

おしゃべりノート集

朝晩涼しくなり、沖縄も秋らしくなってきましたね♪
忙しい年末を前に、皆様お体気を付けてお過ごしください！



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」11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 11月号を同封します。

VOL.87 2025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

2025年度「コープ会」「グループ」発足状況

2025年8月末							
ブロック		コープ会名	人数			グループ名	人数
北部		1 羽地	10				
	3	2 あみあみ	3				
	16	3 なないろ	3				
うるま市		4 いふあ	4			1 ソーミナー(平和)	8
	1	コープ会				2 Forチルドレン(環境)	10
	4	名				3 あさがおの会(子育て)	8
	3	グループ					
	26	名					
沖縄市		5 宮里ファイターズ	5				
	4	コープ会	7				
	31	名	5				
		8 泡瀬シャトル	14				
中部		9 ナ・ナ・ナリス	3				
	1	コープ会					
	3	名					
宜野湾・中城		10 みーちぐすく	3				
	2	コープ会	3	25年4月より活動			
	6	名					
浦添市		12 ブラム	3				
	10	コープ会	6				
	37	名	4				
		14 4Lady	4				
		15 ハビネス	3	25年4月より活動(元fortune)			
		16 パビコ	3				
		17 てだこゆんたく会	5				
		18 えいそ	4				
		19 はっぴーていだ	3				
		20 青りんご	3				
		21 ぬの会	3	25年6月より活動			
那覇東		22 アロハ	3				
	6	コープ会	4				
	22	名	4				
		23 Beママ1	4				
		24 Beママ2	4				
		25 タイチー	3				
		26 FCアラフォーズ	3				
		27 あんまーず	5	25年7月より活動			
那覇西		28 73期会	6				
	3	コープ会	6				
	16	名	4				
		29 おもろまち	6				
		30 店舗	4				
南部東		31 ハッピーいちご	7				
	3	コープ会	5				
	15	名	3	25年7月より活動			
		32 新開	5				
		33 つきしろ	3	25年7月より活動			
南部西		34 くくる	3	25年6月より活動			
	2	コープ会	5	25年7月より活動			
	8	名					
		35 とみしろポッチャ	5	25年7月より活動			
宮古		36 スマイル	3				
	1	コープ会					
	3	名					
八重山		37 こらまた	6				
	1	コープ会					
	6	名					
コープ会合計	37		167名			3グループ合計	26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。

アロハ コープ会

僕は、おもしろいのでおね！試してみたいと思いました。食べざかりが2人いるので、家で店に負けない口実が作れたらうれしい!! 情報おねがとうです!!

沖永重市 ブロックより

73期会 コープ会

オキコファミリーサンド...!! 子どもの頃、私も半分はたけと焼いて食べてました。なつかしいんやまた食べたくなりました!!

沖永重市 ブロックより

☆アップル コープ会

「特別な水」?どんな水でしょう?
「黒酢のごぼう漬け」も気になります。
健康と食事のこだわり、大切ですね~!

中部 ブロックより

Be ママ2 コープ会

ハートサンド 照り焼きチキン味も人気のようです♪どちらも美味しいですね!

中部 ブロックより

☆青りんご コープ会

高1息子さん、ぜひコープ会参加してほしいですね! ファイナンシェや、デミグラスソースまで作ってしまうとは、凄いですね 楽しい芸能ニュース、協議会でも、もりあがりました!

中部 ブロックより

☆Be ママ2 コープ会

C紅茶のオールドファッション(冷凍)サイズ感も大きすぎず、丁度良くおやつに最適ですよね(^_^)♪ ドーナツシリーズで、C本でミニドーナツ(冷凍)も、もちもち食感の凍ったままのサクサク缶も良きです♡ぜひお試しください(^_^)-☆

宜野湾・中城 ブロックより

☆ゆいまーる コープ会

月一避難所お泊り会や、消防訓練披露の交流会等、防災意識が素晴らしいです!!

中部 ブロックより

☆ナ・ナ・ナリス コープ会

皆さんイベント出店等、素敵ですね~見たいです!お忙しい中、コープ会開催や報告書もありがとうございます!

