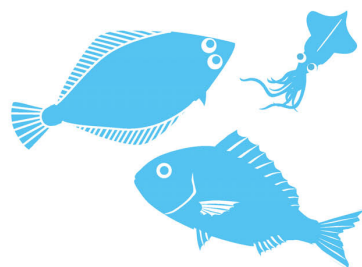


一人は万人のために 万人は一人のために

まようどう 2026 9



兵庫の海の幸を、もっと身近に！



コープでいっしょに未来へ

阪神友愛食品40周年

エリア揭示板

地域の情報をチェック！

「きょうどう」とは…組合員の“協同”の力でくらしを
拓く変わらない生協の理念を表しています

きょうどう

2026
9

- 01 私の備え・私の1.17
- 02 巻頭特集
兵庫の海の幸を、もっと身近に
- 07 エリア掲示板
地域の情報をチェック！
- 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
阪神友愛食品40周年
- 23 コーピーのクイズ道場
- 24 みんなのひろば

裏表紙 組合員ライターが行く 地元のええとこ

『きょうどう』最新号・バックナンバーは
ホームページでもご覧いただけます

コープこうべメディア

検索



コープこうべの現況 (7月末現在)

組合員数 169万7389人
出資金 344億893万円
1人当たりの出資額 2万272円
宅配訪問軒数 47万3245軒

マイバッグ持参率
(7月度) 90.6%

コープこうべ ホームページ

コープこうべ

検索



※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
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

検索



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～土8時半～19時、日・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



共に備える 未来へつなぐ

私の

私の

備え・1.17



投稿募集中！

詳しくは P.26
をご覧ください

阪神・淡路大震災から31年。組合員の皆さんの災害への備えや、
「1.17」にまつわるエピソードをご紹介します。

家具の配置で防げる被害

当時、テレビのそばで寝ていて、地震で飛び
起きると、私の枕元に分厚いブラウン管テレビ
が倒れていました。冬布団がクッションになり
無傷でしたが、弟の上には本棚が。建物の倒壊
はどうにもできませんが、家具の配置は工夫で
できます。私は震災以来、布団のそばには背の高
い家具を置かないようにしています。

(箕面市・アマガエル・48歳)

ケーキがくれたひとときの安心

社会人1年目だった私は、震災の前日が母の誕
生日だったため、日頃の感謝を込めてケーキを
たくさん買っていました。震災でガスも電気も
止まり、不安で仕方がなかった中、みんなでその
ケーキを食べました。大きな災害に見舞われま
したが、ケーキを口にする、落ち着いたことを
覚えています。

(神戸市灘区・みったん・52歳)





兵庫の海の幸を、 もっと身近に

北に日本海、南は瀬戸内海と、2つの海に面している兵庫県。それぞれの海に特徴があり、捕れる魚の種類も捕る方法も全く異なっています。日本の中でもトップクラスの漁獲量を誇るズワイガニ、ホタルイカなどを水揚げする日本海と、少量多種の魚がいる瀬戸内海に挟まれた兵庫県は、海の幸に恵まれた県と言えます。

アカガレイ

特徴

体の右側に両目がある。雄が約25cm、雌は約45cmまで成長し、口がヒラメのように大きい。裏表ともに全体に赤みがある。カレイとヒラメの見分け方として目の位置の違いから、「左ヒラメに右カレイ」という言葉があるが、例外もある

旬 11月中旬ごろ～3月中旬ごろ
(漁獲時期 9月～5月)



ホタルイカ

特徴

春に生まれ、翌春に産卵期を迎えて約1年で一生を終える。腕や腹部に発光器を多く持ち、蛍と同様に、光ることから命名された

旬 2月～5月



サワラ

特徴

体長が1m以上にもなる魚で、名前の由来は、細長く腹が狭い「狭腹」から、と言われている。成長するにつれて呼び名が変わる出世魚

旬 4月下旬～6月、
10月～12月



鯛

特徴

体色は腹から顎下にかけて銀白色から白色で、それ以外は光沢のある淡紅色にコバルトブルーの斑点が点在。別名、春の鯛を「桜鯛」、秋の鯛を「紅葉鯛」と呼ぶ

旬 3月下旬～6月上旬、
9月中旬～12月下旬



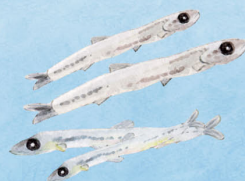
Hyogo

しらす

特徴

「カタクチイワシ」や「マイワシ」などイワシ類の稚魚。令和6年の漁獲量は兵庫県が全国第1位で、全国のしらす生産量の約30%を占める

旬 4月下旬～8月上旬、
9月下旬～12月上旬



とれぴちって？

コープこうべと兵庫県漁業協同組合連合会（JF兵庫漁連）、兵庫県の三者が連携し、豊かで美しい兵庫の海を守るために、地元の魚を食べることの大切さを伝える「ひょうご地魚推進プロジェクト」のこと。2013年に店舗で普及活動をスタートしました。旬の魚に「とれぴちシール」を貼って供給し、調理方法の提案や試食、また産地見学会や漁業者との交流会など、さまざまなイベントを企画。“豊かで美しい海”の必要性を広めています。



このマークが目印！



虹っ子マリンスクールの様子



ぼうぜ坊勢漁業見学ツアー



「とれぴちフェスタ」では、さかなのおにいさん“かわちゃん”が解体ショーを解説

プロの目利きで“安心安全なおいしいもの”を食卓に

ズワイガニをはじめとする全国トップクラスの漁獲量の魚がいる日本海。少量多種の魚が捕れる瀬戸内海。2つの海は、日本の漁業の縮図とも言えます。

高度成長期に公害で海が汚染。きれいな海を取り戻そうと排水処理設備の整備や下水道の普及が進み、水質は大きく改善されました。しかし、植物プランクトンが減り、魚類が育ちにくくなりました。魚が育つ豊かな海にするために、漁業者は海

