



新登場!!

cope.アプ!!

便利な
使い方を
ご紹介!

忙しくて買い物に行く
時間が無い…

日々の献立づくりが大変…

\そんなあなたに!/ レシピ注文
レシピも材料の
注文もこれ一つ! 「cope.シェフ」

cope.
chef

レシピ注文「cope.シェフ」はさまざまなレシピが検索できて、お好みのレシピを見つけたらタップ(画面を押す)するだけで食材の注文も完了!毎日の献立も、毎週のご注文もこれひとつでラクラクできるレシピ提案サービスです!

Point 1

一人ひとりに合った
レシピの食材をタップ
するだけで注文

家族人数や旬の食材、調理時間などから選んだレシピの食材をタップするだけで注文できます。

Point 2

豊富な食材から
必要な分だけ

安心・安全で豊富な食材から必要なものだけをレシピから注文できます。毎日の献立の悩みはもちろん、食材を買いつぎたという問題も解決します。

Point 3

商品や数量の
変更は自由自在

レシピごとに人数を変更したり、商品の変更や削除、数量の変更なども自由自在です。

わたしたちがcope.アプリを体験してみました!!

..... わたしたちの おすすめポイント☆

ポイント 1 eふれんずの機能がアプリでかんたんに使いやすくなりました!

わたしはいつも「eふれんず」で注文していましたが、いままでは毎回コードとパスワードを入力しなくちゃいけないので面倒でした。このアプリは開くだけで簡単にeふれんずの機能が利用でき便利!限定商品も毎週チェックしています!

(めいちゃん)

ポイント 2 cope.シェフ「レシピ注文」で献立のマンネリ化を減らせます!

使いたい食材からレシピを検索できるし、気になるレシピは「お気に入り」にいれておけばいつでも見られるんですね!レシピの種類も多いので毎日の献立が楽しく選べます!

(こうたん)

ポイント 3 デジタル組合員証が使えるようになりました!

いままでは提携店に組合員カードを持っていくのを忘れてしまうことがよくありましたが、これからはアプリにデジタル組合員証が入っているので忘れる心配がありませんね!

(野球少年)

▼提携店はこちらから▼
<https://cooplifetokushima.com/service/#cnt>

デジタル組合員証
QRコード
【提携店QRコード】

＼ 登録もかんたん! みなさんもcope.アプリにチャレンジしてみましょう! ／

この
アイコンが
目印!!

cope.

ダウンロードは
こちらから!

App Store からダウンロード
Google Play でダウンロード

※ Apple、Apple のロゴは、米国
およびその他の国で登録さ
れた Apple Inc. の商標です。
※ App Store は、Apple Inc. の
サービスマークです。
※ Google Play および Google
Play ロゴは、Google LLC の
商標です。

● YOUTUBE
最近、孫がはまっているYOUTUBE。いろいろ説明してくれるのですが、私たちも

【板野支所 のりくん 69歳】

娘家族に温泉旅行に連れて行ってもらいました。玉造温泉とってもよくなつて、夜と朝2回入ったら体の痛いところが飛んでいつたみたいです。うれしかったです。

【板野支所 北泊ワカメ】

娘家族に温泉旅行に連れて行ってもらいました。玉造温泉とってもよくなつて、夜と朝2回入ったら体の痛いところが飛んでいつたみたいです。うれしかったです。

【美馬支所 F.O. 81歳】

首、腰、膝の痛みがあり整形の先生に度々お世話になっています。眼科、内科と病院めぐりの生活です。テレビ、新聞の広告を見てお医者さんおすすめ商品ですと書かれていた枕とか膝サポートを見ていたら購入してしまい押し入れで眠っています。同じようなものを何点か持っています。どれを使ってみても同じような感じで、無駄なことをしているようで、これは考えなければいけないなと思うようになりました。

【板野支所 北泊ワカメ】

●無駄なこと

首、腰、膝の痛みがあり整形の先生に度々お世話になっています。眼科、内科と病院めぐりの生活です。テレビ、新聞の広告を見てお医者さんおすすめ商品ですと書かれていた枕とか膝サポートを見ていたら購入してしまい押し入れで眠っています。同じようなものを何点か持っています。どれを使ってみても同じような感じで、無駄なことをしているようで、これは考えなければいけないなと思うようになりました。

