

# おしゃべりノート集

お願い

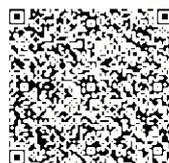
**3月**のコープ会会計報告に向けて  
当日スムーズに確認ができるよう『会計報告書の記載』や  
『領収証・お届け明細書兼領収書の添付』など  
事前にご準備をお願いします。



※次年度登録に必要な書類も同封しておりますので、  
資料のご確認をお願いします。



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」2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。

★ういすコーぷ2月号を同封します。

## VOL.90 2026年2月

(1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10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				
	4	2 あみあみ	3				
19 名		3 なないろ	3				
		4 わびわく	3				
うるま市		5 いふあ	4			1 ツーミナー(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		6 宮里ファイターズ	5				
	4	コープ会					
	31	名					
		7 アップル	7				
		8 サザン	5				
		9 泡瀬シャトル	14				
中部		10 ナ・ナ・ナリス	3				
	1	コープ会					
	3	名					
宜野湾・中城		11 みーちぐすく	3				
	2	コープ会					
	6	名					
		12 ゆいまる	3	25年4月より活動			
浦添市		13 フラム	3				
	10	コープ会					
	37	名					
		14 てとて+	6				
		15 4Lady	4				
		16 ハビネス	3	25年4月より活動(元fortune)			
		17 ハビコ	3				
		18 てだこゆんたく会	5				
		19 えいそ	4				
		20 はらびーていだ	3				
		21 青りんご	3				
		22 めの会	3	25年6月より活動			
那覇東		23 アロハ	3				
	6	コープ会					
	22	名					
		24 Beアマ1	4				
		25 Beアマ2	4				
		26 クイナー	3				
		27 PCアラフォーズ	3				
		28 あんまーず	5	25年7月より活動			
那覇西		29 73期会	6				
	3	コープ会					
	16	名					
		30 おえるまち	6				
		31 店舗	4				
南部東		32 ハッピーいちご	7				
	3	コープ会					
	15	名					
		33 新聞	5				
		34 つきしろ	3	25年7月より活動			
南部西		35 くくる	3	25年6月より活動			
	2	コープ会					
	8	名					
		36 とみしろポッチャ	5	25年7月より活動			
宮古		37 スマイル	3				
	1	コープ会					
	3	名					
八重山		38 こらまた	6				
	1	コープ会					
	6	名					
コープ会合計	38		170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。

☆てだこゆんたく コープ会

“コープのお菓子を食ながらのゆんたく…。例え、解決出来ない問題があってもここに来れば悩みを聞いてくれる仲間がいる。”なんて素敵なお言葉でしょう！コープ会冥利に尽きます！私達も大変嬉しくなりました。

浦添市 ブロックより

☆プラム コープ会

ふすま入り食パンをコープ会の試食商品に選んで下さりありがとうございます！また美味しい食べ方があれば教えて下さい♪みんなで共有したいと思います。宜しくお願いします！

浦添市 ブロックより

☆ナ・ナ・ナリス コープ会

佐賀みかんボーロ、美味しそうですね♪ちょうど2月地域別総代会議の学習商品になっているので、楽しみです♡

中部 ブロックより

☆ハビネス コープ会

にんじんしりしり、おいしいですよ♡  
私も沖縄に来て初めて作り方を覚えたのですが、今ではしりしりする調理器具を購入し、お弁当のおかずの定番となっています。  
健康麻雀、脳トレにも良いそうですね！私もぜひ挑戦してみたいです😊

浦添市ブロックより

☆FC アラフォーズ コープ会

「トライフル」初耳です！美味しそうですね♪  
「みんなでトライフルを作ろう」というブロック企画もいいね♪、ありがとうございました♪

中部 ブロックより

☆泡瀬シャトル コープ会

身内が亡くなった時のお金等、エンディングノート学習会で、事前に学んでおきたいですね。  
中部でも学習会企画検討中です。

中部 ブロックより

☆ナ・ナ・ナリス コープ会

コープのお味噌汁やスープ、とってもおいしいですよ😊  
我が家も他のスープはそこまで好きじゃないのに、コープのものは大好きでいつも常備しています。災害用のローリングストックとしてもおすすめですよー!!

宜野湾市・中城 ブロックより

☆えいそ会 コープ会

残った学校給食の牛乳について、子どもに確認したところ、給食時間内であればおかわりはOKだそうです。ただし、持ち帰りは×。残った牛乳は他の残飯と合わせて、養豚の飼料になる(浦添市の場合)とのことでした。

浦添市 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	2026年1月27日 15:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	2,497円
		支出累計	0
参加者	新里、大田、後藤、宮城、 吉美、落合、大城、前川、 紀子、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

## 1 試食商品

- ★明治R-1ドリンク砂糖不使用
- ★cこしあん大福白もちよもぎもち

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

R-1⇒インフルエンザが流行してるので、体調管理に気をつけて欲しいと思いR-1にしました。  
大福⇒個包装のひとくちサイズで食べやすい。

## 3 おしゃべりした内容

★1月～3月は旧暦の行事がつつくのです。  
ムーチー、屋敷ウガン、ウガンブトウチ、旧正月、ミーサー  
最近はやらない方も増えてますが…ちょっと気が重いですね。

♥ 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

( **あみあみ会** )コープ会 北部 ブロック

記入者	田中	開催日・時間	2026年1月14日 10:30
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1473円
		支出累計	12013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



## 試食商品

C.たらと野菜の甘酢あんかけ C.たらと野菜の黒酢あんかけ C.焼きおにぎり



## 選んだ理由、調理方法、感想など

甘酢と黒酢の味比べをしたかった  
甘酢と黒酢では明らかに味が違った！  
好みが分かれた 食べ比べ楽しいかも  
両方とも調理は簡単で 短時間で出来た  
もう一品欲しい という時に 役立ちそう



## おしゃべりした内容

詐欺について オレオレ詐欺がいつなくなったか 劇場型詐欺はおかしいと思いながらも 引っかかるのはなぜか？



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

( **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	2026年1月16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	1,375
		支出累計	14,920
参加者	後藤 大田 金城 比嘉 宮里 浜川 東江	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

