

ういずコーぷ

10
2024

TAKE FREE

もしもに備えて、あなたに合った
保障プランを一緒に考えます。

あつぷる保険
あつぷるタ
10:00~18:
0120-74
お気軽にご相談く

特集

10月は 「ピンクリボン運動」 強化月間

ババツとKITCHEN

材料入れて、スイッチ押すだけ!

炊飯器 ミートソース

& 牛豚あいびきパラパラミンチのアレンジレシピ

あつぷる保険センター
あつぷるタウン店
(あつぷるタウン3F)

10月は「ピンクリボン運動」強化月間

乳房を意識する
生活習慣

「ブレスト・
アウェアネス」
※
始めてみませんか？

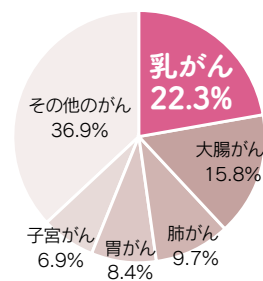


「乳がん」は女性がかかるがん1位

国立がんセンターの統計によると、日本人が一生のうちにがんと診断される確率は、男女ともに2人に1人。女性の場合は、6人に1人ががんで亡くなっています。

右記のグラフの通り、日本人女性がかかるがんの中で最も多いのが乳がんです。また、乳がんの罹患率は40歳から年齢とともに上昇することがわかっており、乳がんは決して若い人だけの病気ではありません。

女性のがん罹患数の割合



出典：厚生労働省
「全国がん登録 罹患数・率 報告2020」

ピンクリボン運動は、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを伝える世界共通の啓発活動です。強化月間である今月の特集では、乳がんの現状や私たちが日常でできることなどについて、乳がんの専門医にお聞きしました。

※アウェアネス＝気付き・認識。「自分の乳房を意識する生活習慣」という意味で、世界的に提唱されています。

早期発見であれば 90%以上が治癒します

一方、女性の乳がんによる死亡数は、大腸がん、肺がん、膵臓がんに次いで4番目という統計からも、他のがんに比べて治りやすいと考えていいでしょう。ステージ0・Iの早期であれば90%以上が治癒します。



沖縄は進行がんが増加傾向に 二次精査の受診を忘れずに！

多産の女性は乳がんになりやすいという統計がありますが、沖縄県の罹患率は少し高いことがわかっています。その原因は、高脂肪食やアルコール、喫煙、閉経後の肥満などが関係していると考えられます。また、進行がんの割合も全国に比べ沖縄県は高くなっています。

沖縄県の乳がん検診受診率は、全国平均を上回っているのにも関わらず、要精査となった場合の精密検査の受診率が低いことが要因となっているかもしれません。

沖縄医療生活協同組合 沖縄協同病院

副院長 有銘 一朗さん

日本外科学会専門医、日本乳癌学会認定医、検診マンモグラフィ読影認定医、検診超音波検査判定医、日本がん治療認定医機構がん治療認定医



早期
発見の
ために

ブレスト・アウェアネス 4つのポイント

身体の表面にある乳房は自分で触れられる臓器のため、乳がんは「自分で発見できるがん」と言われています。日頃から自分の体に関心を

持ち、ネット上などの誤情報に惑わされることなく、乳房に変化や不安を感じたら速やかに医師に相談するという生活習慣を身につけましょう。

詳しくはこちら/



日本乳癌
学会HP内

ポイント

1

自分の乳房の
状態を知る



ポイント

2

乳房の変化に
気をつける



ポイント

3

変化に気づいたら
すぐに医師へ相談する



ポイント

4

40歳になったら
2年に1回
乳がん
検診を
受ける



Q 乳がんは
遺伝しますか？

A 乳がんの中で遺伝に関与するものは10%弱です。遺伝性かどうかは採血で検査できます。

※遺伝子検査は条件によって保険が適用されます

教えて！ドクター

乳がん
Q & A

Q 自分で乳房チェック
できません

A しこりを探すという行為は必要なく、自分の乳房を気にかけることから始めましょう。いつも同じ条件（場所、時間、環境）で乳房を観察したり、触ったりすると、変化に気づきやすいでしょう。

Q マンモグラフィとエコー検査は
どちらが有効ですか？

A 乳房に病気のない方の検診に関して確証があるのは「40歳以上の2年に1回のマンモグラフィ」のみです。40歳以上で「高濃度乳房（※）」の方は、乳がんになりやすく、マンモグラフィでがんを発見しにくいいため、エコー検査を追加する意義がありそうです。また、良性疾患でも乳房に病気がある方は、医療機関に相談することをおすすめします。

※高濃度乳房：乳腺が多く、マンモグラフィで乳房が白く写るタイプの乳房のこと

Q マンモグラフィは
痛いと聞いたの
ですが…

A 腰（乳房）が引けると自動的に検査機器の圧迫が強まるため、怖がらずに自分で押し付けるようにするのが痛みを和らげるコツです。また、生理前の胸が張った時期を外すといいでしょう。