【美馬支所 F.O. 81歳】

●温泉旅行

娘家族に温泉旅行に連れて行ってもらいました。玉造温泉とってもよくなつて、夜と朝2回入ったら体の痛いところが飛んでいつたみたいです。うれしかったです。

【板野支所 北泊ワカメ】

●甲子園の思い出

毎日60分ウォーキングをしています。22年続けています。歩いたあとの気分はすがすがしく、帰宅後の1杯の「あづみの水」がとても美味しいです。

【板野支所 M.K.さん】

●マーチングのすばらしさを体験して

50年前だったでしょうか？高校野球が好きな娘を誘って春の選抜大会の決勝を見に行こうとしたのですが、高知と東海大相模でも主人も高知側に行くつもりだったので、原選手のファンだった娘はテレビの方がよく見えると行きませんでした。ところが主人がチケットをまちがって東海大の方を買ってしまった、それも選手たちがいるベンチのすぐ裏手だったので原選手目の当たりに見ることができたのです。娘に話したら泣いて怒っていました。

【板野支所 あいゆめ】

●不安心

ワクチン接種の副反応はさまざま1回目と2回目、3回目になるともっと違う。いろんな副反応が知りたいです。1回目はファイザーで打ったところからじんましんが出ました。かゆくてかゆくて10日間ひくまでに

最近、孫がはまっているYOUTUBE。いろいろ説明してくれるのですが、私たちも

【板野支所 ゆりちゃん】

●ウォーキング

毎日60分ウォーキングをしています。22年続けています。歩いたあとの気分はすがすがしく、帰宅後の1杯の「あづみの水」がとても美味しいです。

【板野支所 M.K.さん】

●優しさ

2歳の娘が最近何でも「自分でやる！」と言っています。朝、服に着がえる時「自分で着るよ！」と言ったので、ほつたらかしにしたいたら、なんとズボンを頭にかぶりTシャツをスカートみたいにして着がえていました。

娘は自分で着がえることができたと思いました。(笑)

【板野支所 ゆづママ 29歳】

●最新の情報

消費者情報コーナーを毎回読んでいます。

昨日、四国電力を名乗り、安い電気料金の案

内の電話がありました。あやしいと思い、問い合わせたのですが、すぐに電話を切りました。

いろいろ手口で人をだますことが横行しています。この「コーナー」を読んで、最新の情報を知りたいと思います。

【板野支所 ほのびー】

●ポイ活

昨年11月にスマホデビューしました。これを機に生活費をまとめてクレジット払いにして、ポイントを貯めるポイ活をはじめました。生協さんもクレジット払いができるようになるかポイントが貯まるようになればいいなと思っています。

【板野支所 ももちゃん】

●ほっこりした出来事

母が7月に「かなり気落ちしていましたが、11月になり喪中ののはがきを学生時代の友人に出したところ、お供え物を送ってくれました。大学を卒業して40年余り、年賀状のやりとりはしていましたが、まさかと思いました。友人の話によると4年の実習の時、我が家から一緒に小学校に通い、2週間のあいだ日々母の声が頭に残っていたのでなつかしくなり送ったと言つてくれました。そんなことを思ひ出してくれたことがとてもうれしくなり悲しみが和らいでいました。

【板野支所 さみちゃん 58歳】



機関紙企画集会議より

お便り募集テーマ「機関紙『阿波展望』の感想や取り上げてほしいテーマ」にたくさんのお便りをよせていただき、ありがとうございました！できるだけみんなさんのアイデアを今後の誌面作りの参考にさせていただきます！今回のわいわいトークは以前いただいた投稿から紹介できなかったものを中心掲載しています。今後とも皆さんからのお便りお待ちしております！

●3月号の当選者
クイズの答えは **コウシエン** (甲子園)
*応募総数 / 218名 *正解者 / 217名
紙志歩(美馬) / 那須野洋子(阿南) / 江澤由里(阿南) / 篠原涼子(阿南) / 中島美代子(阿南) / 磯野佳代(徳島南) / 武辻茂美(徳島南) / 木虎ぬぐみ(徳島南) / 近藤妃香理(板野) / 新田知恵子(板野)

**組合員さんの
お便り 大募集!**

7月号のテーマは
今年の夏は何したい?