中部 ブロックより

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10月21日 15:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	2457円
		支出累計	0
参加者	大田、落合、新里、吉美、紀子、照美、和子後藤、いその、金城	登録中何名	8名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

☆たこ焼き ☆ほうれん草と卵のスープ ☆たまごスープ ☆豚汁 ☆毎朝快調ヨーグルト低糖質

2 選んだ理由、調理方法、感想など

- ★たこ焼き→小腹が空いた時いいですね。ソースをかけなくても美味しい。
- ★スープ→具材が多いのがいいですね。
- ★ヨーグルト→低糖質、低カロリー、程よい甘さ

3 おしゃべりした内容

- ★ハンディのある子を持つ親としては、親子共々年齢を重ねていくと在宅での生活がだんだん厳しくなります。この先のことについて真剣に向き合わないといけないけど…
- ★今週末孫の運動会!ずっと晴れてたのに曇り雨どうなることやら…

♥ 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	田中 美由紀	開催日・時間	2025年10月15日 10:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1458円
		支出累計	7517円
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

1 試食商品

もずくスープ C焼おにぎり Cソースとんかつ Cカップ入りミートグラタン C国産若鶏のからあげ

2 選んだ理由、調理方法、感想など

新学期が始まり お弁当に簡単に使える食材を選びました
どれも 大きさ的には お弁当箱に詰めやすい大きさが良かった
からあげはお弁当にはちょっと薄味かな？
ミートグラタンはブロッコリー等を添える見栄えも良くなりそう

3 おしゃべりした内容

小学生の検定試験 やる気を出させるには？
そもそも 検定試験は 受けさせたほうが良い？
中学生で受けても遅くないのではないか

 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	伊藤	開催日：8月29日(金) 7時～8時
		未開催：の場合理由()
開催場所	伊藤家	今月の支出： 1274 円 支出の累計： 円
参加者名	伊藤・伊藤・折里 奈次 (登録 4名中 4名)	

● 次回の開催： 9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) ○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。

徳用豊水福岡佐賀熊本県産 1kg.

🍷 選んだ理由、調理方法、感想など

またまた暑～ .. 日が続いていますが、そろそろ季節は秋!!
 くだものせ、おっ!! ..! という事で、梨を選びました。

🍷 おしゃべりした内容

あつさ対策、周りに、ロウカス感染着か出た事。
 今年の暑さで、心なし。いつもの年より、梨も小さいかなー!?
 そいえば、今年のゴキヤヤ、へちまも、小さく、と始終、
 “あつさ”の話でした。

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういずこーぶ』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)

早く、涼しく
 なーれ!!

※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</u>	開催日： <u>9月25日(木)</u> <u>17時</u> ～ <u>18時</u>
		未開催：の場合理由()
開催場所	<u>伊藤家</u>	今月の支出： <u>1485</u> 円 支出の累計： 円
参加者名	<u>伊藤 所里 伊枝 +1</u> (登録 <u>4</u> 名中 <u>3</u> 名)	

●次回の開催： 10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)○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。

Coop こしあん大福白もちよもぎもち 12個

ビスコ ミニポップいちご 5枚×20袋

🍷 選んだ理由、調理方法、感想など

9月は防災の日、非常食についても考えたいと思っ、保存缶で売られているペンヤ黒糖、ビスコの乳酸菌クレープサトもおいしかったので、今日は缶入ではなかったので、ビスコミニポップいちご味を試食にしてみようと思った。

🗣️ おしゃべりした内容

9月は、あちこち。(Xデ伊サも)を防災フェアについで、耳にはせず、私達も「いつか考えたい」と色々お話をしました。自分の家を出る事、みんなと考えたい事、とりとめもなく、話は続きました。★ビスコ、いちご味、袋を南州と甘〜いいちごの香りがして、おっし〜。

🍷 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)

元気が出る！
 こりもまるとたら
 っいのに！！
 と全室一斉の
 声だね。

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10月14日 10:15
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1,440円
		支出累計	10,060円
参加者	豊里、宮里さん、伊保さん	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

1 試食商品

鍋焼うどん、大学芋、MOW3

2 選んだ理由、調理方法、感想など

鍋焼うどんやわくてでもこしがありとても美味しかったです
大学芋がみんな大好評で、レンジで30秒したら冷たいけど食べやすくなって最高でした

3 おしゃべりした内容

赤ちゃんの話と県総猫ちゃんの話で盛り上がり、介護の話トイレ問題は大変だけどいずれ行く道なのでいい方向でいい方法を見つけたいですね



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

(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10月16日 19:30
		未開催：理由	
開催場所	長田区公民館	今月の支出	824
		支出累計	9,989
参加者	普天間 他4名	登録中何名	1名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品

