるとクリスマス等のイベントやお客様へのドリンクにも良いかと思います♪簡単なので是非作ってみてください♪
【作り方】材料と仕上がり写真添付あり①グラスにノンアルコール サングリアの粉を入れ、少量のトニック炭酸で溶く。②氷を入れ、ストローとスプーンを入れ、トニック炭酸を優しく注ぐ。③ベリーミックスを上に乗せる。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

みーちぐすくコープ会



※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）
以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(3月)コープ会		所属：(浦添)ブロック	
記入者	智子	開催日：11月28日()13時~14時	
開催場所	智子宅	未開催：の場合理由()	
参加者名	優子 孝子 智子 (登録3名中3名)	今月の支出：916円	
		支出の累計：10,595円	
●次回の開催： 月 日() 時~ 時 場所：未定			

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)〇印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

(コープ 寒川 に購入しました。)

- ① C 北海道産スパゲッティ
- ② C 玄米もち
- ③ C 国産米の米粉

② 選んだ理由、調理方法、感想など

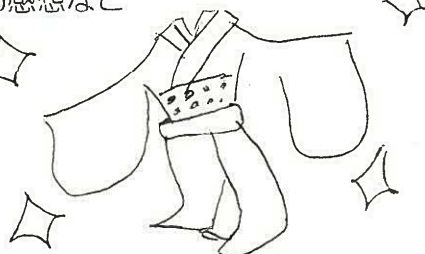
- ① 国産でヘルシーな感じ。イタリア製の Pasta に比べてやや硬めかな〜
- ② 玄米もちは、白米のもちと比べて、味があっておいしかった。正月にぜひ利用したい。
- ③ 小麦粉に比べてサラサラしている。長さを混ぜ、お好み焼きを作ったが、やわらかすぎて失敗。お好み焼きにも挑戦してみたい。

③ おしゃべりした内容

- ・クリスマス前に鳥インフルエンザが発生し、ショック。又、値上げするのかな？
- ・東南植物学園のイルミネーションのビデオを鑑賞して、感動した。
- ・寒くなると姿勢が丸くなって、肩がひどくなる。運動不足も原因。
- ・電気を布を掛けて寝ている。
- ・最近、羞付け教室に通い初め、着物の沼にはまりそう。着物の奥深い魅力に目覚めてしまった。正月以外に着ていくところないかな〜
- ・着物屋の男性の店員さんの着物姿もほれほれする。

♡ 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)



※毎月1日までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（船活スタッフ）へ
 (FAX: 098-879-1199) メール: egao114@okinawa.coop または地域担当者へ)

以下はそのほか「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コース会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

()コース会

所属: (浦添市) ブロック

記入者	<u>照屋</u>	開催日: <u>11月28日(火)</u> <u>14時~16時</u> 未開催: の場合理由()
開催場所	<u>新垣</u>	今月の支出: <u>1500</u> 円 支出の累計: <u> </u> 円
参加者名	<u>新垣、小川、照屋</u> (登録 <u>3</u> 名中 <u>3</u> 名)	

●次回の開催: 月 日 () 時~ 時 場所:

読んでみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は (有 ・ 無) ・画像添付 (有 ・ 無) ○印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載 (協同購入・店舗) をお願いします。

全て店舗で購入

・ (COP) 粒入りコンスープ

・ (COP) おタタキスープ

・ (COP) お花節・お花パックソフト削り

② 選んだ理由、調理方法、感想など

・ スープは、原材料が他のメーカーよりシンプルだから。

粒入りコンスープが好みだからです。

・ お花節は、ちんてん発酵させているからお節とすることで (義母から教わる)
 コーポラティ商品にもあると分かって購入しました。

③ おしゃべりした内容

・ 子供達の塾について。

・ 将来旅行かした。ね

・ 投資について考える。・ ふるさと納税やる?

♥ 生感を利用して気づいた点や『ういすこーぶ』を読んだ感想など
 (回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(てとて +)コープ会

所属：(浦添)ブロック

記入者	譜久原美和子	開催日：11月2日(木)10時～ 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	コープ牧港2F	今月の支出：1,507 円 支出の累計： 円
参加者名	仲間島田岩山兼城 譜久原	(登録6名中5名)

●次の開催：12月7日(木)10時～11時 場所：コープ牧港2F

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)○印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

※島田さんより・うりすん(四季豆)

○三元豚ロースしゃぶ

・長寿草

○とこ豚ロースうすきり

・真味菜ゆば 等差入ゆば

○白菜 1/4

※仲間さんより・豚肉おすき... → あいどう感謝!

