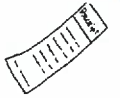


コープ会・グループ活動報告書

おしゃべりノート集

令和6 2024 今年もよろしくお祈いします♪



お祈い

3月のコープ会会計報告に向けて、準備を進めて下さいね。

☆「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」1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。

★「2月のCOOPみみよりWEB」を添付しています。

前編 (テーマ) バレンタイン
もうすぐバレンタイン♡チョコのお菓子を作ってみませんか？

後編 (テーマ) スープであと一品！

寒い季節、うまみ成分を掛け合わせたスープを紹介しています。ふかひれスープを活用してみてくださいね。



★ういすこーぷ1月号を同封します。

VOL.65 2023年12月

(12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 プルメリア	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 いひあ	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

1月

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。

三日月コブ コープ会 土人☆
グリーンズージー!! 体にイイトい物☆
Coopの野菜ボックス 野菜が500g!!
もとね、かみ、オススメです!!
運動習慣もステキです☆
北都ブロックより

大宮ベル コープ会 土人☆
ミックスキャロット!! そう にんじんが苦手でも
けこう大妹はめでたゆま 好きな
お菓子の好みも、みんな色々ありましょ!!
うすこも読みこんでくれてありがとう!!
北都ブロックより



マニグロブ コープ会 土人☆
たんだかステキすぎる!! フルーツホムに
バターハートズ。そして、ゲーム大会と
楽に遊んでいける様子が目に浮かぶ
幸せな気分になります!!
北都ブロックより

あみあみ コープ会 土人♡
コブ会結成等 ありがとう!! 嬉しいです!!
色々と考えたから商品を選び、表示など
しっかり見ていてすごいです!! フォトイン
にジューシーに軽めの方がおいしいから!! 毎
日も毎日!!
北都ブロックより


みやらび コープ会 ☆
しゃぶしゃぶの写真がとてもおいし
そうぞ「今夜は鍋料理にしよう!」と
即思いました!! 物価高... 私らスパー
に行くとき卓(スマホ)を打ちながら何を
予算内に買えるか悩む日々... うらな-とこ厥は
安定のうまさ♡ 那覇東 ブロックより



プラム コープ会
どこか旅行したいね♪ 投資について💰
もっと勉強したいな! 年利にふるさと納税で
バババ♡ と、おしゃべりの内容に共感しましり!!
川越理事長から「佐賀県炭寅のつね」のおすめが
ありました。是非お話しあれ〜♡
くいん坊♡の 那覇東 ブロックより



Beママ2  コープ会

Beママ2の皆さんの商品お試しレポート、いつも参考に
しています。紅茶パウンドケーキ、今度私も試してみます。
小学校のお祭り、お疲れさまでした。ロケットたちの
楽しそうな様子が目に浮かびます。明太子もつ鍋、
糸こんにゃくまでおいしいやつ  ですね。食べたーい...。
やっぱりくろくま坊  の 那覇東 ブロックより

泡瀬 シャトル  コープ会

梅ヶ枝食餅、オーブンでパリパリに焼く
とアツアツで更においしいですね!! 私也大
好きです  共同購入のビニール袋
をほどこいて確認する作業は確かに急い
でいると手間ですね。なにか良案ないかな...?
那覇東 ブロックより

7/3 某期  ==  コープ会

メンバーの皆さんで北部ドライブ  楽しそうです。
お目当てのお店がお休みだったのは残念ですが、
是非またリベンジ!! してください 
魚生アレルギー、パウチ化したら便利そう。おいしいですね!

Himbeere 菓子店の焼き菓子
那覇のmarchでも買えますよ! 那覇東
ブロックより

※毎月定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) フロック
--------	------	-----------------

記入者	金城 美穂子	開催日: 12月21日(木) 16時~17時
		未開催: の場合理由()
開催場所	金城家	今月の支出: 1,422 円
		支出の累計: 円
参加者名	落合、新里、後藤、大田、金城 (登録名中3名)	

●次回の開催: 1月18日(木) 16時~17時 場所: 金城家

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。

- * 新鮮卵のコンガリ焼プリン
- * 国産小麦の野菜パン

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

◆ 今年最後の受け取りだったため ステーション利用全員(13名)に渡すため 焼きプリンにしました。

🗨️ おしゃべりした内容

- * こから迎える。クリスマス、お正月、さらに法事を行う方もありの買い物、準備の事。
- * 県産丸焼きキノコの注問を忘れて(ま)。店舗に問い合わせたところ、注問のことでクリスマスに問い合いました。助かりました!!

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういずコープ』を読んでの感想など
(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	12月21日、10時から13時
		未開催：理由	
開催場所	大宮小PTA室	今月の支出	1,500
		支出累計	13,446
参加者	木村、津波古、屋嘉、 他10名	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		大宮小PTA室	

ひとつことカード **無し**

◆試食商品

Cちっちゃなどうぶつチョコ、不二家ミルキー飴、はちゃ棒、C黒糖ドーナツ棒、Cひとつちミルクチョコ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

今日は大人数で長時間作業するので、お腹にたまるもの黒糖ドーナツ棒を大量に用意しました。見た目は、黒糖を感じないけども袋を開けた瞬間に黒糖のいい香り。味もしつこくなくて美味しかったです。でも、その後飲み物欲しくなりますね。

◆おしゃべりした内容

今日は、ベルマークとお菓子を交換する、お菓子交換会の準備の為、ひたすらお菓子つめつめ作業で、おしゃべりあんまり出来ませんでした。数を間違った時に、COOPのお菓子休憩でクールダウンさせてもらいました(//ω//)

◆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

(**マングローブ会**)コープ会 北部 ブロック

記入者	久藤	開催日・時間	12月21日 14:30~16:30
		未開催：理由	
開催場所	久藤宅	今月の支出	1,500
		支出累計	2,368
参加者	久藤、萱島、遠矢	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

