

ういずこーぷ

1
2024

TAKE FREE

人と人との絆を大切に、利用者と応援者をつなぐ
「コープおたがいさま牧港」

特集 1

コープおきなわと
地域とのつながり

特集 2

お年玉募金にご協力ください

パパッとKITCHEN

「どうやって作ったの?!」って必ず聞かれる!
超絶なめらかプリン
& 産直やんばる赤たまごのアレンジレシピ

あけまして おめでとうございます

今年も人と人とのつながりの輪を広げ
誰もが安心して暮らせる社会を目指します

コープおきなわは、一人ひとりのより良い暮らしを、
協同の力で実現するための組織です。暮らしが変わ
る中でも人と人とのつながりを大切に、組合員や地
域の皆さまと手を取り合って、これからもともに歩ん
でまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

地域見守り活動

市町村と連携して地域を見守る

コープおきなわは、“地域とともに暮らしを良くしていく”
ために、沖縄県内の各市町村の自治体や社会福祉協議会と
協力し合い、地域見守り活動を推し進めています。『見守り協
定』が結ばれた地域では、店舗や協同購入の配達、夕食宅配
(ゆ〜たく)のお届け時に、組合員や地域の高齢者などの気
になることや異変に気づいた場合、事前に取り決めた連絡
先や自治体が指定する窓口で連絡できる体制が整えられて
いるため、コープおきなわの職員も迷いなく行動することが
できます。



名護センター・センター長の仲野祥隆さん(前列右)と地域担当の皆さん

『見守り協定』は、2014年7月の那覇市との締結を皮切りに、本島中南部へとエリアを拡大。本島北部は、2016年6月の名護市との締結以降、しばらく進められずにいましたが、名護センターの配達エリアの中で、協同購入の地域担当者たちが市町村とのつながりを築いていき、昨年には本部町、今帰仁村、東村までエリアを広げました。現在は県内41市町村中21市町村(社会福祉協議会含む)と見守り協定を締結しています(2023年12月現在)。

「これまでとの大きな違いは、自分たちの役割は配達だけではなく、地域担当者の意識が変わったことです。常に地域に気を配るようになり、今まで気づけなかったことも、気づけるようになりました」と話すのは、名護センター・センター長の仲野祥隆さん。協同購入の地域担当者とともに、生協本来の在り方やコープ職員としての役割を確認し合い、積極的に見守り活動に取り組んでいます。「まだ締結できていない市町村ともつながりを作り、地域に貢献していきたい。組合員さんには組合員としての誇りを持っていただき、私たち職員はやりがいを持って、一緒になって活動を盛り上げ、コープおきなわ全体で見守りを広げられるといいですね」と今後の展望を熱く語ってくれました。

コープおたがいさま牧港

「困ったときはお互いさま」の 助け合いの心をつなぐ

「おたがいさま」とは、困っている利用者と、誰かの役に立ちたい応援者をつないで、お互いを支え合おうという「有償の助け合いシステム」のことです。高齢化や核家族化が進む中で需要が高まり、全国各地に広がっています。

「コープおたがいさま牧港」は、先進的な取り組みをしていた生協しまね、コープかがわなどに学び、人がつながり、支え合い、安心してらせる地域づくりを目指して、2015年1月に設立されました。コープ牧港の2階に事務所を構え、浦添市・宜野湾市・那覇市周辺エリアを中心に、くらしの中でのちょっとした困りごとや手伝ってほしいことがある人（＝利用者）と、そのお手伝いができる人（＝応援者）をつなぐ活動を行っています。コープおきなわは、事務所の提供や助成金の支給などを通して活動を支援しています。

応援の内容は、高齢者宅の掃除や洗濯、食事づくりなどの家事支援をはじめ、買い物同行、病院への付き添い、庭の草刈り、扇風機の組み立て、電灯の取り替え、話し相手など多岐にわたります。中には、旧盆や毎月の御願行事に仏壇へのお供物の上げ下げを手伝ってほしいといった事例もあり、高齢者の多くの困りごとに対応しています。

他にも、産前産後の家事のお手伝いや子どもの見守り、ペットの世話など、年齢に関係なくさまざまなくらしの困りごとの応援も行なっています。

人と人の絆を大切に みんなで支え合う 豊かにくらし

「おたがいさま」の仕組みは、利用者・応援者・コーディネーターの3者で成り

立っています。利用者から依頼が入ったら、コーディネーターが詳しい内容を聞き取り、登録されている応援者の中から内容に合う人を探してつなぎます。コープおきなわの組合員とその家族であれば応援者になることができ、応援者の皆さんは、自分のできることをできる時間で活動しています。

「利用者と応援者をつなぐ際には、人と人との絆を大切にしています」と話すのは、コープおたがいさま牧港代表の小林佳代子さん。「利用者は利用料を支払い、応援者は応援料



庭の草刈りなどできることを応援



利用者の青山スミさんと
応援者の松茂良安子さん

を受け取るというシステムだからこそ、利用者が安心して利用できるんです」と教えてくれました。また、応援活動の場では、経験豊富な高齢者から貴重な話を聞いたり、生活のアドバイスをもらうこともあり、時には利用者が応援する側になって、お互いが支え合う関係を築くことができるといいます。

