

コープ会・グループ活動報告書 おしゃべりノート集

まだまだ暑い日が続きます。熱中症対策忘れずに！



「大東島地方豪雨災害」緊急募金をおこなっています。

(協同購入、店舗とも9/19まで)

おしゃべりノート報告書のスマホ専用フォームが2025年版に変更しています。

こちらの二次元コードからお送りください。➡



この二次元コードから
「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」8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。

★ういずこーぷ8月号を同封します。

VOL.84 2025年7月

(7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

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。

☆あみあみ会

コープ会

まさに子供の脱毛問題気になってます!!お手頃な機器や、
ファミリー脱毛など、気軽になりましたよね♪♪最近女子
だけではなく男子もとても美意識が高いので、毛の強い沖
縄人、尚更気になる!!と、話題になりました♪

宜野湾・中城

ブロックより

☆タイチー

コープ会

「のりまきそうめん」初耳です!作ってみたいく
なりました!お写真も素敵で美味しそうです
ね♡

中部

ブロックより

☆タイチー

コープ会

毎回のコープ会の際のメニューや盛り付けが華やかで楽し
みにしています(^^)今回ののりまきそうめんも新しいメニュ
ーで、お米がすぐ炊けないときにもそうめんだとすぐできてよ
さそうですね!ぜひ真似してみたいです。

宜野湾・中城

ブロックより

☆ナ・ナ・ナリス

コープ会

杏仁豆腐いいですね~!ブロックでも、杏
仁は喉に良い等、効用について交流が盛
り上がりました♪

中 部

ブロックより

☆おもろまち

コープ会

ハナマルキ講座、とても良かったですね
~!他の講座や企画にも、ぜひ参加して
みてくださいね~♪

中 部

ブロックより

タイチー

コープ会

夏らしさを感じる写真をありがとう
ございます☺のりまきそうめん。
夏休み中に子ども達と作ります。
スタッフとの思いがけないゆんたくもい
いですね!

那覇東

ブロックより

あみあみ

コープ会

協同購入の冷凍食品、充実してますよね♪
冷凍野菜も使い方のコツ覚えると、夏場
大助かりでオススメです。ぜひ皆さんで
いろいろお試ししてくださいね!

那覇東

ブロックより

ぬの会・くる・^{とみろ}ポッチャ

コープ会

初のコープ会開催 & おしゃべりノートの提出
ありがとうございます♪♪皆さんの報告書を
毎月楽しみにしています。コープ商品を囲んで
ゆんたくや交流の輪がもっと広がりますように!

那覇東

ブロックより

先月の報告書が、おしゃべりノート集に正しく印刷されていませんでした。おわびいたします
(総合推進室)

コープ会おしゃべりノート(報告書)ウェブ報告

(羽地)

コープ会

北部 ブロック

記入者	金城美智子	開催日・時間	2025年6月10日 15:00
		未開催：理由	
開催場所	宮城宅	今月の支出	2466円
		支出累計	7326円
参加者	大田、落合、後藤、吉美、 紀子、和子、新里、大城、 津波、金城	登録中何名	9名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

◆試食商品

- ★瀬戸内広島レモンヨーグルト
- ★しっとりバウムクーヘン
- ★国産小麦の野菜バー

◆選んだ理由、調理方法、感想など

- ★レモンヨーグルト⇒濃厚なのに程よい酸味でさっぱり了解頂きました。
- ★バウムクーヘン⇒カットされており食べやすかった、

◆おしゃべりした内容

最近 コープ会メンバー旅行について、九州旅行を高校同期と、アルペンルート立山を友人と、京都の息子の所へ、東京へと行ってきてます。その旅行の話で盛り上がっていました。

◆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

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**羽地**)コープ会 **北部** ブロック

記入者	金城美智子	開催日・時間	2025年7月8日 15:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	2469円
		支出累計	9795円
参加者	落合、新里、大田、宮城、 後藤、吉美、津波、金城	登録中何名	7名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

- ①デニッシュレモンヨーグルト
- ②彩果菜園フルーティーアップル



選んだ理由、調理方法、感想など

- ①冷やして食べたら美味しかった。
- ②コンパクトサイズで飲みやすい。



おしゃべりした内容

- ★ジャングリア申し込みならず残念!
- ★令和7 7/7メンバーの誕生日 ゾロメだ!
- ★娘親子の事で悩む事が多いのですが、今回病院受診ができ一歩前進かな。



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

(**あみあみ会**)コープ会

北部 ブロック

記入者	新垣	開催日・時間	2025年7月2日 10:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1,622
		支出累計	4,588
参加者	新垣 國井 田中	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

Cきつねうどん C長崎風チャンポン C讃岐カレーうどん C野菜・果実ジュース



選んだ理由、調理方法、感想など

夏休みに向けての昼食選び
鍋一つで 簡単に出来て 楽でした
水の量で 濃さも調整できるので 子供にも安心です



おしゃべりした内容

*ママ友との距離感の難しさ 子供のお友達が悪いことをしてるのに その子のママが注意しない時
どう対処する？
*コープ名護店の営業時間は仕事してるお母さんは使いづらいので改善してほしい



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

(**なないろ**

)コープ会

北部 ブロック

記入者	後藤恭子	開催日・時間	2025年7月4日 18:15
		未開催：理由	
開催場所	医療生協名護事務所	今月の支出	1,383
		支出累計	5,788
参加者	浜川 後藤 大田 金城 上野 比嘉	登録中何名	2名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

カリカリ食感がクセになる大学芋 毎朝快調ヨーグルト低糖質



選んだ理由、調理方法、感想など

室温で戻すだけで食べられるのがとても簡単でカリカリしておいしかった。でも意外と量が少ない。ヨーグルトは低糖質でヘルシーで良かった。



おしゃべりした内容

今日のお茶は、庭にあるレモングラスとコープの宅配で注文した桑の葉茶、いい香りですっきりします。桑の葉も体に溜まった熱を出す作用があり、血を補うので、夏にぴったりです。

今年度の活動計画を話し合いました。

健康チェックや薬膳講演会、新春のつどい、終活講演会などやっていきたい。

今年も暑すぎるので、みなさん健康に注意しましょう。



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	2025年7月15日 10:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1,394円
		支出累計	5,825円
参加者	豊里、宮里さん、島袋さん	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