ぽたぽた焼、ホイップチョコレート、トーラクラクラクホイップ、Cバター、白卵

◆選んだ理由、調理方法、感想など

ぽたぽた焼は大人のお茶うけに購入、あまじょっぱい味とおせんべいの軽さが絶妙でした。家にある小麦粉に、購入したバターや卵を利用してスポンジケーキを焼きました。バターはスポンジケーキに入れてもしっかりとバターの味わいが感じられて美味しかったです。卵は黄身がふっくらとしていて新鮮で、スポンジケーキがふっくらと焼き上がりました。子ども達がホイップでデコレーションしました。直ぐに利用できるようにクリームになっていてとても使いやすかったです。量も丁度良かったです。

◆おしゃべりした内容

面談について。冬休みの過ごし方について。最近寒くなってきたので感染症対策について。

◆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	國井葉子	開催日・時間	12月13日
		未開催：理由	
開催場所	國井家	今月の支出	1494円
		支出累計	2984円
参加者	國井、田中、新垣	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		1月 新垣家	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

c えびチップ、c小魚チップ、cポリポリ小魚、c野菜の入ったポテトチップスあっさり塩味

◆選んだ理由、調理方法、感想など

カルシウム補給

◆おしゃべりした内容

親の病気の話、子どもの習い事、クリスマスプレゼントの話、サンタへのクッキー作り、シュトーレンの話、月桃のカゴ作り

◆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

(いふあ)コープ会 所属: (うるま)ブロック

記入者	<u>伊藤 ちか子</u>	開催日: <u>10</u> 月 <u>29</u> 日 (日) <u>Am</u> <u>10</u> 時 ~ <u>11</u> 時
		未開催: の場合理由 ()
開催場所	<u>伊藤家</u>	今月の支出: <u>1331</u> 円
		支出の累計: <u>10410</u> 円
参加者名	<u>伊藤 伊枝 前里 京次</u>	(登録 <u>4</u> 名中 <u>4</u> 名)

● 次回の開催: 11 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。

Coop 1食分の野菜ちゃんぽん風スープ

〃 鶏つくねと野菜のおみそ汁

〃 黒糖トナサン林

📍 選んだ理由、調理方法、感想など

これから寒い季節になっていくので、一息夕飯に、コーヒーや茶たけをなく、簡単にとれるスープ類も……かゆと思ひ、暖むるしん。

📍 おしゃべりした内容

1食分の野菜、ちゃんぽん風
 コーンも入った野菜の甘みも1つかり感じられる 野菜も全部国産なら、小まな子にも安心(2食でマセられるね……との声有り)
 汁は少(香辛料?! まめたね……の声有り)。

📍 生協を利用して気づいた点や『ういずコーぷ』を読んでの感想など (回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

マスク使用について など……
 ゼウヤッパリ
 外出時はつかうは物

※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

(いふぐ)コープ会 所属：(うつま)ブロック

記入者	伊藤	開催日：11月16日(木) 17時～19時
		未開催：の場合理由()
開催場所	伊藤家	今月の支出：1406 円 支出の累計：11816 円
参加者名	伊藤 伊枝 奈次	(登録 4名中 3名)

●次回の開催：12月末日() 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。

少量 やんばる若どり肉(県産)
 大根 福岡県産1本
 Coop 柚子こしょう

② 選んだ理由、調理方法、感想など

11月3週 333号のカタログに掲載された写真

鶏肉の味噌漬け柚子こしょう(添付) せとのお(2)で
 調理も簡単そうなので、ぜひおりに、アレンジをしてみました。

③ おしゃべりした内容

レシピ通り。鶏肉に、味噌の染み。『せとお...』
 火を使わず、レンジだけで簡単に出来。全室『...』
 『愛にも...』、『薬(野菜や、レタス、トマトと添えると
 ごうかや一品に』と
 大母評した。

♡ 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

(**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	12月22日10時15分から11時10分まで
		未開催：理由	
開催場所	豊里の家	今月の支出	1,496円
		支出累計	13,200円
参加者	豊里、宮里さん、 島袋さん、伊保さん	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		豊里の家	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

お鍋であたためるだけ海鮮入り寄せ鍋うどん招福ようかんトマトジュース

◆選んだ理由、調理方法、感想など

簡単に寄せ鍋うどんできてスープもはいているのでとても簡単でした、少しずつ食べて美味しかったですようかん甘すぎず食べやすいし、包みが可愛かったですトマトジュースは、皆んなあまり飲んだことなくて、料理には使うけどと言うので頼んでみたのですが、飲みやすくてトマトの甘味があり美味しく皆んな飲みました

◆おしゃべりした内容

県聡の猫ちゃんの話と子供達の小さい時の話して盛り上がりました今皆んな結婚が遅くなってるから、早く落ち着いてほしいなあー

◆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

(**アップル**)コープ会 沖縄市 ブロック

記入者	照屋みどり	開催日・時間	2023、12、9
		未開催：理由	
開催場所	たんぽぽ	今月の支出	¥1,933円
		支出累計	0
参加者	普久原江美子、田中、東條、普久原育代、照屋、ゲスト:古堅、仲間、秋山	登録中何名	5名
次回の開催日時・場所		未定	

ひとつことカード **無し**

◆試食商品

店舗惣菜のもち麦おにぎり、てづつみおむすび、手羽元あぶりチキン差し入れ江美子さんからオートミールジュース。秋山さんから知り合いから送られた糖蜜入りリンゴ。照屋からういずコーぷ12月号の表紙にあったスコップケーキ。田中さんから共同購入から取ったオススメの商品、「ノンフライごま昆布」。他

◆選んだ理由、調理方法、感想など

お菓子だけだといつも小腹が空くのでやはり腹持ちの良い食材を選んでしまいます…今回もおにぎり系と炙りチキンが美味しそうなので選びました。もち麦おにぎりは前回も選びましたが数が少なくてづつみおむすびも選びました。おむすびに海苔を巻いただけのシンプルおにぎりですが、塩が振ってあってとても美味しかったです。手羽元は、タレがいい塩梅の味ですすみました。江美子さん差し入れのオートミールジュースは、フィリピンでは12月のクリスマスに飲むジュースらしくオートミールをミルクチョコを溶かして好みの味にして飲むそうでとても美味しかったです。また、田中さんオススメの「ノンフライごま昆布」もカリカリサクサクで昆布の出汁が効いていくらでも入るオヤツでしたー!みんな、共同購入で沢山買い溜めしておこう!と思っています!

