

まようどう

一人は万人のために 万人は一人のために

2021 **12**

フライパンで
つくるピザ



まようどう

CONTENTS 2021 12

「まようどう」とは…組合員の“協同”の力で暮らしを
ひろく変わらない生協の理念を表しています

- 01 巻頭特集
フライパンでつくるピザ
- 07 エリア掲示板
地域の楽しい情報がいっぱい!
- 17 インフォメーション
- 19 ニュース
- 21 コープでいっしょに未来へ vol.7
平和のキャンパ
- 23 みんなのひろば
- 25 クイズ コピーからの挑戦状
- 26 コープのあるまちで vol.9
西義人さん

コープこうべの現況(10月末現在)

組合員数	172万8108人
出資金	365億2340万円
1人当たりの出資額	2万1135円
宅配訪問軒数	50万7245軒

マイバッグ持参率(10月度) **90.8%**

コープこうべ ホームページ

Facebookでいいね! してね

※コープこうべは組合員の出資金で運営しています。
ご加入のうえご利用ください

※本紙の募集記事などに寄せられた個人情報は、
それぞれの目的のみに使用させていただきます

※本紙の表示価格は、消費税込みの総額を記載しています

※使用している食器などの小物は撮影スタジオの備品
です。お問い合わせはご遠慮ください

コープこうべへのご意見・お問い合わせは

くらしの情報センター

コープこうべ ご意見お問い合わせ



固定・公衆電話からは

無料 0120-44-3100

携帯・IP電話からは

☎ 0570-09-2100 もしくは

☎ 06-7636-2000 (いずれも有料)

(年中無休、火～金8時半～19時、土～月8時半～18時)

※音声ガイダンスに従って該当する番号を選んでください



基本のピザ台

材料(直径25cm3枚分)

強力粉	250g
砂糖	大さじ1
塩	小さじ1/2
ドライイースト	小さじ1
ぬるま湯(約36℃)	150ml
オリーブ油	小さじ2
クッキングシート (30cm×30cm)	1枚

作り方

- ① ボウルに強力粉、砂糖、塩、ドライイーストを入れて軽く混ぜる

- ② ぬるま湯、オリーブ油を中央に同時に入れてゴムべらなどでざっくり混ぜる。まとめて10分間こねる

- ③ 丸くまとめて、ボウルに入れラップをかけ、約40℃の温かいところで40分間発酵させる(オーブンの発酵機能や約40℃の湯せんを使ってOK)





フライパンで つくる ピザ Pizza

食卓を華やかにするピザ。
おうちで作れば、アツアツ出来立てを
味わえます。生地をこねたり、
具材をトッピングしたり、
手作りの過程も楽しめますよ。

彩り野菜の ピザ

加熱した
トマトの甘みが
際立つ

エネルギー209kcal／食塩相当量0.8g (1/6枚分の推定値)

材料(1枚分)

基本のピザ台(焼いたもの)…1枚	たまねぎ……………1/4個
市販のピザソース…大さじ2と1/2	ベーコン……………1枚
または	ピーマン……………小1個
ケチャップ……………大さじ2	冷凍コーン…大さじ2
オレガノ(みじん切り)	ミニトマト……………4個
……………小さじ2/3	ミックスチーズ…40g
水……………小さじ1	

作り方

- ① Aを使う場合は、混ぜ合わせておく
- ② たまねぎは薄切り、ベーコンは8等分に、ピーマンは種を取り薄い輪切りに。冷凍コーンは解凍し、ミニトマトはヘタを取り半分にか切る
- ③ ピザ台にピザソースまたは①を塗り、②とミックスチーズをのせる
- ④ ③をフライパンに入れてふたをし、中火で5分間焼く



④ 2倍ぐらいに膨らんだら取り出し、3等分にする。丸めてラップの上に置き、乾燥しないようにふんわりとラップをかけて15分間置く

⑤ クッキングシートの上で直径が25cmになるように伸ばす



⑥ シートごと、フライパンに入れてふたをし、弱火で5分間焼く。シートごと裏返して裏面も焼き色が付く程度に3分間焼く

※冷蔵室で4日間、冷凍室で1カ月間保存できます



焼肉のたれが
香ばしい



プルコギピザ

エネルギー246kcal/
食塩相当量1.2g (1/6枚分の推定値)

材料(1枚分)

基本のピザ台(焼いたもの、1ページ参照) …… 1枚
ケチャップ …… 大さじ2
A コチュジャン …… 小さじ1
水 …… 小さじ1
にら …… 1/5束
たまねぎ …… 1/4個
ごま油 …… 大さじ1/2
牛肉切り落とし …… 80g
焼肉のたれ …… 大さじ1
コチュジャン …… 小さじ1
ミックスチーズ …… 40g
糸唐辛子 …… 適宜

作り方

- ①Aを混ぜ合わせる
- ②にらは1cmに切る。
たまねぎは薄切りにする
- ③フライパンにごま油を熱し、たまねぎ、牛肉を炒める。牛肉に火が通ったら、焼肉のたれ、コチュジャンを加えて炒め合わせる
- ④ピザ台に①を塗り、③を広げ入れ、にらとミックスチーズをのせる
- ⑤④をフライパンに入れてふたをし、中火で5分間焼く
- ⑥好みで糸唐辛子を散らす