ポンカン c切れてる濃厚チョコケーキ 苺ミルクのパウンドケーキ



## 選んだ理由、調理方法、感想など

チョコケーキは濃厚で高級なケーキみたいに美味しかった。苺ミルクのパウンドケーキはイチゴの香りがして、しっとりしてました。



## おしゃべりした内容

沖縄は家の中が寒いので、たくさん着て過ごしてるが、室温が18℃以下は、病気になる確率が高くなるというので、暖房を入れるべきか悩んでいる。

1月21日のエンディングノートは、みんな楽しみにしてくれています。これからの人生を楽しく穏やかに過ごすためにもいろいろ考えるきっかけになればいいなと思います。



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

( わくわくコープ会 )コープ会

北部 ブロック

記入者	城間優梨子	開催日・時間	2026年1月20日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	城間家	今月の支出	1,513
		支出累計	1,513
参加者	城間、他2名	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

①国産素材鶏つくね串②冷凍アーサ③具たっぷり豚まん④ビーフカレー甘口

## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ①つくね串→お弁当にも使えそうでお手頃か価格だったので選びました。冷凍商品とは、思えないぐらい美味しかったです。冷めても美味しくいただきました。
- ②冷凍アーサ→醤油出汁に解凍していただきました。とても便利で、おいしかったです。
- ③具たっぷり豚まん→本当に具がたっぷりはいついて、もちもち生地でおいしかったです。
- ④ビーフカレー甘口→子どもたちもおいしくいただき、防災用品のストックとして常にお家においときたいと思いました。

## ③ おしゃべりした内容

インフルエンザ対策や、寒さ対策、運動も軽くやりたいねとお話しました。

♥ 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

※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: 10月29日(水) 7時~8時
		未開催: の場合理由( )
開催場所	伊藤家	今月の支出: 1452 円 支出の累計: 9890 円
参加者名	伊藤、伊藤、前田 + α 人	(登録 4名中 3名)

● 次回の開催: // 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. みんなのソーダ

湖池屋. フライドポテト幸せの極みだ (食塩不使用)

🍷 選んだ理由、調理方法、感想など

今年も台風もなく、あちこちでシーソーの豊作。♡♡♡  
 氷砂糖・酢など、つゆ、色々、染めだのです。一番簡単に、おしく、  
 味がいいと思ひ、サイナー割りと、思ひ、みんなのソーダ を  
 試してみたいです。

🍷 おしゃべりした内容

みんなのソーダ や、Coopのたんの炭酸水 強炭酸水 冷水 等

色々、試した。今の時期、(シーソーの熟み出す前)の

みんなのソーダ を一番おしく...!! ね!! もと色もつまらなくて  
 きたら、まともな炭酸水も...!! と大感り上りの

🍷 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 ですね

(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

( いふま ) **コープ会** 所属：( いふま ) ブロック

記入者	伊藤	開催日：11月21日(土) 7時～8時
		未開催：の場合理由( )
開催場所	伊藤家	今月の支出： 1235 円 支出の累計： 11125 円
参加者名	伊藤、伊藤、新里 + 〆 (〆人)	(登録 4名中 3名)

●次回の開催：12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。

🍷 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。

有機栽培、心ばなな。(沖繩県)

富有柿(天候被害果)

Coop 鉄分カルシウムのとれるチーズ

🗣️ 選んだ理由、調理方法、感想など

ヤッター!!♡ ついに、沖縄県産のバナナが継続してカゴ  
 に、のりよくなり、嬉しく思っています。色々知りたかった、気がな  
 有り、注文してみようかしら。

🗣️ おしゃべりした内容

届いたバナナを、なめ、しばらくはバナナ。(実は、身近に  
 バナナを育てる子が多く) <sup>届</sup> 心ばなな と表示されていて、それ以外、  
 取扱は、なく、アツルバナ?! いや、銀バナ?! 島バナ?!  
 ?! ?!。 農家さん 応援の天候被害果の富有柿は、今年も

🍷 生協を利用して気づいた点や『ういすコープ』を読んでの感想など おいしかったです!!  
 (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	2026年1月20日 10:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1,450円
		支出累計	14,490円
参加者	宮里さん、島袋さん、豊里、希美	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

昔懐かしいナポリタン、あんたっぶり最中、のうこうキャラメルアイス

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

ナポリタン本当に昔喫茶店で食べた感じで皆んな懐かしいねえってなりました  
最中あんこが重いぐらいはいついて大満足でした キャラメルアイス美味しいけどちいちゃかったです😊

## 3 おしゃべりした内容

犬、ねこちゃんのテレビで高齢の動物達の話しになって動物も私達も一緒だね  
生涯歩いて自分の事は自分でできるようにしたいですね

🍷 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

( **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	2026年1月18日 10:00
		未開催：理由	
開催場所	たんぽぽ	今月の支出	¥1,762
		支出累計	0
参加者	米須、東條、古堅、照屋、 普久原江美子	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

Cオールドファッション、Cわさび昆布、アジ大葉フライ、チーズインちくわ、毎日美味しいローストアーモンドミルク

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

ご飯のお供にとわさび昆布をコーヒーにアーモンドミルクは美味しいよね!おかずにアジ大葉フライにチーズインちくわが!冷凍紅茶オールドファッション!どんな味?で選びました!  
わさび昆布は、ほのかなワサビの味でどんだんご飯が進み美味しかったです。紅茶オールドファッションは、自然解凍で生地がサクサクで程よい甘さチョコもかかって味変も出来て飽きずに食べられる。  
差し入れに古堅さん得意のトロトロ卵スープ、ゴーヤチャンプル、仲間洋ちゃんからお菓子、C味付けのり、照屋からコーヒー、オクラの梅干し和え、雑穀、煎餅

## 3 おしゃべりした内容

やっぱりいつもの健康に関する話、米須さんのお洒落なメイク服、お下がりをもらったのに後であった時、あげてないとかの話、その話がとてもおかしくて皆、大笑い。随分前にコープのカタログで買ったいちごの苗、生命力があり、子つる、孫つる、ひ孫つると沢山でて来て農業を全く使って無いのでいちごがとても甘い!