おすすめの書籍

『患者さんのための乳がん診療ガイドライン 2023年版』日本乳癌学会（金原出版 2023年1月）



『おっぱいの科学』フローレンス・ウィリアムズ（東洋書林 2013年8月）

10月は「ピンクリボン運動」強化月間

乳がんは
他人事では
ないから…

“もしも”の時に安心な、
がんにも備える保障

CO・OP共済は、くらしの中で困ったことが起きた時に、みんなで支えあい、助けあうことを目的としたコープ商品のひとつです。1984年に誕生して以来、加入者の輪が広がることで、保障内容がよくなってきました。

ピンクリボン運動の取り組み

CO・OP共済は、“もしも”の時に安心して治療が受けられるサポートはもちろん、乳がんの早期発見・早期治療の大切さを1人でも多くの方にお伝えしていきます。



CO・OP共済

ピンクリボン運動

もしも、明日から入院することになったら。もしも、がんになったら…。CO・OP共済は、女性の“もしも”を考えて「女性と家族をしっかり支える保障」を目指しています。今回は、がんにも備える保障についてご紹介します。

女性の入院保障が手厚い 《たすけあい》 大人向けコース（女性）

女性にうれしい3つのポイント

① 3コースから選べる

家事・育児・仕事など、いろいろな顔を持つ女性のための保障。さまざまなライフスタイルに合わせて、月掛金は2,000円・3,000円・4,000円の3コースから選べます。

② 入院保障は1日目から

短期の入院でも、思いがけない出費に備えられます。

③ 入院日額にプラス

日額2,000円～3,000円

入院共済金の支払対象となる入院をした場合は、「女性入院時諸費用サポート」でケガや病気の内容にかかわらず、入院日額に日額2,000円～3,000円がプラスされます。

《あいぷらす》で がんの治療を手厚くサポート

生命保障に入院特約・新がん特約を組み合わせることができる《あいぷらす》。「新がん特約」は、がん治療にもっとお役立ちができるようにという思いから誕生しました。“もしも”の時の安心のために、ぜひ備えておきたい保障です。

おすすめポイント

① がんと診断されたら…

がんと診断されると、精密検査や入院・手術など、様々な費用が必要になります。安心して治療に専念できるよう、まとまった費用を受け取ることができる保障を。

② 入院保障は日数無制限

入退院をくり返すことが多いがん治療では、医療費以外の自己負担が増え、仕事を休むことによる収入減も考えられます。入院保障を手厚くしておきましょう。

③ 退院後もサポート

がん治療は、退院後の経過観察や検査のほか、通院での治療も多いです。退院後の保障についても考えましょう。

〈CO・OP共済に加入するには〉
出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になる必要があります。生活協同組合（生協）は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。

【ご加入やご契約に関するお問い合わせ】
コープ共済センター 0120-50-9431
9時～18時 月～土（祝日含む）
契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

詳しくは
こちら



※CO・OP共済について詳しくは、加入申込書付宣伝物か商品パンフレットをご覧ください。【CO・OP共済ニュース】 K-85682-2408



商品の利用で乳がんの啓発と患者・家族を支援

『ピンクリボン運動』 キャンペーン

日本生協連は、認定NPO法人J.POSH（日本乳がんピンクリボン運動）の「ピンクリボン運動」に賛同し、2017年10月よりオフィシャルサポーターとなりました。キャンペーンを通して「ピンクリボン運動」を応援しています。



「ピンクリボン運動」とは？

アメリカの乳がんて亡くなられた患者さんの家族が「このような悲劇が繰り返されないように」という願いを込めて作ったピンクのリボンからスタートしました。乳がん患者の多い

欧米で1990年代より広がり、日本でも2000年頃から多方面で活発化。今では世界中で活動が展開され、乳がんの正しい知識を広め、早期発見・早期治療の大切さを呼びかけています。

J.POSHの取り組み



『受けよう乳がん検査。早期発見で笑顔の暮らし』を合言葉に、すべての人に乳がん検査の必要性を啓発する団体です。乳がんの正しい知識を持っていただくと共に患者さんとその家族へのサポートを通して、明日の健康な社会を残すことを目標に活動しています。

詳しくはこちら ▶



組合員の声

- 共済金の早々の振り込み、ありがとうございます。加入時は健康には自信があり、1度も病氣したこともなかったのですが、まさか自分が乳がんになるとは…。本当にコープ共済に入って良かったです。
- 加入して20年近くになりますが、がんの手術、娘の入院などで、何度も助けられています。お手頃な掛金で手厚い保障は素晴らしいと思います。
- 保障でカバーされるとわかっていると家計に響かないので、安心して入院、手術に踏み切ることができます。共済金の振込も早く、本当にコープ共済に入っていて良かったと実感しています。