もちもちチーズポテト、いかフライ、宇治金時、白ぶどうシャルドネ



選んだ理由、調理方法、感想など

イカフライのイカ小さかったけど、味は美味しかったです
もちもちチーズは、とても美味しかった



おしゃべりした内容

県聡の猫話し、子猫が保護された話し
今日も生協前、大雨が降ったのですが、最近雨が土砂降りになったりして、洗濯物大変な話でした



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

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	2025年6月21日 10:00
		未開催：理由	
開催場所	たんぽぽさん	今月の支出	¥2,201
		支出累計	0
参加者	米須、古堅、普久原江美子、照屋、ゲストに名護さん	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

C高知県産ゆずのソーダ、焼き鳥つくね串、C中華丼の具、骨なしフライドチキン、他差し入れ：お菓子、炊飯器ケーキ、ゴーヤーの和物、ピーマンとパプリカのサラダ、ホットコーヒー

2 選んだ理由、調理方法、感想など

いつもの簡単にできてお腹が膨れるもの？で探しかつ、コープ商品でと考えてそれになりました。冷凍の中華丼は、レンジやボイルでも出来てとっても具材が沢山!!食欲がない熱い日などでも優しいゴマの味なのでスルスル入る。見た目もカラフル。国産キャベツやキクラゲ、白菜、タケノコ、玉ねぎ、しいたけ、枝豆、エビ、人参と9種類の具材がはいっていて楽しい。ゆずソーダは、ほんのりゆず味でとても爽やかでよかった。焼き鳥のつくねは、とても新鮮な味に感じました。チキンカツも骨なしでパクパクいける!

3 おしゃべりした内容

やっぱりみなさん、良いお年頃なので孫やこれからの生活の話。服は買わない。貰い物の服をリメイクし自分の身体に合う様に一点ものの服に作って着る。
今日のゲストさんの服もなくなったご主人のかりゆしウェアを切って自分用にリメイク!それがとてもかわいい白のアクセントをつけ、しろのパンツと合う様なデザインで夏の爽やかな服として着けてました。あとは、たんぽぽさんの子供達の今日、この頃の話。他の公園でのショッキングな話…子供達の性問題の話など。

♥ 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

ういずこーぷのマンガで宅配のメンバーが代理の代理って…大変だ!と思いました!これからは、もっと大変になりますよね。郵便局の問題が徐々に皺寄せになってこないか心配デス!当たり前の時代が少しずつ変化して考え直さないといけないんでしょうねかね…

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	2025年7月20日 10:00
		未開催：理由	
開催場所	たんぼぼさん	今月の支出	¥1、667
		支出累計	0
参加者	田中、米須、普久原、古堅、照屋、ゲスト:名護	登録中何名	5名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

C生姜香る五目ごはんの素、Cただの炭酸水、かぼちゃの煮物、もずくと春雨海藻サラダ、パセリが香ばしいチーズクリームサンドクラッカー、差し入れ:Cあまじよつばいポテトチョコ、Cほろ苦ミルクコーヒースンド、ゴーヤーの漬物、黄金芋のクッキー、パパイアの漬物、シークワサーの原液



選んだ理由、調理方法、感想など

生姜が入ったおまけに具沢山。彩も欲しかったので大葉も刻んで入れたらとても爽やかで生姜の香りがしてこの暑い夏に食が進む味でした。混ぜても炊き込んでも美味しい混ぜご飯で便利だと思いました。おかずにかぼちゃの煮物。相変わらずホクホクの美味しさ。さっぱりもずくと海藻サラダ。スイーツは、気になっていた、ほろ苦ミルクコーヒースンドとCあまじよつばいポテトチョコ、どちらもサクサクどンドンイける美味しさ！
こんがり焼き上げたチーズクリームサンドクラッカー、100円なのにサクサクでさっぱり美味しい！
差し入れも良かった！
ゴーヤーや、パパイアの漬物、黄金芋のクッキー、ただ炭酸水は、シークワサーで割って飲んで美味しかった！



おしゃべりした内容

今月は、マシンガンズ、滝沢秀一さん講師のゴミ問題について考えようのオンラインイベントを聞きながらコープ会を行いました。最初はみんな聞いていたけれども、みんなおしゃべり好きなので、それぞれ話が弾んでしまい、滝沢さんの声がなかなか聞けませんでした。
でも、ゴミ問題について再認識しそれぞれ自分自身が考えていかなければいけないと自覚しました。ゲストさんがとてもパワフルでエネルギッシュな人。彼女の話がとても面白い。ご主人の介護を10年続けてきた。介護は多少は辛かったけれども笑がいつもありダジャレありで楽しい10年間でもあった。名護さんからの名言集。
算数が苦手な人にもできる思いやり算
・『たす』け合うと大きな力に
・『ひき』受けると喜びが生まれる
・声を『かける』と1つになれる
・いた『わる』と笑顔が増える。
優しく生きていこう



生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んだ感想などあれば

5月の総代会にてコープ美里店の店長にお弁当や惣菜をもっと増やして欲しいと要望しました。それからいつの間にかお弁当や惣菜が沢山増えていました。店長、惣菜担当の方々、本当に有り難うございます！とても感謝です！ほぼ毎日弁当や惣菜を買って帰ることが出来ました！美味しく頂いております！
日帰り色んな弁当や惣菜があるのですね！毎日が楽しみになりました。本当に有難うございました！

※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

(**すずらん**)コープ会

所属：(沖縄市) ブロック

記入者	山口 恭子	開催日：7月28日（月）10時～12時
		未開催：の場合理由（ ）
開催場所	コープおきなわ 美里店 花壇	今月の支出： 963 円
		支出の累計： 4,960 円
参加者名	沼波、照屋、松田、山口 （登録 5名中 3名）	

●次回の開催： 8月25日（月）10時～12時 場所：コープおきなわ 美里店 花壇

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。

購入場所：コープおきなわ 美里店

- ・手巻きおにぎり（鮭）
- ・C ざくろ酢&クランベリー



2 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・手巻きおにぎり（鮭）： 作業のあとの栄養源、手軽に美味しく頂きました。台風接近で湿度がひどくムシムシの今日でも海苔がパリパリ！美味しいです。
- ・C ざくろ酢&クランベリー：自分ではなかなか選ばないので、珍しいジュースで嬉しい。爽やかで飲みやすく元気が出るジュースです。



3 おしゃべりした内容

・今日は、熱帯低気圧になった台風が復活して、朝は雨予報も出ていましたが、運良く予報がはずれたおかげで雨に降られずに作業できました♪ 台風のムシムシで体感温度が高く、熱中症も心配でしたので、水分補給体を入れて普段より短時間の作業にしましたが、前もって金城さんと自治会長さんのご協力もあり、すでに剪定手入れしてくれていた花壇もあったので、今日は細かな雑草とりとお花のお手入れで、短時間の作業でも全体的にスッキリと綺麗な花壇になっていたと思うので良かったです。