## ♥ 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

- ①友達から聞いた話、コープのポーク缶久しぶりに食べてみた。そうしたらポーク缶のラベルがめっちゃ刺がしにくい…こう言う事にいち早く対応してくれそうなコープなのに…何故でしょうか?
- ②店舗で…アプカードにお金を補充する時…機械の画面が操作しにくいと言うか、間違えやすいデス…いつもお昼時とか夕方とか、お店に行くので操作を間違えると忙しい時に店員さんと呼ぶのが申し訳なくて…間違えたとき、最初からやり直しは、出来ないのでしょうか?

※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。ペンや選いえんひつて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：1月26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： 1,218 円 支出の累計： 14,024 円
参加者名	沼波、山城、金城、山口、他支援者2名（登録 6名中 4名）	

●次回の開催：2月 9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

・手づつみおむすび

② 選んだ理由、調理方法、感想など

・手づつみおむすび（豚ひれソースかつ）…お母さんの手づつみのような優しい風合いが嬉しいおにぎり。ヒレカツが柔らかくて食べやすく、おおきめなので1つでもボリュームで満足感がありお昼にちょうど良く美味しいです。

③ おしゃべりした内容

・来月の花いっぱい運動の植え付け前の下準備として、新しい花苗をどこに植え付けるか相談しました。ATM前のコンテナは前回の花がまだ頑張っていて咲いていたので、今回はそちらは移植はしないでお手入れだけして、花が少なくなっていた道路側駐車場入口のメイン花壇に植え付けることになり、全体的に枯葉と花柄や雑草を取り除くお手入れを行いました。

・作業後のゆんたくタイムで、スマホのLINE操作の話になり、近頃はauに操作を教えてもらいに行く有料になることが多いと言う話し。あちこち人手不足のせいかな？ひと昔前は無料だったものでもお店でお願いするとお金がかかる時代になっているな～と思いました。



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）

・来月花いっぱい運動の花苗を頂けるので、植え付け後にはコープの花壇が花いっぱい賑やかになるのが楽しみです。数年前に比べたら、頂ける苗数が半分くらいになっていて、苗を育てる方の人手不足と経費資材高騰の影響が、ここにもあるのかな～と思いました。

※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

( 琉球選手村 )コープ会 所属：( 沖縄市 )ブロック

記入者	志喜屋直美	開催日：1月16日(金) 12時~12 <sup>5</sup> 時
開催場所	琉球体育館	未開催：の場合理由( )
参加者名		今月の支出： 2808 円 支出の累計： 4493 円 (登録 15名中 10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。

🍷 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。

キヌメシオン

🍷 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・お土産にもらったことがあり美味しかった。
- ・予想通りに美味しいの感想が多かったです。

🍷 おしゃべりした内容 新春琉球バドミントン大会の開催について

- ・バドが上手い人も下手な人もみんなが楽しめるように趣向を変えてゲームなども取り入れよう。
  - ・バドとは関係ないミニゲームやミニクイズなどのゲーム
  - ・チーム編成は各自でくじを引いてをめる。
  - ・景品は1位のチームの代表がくじを引いて決まるので優勝チームが景品をゲットでき喜びが倍増する。
  - ・初対面のチーム性のある企画で感想が楽しみです。
- 🍷 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)

ういずコープのゆいぽとキッチン1月号

1月号好きじゃなかったけど1月号とゆいぽとのサウダキキョウジシラシラとのメンバーの感想ありました。

画像などありましたら送って頂けると嬉しいです。

2025年2月修正

# コープ会おしゃべりノート(報告書) ウェブ報告

( **ナ・ナ・ナリス** )コープ会

中部 ブロック

記入者	慶田盛	開催日・時間	2025年12月27日 19:00
		未開催：理由	
開催場所	北谷デアイム	今月の支出	¥1379
		支出累計	¥10658
参加者	比屋根、新垣、慶田盛	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

- ・ハーゲンダッツ ラバーズアソート
- ・C完熟トマトとチキンのカレー

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・クリスマス時期らしく豪華なスイーツとしてハーゲンダッツを選んだ。
- ・贅沢なアイス！気分があがる♡
- ・C完熟トマトとチキンのカレーはトマトの風味が感じられるのがよかった
- ・だけど、ちょっと甘すぎるかな～とおもいました。

## 3 おしゃべりした内容

- ・ナリス新年会について
  - ・11/20に中部ブロック主催で行われたピラティス講座について。日頃運動不足なので、身体を動かす機会ができてよかった！
- 健康のためにも、痩せるためにも継続して運動しなきゃと思いました。開催ありがとうございました!!

♥ 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

( 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	2026年1月15日 19:30
		未開催：理由	
開催場所	宜野湾市長田区公民館	今月の支出	¥975
		支出累計	¥14,838
参加者	普天間・國吉・沖山・他3名	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

あずきしよこら70g  
C3種のプチ洋菓子ミックス15個

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

参加者全員に小分けしやすいから選びました。  
あずきしよこらは、抹茶で包まれてとても美味しかったです。  
洋菓子ミックスは、もう少し味の個性があっても良いかなと思いました。  
どちらも小分けされてるので食べやすかったです。

## 3 おしゃべりした内容

### 地域自主防災関連

地域の子ども達や親世代に、地域の防災に関する情報(避難所には備蓄食糧はほとんど無い事→各家庭でローリングストックを推奨したい事・トイレの備蓄も必須・自宅が大丈夫であれば在宅避難がお勧め、など)を届けたいので、学校側に来年度『子ども防災クラブ』を立ち上げたい趣旨を伝え了承を得た話

2月に開催する公民館祭りで、今年も『防災ブース』を設けて、水消火器・心臓マッサージ・AED体験・防災トイレ紹介・ローリングストックのススメ・アンケートで防災啓発などを取り組む

地域の食糧確保用に地域の耕作放棄地を活用して、畑作り⇒市に助成金を申請して取り組む

青年会議所JICと連携して、インスタを活用した告知に力を入れてみる

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

( てとて ) **コープ会** 所属: ( 浦添 ) ブロック

記入者	<u>島田 普久原美和子</u>	開催日: / 月 <u>15</u> 日 (木) <u>10</u> 時~ <u>11</u> 時
		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>1,475</u> 円
		支出の累計: <u>16,404</u> 円
参加者名	<u>島田 大栄 善城 若山 普久原</u>	(登録 <u>6</u> 名中 <u>5</u> 名)