○白あえベース co-op

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

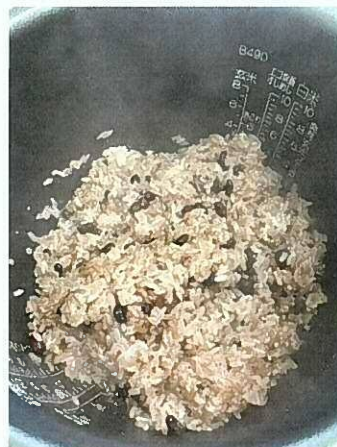
○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

○白ネモ

てとて+コープ会



コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**4Lady**)コープ会 浦添市 ブロック

記入者	當山	開催日・時間	11月6日、20時～10時
		未開催：理由	
開催場所	當山事務所	今月の支出	1,460
		支出累計	10,675
参加者	當山、呉屋、朝永、島袋	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		12月11日、當山事務所	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

◆C厚切りバナナバーム◆Cほくほくお豆の玄米ごはん◆ピュアポテトオホーツクの塩と岩塩

◆選んだ理由、調理方法、感想など

バナナバームは、久々に食べたくなって選びました。しっとりしていて美味しかった。玄米ごはんは前回好評でしたが、1つをみんなで分けて食べ、物足りなかったなので、今回は人数分購入。おかずが無くても、そのままで十分美味しく頂きました。

◆おしゃべりした内容

遠足を計画していたが日程が合わず、新年会と合同で行うかどうか。11月、12月の予定確認。記念誌に関する話。家族で旅行に行く話や、行った時の話して盛り上がった。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

※毎月15日までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(ひなわり)

コープ会

所属：(那覇東ブロック)

記入者	前田 郁子	開催日：11月12日(日) 12時～14時
		未開催：の場合理由()
開催場所	コープ館3階	今月の支出：1466 円
		支出の累計：11720 円
参加者名	当座2人、島袋時子、前田郁子 (登録者名中3名)	

●次回の開催：12月10日(日) 12時～14時 場所：各月定

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)〇印をつけてください。

🍷 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

ゴーヤー弁当

鶏ささみかつ弁当

中華丼

おくらとひしきの和え物

🕒 選んだ理由、調理方法、感想など

・ゴーヤー弁当ーゴーヤは芯部分が少し固い
唐揚げは程よい揚げ具合で味が良い
サラダも美味しい位。

・鶏ささみかつ弁当

野菜が多く入っていてヘルシー

・中華丼ーうす味で美味

🗨️ おしゃべりした内容

白内障について。

手術は15分程度で終了するが、その後
ケアが難しいようだ。1日は数回の点眼。
目にゴミや水が入らないようにゴーグルをかける。
紫外線に当たらない。その他いろいろ。

💖 生協を利用して気づいた点や『ういすこーぷ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**Beママ2コープ会**)コープ会 那覇東 ブロック

記入者	底原真佐美	開催日・時間	11月27日、12時～16時
		未開催：理由	
開催場所	底原家	今月の支出	1,485円
		支出累計	10,068円
参加者	底原、今村、高良	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		12月4日、底原家	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

・コープクオリティ ラムレーズンサンド・コープクオリティ アーモンドリーフ・コープ 切れてる紅茶パウンドケーキ・コープ 甘じょっぱいポテトチョコ・コープ 鹿児島黒酢ドリンク アセロラ&ローズヒップ・コープ ぶどうとりんご+鉄・コープ 果汁入りソーダグループ・コープ 国産生姜のジンジャーエール

◆選んだ理由、調理方法、感想など

・コープクオリティ ラムレーズンサンド 高いだけあって、とても美味しかった。

お土産で有名な某メーカーのバターサンドほどバター感はなかったけれど、

しつこい甘さもなく食べやすかった。・コープクオリティ アーモンドリーフ

アーモンドのサクサク感が美味しく、コーヒーと合っていて美味しかった。

個人的にはエスプレッソ風味の方が好きかな～。

・コープ 切れてる紅茶パウンドケーキ 紅茶の香りがしっかりしていて

高級感がある。最初から切れてるのも助かります。

・コープ 甘じょっぱいポテトチョコ しょっぱいと甘い組み合わせですが、「しょっぱい」が少し弱いかも…。柿の種チョコの方がバランスがいいかも…

・コープ 鹿児島黒酢ドリンク アセロラ&ローズヒップ アセロラ&ローズヒップ味は初めてでしたが、さっぱりしていて飲みやすく美味しかった。

この黒酢シリーズはどれも美味しくて好き。・コープ ぶどうとりんご+鉄

ぶどうの香りの方が強かった。美味しく鉄分がとれるので便利かも

・コープ 果汁入りソーダグループ コップに入れて分けたので、炭酸が抜けた？

それとも微炭酸なのか？それほどシュワシュワ感はなかったけど、飲みやすく美味しかった。

・コープ 国産生姜のジンジャーエール 某メーカーのジンジャーエールに比べて、生姜感がしっかりしていて、甘さも甘ったるくなく美味しかった。



◆おしゃべりした内容

・小学校のお祭りについて 年に1回のお祭りで、子どもは楽しいけれど保護者は大変なイベント。PTAの役員をしていると、ブースから全然動けず他を見て回れなかったのが残念…。そして、地元の人が多いので、色々な食材の仕入れ先や道具の伝手があるのがすごいな～と…。出身高校について 通っていた高校の厳しさや、おかしいルールについて。冬の持久走大会が、男子9キロ、女子6キロと半端ない距離だったとか、授業が0校時～7校時まであったとか…あの当時、よく頑張っていたなと(笑)・明太子もつ鍋について かねふくの明太子もつ鍋をお取り寄せした話。もつ鍋に明太子？って福岡県民でもビックリしたけど、これが意外と美味しかった。特にメがちゃんぽんだけでなく、ごはんチーズを入れて「明太チーズリゾット」と2回楽しめたのでお得感もあって良かった。