4 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）

・お客さんが発見してお知らせがあったのか、花壇に大きな虫がいるらしく、蝶の幼虫が葉を食べたらしい大きな糞もたくさん落ちていました。花壇にも夏らしい季節を感じました。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**ゆいまーる**)コープ会 宜野湾・中城 ブロック

記入者	普天間みゆき	開催日・時間	2025年7月17日 19:30
		未開催：理由	
開催場所	長田区公民館	今月の支出	1,332
		支出累計	5,723
参加者	普天間・國吉18名	登録中何名	2名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

すくすくこども乳細菌・チョコレートワッサン・おにぎりせんべいファミリーパック

2 選んだ理由、調理方法、感想など

10人くらい参加するので、小分けできる商品。小腹が空くので、お腹を少し満たせるもの。防災関連で、賞味期限が長いもの。
賞味期限を知っておくとローリングストックする判断材料になる。生協マークは安心して食せる。

3 おしゃべりした内容

①7/13開催『琉球の危機を乗り越えて来た偉人たち !! 』賀数仁然さんお話し会の振り返り館)に備蓄食糧が1つも無い事を知らない人が8割
・災害時のトイレの備蓄をしてない人が7割
・ローリングストック行って無い人が5~6割

⇒これからの活動で、下記を周知・啓発する必要性あり

- ・避難所には備蓄食糧が無い事
- ・在宅避難の勧め避難所ルール
- ・ローリングストックの勧め
- ・災害時のトイレ備蓄

②7/24かりゆし会への防災ワークショップ
③9/13有村さん防災講演会・内容検討
④10/18防災プラネットフォームとの連携講座
⑤11/30消防団活動披露交流会
⑥その他

 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

コープ沖縄からの援助金にて、7/13地域自主防災ゆいまーる主催で、賀数仁然さんお話し会開催させて頂き、コープ沖縄からは、ブース展示にてローリングストックの紹介を行って下さいました!参加者さんからは『ローリングストックを知る事ができて良かった!』『ローリングストックすると良い商品が分かった!』『コープの商品で災害時に簡単にできる食事も紹介されて、とても参考になった!』と好評でした。ありがとうございました!

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**ﾌﾟﾗﾑ会**)コープ会 **浦添市** ブロック

記入者	嘉陽田	開催日・時間	2025年7月9日 11:30
		未開催：理由	
開催場所	嘉陽田家	今月の支出	1,550
		支出累計	6,589
参加者	照屋、北川、嘉陽田	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

コープお惣菜(肉団子、手羽元炙り焼きチキン、牛肉コロッケ、カボチャコロッケ)



選んだ理由、調理方法、感想など

お昼にコープのお惣菜を食べる事にしました。

その中でもご飯が良くすすむおかずにしようって事でこの種類を選びました。



おしゃべりした内容

コープのお惣菜の中でリピートしているのはカツカレーとブロッコリーとにんじんのバジルチキンをリピート中

コープのカレールーはみんなリピート予定

昨今の娯楽系のコンテンツについて
(Vtuber、2.5次元舞台、歌手等)

ジャパニーズホラーと洋物ホラーの違い

野菜の面取りするかしないか
皮の剥き方、包丁の動かす向き(自分向き、外向き)どちらか

雇用保険の定義

10月に閉店するマチナトサンエーについて

女性の働き方について
子育て家庭仕事の塩梅やスタイル

生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んだ感想などあれば

※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）

以下はそのまゝ「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

(7 と 7 +)コープ会	所属：(浦 添)ブロック
-----------------	----------------

記入者	島田 美和子	開催日： 7 月 10 日 (木) 10 時～13 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	牧港店 2F	今月の支出： 1,728 円
		支出の累計： 6,476 円
参加者名	岩山初子、兼城順子、仲間宣子、島田美和子(登録 6 名中 4 名)	

●次回の開催： 8 月 14 日 (木) 10 時～13 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。

(全品店舗)

白ネ子
糀甘酒
マカラ

たまご白個入
人参
サメコ

黒糖カステラ
モメントウフ

差入れ
仲宗根輝家産こうじ
↓
(兼城) 昨日の学習会講師
まぜとこ (諸々原)
白米 (島田)

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・ 学習会の実施で学んだことを広げたい
- ・ 調味料として安心、便利。皆さんも学ぶと、おろめようという気になります。

③ おしゃべりした内容

- ・ 昨日、参加した組合員の感想交流... とっても手際よく勉強になった
- ・ エロサもまた流行ってるので気をつけよう。(5kg)
- ・ 今朝、店頭で備蓄米見たよ。まだ売れ残りあり。¥1,970.-

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういずこーぶ』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)

「ういずこーぶ」7月号 p.10 個配手数料 値上げの件...
2024年度 協購入事業 低下の報告。値上げは組合員には痛いよね。
私はシルバー割引利用2年です。70歳～できるか。知らずにいたのか？一年間は
利用できず。自分から申告すること!! サービスとは何か？ 4つのメリットはなくなり

画像などありましたら送って頂けると嬉しいです。値上げは一瞥に行なう。 2025年2月修正

全額上手数料はかなりの収入額？ 高島島の組合員はどうなるのか？

2025年7月10日（木曜日） 浦添市ブロック てとて+コープ会

7月9日に開催された『やさしい糀講習会』に参加し、
早速、仲宗根糀家の糀を使った料理を作りました！



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	2025年7月7日 20:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	¥1488
		支出累計	¥5860
参加者	當山、朝永、金城、平良	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

Cたいやき

Cごまごま小魚



選んだ理由、調理方法、感想など

◆ごまごま小魚は初めてカタログで目にとまったので選びました。

小魚は思ったより少し大きめですが、サクサクしているので、とても食べやすかったです。

量も丁度良く、アーモンド入りとは一味違うので、味変で購入してもいいと思います。

◆たいやきはトースターで焼くとサクサクとして美味しかったです。



おしゃべりした内容

夏休みに入るので、自治会や、子ども会へのボランティア活動の報告。

地域の夏祭りに向けての着付けや、演舞の確認



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

(**ハピネス**)コープ会 **浦添市** ブロック

記入者	吉元	開催日・時間	2025年7月8日 11:00
		未開催：理由	
開催場所	吉元宅	今月の支出	1360円
		支出累計	5872円
参加者	吉元 野田 宮崎	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