● 次回の開催: 2 月 12 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。

① 生おすく  
 ② 銀さけ弁当  
 ③ 木トエリン  
 ④ 沖縄産野菜お漬物しお漬  
 ⑤ ブラックマッパ モヤシ  
 ⑥ 味噌つけいかりあげ  
 ⑦ 茶にんにく

② 選んだ理由、調理方法、感想など

① しお漬入りおいなり  
 ② おすく天ぷら  
 ③ おしゃしとニラキ野菜炒め  
 ④ 大根とネギのおすく汁

差し入れ

- 善城... 金色シロ ハロハロ汁
- 若山... 栗羊かん
- 普久原... 米(3合)
- ... 合戦お茶
- ... フルーツヨーグルト
- ... さくらんぼ
- ... 杏仁豆腐
- ... ピーチ

③ おしゃべりした内容

- 今年のお正月、お米のお歳暮増? 減? 沖縄風正月とは?
- メニエ-食卓のこじ、しお漬りの酢飯美味しいネ。
- 12月クリスマス作り どうでしたか?
- 活動費の使い方 納得いかないと多いネ。

♥ 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) / 一部のスペースを残して

※ 理事より冷蔵庫内の品も 3月末に徹収して欲しい旨告知される。  
 理由はルールと冷蔵庫の経年劣化? とか この件は以前にもむ問題視されてはいるが 双方納得しない様子... 要コミュニケーションと感心する

画像などありましたら送って頂けると嬉しいです。16

↓ 2022年2月14修正  
 産

# 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12月9日 11:30
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	¥1398
		支出累計	¥13173
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

## 1 試食商品

- アーモンド効果
- Cたんぱく質後がとれる粉末青汁

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

砂糖不使用のアーモンドドリンクと青汁を試したくて選びました。  
両方ともに甘くなく飲みやすかったです。  
牛乳でも試してみましたが、同じでした。  
今まで甘みのある青汁しか飲んでなかったので、おすすめです。

## 3 おしゃべりした内容

来年度の役員改正に向けての案。  
総務だけでは答えが出ず、役員と相談しようと話しました。  
自治会のクリスマスコンサート演目決め。

♥ 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

( **4Lady** )コープ会 浦添市 ブロック

記入者	當山	開催日・時間	2026年1月30日 13:00
		未開催：理由	
開催場所	内間公民館	今月の支出	¥1566
		支出累計	¥14739
参加者	當山、朝永、金城、平良、 ゲスト3名	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

ロイズバラエティパックチョコ



## 選んだ理由、調理方法、感想など

来月から忙しくなるので早めですが、ちょっと贅沢なバレンタインと思いロイズチョコを選びました。



## おしゃべりした内容

記念誌を先輩方にどのように配るか。

来年度の規約改正や、役員体制の変更のなど、3月までに仕上げる書類作成のために、2月までに終わらせる案件の確認をしました。



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

( **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	2026年1月22日 12:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1557円
		支出累計	14985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

オリオンジャー韓国のもり ニッスイ鶏そぼろ 幸せバナナ にんじんカラベジの野菜ミニトマト



## 選んだ理由、調理方法、感想など

### 選んだ理由

フワフワのおにぎりの作り方をテレビで見たメンバーがいてその作り方でふわふわおにぎりを作りたいとのことで作りました。サラダはキャロットサラダにミニトマトを乗せて デザートはバナナ

### 調理法は

お米は吉元宅の物を使用し強く握らず、中の具は鶏そぼろをたっぷり入れました。にんじんは千切りにして、塩揉みし、トマトを乗せサラダへ

味噌汁は吉元手作り味噌を使い野菜たっぷり味噌汁を作りました。

バナナはシンプルにそのまま

### 感想

普段おにぎりの型に入れて強く握ってたけど

握らないだけで食感は全く違う。

鶏そぼろたっぷり入れると美味しいねー。

贅沢〜などと言って食べました。

ミニトマトとニンジン栄養があるので摂取

バナナを食べると幸せホルモンと言われるセロトニンやオキシトシンが分泌され心も安定するらしいので意識して食べようなど、



## おしゃべりした内容

子供が所属するクラブチームの大会前なのに選挙で体育館が使えないのが残念。

3月に北谷でちびっ子マラソンがあるんだけど参加者プレゼントが豪華らしいよ

子供達はお年玉で何を買った？

最近流行りのぷくぷくシールや化粧品、電子キーボード ボールなど買ったよと話しました。



生協を利用して気づいた点『ういづコーぷ』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

( **パピコ** )コープ会 **浦添市** ブロック

記入者	座波	開催日・時間	2026年1月21日 14:00
		未開催：理由	
開催場所	座波宅	今月の支出	1446円
		支出累計	15273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

## ① 試食商品

- ☆マルコメお得用料酒の味
- ☆coopお弁当用肉団子
- ☆coopプチプチもち麦と15穀米
- ☆coopおいしいご飯
- ☆coop新潟産こしひかり玄米
- ☆ヤッコサントウフ3P
- ☆口福の明太子なめたけ

## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ☆もったいないコーナーにあった商品と以前から興味があったパックご飯の食べ比べをしました。
- ☆明太子なめたけは、トウフやご飯との相性バッチリでした。
- ☆赤だしのみそ汁もしっかり味で美味しかったです。

## ③ おしゃべりした内容

- ☆新年の話し
- ☆小学校の卒業式は平日になってる
- ☆ムーチーの話し

♥ 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1月18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	1,006円
		支出累計	14,706円
参加者	石川、松田、仲地、黒島	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 3種のプチドーナツ  
c とれるザクザクココアクランチ  
三幸製菓 ぱりんこ  
節分チョコマシュマロ

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

小分けができるお菓子を選びました。節分なので豆をと思ったのですが、チョコマシュマロが美味しそうだったので購入しました。  
マシュマロは、なかなか自分では買わないので久しぶりに食べて美味しかった。帰りに買って帰ろう！とみんなで盛り上がりました。  
ココアクランチも美味しかったので、ホワイトチョコの方も今度買ってみたいです。

## 3 おしゃべりした内容

年末年始の“嬉しかったこと”を報告し合いました。辛かったことや嫌だったことはボンボン出てくるけど、難しいなあ💧と言いながらも、子どもとゆっくり過ごせたことや、お手伝いをしてもらったことなど、たくさん出てきてなんだかほっこりした年の初めになりました。