シーフードピザ

エネルギー228kcal/食塩相当量1.2g (1/6枚分の推定値)

材料(1枚分)

基本のピザ台(焼いたもの、1ページ参照).....	1枚	赤ピーマン.....	小1個
小麦粉.....	10g	冷凍いんげん.....	15g
牛乳.....	100ml	バター.....	10g
鶏ガラ顆粒だし		シーフードミックス.....	90g
ホワイトソース.....	小さじ1/2	塩、コショウ.....	少々
塩、コショウ.....	少々	ミックスチーズ.....	30g
バター.....	10g		

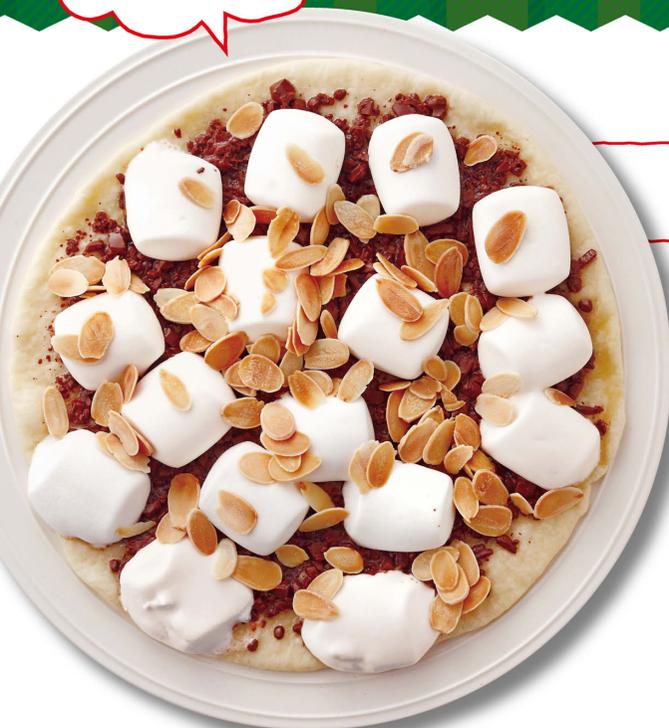
作り方

- 耐熱容器に小麦粉を入れ牛乳を少しずつ加えてダマにならないように混ぜ合わせる。鶏ガラ顆粒だし、塩、コショウを加え、ラップをかけて600Wの電子レンジで約1分間～2分間加熱する。混ぜてとろみが出たら、バターを入れる
- 赤ピーマンはひし形に、冷凍いんげんは解凍し3cmの斜め切りにする
- フライパンにバターを熱し、シーフードミックスと②を炒め、塩、コショウを加える
- ①に③の半量を加える
- ピザ台に④を広げ、③の残りともックスチーズをのせる
- ⑤をフライパンに入れてふたをし、中火で5分間焼く



ホワイトソースが
まろやか

あま〜いピザで
コーヒープレイク



マシュマロと チョコのピザ

エネルギー256kcal/
食塩相当量0.5g (1/6枚分の推定値)

材料(1枚分)

基本のピザ台(焼いたもの、バター.....	5g	マシュマロ(白).....	50g
1ページ参照).....	1枚	板チョコレート(ブラック).....	50g
		アーモンド(スライス).....	15g

作り方

- チョコレートは粗く削り、バターは溶かしておく
- ピザ台にバターを塗り、チョコレートを散らす。マシュマロを均等にのせる
- ②をフライパンに入れてふたをし、中火で5分間焼く。仕上げにアーモンドを散らす



うすあげピザ

エネルギー217kcal/食塩相当量0.9g (1人分の推定値)

材料(2人分)

うすあげ	2枚
マヨネーズ	大さじ1と1/2
A みそ	小さじ1/2
細ねぎ	4本
ちりめんじゃこ	15g
ミックスチーズ	15g

作り方

- ① フライパンを熱し、うすあげに焼き色が付くまで中火で両面を焼く
- ② **A**を混ぜ合わせて①の片面に塗る
- ③ 細ねぎは小口切りにする
- ④ ②にちりめんじゃこ、細ねぎを散らし、ミックスチーズをのせる
- ⑤ ④をフライパンに入れてふたをし、中火で3分間焼く

ちりめんじゃこ
チーズの
相性抜群!

ケチャップの
やさしい酸味が
爽やか



パンの ツリーピザ

エネルギー357kcal／食塩相当量2.1g (ツリー1/2本分の推定値)

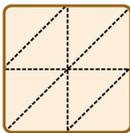
材料(1本分)

食パン(5枚切り)……1と1/2枚
バター……………適量
ケチャップ……………大さじ2
A マヨネーズ……………大さじ1
ツナ缶(小)……………1/2缶

ピーマン……………1個
パプリカ(赤、黄)……………各1個
ミックスチーズ……………30g

作り方

- ① 図のように食パン1枚を8等分に切る。半分の食パンは三角形を1枚、大きめの星の形2枚、幹(8cm×2cm)1枚を切り出す
- ② フライパンにバターを熱し、①の両面を弱火で焼き色が付くまで焼く



- ③ Aを混ぜ合わせる
- ④ ピーマン、パプリカは小さい星型で抜き、ラップをして600Wの電子レンジで1分間加熱する
- ⑤ ②に③を塗り、フライパンに並べミックスチーズをのせる
- ⑥ 中火で3分間焼く
- ⑦ 皿に取り、星の形2枚を重ね、ツリーの形に並べて④を散らす