高原バナナ・ごまごま玄米せんべい

2 選んだ理由、調理方法、感想など

生協のバナナは農薬散布も少なく美味しいので、煎餅はゴマがたっぷり入って歯応えもあり美味しいので、皆さんにバナナも煎餅も好評でした！

3 おしゃべりした内容

地域防災での取り組み

- ・社協から民生委員向けの防災WS 依頼あり講座開催好評でした。
- ・まずは自助の大切さを自分の命は自分で守る！を伝えて行く。
- ・ローリングストックとトイレ備蓄を伝えて行く
- ・沖縄時事出版社より取材申込みあり、宜野湾市の社会科副読本へ地域防災活動の様子を掲載したいとのこと。
- ・11/8 野草WS参加者募集していく。災害時にも役立つ野草についての知識を普及する。
- ・地域の土地を借用して備蓄畑の開拓 さつまいもやバナナや果物や陸稲を植えて、災害時に備える。地域の人と繋がりコミュニティを作って行く⇒宜野湾市に助成金も申請する
- ・避難所にもなる公民館へのお泊まり会⇒1~2ヶ月に一回開催⇒11/2(日)20時~翌朝8時まで。避難所には何も無い事を周知しながら、避難する際に必要な物は自分で備えて避難する練習⇒ダンボールで作製したパーティションを設営してお泊まり体験してもらおう。朝ごはんも持参



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

(**プラム会**)コープ会 浦添市 ブロック

記入者	嘉陽田	開催日・時間	2025年10月15日 13:00
		未開催：理由	
開催場所	嘉陽田家	今月の支出	1,648
		支出累計	0
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

1 試食商品

コープカカオ70% チョコ、シリカ&バナジウム炭酸水、バターチキンカレー(缶詰)

2 選んだ理由、調理方法、感想など

コープカカオ70% チョコ

(リピート品です。香りからして好き。味もフレーバーとかが添加されているわけでもないのに、豆自体がフルーティーで他のカカオ70% チョコとは違いかなり美味しく食べることができる。他のコーヒートとも相性はいいんだろうけど、コープのドリップコーヒートと合わせて食べたら最高のコーヒータムになるので、これからどっちもリピート続けます。)

シリカ&バナジウム炭酸水

(前からシリカやバナジウムは気になっていて今回初めて飲んでみてちょっと飲み込みづらいと感じた。味は特に気にならない。)

バターチキンカレー(缶詰)

(温めずに食べれるとあったので気になり購入。カレーの油が固まっておらずサラサラしていたので確かにそのままでも美味しかった。本格的ではあるけどスパイスカレー特有の癖はなく子どもと分け合って食べれました。非常食に加えておきたいと思った一品でした)

3 おしゃべりした内容

子どもたちが大きくなって変わったことについて

子どもが進学で家を出てからご飯を作る量の加減が難しくなった

弁当を作るなら夕飯の残り物を詰めて朝に卵焼きを焼いて終わりがち

あと自分1人分のご飯だと、つつい栄養も味も手を抜きがちだけど、これまでプラム会で購入して美味しかった商品を知ってるおかげで美味しく簡単に食べれる選択肢が出来ているのでそういう時にもコープ会のありがたみを感じる

マチナトサンエーの閉店について

次はどんなお店になるか？

最終日の店内が気になる



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：eguo1144@okinawa.coop または地域担当へ）

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

(ことて +)コープ会	所属：(浦添)ブロック
---------------	-------------

記入者	普々原美和子	開催日：10月9日(木)10時~12時
開催場所	コープ牧港2F	未開催：の場合理由()
参加者名	島田, 兼城, 仲間, 大塚, 若山, 普々原 (登録6名中6名)	今月の支出：1,559 円 支出の累計： 円

● 次回の開催：11月10日(木)10時~12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。

- ① キャバツツ
- ② とんかつのらびせウインナー
- ③ ニエシマスケパック(豆腐)
- ④ シヤガタマ.ニンジンゼット
- ⑤ 徳川カリノカンホール
- ⑥ 豆腐
- ⑦ ネトエリニキ