◆生協を利用して気づいた点『ういずコーぷ』を読んだ感想などあれば

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**泊っ娘♥**)コープ会 **那覇西** ブロック

記入者	山城	開催日・時間	11/10 10時～15時
		未開催：理由	
開催場所	白武家	今月の支出	694円
		支出累計	10,380円
参加者	白武、本永、久貝、山城	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		未定	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

紅芋パン、ベーコンエッグ、アスパラベーコン

◆選んだ理由、調理方法、感想など

コープの商品を食べつくしたので、気になっていたパン屋さんのパンを食べ比べてみることにしました♪

◆おしゃべりした内容

受験、運動会、コーラスフェスティバル

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム⇒

あかこーぷ会

所属：（ 那覇西 ）ブロック

記入者	阿部直子	開催日：4月29日（土）2時～3時
		未開催の場合の理由（ ）
開催場所	リモート	今月の支出： 1,458円
		支出の累計： 1,458円（▲42）
参加者名	垣花美枝子さん、木舩真喜子さんとお子さん、阿部直子と孫 （登録3名中3名）	

●次回の開催： 月 日（ ） 時～ 時 場所：

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は（無）・画像添付（無）

*試食商品

- ①きのこの山とたけのこの里いちご&ショコラ、429円 ②カルピスマシュマロ、159円
③クリームコロンあっさりミルク、343円 ④ナッツチョコレートバラエティー、525円

*選んだ理由、調理方法、感想など

①きのこの山とたけのこの里いちご&ショコラ

選んだ理由：子供達に人気の商品です。特に『いちご&ショコラ』は季節商品なので、選ぶと喜ばれます。

感想：裏切らない美味しさです。小袋なので分けあうのに便利です。因みに箱入りは、取り出しにくいそうです。

②カルピスマシュマロ

選んだ理由：「カルピス味のマシュマロってどんなかな～」ということで。

感想：おいしかったのですが、甘ずっぱくてたくさんは食べられませんでした。

③クリームコロンあっさりミルク

選んだ理由：「これおいしいよね！」みんなの人気商品です。

感想：おいしかったです。夏場は冷やした方がさらにおいしいです。小袋なので分けあうのに便利です。今回ばらばらになっているものが多かったです。ひと袋がちょっと少ないです。

④ナッツチョコレートバラエティー

選んだ理由：おいしそうでした。記入者が『ナッツ+チョコレートの組み合わせ』が好きなので。

感想：色々なナッツが入っていて良かったし、おいしかったです。大人は「買う！」でした。

*おしゃべりした内容

島に野菜の無人販売がありまして、『らっきょう』『九条ネギ』『たまねぎ』『レタス』などが並んでいます。記入者はよく『らっきょう』を購入します。食べ方は『天ぷら』一本です。

毎日でも飽きませんが、他の方はどんな食べ方をするのか聞いてみました。

意外と『天ぷら』は少なく、『酢漬け』『そのままでかつおぶしと醤油』が多かったです。

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム⇒

あかこーぷ会

所属：（ 那覇西 ）ブロック

記入者	阿部直子	開催日：5月27日（土）2時～2時45分
		未開催の場合の理由（ ）
開催場所	阿部家の庭	今月の支出： 1,061円
		支出の累計： 2,519円（▲481）
参加者名	垣花美枝子さん、木船真喜子さんとお子さん、阿部直子と孫 （登録3名中3名）	

●次回の開催： 月 日（ ） 時～ 時 場所：

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は（無）・画像添付（無）

*試食商品

①ポイフルエンジョイパック 321円 ②クリームコロンあっさりミルク 321円

③フィッシュ&ナッツ 419円

*選んだ理由、調理方法、感想など

①ポイフルエンジョイパック

選んだ理由：子供さんからのリクエストです。

感想：手につかない、小袋なので、分けられるし食べる量が調整出来るのが良いです。

甘酸っぱくておいしかったです。

大人には、ちょっと口がさみしい時にポイッと口に入れても良いかなという感じでした。

②クリームコロンあっさりミルク

選んだ理由：4月に頼みましたが、人気でまた食べたいとお願いされたので。

感想：冷たく冷やして食べると、とてもおいしいです。今回、小袋の中で割れてばらばらになって
いる小袋が多くて、取り扱いに注意しないといけないと思いました。

③フィッシュ&ナッツ

選んだ理由：前にコープ会の担当の方に『小袋で分けやすいし、健康的』とおすすめして貰って
いたので。

感想：大人には『歯応えがあってあごが鍛えられそう(笑)』『健康的』『小腹がすいた時ばいと口に
入れられる』と好評でした。子供さんには『魚が固い』『魚の目が怖い』と不評でした。

*おしゃべりした内容

島の小学校の行事で、毎年恒例の小学生3年生から参加のサンゴの産卵観察会が6月始めに
あります。産卵を観察することでサンゴのことを知り、サンゴの保全や環境問題などに関心を
持って貰う良い機会です。子ども達は楽しみにしていますが、サンゴがいつ産卵するかわからない
ので、声が掛かったらすぐ出動出来るようにしておく一週間の待機期間があり、その間は宿題や
夕食の時間に気をつかわないといけないので、親ごさんの中には、楽しくない親ごさんもいるよう
です(笑)。

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX：098-879-1199、メール：egaol144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム⇒

あかこーぷ会

所属：（ 那覇西 ）ブロック

記入者	阿部直子	開催日：6月30日（金）15時～16時分
		未開催の場合の理由（ ）
開催場所	阿部家の庭	今月の支出： 1,500 円
		支出の累計： 4,019 円（▲481）
参加者名	垣花美枝子さん、木船真喜子さんとお子さん、阿部直子と孫 （登録3名中3名）	