教えて
もらいました

コープカルチャー
生活文化センター・
西宮・兵庫
料理講座講師



水嶋 晴代さん

家庭料理研究会のメンバーを約25年続け、コープクッキングのレシピ作成や料理会などで活動。おもてなし料理やパンなど幅広い講座を担当し、笑顔の絶えない楽しい講座が好評。

コープカルチャー

コープカルチャーでは料理のほか、スポーツや音楽など、さまざまなジャンルの講座を開催中。詳しくはこちら。



コープのカルチャー

検索

組合員ライターの一ひこと

- 今まで冷凍ピザや宅配ピザしか食べたことがありませんでしたが、初めて生地から手作りに挑戦しました。我が家のお気に入りには「プルコギピザ」。コチュジャンの辛味が食欲をそそりました。(石川 京子)

Information

募集 みんなで「ポリ袋クッキング」!

オンラインでBOSAI(ぼうさい)キッチン

災害時にも役立つ「ローリングストック」について基礎から学びます。また、おうちにある食品を使って、栄養バランスに配慮した「ポリ袋調理」に挑戦。オンライン会議システム「Zoom」を利用してご参加ください。

| **と き** | 2022年1月22日(土)10時~12時

| **講師** | 伊藤智さん(神戸学院大学栄養学部助教)

| **参加費** | 無料

| **定員** | 30人(申込順)

| **申し込み** | ホームページ「イベントひろば」から

コープこうべ イベントひろば

検索



※詳しくは参加決定後にお知らせします

| **締め切り** | 12月24日(金)

| **問い合わせ** | 地域活動推進部

☎078-856-1105(月~金10時~17時)

募集 第3回

「わたしのSDGsアクションコンテスト」

持続可能な地域の未来づくりにつながる活動の写真・紹介文を募集します。「フェアトレード商品の購入」「リサイクル活動への協力」などの身近な活動から、「コミュニティー食堂」「クリーン作戦」など、仲間や地域と一緒に取り組む活動まで、幅広く受け付けています。環境、福祉、防災、平和、国際協力などの分野で活動されている個人・団体の方からのご応募をお待ちしています。

| **対象** | コープこうべの事業エリア内で活動する個人または団体

| **申し込み** | ホームページ内の

応募フォームからエントリー



コープこうべ SDGs アクション

検索

※書類選考を通過された方には3,000円分のコープこうべ商品券を進呈

※書類選考を通過された方のうち複数の方に、2022年2月下旬の最終選考で5分程度の事例紹介をしていただきます。グランプリには5万円分、準グランプリには3万円分のコープこうべ商品券を進呈

| **締め切り** | 12月26日(日)

| **問い合わせ** | 暮らしの情報センター(1ページ参照)

※音声ガイダンスに従って「9番(店舗・その他)」を選んでください

年始の営業開始日のお知らせ

- 1日(土・祝): コープデイズ豊岡
- 2日(日): シーア、コープデイズ(神戸北町・神戸西)、コープ(柏原・行基・龍野・西宮北・つかしん)
- 3日(月): コープリビング甲南、コープデイズ(芦屋・相生)、コープ(2日・4日営業開始店舗以外)
- 4日(火): コープミニ全店、コープ(名谷・からと・有野・西脇・高丸・神陵台・桃山台・東加古川・上郡・立花・甲東園)、協同購入センター(宅配のお届け開始)、電話注文センター、コープ共済カウンター、クレリ案内センター(葬儀の受け付けは24時間年中無休)

※年末年始は、営業時間を一部変更している店舗があります

※暮らしの情報センターの電話受け付け時間は、12月31日(金): 18時まで、1月1日(土・祝)~3日(月): 17時までとさせていただきます

阪神・淡路大震災メモリアル展「鎮魂と再生のために」

2016年に逝去した画家・長尾和さんが震災後の街を歩きスケッチした水彩画15点を展示します。

| **と き** | 2022年1月12日(水)~23日(日)
9時~17時

| **入場料** | 無料

| **ところ・問い合わせ** |

生活文化センター(神戸市東灘区田中町5-3-18)

☎078-431-5287(祝日を除く月~土10時~17時)

読み終えた本でボランティア活動を応援ご協力をお願いします

(公財)コープともしびボランティア振興財団は「古本募金きしゃぼん」を通じて寄付を募っています。読み終えた本などを「きしゃぼん」に送ると、買い取り金額に加えて1件あたり100円が財団に寄付され、兵庫県内のボランティアグループへの助成金として活用されます。「古本募金回収ボックス」を設置している事業所もあります。ぜひご協力ください。

回収ボックス設置事業所

コープ安倉・行基・西宮北・山手・岡本・西鈴蘭台・志染・三田西・柏原・加西・大久保・播磨・龍野、コープデイズ神戸西・豊岡、生活文化センター(神戸市東灘区)、協同学苑(三木市)、住吉事務所(神戸市東灘区)

| **問い合わせ** | 古本募金きしゃぼん

無料 0120-29-7000(9時~18時)

参加の際は、体調確認・マスク着用などにご協力をお願いします。
※やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