◆おしゃべりした内容

もう、皆さんそれぞれ隣同士でお互いどんどん話が進むので全てを捨てる自信なし…そのなかで、いつもオクラシャンプーで髪を洗っているメンバーさんの髪の毛が、白髪がなくてピカピカのフサフサで後ろから見ると20代のように言われてる。前から見ると70代なのにねー!と。オクラシャンプーは、カラダや自然にも優しい。そこから、若返りの話に花が咲きます。ペットボトルの蓋が開けきれなくなると骨粗鬆症だとか、お腹空いた時は、お菓子ではなく海苔とチーズを巻いて食べるといいとか!いつもみんな時間ギリギリまで自由に話込んで終わらない…

◆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

12月号ういずコーぷの表紙は、とても美味しそうなお菓子。それで、レシピを見たら簡単そうなので作ってみました!作ってみて簡単で経済的にも安く抑えられてて味もとても好評でした!オマケに豪華に見える!みなさん大満足でしたー!

※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

(泡凍シヤトル)コープ会	所属：(沖縄市)ブロック
----------------	----------------

記入者	志喜屋直美	開催日：12月15日(金) 12時~12 ¹⁵ 時
開催場所	泡凍体育館	未開催：の場合理由()
参加者名		今月の支出： 2332 円 支出の累計： 7887 円 (登録13名中 7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)○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。

宇治抹茶千ヨコケキ

② 選んだ理由、調理方法、感想など

理由。解凍するだけで食べられる。美味し(えう)。

感想。甘いけど抹茶感がたっぷりでおいしい。

・抹茶パウダーがっついていて甘いのが苦手な人に高評価。

③ おしゃべりした内容

・肩の故障、腕の故障はバドやっている人にも多い。

・バド経路のためには手拭巾が必要ならやる、やらないと意見がわかる。

・泡凍シヤトルのメンバーの高齢化で人数が減っているのと
使用料(体育館)の値上げが検討されている。サークルの存続
が危ういかどうか話し合う。

♥ 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

(**あそびざかり**)コープ会 沖縄市 ブロック

記入者	仲間洋子	開催日・時間	2023 12. 月14日 12時半～14時半
		未開催：理由	
開催場所	うるま市 みらの居食家	今月の支出	1,523円
		支出累計	13,492円
参加者	山田 照屋 枚田 仲間ゲ スト 田口	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		2024 1月19日 場所未定	

ひとつことカード **無し**

◆試食商品

店舗購入天使のケーキ 509円
C食塩不使用ミックスナッツ 498円
C野菜の美味しいスープ 358円
前野野菜クラッカー 100円

◆選んだ理由、調理方法、感想など

メンバーが リポートしているケーキ コープ美里店舗にて 火.木.土限定販売 個包装だったら いいね。糖質カットで 柔らかく いくらでも食べてしまう 優しい味。ナッツ 個包装7袋 色々な種類が入っていて 食べやすい。塩分カットが物足りないの感想あり。野菜の美味しいスープ 野菜がたっぷりミネストローネ味 美味しい、と 苦手わかれる。温かいうちに 食べたほうがいい、野菜不足に バッチリ。100円クラッカー 去年のリポート商品塩分控えめで 食べやすい、一気に 食べてしまった。

◆おしゃべりした内容

沖縄市、うるま市ブロック企画 大人の クリスマス会 メンバー全員で 参加。脳トレゲーム 絵の伝言ゲームあぶかマークのくまちゃんが なんと 最後 宇宙人に 大変身。ぐりぐらの大型絵本、読み聞かせほっこりしました。カップ簡単ケーキ、12月 表紙のケーキ参考に。うまし。そのあと コープ会発声練習ゲスト参加で 年内 歌唄いで締めくくり。来年も、私たち コープ会主婦息抜き会 遊びますよ。

◆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

表紙の 楽しくデコって、キュートなスコップケーキ とても わかりやすいレシピ裏表紙みて チャレンジ クリスマスに簡単ごちそうレシピ いいね。ういずこーぷ8ページ カマロ委員会コープおきなわ企画 地域でも 体験できたら いいね。今年も いろいろな情報 ありがとうございます。来年も、健康一番 笑顔一番 楽しみますね～。感謝を込めて。

※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

(プラム)コープ会 所属：(浦添市)ブロック

記入者	北川	開催日：12月 7日(木) 12時~15時
開催場所	北川	未開催：の場合理由()
参加者名	照屋、新垣、北川	今月の支出： 円 支出の累計： 1570 円 (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(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。

- ・ COOP とうぶっカステラボーロ
- ・ マナビスケット
- ・ COOP 有機栽培 コーヒーバッグ(サステナブル)
- ・ 鶏 ささみ フレーク COOP

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・ COOP サステナブルという記載あり。パッケージがおいしそうに見える。
- ・ 子供が大きくなって時々食べたがる。マナビスケット。
- ・ ささみフレークの缶詰は食べた事なかった。あることも知らなかった。

③ おしゃべりした内容

- ・ ダンス鑑賞について。
- ・ 修学旅行の行き先。寒さ対策について。
- ・ ヘアドネーション・染髪について。
- ・ 果物の汁が衣類につくと落としにくい(バナナ、桃、みかんとか)