VOICE 応援者さんの声

- 人に喜んでもらえることが励みとなっています。本土からの移住者ですが、沖縄独特の行事に触れることもできました。
- 自分が健康で誰かのお手伝いができることに感謝しながら活動しています。
- 人が好きで誰かの役に立ちたくて活動しています。毎回発見があり、自分自身が成長できます。

応援者になってみませんか？ “ゆんたく会”を開催します

日時：2024年1月17日（水）10時～15時

場所：コープ牧港2階 会議室

※予約不要。ご都合のいい時間にお越しください。

※当日はピラティス体操教室（14時～15時）も開催します。

「おたがいさま」は、全国的に運営者や応援者の高齢化に伴い、活動を次世代につなぐことが課題となっています。コープおたがいさま牧港でも、応援者不足のために依頼を断ることもあるといいます。

当日は、「おたがいさま」の活動や取り組みを紹介します。お茶やお菓子も用意していますので、興味がある方はお気軽にお立ち寄りください。

【お問い合わせ】コープおたがいさま牧港

098-878-5963 月～金 10時～16時

子どもたちの 明るい未来の ために

子供達と等しく、世界が1つになり
平和にする事を願っています
『のび、ふんば、あそび』
今、自分ができることから、大げさな
1人から...10人...からと連作していきなり
嬉しいです。☺



生まれた子ども達が幸せに地球で生きていけることをいつも願っています。
お父さんや健やかな育ちと世界の子供達が権利として受け取れるように...
ユニセフへの寄付を毎月行っています。自分のできることを少しでもと思って
今日はたまたまポイントで寄付しました。

子どもがことごとく、何気ない日常
を、泣いたり、笑ったりして全うする社会
日本、世界をつつとくのは不平等な人
の責任。いたましい現実から目をむけず、
何となく考えたい。命と希望。
微力でも協力したい。

世界の子供達へ
全世界の子供一人ひとりが元気で笑顔が
絶えない世界になることを願っています。
子供の笑顔が何よりも大切を支える
ばあやさん、!

世界中の子ども達、一人ひとりが幸せになりますように。
少しばかりですが、皆様の役に立てればと思います。
2023年は、世界中に笑顔があふれる年と
なることを祈っています。

コープおきなわは、子どもたちの
健やかな成長と幸せを願い、1984
年より毎年お年玉募金に取り組んで
います。世界には紛争や貧困で命の
危機にさらされている子どもたちがた
くさんいます。一人でも多くの子ども
たちに生きる力と希望を届けるため、
できることから始めてみませんか？

昨年、組合員さんや、そのお子さんたちから募金とともに寄せられたメッセージ

Q どうしてコープは
お年玉募金をするの？

A コープは、みんなの力で
くらしをよくすることをめざ
す組織だから、世界や沖縄で
助けが必要な子どもたちのためにで
きることをしようと、お年玉募金を始
めたのよ。

Q お年玉募金のお金は、
どんなことに使われるの？

A ユニセフを通じて、世界の
子どもたちの命と健康を守る
ことや、学校に行けるようにす
るためなどに使われているの。

他にも沖縄の子どもたちを支援する
ボランティア団体にも贈られているの

よ。コープおきなわの組合員さんの温
かい気持ち毎年たくさん集まってい
るのね。

昨年度のお年玉募金の総額	
259万円	
内訳	
・ユニセフ一般募金	87万円
・東ティモール指定募金	87万円
・ボランティア団体援助金	85万円

*わかりやすくお伝えするために、単位を万円で
表示しています。

1984年から始まったお年玉募金
2022年度までの累計額
1億1,518万円
ご協力ありがとうございました。

Q ユニセフではどんな
支援につながるの？

A ユニセフ募金は、一般募
金と指定募金に分けられて
いて、一般募金は子どもたち
の命と健やかな成長のために必要な
支援に使われるの。例えば、こんな支
援ができるのよ。

募金でできる支援例

-  **2円** 子どもたちの免疫力を高め、
感染症にかかりにくくする
ビタミンA カプセル1錠
-  **50円** 重度の栄養不良からの
回復に役立つ栄養治療食1袋
-  **217円** 10リットルの水を貯水・
運搬できる折りたたみ式の
貯水容器1つ
-  **2,096円** 熱に弱いワクチンを
一定の温度に保って運べる
ワクチン用保冷庫1個

※2023年1月時点の価格です。

※輸送や配布のための費用は含まれません

Q 指定募金ってなあに？

A 支援を特に強化するプロジェクトに使われるのが指定募金。コープおきなわは現在、東ティモールの子どもたちとお母さんを支援しているのよ。そこでは5歳未満で亡くなる子どもと出産時に亡くなるお母さんがとても多く、世界で最も貧しい国の一つといわれているの。

お母さんが赤ちゃんを安全に出産できる病院などの施設の充実や、育てるための正しい知識の学習などに役立てられているそうよ。

お年玉募金は、貧困に苦しむ世界中の人たちを支援し、かけがえのない命を守るため、さまざまな活動に使われているのね。



©UNICEF Timor-Leste_2023
母親支援グループによる栄養指導

Q 調べてみよう！

- 公益財団法人日本ユニセフ協会
<https://www.unicef.or.jp>
- 沖縄こどもの未来県民会議
<http://www.okinawa-child-future.jp>