の環境整備だけでなく、栄養分を含んだ水が海に流れ込むよう、森づくりにも携わっています。

「とれぴち」では、魚のプロが鮮度やおいしさを見極めて、旬のものをお届けしています。“魚離れ”が進んでいますが、まずは簡単なレシピからスタートしてみても？ 店舗では昨年焼き魚など「とれぴち加工品」も並んでいます。「とれぴちシール」を目印に、手に取って食べてほしいですね。

兵庫県漁業協同組合連合会
事業開発室室長 兼
指導部広報担当課長

にしもと ひろゆき
西本 広幸 さん



店舗に並ぶ「とれぴちレシピ」



毎週出張販売を実施
(火曜日：コープ播磨、木曜日：コープ神吉)

とれぴちレシピ

エネルギー200kcal／食塩相当量1.8g(1人分の推定値)

材料(2人分)

アカガレイ …… 2切
塩 …… 適量
酒 …… 小さじ2
白ねぎ …… 15cm

〈ねぎだれ〉

白ねぎ(みじん切り) …… 大さじ1
しょうが(みじん切り) …… 小さじ1/2
しょうゆ …… 大さじ1
砂糖 …… 小さじ1/2
豆板醤 …… 小さじ1/4
ごま油 …… 小さじ1

作り方

- アカガレイの両面に、薄く塩を振り、10分間置き、水気をふき取る
- 白ねぎは5cm幅に切り、千切りにする。〈ねぎだれ〉の材料を混ぜ合わせておく
- 耐熱皿に千切りにした白ねぎを敷き、アカガレイをのせ、酒を振りかける。ラップをかけ、電子レンジ(600W)で5分間加熱する
- 器に汁気を切ったアカガレイと白ねぎを盛り、〈ねぎだれ〉をかける

アカガレイのレンジ蒸し ねぎだれ

レンジ蒸しは、
いろいろな魚で
代用できる

和風、洋風など、
ソースのバリエーションも
楽しんで!

鯛の和風アクアパッツァ

エネルギー210kcal／
食塩相当量1.2g(1人分の推定値)

作り方

- 鯛の皮目に浅い切り込みを入れ、しっかりと塩を振ってから浮いた水分は拭き取る
- アサリは塩水で砂抜きし、殻と殻を擦り合わせてきれいに洗う
- たまねぎはみじん切り、ミニトマトはヘタを取る。スナップエンドウは筋を取って開き、にんにくは潰しておく
- フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて中火にかけ、香りが出たらにんにくを取り出す
- 鯛を皮目から焼いていき、裏返した後、たまねぎを加えて軽く炒める
- 強火にしてアサリ、白ワインを加え、アルコール分を飛ばし、ミニトマト、水を加えてすぐに蓋をして煮立たせる
- アサリの口が開いたら蓋を外し、塩・こしょうで味を調え、スナップエンドウを入れ、少し火を弱めて煮汁を回しかける
- 仕上げにしょうゆを加え、器に盛り付ける

スナップエンドウの代わりに、
きぬさや、いんげん、ブロッコリー
などを使うのもOK!

材料(2人分)

鯛 …… 2切 にんにく …… 1片
塩 …… 適量 オリーブオイル …… 大さじ1
アサリ …… 8個 白ワイン(または酒) …… 30ml
たまねぎ …… 1/4個 水 …… 200ml
ミニトマト …… 8個 塩・こしょう …… 各少々
スナップエンドウ …… 2本 しょうゆ …… 小さじ1/2

エネルギー360kcal/
食塩相当量1.8g(1人分の推定値)

材料(1人分)

釜揚げしらす 20g ピザ用チーズ 20g
バター 5g 食パン(6枚切り)
卵 1個 1枚
ブロッコリー 20g

作り方

- ① 軽くトーストした食パンにバターを塗る
- ② 炒り卵を作る。ブロッコリーは食べやすい大きさに切り、茹でておく
- ③ ①に炒り卵、ブロッコリー、釜揚げしらすの順にのせ、ピザ用チーズをトッピングする。チーズに焼き色が付くまでトーストする

釜揚げしらすトースト



朝食にもランチにも
ピッタリ!

アカモクのみそ汁



アカモクはそのまま
ぼん酢で食べても、
「ねばねば丼」の一品に
するのもおすすめ!

エネルギー51kcal/
食塩相当量1.1g
(1人分の推定値)

材料(4人分)

アカモク 60g
うすあげ 1/2枚
大根 3cm
にんじん 3cm
和風だし 600ml
みそ 大さじ3

作り方

- ① うすあげ、大根、にんじんは細切りする
- ② 鍋に和風だしを入れ、①を加え、約3分間煮て、みそを溶き入れる
- ③ 汁椀に②を注ぎ、最後にアカモクを入れる

アカモクって?!

冬から春にかけて岩礁域に
繁茂する一年生の海藻。
ネバネバ成分である
フコイダンや食物繊維、
鉄を含んでいる



シートクラブ
ひょうごのお魚ファンクラブ「SEAT-CLUB」では、
さまざまなレシピを紹介しています

SEATCLUB

検索



とれぴち
アレンジレシピ
キャンペーン

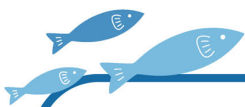
大募集中!