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ① 伊豆名前円米御飯
- ② 具だくさんスープカレー
- ③ ふすまパンのバターまのこ乗せトースト

＜試食＞
浦添④用紙100
(ふすまとは?)
小麦の外皮の部分と
本に必須類
※ミネラル
※食物繊維
(原料へのこだわり)
①マーガリンの代わりに
「バター」を使用。
②保存料の代わりに
「醸造酢」を使用

③ おしゃべりした内容

☆ ふすまパンの選点, 特長

（差入れ）
・大塚...くさもち
・島田...伊豆名前米
ありがとうございます

♥ 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

(**4Lady**)コープ会 浦添市 ブロック

記入者	當山	開催日・時間	2025年10月24日 16:00
		未開催：理由	
開催場所	地域花壇	今月の支出	¥1469
		支出累計	¥10265
参加者	當山、朝永、金城、平良、 ゲスト×2	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

- ポッキー贅沢仕立てミルクショコラ
- Cごまごま玄米せんべい
- C丸ぼうろ(カルシウム入り)
- 毎日鉄&Ca ウェハース



2 選んだ理由、調理方法、感想など

前から気になっていた丸ぼうろとたまには贅沢をとポッキーを選びました。
ポッキーはチョコが濃厚でした。個包装に2本入っていてちよつとずつ食べられるのも贅沢の1つかな。
丸ぼうろはしつとりと優しい甘さで油断すると2つ目に手が伸びそう。
ごまごま玄米せんべいは、食感や風味が想像を超える美味しさでした。汗を流した後の塩味もよかったです。



3 おしゃべりした内容

総務会に開催する予定でしたが急遽、地域花壇の作業が入ったので、この日に開催しました。
特殊詐欺の講演を聞いた方が、自治会でもできないか?と提案があり、花壇作業後、話し合いをしました。
最近、知らない番号からの電話が増えているので、早い内に開催できないか…10月のスケジュールに空きがないため、11月に開催することになった。記念誌お披露目会の事前準備の確認。
地域花壇は2つあり、天候と花の入荷の関係で1つしかできなかった。それでも小学校の運動会前に花壇の手入れができてよかったね。
などを話し合いました。



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

(**ハピネスコープ会**)コープ会

浦添市 ブロック

記入者	吉元	開催日・時間	2025年10月25日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	吉元宅	今月の支出	1483円
		支出累計	10481円
参加者	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

1 試食商品

○ごきげん食パン○ジョージアコーヒー○コープ牛乳○明治チューブバター○千切りキャベツコープパルメザンチーズ

2 選んだ理由、調理方法、感想など

メンバーみんな、コープの牛乳を飲んだことがないのでコーヒー牛乳にして飲んでみました。濃厚で美味しかったです。大きい牛乳にすれば良かったねーと話しました。軽食は飲み物に合うサンドイッチを作ろうと思い食パンを買いました。野菜とチーズたっぷりボリュームのあるサンドイッチを作りました。

3 おしゃべりした内容

それぞれの子供達も一緒に吉元家で忘年会をしようと計画中。毎日料理してるので忘年会は楽しようと宅配ピザに決定。子供達のお菓子やジュースも買ってたくさん喜んでもらおうと話しました。



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

(**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10月30日 14:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1503円
		支出累計	10,871
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

1 試食商品

☆冷凍ポンデケージョ

☆冷凍パスタ

coop 海老クリーミートマトスパゲティ

coop 4種きのことほうれん草の和風スパゲッティ

coop 牛肉と野菜を煮込んだミートスパゲッティ

2 選んだ理由、調理方法、感想など

前から気になっていたポンデケージョと冷凍パスタを試食しました。ポンデケージョは冷蔵で解凍してグリルで温めました。表パリパリ中もちりちり美味しかったです。パスタはレンチンで簡単調理。3種とも薄くも濃くもなく食べやすい味の食べやすい量で美味しかったです。