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	比嘉加代子	開催日: / 月 31 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: 1,706 円 支出の累計: 17,242 円
参加者名	比嘉, 崎山, 我那覇, 宮里	(登録 女名中 女名)

残28  
1人  
500円  
追徴  
残275

● 次回の開催: 2 月 21 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。

メニュー カナッパ寿司  
 きゅうり, すし酢 かいわれ大根, 納豆(48円) 青ネギスライス  
 いか三味味くろへい, ままかり酢漬 かみきれ-るおむすびのり  
 産直白たまご6個 ・納豆が安かた(48円) ・のりがいかに高い。  
 お茶 {クミンクエン, 葉の葉, グラフハ}

## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

メニュー カナッパ寿司  
 フリーザーの表紙の写真が おいしそうな カナッパ寿司だったので、  
 これを作ろうということになった。だが写真のは 具がマグロの切身, たいの刺身  
 など, 高価なものが多かった。予算内に納めるため, 卵, 納豆, きゅうり, イカの塩辛  
 かいわれ大根 を載せた。  
 持参したアボカド, 買ったままかり酢漬 金糸玉子で。見栄えよくなった。

## ③ おしゃべりした内容

2026年1月のおしゃべりノート集, 「アップルコープ会のおしゃべりノート」に。  
 「コープのマイバスケットは 99個のペットボトルのふたでできている」とありました。  
 ペットボトルのふたも集めておいて, コープの店舗に持っていく。  
 グループで 45Lビニール袋 3袋分を集めて, あるスーパーに持っていくたら, めんどくさそうに  
 されたので, 直接, 加工所に持っていくかなと思った。  
 コープでは集めたふたは どこに持っていくのぞですか。

## ♥ 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)

# 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	2026年1月17日 19:05
		未開催：理由	
開催場所	あっぷるタウン2階	今月の支出	1,503
		支出累計	0
参加者	井上、斎藤、助川、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

キリン午後の紅茶おいしい無糖アイスティー、コープぼりぼり小魚、コープカマンベール入りベビーチーズ、コープアールグレイザクザククッキー、コープしみチョコスナック、コープクオリティラムレーズンサンド

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

受験生の脳みその栄養に必要なおやつを選びました。手が汚れない、手軽、よく噛むもの。

- ・しみチョコ美味しい、昔よく食べた
- ・ぼりぼり小魚美味しい！頭がよくなりそう。13袋も入っていて嬉しい

## 3 おしゃべりした内容

- ・共通テストの出願がWebでできるようになったせいか、浪人生の出願が1.4倍に増えたらしい。手軽になったからかもね。
- ・海外で寿司人気がすごくてテレビでやってた。台湾でちょっと特別な時に食べる高級寿司、おまかせで35000円ってよー。食べたことないよ、そんなのー。
- ・箱根駅伝、今はネットで見られるようになったから良かったけど、ついこないだまでは見られなくてショックだった！
- ・最近イジメの動画すごいね。もうイジメという言葉を超えてるよ

♥ 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	國吉麻美	開催日・時間	2026年1月19日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	國吉宅	今月の支出	1,424円
		支出累計	11,728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

## 1 試食商品

c鶏がらスープ キャベツ1/4 きんぴらごぼう ナメコ 白ねぎ 宮城県産甘口銀鮭

## 2 選んだ理由、調理方法、感想など

キャベツ・白ネギの塩だれ和え

ナメコ・白ネギの味噌汁

銀鮭・キャベツの味噌炒め

焼鮭・きんぴらごぼうの混ぜご飯

鮭は量が多めだったので、ご飯とおかずに分けて使いました。味がしっかりしていたのでタレを薄めでも美味しかったです。

塩ダレはキャベツをもう少し増やしても良かったと思いました。

## 3 おしゃべりした内容

子どもの学校行事の話

受験の話

今後の継続の話

今限りで残り2回を楽しもう！



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

( **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	2025年12月23日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	底原家(Beママ2と合同開催)	今月の支出	1,602
		支出累計	11,924
参加者	佐久真志乃/瑞慶寛麻美/桃原千枝	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

ベーコンポテトのチーズ焼き/チキンビーフガーリック/クリーミーチャウダー



## 選んだ理由、調理方法、感想など

合同クリスマス会開催!クリスマスメニューにしました。



## おしゃべりした内容

年末年始の過ごし方/子どもへのプレゼント/ケーキをどこで買うか?



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	2026年1月27日 11:00
		未開催：理由	
開催場所		今月の支出	1746円
		支出累計	14793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

- ・Cハト麦入りさわやかブレンド茶
- ・Cきらず揚げ
- ・Cかつおだし香る きしめん(冷凍)
- ・C博多一風堂監修博多とんこつラーメン(冷凍)
- ・チーズフォンデュ風コロッケ



## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・Cハト麦入りさわやかブレンド茶→ブレンド茶なので飲みやすく、子どもも好きな味でした。お値段も優しい。
- ・Cきらず揚げ →シンプルなんだけど、クセになる味。噛み応えがあって子どもの顎の発達に良さそう。
- ・Cかつおだし香る きしめん(冷凍)→麺がツルっとして、出汁もとっても美味しく大好評でした。普通のうどんじゃなくて「きしめん」ってところが出汁と合っていて良かったです。
- ・C博多一風堂監修博多とんこつラーメン(冷凍)→スープはお湯で溶いて、麺はレンチンでOK。お手軽に作れて良かったです。スープはちゃんと豚骨!!ニンニクの香りもしっかりしてて、福岡県民もちゃんと納得できる豚骨ラーメンでした。
- ・チーズフォンデュ風コロッケ→衣がものすごくサクサクで、中のチーズもコクがあって、非常に美味しかったです。



## ③ おしゃべりした内容

### 【葬儀の話】

先日内地で葬儀があったのですが、喪主である父親も少し認知症が入っているの、なかなか大変だったという話。打ち合わせの時から同席してサポートしないと全然話が進まなかったり、決めた事をすぐに忘れて話がひっくり返ったり…。歳を取るとこういう問題も出てきちゃうんだな…と感じました。そして、お寺が決まっているので、なかなか沖縄では見ない葬儀の様子もあり。鐘や太鼓、シンバルのような道具で音を出すんですが、それが祇園太鼓の始まりのようなリズムでも賑やかでした。場所や宗教が変わると、食事も含め、色々変わるな〜と改めて勉強になりました。