●次回の開催： 月 日（ ） 時～ 時 場所：

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は（無）・画像添付（無）

*試食商品

①ドラえもんころがしじゃんけんぐみ、321円 ②ナッツチョコバラエティ537円

③ナッツが入った塩バターサブレ、321円

*選んだ理由、調理方法、感想など

①ドラえもんころがしじゃんけんぐみ

選んだ理由：『ドラえもん』、お子さんたちはやっぱり好きですね！お子さんたちからのリクエストです。

感想： お子さんは、粒が小さいので噛まずになめていていつのまにか飲んでいたので注意が必要だと思いました。薄くて平べったい形だといいと思います。

②ナッツチョコバラエティ

選んだ理由：「前に食べたナッツがいっぱい入ったチョコレートがおいしかった」というリクエストを頂いたので。

感想： 中に入っているナッツの種類が、『アーモンド』『ピーナッツ』『マカダミア』『ピスタチオ』などなど、とバラエティに富んでいて大変良く、おいしかったです。

③ナッツが入った塩バターサブレ

選んだ理由：ナッツ好きの記入者いちおし商品！

感想：さくほろでおいしくて、小腹が空いた時、ぱくっとひと口で大変満足出来ます。
小学生高学年女子には人気でした。

*おしゃべりした内容

記入者は、『ドラえもんころがしじゃんけんぐみ』が、中に『グー・チョキ・パー』の形のグミが入っていると思っていたのに、中袋にプリントされている『グー・チョキ・パー』でじゃんけんするので、そのことに「えーっΣ(°Д°)?!」（そんなんつまらんやん〜(笑)）
おまけに、中に入っているグミの形が、例えば『どこでもドア』などの多分ドラえもんの道具に見えるけど、いまひとつ何の道具かわからず、みんなでグミを前に何の道具かあーだこーだ言いました。

子ども向けお菓子やおもちゃ、服や日用品などは、子どもや親や祖父母など実際にそれを食べたり飲んだり使ったりする人たちに、実際にそれを食べたり飲んだり使って貰ってから世に出せばいいのにねと思う商品がいっぱいあるね、ということでした。

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム⇒

あかこーぷ会

所属：（ 那覇西 ）ブロック

記入者	阿部直子	開催日：11月25日（土）1時半～2時半
		未開催の場合の理由（ ）
開催場所	集落近くのビーチ前の東屋	今月の支出： 1,764 円
		支出の累計：11,767 円（▲233）
参加者名	垣花美枝子さん、木船真喜子さんとお子さん、阿部直子と孫 （登録3名中3名）	

●次回の開催： 月 日（ ） 時～ 時 場所：

※今回「ひとことカード」の提出は（無）・画像添付（無）

*試食商品

①サクッテチョコレートパイ、321円 ②Jagabee バターしょうゆ味、321円-

③とろっとおいしいカットマンゴー、235円×2袋＝470円

④明治プロビオ R1、163円×4袋＝652円

*選んだ理由、調理方法、感想など

①サクッテチョコレートパイ

選んだ理由：ネーミングに惹かれました。「やっぱり商品名って大事よね」とのことです。

感想：惹かれたネーミング程サクッという感じではなかったけれど、一般的なチョコレートパイよりはサクッとしているのではないかなと思います。

子どもたちはおいしいとパクパク？サクサク？食べていました。

②Jagabee バターしょうゆ味

選んだ理由：「これおいしいよね！」という子どもたちのリクエストで。

感想：「ポテトチップス系はやっぱり『カルビー』がおいしい」でまとまりました（笑）

「いつものポテトチップスよりジャガビーの方がおいしいけど、ジャガビーの方が高いから買えない」でもまとまりました（笑）

③とろっとおいしいカットマンゴー+④明治プロビオ R1

選んだ理由：「マンゴー食べたい」との記入者の孫からのリクエストで。

調理方法：マンゴーを少し小さく切って、明治プロビオヨーグルトと混ぜました。

感想：マンゴーの甘さとヨーグルトの酸っぱさがマッチしてとてもおいしかったです。

*おしゃべりした内容

子ども会のカレー作りの話の中で、「カレールーを入れる時、なんで一旦火を止めるのかね～」という話になって、知っている会員さんから『一旦火を止めてお鍋の中の温度を下げてから、ルーを入れたら溶けやすい。煮えている鍋にルー入れたら、含まれる小麦粉が膜を作り溶けにくくなる』と教えて貰いました。火を止めたら鍋の中の温度がすぐに90℃位まで下がるって知らなかったので驚きました。その他、最近のニュース『マフィン腐ってました事件』から『お菓子作りの砂糖はレシピよりどれ位まで減らせるか』など。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**73期会**)コープ会 **那覇西** ブロック

記入者	シンザト	開催日・時間	11月19日、9時～17時
		未開催：理由	
開催場所	本部町伊豆味	今月の支出	1,700円
		支出累計	0
参加者	比嘉、下地、津波、 具志堅、大嶺、新里	登録中何名	6名
次回の開催日時・場所		12月6日 木曜日	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

C北海道の鮭フレーク、カレイのカリカリ揚げ、熟成もも唐揚げ、鍋だね、D+4Cアロエヨーグルト3p、Cヨーグルトe3p、温サラダミネストローネ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