※掲載内容はあくまでも例です。お支払い内容や共済金請求書類につきましては、ご契約内容・ご請求内容によって異なります。

キャンペーン取り組み内容



キャンペーン対象商品

コープ化粧品シリーズ全品

キャンペーン期間：2024年9月1日～10月20日



カタログ「くらしと生協」

ブラジャー全種

キャンペーン期間：通年



※2023年度全国生協での寄付金総額

● コープ化粧品：109万1,679円

● くらしと生協：43万6,282円



簡単にできて、家族が笑顔になるごはん♪
コープ商品を使って、お料理初心者にも作れる
やさしいレシピをご紹介します。



調理時間
10分
※炊飯時間を
除く

材料入れて スイッチ押すだけ！ 炊飯器 ミートソース

ひき肉 # 炊飯器レシピ

炊飯器にお任せの手間なしレシピ♪

唯一手間のかかるみじん切りも、みじん切り
チョッパーを使えば目も痛くならないし、時
短にもなるのでとてもオススメの調理器具。
にんじんは細かめにすると火の通りも良く、
お子様もパクパク食べてくれます。
パスタの他にも、キーマカレーやドリアなど
アレンジにも大活躍間違い無し！

レシピ監修

木場 太一郎さん

10年以上、飲食店のオーナーシェフ
として活動。現在は1日1組限定の宿
を経営。プライベートでは二児のお
父さん。



材料(4人分)

- ・玉ねぎ …… 1/2個(みじん切り)
 - ・にんじん 1/3本(細かめのみじん切り)
 - ・牛豚あいびきパラパラミンチ 300g
 - ・カットトマトまたはホールトマト
…………… 1缶(390~400g)
 - ・砂糖 大さじ1/2 ・小麦粉 大さじ1
 - ・ケチャップ 大さじ2 ・しょうゆ 小さじ1
 - ・ウスターソースまたは中濃ソース 大さじ2
 - ・コンソメ …… 小さじ2
(固形は1個を砕いて使用)
 - ・にんにくチューブ ……
4cm(生のみじん切りなら小さじ1)
- ※セロリやローリエ、バジル、オレガノなど
お好みで
炊飯後の調味に:塩・こしょう・砂糖 少々

作り方

1. 材料を全て炊飯器に入れ、アルミホイルをかぶせて普通炊きで炊飯する。
2. 保温スイッチを切り、崩しながらよく混ぜて、塩・こしょう・砂糖で味を調える。

※ホールトマトの場合は崩してから炊飯する
※酸味が気になる場合には砂糖、味がほやけていれば塩を加える

<炊飯器の注意点>

5.5合炊きの炊飯器を使用しています。炊飯器は使用上の注意をご確認の上ご使用ください。

コープのおすすめ

🍎 牛豚あいびき
パラパラミンチ(300g)



あつぷるカタログ10月2週(428号)掲載
注文:9月30日(月)~10月4日(金)



面倒なみじん切りはチョッパーで



次号は

『やんばる若どりを使ったレシピ』です！

牛豚あいびき パラパラミンチ



牛豚あいびきパラパラ ミンチ人気の理由

- ① パラ凍結だから、使いたい分だけ取り出し冷凍のまま使える
 - ② チャックシール付きで保存に便利
 - ③ 産直豚肉と牛肉のおいしさにこだわった配合
- 冷凍したひき肉が解けずにパラパラになるよう、温度管理に気を配って製造しています。脂つばさを抑えるために、牛肉は赤身の部分を使用し、豚肉は県産のうちなくとこ豚を使用。牛肉7・豚肉3のおいしさにこだわった配合です。

組合員の声



似たような商品は他でも見かけるけど、コープのミンチは脂っぽくない。

パラパラミンチは脂味が少なく、パラ凍結されているので必要な分量が使いやすくてとても便利です。

組合員の声により、1996年に誕生したロングセラー商品
レシピによって使う分量が調整できて、冷凍庫にストックしやすいと好評です。

冷凍状態でもすぐに使える
便利なひき肉

牛豚あいびきパラパラミンチを使って



混ぜてかければ完成！ レンジで麻婆豆腐

絹ごし豆腐(1丁)は水気を切り、キッチンペーパーで巻いておく → パラパラミンチ(100g)と豆板醤(小さじ1/2)を混ぜ、ラップをしてレンジ(600w)で3分加熱する → 豆腐はキッチンペーパーで巻いたままレンジ(600w)で2分加熱する → ミンチの容器に調味料類(焼き肉のタレ:大さじ4・花椒又は山椒:小さじ1/2・片栗粉:小さじ1/2・水:50cc)を入れてよく混ぜる → レンジ(600w)で3分加熱し、底に沈んだ片栗粉をとろみが出るまでしっかり混ぜる → 豆腐にミンチをかけ、ラー油・刻みネギを散らす。