3 おしゃべりした内容

☆子供の進路について。

☆今回買い物の時にcoopのクリームシチューのルーが他店のPB商品より安い事に気付き、今度買ってみようと思いました。

☆涼しくなってきた事

☆インフルエンザが流行ってるっぽい



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

(てだこゆんたく会)コープ会

浦添市 ブロック

記入者	石川 香	開催日・時間	2025年10月4日 13:00
		未開催：理由	
開催場所	沖縄県総合福祉センター 小規模団体室	今月の支出	1,470円
		支出累計	11,266円
参加者	石川、仲地、黒島、松田+ゲスト	登録中何名	4名
次回の開催日時・場所			

ひとつことカード なし

1 試食商品

C-こだわりの揚げおかき
C-3種のプチ洋菓子
C-アソートファミリーチョコレート
ブルボン16個ブランチュール

2 選んだ理由、調理方法、感想など

今回ゲストがいらしていたので、小分けにできるお菓子を揃えました。
ブランチュールは2種類あってどちらも美味しかった。揚げおかきは細くて食べやすく食感も良かったです。3種類のプチ洋菓子は選ぶ楽しさがあった良かったです。ミニマドレーヌ美味しかったです。

3 おしゃべりした内容

子どもが中学生になって部活を始めてからすごく落ち着いたお話しや、本土から沖縄に移住してきたご夫婦がゲストで参加されたので、沖縄での生活や病院探しなどの苦勞をお聞きして参考になるようなアドバイスをしました。もちろんコープもお勧めしました！

♥ 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

※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

(えいそ会)コープ会 所属:(浦添)ブロック

記入者	<u>比嘉加代子</u>	開催日: <u>10月18日(土) 10時~</u> 時
開催場所	<u>コープ牧港調理室</u>	未開催: の場合理由()
参加者名		今月の支出: <u>1,451</u> 円 支出の累計: <u>11,449</u> 円 残 <u>6,551</u> 円 (登録 <u>4</u> 名中 <u>3</u> 名)

●次回の開催: 11月22日(土) 10時~13時 場所: コープ牧港調理室

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。

- コープミートソース 128円 持参したもの
 - コープナポリタンソース 128円 生バジル
 - ハルメサングラス 368円 人参1本
 - コープえびピラフ 298円 ピーマン2コ
 - コープ早ゆでスパゲティ500g 298円 玉ねぎ1コ
 - レタス1/2 124円
- 小計1,344円
消費税107円 計1,451円

② 選んだ理由、調理方法、感想など

・スパゲティ早ゆでは 3分で 中で"あがり、早い。ソースをかければ" ^{あ、という間} _{で"おしり"}

・ナポリタンは 人参、玉ねぎ、ピーマンで"かさ増し。ポリウムがあり、半分は ^{お持ち帰りにした。}

・水にさらす。(玉ねぎは 細切りした後、"洗いますか"と質問あり。炒めるので"さらさない")

・きょうは炭水化物でまとめました。ソースなどは 市販のものを使おうと、調理は 1時間と"かからず" ^{で"きょう"} だった、忙しいときは 活用したい。

③ おしゃべりした内容

- 7/26に作た カンタン酢の和え物は 好評で"家でよく作る。(コーヤータまわり)
- 調理実習をするようになり、市販の弁当を買う時、気にするようになった。(何種類の
- 持参した米3合は 炊いておにぎりにして持ち帰り。...夕飯にします。 ^{食材が使われれば、} _{値段。}

♥ 生協を利用して気づいた点や『ういすコーぷ』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)

ういすコーぷ 11月号の表紙は モデルルームは"でした。昨年 モデルルームで 調理実習をしました。実際のキッチンなので、家作りに参考になるのだと思いました。

2025年10月18日開催

浦添市ブロック えいそコープ会



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	開催日・時間	2025年10月16日 18:30
		未開催：理由	
開催場所	アップルタウン2階	今月の支出	1470円
		支出累計	10,608円
参加者	宮崎、助川、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ごろっとチキンのバターチキンカレー(レトルト)、COOPデミグラスソースのとろとろオムライス(レトルト)、COOP冷たいままでも美味しい今川焼き、KIRINおいしい無糖アイスティアー

2 選んだ理由、調理方法、感想など

忙しい母のお助けおやつでチョイス。ご飯まで時間がある時に腹ぺこ息子に与えるのに良いものを探しました。

- ・カレーもオムライスも味がしっかりしていて美味しい
- ・もち麦のプチプチが好き!という人の中、1人もち麦が嫌いな人がいた
- ・誰の1人前??という量、これはOLさんのお弁当の量だね
- ・今川焼きは美味しい!甘すぎずふわふわ、お出かけの時に保冷剤代わりにもっていけるね。冷凍庫に入れといたら勝手にチンして食べるからいいね。