募集 森であそぼう！ 生き物調査隊 冬鳥の観察

コープこうべが森林保全活動を行っている「社郷山」を歩きながら、生き物のつながりを学ぼう！

【とき】2022年1月16日(日)10時～12時

【ところ】コープの森・社郷山
(西宮市越水社郷山)

【内容】森林の散策、冬鳥の観察

【対象】小学生を含む家族(小学生以上)

【定員】30人程度(申し込み多数の場合は抽選)

【参加費】200円

【応募方法】

右下のQRコード®から、またはハガキに①「1月16日生き物調査」②参加者全員の名前・年齢③〒住所④電話番号⑤メールアドレスを記入し下記へ



【締め切り】12月24日(金)必着

【申し込み】

〒662-0832

西宮市甲風園1丁目8-1

ゆとり生活館アミ1階

こども環境活動支援協会

☎080-4665-3806(9時～17時)



2022年度コープの福祉講座

以下の講座は、全て教育訓練給付金対象講座です。

①介護福祉士実務者研修課程(通信)

【4月コース】と【6月コース】があります。

【とき】スクーリングはいずれも全10回

4月コース:6月3日～(金曜日)

6月コース:8月23日～(火曜日)

【受講料】初任者研修修了者97,900円(テキスト代込み)など、お持ちの資格により異なります

②介護職員初任者研修(三木コース)

4月に開講予定です。日程や受講料など、詳しくはお問い合わせください。

③福祉用具専門相談員指定講習会(三木コース)

指定番号高第1221号の7

【とき】4月19日～6月14日(全8回:火曜日)
9時～17時

【受講料】38,500円(テキスト代込み)

ところ・資料請求・申し込み

教育学習センター(三木市志染町青山7-1-4 協同学苑内)
※無料送迎バス(予約制)、無料駐車場あり
☎0794-87-3364(月～土9時～17時)

募集 コープの三大疾病保険 〈団体総合生活補償保険(MS&AD型)〉

がん・急性心筋梗塞・脳卒中のリスクに一時金で備えるコープの三大疾病保険が、WEBで加入できるようになりました！

- 2つの質問で簡単申し込み
- 組合員なら団体割引で保険料47.5%割引！
- 加入可能年齢は満1歳～84歳(ご継続は100歳まで)

詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページをご覧ください。

コープエイシス 保険プラザ

検索



【引受保険会社】三井住友海上保険株式会社

【問い合わせ】

株式会社コープエイシス コープ保険プラザ

無料 0120-156-980

(月～土9時～17時、12月31日(金)～1月3日(月)は休み)

※この案内は保険の特徴を説明したものです。詳しくはパンフレットをご覧ください
(承認番号:B21-200073)

11月～12月の刃物とぎ 堺 ● 三木 ●

30 火 ● 園田 ● 西脇	11 土 ● うねの
1 水 ● 園田	12 日 ● 茨木白川 ● 朝霧
2 木 ● シーア	13 月 ● 西神
3 金 ● 鈴蘭台東 ● シーア	14 火 ● 島本 ● 三田西
4 土 ● 東豊中	15 水 ● 大蔵谷 ● シーア
5 日 ● 相生 ● 尼崎近松	16 木 ● シーア
6 月 ● 中山台 ● 西宮	17 金 ● 夙川
7 火 ● 渦森台 ● 神陵台	18 土 ● 宝塚
8 水 ● 武庫川	19 日 ● 深江 ● 山手
9 木 ● 須磨 ● 魚住	20 月 ● 西宮南 ● 山手
10 金 ● 白川台	21 火 ● 福田
	22 水 ● 箕面中央

※2022年1月1日(土・祝)～5日(水)は
いずれの業者も休みです
※諸事情により中止・変更する場合があります。
詳しくは各店舗にお問い合わせください

News

神戸市内の店舗で 洗剤などの詰め替えパックを回収

コープこうべは10月1日、神戸市内の33店舗(コープミコを除く)で、洗剤やシャンプーなど日用品の使用済み詰め替えパックの回収を始めました。店内に回収ボックスを設置し、協力を呼びかけています。

これは、全国に先駆けて神戸市が進めているプロジェクト「神戸プラスチックネクスト」の取り組み。コープこうべを含め、市内の75店舗が参加しています。



回収したパックは、さまざまなプラスチック製品にリサイクル。将来的には、再び詰め替えパックにリサイクルすることをめざしています。ぜひご協力ください。

パックの上部をカットし、2回程水ですすいで乾かしたものを回収ボックスへ

「かとうすこやか定期便」 業務を開始

コープこうべは10月12日、加東市から受託する「かとうすこやか定期便」の宅配業務を開始しました。市内で0歳児を持つ家庭を対象とし、生後5カ月目から満1歳の誕生日まで月1回、紙おむつや離乳食、ミルクなどの育児用品を無料でお届けすると共に子育ての見守りを行うサービスです。業務開始に先立ち、10月1日には加東市と合同で出発式を行いました。



協同購入センター三木の専任職員が育児用品をお届け

加古川市と 地域包括連携協定を締結

10月14日、コープこうべは加古川市と「地域活性化に関する包括連携協定」を締結しました。

地域の安全・安心に関すること、健康増進・食育、地産地消に関すること、子育て支援、青少年健全育成に関することなど、6つの分野で互いに連携を深め、地域の活性化と持続可能な社会の実現をめざし