とれぴち商品を使った「アレンジレシピ」や「作ってみたよ!」の
写真を大募集。

とれぴち商品を使った料理を応募してね♪

詳しくは右のQRコード®か、P.17の記事でご確認を。





兵庫県の魚 クイズ



Q1 この魚の名前は
何でしょう？



【サゴシ】→【ヤナギ】→【 ? 】

Q2 これらの魚は何でしょう？



【 A 】



【 B 】

Q3 2025年度の兵庫県の海苔の
漁獲高は全国何位でしょう？

- ① 1位
- ② 2位
- ③ 3位



組合員ライターのひとこと

日本海で捕れるホタルイカの漁獲量は日本トップクラス。海苔、カキも全国有数の漁獲量を誇っているなんて。2つの海の恵みを堪能できる兵庫県に住めて本当に幸せです。(磯本 歌見)

②:40 1744B・1597A・20 204:10

【75の景】

お気に入り コープ商品

「これおいしいで」「いっぱい使ってみて」好きなものはみんなに教えたくりますね。組合員の皆さんの“イチ推し”コープ商品を紹介します。

co-op 大豆そぼろと 野菜ミックス

ドライパック(にんじん・コーン入り)

蒸してあるのでそのまま使えるという
ことで、野菜サラダに
振りかけて食べまし
た。おいしかったです。
いろいろ活用してみ
ます。

(明石市・クレマチス・
72歳)

※一部の店舗では取り扱いがありません



co-op 厚切り バナナバウム

ひと口で広がるやさし
い甘みと、驚くほどのし
とり食感。厚切りならで
はの満足感もあり、家族
みんなのお気に入りです。
(神戸市垂水区・羽・35歳)



「お気に入りコープ商品」募集中！

あなたの好きなコープ商品は何かを、ぜひ
教えてください。アレンジレシピも歓迎。

応募方法は **P.26** をご覧ください。

Information

募集 地域つながるフォーラム2026

親子でご参加ください

「つながりでめざす子育てしやすい地域づくり」をテーマに、地域の子育て支援団体などがブースを出展。キャラクター撮影会もあります。参加費無料、申し込み不要です。
※福尾誠さん特別講演の申込期間は終了しています



【とき】10月3日(土)10時～14時

【ところ】コレルせいぶん

(JR住吉駅徒歩8分 生活文化センター)

【内容】詳しくはホームページをご覧ください

コープこうべ イベントひろば 検索

【問い合わせ】

くらしの情報センター(1ページ参照)



募集 はかるたいせつプロジェクト 「商品検査の日に学ぼう2026」オンライン

10月1日は商品検査の日。「食品中の残留農薬の安全性」をテーマに、対談形式で分かりやすく解説します(約1時間)。参加費無料。どなたでもお申し込みいただけます。

【配信期間】10月1日(木)10時～11月2日(月)10時

【出演】原田孝則さん(一般財団法人残留農薬研究所顧問)、三上公也さん(ラジオ関西アナウンサー)

【申し込み】ラジオ関西特設ホームページからのみ

商品検査の日に学ぼう 2026 検索



【問い合わせ】くらしの情報センター(1ページ参照)

コープこうべの奨学金「てとて」 集中募金にご協力ください

「てとて」は、高等学校、高等専門学校、特別支援学校並びにこれに準ずる学校に在籍し、経済的な事情で修学継続が難しい生徒の夢と学びを応援する給付型奨学金です。募金は全て(一財)コープこうべ奨学金財団を通じて、奨学金として活用します。

■店舗 9月30日(水)まで募金箱を設置しています

■宅配 9月8日(火)～12日(土)配布の

『めーむ』折り込みチラシをご覧ください

※宅配では「コピーポイント」による募金も常時受け付けています(注文品番「093050」、数量「1」のご記入で100ポイント(100円)の募金)

募集 とれびち アレンジレシピキャンペーン

コープこうべとJF兵庫漁連で取り組んでいるひょうご地魚推進プロジェクト「とれびち」。対象商品をおいしく食べて、キャンペーンにご参加ください。応募いただいた方には抽選でプレゼントもあります。「とれびち」について詳しくはP.2～P.6をご覧ください。



対象商品は
このマークが目印

【部門】①アレンジレシピ部門:対象商品を使って新たなアレンジレシピを考えて応募!

②作ってみたよ! 部門:『きょうどう』9月号掲載のレシピなどで料理して応募!

【応募方法】

ホームページで詳細をご確認のうえご応募ください

コープこうべ イベントひろば 検索



【締め切り】10月25日(日)

【問い合わせ】地域活動推進部

☎078-856-1105

(月～金10時～17時)

募集 神戸市ファミリー・サポート・センター 協力会員講習会

神戸市ファミリー・サポート・センターでは、市内にお住まいの「子育ての応援をしてほしい人」(依頼会員)と「子育ての応援をしたい人」(協力会員)をつないでいます。2日間の講習を受講して、子どもの預かりや送迎などの活動を行う協力会員になりませんか。参加費は無料です。(この事業は神戸市からコープこうべが受託しています)

	とき	ところ	受け付け開始
①	1日目 10月5日(月)	玉津のつどい場 たまろっと (神戸市西区玉津町 小山180-3)	9月8日(火)
	2日目 10月8日(木)		
②	1日目 11月6日(金)	神戸市立総合福祉 センター (JR神戸駅徒歩7分)	10月8日(木)
	2日目 11月10日(火)		

※いずれも10時～16時半

【定員】各20人(申込順)

【申し込み】

神戸市ファミリー・サポート・センター

神戸市ファミサポ 検索



☎078-414-3081(月～金9時～17時、祝日を除く)