ヨーグルト→まろやかで美味しかったです。腸活のために朝の習慣にできたらいいな。パインヨーグルトも沖縄でも売ってるの？熟成もも唐揚げ→薄衣で胃もたれしなかった。カレイの唐揚げ→柔らかくて味付けもよかった。鍋だね→つみれで寄せ鍋しました～。えびとトリと蟹の3種類のつみれで煮込んだら、めっちゃふわふわで、出汁も凄く美味しかったです(おいしい)あのふわふわ食感はクセになるし、これからお鍋の季節！皆んなも、一度お試し下さいませ♪鮭フレーク→安心の美味しさ。味、品質は申し分ない(ナイス)ビンの処分が面倒なのと量が少ない。レトルトパウチにするとかで解決できるといいなー。お弁当に利用するのでもっと経済的だと助かります！

◆おしゃべりした内容

75期名護に行こうー自然に触れようー伊豆味の森の中のお菓子屋さんの庭でゆんたく会をしようーコープ名護宮里店で昼食を、お菓子屋さんでデザートを買って食べようと楽しい計画を立てて車1台で出掛けました。

名護宮里店は皆んな初めてで、楽しみに行きましたが、まさかの定休日！ガックリ？ よって、名護の帰りに牧港店で購入して持ち帰りにしました。

試食予定場所は[Himbeere]店前伊豆味3268でした。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

※毎月5日までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
 （FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）
 以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(おもろまち)

コープ会

所属：(那覇西)ブロック

記入者	伊良皆	開催日：11月14日(火) (0時～13時)
		未開催：の場合理由()
開催場所	あぷろタウン 組活室	今月の支出：1,416 円
		支出の累計： 円
参加者名	石郷岡、福田、増井、伊良皆	(登録6名中4名)

●次回の開催：12月12日(火) 10時～ 時 場所：未定

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
 ※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)。画像添付(有・無)〇印をつけてください。

🍷 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。
 ↳ あぷろタウン

他の方が商品を探す時に助かります。

coop がっつりおでん 448円

coop 九州産 ひのひかりごはん 118円

wooke 北九州産 天然水に立て 富山県産 こしひかり 298円(310g×2)

金額は税別

💡 選んだ理由、調理方法、感想など

寒くなってきたので温かいおでんが食べたくなりました。鍋にあけてみたくてとろけました。
 ・おでん → 味が濃いけどおいしい。ちくわが柔らかいけどずっとなじみがある感じがいい。
 1袋を2人で食べてお腹いっぱい。

・ひのひかりごはん → 火炙りしてみたいけど美味しい、簡単便利。

・富山産 こしひかり → ふくらもちもちで美味しい。

🍷 おしゃべりした内容

・マスクは今も必要なのか？でもインフル流行してるよねー。

・もらった割りばしが臭い。スーパの割りばしが臭いから、マイ箸を持ったほうがいいかな。

・あるお笑い芸人(37才)が19才の子と結婚。初めての出会いが13才の時というけど、中学生として知り合って6年で甘えに見えるものだろうか。ってか18才から恋愛、タイミング都合いい。

・大人になれば「年の差はなんてことはないけど」、学生だと違和感がある。高校生が中学生とつも合ったり、中学生が小学生とつも合ったり、なんだか違和感。なんてかな。

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

惣菜コーナーにある100円くらいのうどんやそばが、美味しいです。

小腹が空いた時に丁度いい。

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(店舗)

)コープ会

所属：(那覇西)ブロック

記入者	名城 洋子	開催日：11月 ⁸ (12 日(水)) 10時～13時
		未開催：の場合理由()
開催場所	あっぱるタウン3F 組活室(A)	今月の支出：1500 円
		支出の累計： 円
参加者名	末松, 名城, 野田	(登録 4 名中 3 名)

●次回の開催：12月6日(水) 10時～13時 場所：あっぱるタウン1F イートイン

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)○印をつけてください。

📌 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

筑前煮セット	328	ポテトサラダ(大)	328 → 262 20%オフ
やんばる若どりササミ	186	山芋とオクラのサラダ	198 → 158 20%オフ
生しいたけ	98	ピーナッツチョコレート	100
かりわれ大根	58	醤油せんべい	100
即席みそ汁あさり(8食)	99		

📌 選んだ理由、調理方法、感想など

(筑前煮セット(調味液入))
やんばる若どりササミ
生しいたけ
かりわれ大根(半分)

ポテトサラダ
山芋とオクラのサラダ

筑前煮を作(ポテトサラダ
山芋とオクラのサラダ)サイドメニュー
りました。(即席みそ汁あさり) + かりわれ大根半分
前回購入したタンポポ白米 (ピーナッツチョコレート
醤油せんべい)

📌 おしゃべりした内容

数年コープ会をしています。ピッタリ ¥1500 で 皆びっくり、いい事ありそう!!
メニューも、食堂のランチのようになり 食べごたえもあり、美味しかった。

親や兄弟が、病氣やケガ入院をしたりして大変。

帝何かあった時に利用できる制度や手続きを知りたいです。

📌 生協を利用して気づいた点や『ういすこーぷ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

※毎月15日までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(あんていむ)