沖縄の子どもたちの
くらしや状況について
調べてみようか。

Q 沖縄の子どもたちには どう使われるの？

A お年玉募金の一部は「ボランティア団体援助金」として、県内の児童福祉に関わる団体や社会的課題に取り組む団体、一団体につき5万円が贈呈されているの。昨年(2022年度)は17団体に贈呈することができ、それぞれの活動や運営費として使われているんだって。

Q ボランティア団体援助金は いつから始まったの？

A ボランティア団体援助金は組合員さんの「世界に限らず沖縄の子どもたちも支援してほしい」という声に応えて2007年度に始まり昨年で16回目。これまでに214団体へ1,070万円を贈呈してきたの。これもひとえに募金してくれた組合員さんのおかげね。



困窮子育て世帯に無料で弁当を届ける
「にしはら子ども宅食かなまる便」

Q 寄付するには どうすればいいの？

A お年玉募金はコープの各店舗にある募金箱に入れるか、協同購入で申し込めるのよ。

募金期間

2023年12月11日～2024年1月19日

2022年度 贈呈ボランティア団体

- 発育サークル まいれ
- 根差部花友会
- 東風平支え合い委員会
- ワクワクゆんたく食堂
- How to SEI
- 名護こども食堂
- ゆいまーるの会
- 絵本サークル
- みんなのあそびば
- 石垣手話サークル碧の会
- にしはら子ども宅食かなまる便
- 宜野湾市うちなあぐち会
- 南部医療センター・こども医療センター ボランティアひだまり
- しうまむに伝承研究会
- 恩納小学校よみきかせサークル「おはなしばこ」
- うるま市立貝志川小学校父母OB交通安全指導協力Gメン24α
- 地域むすびくらぶ



ゆいまーるの会



東風平支え合い委員会



宜野湾市うちなあぐち会

コープのお店



お年玉募金：
サービスカウンター
に専用募金箱を
設置しています。

協同購入

注文書またはeフレンズで
申し込みができます。

・商品番号欄に、募金番号「6090」と記入



・数量欄にご希望の口数をお書きください。一口100円です。
※500円の場合は5と記入

✉メッセージをお寄せください

世界の子どもたちへの励ましの言葉や平和への思いを募金に添えてみませんか？12月11日からあぶるカタログに同封されるチラシのメッセージ欄に書いて注文書と一緒にご提出ください。

みんなで助けあって
よりよい社会を
つくろう



忙しいパパ・ママのミカタ

パパッと Kitchen

キッチン

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

25分

※冷蔵庫で冷やす
時間は除く

「どうやって作ったの?!」って
必ず聞かれる!

超絶なめらかプリン

手作りプリン # たまご

レストランでもお出ししていた
なめらかプリンレシピ。ご家庭用はもちろん
お友だちへのプレゼントにも◎

鍋で湯煎するレシピなのでご家庭でも気軽に
トライできます。加熱時間は使用する容器の素
材や容量によって変わるため、取り出して確認
し固まっていなければ湯煎時間を増やしてく
ださい。余った卵白は右ページのスープにしたり、
ビニール袋に入れて冷凍保存も可能です。

レシピ監修

木場 太一郎さん

1日1組限定の宿を経営。お料理の
オーダーはお客様に常に大好評。簡単
だけど美味しい! 誰もが親しみやすい
料理が得意。プライベートでは二児の
お父さん。



材料(容器:90~120cc 6個分)

- ・産直やんばる赤たまご 卵黄 4個分
 - ・グラニュー糖 50g
 - ・生クリーム 200cc
 - ・牛乳 200cc
 - ・バニラエッセンス ... 6振り程度
- お好みで市販のカaramelを添える

作り方

- 1.卵黄とグラニュー糖を手早く混ぜ、生ク
リームを加える。
- 2.1に砂糖が溶ける程度まで温めた牛
乳を少しずつ入れながら混ぜ、バニラ
エッセンスを加える。
- 3.2を濾してから容器に注ぎ、表面の泡を取
る。一つずつアルミ箔でしっかり蓋をする。
- 4.3を大きめの鍋に並べて、容器が半分
浸かる程度まで沸かしたお湯を入れ、
鍋に蓋をして沸騰しないように(90℃
程度)15分間蒸し焼きにする。

※プラスチック製の容器の場合は浮かないよう
に重りとして皿などを乗せる。

- 5.容器を揺すってプリンとしていれば、
粗熱を取って冷蔵庫で冷やし、お好み
でカaramelをかける。

※真ん中が波打つ場合はまだ生なので加熱時間を延長する。

コープのおすすめ

産直やんばる赤たまご



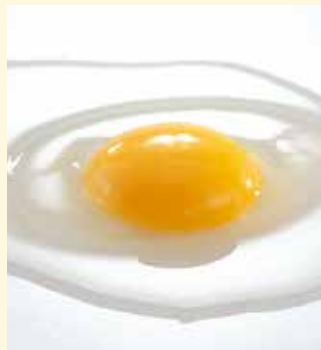
あつぷるカタログ1月1週(340号)掲載
注文:12月25日(月)~29日(金)



次号は

『産直やんばる若どりを使ったレシピ』です!