生協を利用して気づいた点『ういずコープ』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：[ega01144@okinawa.coop](mailto: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

( 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： / 月 23日 ( 金 ) 10時～12時
		未開催：の場合理由( )
開催場所	コープ 3F 調理室	今月の支出： 1600 円 支出の累計： 10065 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： 2月20日 ( 金 ) 10時～12時 場所： コープ 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 ・  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。

- ・ 鶏っみれ ( 生 )
- ・ C 切り餅
- ・ C がっつりおでん
- ・ 厚揚げ
- ・ 加藤しいたけ
- ・ ミントマト少量

選んだ理由、調理方法、感想など

- ( 理 ) : 長堂さんの提案で「がっつりおでん」をベースにしてお雑煮を作ることに。  
( 調 ) : おでんの汁を丈にかき、具は一口大に切り、餅は四分の一にして鍋に入れ、最後にミントマトとほうかんそうを入れる。  
( 感 ) : おでんの具にしいたけと餅や厚揚げを加えただけで十分にお雑煮気分を味わうことができた。ミントマトがマッチしていたのが驚きだった。

おしゃべりした内容

- ・ 名護市長選や衆院選について
- ・ 離島の軍備拡大への不安 - 関係国際は離島に長期に滞在し、島民の生活・不安なども肌で感じてほしい。
- ・ 今後のコープ会について。
  - ・ 2月は嶺井、伊舎堂の参加で3月は開催しない。
  - ・ 3人の日程を合わせるのが難しくなってきたので、今年度で活動を終了版。

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 )

# タイチーコープ会

2026年1月23日



# 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	2026年1月26日 12:30
		未開催：理由	
開催場所	荻堂宅	今月の支出	1,801
		支出累計	1,801
参加者	佐々木 知念 子1	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緑茶  
Cとれるざくざくココアクランチ  
C五日あんかけラーメン  
Cお弁当川肉だんご  
Cパラッと炒めた本格炒飯  
C玉子どうふ



## 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・組合員大感謝で五日あんかけラーメンと肉だんごが安くなっていたので購入し、チャーハンも購入して中華ランチにした。(本当は冷凍食品20% オフの日に買いたい派だけど、今回は仕方ないので感謝祭特価を選んだ笑)
- ・今回は肉だんごはそのまま食べたが、他の食材と混ぜて料理したり、タレがたくさん余るので残ったタレを使って料理したりと、アレンジできると思った。
- ・玉子どうふはプリンのように子どもも食べやすかった。
- ・ラーメンは国産野菜がたくさん入っていて良い👍炒飯は国産米👍♂
- ・メンバーの一人は炒飯をストックしており、今回と同じラーメンと炒飯は前日も食べていた笑



## おしゃべりした内容

- ・年末に悲しかったこと。
- ・誕生日に旦那が体調不良でダウンして、家族からおめでとうがなかった話。
- ・節税対策、確定申告。。。
- ・ヤクルトのおすすめ商品について。
- ・アロマで出来るお手当やミネラルについて。



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

( **73期会** )コープ会 **那覇市西** ブロック

記入者	シンザト	開催日・時間	2026年1月22日 19:00
		未開催：理由	
開催場所	あっびるタウン1階	今月の支出	1770円
		支出累計	0
参加者	具志堅、下地、新里	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冷凍、デミグラスソースのとろとろオムライス C冷凍ごろっとチキンのバターチキンカレー C冷凍  
 彩り野菜の入ったごろっとチキンカレー C冷凍 豚カツの卵とじ風セット C丸ぼうろカルシウム入り

**2 選んだ理由、調理方法、感想など**  
 ジャンルで決めた。店内のレンジで25分もかかった(汗) 途中でお客さんにレンジゆずったりで、時間がかかりすぎた。  
 カレーを2種類食べ比べ、バターチキンのトマトピューレ味がとてもさっぱりして美味しかった。  
 豚カツの卵とじ風の和風スパゲッティの醤油と牛乳ベースにブイヨン味が文句なしに美味しい。  
 …とろとろオムライスのスクランブルエッグ、冷めても食べやすくとても美味しかった。  
 ライスがとてもケチャプライスを思い出した。  
 付け合せのブロッコリーの食感が歯ごたえがあった。  
 3点ともライスにもち麦がはいってて咀嚼が多く、味わって食べられて満足感がある。

**3 おしゃべりした内容**  
 気温 12°C、とても寒い！暑がりやさんは着てる服が1枚少ない。  
 サウナに入っても2分程しか入れない。しかし、汗はタラタラでる。それって代謝がいいってことなの？  
 新年参賀に行ってきた。皇居は空気が違うらしい。雅子皇后は遠くからでもとても綺麗だった。パワーをもらって新年スタート。羨ましい  
 水道水を10分間煮沸して冷ましたら冷蔵庫に入ると美味しくなるそうです。  
 ケチャプライス、昭和の世代は好きだね。白米にケチャプかけて食べた。ケチャプの甘みが美味しかった。  
 白米炊いた時にやってみよう～  
 懐かしい味がするかも。  
 雑穀米を食べ続けると、白米が不味く感じる。雑穀米は旨味がある。  
 親が圧力鍋でご飯を炊いてくれたが、底の方がベチャベチャだった。それで白米が嫌いになった。もう少し加圧が必要だったね。実際、圧力鍋で炊いたご飯もおいしいです。  
 炊飯器での炊き上がりにムラがある。解決方法、米と水を正確に、計量すると美味しく炊ける。  
 炊きたてのご飯が美味しくて、ついついつまみ食いして2合近く食べてしまう。  
 無洗米はそのまま炊くよりも、1回だけ軽く研いで炊飯した方が美味しくなる。  
 炊飯器でご飯を炊く時は、米と水を計りでさっぱり計量すると良い。  
 ブロッコリーは冷凍を買うことが多い。  
 生野菜を茹でて冷凍に常備し、毎日食べる。  
 麦ご飯より、もち麦入りご飯の方が良く噛んで食べられて早食い防止にもなるし、何より美味しい。さっそく取り入れよう

 生協を利用して気になった点『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 追加です** )コープ会

那覇市西 ブロック

記入者	シンザト	開催日・時間	2026年1月22日 19:00
		未開催：理由	
開催場所	あっふるタウン1階	今月の支出	1770円
		支出累計	0
参加者	3名	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