コープ会

所属：(那覇西) ブロック

記入者	秋堂	開催日： 11月 日 () 時～ 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	各自	今月の支出： 1500 円
		支出の累計： 12000 円
参加者名	宮平 嘉数、秋堂 (GUEST) (平波 5 (義))	(登録 名中 名)

● 次回開催： 月 日 () 時～ 時 場所：

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。
※今回「ひとことカード」の提出は (有・無)・画像添付 (有・無) ○印をつけてください。

🍷 試食商品 可能なら購入場所の記載（協同購入・店舗）をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

コープあろく

鶏マナ穀 炊き込みご飯 あろく

🍷 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・ レンジで 1分 → 1個の 食パンとあり 満足 → 思ったよりおいしく 次は 1分 10秒
- ・ コープあろくで 初めて 見えた。とても簡単に 食べられて、おいしい 1分 10秒
- ・ 買った。
- ・ 1分 10秒 1個で 321円 (税込) 買ったので 家族には 難しいです
- ・ 1人で 2個 食べます。 大満足。 食べ物が たくさん

🍷 おしゃべりした内容

・ 購入する時の おしゃべり... 次は お酢 ドリンク もいいね (紙パック)

・ コープあろく... いつも JAWAティ 買って いたのに なくなってる!

・ 11/15 (水) は 下まごが 安く、ぐるぐる 店內を 回っているうちに なくなりました (10時→10時半で)

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**ローズ会**)コープ会 南部西 ブロック

記入者	大城奈月	開催日・時間	11月18日 15時～17時
		未開催：理由	
開催場所	大城家	今月の支出	1,603円
		支出累計	0
参加者	大城奈月、瀬嵩、大城	登録中何名	3名
次の開催日時・場所		2023年12月9日	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

- 1.coopホットビスケット(4個)¥408
- 2.coopモンブラン(4個)¥861
- 3.coopたいやき(5個)¥334

◆選んだ理由、調理方法、感想など

子ども達も一緒におやつパーティーをしました。モンブランは自然解凍でおいしかったです。1個200円程でとても満足感ありました。少し甘すぎるかな?との声もありました。
たいやきは、レンジで温めた後にトースターで1分程焼くと、表面がカリカリでGoodでした。これからの季節、子どものおやつにぴったり♪
ホットビスケットはレンジで温めて、サクサク♪はちみつ(真ん中にサンド)で食べるのがオススメです。

◆おしゃべりした内容

子どもの勉強のこと。お友達関係。中学生修学旅行(12月予定)の準備について。今年も残りわずか、やり残したことある?体調のこと。最近お腹まわりが気になる(泣)。日頃気をつけていることはどんなこと?食事、運動、睡眠のバランスって大事だけど、うまくできてる?年末大掃除。日頃の掃除がコツコツできていれば大変にならない方法。

◆生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んでの感想などあれば

※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(み や ら び)コープ会

所属：(南 部 西) ブロック

記入者	新垣 一美	開催日：11月16日(木) 11時～14時
		未開催：の場合理由()
開催場所	原国宅	今月の支出：1,503 円
		支出の累計：7,194 円
参加者名	原国、瀬長、平良、新垣	(登録 名中 名)

● 次回の開催： 月 日 () 時～ 時 場所：

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)〇印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

他の方が商品を探す時に助かります。

- ① うちなーとこ豚ロース(しゃぶしゃぶ) 1,290円×2
213円×1
1,503円
- ② (全粒粉黒ゴマビス)

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- 。急に冷え込んだ日が続いたので、今回は今秋初の鍋料理にしました。
野菜(白菜、春菊、ねぎ、しめじ、きのこ)豆腐、を持ち寄りし。
野菜たっぷり、肉たっぷりで栄養満点の美味しい汁になりました。
肉はやっぱりうちなーとこ豚が最高です!!
タレは、ゆずポン酢味とごまだれ味を楽しみました。
。デザートは手づくりの栗ようかんと全粒粉ビスケット、せんべいと
おいしいお茶で ゆんたくに花が咲き、アツという間に時間が過ぎました。

③ おしゃべりした内容

- ※物価高でスーパーに行っても思うように買えない。
庭で自家栽培したり等、家族で食べる分は補う等の工夫をしている。
(特にシングルマザーは大変だと思う。時給安く、仕事のかけ持ちで必
もいる。弱い人が暮らしていく世の中になっている。)
- ※外国での戦争も気になる。女性や子ども達が大量犠牲に
なっているのは納得できない。早く終息してほしい!
沖縄も入事ではない。子や孫達が大きくなっても平和で安心して
暮らせる世の中であってほしいです。

みやらびコープ会



※毎月月末までに提出してください。提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ

（FAX：098-879-1199、メール：egao1144@okinawa.coop または地域担当者へ）

以下はそのまま「おしゃべりノート」報告集に掲載されます。ペンや濃いえんぴつで記入をお願いします



コープ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(スマイル

)コープ会

所属：(宮古) ブロック

記入者	鎌田香織	開催日：11月22日(水) 12時～14時
開催場所	宮国家	未開催：の場合理由()
参加者名	小緑、宮国、鎌田	今月の支出：1416 円 支出の累計：7402 円 (登録 3 名中 3 名)