♡ 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

(とと)⁺ **コープ会** 所属: (浦添) ブロック

記入者	<u>譜久原美和子</u>	開催日: <u>12月7日(木)</u> <u>10時</u> ~ <u>13時</u>
		未開催: の場合理由 ()
開催場所	<u>コープ牧港2F</u>	今月の支出: <u>1,861</u> 円
		支出の累計: 円
参加者名	<u>島田 仲間 岩山 兼城 大濱 譜久原</u> (登録 6 名中 6 名)	

● 次回の開催: 1月11日(木) 10時~13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) O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。

- マルカイフーズ ~~追加 #~~ かたうちいわし煮干し<差入れ> (兼城)
- ナット巻き (白)
- タラのカキマ
- CO-OP 切干大根
- カツおしおゆ
- CO-OP 味噌汁の味

② 選んだ理由、調理方法、感想など

お正月に向けた料理 (作り置き可)

1. お赤飯 → 黒炊きで再利用。
2. 切り干し大根・カキマのサラダ
3. 田作り
4. 差入れ の 10/12の巻き、豚こぶの巻き、まごずしのお吸いもの
5. 4種類の天ぷら、*4の惣材は作り置きが出来、重宝! (そう)

(兼城)
 ・ 雑煮、まごずしのお吸いもの
 ・ 10/12の肉巻き
 ・ 肉のこぶ巻き
 (岩山)
 ・ もぐら、玉ねぎ、人参天ぷら
 ・ ちまみりか天ぷら
 ・ ちまみの磯辺みそ
 ・ *たくはんの差入れに感謝!
 (仲間)
 ・ お刺身

③ おしゃべりした内容

☆ オスプレー 墜落 → 卵殻が多すぎたからいいまじりに混ぜるのではうね。

☆ コープ会時の不便 → コープ牧港でのコープ会を実施しております。コロナ明けから、冷蔵管理が制限なしで調味料等の持ち帰りには大変不便を感じております。管理の徹底はもちろんな事ですが、冷蔵の便を求めたいです。

☆ タラの味を漬け等の味をば、捨てるですか? → 味汁に+するとまぁおいしいです。ですヨ。

♡ 生協を利用して気づいた点や『ういすこーぷ』を読んでの感想など
(回答が必要な声は別紙ひとことカードに記入下さい)

てとて+コープ会

開催日：12月7日



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	12月5日、15時30分~18時
		未開催：理由	
開催場所	内間公民館	今月の支出	1,420
		支出累計	12,095
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		宮里宅	

ひとつことカード **0**

◆試食商品

- ◆C国産大豆の豆乳飲料アーモンド
- ◆国産さつまいもを使った一口大福
- ◆ルヴァンプライムチーズサンドミニ

◆選んだ理由、調理方法、感想など

豆乳アーモンド飲料は別々で飲んだ事があるが、両方入ってるので試してみた。
豆乳のコクとアーモンドの甘さが丁度良かった。
さつまいも大福は甘さで、あまり芋が感じられなかった。

◆おしゃべりした内容

記念誌に載せる写真の選別をしました。先輩方の若い頃の写真を見てると、みんな輝いていて、行事や会員も多い中、誇りと活動を楽しんでいるのがわかった。
私達は、予算と会員が少ない中でも、楽しく活動できるよう頑張ろうと話しました。

◆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

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**Fortune**)コープ会 浦添市 ブロック

記入者	吉元	開催日・時間	12月8日 13時から15時
		未開催：理由	
開催場所	吉元家	今月の支出	1,762
		支出累計	0
参加者	吉元 野田 伊集	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		次回日時	年明け相談のため未定 場所は吉元家

ひとことカード **無し**

◆試食商品

コープの味噌他メーカーの味噌味噌汁の具材 (野菜)コープのジュースと コープのみかん缶詰

◆選んだ理由、調理方法、感想など

美味しい味噌汁を作りたいと話題になったので味噌汁を作りました。同じ具材で味噌を変えましたがコープの味噌の方が好みの味でした。優しい味だねとの声があがりました。吉元家にヨーグルトがあったのでミカンの缶詰を入れてデザートにしました。量もあり甘くて美味しかったです。

◆おしゃべりした内容

3人ともママなので大半のおしゃべりは子供のことでありますがこの日はクリスマスメニューについて話しました。ケンタッキーは早割があるよ。ジミーはお得なクリスマスセットがあるよー。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

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**アロハ**)コープ会 那覇東 ブロック

記入者	松田	開催日・時間	12月24日. 12時～15時
		未開催：理由	
開催場所	松田宅	今月の支出	1,500円
		支出累計	12,000円
参加者	Nさん、Nさん、M田	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		未定	

ひとつことカード **無し**

◆試食商品

★ローストチキンレッグ ★Cチーズフォンデュ ★手巻き寿司ネタセット

◆選んだ理由、調理方法、感想など

Xmas用の食事を準備してみました

★ローストチキンレッグは食べ応えのある大きさで、冷めても美味しかった。家族とのpartyでは、毎年フライドチキンだが、次からはこれにするかもとのこと

★チーズフォンデュはpartyを華やかしてくれるのでお勧めです(ブロッコリー&ウインナー&ポテトを添えて)

★手巻き寿司セットは、それ用にカットされてるので便利、見た目もキレイだしテーブルが映えてました

◆おしゃべりした内容

★病気のことや終末医療のこと等

◆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

※毎月定額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

(ひまわり)コープ会 所属：(那覇東)ブロック

記入者	前泊 椰子	開催日：12月5日(火) 12時～ 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	各自宅	今月の支出： 1,420円
		支出の累計： 13,140円
参加者名	高良ヨシ子、高良時子、前泊椰子 (登録3名中3名)	