国産小麦使用 丸ぼうろ

## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

全粒粉ミルクチョコビスが売り切れ在庫無しだったから。

商品はよく見てるが食べたことがなかった。

昔懐かしい味と好評

買い置きしててもいいお菓子

## ③ おしゃべりした内容

♥ 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：( 那覇西 )ブロック

記入者	出町	開催日： 1月26日(月) 10時～13時
		未開催：の場合理由( )
開催場所	くみかつ室A	今月の支出： 1555 円 支出の累計： 円
参加者名	出町・福田・増井	(登録 3名中 6名)

●次回の開催： 2月18日(水) 10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。

キンパ<sup>o</sup>牛肉 税抜 ￥398  
 なかみ汁 ￥398 あっほろタウと購入  
 カーサム-4- 黒糖 名￥228  
 紅芋  
 よもぎ

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・ なかみ汁は 10% オフだったので買ってみた... 出汁がおいしいし、ワセもな<sup>やわらかい</sup> なかみも
- ・ キンパ<sup>o</sup> は 3で割りに切れたので買った(6個入り)... いつも通りおいしい。
- ・ ご飯もかたくな<sup>い</sup>し、のりがかみ切りやすい。
- ・ カーサム-4- 4-4-の日だったので、3種類食べくらべしてみた... よもぎは味か主張していておいしい。紅芋はうすらと紅芋風味。黒糖もう、うら。味くらべむかし。

🍷 おしゃべりした内容

- ・ 健康診断についての大腸検査を麻酔でやたら、全然痛くなかった。
- ・ 古い書類を整理したら、ダニ!? がいたのか、体にしっしんがでま、目にものもらいが出来た。要注意!!
- ・ 居酒屋で馬刺しを食べたら、おじがのどにはりついて、とれな<sup>い</sup>ま<sup>ま</sup>で困った!! 老い!?
- ・ 中学受験が終わった! うわしい!

🍷 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)

冷凍ピザはマルゲリータが3種類だったが、違いが気になった!

※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

( 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: 10月29日(水) 10時~13時
開催場所	あかりの塔3F組活室(A)	未開催: の場合理由( )
参加者名	末松・新山崎・野田・名城	今月の支出: 1492 円 支出の累計: 円
		(登録4名中4名)

● 次回の開催: 11月26日(水) 10時~13時 場所: あかりの塔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。

白菜(1/4) ¥138	かりわれ大根 ¥98
きゅうり(2本) ¥98	三元豚ロース切り薄し <del>¥98</del>
Cたいすたっぷりとかい ¥138	とんこ醤油鍋野菜ソムリエ ¥366
ブロッコリーパモヤシ ¥68	
ホクトバナシメシ ¥98	

🗨️ 選んだ理由、調理方法、感想など  
 前回のコープ会の残りのパルクン飯とナベスーポで、鍋をしました  
 ちやしとかいわれを合えて食べました  
 冬になると鍋が、美味しいです。

🗨️ おしゃべりした内容

💖 生協を利用して気づいた点や『ういすコーぷ』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)

画像などありましたら送って頂けると嬉しいです。

※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

( 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26日(水) 10時~13時
		未開催：の場合理由( )
開催場所	あおぞらタウン/イトイン	今月の支出： 1494 円 支出の累計： 円
参加者名	新崎・末松・野田・名城'	(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。



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。

助六寿司セット(8巻き・イナリ4) ¥578  
 ビーフ×4カット(5) ¥298  
 アジの南蛮漬け ¥205  
 タンヨーグレット ¥185  
 いちご  
 ココナッツクッキー ¥118



選んだ理由、調理方法、感想など

3月組合室が、使えないので、イトインで行ないました。  
 購入した食品を試食しました。



おしゃべりした内容

同じ予算ですが調理すると、温かい料理が、お腹は、はかい試食  
 できずが、購入した食品を、試食になると、冷たくて少なくなるので、  
 なるべくお、3月組活室が、使えるといいと思いました。



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

( ほっぴーいちこ ) コープ会 所属：( 南部東 ) ブロック

記入者	嘉手苺かおり	開催日：11月29日(土) 17時~20時
開催場所	宮平家	未開催：の場合理由( )
参加者名	嘉利, 餅, 石川, 親川, 諸貝里, 宮城 他2人 (登録8名中8名)	今月の支出： 2,237 円 支出の累計： 円

●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。

- ・食塩不使用ミックスナッツ
- ・五三焼カステラ

② 選んだ理由、調理方法、感想など

五三焼カステラ 以前 <sup>TV</sup> サタブラで1位を獲得したのが店に売っていたので買いました。卵の濃厚な味で(っ)美味しかったです。

ミックスナッツは粗めに刻んで"クリーチース"かんたん西餅おまん果ミックス <sup>トッ</sup> ロップ少しを混ぜて焼いたものに乘せて食べました。食塩不使用なので

③ おしゃべりした内容 ナッツの味が(っ)わかり美味しかったです。

備蓄米を購入して食べましたか？

お米ぐらいは少し高くて美味いのが食べたい!! と言う =とで

たれも購入していません。

♥ 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)

※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

(はっぴーいちご)コープ会 所属：(南部東)ブロック

記入者	嘉手苺 かおり	開催日：12月28日(日)15時~19時
開催場所	宮平家	未開催：の場合理由( )
参加者名	嘉手苺 宮平 石川 諸見里 親川 宮城 他2人 (登録8名中8名)	今月の支出： 2,033 円 支出の累計： 円

●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。

(00pえびぐらタン ・三元豚 ロース ツバ子しゃぶ用  
 ロース生ハム  
 ぶり甲島

② 選んだ理由、調理方法、感想など

えびぐらタンはしつぽ"5分と3リクリーンで"美味しかったです。1人分でちめと...  
 フリルレタスを敷いてロース生ハム フックネリフ。オリーブオイルしお=うじしモン汁  
 で"ドレッシング"を作りかけて食ました。  
 三元豚ロースしゃぶしゃぶ用は、肉をゆでて、ポン酢やゴ"ドレッシング"をつけて

③ おしゃべりした内容 食ました。甘みがありやあらかくて美味しかったです。

・クリスマスの話し

子供達が大きくなって、クリスマスのかざり付けやクリスマスのプレゼント  
 がなくなってきた。

♥ 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)