ます。今後、買い物が必要な地域への買い物支援の拡大や、地域の居場所づくりなどの実施に向けて、協議を進める予定です。



(左から)岡田康裕 加古川市長、金子博子 コープこうべ理事、岩山利久 コープこうべ組合長理事

第5回「商品検査の日のつどい」 食の新しい技術について学びました

コープこうべが商品検査室を開設した10月1日は「商品検査の日」として認定されています。開設50周年を迎えた2017年から毎年この日に開催されている「商品検査の日のつどい」。昨年に引き続き、今年もオンラインで行われました。

今回の講師は、大阪府立大学准教授の山口タさん。「食の新しい技術と食のリスクコミュニケーション」をテーマに話を聞きました。山口さんの研究のテーマは「植物と病害虫の攻防」。近年、食物のゲノム(遺伝情報)編集の技術が発達し、毒を大幅に減らしたジャガイモ、GABA(アミノ酸の一種)を多く含むトマトなど、新しい技術を使った食品が登場しています。「そんな食品は安全?」と不安な消費者に対して、山口さんがメカニズムを分かりやすく説明。また、コープこうべ商品検査センター長の高畠展子さんは「100%安全な食品はなく、水や食塩であっても過剰摂取で毒になることがあります。“はかる”ことの大切さはそこにあります」と話しました。

番組の内容は「はかるといせつプロジェクト」のホームページで公開中です。ぜひご覧ください。



はかるといせつプロジェクト



(左から)司会の木谷美帆さん・三上公也さん、山口さん、高畠さん

メダリストや社会疫学の専門家を招き 「健康づくりオンラインセミナー」開催

9月19日、読売新聞大阪本社とコープこうべの共催で「健康づくりオンラインセミナー」が行われました。テーマは「『つながり』が生みだすチカラ」。京都大学大学院医学研究科教授・近藤尚己さん、フリーアナウンサー・八木早希さんと共に、3人のゲストが自身の活動などについて話しました。

北京オリンピック4×100mリレー銀メダリストの朝原宣治さんは、歴代のリレー選手の間でバトンのように受け継がれていく夢やチームワークについてスピーチ。地域に根差した陸上クラブの活動についても語りました。



ナビゲーターの
近藤さん(右)と八木さん

志水直樹さんは、ランニングアプリのGPS機能を使い、走った軌跡で地図上に絵やメッセージを描く「GPSランナー」。つながりを生む“競わない”多世代参加型ランニングの魅力について話しました。

シンガーソングライターの早瀬直久さんは、自身が編曲したコープこうべ100周年記念ソング『やさしさ つむいで』のポップバージョンを披露しました。演奏を受け、コープこうべ100周年プロジェクトの佐藤寿見子さんが「この曲はコープこうべのビジョン『2030年のありたいまちやぐらし』を歌にしたもの。多くの組合員から寄せられた『100周年記念ソングのフレーズ』を元に、神戸市立小学校の音楽教諭を務めていた臼井真さんが作詞・作曲してくれました」と説明。近藤さんは「『つながり』を通して活動が広がり、健康につながる。そんな地域を“こうべ”からつくっていきけるといいですね」と締めくくりました。



家庭で気軽にできる
トレーニング方法を
朝原さんが紹介



「やさしさ つむいで」
の演奏に
コピーとコーすけも
ダンスで参加

※ホームページで採録記事をご覧ください

コープこうべ 100周年



オンラインで記念セミナーを開催し 「SDGsコンテスト」キックオフ

9月から10月にかけて8回にわたり開催された「コープこうべ100周年・協同学苑30周年記念セミナー」。10月16日にオンラインで行われた第7回には90人が参加し、映画『0円キッチン』が上映されました。

映画は、ジャーナリストで“食料救出人”の主人公が5週間、廃棄される食材だけを使って料理を作りながらヨーロッパ5カ国を巡るドキュメンタリー。世界で生産される食料の3分の1は廃棄されているという現実を受け、規格外の野菜の流通や、昆虫食への取り組みなど、さまざまな視点で食品ロス削減について考える内容でした。映画の観賞後は、参加者がオンライン上で意見交換。映画の感想のほか、

エスディー・ジーズ
SDGsの達成にもつながる食品ロス削減のために自分たちは何ができるかについて話し合いました。

その後「第3回わたしのSDGsアクションコンテスト」について案内。担当者は、応募方法や昨年度の応募内容を紹介すると共に「一人ひとりが考え、行動に移したことをぜひ応募して欲しい」と話しました。

※コンテストの応募について詳しくは17ページをご覧ください



「コープで」 いっしょに未来

未来に
平和をつなぐ

平和のカンパ

Vol.7

1981年、「第2回国連軍縮特別総会」に代表を派遣するための募金がきっかけで始まった「平和のカンパ」。毎年8月に集中募金を行っており、今年度は合計6,023,837円をお寄せいただきました。「平和企画の会」でその使い道を検討し、さまざまな取り組みに活用しています。

広島・長崎原爆病院への寄付

毎年8月、原爆投下の日に合わせて広島と長崎の原爆病院を訪れ、寄付を続けてきました。今年は昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、被爆地や病院の訪問を自粛し、銀行振り込みをもって寄付。被爆者の治療用医療機器購入に充てられます。各病院から、お礼の手紙と写真が届きました。