コロナ禍も続いているですが、今年の夏は何をしたいですか？皆さんの投稿お待ちしています。

本紙「阿波展望」についての感想やご意見、とくしま生協に関する事や最近自分が思っている事など、何でも記入してください。

7月に予定されている地域のイベントなどの情報や参加したイベントの感想などもお待ちしております。

みんなの意見やご近所のイベント情報・名産・特産品などを教えてください。
その他お便り、○○な情報など、お待ちしております!!

「わいわいトーク ウフフ」への記事掲載者には粗品進呈!

※掲載する情報についてはスペースの関係上、機関紙編集委員会にて調整させていただきます。

5月1日、3年ぶりに第九演奏会を鳴門教育大の講堂において、認定NPO鳴門第九を歌う会主催で、感染対策をして開催予定でしたが中止になりました！(てんとうむし)

理 事 会 だ よ り 2月22日(火)

報告された主な内容

- 1月度仮決算報告について
- 2022年度各部門のすすめ方
- 監事会議事録について
- 宅配事業のまとめ
- 店舗事業のまとめ
- コープしづく関連
- 中四国地連管内生協供給状況
- 2022年度第1次人事異動について
- コーブラン商品報告書 CLさぬき鍋 焼きうどん(具・つゆ付)
- コーブラン商品報告書 CLさぬき 包丁切り肉うどん(具・つゆ付)

協議決定された主な内容

- 総代会招集通知と書面議決書の取り扱いについて
- 組合員の除名の件と役員報酬限度額決定の件
- 日本生協連代議員とコープ共済連代議員選出について
- 名西支所建設について

協議事項

- 2021年度のまとめと2022年度のすすめ方

理 事 会 だ よ り 3月23日(水)

報告された主な内容

- 2月度仮決算報告について
- 宅配事業のまとめ
- 店舗事業のまとめ
- コープしづく関連
- 中四国地連管内生協供給状況
- 第2回総代選挙管理委員会議事録と当選者公告
- 2~3月度の活動及び概況報告
- 組合員・共済・供給・出資金の状況
- 2月度供給未収金等の状況

協議決定された主な内容

- 総代会関係について
- (まとめ・すすめ方・決算見込み・予算・剰余金処分案・整理対象(住所不明)組合員についてなど)
- 地区別総代会議の日程・場所・参加役職員について
- 徳島県生協連通常総会の代議員について
- コープラスフーズ融資延長の件

出資金
12月末: 2,908,983千円
1月末: 2,926,111千円
(△17,128千円)

消費者情報コーナー

このコーナーは、「徳島県消費者センターとくしま消費者交流ひろば」様より情報提供いただき、若者および高齢者に情報を広げ、消費者トラブル未然防止にお役立ちいただけますようお知らせしています。



修理依頼、急いでいても代金は確認を!

「賃貸マンションの鍵を紛失し、部屋に入れなくなった。慌ててネットで検索し『鍵開け3,000円』と書いてあった鍵修理業者に来てもらった。作業が終わって出張料、作業料等3万円を請求された。」「トイレが詰まり、マグネット広告の業者を急いで呼んだ。便器の交換が必要と言われ、やむを得ず了承したが、交換後15万円を請求された。」等、緊急事態時の契約トラブルが発生しています。その多くはネットやチラシを見て安価な修理代金を表示していたので来てもらったが、高額な代金を請求されたというものでした。修理を依頼するときは、電話をしたときに状況をきちんと説明し、代金がいくらかかるか確認の上、依頼するようにしましょう。いざというときに慌てないように、普段から信用できる業者を調べておくことも大切です。また、ホームページや広告の表示とかけ離れた金額で契約をしてしまったときは最寄りの消費者センターに相談しましょう。

お墓の引越しを巡るトラブル

「墓を管理していた祖母が亡くなり、住んでいる近くの墓に遺骨を移したいと菩提寺の住職に相談すると、『寺を立て替えた際の寄付がされていないので、離壇の前に寄付をしてほしい』と言われたが納得できない」という相談がありました。墓を撤去し遺骨を他の寺などの墓に移す際に、高額なお布施(いわゆる「離壇料」)を要求されたというトラブルが増えています。一般的に墓を移転する際は、墓を撤去し更地にする費用、新たな墓の購入費等が必要です。また、お布施については明確な基準がないため、金額に納得がいかない場合は、基本的には寺と話し合うことになります。