●次回の開催：1月4日(日) 12時～14時 場所：前泊コープ

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。

- チキングリル
- 中華丼
- ひじき枝豆ごはん弁当
- らきなサンプルー

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

- チキングリル - 照り良く、味のほどよい辛さで美味。
- 中華丼 - 白菜、人参、玉ねぎ等野菜も多く入っていて、ヘルシー。キクラゲのこりこり感。紅生姜の彩りも、食欲をそそる。
- ひじき枝豆ごはん弁当。
全体的に味つけ良くおいしかった。

🗨️ おしゃべりした内容

高齢者にとってはおに「光陰矢の如し」。ことしの計画はまだまだ済み残っているのに、正月は目前、チャースガヤーって感じ。まあ東年がんばるさあ。

皆さんお元気でよいお年をお迎え下さい。

🍷 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

(**Beママ1**)コープ会 那覇東 ブロック

記入者	手登根 真美	開催日・時間	12月4日
		未開催：理由	
開催場所	底原家	今月の支出	1,529
		支出累計	0
参加者	渡口志乃桃原千枝瑞慶覧麻美	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		1900年1月0日	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

コーンポタージュえびと彩り野菜のアヒージョ鶏もも肉と野菜のバジル風味

◆選んだ理由、調理方法、感想など

クリスマス会用にパーティーな感じで揃えました。アヒージョはエビたっぷり美味しかった。

◆おしゃべりした内容

・ディズニーランドの攻略方法・中性脂肪と柔軟剤の関係

◆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

(**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	12月4日、12時～16時
		未開催：理由	
開催場所	底原家	今月の支出	1,505円
		支出累計	11,573円
参加者	底原、今村、高良、新垣	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

・コープ ショコラケーキ(冷凍)・HATA シャンメリー【コープ会予算とは別会計で】コープベーカリーのパンローストポークなどパーティーメニューも購入

◆選んだ理由、調理方法、感想など

テーマは「クリスマスパーティー」ということで、パーティーには欠かせないメニューを選びました。・コープ ショコラケーキ(冷凍) 冷凍なので家に常備しておくとも便利かも。クリームも冷凍とは思えない滑らかさで美味しいです。子どもも大好きな味。ただ、チョコなので大人には少し甘すぎるかな～。冷凍シリーズはもっと種類が増えたらいいのにとおもいます。(個人的にはチーズケーキが欲しいかな～)・HATA シャンメリー(ピーチ) パーティーには欠かせないという事で、コープマークではないけど購入。(駄菓子屋の) すももの飴の味。炭酸は結構しっかりしているので、シャンパン気分を子どもと一緒に味わうにはいいかも。

◆おしゃべりした内容

「キラリ表彰」で頂いた商品券も利用して、Beママ1との合同クリスマスパーティをしました。差し入れもあつたりして、だいぶ豪華なパーティーになりました。・ディズニーランドの攻略法についてディズニー好きメンバーの行動パターンを紹介。「朝を制する者がディズニーを制する」ということで、朝は始発バスで6:20にパーク着(笑)だと、アトラクション18個乗れたよ(ちゃんとパレードも観て)という話。早く入園するにはどの辺に並んだらいいとか、パレード中はアトラクションの待ち時間が短くなるか、今後、ディズニーに行くメンバーもいて、計画を立てていました。・県内のオススメホテルについて プールがオススメなのは「名城ビーチホテル」と「ホテルモンテレ」。部屋が広くて、朝食が美味しいのは「HIYORIリゾート」、近場でパッと行けて、おトク感があるのは「逸の彩ホテル」など、ホテル好きメンバーからのオススメを紹介。「逸の彩ホテル」は宿泊者はアイス食べ放題、ジュースやビールなども飲み放題、夜食に無料ラーメンもありで、ホテルから出たくなくなるので注意です(笑)・メンバーの香港旅の話航空会社の飛行機のチケット無料キャンペーン?があるらしく、燃油サーチャージ代と諸経費だけで飛行機のチケットが取れたらしい。ただ、直行便が1便しかないらしく、帰る日の朝がものすごく早起しなきゃいけないらしい……チョコザップ&エステの話通ってみてどうかという感想。このお店は予約が取りにくいとか、お店の大きさが違うとか…美味しいものを食べるのが増える時期なので、しっかり運動しないとイケないな～と。

◆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

(**泊っ娘♥**)コープ会 **那覇西** ブロック

記入者	山城	開催日・時間	12/7 10時～
		未開催：理由	
開催場所	白武家	今月の支出	1,570円
		支出累計	11,950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

0

◆試食商品

瀬戸しお三種のアソート札幌味噌ラーメンマルちゃん煮卵丸大屋のこだわりチャーシュー

◆選んだ理由、調理方法、感想など

寒い日が続いたので、温かい麺を食べたくて選びました。美味しかったので他の種類も食べたいと思います。今回は予算の問題で無理でしたが、家で子供たちと食べる時は野菜などを足してボリュームを出して作ってみたいと思います。

◆おしゃべりした内容

中学受験、高校受験、修学旅行、部活の話など

◆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

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**)コープ会 那覇西 ブロック

記入者	シンザト	開催日・時間	12月9日
		未開催：理由	
開催場所	あっぱるタウンー階イートインコーナー	今月の支出	1,700円
		支出累計	0
参加者	大嶺、津波、比嘉、新里	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所		1月18日 あっぱるタウン	

ひとつことカード **無し**

◆試食商品

*厚切りバナナ バウム *薄切り 生ハム *メンチカツ*韓国風 キンパ巻き *アーモンド入り ベビーチーズ *なとりチルドチーズ鱈味 *千切りキャベツ パパッと 豆ミックス

◆選んだ理由、調理方法、感想など

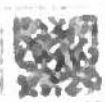
今日の買物は、野菜、それに合わせた豆とチーズを和えました。キンパのような太巻きに揚げ物、デザートにパインのバームクーヘンをチョイスしました。調理が必要のないものを選ぶのに時間がかかりましたが、糖質があまり多くならないように、チーズや生ハムを混ぜました。