焼かずにできる 台湾風焼きそば

パラパラミンチ(60g)・にんにくチューブ(2cm)・オイスターソース(大さじ1)を軽く混ぜ、レンジ(600w)で2分加熱する → ほぐした焼きそば麺(1袋)・酒(大さじ1)・鶏ガラスープの素(小さじ1/2)・カットしたニラ1/4束(25g)を加えて軽く混ぜ、レンジ(600w)で1分半加熱する → お好みで醤油・ごま油またはラー油を入れて混ぜ、器に盛りつける。



毎日の便利が“エシカル消費”につながります 協同購入の利用登録 『いつもくん』



「我が家の定番商品を切らしたくない」という組合員さんの声に
応え、当初は「みかわ屋さん」という名前で協同購入お届け商品
の利用登録サービスが始まりました。2019年4月、『いつもくん』に
リニューアルし、現在は組合員さんの約2人に1人が利用しています。

教えてくれた人
協同購入支援部
ひさし
高安 恒さん



『いつもくん』とは どのようなサービス？

いつも必要な商品やお気に入りの商品
を『いつもくん』に一度登録しておく
と、定期的に届く便利なサービスです。忙
しい日々の中、注文書を書く手間が省け
「毎日飲む牛乳を買い忘れた！」なんて
ことがなく安心です。

登録できる商品は、卵や牛乳からミネ
ラルウォーターや生活雑貨まで、くらし
に欠かせない定番商品が約260点。1品
から登録できて、お届けサイクルも選ぶ
ことができます。登録後の数量・サイクル
の変更や解除も
簡単です。

いつもくん
保存版
チラシ



『いつもくん』に登録して 生産者を応援



『いつもくん』は便利だけでなく、組
合員さんの利用登録が増えれば、生産
者にとっては生産と出荷が安定し、食品
ロスを減らすことができ、コープおきな
わが目指すエシカル消費にもつながり
ます。

『いつもくん』人気商品



産直
やんばる赤たまご



納豆
(甘口たれ付)



コープ
牛乳



アイス
コーヒー
無糖

いつもくんの登録方法

【スマホ・パソコンから】

「eフレンズ」画面を開いて「いつもく
ん」のバナーをクリック。Webカタログ
で商品を選び登録します。数量変更や
解除も簡単にできます。

※事前にeフレンズ会員登録が必要です。

いつもくん登録方法
eフレンズ編→



注文書への記入方法

①新しく登録・追加登録のしかた
「いつもくん」保存版チラシの中か
ら、ご希望商品・お届けサイクルの6
ケタ番号(登録番号)を確認します。



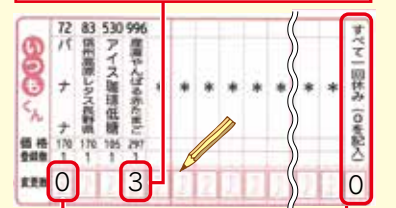
「注文番号記入欄」にご希望の
商品の登録番号と注文数をご
記入ください。

②登録済み商品の
数量変更・取り消し



「注文番号記入欄」に商品の登録
番号と変更したい数量をご記入
ください。登録を取り消したい
場合は「0」とご記入ください。

今回だけ3個に変更したい場合は
「3」と記入



今回だけ
お休まし
たい場合
は「0」と
記入

今回だけ全ての商
品をお休みしたい
場合は「0」と記入

いつもくん
登録方法
注文書編→



YouTube

VOICE 組合員さんの声

- 台風で注文書を出せない週
に、いつもくん登録の商品
だけが届きました。登録して
おいて良かった～!
- 注文忘れの心配がなく、安
心感を得られています。数量
が変更できるのもうれしい!



2024年度 第24回 CO・OP共済 九州ブロック交流会が開催されました



交流会に参加したコープおきなわ職員の皆さん

九州9生協の職員約200名が 沖縄会場に集いました

去る5月31日から6月1日にかけて、『CO・OP共済 九州ブロック交流会』が開催されました。コープ共済が40周年を迎えた今年度は「～九州はひとつ～40年のゆいまるの想いを糧に!ひろげようCO・OP共済」をスローガンに掲げ、日本コープ共済連 共済推進本部・本部長の坂本繁さんによる報告をはじめ、講演会や分科会など、さまざまなプログラムを通して、コープ共済の価値や一人でも多くの組合員に共済をお知らせする意義を再確認しました。

コープ共済連報告

能登半島地震の対応状況

5月の時点で約2,600件の見舞い金のお支払いと4,000件あまりの受け付けをし、組合員からの感謝の声がたくさん届いています。

顧客満足度ランキング

2023年度JCSI(日本版顧客満足度指数)調査結果 生命保険部門において、3年連続、(通算8年目)1位となりました。

ランキング表彰

2023年度九州ブロックでの共済加入実績において、店舗事業部門でコープ美里、コープなご宮里、コープ牧港が1位から3位を独占。宅配事業所部門では、石垣センターが1位、具志川センターが3位と、その功績が表彰されました。

記念講演

(有)香取感動マネジメント代表取締役の香取貴信さんによる講演では、「感動を呼ぶサービス」をテーマに、過去にディズニーランドで働き培った顧客満足追求の精神についてお話しいただきました。