※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

(  )コープ会

所属：(  )ブロック

記入者	宮城	開催日： 1月15日（木） 12時～16時
		未開催：の場合理由( <input type="text"/> )
開催場所	宮城宅	今月の支出： 1,359 円
		支出の累計： 円
参加者名	渡久地、前底、宮城	(登録 3名中 3名)

●次回の開催： 2月19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。

- ・冷凍うどん3食
- ・アンパンマンパンフキン
- ・アンパンマンスイートポテト
- ・ブルーベリー
- ・ふかひれスープ（濃縮タイプ）

② 選んだ理由、調理方法、感想など

- ・1歳児が食べられそう。
- ・電子レンジ調理、お鍋で加熱
- ・冷凍うどんはみんな大好きでパクパク食べていた。
- ・アンパンマンパンフキンやスイートポテトはアンパンマンのキャラクターが型取られていて好評だった。自然の甘味でやさしい味だった。
- ・ブルーベリーは調理せず解凍してそのまま食べた。暑い日のおやつにそのままあげてもいいと思った。調理の幅が広がりそう。冷蔵庫に常備したいと思った。
- ・ふかひれスープはパウチに入っているスープに水を加えて加熱するだけで一品出来上がるのでいい。ふかひれは日頃手が届きにくい食材なので気軽に食べられて量もあって満足感がある。おいしい。

③ おしゃべりした内容

- ・年末の旅行で愛知県と三重県に行って観光した話。
- ・子供の発達、成長の様子について。子ども同士関わって遊ぶようになってきた。発語も増えてきた。
- ・復帰後の赴任先や保育園の入所先についての情報交換。

♡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

( とみしろポッチャ )コープ会 所属：( 南部西 )ブロック

記入者	廣瀬 和賀子	開催日： 1月23日(金) 14時～16時
		未開催：の場合理由( )
開催場所	医療生協豊見城倉庫	今月の支出： 1830 円
		支出の累計： 8568 円
参加者名	照屋建昇、つとみ子、前里ハツエ、真栄里上子、津波美智子、廣瀬和賀子 (登録3名中3名)	

●次回の開催： 2月27日( ) 14時～16時 場所： 豊見城倉庫

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。

協同購入 ブレンド茶  
 焼おにぎり  
 M-アールバウム  
 ラングローヴ

② 選んだ理由、調理方法、感想など

ブレンド茶 緑茶の入れたい。ノンカフェインで大麦、はと麦、黒大豆、玄米入りなのが良い。  
 焼おにぎり 運動後のおやつに丁度良いサイズです。タレが美味しい。後引く美味しさです。  
 M-アールバウム M-アールの風味が良い。甘過ぎず、美味しい。  
 ラングローヴ バターの風味が良い。軽く上品なクッキーです。記入者の分は粉々に壊れていて残念でした。

③ おしゃべりした内容

当日はポッチャ大会で勝利チームに賞品があり盛り上がりました。  
 各地域のミニテイの話題により、週1回地元でするので行きやすい。知り合いのたの会話で弾む。家から外に出て、ゆんたく、運動、笑って、ホケ予防にも良い。自治会に加入している。新築住宅エリアで自治会に入れて貰えない人達はミニテイに参加しにくい。医療生協のウォーキング、筋トレ、ヨガはミニテイに入れたい人も参加できると良い。分譲住宅地の自治会は加入して欲しいと言っているが、部落では寄留民は入れたいと言っているらしい。

♥ 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

( **スマイルコープ会** )コープ会

宮古 ブロック

記入者	小禄恵梨子	開催日・時間	2026年1月15日 12:00
		未開催：理由	
開催場所	小禄家	今月の支出	1,531
		支出累計	14,674
参加者	鎌田香織、宮国理恵、小禄恵梨子	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

・冷凍うどん・たっぷりごぼう天ぷら・海老のセミニかき揚げ・小ねぎ・チョコレートケーキ



## 選んだ理由、調理方法、感想など

- うどんは冷凍なので保存がきくから便利
- かき揚げは電子レンジだけだとべちゃっとしていたので、トースターするとい
- チョコレートケーキはコープクオリティなだけあって高級感があって美味しかった



## おしゃべりした内容

- ・子どもが麺をすすれない子がいる
- ・年明けで花火が2カ所同時見られる場所があって見に行った
- ・婦人科検診どうか
- ・子どもの脱毛どうするか



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	2026年1月15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	1,601円
		支出累計	16,748円
参加者	新城、大松、亀井、半嶺、東高西	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すき家牛丼の具、②おいしく果実白桃&黄桃ヨーグルト

## ② 選んだ理由、調理方法、感想など

①石垣にすき家がないので試食したかった。少量でしたが美味しい。  
②やさしい果実の甘さが良く美味しい。

## ③ おしゃべりした内容

昨年は、県内・県外で市長への不信任案が出されて失職し、新任・再任等あったが、今年は新年早々から衆議院解散等々で政界はどうなるか？  
この回の行方は等々でおしゃべりした。

♥ 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

# 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	佐次田 走子	開催/ 月24日 (水) 11時30分~14時00分
参加者名	伊波ゆみこ (孫) 金城大差子 (〃) 金城 園子 (登録者 各中 名)	今月の支出：子ども8名 円 使途明細：他本人3名 計14名 支出の累計：自費ランチ 円
開催場所	佐次田 走子 東山カフェ 和。	

次回：2月28日 (土) 11時30分 ~ 14時00分 場所：新築 東山 少年自然の家 (庭)

↓↓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↓↓ 提出の切：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( 平和グループ ) セミナー  
所属：( うらま市ブロック )  
開催日：( 2 / 月 24 日 )

① 会場予約から声かけが2名ほど遅れてくれた石原、園子のま  
か入院で不参加。途中でTelをしてくいた。  
② 子供たちのあそび場のあるカフェで、いつも拝面してない  
のに仲良くあそんでいた。大きい子どもが午後のサポート  
した。...

次回 何らかいかに、伊波から南口でみたか... 提案  
具印船には決まらず、セミナーで、休日、予定を修正  
2024年3月にうらま市の自衛隊... の予定。  
船庫跡地に初地対艦 ミサイル隊を新設、配備された  
この件につき、学習会を開いて欲しい。