国産牛豚合挽ミンチ大 鶏むね皮なしミンチ ホクトエリンギ ミニトマト ロールパン



選んだ理由、調理方法、感想など

ハンバーグサンドを作りました。エリンギを細かく切ってかさ増し&ヘルシーに仕上げました。合挽肉に細かく切ったエリンギ溶き卵玉ねぎパン粉を混ぜ味付けはケチャップソース塩ニンニクコンソメを使用しました。弱火でじっくり焼いたので柔らかくジューシーに仕上がりました。



おしゃべりした内容

運動不足解消 歩きたいの話から 万歩計アプリの話へ

子供達の話 女の子は口が強く大変～。
おっちょこちょいで子供に怒られることもある、、など



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

(**パピコ コープ会**)コープ会

浦添市 ブロック

記入者	座波	開催日・時間	2025年7月29日 10:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1270円
		支出累計	6254円
参加者	座波、備瀬、座波	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

- ☆生協バター(食塩不使用)
- ☆クラフトクリームチーズ
- ☆COOP食塩不使用くるみ



選んだ理由、調理方法、感想など

手作りパンが食べたいって事でパン作りをしました。くるみクリームチーズのパンと家にあった材料(オリーブ、チェダーチーズ、ベーコン)にクリームチーズも入れて具たくさんパンも作りました。柔らかくて美味しいパンが出来上がりました。



おしゃべりした内容

- ☆夏休み何処も人がいっぱい!!
- ☆夏休みご飯作りが大変!!
- ☆介護って大変。など。



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

(**てだこゆんたくコープ会**)コープ会

浦添市 ブロック

記入者	仲地 静香	開催日・時間	2025年7月12日 13:00
		未開催：理由	
開催場所	コープ牧志店 組活室	今月の支出	1,348
		支出累計	7,273
参加者	石川、松田、仲地	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

コープ緑茶、ちょこっとぜんざい



選んだ理由、調理方法、感想など

試食してみたいので選びました。



おしゃべりした内容

発達障がいの相談や情報交換



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

(えいそ会)コープ会	所属：(浦添)ブロック
--------------	---------------

記入者	比嘉 加代子	開催日： 6 月 28 日 (土) 10 時～ 13 時
		未開催：の場合理由 ()
開催場所	コープ牧港調理室	今月の支出： 1,639 円 支出の累計： 4,835 円
参加者名	比嘉 加代子・崎山久枝・我那覇宗孝・宮里時子 (登録 4 名中 4 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。

水・油いらず餃子 198円 木綿豆腐 360円 カットエリギ 58円 C朝とぎえだ 238円
オクラと長芋ミックス 208円 エンサイ 138円 ツナ缶 118円 とこ豚もと切り落とし 184円
納豆 44円

② 選んだ理由、調理方法、感想など

暑いので、ネバネバ料理を作る。

島豆腐 { モロヘイヤ、しょうゆ、酢、酒
ごはん { 明日葉、しょうゆ、酒
かけて { オクラと長芋ミックス (冷凍) ... 自然解凍して、納豆と混ぜる。味付けは納豆の
食べる。 { だし

持参した食材
ピーマン、モロヘイヤ、
じゃがいも、きゅうり、ニラ
明日葉、たんぽぽ葉

③ おしゃべりした内容

備蓄米... 前日(6/27)にコープ牧港で購入したので、試食してみた。
少しパサつきぎみなので、水分を多くしたほうがよい。
ネバネバ料理をかけて食べた。サラサラして食べやすかった。
白ごはんとして食べるより、混ぜて食べるほうがよい。

♥ 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



ユーフ会 おしゃべりノート

スマホ専用フォーム

(えいそ会) ユーフ会

所属：(浦添) ブロック

記入者	比嘉 加代子	開催日：7 月 26 日 (土) 10 時 ~ 13 時
		未開催：の場合理由 ()
開催場所	ユーフ物産調理室	今月の支出： 1,770 円
		支出の累計： 6,605 円 残り
参加者名	比嘉 加代子、崎山 久枝、我那覇 宗孝、宮里 時子 (登録 4 名中 4 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。

ミツカンカンタン西作 268円 - 調合されているので、和えるだけで使える。

ゴーヤー 2本入 198円、きゅうり 2本入 158円

かつおパック 158円

持参した野菜

白菜、ピーマン、モロヘイヤ

クミスクチン、ヤカいも、きゅうり

ニラ、明日菜、ゴーヤー

② 選んだ理由、調理方法、感想など

1. ピーマンの肉詰... ひき肉 + 白菜をまぜこね、ピーマンに詰める。

ピーマンは二つ割りにして、小麦粉をまぶす。

2. ゴーヤー、きゅうりの和え物... ゴーヤー、きゅうりを薄く切り、塩とみり

かんたん酢で和え、けすりがつおをかける

3. なめこ汁... なめこ + 白菜 + みそ + 豆腐

4. ゴーヤーチャンプル... 持参したゴーヤーが、3~5mmの厚さだったので、チャンプルにした。

③ おしゃべりした内容

5. 豆腐(半丁)は、チャンプルー、みそ汁、小鉢(オクラトッピング)の3品に使用

6. 持参したクミスクチンの葉は全部煎いたもので、少し苦かった。

7. 持参した白菜に黒い点々があった... ポリフェノールの塊だから食いつく点々の強い軸は使わず、葉先のみを使用。

♡ さくら猫、沖縄の三大野菜(クミスクチン、グアバ、ウコン)

生協を利用して気づいた点や『ういすこーい』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)

2025年6月28日（土曜日）
浦添市ブロック えいそコープ会

暑い日が続いているので、ネバネバ料理です。



※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

(はっぴー ていだ)

)コープ会

所属：(浦添)ブロック

記入者	加藤 洋子	開催日：4月28日() 15時～16時
		未開催：の場合理由()
開催場所	屋富祖自治会小ホール	今月の支出： 1,548 円
		支出の累計： 1,548 円
参加者名	加藤 洋子・津波古須枝子・他2人 (登録3名中2名)	

●次の開催：5月15日(木) 16時～18時 場所：屋富祖自治会

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。

- ・グアテマラ ブレンド コーヒー コープ牧港にて
- ・コープ アガー
- ・C オートミール クッキー

② 選んだ理由、調理方法、感想など

びわゼリーとコーヒーゼリーを使ってみました。
いろんな素材でもわりとしっかり固まるので扱いやすい。
グアテマラブレンドコーヒーは10gも入っているので味も風味も良く
コーヒー好きの私たちにはとてもよかった。

③ おしゃべりした内容

月に1回 屋富祖自治会にて はっぴー食堂をやっているの
来月は子どもの日 どんなメニューが喜ぶかな?というお題

・カレー・そば・揚げ物 あったら毎回大満足
スイーツも あったら大喜び... あとは予算だねーと話尽きず

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういずコーぷ』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