会員生協決意表明

4生協(コープおきなわ、エフコープ、生協くまもと、ララコープ)代表者による決意表明。コープおきなわ具志川センターの佐藤弘庸さんは、「自分が学んだことを持ち帰り、加入の輪を広げたい」と言葉に力を込めました。



決意表明(コープおきなわ)



ランキング表彰の様子



記念講演の様子

2024年度 商品改定について

《たすけあい》ジュニア1000円コース
お誕生前申し込みが新設されました

※9月1日スタート

お誕生前申し込みとは、《たすけあい》加入者(母親)を対象として、妊娠中の段階で出産予定の子どもを被共済者とした《たすけあい》ジュニア1000円コースの申込受付をするしくみです。生まれつきの病気などで出生後では加入できなかった、またはジュニア1900円コースにしか加入できなかった子どもも、本制度を利用することにより母親の健康告知のみでジュニア1000円コースへの加入を実現します。

不妊治療に関する公的医療保険制度
の見直しに対応しました

※7月16日スタート

2024年4月に不妊治療に関する公的医療保険制度が見直され、健康保険の適用範囲が拡大されました。コープ共済ではこれに対応し、不妊治療を受ける方にも加入いただけるよう、不妊治療に対する条件加入制度の新設と告知事項の文言修正を行いました。

【ご加入やご契約に関するお問い合わせ】

コープ共済センター

0120-50-9431

月～土 9時～18時(祝日含む)

契約引受団体:日本コープ共済生活協同組合連合会

詳しくは
こちら▼



なるほど! コープ

毎日使う寝具は、想像以上に汚れています ふとん、洗っていますか？

家族の健康と快適な眠りのために、清潔にしておきたいふとん。
内部に潜んでいそうなダニや雑菌も気になります。そこで今回は、
コープあぶれで好評の「ふとん丸ごと水洗い」のこだわりポイント
やキャンペーン情報をご紹介します。

教えてくれた人

社会福祉法人かがり福祉会
(コープあぶれの提携会社)
仲本 豊さん



ふとんの洗い時の目安は？

羽毛布団だと「重く感じる」、敷布団だと「厚みがなくなってきた」などが目安になりますが、内部に潜んでいるダニや雑菌、ニオイなどは、ご自身では気付かない場合が多いので、季節ごとのふとんを入れ替えるタイミング(半年～1年に1回)に洗うのが理想的です。

天日干しだけではダニを除去できませんが、水洗いはダニのエサになるフケ・アカ・ホコリを除去し、ダニの増殖を抑制する効果があります。カビを除去するには、水洗いの際に特殊な洗剤を使用する必要があるため、カビがひどくなる前に水洗いすることをおすすめします。

ふとん丸ごと水洗いはどんなサービス？

コープあぶれの「ふとん丸ごと水洗い」は、家庭で洗濯することが難しいふとんやカーペットなどの丸洗いを請け負うサービスです。宅配便にてふとんの回収＆お届けを行うので、忙しい方でも安心して利用できます。

Point 1 点検・前処理

傷みやほつれ、シミや汚れなど、ふとんの状態を丁寧に確認した後、酵素でしっかり浸けおきして、汗による塩分、体から出るたんぱく質や皮脂汚れなどを落とします。



1枚1枚丁寧に点検しています

Point 2 洗浄・脱水

コンピューター制御による大型特殊全自動洗濯機で洗浄・脱水。家庭やコインランドリーでは落とすきれない汚れを洗い流し、内部に隠れているダニや雑菌まで死滅させます。標準で防菌・防ダニの効果を持つ洗剤を使用しているため、肌がデリケートな子どもや体臭が気になる方にもおすすめです。

オプション(追加料金)で、通常より大量の水を用いて個別洗浄する「ウォーターバブル洗い」も取り扱っています。



1回目洗い 2回目すすぎ 3回目すすぎ
洗浄により出た汚水。環境に配慮した中性洗剤を使用

Point 3 乾燥

素材に応じて70度～90度の熱風でゆっくり時間をかけ、ふとん内の水分を乾燥させます。



素材に応じて温度を使い分けています

／ キャンペーン ／

【申込期間】9月30日(月)～11月1日(金)

【価格】掛・敷ふとんサイズ問わず **1枚 2,700円(税込)～**

※その他種類のキャンペーン価格はコープあぶれまでお問い合わせください。

【キャンペーン特典】圧縮パック無料サービス

【申込方法】①協同購入の注文書で申し込み
(注文番号: 1401)

②WEBで申し込み

WEB申し込みはこちら



※沖縄本島のためのサービスです。

※水洗いできない素材は返却する場合がございます。ご了承ください。



● 洗いに出す前は重く湿っていたふとんが、洗浄されて届いた時にふんわりしていてすごく気持ちいい!