◆おしゃべりした内容

11月の本部へのお出かけは楽しかったね。また行きたい。ちゅら 乙女を使ったビールが完成。黒糖も使われているのは珍しく飲むのが楽しみ。5~6年前に東京に行った時EdyやWAONが使えるところが少なくて電子決済 といえば 交通系だけというところが多かったけど年々 便利になって助かった。沖縄は キャッシュレス化先進県!子供が巣立ち夫婦2人になると 子はかすがいの言葉通り 同居人のような存在。お互いが自分の時間も大事にしながら家事分担して快適に暮らせるこ

◆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

本会では出費で困らないように、毎月、このおしよべカードを、お持ちください。
 FAX 070-070-1199 URL http://www.oshioyobekai.com/ 会費は毎月お持ちください。
 このおしよべカードは、お持ちください。お持ちください。お持ちください。



おしよべカード

12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード
おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード
おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード
おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード	おしよべカード

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

おしよべカード (おしよべカード) 12月15日

※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： / 2 月 日 () 時～ 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	体調が悪くて	今月の支出： 円 支出の累計： 円
参加者名	開催していません	(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) ○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。

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

🗨️ おしゃべりした内容

💖 生協を利用して気づいた点や『ういずこーぷ』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20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、メールまたは地域担当者へお渡し下さい）

コープ会 おしゃべりノート（報告書）

記入者	吉井 正子	開催	11月28日（火）12時～14時
開催場所	吉井宅	今月の支出：	1,514 円
		支出の累計：	円
参加者名	花木 名嘉元 与那嶺 平良 吉井 （登録 6名中 5名）		

●次回の開催：12月12日（火）12時～13時 場所：吉井宅

●回覧者： _____

●コメント： _____ （記入者： _____）

↓↓↓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↓↓↓ **提出〆切：毎月20日**
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。

おしゃべりしたことを具体的にお知らせください。事業、活動の参考にします。

地域、学校、職場、家庭のこと etc 試食商品名や選んだ理由、調理方法、感想など。また、生協を利用して気づいた点や「くらしづくり活動ニュース」「ういずこーぷ」を読んでの感想もお寄せ下さい。

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）〇印をつけてください。

コープ会名 （ <u>新開</u> ）	所属：（ <u>南部東</u> ）ブロック 開催日：（ <u>11月28日</u> ）
----------------------------	--

① ティラミス のアイス（ピエネット）5-30ml × 2
 おいしかたがスリッパのティラミス。でもやっぱりケーキの方が好きだなあ。

② ダンテイチョコレートモナカアイス 100ml × 4コ

ゆんたく： 健康談議。

60代のメンバー 後半 なんと体年齢 36才 なのよ！
いつも元気よく歩いている。

80代のメンバー 骨密度116% 最近調べるのよ。特に「かかと落し」に力を入れたら先生にほめられた。

70代のメンバー： …… いつも車に乗っている 😊

※毎月20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、メールまたは地域担当者へお渡し下さい）

コープ会 おしゃべりノート (報告書)

記入者	花本 美子	開催	12月12日(火) 12時~13時
開催場所	吉井さん宅	今月の支出：	1,442 円
		支出の累計：	円
参加者名	吉井、花本、名嘉元、翔隆、平良 (登録6名中5名)		

●次の開催： 1月 日() 12時~14時 場所： 吉井宅

●回覧者：

●コメント： (記入者：)

↓↓↓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↓↓↓ 提出〆切：毎月20日
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。

おしゃべりしたことを具体的にお知らせください。事業、活動の参考にします。


地域、学校、職場、家庭のこと etc 試食商品名や選んだ理由、調理方法、感想など。また、生協を利用して気づいた点や「くらしづくり活動ニュース」「ういずコープ」を読んだ感想もお寄せ下さい。

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。

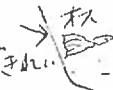
※今回「ひとことカード」の提出は(有・無)〇印をつけてください。

コープ会名(新開) 所属：(南部東)ブロック
開催日：(12月12日)

内容

⇒テラピアとピラニアの言い間違い。  池のそばに居た時、口の中から 稚魚が!

熱帯魚移動(から)出産に ⇒ 本当??

ミツバチは  尾ヒレが折れい。 稚魚10匹

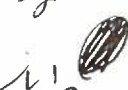
移動すると 死んじゃう ⇒ 本当。

⑨地域の美化 楽しい。年末まで 道路 遊歩道の 落葉を なんとかある 予定。〇〇

ショウガと枝豆のふにぎりがおいしい。ハズる。

(丸大で売っている)

⑩試食 鶏屋の やま鳥串たれ & 塩味セト 296g + きゅうり(曲り混) 105g

アイスクリームは、ホッキ-ホッキ-がおいしい! 
(COOPで売っている) ココ

くが保険:入って良かった Part II > 慶のくが(頭?)なので2ヶ月
過ぎて、やっと目立たなく ~~な~~ なってホッとしている。フラ つまもあ、Jまる。

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	12月9日、12時～14時
		未開催：理由	
開催場所	大城家	今月の支出	1,688円
		支出累計	13,358円
参加者	大城奈月、瀬高、大城奈々	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所		1月13日、大城家	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

- ①Coopとうふハンバーグ4枚 ¥462
- ②Coopまるい形まぐろたたき身丼の具 (40g×3) ¥516
- ③Coopティラミスケーキ4カット¥710

◆選んだ理由、調理方法、感想など

- ①定番のとうふハンバーグフライパンで焼くだけでお手軽簡単に美味しい!各家庭ではどうやってアレンジしているのか
- ②チーズをのせる。目玉焼きをのせる。和風あんかけを作ってかける。パンズに挟んでハンバーガーにする。などなど。
- ③まぐろのたたき身丼は、半解凍してごはんの上のにのせ、添付のたれをかけて食べる。お好みできざみねぎや海苔、わさびでさらにおいしくなりました。
- ④デザートにティラミスケーキ。サイズは小さめですが、食後のデザート。1日のご褒美に嬉しいケーキ。冷凍なので保存ができるところもGood!