産直やんばる 赤たまご



黄身がプリッと
盛り上がるのは
新鮮なたまごの証。

「県産の新鮮な赤たまごが
食べたい」という声を受けて
1999年に誕生しました。
一定の温度管理のもと、たま
ごの鮮度を保った状態で輸送
され、採卵してから約4日
で組合員さんのもとへ届けら
れています。

安全安心なエサと
飼育環境へのこだわり

玉城養鶏場では餌の主原料で
あるトウモロコシを分別生産

安全安心にこだわった
新鮮でおいしい産直たまご

流通管理済み（遺伝子組換え
のものと分けて管理）された、
ポストハーベストフリー（収穫後
農薬不使用）をエサに配合し
与えています。また、ストレス
軽減のため施設環境を整備
し、常に清潔な環境で鶏が過
ごせるよう努力しています。
おいしいたまごを提供した
いという
生産者と
コープの
思いが詰
まった商
品です。



指定農家「玉城養鶏場」

生産者支援のお願い

ヒトはお正月休みですが、ニワ
トリにはお休みがありません。
お正月に生まれた卵は余って
しまいがちです。

1月1週（340号）の赤たま
ごのお届けは採卵後約11日
お届けします。

詳しくは、14pの下
段をご覧ください。



産直やんばる赤たまごを使って



卵白が余ったらコレ！

卵白とコーンのふわとろ中華スープ

鍋に水（4カップ）・酒（大さじ1）・ホールコーン（60g）・鶏がらスープの素
（大さじ1・1/2）を入れて火にかけ、沸騰したら中火にして塩・こしょう
で味をととのえる→火を止めて水溶き片栗粉（片栗粉大さじ2・水大さじ
4）を回し入れ、とろみをつけ再び火をつける→軽く沸騰している状態に
なったら、溶いた卵白（4個分）を菜箸に伝えながら回し入れる→卵白
が浮いてきたら一気にかき混ぜ、仕上げに青ネギの小口切りを加える。



レンチン甘酢あんの カニカマ天津飯

甘酢あんの材料（水120cc、しょうゆ・砂糖・酢：各大さじ1、鶏がら
スープの素小さじ1/2、ごま油小さじ1/2、片栗粉小さじ1）を耐熱容
器に入れよく混ぜる→レンジ600Wで2分加熱し、取り出してよく混
ぜて再度2分加熱し、しっかり混ぜてとろみをつける→ご飯を皿に盛
る→溶いた卵（2個）とカニカマ（2本）を多めの油で半熟状に焼いて、
ご飯の上にかぶせたら甘酢あんをかけ、カイワレ大根を飾る。

なるほど！ コープ

登録すればこんなに便利！

年末の『eフレンズ』活用術

忙しい年末も、スマホやパソコンでラクラク注文できるインターネット注文『eフレンズ』。今回はその便利な機能について教えてもらいました。抽選でプレゼントが当たる限定企画も用意されているので、ぜひこの機会に登録してみては。

教えてくれた人

eフレンズキャラクター
あっちゃん



eフレンズとは？

スマホやパソコンからお買い物できるコープのインターネットサービスのことで、Webサイトやアプリなど、お好きな方法でご注文いただけます。カタログがそのままスマホやパソコンで見られるWebカタログは、注文番号をクリックするだけで注文できるので、外出先からもすぐに注文できます。

※ご利用には協同購入の利用登録に加えて、登録手続き（無料）が事前に必要です。



どんなことができるの？

●商品のクチコミが見られる！

商品選びで迷ったら、みんなのクチコミをチェック。実際に食べた感想などが閲覧できます。



●「お気に入り登録」で 注文忘れなし！

お気に入り登録しておくと、その週に買えるお気に入り商品が自動で表示されます。

●「リピトク」でおトクに お買い物！

お買い物ページにある「リピトク」のバナーから、過去に利用した商品で、その週にお買い得になっている商品を簡単に探すことができます。

●ご利用額の確認ができる

マイページからご利用額の確認や口座登録の変更ができます。



※他にも便利な機能やお得な企画が満載です。

eフレンズ限定！ プレゼント企画のご案内

eフレンズで1月1週のご注文をしてくださった方に、抽選で当たるプレゼントをご用意。

- ①抽選（九州・沖縄）で200名様に、オリジナルマイバックをプレゼント！
- ②3点以上を注文された方の中から抽選（沖縄）で50名様に素敵なギフトをプレゼント！

詳しくは、協同購入で12月3週に配布するチラシをご覧ください。

※1月1週（340号）のご注文は年内締切です！



新春お年玉企画 『お楽しみ袋』のお知らせ



※画像はイメージです

協同購入では、抽選で100名様に当たる『お楽しみ袋』（税込1,000円）をご用意。賞味期限が少し短くなったドライ在庫商品約3,000円分の詰め合わせとなっています。

※12月4週配布（1月2週お届け341号）のあつがるカタログ表紙に『お楽しみ袋』の注文番号を掲載します。ご注文は1月1週（1月8日～）です。

子どもたちの
笑顔のために



ボランティア団体援助金

組合員の皆さんから寄せられた「お年玉募金」の一部は「ボランティア団体援助金」として、県内の児童福祉に関わるボランティア団体に寄付されています。このコーナーでは2022年度のボランティア団体援助金を贈呈された団体を紹介します。



夏休みのふれあいクラフト講座では、クラフトづくりや綱引き、ボール遊びを楽しみました

～ともに支え合いながら地域づくりに取り組む～

東風平支え合い委員会

手作り弁当がつなが 地域の見守り

東風平支え合い委員会は、住み慣れた地域で誰もが安心して暮らしていけるよう、日々の暮らしの中でともに支え合い、助け合いながら地域の課題を地域で解決する活動を行っています。主に週1回、公民館内で弁当を作り、一人暮らしの高齢者や困窮世帯へ無料で配食しながら見守りを行っています。同会メンバーの新垣由加里さんは「弁当の配達時に玄関先で『変わりはありませんか?』と声をかけたり、お喋りしたりして異変に気付いた場合、社協や地域包括センターにつないでいる」と話します。