募集 さつまいもを収穫しよう！ コープこうべグループ農園「エコファーム」

と き

10月の土・日曜日に延べ4日間開催予定(生育状況に基づいて開催日時を決定し、9月10日(木)までに(株)コープエコファームのホームページでお知らせ)
午前部:9時半～10時半・午後部:13時～14時に受け付け後、順次収穫開始
※雨天決行(三木市または神戸市に当日7時の時点で警報が出ている場合は中止)

募集区画数

220区画(申込順)

収穫単位・料金

1区画7株・2,300円
(当日、現地で支払い)

持ち物

手袋、長靴、収穫物の入れ物、雨具(雨天の場合)

申し込み

(株)コープエコファームホームページの「イベント予約フォーム」から

コープエコファーム

検索



ところ・問い合わせ

(株)コープエコファーム(三木市細川町瑞穂2328-1)
☎0794-88-3366(9時～16時)



募集 特別メニューをお届けします 「まいくる」秋の人気&新作ごちそうフェア

夕食サポート「まいくる」は、栄養やおいしさを大切に考えたお弁当をご自宅までお届けするサービスです。下記の期間は「秋の人気&新作ごちそうフェア」の特別メニューを企画しています。

特別メニューのお届け期間

5日間エリア:10月5日(月)～16日(金)

4日間エリア:10月6日(火)～16日(金)

※お届け対応エリアなど、詳しくはお問い合わせください

まいくる

検索



新規ご利用の場合の締め切り

9月29日(火)(自動引き落とし口座登録済みの方)

※締め切り日までに組合員登録、引き落とし口座登録が必要です。登録完了までに時間がかかる場合がありますので、早めにお申し込みください

申し込み

く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「2番(夕食サポート「まいくる」)」を選んでください

※「まいくる」のご利用は、上記以外の期間も随時受け付けています。気軽にお問い合わせください



募集 森であそぼう！ 森のかげらあつめ・秋

と き 10月4日(日)10時～12時

ところ 社家郷山キャンプ場(西宮市越水^{こしみず})など

内容 森の散策や自然遊びなど

対象 小学2年生以下の子どもを含む家族

定員 10組(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 1人300円(3歳以下は無料)

申し込み 右のQRコード®から

締め切り 9月20日(日)

問い合わせ (有)KuseO^{フセマルファーム}Farm(事務局:久世)
☎070-9098-2398(9時～17時)



さらに楽しく読みやすく！ 『コープステーション』がリニューアル

『コープステーション』はコープこうべが発行している生活情報誌。9月10日(木)発行の10月号からは新企画が始まり、さらに文字が大きく、読みやすくなります。コープこうべ店舗での購入や宅配での定期購読で、ぜひご覧ください。
(1冊330円)

コープステーション

検索



堺の刃物とき

9月～10月

CD:コープデイズ、C:コープ、CM:コープミニ、CL:コープリビング

1 火 C宝塚	19 土 C大蔵谷
2 水 C宝塚	20 日 C姫路田寺
3 木	21 月 C深江
4 金 C島本	22 火 C西宮南
5 土 C桜塚	23 水 C伊丹
6 日 CD神戸西	24 木
7 月 C中山台	25 金 C播磨
8 火	26 土 C甲子園口
9 水 C福田	27 日
10 木	28 月 C渦森台
11 金 C鶴甲	29 火
12 土 C垂水	30 水 C北須磨
13 日 C須磨	1 木
14 月 C三田西	2 金 C浜芦屋
15 火	3 土
16 水	4 日 C西鈴蘭台
17 木	5 月 C新多聞
18 金 C高砂	

※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

コープこうべ 刃物とき

検索



「ラブコープフェスタ」で フードプランの魅力を伝える

7月6日、コープこうべ住吉事務所（神戸市東灘区）と各地区の会場をオンラインでつなぎ「ラブコープフェスタ2026」を開催。コープこうべのプライベートブランド「コープこうべフードプラン」誕生35周年の節目に、約370人の参加者が「つくる、食べる、つなぐ。フードプランと未来へ」のテーマで共に学びました。

まず、商品政策推進室の職員が「フードプラン」誕生のきっかけや、生産者とコープこうべが一緒になって取り組んでいることなどを伝えました。また、「薩摩元気豚」の産地研修に参加した店舗の職員は、豚舎や加工場を訪問して学んだことを報告しました。続いてJAきたみらいの職員が、北海道訓子府町のたまねぎ・じゃがいもについて、栽培工程や産地の課題、新品種などを紹介。試食を楽しんだ後は、地区ごとにさまざまなフードプラン商品の生産者とオンラインで交流しました。

住吉事務所の会場には2027年度の採用内定者も多数参加。組合員・職員を交えた交流タイムでは「とても勉強になりました」「コープこうべで働くことが楽しみです」と笑顔で語ってくれました。



35年の軌跡を
伝えるパネル展示

JAきたみらいの
職員が住吉事務所
の会場に



各会場とオンラインでつながり、共に学びました

大きなじゃがいもに歓声！ 家族で収穫体験を満喫

6月6日、7日、13日、14日、20日、21日の6日間、コープこうべグループの直営農場「エコファーム」（三木市）で「じゃがいも・たまねぎの収穫体験」が開催され、延べ176組が参加。「連作障害の原因になるので、じゃがいもは残さず掘ってください」という担当者の説明を聞き、丁寧に掘り起こしていきましました。

梅雨の時期ながら天候に恵まれた初日、毎年楽しみに神戸市東灘区から参加している親子4人は、お父さんがスコップを持ち、子どもたちがじゃがいもを掘り、お母さんに渡すという見事な連携プレーで次々と収穫。大きなじゃがいもが土の中から姿を現すたびに歓声が上がっていました。収穫量は予定の5kgを大きく上回り、追加でにんじんも収穫して大満足。自然の中で家族そろって楽しい休日をお過ごししていました。