●次回の開催：12月12日(火) 12時～14時 場所：鎌田

聞いてみたいこと⇒別紙「ひとことカード」に記載し提出ください。後日、担当部署から回答します。

※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)・画像添付(有・無)〇印をつけてください。

① 試食商品 可能なら購入場所の記載(協同購入・店舗)をお願いします。

- ・ C デミグラスソースのとろとろオムライス
- ・ C ふちかりかり大学いも

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・ ちょっとサイズが小さいので子供の夕飯にはいいかも。
- ・ 味つけはしっかりでおいしかった。
- ・ かりかり大学いもは、小さくてお弁当に入れるのにいいサイズで甘くてひと口サイズで食べやすかった。

③ おしゃべりした内容

- ・ 年末年始の過ごし方。
県大会、大会について。
- ・ 習い事について、新しい習い事、どうするのか。

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んだ感想など

(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**こらまたコープ会**)コープ会

石垣 ブロック

記入者	亀井 道子	開催日・時間	11月7日、19時～20時
		未開催：理由	
開催場所	新城まりえさん宅	今月の支出	1,695円
		支出累計	11,231円
参加者	新城、亀井、小浜、半嶺、東嵩西	登録中何名	5名
次回の開催日時・場所		12月5日19時、新城まりえさん宅	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

- ①こんがりまろやかカレー
- ②バニラヨーグルト巨峰

◆選んだ理由、調理方法、感想など

- ① カレーピラフにカレーとホワイトソースを乗せチーズをトッピングして焼き上げているので、中辛だけど辛さが抑えられて美味しい。紙容器に入ってレンチンして食べられるので、皿を汚さず便利です。
- ②コープ商品でないが、長時間発酵で生クリーム入りなので、味がマイルドで喉越しも良い。

◆おしゃべりした内容

- ・カレーを試食したら、カレーは認知症予防にいいらしい。カレーの香辛料として使われているターメリックにクルクミンというポリフェノールの一種が含まれており、これがアルツハイマー予防にいいとのこと。
- ・来年以降の相続贈与税が改正されるので、生前贈与加算等々学習したいですネ。

◆生協を利用して気づいた点『ういずコーぷ』を読んでの感想などあれば

グループ活動報告書

提出先：ブロック協議会事務局（組活スタッフ）へ
（FAX、メールまたは地域担当者へお渡し下さい）

提出先FAX098-879-1199

記入者	水城 良子	開催 ^{R5} 11 月 日 () 時 分 ~ 時 分
参加者名	(登録 名中 名)	今月の支出: 0 円 使途明細: 支出の累計: 円
開催場所		

次回: 月 日 () 時 分 ~ 時 分 場所:

↓↓以下はそのまま「おしゃべりノート」報告書集に掲載されます↓↓
スキャンしますので、ペンや濃いえんぴつで記入いただくと助かります。

提出〆切: 毎月月末

■話し合われた内容や企画予定などを記入してください。

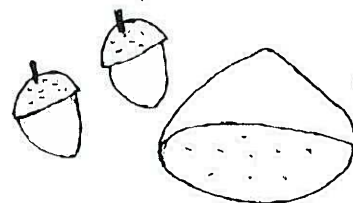
グループ名(For future)

所属: () ブロック

開催日: (月 日)

活動内容

アタイのひとりごと



子どもの名前って どうやって決めたか?

アタイの時代は 命名辞典だったから~

その辞典には 画数もあって 苗字と合わせて あーでもない こーでもない

の考えてたから~

2023年 赤ちゃんの名前ランキングが発表され

男の子は「^{あかり}碧」くん 女の子は「陽葵」ひり・ひり・ひり と続いた。 1位らしい~

女の子の1位は 2019年 ~ 5年連続。 ってことは...「ひりちゃん」って 呼んだら

一音に同じ名前の子が振り向くんではないか~(笑)

ちね叶に うちの5月に生まれた孫娘さんは「^{あかり}碧ヨヨ」といい名前。

商品名 九州産さつまいも小さめダイスカット 120g

⇒ チャックシール付きに変更しました。



組合員の声

チャックシールを付けて
ほしいです。



「チャックシールを付けてほしいです。」と、組合員からの声をいただき、チャックシール付きのパッケージに変更しました。

同様に、小さめダイスカットの、国産にんじん、国産かぼちゃ、国産たまねぎ、秋鮭も変更しました。

次回企画 すくすくスマイル 1月号、2月号

九州の組合員の声をもとに、コープ九州で改善した事例です。

2023年7月改善

COOP WEB の「TSUKURO」(<https://coop-tsukuro.jp/>)にも掲載しています。

JAN : 458014728761

共同購入商品コード : 2412632

※この商品は、コープ九州会員生協全てで取り扱っています。



TSUKURO サイトは↑こちらから

商品名 CO・OP 7品目を使わない米粉のふっくらパン

4個

⇒ 米粉で作ったパンを開発しました。



組合員の声

アレルギーの子どもでも食べられるパンは無いのですか。



「アレルギーの子どもでも食べられるパンは無いのですか。」と、小麦アレルギーの子どもさんを持つ組合員からの声をいただき、小麦を使用せず米粉で作ったパンを開発しました。