一品一品を丁寧に作り上げていきます

元々は高齢者の居場所として、空き家を利用し、住民が集まって昼ご飯を食べる「ゆんたく会」を開いていましたが、コ

ロナ禍で集まれなくなり、代わりに何かできることはないかと考えていたところ、いつも元気だった高齢者が認知症で急に痩せた姿を目の当たりにしたことから弁当づくりを始めました。

利用者からは「食事を通じて、生活の楽しみが増え、日常生活にメリハリができた」といった声が寄せられています。



手作り弁当を一人暮らしの高齢者へお届け

子どもたちのための 活動を増やしたい

現在、同会のボランティアスタッフは10名。元保育士をはじめ、朝の交通安全指導やあいさつ運動の参加者など常に子どもたちのことを気にかけているそうです。

夏休みには自由研究にも役立つようにと、ふれあいクラフト講座を公民館で開催し、約50名の子どもたちが参加しま

した。おやつにヒラヤーチーとかき氷の配布もしたそうです。参加した子どもたちからは「とても楽しかった!」「今度はいつやるの?」といった声があがっています。ボランティア団体援助金は、クラフトの材料費などに活用されました。

今後は三世代交流イベントや春休みのふれあい講座、クリスマスパーティーの開催など子どもたちのための活動を増やしていきたいとのことです。



新垣さん(一番右)と東風平支え合い委員会の皆さん

東風平支え合い委員会

【活動拠点】八重瀬町東風平1
東風平公民館内

【活動日時】毎週木曜日 9時～11時頃

【問合せ】098-998-2126
(東風平公民館)



コープおきなわへの理解と交流を深めました 『11月総代懇談会』を 開催しました

2023年11月7日(火)
北部ブロック



会場参加をした北部ブロックの総代・オブザーバーの皆さん。ポーズは笑顔で「コープのC」

『総代懇談会』は、総代・オブザーバーが、それぞれの役割や生協の目的を知り、コープおきなわの現状を共有する場として、毎年11月に各地域で開催されています。第49期となる今回は、2023年10月に総代・オブザーバーに就任された皆さんが、「会場参加（実参加・Zoom）」「資料を読む」「動画を視聴」のいずれかの方法で参加しました。

初めのオリエンテーションでは、生協の始まりから目的・仕組み、総代・オブザーバーの役割などについてわかりやすくまとめた動画を視聴。続いて、2023

年度上期のコープおきなわ活動報告では、各事業での組合員の声に応えた事例、被害が大きかった台風6号の事業への影響や台風後のフードロス削減の取り組み、新店出店の進捗状況、各地域ブロックや委員会によるくらしづくり活動、上期の事業報告などについて共有されました。

11月7日に開催された北部ブロックの総代懇談会では、実会場に13名の総



動画を用いた説明がわかりやすいと好評でした

代・オブザーバーが参加しました。グループ交流では、「最近知ったお気に入りのコープ商品」について情報交換しながら、和気あいあいとした雰囲気で行進。質疑応答の場では、協同購入や電力事業をはじめ、台風時の影響や対応、この秋リリースされたアプリ「コーププラス」への関心が高く、さまざまな疑問や意見が直接役員に伝えられ、有意義な交流の場となりました。



グループ交流では活発に意見が交わされました

初めて総代に就任したという城間優梨子さんは、1歳6ヶ月のお子さん連れて参加。「総代会には託児もあって、皆さんも優しく接してくれたので、私も息子も楽しく参加できたのが一番うれしいです」と笑顔で話してくれました。

北部ブロック理事の吉田加奈子さんは、「久しぶりに総代さんの顔を見られて感無量です。また参加したいと思ってもらえる会になったのでは」と振り返りました。



総代ってなあに？

総代とは「組合員の代表」のことです。生協は一人ひとりの組合員が出資金を出し合い、方針を決めて運営する「協同組合」。でも約24万人もいるコープおきなわの組合員が一堂に集まって話し合うのは難しいことなので、地域ごとに選ばれた「総代」が会議に参加して組合員の声を届け、方針や活動を決定しています。



参加者の声

- 動画がとてもわかりやすかったです。生協とは？総代とは？何度聞いても確認できたり、新しい発見があったりします。
- 多くの総代さんと直接お顔を見てお話しできて、良い時間でした。短い時間でも会うことが大切ですね。元気をもりました。
- 初めは「総代」という言葉に「何か大変なことをしなければならないかも」と不安がありましたが、実際には和気あいあいとして安心してました。



ハロウィーン&コープなご宮里誕生祭

『みんな仮装でゴミ拾い大会』を開催しました

2023年10月28日(土)

主催:コープおきなわ北部ブロック



地域をきれいにし、清々しい表情で大会を終えた皆さん

地域とのつながりを深める くらしづくり活動

去る10月28日、6周年を迎えたコープなご宮里の誕生祭では、北部ブロックのメンバーを中心に、店舗・名護センターの職員が一丸となって『みんな仮装でゴミ拾い大会』を開催しました。