たっぷりの収穫野菜！

未来の食のために私たちができること 食と農の「協同」で未来の笑顔を

7月3日、神戸市立東灘区文化センターで「第104回国際協同組合デー・兵庫県記念大会」が開かれ、兵庫県内の協同組合の組合員など257人が参加しました。第1部の記念式典では、主催団体を代表し、兵庫県農業協同組合中央会代表理事長・福本博之さんがあいさつ。また、摂津地区漁協女性部連合会会長・井上二三枝さんが、兵庫JCC宣言を読み上げました。

第2部は「食と農の『協同』で笑顔の未来を！」と題し、東京農業大学副学長・上岡美保さんが記念講演。2030年には約5億1200万人が飢餓に直面する恐れがあることや、日本の食糧生産量の減少を危惧し、「地産地消・国産国産」や食育の大切さを訴えました。参加者は「普段から食生活には気を付けていますが、改めて子育て中の若い人に伝えたい内容でした」と感想を話していました。



「将来の消費者育成のための環境づくりを」と語る上岡さん

「コープくらしの助け合いの会」 会員が集い思いを一つに

6月25日、「コープくらしの助け合いの会第15回全体交流会」を楠公会館（神戸市中央区）で開催。活動会員や利用会員、コーディネーターなど116人が参加しました。

2025年度までの累計活動時間が500・1000・2000・3000・6000時間に達した活動会員合計8人を顕彰。活動会員やコーディネーターが活動体験を発表し、「家族の介護を終え、何か人の役に立ちたいと始めたのがきっかけ。活動を通じて仲間もでき、利用者さんに喜ばれると、晴れやかな気持ちになる」などの体験談をみんなで共有しました。

今回の会の内容を考えたのは第7地区コーディネーターによる実行委員会。「頭と体の元気アップ体操」で体を動かし、第7地区有志による合唱団「スマイル7」と一緒に歌を楽しみました。交流タイムでは、グループに分かれて語り合い、参加者は「同じ気持ちの仲間と交流できて良かった」と笑顔で話していました。



「活動を通じて得た喜び」について話し合う参加者

地震・大雨による被害を受けた地域の支援に 「ハート基金」から拠出

6月8日に発生したフィリピン・ミンダナオ島沖地震および6月24日から大雨により被害を受けた地域を支援するため、「ハート基金（コープこうべ災害緊急支援基金）」から下記の通り拠出しました。拠出金は、支援活動に必要な物資の購入などに活用されます。

〈フィリピンの被災地支援〉

- CODE海外災害援助市民センターへ 100万円

〈大雨被害に対する支援〉

- 奈良県社会福祉協議会へ 30万円
- 鹿児島県社会福祉協議会へ 20万円

【ハート基金とは】

阪神・淡路大震災の後、支援への感謝の気持ちから設立。組合員の代表による「基金運営委員会」が拠出内容を決定し、迅速な支援を行います。

作曲家 臼井真先生のご逝去の報に接し 心よりお悔やみ申し上げます

7月にお亡くなりになった臼井真先生には、当組合の創立100周年記念ソング『やさしさ つむいで』を作詞・作曲いただくなど、多大なるご厚情を賜りました。温かい思いが込められた楽曲は、私たちの未来を照らす大切な宝物です。震災復興や平和への祈りを音楽にのせ、多くの人々の心に寄り添い続けられた先生の功績に深く敬意を表し、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。

※臼井先生へのインタビュー記事（2021年）

はこちら⇒ [コープのあるまちで VOL5](#) [検索](#)



やさしさによりがとうひょうごプロジェクト 10団体に助成決定

7月3日、「第10回やさしさによりがとう ひょうごプロジェクト」の本選考会がコープこうべ住吉事務所（神戸市東灘区）で行われました。このプロジェクトは、地域の社会的課題を新しい手法で解決しようと取り組む兵庫県内の団体を応援。（公財）コープともしびボランティア振興財団が賛同企業16社・生活協同組合コープこうべと共に助成をしています。

選考会では、書類選考を通過した10団体の代表が取り組みを紹介。続いて、その活動が地域社会の課題解決にどうつながるのか、今後の発展性などについて選考委員からさまざまな質問やアドバイスがあり、活発に対話が行われました。選考の結果、全10団体への助成が決定しました。

【助成団体】

- NPO法人プロジェクトサンタ
- NPO法人LGBTQユースサポート・プライドプロジェクト
- NPO法人KOBE NOURISM（神戸農リズム）
- NPO法人認知症サポートグループONBOARD
- 芦屋グローバル広場
- 淡河バンブープロジェクト
- みんなの家セラビィ
- 一般社団法人丹波篠山いぬねこ友の会
- 湊川公園手しごと市
- 一般社団法人芸術の森



団体の代表と対話を重ねて選考



\\ コープでいっしょに \\ 未来へ



Vol.40

阪神友愛食品40周年

阪神友愛食品とは？

今年で設立40周年を迎えた阪神友愛食品株式会社は、障がいのある人が働く「重度障害者多数雇用事業所」と、障がいのある人が学ぶ「能力開発センター」を併設するコープこうべの特例子会社です。働く意思と能力を持ちながら、就職の機会に恵まれない障がい者の職場を確保するため、1986年にコープこうべ、兵庫県、阪神7市1町による第三セクター方式で設立されました。



重度障害者多数雇用事業所 ～個性や障がいに応じた役割分担で活躍～

法律に基づき、重度の身体・知的・精神障がい者を一定割合以上継続して雇用している事業所。コープこうべ鳴尾浜配送センター（西宮市）・住吉事務所（神戸市東灘区）内で、全社員が協力して働いています。