(はっぴー ていだ)

コープ会

所属：(浦添) ブロック

記入者	加藤 洋子	開催日： 5月15日(木) 16時～18時
		未開催：の場合理由()
開催場所	屋富祖 自治会小ホール	今月の支出： 1,563 円
		支出の累計： 3,111 円
参加者名	加藤 洋子・津波古須枝子 他 12 (登録 3 名中 2 名)	

● 次回の開催： 6月19日(木) 16時～18時 場所： 屋富祖 自治会

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・☒)・画像添付(有・☐)○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。

コープ 牧港にて

・すくすく 乳酸菌

・チョコ 坊たち

② 選んだ理由、調理方法、感想など

毎週木曜日 小・中学生と 地域クラブを やって 学校終わって
そのままの で いっも 何か 食べたい と おやつ を 楽しめ に している ので
今回 この おすすめ 2品 を だしたら 分かる たべた 事 ある.. “おばあちゃん
の家 に 絶対 ある やつ” とか うまい 棒冰 大食い から 満足 等

③ おしゃべりした内容

6月の 慰霊祭 に ぶけて、 去年の とり組み の 説明 を 行い
屋富祖 には 20柱 の 御霊 を 祀る 芳魂之塔 が あり
いっも オオゴマダウ を 放火 したり 平和宣言 を したり して 平和を
考える 取り組み を 行っている ので 皆で 平和 について 考えて みよう と

♥ 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 お話しました。
(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

(はっぴーでいだ)	()コープ会	所属：(浦添)ブロック
-----------	---------	---------------

記入者	加藤 洋子	開催日： 6 月 26 日 (木) 16 時 ~ 18 時
		未開催：の場合理由 ()
開催場所	屋富祖 自治会 小ホール	今月の支出： 621 円
		支出の累計： 3732 円
参加者名	加藤 洋子・津波古須枝子 他 8 (登録 3 名中 2 名)	

● 次回の開催： 7 月 17 日 (木) 16 時 ~ 20 時 場所： 屋富祖 自治会

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。
C こしあん 大福 白もち よもぎもち 12 個
佐賀 めかん ボーロ 10 枚

2

選んだ理由、調理方法、感想など
今回は私の父が好きでよく注文する おやつを 毎週 木曜日の
地域クラブに参加の子どもたちにも食べてほしくて プラスでわが家の
パッションフルーツ & フルーツパイと 試食。
あまり食卓に並ぶ事のない 果物に 反応が いろいろでした。

3

おしゃべりした内容
来月予定のハッピー やふそまつりに ゲームブースを出店するので
そちらに出るゲームの内容をみんなでおし合い 看板作り等しな
がら当日に向けて 担当分けしておしゃべりしました。
わなげと玉入れとフリママーケットに決まり 当日が楽しみです。

♡

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)

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(青いんご)

コープ会

浦添市 ブロック

記入者	井上飛鳥	開催日・時間	2025年7月10日 18:40
		未開催：理由	
開催場所	アップルタウン2階	今月の支出	1,639円
		支出累計	0
参加者	助川、宮崎、斉藤、井上	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

① 試食商品

COOPクオリティ大山乳業の特選牛乳を使ったベルギーワッフル、COOPたいやき、COOPおいもがおいしい厚切りポテトチップス、岩塚製菓大袖振り豆もち、COOP深煎焙煎モカブレンド無糖、午後の紅茶おいしい無糖アイスティー

② 選んだ理由、調理方法、感想など

「夏休み目前! 1学期間お母さん達お疲れさま〜♪」として、みんなで食べたい物を選びました。

- ・甘い2種、しょっぱいの2種でバランスいい。美味しかった。
- ・ポテチは厚みがあって好き!
- ・鯛焼きは内地の味がした。
- ・ワッフル、もう少しカリッとしてたら美味しいよね。トースターで焼きたいね。

③ おしゃべりした内容

- ・ハナマルキの液体塩こうじの話聞いたけど、あの塩こうじは粒がなくて使いやすいそうよ。浅漬けの素みたいな感じで使えるんだって。トマト漬けが美味いって話で、試してみたい! 追い麴味噌を使ったキュウリとちくわの梅みそ和えも美味しいらしいよ。
- ・高1の息子がCOOP会に参加したがつってる。料理教室にも行きたがるはず。同じく高1の息子、フィナンシェ作ってた。オムライス作ってケチャップは飽きたからってデミグラスソース作ってた。
- ・子育て支援員の講座に申し込んだよ。前は抽選に落ちちゃったから今年はどうかな。
- ・備蓄米、誰も買わないから店に積んであるけど、値段が安すぎてムカつくよね。古々々々米??カビの検査するらしい。鳥の餌の1歩手前を買わされてる。
- ・台湾に行く話だけど何泊する? いつから行く?
- ・歯茎が痛いから今回は食べないでおこうね。紅茶だけ飲みます。
- ・チョコが高くなってる! もう買えない。明治のブラックなんて前は100円しなかったのに、もう200円近いよー。
- ・松村雄基と氷川きよし、結婚したってよ!!! 氷川くん、ミボリンに似てない? 似てる!
- 橋本環奈と中川大志復活したらしいって。中川大志って福士蒼汰は似てるよね。
- ・狩野英孝の動画が良く流れてくる。子供たちも大好き。子どもに面白いから見てって見せられる動画のハ割はつまらないけど、狩野英孝のは面白くてうっかり笑っちゃう。成功体験で調子に乗ってまた見せられちゃう。
- ・保育士の勉強している娘が課題で泥団子作ってる。近所の公園でジャージ着て座り込んで泥団子つくってると変な目で見られたって。ピカピカにするためにストッキングで擦ったりしてるよ。

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

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**めの会**)コープ会 **浦添市** ブロック

記入者	國吉	開催日・時間	2025年7月9日 15:00
		未開催：理由	
開催場所	國吉宅	今月の支出	1304円
		支出累計	2997円
参加者	國吉、比嘉、高橋	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

やんばる若どり鶏つくね焼、cかつお風味つゆ、とこ豚もも切り落とし、三元豚ロースうすぎり(コープ牧港)



選んだ理由、調理方法、感想など

そうめんを食べ切ってしまいたかった為
冷しゃぶ風そうめん
鶏つくね焼(シソ入り)
梅と大葉と豚の棒餃子

鶏つくね焼(シソ)は少し固い感じがしたので以前の鶏つくねの方が良かったです。

しゃぶしゃぶ用ではないお肉で作りましたが、美味しくいただきました。



おしゃべりした内容

夏休みのお昼ご飯どうしようか
備蓄米の美味しい食べ方
夏野菜レシピ



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

(**アロハ**)コープ会 **那覇東** ブロック

記入者	松田弘美	開催日・時間	2025年7月19日 13:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1500円
		支出累計	6000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			