北部ブロック主催によるゴミ拾い大会は、コロナ禍で室内でのイベント開催が難しい中、屋外でSDGsに関わる活動はできないかと始まった取り組みで、以降も年に2~3回、継続して開催しています。昨年度からは、より多くの方に関心を持ってもらおうと、ハロウィーンの時期には仮装をしながらのゴミ拾い大会を企画。小さな子どもから大人まで、誰でも楽しく参加できるとあって好評を得ています。



率先してゴミを拾う子どもたち

コープなご宮里店長の仲嶺盛彦さんは、「誕生祭には、組合員さんのくらし

づくり活動を必ず盛り込みたいという思いがありました。これをきっかけにコープを知っていただきながら、地域とのつながりを深めていきたい」と話します。



公園内にもたくさんのゴミが落ちていました

子どもも大人も 楽しみながらゴミ拾い

この日は、思い思いに仮装した組合員家族や地域の方、コープ職員など34名(子ども17名、大人17名)が参加。2班に分かれて、店舗周辺の歩道や公園内などのゴミを拾いました。ゴミ拾い大会の回を重ねるにつれて、ゴミは減ってきていると言いますが、子どもたちの活躍もあり30~40分ほどのゴミ拾いで思った以上にたくさんのゴミが集まりました。

拾ったゴミを自分たちで責任を持って分別するところまでがゴミ拾い大会です。子どもたちは、大人に確認しなが

ら、燃えるゴミ、ペットボトル、ビン・缶、ビニール・プラスチック、危険ゴミ・その他のゴミに分別していきました。



拾ったゴミはしっかりと分別しました

「ゴミ拾いを遊びのように楽しんでいる子どもたちの姿を見ていて、うれしかったです」と振り返るのは、運営を担当した北部ブロックの安座間美咲さん。

「子どもも大人もゴミを拾うことで、ゴミが出ないようにするにはどうしたらいいのかと考えるようになり、視点が変わってくると思います。年度内にまた開催したいです」と、継続的な活動に意欲を見せました。

VOICE 参加者の声

- 草むらなど隠れて見えないところにゴミがいっぱいあってショックでした。でも拾えて良かったです。
- 意図的に捨てられたゴミもあり、思った以上に量が多くてびっくりしました。子どもにとっていい勉強になりました。
- 子どもたちはゴミを宝物のように見つけていました。主人と家の周りもやろうかと話しました。

みんなのひろば

ういずこーぷを読んで

今月は11月号の感想です。11月号の情報はこちらから▲



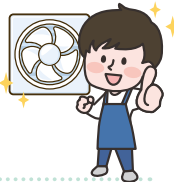
先日、父親が亡くなり、事前相談をしていたひやごんホールにて家族葬にしました。事前相談をしていた事でゆとりをもって行動できたと思います。スタッフの方々が親切丁寧な対応でわからない事をいろいろ教えてくれたので良かったです。本当にありがとうございました。

北中城村
あさこうさん



特集の「お掃除ライフハック」3ページの「換気扇のつけ置き」を読んで、すぐに実践。ファンがきれいになりました！

名護市 おっちゃんさん



年末の大掃除を少しずつはじめています。特集「お掃除ライフハック」4ページのお掃除アイテムの紹介に載っている「ふんわりワイパーシート」は毎日使いたい商品です。モコモコできれいになります。畳にも使えるのが魅力です。

那覇市 サンゴさん

特集で紹介されていた「お掃除アイテム」の「ふんわりワイパーシート」をよく家族で利用しているので、記事を読んで母と、これからも買わないとねー!って話しました。でも「ブラッシングスポンジ」などの商品は知らなかったです。カタログで見ていると、どうしても見逃す商品があるので、こうやってピックアップしていただく特集はありがたいです。

北中城村 みきさん

坦々麺が大好きなので、「パパッとキッチン」の「冷やし坦々風豆腐」が気に入りました!!冷蔵庫にある調味料だけで簡単に作れるし、時短にもなるのでさっそくレパートリーに取り入れます♪

浦添市 ワッフルさん



フードライブ「スマイルピックアップ」の記事を興味深く拝見しました。組合員さんの声にあったように、何かしたいという気持ちがあっても、どうすればいいのか分からないということが多いので、声をかけてくれるコープさんの取り組みはとてありがたいです。

南風原町 プペルさん

「フードライブ」私も家にあって使わなかった洗剤などをお渡ししました。記事を読んで、訪問時の手土産に使われたりと、商品を渡すこと以外の目的もあることを知れて良かったです。もともとこの活動が広まるといいと思いました。



次回もぜひ参加したいです。

八重瀬町
こつとかあさん

「たけぞうくんの配達日記」を見て思い出しました。知らないオバーが歩いていたら、「乗っていきますか?」と声をかけなさいと、オバーに教わっていました。仕事中に乗せてはいけないよ!と上司に注意されて乗せなくなりました…。

八重瀬町 いは42さん



「たけぞうくんの配達日記」いつも楽しく見っていますが、今回は、ほのほのしていて、でも規則を守ること大事。あの頃だからできたんでしょうね。

宜野湾市 M.Aさん

フリートーク

「チキアギ」で母の話を思い出しました。「あんたがお腹にいた頃、チキアギ売りの仕事をしてたよ。木箱のチキアギを頭に載せて、売り歩くわけ。大きいお腹はすぐすくし、途中ちぎって食べたさあ。収入は減るけどあちこーこーでーじおいしかったよ」と…。だいが前ですが、コープのすり身も、揚げたてが美味しかったのを思い出しました。カタログに載ったらまた注文したいです。

名護市 じゅんちゃんばあばさん



娘の運動会で親子二人三脚がありました。主人が出て、私は撮影。そして見事1位!その勇姿をビデオで確認したら、なぜか妙な映り方…。静止画になっていました…。この場を借りて旦那様と娘へゴメンナサイ!!