3 おしゃべりした内容

- ・古米を美味しく食べる方法を話し合う。パラパラだからチャーハンにする。チャーハン率高いよね。ニガリいれたり。塩と油いれたり。
- ・国勢調査の訪問の仕事、断ったよ。詐欺が多すぎて訪問した時に嫌な顔されたらへこむから。外国でネットで調査して回収率9割越えのところがあるらしいよ。結果か行政サービスに直結するからねー。
- ・南城市長の話。厚顔無恥だよね。じゃないとあそこまで居座れない。軒並み女性にセクハラして、男性にはすれ違うときに空手のパンチを腹に入れてるって。ほんと、中2男子の悪ノリのまま。最悪。辞めればいいのに。
- ・内地で働いている息子の家に行ったら片付いているけど掃除ができていなくて、床は髪の毛だらけ、トイレもお風呂も汚かった。夫婦で掃除道具買って掃除してきた。
- ・年度末に台湾行く話、3月27日からなら行けそうと分かる。なんとかかしていきたい。



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

(**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10月4日 13:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1051円
		支出累計	7,556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			

ひとつことカード なし

1 試食商品
cオールドファッション cプレーンヨーグルト、c白玉ぜんざい

2 選んだ理由、調理方法、感想など
紅茶味のドーナツやコープの白玉ぜんざいは食べた事なかったので購入。紅茶の味がしっかりあって美味しかったです。白玉ぜんざいは沖縄ぜんざいみたいにさらさら感はなくどっしりとした固めタイプのぜんざいで好みに分かれる感じでした。冬に食べれるぜんざいかなと思いました。プレーンヨーグルトは梅会の時の梅ジャムと一緒に食べました。酸味も少なく食べやすかったです。

3 おしゃべりした内容
運動会の話
日焼けの処置や対策について
来年は何を持っていけばいいか

♥ 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	開催日・時間	2025年10月21日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	底原家	今月の支出	1288円
		支出累計	10218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			

ひとことカード なし

① 試食商品

- ・えびグラタン(冷凍)
- ・自身魚とグリル野菜のオニオンバターソース(冷凍)
- ・天津甘栗コロッケ(惣菜)
- ・ベーカリー特価品(イタリア菓のコーヒーデニッシュ、おさつブリオッシュロール、蜜芋風クイニーアマン、餡塩バターパン)

② 選んだ理由、調理方法、感想など

秋を感じるラインナップで…

- ・えびグラタン(冷凍)→レンジ調理。オーブンを使わなくても美味しくできるのがいい。これからの時期に大活躍。
- ・自身魚とグリル野菜のオニオンバターソース(冷凍)→半額になっていたので購入。フライパン調理。オニオンバター風味は全く感じられなかったけれど、味は普通に美味しかった。せっかく美味しいのに、ネーミングがマッチしてないかも。
- ・天津甘栗コロッケ(惣菜)→甘栗の香ばしく甘い味がコロッケとマッチしてて美味しい。ゴロっと大きめの甘栗が入ってるのも嬉しい。昨年もこの時期にこのコロッケを絶賛した気がします～。
- ・イタリア菓のコーヒーデニッシュ→コーヒーの香りと菓の組み合わせは大人の味。主食としてよりも、おやつに食べたいかな。
- ・おさつブリオッシュロール→おさつ感は少し少なめかも。色味はキレイで秋っぽいので、もう少し芋感があれば嬉しいかな～。
- ・蜜芋風クイニーアマン→大学いもが上に乗ってるかのようなバリバリの甘さ。普通のクイニーアマンよりもこっちの方が好きかも。
- ・餡塩バターパン→美味しい塩バターパンと餡の組み合わせは間違いない。ただ、4等分にカットすると餡の不公平感が出てしまった(笑)

③ おしゃべりした内容

【ハウステンボスの話】

秋休みに行ったハウステンボス。

昔は、チューリップと風車とチーズしかなかったのに、今はジップラインやアスレチックもあるし、VRゴーグルを使ったアトラクションや、可愛いミッフィーエリアまである!!