なお、墓の引越しには、墓地管理者から「埋蔵証明書」をもらったうえで墓地の所在地の自治体に申請し、「改葬許可証」を受け取ることが必要です。

消費者トラブルのご相談は

消費者ホットライン
ダイヤル



おたよりカード

●クイズの解答

A	B	C	D	E

※書ききれない場合やイラストなどは、別の用紙にお書きください。

組合員コード

氏名

(ペンネーム)(

年齢()歳
※掲載()
○・×を記入してください。

クイズ当選の場合は氏名を掲載させていただきますのでご了承ください。

支所(班名)・店

お電話

応募用紙に記入し、配送担当者、またはお店のサービスカウンターまでお出しください。

締め切り:5/20(金)提出分まで

私のおすすめ商品

●5種のチーズピザ

私も家族もピザが大好き…でも注文を見落としていました。今度あつたら美味しいピザいたします…楽しみです。阿南支所かおりんさん教えていただきありがとうございます。「美馬支所 Y・Yさん

●国産若鶏からあげ(和風しょうゆ味) 30g

レンジでチンするだけですぐ食べられるし、冷めてもやわらかいのでお弁当にも最適。しょうゆ味も濃すぎず、おかずにおつまみに重宝しています。【板野支所 N】

私のおすすめレシピ

●超簡単ラスク

ちょっと古くなったり固くなったりした食パンを一口大に切って、油でこんがり揚げます。揚ったらグラニュー糖をふりかけて出来上がり。お好みできな粉をかけてもおいしいですよ。おためしあれ!!

【徳島南支所 かまゆまま】



コープだより等で案内した取り組みを報告しています。
問い合わせ TEL.088-698-0505 (企画部)

3/10木 (株)ステップアップコープとくしま入社式がおこなわれました

今年度は新入社員として藤本珠季さん、新指導員として豊澤琴羽さん・山下琉維さん・村雲瑞希さんの計4名が入社式に臨み、これから決意を力強く述べられました。また、来賓の方々や先輩社員から激励のメッセージが送られ、会場からは緊張感が伝わってきました。

(株)ステップアップコープとくしまの紹介

【就労継続支援A型事業所】

「ステップアップコープとくしま」は就労継続支援事業所A型として徳島県内で初めて、一般企業によるA型事業所をとくしま生協100%出資で開所しました。

就労継続支援A型事業所とは、障害者総合支援法に基づく就労継続支援のための施設で、企業などで就労する事が困難な障がい者と雇用契約を結び、就労の機会を提供して、事業所での作業を通じて、知識・能力の向上を図り、一般就労に向けた支援を行います。

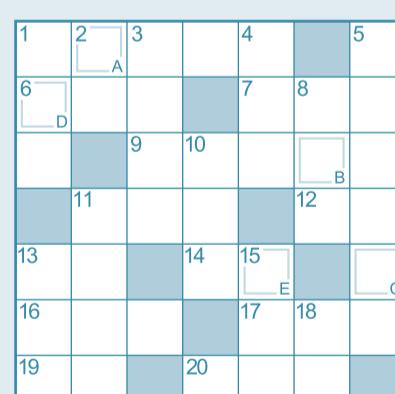
- 主な生産活動の内容
- ①とくしま生協で使用しているコンテナ等の洗浄作業
 - ②とくしま生協配送トラック片づけ作業
 - ③とくしま生協物流センター清掃作業
 - ④とくしま生協物流センター商品袋のくくり作業
 - ⑤とくしま生協注文書読み込み作業
 - ⑥とくしま生協注文書セット袋がけ作業



クロスワードパズル

パズル作成/めいちゃん

答えは「クイズの解答」欄へ記入してください。2重マスの文字を使って言葉にしてください。
正解者の中から生協の値引券(500円)を10人にプレゼント!