紙リサイクル

コープこうべの店舗から回収する段ボール、紙パックを圧縮加工



圧縮加工後は古紙再生メーカーへ

農産物袋詰め

コープこうべの店舗で供給するタマネギの選別、計量、検品、包装、出荷作業



タマネギはコープこうべの店舗へ

販促物封入

コープ共済などの案内リーフレットの封入作業

酒類ピッキング

コープこうべ鳴尾浜配送センター内で酒類を出荷先ごとに集品

データ入力などの事務作業

住吉出張所（コープこうべ住吉事務所内）で、パソコンでのデータ入力などコープこうべの事務作業を受託。「障害者就労移行支援事業所」を運営するNPO法人ピークスネットワークと連携して取り組んでいます。

※他に、コープこうべで働く障がい者が長く仕事を続けられるよう「職場定着サポート業務」も受注

生活支援課がサポート

社員の「困り事」に寄り添う生活支援課を設けて、生活面・メンタル面もサポート。携帯電話紛失などのトラブル解決から支援機関との橋渡しまで、対応は多様。一人ひとりの表情を見て「いつもと違うな」と感じた際は声をかけ、リーダーや家族とも連携しながら、変化の兆しを早期に察知しています。

能力開発センター ～生活する力と働く力を培う～

知的障がい者のための職業訓練施設。1年間にわたり、就職に向けた社会適応訓練や体力づくり、実習などを行います。修了生の就職率は13年連続で100%。



能力開発センターの朝礼で“接客七大用語”を唱和

40周年を迎えて

元々は社名の通り食品製造業として出発しましたが、時代とともに変化する社会の需要に合わせて、現在は紙リサイクル、農産物の袋詰め、事務・軽作業などの事業を展開しています。

1986年	会社設立(西宮市内)
1987年	水煮事業を創業、能力開発センターの訓練開始
1994年	レトルト工場が完成し、食品製造業としての体制を強化
2009年	生産品目を拡大。豚汁の具やたけのこの水煮などのコープ商品、食品メーカーの委託商品を多数生産
2017年	水煮事業を終了 紙リサイクルなど新しい業務を開始
2018年	コープこうべ鳴尾浜配送センターへ移転
2022年	コープこうべから「障がい者職場定着サポート業務」を受託
2023年	コープこうべ住吉事務所内に「住吉出張所」を開設し、事務・軽作業を受託

10年後のありたい姿は？

40周年を迎え、社員全員で改めて会社の成り立ちや、事業の移り変わりを振り返る勉強会を実施。会社のことを深く知り、自ら語れる社員を育成しています。歴史を学ぶとともに、自分自身や会社の未来を見つめ、「10年後のありたい姿」を寄せ書きにまとめました。



社員の声

小松 裕朗さん

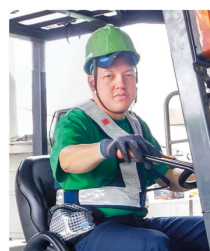
住吉出張所を立ち上げた年に入社しました。何もない状態からマニュアルを作成し、現在も改訂を重ねています。主な業務は単純作業やチェック業務で、一見簡単に見えても集中力が必要な仕事です。当初は数部署からのみ受けていた依頼が、現在は15部署にまで拡大しました。個人のレベルアップが会社全体の信頼につながることにやりがいを感じています。10年後の目標はジョブコーチの資格を取得し、人材育成に携わること。これまで何度もつまづいている経験を生かし、同じように障がいのある人たちを手助けしたいです。



同僚の声.....
小松さんは仕事が確実で、後輩の面倒見も良く、みんなの兄貴分的な存在です。

小椋 智貴さん

段ボール・紙パックのリサイクルを担当しています。この仕事を8年続けてきて、任せてもらえる役割も増えてきました。フォークリフトを使った業務や、プレス機に段ボールが詰まったときに機械を止めて原因を確かめる「トラブルシューティング」などは、やりがいを感じます。社内の「人づくり委員会」では、社内報用の写真撮影などもしています。これからもっと成長して会社に貢献したいです。



同僚の声.....
小椋さんは仕事が丁寧で、慣れてきても無茶をしないので、安心して仕事を任せられます。

組合員ライターのひとこと

生活支援課の皆さんの「職場から“ハッピー”で帰って、毎日元気に来てもらえることが目標」という言葉が印象的でした。(行本 美栄子)



コピーのクイズ道場



ポイント進呈のため
コピー番号か
組合員番号を書いて
応募してね!

正解者の中から抽選で
40人(各問20人)に
コピーポイント
1,000ポイントを進呈

問一

二つの二字熟語の読み仮名を並べ替えて、三字熟語の読みになるように
リストの文字を入れよう。残った文字を並べ替えてできる言葉は何か?

上級

リスト

曜学人岸
司花微神
紙車険間
服小待福
状乱太観
楽彼顕

例

勇氣
(ユウキ)

+ 車検
(シャケン)

= 研究者
(ケンキュウシャ)

声

+

用

=

生

陽

+

上

=

招

危

+

日

=

鏡

視

+

夜

=

覧

私

+

知

=

七

「ヤ」「ユ」「ヨ」は
小さな文字にも
なるよ



答え

問二

□にリストの文字を入れて言葉を完成させよう。
残った文字を並べ替えてできる言葉は何か?