広島赤十字・原爆病院 院長
古川 義也さん

高校生による平和プロジェクトの支援



第2回の学習会の様子

「芦屋で繋がるピースサイン」と称して、芦屋市在住の高校生によるサークル「あしや部」が、「平和」についてさまざまな角度から考える学習会を企画・開催しています。「戦争体験を次世代に語り継ぐ、次世代が聞き継ぐ」のテーマで行われた初回に続き、第2回は「ミャンマーの貧困問題から平和について考える」がテーマ。ミャンマーの農家で栽培されたハーブを適正な価格で買い取り、加工・輸出している株式会社ボードレス・ファーム代表・川北奈生子さんの話をオンラインで聞きました。「ソーシャルビジネスとは?」。川北さんの会社の活動やミャンマーの現状などから、世界を視野に入れた平和について考える場となりました。

「あしや部」メンバーの声

自分たちと
同年代でも教育が
受けられないというのは
平和じゃないと思いました。

県立芦屋高等学校2年生
せいな
豊田 靖奈さん

言葉が分からなくても、
外国の人とつながって、
いろいろな価値観と
触れ合える方法があることが
分かりました。

県立芦屋高等学校2年生
ももは
小林 桃葉さん

“大人スタッフ” 池田拓也さんから

このプロジェクトの名前を付けたのも、現代の平和の話聞きたいと言ったのも高校生。大人が押し付けるのではなく、ゆるいつながりを大切にしながら、昔の戦争の話や、今世界で起きていることがみんなのアンテナに引っかかって、大きな意味で平和について考えるきっかけになったらいいなと思っています。

絵本の寄贈



コープ龍野の「みんなの図書館」に寄贈された絵本を楽しむ親子

『絵本』で『平和』を『未来』につなぐプロジェクトとして、おすすめの絵本を4月から5月にかけて募集しました。絵本を通じて、当たり前の中にある「平和」を子どもたちに感じ取って欲しいという願いを込めた取り組みです。紹介された絵本の中から、地域で活動している団体や施設などへ合計800冊が寄贈されました。

※紹介された絵本はホームページに掲載しています

コープこうべ おすすめの絵本

検索

第6地区では…

あかしこども財団を通じて、明石市内7カ所の「こども夢文庫」へ。また、加古川市^{しげまち}寺家町商店街に今年開園した企業主導型保育園「かわのまちほいくえん」と、地域のグループ活動支援や交流の場づくりを行っている「東播磨生活創造センターかこむ」にも寄贈されました。

第6地区本部からあかしこども財団へ



第7地区では…

8月24日、コープ龍野内のコープのつどい場「すーぷ・すーぷ・COOP」で、「おすすめの絵本贈呈式」が行われ、このプロジェクトを提案した「平和企画の会」のメンバー、^{やなだ}柳田由美子さんから、つどい場で活動するサークルの方に手渡されました。このほか、姫路青山「コープのつどい場」、豊岡「コープのつどい場」にも寄贈されました。



おすすめの絵本贈呈式の様子

絵本作家の講演会があるよ！



テレビなどでもおなじみ、イラストレーターで絵本作家の長谷川義史さんの講演会を開催します。詳しくは『きょうどう』2月号でお知らせします。

とき：2022年3月26日(土)13時半～15時

組合員ライターのひとつ

絵本1,000冊と共に嫁いだ私。ほとんどは友人が営む保育所に寄贈しましたが、今回紹介された本の中に大好きな本が何冊も。この活動はきっと未来へつながりますね。(磯本 歌見)



今月のテーマ

今、一番欲しいモノ!

あれが欲しい、喉から手が出るほど!
さて、みんなが手に入れたいものは?

みなさんから
コープ
一家が



プーちゃん

いくつになっても 風を切って走りたい

「7段変速の自転車」が欲しい。以前、高齢のおしゃれな女性がさっそうと乗っているのを見て、カッコいい!と思ったので。今乗っている自転車は、坂道がつらい…。

(箕面市・とうもろこし関・59歳)



高齢の男性がさっそうと乗っていたオープンカー。僕も欲しい…

切実な願い 私は増やしたい

「体重」です。カロリー制限の指導を受けているという理由もあるけど、ず〜と33kg前後。鶏胸肉や大豆製品もしっかり取っているのに「ガイコツみたいや」と夫に言われショック。欲は言わない。35kg〜36kgにはなりたい。

(姫路市・役立たず・78歳)



体力維持のためにも増量できますように。私はちょいと減らしたいわ…

ワタシを変える 最速の方法!

仕事柄、ずっと落ち着いた髪色しかできませんでしたが、自由の身になりました。コロナ禍が落ち着いたら、時間をかけてハイライトかインナーカラーを入れたい。少し派手に雰囲気を変えて、「新たな自分」を手に入れたいです。

(神戸市北区・るり・51歳)



ヘアスタイルでイメチェン、楽しみね〜。この際、思い切ってやってみて!

収穫のシアワセ 味わってみたい

「小さな小さな果樹園」です。桃、栗、柿、りんご、梨、キウイフルーツなどを植えて、季節ごとに果物狩りを楽しみたい。自分で育てたフルーツを収穫するのは、とても楽しそう。

(豊中市・ゆり・75歳)



小さな果樹園、夢があるのう。ワシもベランダ菜園から始めてみるかな

大きくなったよ 抱っこして!