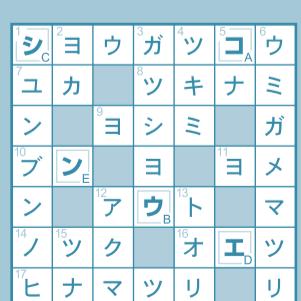


タテのカギ

- ①武将が頭部を防護するためにかぶつた武具
- ②量より〇〇、〇〇が落ちる
- ③恒星の周りを回っている星のこと
- ④こどもの日に食べる、もち米を材料にした餅菓子のひとつ
- ⑤赤穂浪士
- ⑥進んで何かをしようと思うこと
- ⑦戦い、〇〇〇に勝つ
- ⑧進んで何かをしようと思うこと
- ⑨恒星の周りを回っている星のこと
- ⑩こどもの日に食べる、もち米を材料にした餅菓子のひとつ
- ⑪餅菓子のひとつ
- ⑫赤穂浪士
- ⑬戦い、〇〇〇に勝つ
- ⑭勇ましい意気、物事を恐れない強い気力
- ⑮漢字の読みを示すふりがなのこと
- ⑯玄米を精米(精白、搗精)した米
- ⑰勇ましい意気、物事を恐れない強い気力
- ⑱漢字の読みを示すふりがなのこと
- ⑲玄米を精米(精白、搗精)した米
- ⑳勇ましい意気、物事を恐れない強い気力

ヨコのカギ

- ①端午の節句の供え物。かしわの葉で包んでいる
- ②本を英語で言うと
- ③京都と言えば、〇〇〇さん
- ④生活協同組合の略
- ⑤季語及び五・七・五を主とした定型を基本とする定型詩
- ⑥ブラック
- ⑦海に対する反対の言葉で「高く平らな土地」
- ⑧沸かしただけの何も入れていないお湯のこと
- ⑨つまむこと。また、つまんだ量。ひと〇〇〇の塩
- ⑩漆の木から採れる樹液のこと
- ⑪くらい、身分…「高い〇〇〇の人」
- ⑫落ち葉や木片などを燃やすこと



◆3月号の答え合わせ



イラスト大募集!!

2022しこくピースアクションリレーinとくしまが7月30日(土)に開催されます。ピースアクションリレーは平和への想いを四国4県でつなげていく取り組みで、今年で24回目を迎えます。今年はとくしまの実行委員会が四国4県で使用する統一グッズを作成することになりました。そこで組合員の皆様にイラストを募集します! 平和への想いをぜひイラストにしてください。お待ちしています!



実物大見本

前回(2018年)作成した統一グッズ。美馬支所の組合員さんによるデザインです。

5月20日(金)までに、配送担当者もしくはコープのお店のサービスカウンターに出してくださいね!