ひとことカード なし



1 試食商品

◆C冷やし中華甘酢だれ ◆にんにく揚げ餃子 ◆鶏竜田ハニーマスタード



2 選んだ理由、調理方法、感想など

★Nさんのオススメをチョイスしました

◆冷やし中華→きゅうり、錦糸卵、トマト、わかめをのせていただきました。暑い夏には最高です。甘酢だれの味も美味しいです。麺もいい感じでした。 ◆揚げることによって、にんにくの香ばしさ、肉汁の旨みとかが引き立ってスゴく美味しかったです。 ◆ハニーマスタードの味にハマってしまいます。サクサクの鶏に甘辛い味が見事にマッチ、下にひいてあるキャベツの千切りも、揚げ物罪悪感の減少効果あり。



3 おしゃべりした内容

★マンゴー高すぎ

メンバー全員、毎年マンゴーを県外に送ってるが、農家さんから今年は準備出来そうにないと連絡がきた。どうするべき？あっちこっちあたってみる？もう少し待つ？と悩み、お互いにアンテナ張り巡らせ連絡しあうことにした。



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

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 **那覇東** ブロック

記入者	底原	開催日・時間	2025年7月8日 11:00
		未開催：理由	
開催場所	底原家	今月の支出	1544円
		支出累計	5890円
参加者	底原、今村、高良、新垣	登録中何名	4名
次の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

- ・Cさつまいもの甘煮(冷蔵)
- ・Cこんぶ豆(冷蔵)
- ・C紅茶のオールドファッション(冷凍)
- ・C和風たらこスパゲッティ(冷凍)
- ・C海老のクリーミートマトスパゲッティ
- ・ベーカリー特価商品(ブルーベリーベーグル、グレースドーナツ、ベーコンエッグ、ホイップチョコロール)



選んだ理由、調理方法、感想など

- ・Cさつまいもの甘煮&Cこんぶ豆→どちらも美味しかったけど、特にこんぶ豆がほんのり甘みもあって好評でした。
- ・C紅茶のオールドファッション(冷凍)→自然解凍で食べました。紅茶の香り&オールドファッション特有のサクツとした食感もしっかり感じられて、非常に美味しかった。1個あたり100円未満だと考えたら、某ドーナツショップで買うよりもいいかも。
- ・C和風たらこスパゲッティ(冷凍)→たらこがしっかり感じられて好きな味でした。
- ・C海老のクリーミートマトスパゲッティ→これもトマトをしっかり感じられて美味しかったです。贅沢を言うならば…海老の取り合いになったので(笑)、もう少し海老が多いと嬉しいかな。
- ・ベーカリー特価商品(ブルーベリーベーグル、グレースドーナツ、ベーコンエッグ、ホイップチョコロール)→特価商品はやっぱりお買い得。ベーグルはブルーベリーの香りもしっかり&モチモチで食べ応えあり。グレースドーナツも見た目ほど甘すぎず食べやすかった。ベーコンエッグとホイップチョコロールは、まあ名前の通り…。ベーカリーはどれも美味しいので、特価商品は見かけたらいつも購入しています。



おしゃべりした内容

【最近観た映画の話】

映画好きが集まっているBeママ2。

私のオススメは「フロントライン」。ほんの数年前の実話に基づいた話なので、当時の事を思い出しながら色々考えさせられました。ぜひ、国民全員に観て欲しい!! イケメン俳優が多数出演しているんですがモデルになったドクターもホントにイケメンなんですよ〜。

別メンバーのオススメは「国宝」。とにかく映像が綺麗で、惹き込まれる。3時間があっという間だったと。

あとは「ルパン」の映画。劇場版は約30年ぶり。詳しく言えないけど面白かったよ〜との事。(私も観に行く予定)

そして夏休みは、みんな子どもと一緒に「鬼滅の刃」。でも、無限城編って三部作なのよね〜。長いよね…

「木の上の軍隊」もまだ観てないけど、観たい!!観たい映画がたくさんだけど、お財布とも相談しなきゃ…という人も。

実は…映画をおトクに観る方法もあるんですよ〜。

後は…

表に出せないような話を多数しました(笑)

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

(タイチー)コープ会	所属：(那覇東)ブロック
------------------------	--------------

記入者	伊舎堂 初美	開催日：7月18日(金) 10時～11時
		未開催：の場合理由()
開催場所	コープ首里調理室	今月の支出：1,272 円 支出の累計：4,207 円
参加者名	嶺井 憲子、長堂 登美枝、伊舎堂 初美 (登録3名中3名)	

●次回の開催：8月15日(金) 時～ 時 場所：コープ首里が使えないので検討中

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。

- ・竹の子 土佐煮
- ・里いも 土佐煮
- ・9種の具材の焼ビーフン
- ・あんぱん

コープ首里にて購入

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・メンバーの都合で1時間という設定にたため、レンチンするだけの焼ビーフンと温めなくてもよい土佐煮2種にしました。
- ・家庭ではビーフンに野菜をいろいろ加えると更においしくなるのではなか。
- ・土佐煮は少量パックなので使いやすい。
- ・あんぱんの甘さかげんかとても良い。

🍷 おしゃべりした内容

- ・今回は長堂さんのお主人が参加。時間はいつもの半分でしたが、おしゃべりの方は大盛り上がりでした。
- ・嶺井さん手作りのみそを使ったカチューユー(かお汁)を味わいながら沖縄の伝統的な食材ラードの効用や、子供時代の食生活などについてゆんたくが尽きませんでした。

🍷 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)

- ・毎年のことですが、叫いすこーぷの8月号で旧盆特集を読んで下さるので色々参考にしています。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**FCアラフォース**)コープ会

那覇東 ブロック

記入者	荻堂	開催日・時間	2025年7月31日 11:00
		未開催：理由	
開催場所	荻堂宅	今月の支出	約1500円
		支出累計	0
参加者	荻堂 知念	登録中何名	2名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

・C北海道レンジでできるフライドポテト C水・油いらずパリッと羽根つきの餃子 Cフルーツグラノーラ Cほうれん草とたまごのスープ Cじゅうしいさあ

2 選んだ理由、調理方法、感想など

・冷凍食品が20%オフだったので冷凍食品 **+** お買い得商品にした。2か月に1回?の冷凍食品20%オフの日を楽しみにしてます♡
・ポテトは国産素材だし、レンジですぐできるし、100円と手頃だし、弁当にも良さそう♡
・ほうれん草とたまごスープは、ほうれん草が苦手な子どもも飲めたので夏休みに重宝したい。
・フルーツグラノーラはオーツ麦入ってて身体に良さそうなので罪悪感なく食べてしまう。