● 気持ち良くふとんで眠れました! 自宅ではできない水洗いや防ダニ・抗菌仕上げをしてくれる点が良いです。

【お問い合わせ】

コープあぶれ

0120-800-982

(月～金) 10時～17時



なるほど!
コープ

飢えに苦しむ子どもたちに給食を CO・OP×レッドカップキャンペーン



レッドカップキャンペーンは、商品購入を通じて飢えに
苦しむ子どもたちに給食を届けるための、国連WFP協会(※)
による取り組みです。



©WFP /Myanmar

コープで応援10周年 レッドカップキャンペーン

レッドカップキャンペーンは、SDGsで
掲げられている「2.飢餓をゼロに」「4.質
の高い教育をみんなに」を目標に掲げ、
“学校に行けば食べられる、学べる”を
合言葉に活動しています。コープもこの
取り組みに賛同し、2014年よりキャン
ペーンをスタート。2016年までの3年間
はガーナ共和国、2017年からの3年間は
カンボジア王国を支援。2020年度から
は寄付先をミャンマー連邦共和国に変更
し、児童の栄養改善、就学率・出席率の向
上およびミャンマー連邦共和国による自
立した学校給食運営のための人材育成
を支援しています。

※国連WFP協会とは

飢餓のない世界を目指し活動する国
連機関の日本における民間窓口です。



【全国生協での寄付金総額】

2023年度 6,397,244円
10年間(2014~2023年)
総額4,876万5,094円



2月に行われた寄付金贈呈式
左)WFP協会 青木事務局長
右)日本生協連 藤井代表理事事業担当専務

青木事務局長からのコメント

国連WFPは、子どもたちが学校に
通い、教育を受け、いろいろな夢をもつ
て職につき自立できる世界を作りたい
という思いで活動しています。お
寄せいただきました多大なご支援に
より、飢えと貧困に苦しむミャンマー
の子どもたちに命をつなぐ食糧と明日
への希望を届けることができました。
心より感謝の意を表します。

【キャンペーン取り組み内容】



対象となるコープ商品をお
買い求めいただくと



1品につき1円が
国連WFP協会に寄付

ミャンマーの子どもたちに学校
給食を届けるために使われます

【期間】

2024年10月1日~11月11日

【対象商品の一例】全15アイテム



コープヌードル
シリーズ



カップスープ
シリーズ



スープバラエティ
シリーズ

※各生協によって取り扱い商品が異なります

ミャンマー連邦共和国って どんな国?

2021年の軍事政権発足後、政治的・社
会経済的に複雑な問題に直面しており、
食糧不足が深刻化しています。国民の約
40%が貧困ライン以下で生活しており、
10年近く続いた貧困削減の進展が帳消
しになりました。武力衝突、経済破綻、食
糧価格の高騰などの結果、1,320万人が
食料不足、5歳未満の子どもの3人に1人
近くが発育阻害という状況です。そのよ
うな中、国連WFPは栄養強化ビスケット
の配布、地元農家や学校菜園からの食材
で調理する温かい給食の提供などを行
なっています。

出典:国連WFP

キャンペーン詳細はこちら▶



みんなのひろば

ういずこーぷを読んで

今月は8月号の感想です。8月号の情報はこちらから▲



特集の「次世代へ伝えたい旧盆」がとても参考になりました。子どもたちにも仏壇へのお供え物の意味も教えながら、ご先祖様を心をこめてお迎えしたいと思いました。



糸満市 ルンルンさん



「旧盆特集」沖縄の旧盆を絵で細かく説明、ちゃんと知ることができ、とても

いい号でした。「重箱のリメイクレシピ」は自分にはなかった発想でとても参考になりました。「手巻き寿司」が気に入ります。

うるま市 にょんきちさん

特集の「重箱料理のリメイクレシピ」に驚きました。「手巻き寿司」に変身とはスゴイです。私も、真似しようと思います。

読谷村 Retoさん

組合員さんの声「我が家の旧盆」が面白かったです！私も重箱料理が好きなので、リメイク料理をする前に全部食べちゃう派なんだよねーとか思いながら、普段は聞けない「みなさんの旧盆」がたくさん聞けて楽しかったです！

南風原町 プベルさん

「パパッとキッチン」の「豚バラとナスのさっぱりステーキ」。やさしいレシピなのに、まずは豪華な仕上がりで、味も上々。野菜・肉を同時に摂れて家族にも大好評。この夏のリピートレシピになりそうです。



那覇市 キラリさん

「パパッとキッチン」の「フライパンで焼き焼売」美味しそうだし、何より種をポリ袋で揉みこんで作るうえに角を切っ



て絞り袋にするので、一番面倒な洗い物が出ないレシピに感動しました！！

南風原町 田芋パイさん

「特別飼育鶏 産直やんばる若どり」安全安心な食品の提供を実現するために、地道に試行錯誤をしている様子を記事で知ることができて良かったです！今度商品を見かけた時には購入を検討したいと思いました。

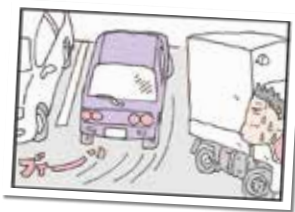


那覇市 ak87さん

「産直やんばる若どり」ずーっと「やんばるコッコ」のファンです。さらにグレードアップしたお肉を食べてみたいです。

南城市 となりのコッコさん

「たけぞうくん」誰にでもあるあるですね。1台だけ空がある時にこれは、ショックですよ。心優しいたけぞうさんがんばれ!!!