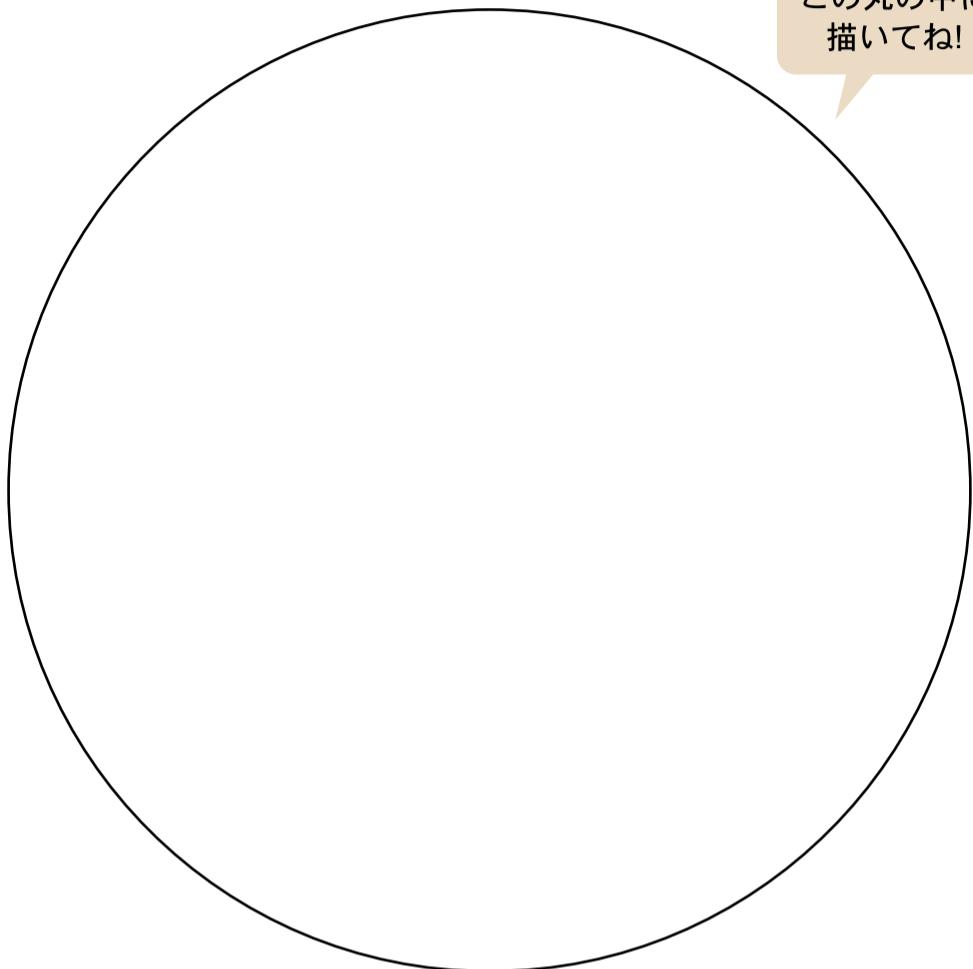
●お問い合わせ:企画部 TEL.088-698-0505

【班名】

【お名前】

【組合員コード】

この丸の中に描いてね!



2022年 緑の募金のお知らせ

緑の募金

皆様のご協力をお願いします

緑の募金は地域の緑化活動や、学校の環境緑化などに使われます。今回寄せられた寄付金は「とくしま協働の森づくり事業」を通じ、県内の森林の保全活動に活用させていただきます。

1064	1口 100円
1065	1口 1,000円

募集期間:2022年4月3回~6月4回

ユニセフ「ウクライナ緊急募金」のご協力のお願い

とくしま生協では、ウクライナ緊急募金に取り組むこととなりました。

ウクライナの子どもたちの命を守るために募金にご協力ください。

ユニセフは、ウクライナの子どもたちやその家族を支援するために6640万米ドル(約70億円 1米ドル=109円で計算)の支援を国際社会に呼びかけています。これを受けて、日本ユニセフ協会は、2022年2月25日より、ウクライナ緊急募金の受付を開始いたしました。皆さまのご協力をよろしくお願ひいたします。

お寄せいただいた募金は、ユニセフを通じて義援金および支援金として寄付します。



■募金の方法 注文番号 1062 注文数「1」で 100円

4月1回~5月4回注文書 注文番号 1063 注文数「1」で1,000円

募金は、翌週配達の商品代金と一緒に、請求させていただきます。

2022年3月 生活協同組合 とくしま生協 ●お問い合わせ 企画部 TEL.088-698-0505

BEST SHOT

ベストショット! 今月の一枚

【数寄屋橋】
徳島中央公園、鷺の門から北側のお堀にかかる情緒ある橋です。数寄屋橋は別名「不明門」とも呼ばれた門に通じる橋で、城内の凶事の際以外には開かれない門に通じる橋でした。(はなこ)

あなたの感動した場所やイベント・ペットなど、何でも結構です。皆さまのご自慢の写真をお待ちしています。写真データと100~150文字程度の説明文を付けて下記のメールアドレスにお送りください。

【携帯・スマート・PCからでも投稿できます】
webmaster-t@tokushimaseikyou.or.jp

※メールの件名に「ベストショット」「写真投稿」などを記入いただき、投稿がわかるようにしてください。投稿いただいた写真は機関紙委員会にて選定いたしますので、すべて掲載されるものではありません。

編集後記

さっそくコープアプリを登録し、利用してみました。登録もスマホから簡単にできました。レシピ注文画面では、レシピが充実していて、作ってみたいレシピがたくさんありました。子どもが和食が好きなので、和食レシピが増えたらいいなと思いました。みなさま、この機会に、コープアプリを利用してみてください。(こうたん)