3 おしゃべりした内容

・ジャングリア行って来た話。楽しかったけど、暑かったしめちゃくちゃ歩いて筋肉痛(°▽°)2歳の子は遊べるのは少ない。小学生以上には最高 ☁️ 雰囲気も良かったし、子供たちはとってもよろこんでいてまた行きたいと言っている。
・8年ぶりに那覇マラソン申し込んで走り出しました 🏃♀️ ➡️ いかに時間を作って走るかが重要 🕒 ♀️
・子どもが2年生になって一年生のときより宿題が増えるm(_ _)mこれからが心配 🙄

💖 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

(あんまーず)コープ会		所属：(東)ブロック
記入者	寺田 あかり	開催日：7月17日(木) 10時～12時
		未開催：の場合理由()
開催場所	首里コープ	今月の支出：1519 円
		支出の累計： 円
参加者名	金城ふじの/上原麻美/高良南海子(登録5名中4名)	
●次回の開催：9月18日(木) 10時～12時 場所：首里コープ		

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。

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。

フレンドリーバナナ(首里コープ)
コープシンモンアップルジャム()
おめめホットケーキミックス()

② 選んだ理由、調理方法、感想など

・子供達に安全なおやつを食わせてあげたいから
・ホットプレートで焼く
・(私の)甘い生地にフレンドリーバナナがよく合ってた

③ おしゃべりした内容

・ジャムも甘すぎずとても美味しかったです。
・次回のあんまーずイベントの内容を検討
・助成金の用途を検討
です。

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういずコーぷ』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

(**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	2025年7月17日 19:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1617円
		支出累計	0
参加者	大嶺、下地、具志堅、新里	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1

試食商品

C里いも土佐煮
C野沢菜ちりめん
ミックスサラダ
C緑茶
惣菜
カレイのカリカリ揚げ、沖縄県産豚肉餃子

2

選んだ理由、調理方法、感想など

国産ブレンド米を食べるのに合う食品

3

おしゃべりした内容

米高騰で、一番安かった国産ブレンド米2980円を購入してみた。封を開けた時だけは糠の匂いがした。味も美味しく、良かった。また購入する。
ゆずドレッシング九州産が美味しかった。ドレッシングコーナー2あります。
しそ佃煮、山椒の佃煮が美味しい
夕食後に甘い物を食べるのがやめられない
子供の頃の遊び ゴム段、2人兄弟だと家で出来ない、兄弟が欲しかった。ガジュマルの木に段ボール
息子が入籍した。どうやって知り合った？
結婚式の二次会で出会った。上手く行くケースが多い出会いらしい
レジ近くのビニール袋が薄い、裂けやすい コープのはしっかりしている
買い物する時、ポイント？倍とか意識してる。結構バカにならない。
自社株とイオンスーパー株 優待券
家電貯金口座を作ろう、旅行貯金口座を作っておくと安心して使える、慌てなくて済む
体調が急に変わるお年頃になった。食後血糖値を上げない方法

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

(おもろまち)

コープ会

所属：(那覇市西)ブロック

記入者	伊良皆	開催日：7月8日(火) 10時～12時
		未開催：の場合理由()
開催場所	あぷろタウン	今月の支出：1466 円
		支出の累計：5889 円
参加者名	みゆみ、みな、総、みか、ふみ	(登録6名中5名)

●次回の開催：8月28日(木) 10時～13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)○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。

トランクパン

- ① トランクパン ￥340の20%オフ ×3ヶ
- ② トランクパン ￥319の20%オフ ×2ヶ
- ③ トランクパン ￥138

② 選んだ理由、調理方法、感想など

トランクパンが20%オフの日だったのでパンをメインにしました。

量り空もふきいずするように、黄色い食べ物にしてみました。

- ① トランクパンが20%オフの日だったのでパンをメインにしました。
- ② トランクパンが20%オフの日だったのでパンをメインにしました。
- ③ トランクパンが20%オフの日だったのでパンをメインにしました。

③ おしゃべりした内容

- ・もらったばかりのトランクの冷蔵庫を粉砕して、記憶を消すのが大変だった。
- ・でも思い出は消えなくていい。トランクパンがよかった。
- ・台湾の高松生ホームステイの受け入れをした。少し疲れたけど、とても良い体験になった。
- ・強豪どうなる？
- ・物価高なのに給与が上がらない。なんで？

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういすコープ』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)

いつも見やすくモレイです。ありがとうございます。

※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: 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

(新 開)

コープ会

所属: (南部東) ブロック

記入者	吉井 正子	開催日: 7月21日(月) 12時~14時
		未開催: の場合理由()
開催場所	吉井 宅	今月の支出: 1,494 円
		支出の累計: 円
参加者名	名嘉元悦子 平良順子 花木美子 奥那嶺登子 (登録5名中5名)	

● 次回の開催: 8月26日(2) 11時~14時 場所: 吉井宅

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。

- ① 4種のきのこほうれん草 213 × 2 = 426
- ② 海老のクリームトマトスパゲティ 213 × 2 = 426
- ③ アズキバーミルクアイス 321 321
- ④ コロコロチキンカレー風味 321

② 選んだ理由、調理方法、感想など

スパゲティ、パーティ! (食べたかから) ¥1,494.
今日は野菜のさし入れ等ありで、バランスがとれていた。
アズキバーミルクは、とてもおいしかった。

③ おしゃべりした内容 しほ人主配して
★ コープの分別、せっかくしても、収集 全部 同じところに? 入れて
しまってるのを見たけど... 現場は、どうなってるのか。
★ 今年の夏祭りのうちあわせ、しばらく、かかりました。
琉舞サークルの存続が、きびしくなっている。どうしたらいいの?
★ 今年はセミが少なく、鳴くのも遅かったね。なぜかな?