海外赴任中の夫と1年以上会えていません。子どもたちの成長を直に見ることのできない夫に突然会いに行き、驚かせたい!「どこでもドア」が欲しいです。

(西宮市・あかとまと・42歳)



パパはびっくりするだろうなあ。本当に、早く会えるといいね!

今日もこうして 後ろ髪を引かれ…

旅館でたまたま利用して感動。だけど、価格的にもスペース的にもためらう。買ったとしても座ったら最後、動くのがおっくうになるよなあ…。そう思いつつ「マッサージチェア」でくつろぐ姿を思い浮かべ、夢心地で家電量販店を後にする。

(神戸市北区・わらわら・42歳)



まずは、足のマッサージ機はいかが? スッキリして、おすすめよ!

投稿募集 みんなのひろば

身近にあった面白いネタや
あなたの体験談を大募集

■あて先 〒658-8555

コープこうべ「きょうどう」ひろば係

(郵便番号と宛名のみで届きます)

FAX: 078-856-1239

- ① [テーマ投稿 私の習慣、ルーティン]
続いていること、習慣・恒例になっていること。何でもOK!
 - ② [自由投稿] 思ったこと、気になること…。喜怒哀楽、自由にどうぞ!
 - ③ [おすすめコープ商品 冷凍食品] お気に入りのコープ商品とその理由
- ①〜③どれか1つだけでもOK。ハガキ・FAXの場合は、〒住所、名前、ペンネーム、年齢、電話番号・FAX番号・Eメールアドレスのいずれかを記入してご応募ください。

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報 & 刊行物」のページから、専用の応募フォームでご応募ください。



きょうどう 応募 検索

Present! 掲載分には
コープ商品券1,000円分をさしあげます

12月27日(月) 必着 ※原文は短くする場合があります

のひろば

の便りを
ちゃん
紹介!



コーちゃん



人生に、いつも“ワクワク”を

奈良に住む昔の職場の先輩から、宅配便が届きました。中身は大和茶と『鬼滅の刃』のシールが抜かれた大量の零食菓子。優雅な正倉院御物の便せんには「今、ハマっているのよ。食べきれないから助けてちょうだい!」。御年92歳、いつも好奇心全開の彼女は私の人生のお手本です。

(神戸市須磨区・山溪・74歳)



わあ、ボクならいくらでもお手伝いできるのに。ボクも大人になったら「大人買い」するぞ〜!

書いている姿を 思い浮かべて

孫がひらがなを書くようになったと聞き、ふと思いついて往復ハガキを出してみました。返信には、かわいい文字がパラパラと書いてあります。何度も見直しては、ほんわかした気持ちになっています。

(明石市・あじさい・62歳)



プーちゃんもひらがな、少し書けるよ。お手紙の交換、してみた〜い

やってみると効果絶大!でした

夫の定年を機に、節約のため生命保険を見直しました。すると保障はほぼ変わらないのに、掛け金が半額に! もっと早くすれば良かった。普段はなかなか意識が向きませんが、長くほったらかしている保険があれば、見直してみるとお得では。

(神戸市須磨区・きんぎょ鉢・59歳)



いざというとき役立つ保険、賢く選ばなくちゃね。おすすめは何かって? もちろん「コー共済」よ!

お気に入りコープ商品

今日のテーマは“スープ”

CO-OP 野菜の美味しいスープ

キャベツのシャキシャキ食感がたまらなく好き。おいしくて、何度もリピートしています。職場でのお昼や、“おうちごはん”に大活躍です!

(西宮市・ピーチ・33歳)



CO-OP もずくとじゅんさいのスープ

お湯を注ぐだけなのに、ゆずの風味が利いてすごくおいしい! 夫と私の最近のお気に入りです。

(三島郡島本町・まるこ・39歳)

お答えします!

Q クイズに応募するとき、年齢や電話番号が必要なのは どうして?

A 年齢は、どの年代の方に読まれているか把握するために記入いただいています。電話番号は、編集室からの問い合わせが必要な場合に限り、使用しています。その他、『きょうどう』に寄せられた個人情報は、それぞれの目的のみに使用しますので、ご協力をお願いいたします。



コピーからの 挑戦状

やさしい問題から難しい問題まで
5つのレベルがあるよ。レッツチャレンジ!
正解者の中から、抽選で商品券をプレゼント♡
みんなの応募を待ってるよ!

Present!

正解者の中から抽選で
コープ商品券を
30人に



Question 1 迷路に挑戦!

難易度 プレゼント
1,000円×20人

⇒から⇒までの迷路をたどると問題文になるよ。問題に答えてね。

カ	メ	け	た	は	竜	宮	城	踊	り	あ	さ	と
助	を	助	浦	郎	キ	タ	で	と	メ	か	し	た
け	つ	だ	島	太	ビ	イ	や	ヒ	ラ	メ	た	し
た	た	り	ぎ	み	よ	料	理	を	食	を	お	ろ
浦	島	太	た	い	な	あ	り	つ	べ	姫	様	に
竜	は	郎	き	り	と	に	う	く	た	乙	ら	も
宮	城	に	行	踊	ご	ち	そ	う	郎	が	つ	た
ら	れ	連	舞	い	が	月	年	に	太	島	の	も
れ	タ	イ	の	メ	た	り	た	く	た	浦	は	何
た	い	や	ヒ	ラ	ち	帰	省	な	つ	箱	葉	?