那覇市 まっぴーさん

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
お待ちしております!



「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!



福岡出身の私にとって、梅ヶ枝餅や竹下製菓のアイスクリームを取り扱っていただけるのがとても嬉しいです。手軽に故郷の味を楽しんでいます！

名護市 しょうママさん

コープのラップを愛用しています。特に小鉢用は、他のメーカーにも見当たらず、なくては助かります。



那覇市 楓さん

子育てあるある日記

勤労感謝の日。保育園で先生に親に感謝しよう、手伝おうと言われたのか、「モミモミするね」「それ手伝う～」と積極的に行動してくれる娘に成長を感じました。その一方で「お母さんこの前新しい服着たとき、宇宙一可愛かったよ!」って言われたときは笑ってしまいました(笑)。勤労

感謝の日に「ありがとう」です。



那覇市
かはとママさん

「ういずこーぷ」毎月欠かさず読んでいます。イベントがあれば参加して、コープさんを家族で満喫しています。先日コープ牧港でのこと。スタッフの方から「子ども料理教室に来てくれていましたよね?」と話をされ、娘は大喜び。それ以来、コープ熱が冷めやらず、小学校のお友だちにコープ商品のミニ豚まんを紹介してきました。

那覇市
月桃姫さん



声にこたえて

【「使いきりマスク」について】

組合員の声

どちらが顔をつける面ですか？



回答

マスクの表側に「FRONT」の刻印を付け、表と裏がわかるようにしました。



パッケージ裏面説明図



カタログ「ばれっと」にて定期的にご案内中

今月のお知らせ

information

お知らせ

中医学講座

～からだをととのえる～

日頃の食生活を見直してみませんか？食と料理についての話や免疫力を高める話を楽しく学びます。

【日時】 1月19日(金) 10時～12時

【場所】 北谷町美浜メディアステーションIT研修室

【定員】 15名 ※応募多数の時は抽選

【講師】 がんじゅうふあみりー 長嶺荒人氏

【参加費】 無料

【申込方法】 QRコード、お電話のいずれか

【申込締切】 1月10日(水)

【申込・お問い合わせ】

コープおきなわ総合推進室

TEL:098-879-1144

(月～金 9時30分～17時)

【主催】 中部ブロック協議会



すぐに食べるなら、手前からとってね！

「てまえどり」

日本では、食べられるのに廃棄されている食品が年間520万t以上(家庭+事業系)もあり、1人あたり毎日お茶碗約1杯分を捨てている計算になります。

「てまえどり」は、買ってすぐに食べる場合は、商品棚の手前にある消費・賞味期限が近い商品を選ぶお買物の行動です。食品ロスを減らす「てまえどり」へ、多くの方の参加を呼びかけます！



商品担当 竹淵

「産直たまご」をご利用ください！

日頃よりコープおきなわ「産直たまご」をご利用いただきありがとうございます。今年は協同購入年末年始お休みの関係で、例年以上に多くの「余剰卵」が予想されております。生産者である玉城さん・内間さんは、組合員皆様へ「安全・

キャリア教育支援の報告



去った11月24日(金)、沖縄県立陽明高等学校の1年生28名が総合学習の一貫として、あつがるタウンの見学に訪れました。

副店長の桑江さんと砂川さんよりコープのお店の特徴や、コープ商品、ハートコープおきなわのお惣菜づくりの様子を案内しました。

続いて3階の組合員活動室に移動し、コープおきなわの理念や協同組合の性質、またラオス共和国での協同組合設立の事例を紹介、授業の目的である「貧困問題と社会貢献について考える」の一助になることを願って講和を行いました。

引率の仲井間就子教諭からは生徒一人ひとりが社会へ一歩踏み出すことで見える景色や環境があると学んだ、生徒たちのチャレンジに期待したいと感想を述べられました。

フードバンク支援募金(通年募金)

誰もが安心して暮らし続けられるまちづくりを目指して、今年度もフードバンクへの募金に取り組みます。

2023年度の募金も、2022年度に引き続き「おきなわこども未来ランチサポート」と、「フードバンクセカンドハーベスト沖縄」の2団体へ贈呈します。

※これらの団体は、県内の子ども食堂や福祉施設、社会的支援が必要な世帯等に食料品を提供しています。

【募金方法】 協同購入：注文用紙またはeフレンズ

番号「6080」1口100円

店舗：各店サービスカウンターの専用募金箱

【期間】 2023年4月24日(月)～2024年1月19日(金)

安心な美味しいたまごをお届けする為、努力を惜しまず卵の生産に向き合っています。是非この機会に、生産者支援の為「余剰卵消費化」へのご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