そして、ディズニーシーで2時間待ち(もしくは課金)のソアリン的なアトラクションが、なんと15分待ちで乗れるという…

船で40分かけて無人島に行って、恐竜と戦うアトラクションでは、三男のサポートをするつもりが普通に置いていかれ(山なので追いつけない～笑)、日頃の運動不足を反省しました。

夜はあちこちのイルミネーションがキレイで、噴水と花火のショーも見応えあり。

数十年ぶりだったので、一応はリサーチしていたけれど、思っていた以上に満足度が高かったです。ディズニーやユニバと違って待ち時間が短いのも嬉しい～。朝も5時から並ばなくてもいい!!

何でこんなに注目されていないのか(笑) 不思議。

皆さま、ちゃんと3大テーマパークの1つとして認識してあげてください。

難点は移動が長い事かな。(福岡から特急を利用)

まあでも、満足度が高くオススメテーマパークでした。



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

※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

(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：10月17日(余) 10時~12時
開催場所	コープ首里3F	未開催：の場合理由(8・9月は3人の日程の調整ができた為)
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)	今月の支出：1,840 円 支出の累計：6,047 円

●次回の開催：11月21日(余) 10時~12時 場所：コープ首里3F

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・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。

- ・マジの南蛮漬け
- ・三枚肉
- ・ひじき煮
- ・沖縄そば(大)
- ・プロビオヨーグルト(3種)
- ・寿司サバ(サモネンサバ)

② 選んだ理由、調理方法、感想など

〈理由〉：10月17日が「そばの日」なので、お惣菜コーナーのそばを試食することにした。
 〈調理〉：そばをレンジであたためて、他のお惣菜を盛りつけて完成!
 〈感想〉：そばだしも三枚肉もあさり味でおいしかったです。

③ おしゃべりした内容

- ・沖縄をテーマにした映画の感想
- ・日々の食事でたんぱく質のとり方
- ・肌の手入れについての情報交換
- ・近所つきあいのトラブルやその解消法

♥ 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)

・ふとんのクリーニングが宅配の会員に限定されたので、クリーニング店に持ち込んだり、受け取ったりで不便を感じました。これまではコープに電話をすまだけで回収から配達までおまかせ状態だったことに感謝しなくてはいけなかったんだと感じました。

コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

(**FCアラフォーズ**)コープ会

那覇東 ブロック

記入者	荻堂	開催日・時間	2025年10月20日 12:30
		未開催：理由	
開催場所	荻堂宅	今月の支出	1,944
		支出累計	13,594
参加者	佐々木、知念	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

オキナワソバ C具たっぷり豚まん Cがっつりおでん 彩り野菜のつくね巻き Cピスタチオクッキー
C大根2個入りおでん

2 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・久しぶりの雨で気温が下がったということや、店頭のおきなわそばを見ておでんにした。
- ・2種類のおでんを買ったが、味比べなどはせず混ぜて食べた。温めるだけだし、ちくわやしらたきなどで量を増やせるので良い◎昆布はもっと入れてほしい(^ ^)
- ・おでんは常温で賞味期限が長いので常備できる◎

3 おしゃべりした内容

- ・ポイ活について
- 倍の日を狙ってチャージしたり、ポイント利息で運用したり、、、色んなやり方でポイント貯まる！
- ・子育てあれこれについて
- 高学年になると一緒に出かけたがらなくなる。祭りの食費、ゲーム代、高すぎる。。。
 - ・洗濯のすすぎ一回か二回か問題。どんな洗剤や柔軟剤を使っているか。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

(**73期会**)コープ会 **那覇西** ブロック

記入者	下地	開催日・時間	2025年10月23日 19:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1664円
		支出累計	0
参加者	3名	登録中何名	6名
次回の開催日時・場所			

ひとことカード なし

1 試食商品
 惣菜 彩り野菜のつくね巻き 韓国風キンパ巻き 肉だんご カットフルーツ ドンレミーシュミルフィーユ)

2 選んだ理由、調理方法、感想など
 参加者が誕生日だったので、ミルフィーユのケーキとカットフルーツで豪華に。
 ミルフィーユケーキ、初めて食べた。美味しい、値段の割にリッチな見栄え
 彩り野菜のつくね巻き→前回美味しかったので、まだ食べたことがないメンバーの為に。ボリュームがある。食べ応えがあって腹持ちしそう。