ストーリーを
思い出そう!

答え

Question 2 クリスマスワイズ♪

難易度 プレゼント
3,000円×10人

ある規則に従って数字が並んでいるよ。
プレゼントの所に入る4つの数字を全て足すといくつ?

上下左右の数字を
見てみよう



答え



応募方法 どちらか1問だけでもOK

Eメールの場合は、コープこうべ公式ホームページ「メディア情報&刊行物」のページから、専用の応募フォームでご応募ください。



ハガキの場合は、クイズの答えと『きょうどう』の感想、〒住所、名前、年齢、あれば電話番号を記入してご応募ください。

■あて先 〒658-8555 (郵便番号と宛名のみで届きます)
コープこうべ『きょうどう』挑戦状係

■締め切り 12月27日(月) 消印有効

※当選者の発表は商品券の発送をもってかえさせていただきます

11月号の答え

Answer 1

Answer 2 ①犬も食わない ②猿の尻笑い
③猫をかぶる ④牛飲馬食
⑤虎の威を借る狐

10月号のクイズは解答総数4,498のうち、正解は4,409でした。

コープのあるまちで

vol.9



賀川記念館には、著書など多くの書籍を所蔵しています

愛と協同の精神を受け継いで 助け合って生きる

コープこうべの創立に重要な役割を果たし、「生協の父」と言われた賀川豊彦。学生時代にキリスト教に入信し、21歳のときに神戸の貧しい人たちが住む地域に移り住み、救済活動に励みました。その後、社会の仕組みづくりを学ぶためアメリカに留学。帰国後は、労働運動や農民運動などの先頭に立ちました。また、死者・行方不明者が10万人を超えた関東大震災では、発生翌日に行動を開始し、義援金を集め、診療所の設置や妊婦の保護などの救護活動を行いました。

社会活動だけにはとどまらず、自身の生きざまをモデルにした著書『死線を越えて』は、多くの言語に翻訳され、ノーベル文学賞の候補に。また世界平和運動をリードしたことで平和賞の候補になるほど高く

評価されました。

近年、賀川豊彦の活動が見直され、神戸市の小学4年生が授業で学んでいます。さらに学習を深めるために賀川記念館に見学に来られたり、私たちが学校に出向いて話をするなどの協力をしています。「私たちの住む神戸にこんな歴史があったなんて」「自分にも何かできることはないだろうか」など、子どもたちの感想文を読むと胸が熱くなりますね。

賀川豊彦の「愛と協同」の精神は、コープこうべの組合員にも受け継がれています。その代表と言えるのが、ボランティアサークルではないでしょうか。コープサークルは小さい規模から大きいものまでたくさんあり、それぞれが考え、出来ることを継続して活動されています。どんな立場の人もお互い助け合って生きていきたいですね。



にし よし ひと

西 義人さん

賀川記念館顧問

賀川豊彦が実践してきたさまざまな事業や協同組合のあるべき姿などについて講演活動も行っている。

「賀川記念館」は、賀川豊彦とその仲間たちの功績を伝えるミュージアム。カフェ、幼児園、学童保育などを併設したコミュニティーセンターです。

社会福祉法人イエス団 賀川記念館

神戸市中央区吾妻通5-5-20

☎078-221-3627

開館：10時～17時（入館16時半まで）

休館：月曜日（年末年始など休館の場合あり）



取材を終えて……………

貧しい人や生活に困っている人に寄り添い、世界を駆け巡って活動された賀川さん。神戸市以外の小学校の授業でも、学べたらいいなと思います。

（組合員ライター 高野 充子）

1981年(昭和56年)
平和の「100円カンパ」
を実施

ニューヨークで開催された
「第2回国連軍縮特別総会」に代表3人を
派遣する目的で始まった「100円カンパ」。
その後も毎年8月に「平和のカンパ」として
集中募金を行い、広島・長崎原爆病院への
寄付金や、次世代に平和をつなぐ活動の
助成金として活用しています。

※写真は
「第2回国連軍縮特別総会」
に派遣された代表团
(1982年)



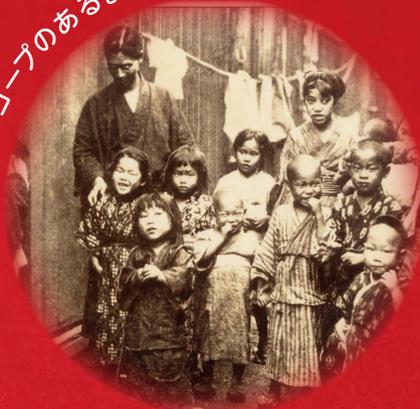
ニュース (P.19・20)



コープでいっしょに未来へ (P.21・22)



コープのあるまちで (P.26)



コープこうべは創立100周年

coop next
100

きょうどう 2021
12

次回の
『きょうどう』
発行日は
12月28日(火)
です

第1134(通巻1278)号 2021(令和3)年11月30日(火)
編集 生活協同組合コープこうべ広報室
〒658-8555 神戸市東灘区住吉本町1丁目3-19
『きょうどう』編集室 ☎078-856-1080
K-211202