2023年度 第5回理事会報告

2023年11月16日(木)
P'sスクエア会議室およびWeb会議システムを使用

説明報告事項

1. 月次基調報告(決算報告)について 報告

- (1) 組合員の利用状況
- (2) 経費の執行状況
- (3) 経常剰余金の達成状況

文書報告事項

- 各事業、理事会小委員会、声の検討会議、各ブロック協議会、くらしづくり活動、ブロック協議会(すずめ方)について
- 第49期総代選挙のふりかえりを報告
 - (1) 取り組みの特徴について
 - (2) 今後の課題について

3. 総代懇談会開催報告(速報)
4. 第2回内部統制委員会開催報告
5. 内部統制2023年度の上期まとめ報告
6. 2023年度平和活動基金報告
7. 2024年度6.23ファミリーピースウォーク実行委員会報告
8. 2024年3月に行われる、日本生協連・沖縄県生協連主催「ピースアクションinオキナワ沖縄戦跡・基地めぐり」への代表派遣と派遣にかかる費用についての報告

コープおきなわの概況 (2023年11月度決算)

組合員数 24万4,171人

出資金 59億6,866万円
総額 (1人当たり出資金 24,445円)

供給高 18億1,336万円
(予算比 100.8%)
【累計 145億5,467万円/100%】

協同購入 9億3,827万円
(予算比 98.6%)
【累計 72億722万円/95.8%】

店舗 7億8,570万円
(予算比 104%)
【累計 66億8,786万円/105.2%】

くらしサポ※ 8,938万円
(予算比 97.9%)
【累計 6億5,959万円/99.3%】

経常剰余金 2,761万円
(予算差 3,083万円)
【累計 2億2,012万円/561.4%】

※くらしサポ=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
(2023年11月度)

件数 1,938件

金額 1億2,789万円

累計 15,985件
9億1,458万円

環境活動

(2023年10月度回収総量)

牛乳パック 1,190kg

カタログ 77,555kg

協同購入からのご案内

去った9月の前半において、2023年度の協同購入事業本部方針、「〈SDGs11〉誰もが住み続けられる街づくり」に掲げたフードドライブスマイルピックアップを実施し、組合員のみなさまから、ご家庭で消費しきれない食料品を中心に約3,000点寄付いただきました。



西原センターから中城村社協へ贈呈の様子

～第2回を次の通り開催予定です～

[商品受付期間]

2024年1月22日(月)～2月2日(金)の2週間を予定

今回も、組合員の皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

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(月)
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(木)
あぶかカードでお支払いするとポイントが6倍
- LINEお友だち
毎月1回、お友だち限定の5%オフ企画を
LINEでご案内



お友だち登録2万人達成!
コープのお店
公式アカウント



Instagram



YouTube



たけぞう 配達日記

作:シキヤクワシ

「賞味期限をかいてみよう」の巻



ある配達時のこと。



最近ね、賞味期限の文字が見えづらいのよ。



期限を書いた方がいいか？



いつもありがたう。期限を書いたおかげで、新しいのまわすにすむわ。

お年玉プレゼントクイズ お正月 あみだくじ

あけまして

おめでと

りゅう とり ネズミ さる うし

すえさち きさ たいさち ちゅうさち しょうさち

末吉 吉 大吉 中吉 小吉

「大吉」を引いたのは誰？

A賞 コープ商品詰め合わせ (5名様)

B賞 コープおきなわお買物券 (1,000円分×20名様)

必要事項・クイズの答え・希望商品いずれか・本誌のご感想をご記入の上(応募用紙・ハガキ・メールにて)ご応募ください。
応募締切は1月25日。正解者の中から抽選でA賞またはB賞をプレゼントいたします。

機関誌
おたより
大募集!

Welcome

- フリートーク
季節の話題や写真、今号の感想など、なんでも大歓迎!
- 入学式のエピソードについて
入学式・入社式・新たな門出など、忘れられない思い出をお寄せください。
- 子育てあるある日記
子育て中に起こった予想を超える行動を大募集!
- 私のわんことニャーちゃん
自慢のペットをご紹介ください。(動物なら何でもok)
- コープ商品・レシピ
あなたの好きなコープ商品やその理由、アレンジレシピなどを教えてください。
※コープおきなわの広報に使用場合があります。

〒901-2588 コープおきなわ
『ういずこーぷ』宛

コープおきなわ専用の郵便番号なので住所を書かなくても届きます。

withcoop@okinawa.coop
fax:098-879-1199



応募締切: 1月25日

Instagramで
子育て情報発信中!



あなたも#コープおきなわ部に入部しませんか?



2024 お年玉プレゼントクイズ



1月号→本部総合推進室行き
*未記入時はイニシャル記載

組合員番号	市町村名	お名前	ペンネーム*
↑組合員番号をご記入ください。 組合員番号以外ですと、プレゼントが届かない場合があります。		クイズの答え(いずれかに○印) りゅう・とり・ネズミ・さる・うし	希望商品(いずれかに○印) A賞・B賞
今月号で良かった、または、ためになった記事とその理由			

ういずこーぷ 掲載者
各種プレゼント当選者
おめでとうございます
※1月末までにお送りします。

お買物券当選者

- あさこうさん ・サンゴさん
ワッフルさん ・みきさん
いは42さん ・プベルさん
まつぴーさん ・M.Aさん
ほかほかさん ・楓さん
こたはなさん ・月桃姫さん
芋ねえちゃん ・みっちゃん
おっちゃんさん
こつとかあさん
じゅんちゃんばあばさん
しょうママさん
かはとママさん
コーすけloveさん