中級

リスト

ヨ・ゴ・イ・ン・チ・ク・ネ・リ・ウ・ン・タ・ン
ン・メ・リ・ド・ハ・カ・ン・マ・ヤ・ヒ・リ・ズ

- ① ア□キ□□ (相手の力を利用する技を中心とした日本発祥の武道)
- ② ア□□キ□ (おばあさんを訪ねる途中、オオカミと出会う少女のお話)
- ③ ア□□キ□□ (一年を締めくくる競馬の祭典)
- ④ ア□□□キ (佐賀県を代表する伝統的な磁器)
- ⑤ ア□□□□キ□□□ (道成寺伝説に登場する男女)

答え

応募方法

どちらか1問だけでもOK

- パソコン、スマートフォンの場合は専用の応募フォームで
- ハガキの場合は、クイズの答え、コピー番号10桁(店舗
を利用されていない方は組合員番号8桁)、
〒住所、名前、年齢、電話番号(任意)、
『きょうどう』の感想を記入してご応募
ください(感想は一言でも結構です。
どんな感想でもご遠慮なく)



きょうどう 応募

検索

【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』クイズ道場係

【締め切り】 10月5日(月) 消印有効

※当選者にはEメールまたは郵便でお知らせします

8月号の答え

問一

海の家

問二

沢蟹

高	今	人	五
天	の	魚	の
原	焼	姫	豆
朝	金	雑	果
御	の	木	の
飯	塔	林	実
道	鑑		酒
案	定		
内	書		

7月号のクイズは解答総数4,330のうち、正解は4,165でした。

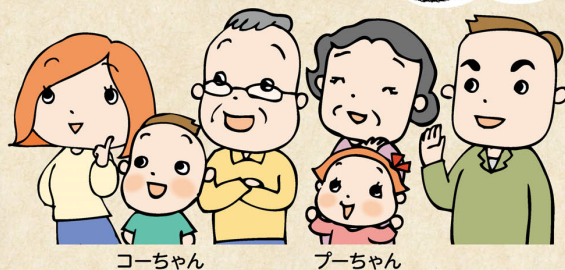
みんなのひろば

みなさんからの
お便りを
コープちゃん
一家が紹介!

思い出のアルバム

秋の味覚の思い出

栗や柿、きのこなど、秋の味覚には
おいしさや懐かしさ、家族の思い出もいっぱい。
心温まる秋の思い出が、豊かに実りました。



コーちゃん

プーちゃん

受け継がれる鮎の食卓

我家では毎年、秋に鮎を食べます。鮎は縄文時代から食べられており、鮎をかみしめる度に日本古来の魚、鮎の風味を感じ、枕草子でも平安時代の貴族の食生活に登場していたことを思います。普通の食事なども何だか「いとをかし」な感じがしますね。

(神戸市北区・おもむきふかこ・77歳)



なんの“おかし”かと思ったら「とても素晴らしい」という意味なんだね

きのこ博士と秋探し

小学生の頃、きのこ博士ときのこ狩りに行く機会がありました。山でいろいろなきのこを採り、その中から食べられるものを教えてもらい、家に持ち帰りました。その時食べたひらたけの味がいしくて忘れられません。今では貴重な体験だったなと思います。

(三田市・かず・23歳)



プーちゃんもきのこ博士に教えてほしいな♪

そんなに甘くなかった?

35年ほど前、生野の銀山湖近くの川辺でバーベキューをしました。そばにたわわに実った、とね柿の木があり「ラッキー!」といっぱい取ったところ、全部渋柿! 口にするのも初めてで、渋の抜き方も知らず、泣く泣く捨てるハメに。今なら干し柿にする術も知っているのに、残念無念です。

(神戸市東灘区・まろんばいん・71歳)



渋柿も手間をかければ甘くなるんじゃない?

“クセ”が強いのです

35年ほど前、ポリ袋いっぱい銀杏を拾い出社したときのこと。沈黙に包まれた満員のエレベーターの中は一変、気まずい空気に。何とか打開せねばと「銀杏ですよ」と言ってみたのですが、その時のみんなの引きつった笑顔が忘れられません。

(西宮市・虫の母・61歳)



密室のハプニング、どちらの気持ちもよくわかります

骨抜きに骨が折れ

嫁いで初めての秋祭りにサバ寿司を作るのが恒例行事と知り、ビックリ! 家族、親戚が多かったのので、仕事と家事の片付けの後、夜な夜な大鍋に10匹~15匹のサバの下ごしらえをしました。骨抜きは本当に大変でした。今では3匹もあれば十分。孫たちの喜ぶ顔が励みです。

(佐用郡佐用町・ゆばちゃん・73歳)



夜にサバの下ごしらえて、ホントに大変! 盛大な秋祭りだったんでしょうね

薪の香りと栗ご飯

祖母がこさえた栗ご飯。午前中から栗の鬼皮と渋皮を丁寧にむいて、夕げの栗ご飯の下準備をしていた祖母。本物のかまどに薪をくべて炊き上げた栗ご飯はほんのり淡口の醤油味。栗の甘さと相まって、いまだに祖母の栗ご飯がマイベスト。

(箕面市・ササニシキ・66歳)



かまどで炊いたご飯は、何よりのごちそうね

投稿募集!

「思い出のアルバム」テーマ: 年末年始の思い出

年末の大掃除で思わぬお宝発見! おせち作りや初詣、帰省先での珍事件など、笑ってしまうハプニングから心温まる出来事まで、あなたの「年末年始の思い出」をお寄せください。

Present!

掲載された方には **コピーポイント 1,000ポイント** を進呈
10月5日(月)必着 ※原文は短くする場合があります

あて先は
P.26へ



ああ、勘違い…

その1

夫婦で買い物に行くと、夫がカートを押して付いて来てくれます。2つ3つ品物を選んで、斜め後ろのカートにポイと入れると「何!」と声が。見たこともない男性のカートに放り込んでいたのです。似たような性格好で、絶妙な距離だったので…。当の夫は、ウロウロとお菓子売り場を回っていました。ちゃんと付いて来てよー。

(神戸市須磨区・ほほ・78歳)

その2

6月号「不審者じゃないの」の、おっちょこちょい主婦さんへ。私は家族の車と似た、知らない人の車の助手席に乗り込んだことが2度あります(汗)。

(神戸市長田区・方向音痴も悩みのタネ・68歳)



おお、なかなかツワモノぞろいじゃのう〜

見えすぎても困る!?