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういすコープ』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)

- ① 配達の時、変更になって大変でしたが、なんとか(汗)
- ② 個人的には、今は、レンジは使わない生活。工夫したら、OK
- ③ 毎週のカタログ、Cost-downの為是非考えてほしい。COOPも、高いの、おしゃべりして

画像などありましたら送って頂けると嬉しいです。良い品が安く買えると、2022年2月14修正

コープ会おしゃべりノート(報告書)ウェブ報告

(つきしろコープ会)コープ会

南部東 ブロック

記入者	数田みどり	開催日・時間	2025年7月3日 16:00
		未開催：理由	
開催場所	数田家	今月の支出	1,397
		支出累計	1,397
参加者	加藤美穂 照屋幸子 数田みどり	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



1 試食商品

6枚ふすま入り食パン

コメダ珈琲店監修ココアクリーム

C毎日鉄分パインミックス



2 選んだ理由、調理方法、感想など

ふすま入り食パンは前から気になっていました。思ったより食べやすく逆に子供も美味しいと食べてました。

ココアクリームは美味しくてまた購入したいねとなりました。

パインミックスは大人には少し甘いかなと思いましたが、子供のために試してみたいと話していたのでちょうど良い甘さかとなりました。



3 おしゃべりした内容

物価高。備蓄米の美味しい炊き方。

介護する側される側が楽しくできる方法。美容介護アドバイザーの資格を生かして何かやりたいね。



生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んだ感想などあれば

※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

(**くくる**)コープ会

所属：(南部西) ブロック

記入者	宮城	開催日： 7月 17 日（木） 12 時～16 時
		未開催：の場合理由（ ）
開催場所	宮城宅	今月の支出： 1,353 円
		支出の累計： 1,353 円
参加者名	渡久地、前底、宮城、	（登録 3名中 3名）

●次回の開催： 8月 21 日（木） 12 時～ 16 時 場所：宮城宅

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。

- ・5種国産野菜のふっくらプチ肉まん
- ・ミニアメリカンドッグ
- ・国産野菜を使った星ポテト（ほうれん草）

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・1歳児が食べられそう、子供が食べてくれるか試したい。
- ・電子レンジ調理
- ・プチ肉まんは野菜も入っており栄養のバランスがいい。アメリカンドッグは子どもたちみんなが好きな味でパクパク食べていた。星ポテトは安定のおいしさ、子どもが食べやすいサイズ感。

③ おしゃべりした内容

- ・子連れ旅行の情報交換・・・宮古、福岡、愛知、台湾のおすすめスポット
- ・ジャングリア情報・・・プレオープンに参加した方の話
- ・どろんこ幼稚園・・・どろんこ祭りの様子

♡生協を利用して気づいた点や『ういずこーぷ』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）

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(とみしろポッチャ)コープ会

南部西 ブロック

記入者	廣瀬 和賀子	開催日・時間	2025年7月25日 14:00
		未開催：理由	
開催場所	医療生協豊見城倉庫	今月の支出	1502円
		支出累計	1502円
参加者	比嘉、嶺井、砂川、真栄里、照屋、廣瀬	登録中何名	3名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし



試食商品

ビーノうましお味、南高梅ゼリー、3種のプチ洋菓子ミックス



選んだ理由、調理方法、感想など

豆をもっと食べたい。夏バテ予防に梅ゼリーはヘルシーかも？できるだけ、素材が感じられるものを選びました。



おしゃべりした内容

今年は梅を漬けなかった。梅の風味が楽しめる。ビーノは高齢者が一人で食べるには量が多い。ケバケバしいおやつより、孫に食べて欲しい。プチ洋菓子はコーヒータ임にちょっと甘いものが欲しい時、丁度良い。

メンバーが参加している健康体操、グランドゴルフが話題になりました。パークゴルフとの違い、ゲートボールは喧嘩になる？ノルディックの効果など。



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

パパッとキッチンから見ます。大いに参考になります。夏休み中の孫の昼食作りの力強い味方です。コープ商品の紹介を見て、保存料、着色料、甘味料などを使わない商品を選ぼうと思います。

※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：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	い・緑恵梨子	開催日： 7 月 16 日 (水) 12 時～14 時
		未開催：の場合理由()
開催場所	い・緑家	今月の支出： 1458 円
		支出の累計： 5851 円
参加者名	鎌田香織、宮国利恵、い・緑恵梨子 (登録 3 名中 3 名)	

●次の開催： 8 月 28 日 (木) 12 時～14 時 場所： 宮国家

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。

- ・たらと野菜の黒酢あん
- ・ふかひれスープ
- ・とうもろこしご飯の素
- ・茶わんむし

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・茶わんむしは冷やして食べられるので夏にぴったりだと思った。
- ・とうもろこしご飯はもう少しとうもろこしの量があってもいいと思った。
- ・たらは大きさちょうど良くて食べやすかった。

③ おしゃべりした内容

- ・部活重カのこと(スクール)
- ・県大会のこと
- ・沖縄の賃金について
- ・仕事、税金のこと

♥ 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

(**こらまたコープ会**)コープ会

八重山 ブロック

記入者	亀井 道子	開催日・時間	2025年7月3日 7:30
		未開催：理由	
開催場所	新城まりえさん宅	今月の支出	1,749円
		支出累計	6,772円
参加者	新城、大松、亀井、小浜、半額	登録中何名	5名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

①高菜と明太子の焼きビーフン②こしあん大福

2 選んだ理由、調理方法、感想など

- ①高菜と明太子は、どちらも辛い食材なのに以外と旨い味わいでした。
②口直しに国産素材の甘い大福をチョイスしました。白もちとよもぎもちに、たっぷりのこしあんが入っていて、一口サイズで美味しかったです。

3 おしゃべりした内容

- ・参議院選挙が7月20日、市長の失職による市長選挙が8月17日、与那国町長選挙が8月24日と選挙イヤーとなり騒がしくなった。
- ・7月5日に大災害が起きるデマが流布している。トカラ列島で起きている群発地震もあるので世間で騒がれている。デマに振り回されないように気をつけましょう。

♥ 生協を利用して気づいた点『ういずこーぷ』を読んだ感想などあれば

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、返信用封筒、または地域担当者へ）

提出先FAX: 098-879-1199

記入者	新屋武和子	開催 月 日 () 時 分 ~ 時 分
参加者名		今月の支出： 円 便途明細：

グループ名(あそびあひの会

所属：（ ）ブロック

開催日：（ 月 日）

活動報告

- ・6/12 高江州小學校 1.3.5年生 朝の読時間かせ 参加
- ・6/19 " 2.4.6年生 "
- ・6/19 " 年和集会」にて読時間かせ 参加
低学年「ハハのてくてくおはなせ」、中学年「木更の海」、高学年「ぼくらえ」
- ・6/28 沼津市立中央図書館 読書の部屋」参加
エコーエター「からみぐいん」、大型絵巻「わが、えうぼくう」
又川心 絵巻「ハハのてくてくおはなせ」、エコーエター「にんじんがあかいわけ」
- 7/10 高江州小學校 1.3.5年生 朝の読時間かせ 参加
- ・7/17 " 2.4.6年生 "

以上