◆おしゃべりした内容

- ・子ども(中学生)が修学旅行中。いろいろ楽しんでるかな?ちゃんとお土産買えてるかな?
- ・【お葬式の話】お葬式をする時は、急な時が多い。前もって自分の時はどうして欲しいなど。遺影の写真やお葬式の形など家族に相談しておいた方がいいな。と感じた。お葬式の金額も安くはなく、少しずつ積み立てなどをしていくといい。死についての話はあまり口に出したくないことだけど、必ずおとずれることなので。残された家族のためにも必要だと感じた。

◆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

※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：12月12日(火) 12時~14時
		未開催：の場合理由()
開催場所	鎌田 家	今月の支出： 1418 円
		支出の累計： 8820 円
参加者名	宮国、小緑、鎌田	(登録 3名中 3名)

●次回の開催： / 月24日(水) 12時~14時 場所： 小緑家

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)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 切れてるローストビーフスライス
- ・カスクートミニ × 5個入
- ・やわもちアイス(みたらし) × 4個入

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・クリスマスっぽく、ローストビーフと野菜をばさんでおしゃべりな感じに盛ってみた。
- ・カスクートは思っていたより大きく、やわらかくて何にでも合うハンコでおいしかった。何よりあの量であの値段が

③ おしゃべりした内容

- ・良い。ローストビーフは思ったよりかためでした。
- ・冬季県大会について。
- ・部活の話。
- ・アグリバイビー、いやし。クリスマスにたのむなどプレゼントの話。

♥ 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	12月8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	1,926円
		支出累計	13,157円
参加者	新城、大松、亀井、小浜、半嶺、東嵩西	登録中何名	6名
次回の開催日時・場所		1月9日19時～20時、新城まりえさん宅	

ひとことカード **無し**

◆試食商品

野菜チキンカレー

◆選んだ理由、調理方法、感想など

前回、カレーが認知症予防にいいことを学んだので、第二弾「彩り野菜の入ったごろっとチキンカレー」を選んだ。もち麦入りのご飯にスナックえんどう・赤ピーマン・かぼちゃ入りで美味しい。レンチンで5分手軽に食べれるのも良いと好評。味が甘口・中辛・辛口と選べれば尚良いネ。

◆おしゃべりした内容

・最近、島大根が出回っている。昔から大根は、風邪予防にいいので医者いらずと言われている。細胞を活発にするのに効果があるらしい。大根おろしは、免疫力アップに効果があると言われている。・飼っていた老犬を介護していたが、先日逝ってしまい寂しい。石垣にも犬の葬儀屋さんがいて、移動火葬車があり自宅でお別れが出来た。

◆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

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	大城 良子	開催	12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↓↓ **提出〆切：毎月月末**
 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。
■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 キルデン)
 所属： () ブロック
 開催日： (月 日)

アライビリティ
 耳かきの字カットしては猫針手袋？サクラねこ
 活動なし
 繋ぎ手術が奇作として
 友は友、ヌは左耳をカットす。
 (中かほ工しては、いすかみね〜え)
 TNR (Trap・Neuter・Return) や工サヤ ボラニアの日 頑張る
 保護 繋ぎ手術 元場所へ
 活動しています。アライも微力ながら応援しています。
 好意突然、会社倉庫にZZニャンと子ニャン3匹追加で来た。
 前回は工サヤが行きどきかなく居たので、下を今回は毎かか工サヤ
 工サヤを以て初TNR下。初めは肝心!!! じやなきや ちかおんか子、その長根も発生!
 あっと言う間に多頭崩壊。ニャンコは人間よりも良い環境にした方がいい!!
 ...



アライビリティ

商品名 CO・OPミックスキャロット 200ml×12本

⇒ 植物由来プラスチック 90%のストローに変更しました。



組合員の声

紙ストローか、植物由来プラスチックにできないですか？



「紙ストローか、植物由来プラスチックのストローにできないのですか？」と、組合員からの声をいただき、環境負荷軽減のため、植物由来プラスチック 90%使用のストローに変更しました。

*紙ストローへの変更も検討しましたが、モニター調査で紙の臭いが不評（お子さん）だったために、植物由来プラスチックを使用しています。

次回企画 200ml×12本 毎週

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11月改善

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

200ml×12本

JAN : 4902220209675

共同購入商品コード : 2425998

※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

事例名 「すくすくスマイル」「いきいきくらす」カタログの

ご案内

⇒ 「すくすくスマイル」「いきいきくらす」のカタログを紹介するチラシを作成し、配布しました。



組合員の声

「すくすくスマイル」や「いきいきくらす」をもっと知ってほしい。



希望される組合員が登録し、配布している「すくすくスマイル」と「いきいきくらす」のカタログに関して、「知らない人もたくさんいると思うので、お知らせして知ってほしい」と組合員からの声をいただき、両カタログを紹介するチラシを作成し、9月①週のカatalogと一緒に配布しました。

この間、利用が減少していましたが、配布後は、多くの組合員に希望があり、登録していただきました。

※コープおきなわに関しては、9月①週配付の予定ですすめておりましたが、台風の影響により10月配付に変更していただくようにしました。

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9月改善

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



TSUKURO サイトは↑こちらから

事例名 2月①週「IRODORI エシカル」への

エコラベルの記載

⇒ 水産エコラベルと、説明の文書を記載しました。

組合員の声
商品を購入する際、海のエコラベルは重視します。



co-op 北海道産
秋鮭スモークサーモン
切り落とし

色目の良い北海道産MEL認証秋鮭を食塩のみで味付けし、くせがないといわれる山桜のチップでじっくりスモークしました。しっとりした口当たりの良いスモークサーモンです。