八重瀬町 も～な～さん

我が家のSDGs



田舎だからできる事ですが、生ゴミは畑にうめ、紙類のゴミはリサイクルに出し、ティッシュも使い過ぎないように気をつけています。

今帰仁村 りんりんさん

ジェンダー平等。子どもたちに、人と違う事は怖い事じゃなくて、素晴らしい事だと教えています。肌の色も言葉の違いも、自分と違う事で攻撃するのではなく、仲良くなるとみんな幸せだね～。

与那原町 連続ねこパンチさん

フリートーク

コープの「高菜ピラフ」ととてもおいしいです。アレンジで豚こま切れを炒め、塩コショウで味付けをし、トッピングして食べています。



八重瀬町 ミツーさん

読者のみなさんのおたよりでつくるページです

おたよりお待ちしています！



「ご意見・ご感想・お写真」など募集中！
採用された方には1,000円分のお買い物券を差し上げます。
※メール・裏表紙のレターシートで応募できます



メール応募はスマホでかんたん！





「県産若どりぶつ切り1kg」を購入しています。少しずつですがみそ汁に入れるとコクが出ておいしいです。

とうがん、大根などと、相性がめっちゃ合います。ういずこーぷ8月号で「産直やんばる若どりリニューアル」の紹介がありましたね。期待しています。

那覇市 かか〜ずうさん

「コープのオリジナルスープ」種類豊富で大手食品メーカーが出してるものよりはるかに美味しくて、コスパ最高です。



那覇市 トンクンさん

子育てあるある日記

琉球ゴールデンキングスの試合を見てバスケットにハマってしまった次男坊。今まで続けていたサッカーを辞めてバスケットへ転向。1つ下の三男坊はそのままサッカー。私の体あと2つほしい!!

南風原町 POCOさん

わんこにゃーちゃん

今月から事情があつて、突然ワンちゃんと同居になりました。毎日吠えまくる日々でしたが、今ではすっかり懐いて、最近是我的横にピタッと添い寝しています。凄くかわいいです。留守番ばかりしてたらしく、今は嬉しそう。その仕草が可愛くて^^

沖縄市 ケイクーさん



声にこたえて

【協同購入のポイントについて】

組合員の声

協同購入ポイントの「ステージ」の意味がよくわかりません。アップすると何かメリットがありますか？



回答

協同購入のポイントについて説明します。



基本ポイント

ご注文金額1,000円(税抜き)以上で500円(税抜き)毎に1ポイント付与。

※クレジット払い登録はポイントは付与されません



商品利用ポイント

カタログのポイントマーク商品のご利用で表示分のポイントが加算されます。



グループ利用ポイント

グループの利用人数分のポイントが加算されます。

3名が利用:
全員に1ポイント
4名以上利用:
全員に3ポイント

たくさん使ってもっとお得に♪ ステージポイント

年間ご利用金額に応じてポイント倍率がアップします

B

ブロンズステージ

前年度のご利用金額が260,000円以上の場合(週平均5,000円)

ポイント**1.2倍**
416円毎に1ポイント

S

シルバーステージ

前年度のご利用金額が520,000円以上の場合(週平均10,000円)

ポイント**1.5倍**
333円毎に1ポイント

G

ゴールドステージ

前年度のご利用金額が780,000円以上の場合(週平均15,000円)

ポイント**2倍**
250円毎に1ポイント

詳しくは「協同購入のポイントについて」



今月のお知らせ

information

お知らせ

親子学習

「プラスチックについて考えよう」

話題になっているプラスチックについて学び、環境を守るためにできることをみんなで考えてみましょう！



【日時】 10月26日(土) 10時～12時

【場所】 あっぱるタウン 3F組合員活動室

【定員】 20名 ※定員を超えた場合は抽選

【参加費】 無料

【主催】 環境推進委員会

【申込締切】 10月18日(金)

【申込方法】 QRコード、お電話のいずれか
コープおきなわ総合推進室

TEL:098-879-1144(月～金 9時30分～17時)



「年末の大掃除のススメ」

年末の大掃除に向けて一緒に学びましょう！

雑貨カタログ『ばれっ
と』でおなじみの洗剤や
お掃除用品メーカーのア
ズマ工業さんを講師にお
招きして、お掃除のコツ
や技を解説していただき
ます。



【日時】 10月31日(木) 10時～12時

【場所】 沖縄こどもの国

チルドレンズセンター2階 研修室

【定員】 30名 ※応募者多数の場合抽選

【参加費】 無料

【主催】 うるま市・沖縄市・中部ブロック協議会

【申込締切】 10月25日(金)