今は日帰りで白内障の手術ができるので、受ける人は多いと聞きます。手術を受けた人から「とってもよく見える」と言われ、背中を押された夫。手術の日まであと1カ月、私がひそかに心配しているのは、手抜き掃除と、私の顔のことです。70代、シミもシワも増え…。これもしっかり見えるのかしら?

(尼崎市・ふうちゃん・72歳)



手抜き掃除は、私も見逃してほしいわあ

誰かの手に、ありがとう

毎週、「こはい」にお世話になっています。たくさんの方が分担されて、配達荷物をセッティングしていると聞きました。配達のお兄さんが「ご苦労さま、ありがとうと言われるのは、ぼくたちだけ」と言われていて、ほのぼのしました。良いお兄さんです。

(加古郡播磨町・玉ねぎ・66歳)



いろいろな人がお仕事してくれているんだね

さて、今日は何にしよう

調理に全く興味が無い夫。私が作るごはんを44年間、文句も言わずに食べてきました。よ〜く考えてみたら、これってすごい! 私には無理。これからも、私が食べたい物を作り続けます。

(明石市・笑顔満開・67歳)



最後の一文に、強い意志を感じるわね

夢はライブ!?

先日、娘の高校の文化祭へ。バンドのドラム演奏が格好良かったので、ドラムを衝動買いしてしまいました(笑)。練習はしていますが、音楽経験もリズム感もほぼなく、四苦八苦。子どもたちの方がうまくなり、へこみますが、少しずつでも上達できるようにがんばりたいです! リビングも占拠しているし(夫よ、ごめん)。

(神戸市西区・ママし・45歳)



その前向きさ、すでに格好良いです



私も一言

安心とおいしさ届ける

6月号で紹介されていたエコファーム。私もエコファームの野菜をできるだけ買うようにしています。「道の駅よかわ」に行くときにそばの県道を通るので、ここで野菜たちががんばって育っているのだなと感じています。これからもエコファームの取り組みを継続していただきますように。

(加古郡播磨町・てんてこまり・65歳)



持続可能な農業、応援していきたいわ



ここで一句

(神戸市東灘区サマリん・47歳)

おまえもか
値段そのまま
量は減り



仕方ないことは分かっているけど…。
ちょっと寂しいですね



私も一言

のど元まで出てるのに

6月号掲載の一句「老夫婦 しゃあない二人で 一人前」。わが家もそろそろ、その域に達しようとしています。うちの会話は、「今日もまた アレ・ソレばかりで 日が暮れる」です。なかなか固有名詞が出てこなくなっています。

(豊中市・白いドラ・69歳)



それでも不思議と通じるから面白い
(笑)



ここで一句

(揖保郡太子町・よつちゃん・60歳)

休日は
夫婦二人で
朝寝坊



お休みの日だもんね～

投稿募集!

身近にあった面白いネタやあなたの体験談をお寄せください

- 「私の備え・私の1.17」震災当時のエピソードや災害への備えなど **P.1**に掲載
- 「お気に入りコブ商品」理由も教えてください **P.6**に掲載
- 「思い出のアルバム」テーマ：年末年始の思い出 **詳しくはP.24**
- 「私も一言」お便りへの感想など ●「ここで一句」五・七・五にホンネを込めて
- 「自由投稿」ふと思ったこと、気になること…。喜怒哀楽、自由にどうぞ!

※投稿はいずれのテーマでもOK。ハガキ・FAXの場合は、
コピー番号10桁(店舗を利用されていない方は組合員番号8桁)、
〒住所、名前、ペンネーム、年齢、連絡先(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

Present!

掲載された方にはコピーポイント**1,000ポイント**を進呈
※ポイント進呈には**コピー番号または組合員番号**が必要です。
記入をお忘れなく!

あて先

〒658-8555

コブこうべ『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

パソコン、スマートフォン
の場合は、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

10月5日(月)必着

※原文は短くする場合があります

組合員ライター
が行く!!

地元のええところ

高砂市

おう しこ

生石神社



古代のロマンと歴史を楽しむ 神秘のパワースポット

生石神社の周辺は、1,700年以上続く「^{たつやまいし}竜山石」の石切り場。加工しやすい石材は、現在の奈良県や山口県などにも運ばれ、石棺に使われてきました。神社の境内には、巨大な石が水面に浮かんでいるように見える国指定の史跡「石の宝殿」があり、「日本三奇」の一つに数えられています。「浮石」とも呼ばれるこの石造物は人が造ったものではありませんが、その目的は今も解明されていません。『播磨国風土記』などにより多くの伝説が語り継がれ、現在はパワースポットとして人気です。私も願いがかなうよう、思い切り石を押してきました。毎年10月第3土・日曜日には、御祭神を祀る秋祭りが開催されます。(藤田)

\\ 巨大な石は神社の御神体 //



- 住 所 高砂市阿弥陀町生石171
(JR宝殿駅徒歩25分)
- 電話番号 079-447-1006(生石神社)
079-441-8076(高砂市観光交流ビューロー)
- 参拝時間 年中無休・終日自由
- 拝 観 料 100円
- 駐 車 場 あり

詳しくは
こちら▶

高砂市観光交流ビューロー

検索



次の『きょうどう』発行日は10月6日(火)です