環境に配慮された商品なのがイイ！
産地やどこで加工されているか、ちゃんと把握されたものを食べたいので、こんな商品が増えてほしい。

焼製の香りがよく、塩加減もちょうどイイ！

サラダやサンドイッチの具にちょうどイイ量。一回で使い切れるので便利！

食べたい時に解冻していつでもサーモンを食べられるのがうれしい。



MEL 認証
Marine Eco-Label Japan
マリン・エコラベル・ジャパン
日本発の水産エコラベルで、水産資源の持続性と環境に配慮している事業者(漁業・養殖業)を認証する制度。認証を受けた水産物は、非認証の水産物と混ざることがないよう管理・加工され、マークをつけて消費者に届けられます。

価格 366円
北海道産秋鮭スモークサーモン切り落とし 40g×2冊
賞味期限 7日以内
北海道産の秋鮭を塩のみで調味し、低温乾燥後、スモークしました。
1冊(40g) 428円 (税別)



「うちモニ」
コープ商品の開発や改善・普及のために、登録されたモニターさんが Freiwillig アンケートを行います。味や使用感など、組合員さんのご意見を商品開発、改善やカタログへ活かすとります。

北海道産秋鮭スモークサーモン切り落とし
の価格はこちらから

「うちモニ」※注1で、「CO・OP北海道産スモークサーモン切り落とし」についてアンケートを取った際、水産エコラベルについて約70%の組合員が「商品を選ぶ上で重視している」と回答しました。そこで、2月①週IRODORI エシカルに水産エコラベルと、説明の文書を記載します。

※注1「うちモニ」とは、e フレンズ登録組合員より1,000名を募り(年1回募集)サンプル品をお届けし、インターネットでアンケートに回答いただいています。アンケートの結果は、その後の商品の開発・改善や、カタログのプロモーションに活かしています。

また、水産エコラベル(MEL 認証)以外の認証マークも同様に記載しております。

次回企画 2月①週

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。

2024年2月改善

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

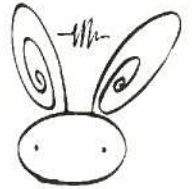


TSUKURO サイトは↑こちらから

2月

February

の COOP みみより WEB



後編 [テーマ] スープであと一品!



寒い季節はスープが食卓には欠かせないけど、いまいちレパートリーが広がらないのよね。色々アレンジできておいしいスープないかしら?

旨みたっぷりのスープをつくるための方程式をご紹介します!ぜひ毎日の食卓でご活用ください。コープのふかひれスープもストックしておくとうごく便利です!



◎ 特集

旨み成分の相乗効果でおいしさアップ スープの旨み掛け算



毎日の食卓に欠かせない汁物ですが、つついマンネリ化しがちな。そんな時ぜひ試してみて欲しいのが「旨みのかけ算」です。「こんな食材もスープに合うの?」という意外な組み合わせで、日々の汁物に新しいおいしさと変化をプラスしてみませんか。



おとなりコープ:松本家 アレンジいろいろ! 「ふかひれスープ」

webで記事を読む



松本家がストックしているのが、コープのふかひれスープ。卵と水を加えるだけで作れる手軽さで、ちょっと疲れた時に大活躍だそうです。とろとろの鶏がらスープの濃厚な味わい。ふかひれも入った本格派の中華スープは、子ども達にも大人気!あんかけチャーハンアレンジも好評のようです。

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、無調整タイプの豆乳。



CO-OP チキンコンソメ

料理のベースやスープに。チキン風味の洋風だしです。



CO-OP ふかひれスープ

濃縮タイプのふかひれスープ。鍋に2カップのお水またはお湯、とき卵を加えるだけ。



SATETO

WEBサイトで公開中!

SATETO



2月

February

のCOOP みみよりWEB



前編 [テーマ] バレンタイン



もうすぐバレンタイン!さて太郎においしいチョコのお菓子を作りたいわ!

それなら、ファミリーチョコレートを使って、マドレーヌやブラウニーはいかがですか?マドレーヌはホットケーキミックスを使うからとってもお手軽。ブラウニーはしっとり本格派ながらも混ぜて焼くだけで意外と簡単ですよ。



できるだけ手づくり

混ぜて焼くだけ!濃厚チョコの
「本格派ブラウニー」



ブラウニーは、アメリカ生まれの濃厚なチョコレートケーキ。スポンジケーキよりもずっしりとしていて、リッチなチョコの味が楽しめます。作るのには難しそうですが、実はとっても簡単!次々と材料を順番に入れて混ぜたら、オーブンで焼くだけ。ドライフルーツやナッツなど、お好みでトッピングしましょう。日持ちは常温もしくは冷蔵で2~3日ほど。持ち運びしやすいので、持ち寄りパーティやプレゼントにも最適です。

できるだけ手づくり

ホットケーキミックスで作る
「チョコバナナマドレーヌ」



ゴロッとチョコレートとバナナが入った、プチサイズのマドレーヌ風のお菓子。ホットケーキミックスを使った簡単レシピとは思えないおいしさで、バレンタインに限らず何度もリピートして作ってしまいそう!友チョコ用のかわいいラッピング術もご紹介しています。あなただけのラッピングを完成させて、プレゼントしてみてくださいね。

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。



2月 1・4週

ファミリーチョコレート

ミルクの風味とまろやかな甘さが口いっぱい広がるミルクチョコレート。



2月 3週

食塩不使用 ミックスナッツ

アーモンド・ピーナッツ・カシューナッツ・くるみの4種ナッツをミックス。



2月 3週

ホットケーキミックス

卵と牛乳を加えて焼くだけ。ふんわり、しっとり、なめらか食感のホットケーキミックス。

SATETO

WEBサイトで公開中!

SATETO