【申込・問合せ】 QRコードか下記連絡先へ
コープおきなわ総合推進室

TEL:098-879-1144

(月～金 9時30分～17時)



ピラティス講座

いすに座ってピラティス

楽しく健康づくりしませんか？いすに座ってできる簡単な体操です。どなたでもお気軽にお申し込みください。心も体もリフレッシュしましょう！

【日時】 10月21日(月) 10時～12時

【場所】 北谷町商工会ホール

【定員】 20名 ※先着順 **【参加費】** 無料

【持ち物】 動きやすい服装、水分、タオル等

【講師】 PHIピラティスマットインストラクター

介護予防指導士 照喜名智子氏

【主催】 中部ブロック協議会

【申込方法】 QRコード、お電話のいずれか

【申込・問合せ】 コープおきなわ総合推進室

TEL:098-879-1144(月～金 9時30分～17時)



「コーププラス」ダウンロードは

お済みですか？



台風だけど、今日って協同購
入のお届けあるのかしら…

いつもの時間になっ
ても配達にこないけど…



台風の影響が心配な時などに
コーププラスをダウンロード
していれば、タイムリーに情報
を受け取ることができます。ま
た、配達当日の到着時間がわ
かる「トラックいまどこ」の機能
も便利と評判です。
是非ダウンロード
ください！



2024年度 第3回理事会報告

2024年8月20日(火)
浦添本部 第一会議室およびWeb会議システムを使用

議決事項

1. 2024年度「全体区分役員選考委員会」委員選任のすすめ方等について

説明報告事項

1. 購買事業状況等に関する報告(基調報告)
2. 2024年度理事協議会のテーマおよび役員研修に関する報告

文書報告事項

1. 月次事業に関する報告
2. 理事会小委員会に関する報告
3. 声の検討会議に関する報告
4. ブロック協議会に関する報告
5. くらしづくり活動に関する報告
6. ブロック協議会の進め方に関する報告

7. 平和の取り組み自主交流会への参加に関する報告
8. 第50期第1回総代選挙管理委員会に関する報告
9. 総代懇談会、地域別総代会議ブロック別開催日程に関する報告
10. 総代選出に向けた活動計画書に関する報告
11. 第32回6.23ファミリーピースウォーク開催に関する報告
12. 沖縄県女性団体連絡協議会からの要請受諾に関する報告

監事報告

1. 2024年度監事監査方針に関する報告

協同購入からのご案内

「いつもくん」配布します!

お気に入りの商品を登録できる便利な「いつもくん」の新しい保存版チラシを9月30日(月)～配布します。

※チラシは制作途中のイメージです。



【お知らせ】

金曜日のeフレンズのご注文期限が延長されます

これまで	21時 30分締切
9月27日(金)から	25時締切 (例: 9月28日午前1時締切)

コープおきなわの概況 (2024年8月度決算)

組合員数	24万3,125人
出資金 総額	59億9,171万円 (1人当たり出資金 24,644円)
供給高	20億5,007万円 (予算比 98.3%) 【累計 93億5,942万円/98.5%】
協同購入	9億8,989万円 (予算比 102.7%) 【累計 47億2,752万円/99%】
店舗	9億8,584万円 (予算比 95.5%) 【累計 42億6,051万円/99.4%】
くらサポ※	7,433万円 (予算比 83.1%) 【累計 3億7,138万円/84%】
経常剰余金	5,512万円 (予算差 △2,570万円) 【累計 2億1,424万円/115.5%】

※くらサポ＝ハウジング、葬祭、夕食宅配、まちかど便など

CO・OP共済

共済金お支払件数および金額 (2024年8月度)

件数	1,915件
金額	1億3,299万円
累計	9,577件 5億8,095万円

環境活動

(2024年7月度回収総量)

牛乳パック	900kg
カタログ	86,103kg

店舗

お店からのご案内

お買い得情報

- コープキッズ割 …… 毎週水曜・日曜
未就学児がいる組合員はカード提示で5%off
※事前登録が必要です。
※なご宮里は毎週水曜・土曜
- シルバーデー …………… 15日(火)
60歳以上の組合員はカード提示で5%off
※事前登録が必要です。
- ポイント2倍デー …… 毎週水曜・日曜
※なご宮里は毎週水曜・土曜
- ポイント5倍デー …… 25日(金)
あぶかカードでお支払いするとポイントが6倍
- スマホで5%オフ
コーププラス提示で5%オフ 毎月1回のオフ企画を
スマホへご案内(LINEお友だちで未組合員でも可)

宅配の注文がスマホで便利! ダウンロードはこちらから▼

7月までのダウンロード者数11,509名

スマホアプリ
CO・OP+ コーププラス