次回企画 すくすくスマイル 12月号、1月号

全国の組合員の声をもとに、日本生協連で改善した事例です。

2023年12月改善

COOP WEB の「TSUKURO」(<https://coop-tsukuro.jp/>)にも掲載しています。

JAN : 4902220194353

共同購入商品コード : 2436736

※この商品は、コープ九州会員生協全てで取り扱っています。



商品名 CO・OPセフターENERGY柔軟剤入り

本体 400g、詰め替え用 1,000g

⇒ 柔軟剤と一緒にあった洗剤が新しく加わりました。



組合員の声
柔軟剤入りの洗剤は無い
のですか？



本体 400g



詰め替え 1000g

「セフターENERGYの柔軟剤入りは無いのですか？」と、組合員からの声をいただき、洗濯洗剤と柔軟剤と一緒にあった洗剤が、濃縮洗剤セフターENERGYシリーズに、新しく加わりました。

次回企画 本体 12月④週、1月③週

詰め替え 12月②週、12月④週

全国の組合員の声をもとに日本生協連で改善した事例です。

2023年10月改善

COOP WEB の「TSUKURO」(<https://coop-tsukuro.jp/>)にも掲載しています。

本体 400ml

JAN : 4902220202836

共同購入商品コード : 0269229

詰め替え 1000ml

JAN : 4902220202850

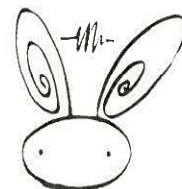
共同購入商品コード : 0269228

※この商品は、コープ九州会員生協全てで取り扱っています。



1月
January

のCOOP みみよりWEB



前編 [テーマ] 九州のお雑煮



お正月といえばお雑煮よね。みんなどんなお雑煮を食べているのか気になるわー。

お雑煮研究家の粕谷さんがナビゲートする九州各県のお雑煮と、組合員さんから寄せられたお雑煮アイデアをご紹介します。元旦はいつものご家庭のお雑煮、2日はちょっと変わったお雑煮に挑戦してみるのもいいですね。



◎ 特集

お雑煮研究家 粕谷さんに聞きました
九州のご当地珍雑煮 8 選



お正月料理に欠かせないお雑煮。今回は魅力的なお雑煮の沼にどっぷりとハマったお雑煮研究家の粕谷さんに、九州各県の珍しいご当地雑煮を教えてもらいました。

九州の各県代表の
おもしろ雑煮を
ご紹介



納豆雑煮



ぜんざいタイプの雑煮

◎ 特集

びっくりするほど多種多様
あなたのおうちはどんなお雑煮？



お雑煮は、地域や家庭によって味付けも具材も多種多様。そこでみなさんのご家庭のお雑煮を募集しました。寄せられたたくさんのお雑煮は驚くほど多彩で、同じ県でも地方によって千差万別。九州を中心に、おいしそうなお雑煮写真やコメントの一部を県別で紹介！



おすすめ
商品

※カタログ掲載予定商品は
変更になる可能性があります。
あらかじめご了承ください。



CO-OP まる餅
シングルパック

国内産の水稲もち米を、昔からの製法である杵つきで、1個包装したまる餅です。



CO-OP 国産小粒納豆

国産の小粒大豆を使用。九州向けに甘みを強めてだし感とろみを感じさせたタレ付。



CO-OP ゆであずき

北海道産小豆を100%使用。糖度38%~42%の甘さひかえめのゆであずき。

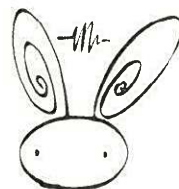
SATETO

WEBサイトで公開中！

SATETO

1月
January

のCOOP みみよりWEB



後編 [テーマ] 温活メニューで受験生応援



1月は受験シーズン真っ只中。体が温まって栄養たっぷりの料理で応援したいわ。

SATETOでは、野菜もとれて体もポカポカになるスープレシピをいろいろご紹介していますよ。特に豆乳味噌スープは野菜も大豆もたっぷりで栄養満点！受験生にぴったりです。コープ商品でおすすめは、水餃子！野菜を入れて煮込むだけの手軽さが人気です。



献立いろいろ

簡単に栄養満点！

キャベツと鶏肉の豆乳生姜味噌スープ



体も心もポカポカになる、温かいスープが恋しい季節。濃厚でコクがあり、食べ応え抜群の、お鍋みたいなキャベツのスープをご紹介します。味噌と豆乳、生姜の組み合わせが絶妙な上に、鶏肉と野菜たっぷりで栄養満点。旨味たっぷりのスープは一滴残さず飲み干したくなるおいしさです。

webで
記事を読む



おすすめ
商品

※カタログ掲載予定商品は
変更になる可能性があります。
あらかじめご了承ください。



co-op 国産大豆の
無調整豆乳

国産フクユタカ大豆を原料に、
大豆と水だけで作った、無調整
タイプのだん乳。



おとなりコープ：宮崎家

冬の食卓に欠かせない

「お肉がおいしい水餃子」



宮崎家が10年以上愛用しているのが、コープの「お肉がおいしい水餃子」。皮がモチモチとした餃子は小ぶりながらも、食べ応えがあって子どもたちが大好き！半分量ずつおひとりさまランチで食べたり、テスト勉強の夜食に出したり、家族で食べる時は1袋全部使い切ってお鍋で団楽にも活躍しています。

webで
記事を読む



co-op お肉がおいしい
水餃子

国産豚肉をたっぷり使った生タイプ
の水餃子。添付のチキンスープで煮込
んでどうぞ。



co-op お肉がおいしい
ミニ水餃子

お肉がおいしい水餃子のミニタイプ。
つるつるとした食感をより楽しめます。

+ SATETO

WEBサイトで公開中！

SATETO