時短で温めて食べられる惣菜を選びました。

3 おしゃべりした内容
 ♪身内同志の相続トラブル→ドラマよりこわい実例がある。
 ♪株価→株価高騰にあわてず待つ。周囲のザワザワに巻き込まれると損する!?
 ♪LINE 音無し (ミュート)で送る機能ありに初耳!!
 ♪ポイントを貯める→2000ポイントで3000ポイント分買い物ができるお得な店がある。

 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

※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

(おもまち) コープ会 所属：(那覇西)ブロック

記入者	福田	開催日：10月8日(水) 10時～13時
		未開催：の場合理由()
開催場所	くみかっ室	今月の支出： 1440 円 支出の累計： 10246 円
参加者名	増井, 佐藤, 出町, 福田, 伊良皆 (登録 6名中 5名)	

●次回の開催：11月5日(水) 10時～13時 場所：くみかっ室 A

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。

カラハシジ・熊本産「みかん」
 今帰仁「あいか」
 「パイナップル」

② 選んだ理由、調理方法、感想など

「みかん」見た目は小ぶりで、青いみかん。味は甘くて美味しかった。
 「あいか」甘くて美味しかった。
 「パイナップル」味は安定の甘さで、匂い無しに美味しかった。

③ おしゃべりした内容

「ジャンクリア」に行ってきた。
 県民ホールで行ったので、バスパスがついているので、すごく楽しかった。
 少しは並んだが、いろいろなアクティビティが体験できた。
 「ベストアドベンチャー」も楽しい。特に高いところが好きな人は楽しめるはず。個人によって、ここが全然ちがった。

♥ 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

(**くくる**)コープ会 南部西 ブロック

記入者	宮城	開催日・時間	2025年10月16日 12:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1,391
		支出累計	0
参加者	渡久地、前底、宮城	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

ミニワッフルドッグかぼちゃクリーム
星のスイートポテト
のりあーとハロウィン板のり1枚
10種野菜のまるやかカレー
ミックスキャロットスティックゼリー

2 選んだ理由、調理方法、感想など

理由:1歳児が食べられそう。保育園のお弁当に使いそう。

調理方法:レンチン

感想:ワッフルドッグやスイートポテト、ステックゼリーは安定のおいしさで、子どももパクパク食べてた。

のりあーとは切り取るだけですぐ使えるので時短になるしかないお弁当が作れそう。

カレーはカレーに初めて挑戦した子どもがよく食べてた。

3 おしゃべりした内容

子育て支援について。市内に無料のズンバ教室が開催される。託児所もついていてありがたい。

キャラ弁について。型にはめるだけでキャラクターの形になるおにぎりメーカーがある。便利。

☆ハロウィンの装飾と仮装をして楽しみました。



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

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8月22日 14:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	956円
		支出累計	2458円
参加者	照屋、真栄里、比嘉、嶺井、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

① 試食商品

果実贅沢フルーツケーキ、9種彩りミックス種

② 選んだ理由、調理方法、感想など

個包装で分けやすい。甘いものと汗をかくので、塩分補給も必要かと。

③ おしゃべりした内容

翌日が甲子園の決勝戦なので、今までの試合や選手の話で盛り上がりました。

♡ 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

(**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10月2日 19:30
		未開催：理由	
開催場所	新城まりえさん宅	今月の支出	1,074円
		支出累計	11,798円
参加者	新城、大松、亀井、小浜、東嵩西	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骨取りさばとなす・厚揚げのみぞれ煮 ②えひめ逸品柑橘愛媛清見サイダー

2 選んだ理由、調理方法、感想など

①新商品なので試食してみたかった。→弁当箱にご飯を入れてきて丼のように丸ごとのせて食べた。大根おろし入りのしょうゆベースのタレが美味しかった。
②愛媛の清見みかん果汁に炭酸が入って爽やかな甘味で美味しかった。

3 おしゃべりした内容

今月25日と26日に開催される「言語・方言サミット」八重山大会の話で盛り上がった。メンバーが関わる初日のオープニングアトラクションや2日目の方言を話す大会やブース紹介等々意気が上がった。

♥ 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