

**とくしま生協
機関紙**

あ わ て ん ぼ

阿波展望

5月号
No.422
2024

<https://www.tokushimaseikyou.or.jp>
〒771-0289 徳島県板野郡北島町中村字東堤ノ内30-3
TEL.088-698-5100 発行責任者/大久保 秀幸

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS

- 1 異議をなくす
- 2 貧困をせしむ
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 12 つくる責任つかう責任
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう

// 食品ロスをなくそう! //

フード ドライブ



とくしま生協の取り組みを紹介します。
フードドライブとは、家庭で余っている食品を回収し、フードバンクを通じて、食べ物を必要としている福祉施設や団体に提供する活動のことです。

とくしま生協の店舗(コープ北島・コープ住吉)では2023年から、まだ食べられるのに捨てられる食品ロスを削減するため、「特定非営利法人フードバンクとくしま」と連携し、フードドライブを実施しています。

ご家庭で余っている食品がございましたら、ぜひご寄付ください。



2022年から続く物価高で、個人からの食品の寄付が減った一方、企業や団体からの寄付が増えています。その中でも、とくしま生協の組合員さんは食品ロス削減の意識が高いのでたくさんの寄付をいただき本当に助かっています。いただいた食品等は県内のこども食堂や福祉施設をはじめ、生活困窮者の方などに提供しています。「もったいない」から「ありがとう」への輪がこれからも広がっていくよう活動してまいります。



特定非営利活動法人
フードバンクとくしま
清田麻利子 理事長



フードバンクとくしまに
集まった食品



フードバンクとくしまに
設置している
ロッカーステーション

提供いただきたい食品

(次のすべての条件を満たしている食品)

- *賞味期限が明記されており、かつ1ヶ月以上あるもの
- *常温で保存可能なもの
(肉や野菜などの生鮮食品、冷蔵及び冷凍食品は不可)
- *未開封であるもの
- *包装や外装が破損していない、中身が出でていないもの
- *包装や外装をほかのものに移し替えていないこと



具体例

- 穀物(お米、麺類、小麦等)
- インスタント及びレトルト食品
(カップ麺、カレーなど)
- 缶詰、瓶詰
- フリーズドライ食品
(味噌汁、雑炊など)
- 乾物(のり、ふりかけ、お茶漬けなど)
- 調味料
(砂糖、醤油、みそ、食用油など)
- 菓子類
- 飲料(ジュース、コーヒー、お茶など)
- ギフトパック
(お歳暮、お中元等の贈答品など)

店舗サッカーライフに食品ロス削減啓発パネルを掲示しています。食品ロス全体の半分は家庭からでています。

削減の3か条

- ①買い物前には家にある食材を確認
- ②使い切れる分だけ買う
- ③食べられる分だけ調理
心がけて、食品ロスを減らしましょう!

てまえどり



「てまえどり」とは、購入してすぐに食べる場合に、商品棚の手前にある商品等、販売期限の迫った商品を積極的に選ぶ購買行動のことです。

買物をされる組合員さんに「てまえどり」を周知いただけます。商品陳列棚等に掲示しています。

食品ロス 削減啓発 活動



●「これは」
長く伸ばしていた髪を思い切ってショートカットにしました。まどめ髪にして楽でした。切る前は髪がざりやリボンなどで子どもの頃の気分でしたが、冬寒くなつて風呂上がりのブロードに時間がかかり、寒さとの差でヒートショックのキケンを感じたの

●植物
冬から春へとチェンジと言えば、我が家は玄関の前に植物を建物の中から出してやることです。冬の霜に弱い植物たちを大切にして楽しんでいます。金の成る木は大きすぎて中に入れないので、ビニールを毎日かぶせて、昼は太陽にあててお世話をしています。今はかわいらしいピンクのお花をつけてくれていますよ。

【阿南支所 コスモス 53歳】

●「それは」
長い髪をショートカットにしました。髪を切った後は、髪が伸びないので毎日髪を洗うのが楽になりました。髪が伸びないので毎日髪を洗うのが楽になりました。

【徳島南支所 ハムハム】

●目ざめた
うちちはみなチェンジする年です。卒業して入学、自宅からはなれて進学、歯を抜いて入れ歯、パートから正社員へとメチャ忙しいです。あと猫のえさやりが私から母にチェンジしました！母が猫愛にめざめたようですね。これもチェンジですね。

【美馬支所 ハト】

●1人から2人
うちにはみんなが大変です。今からどうなるのかドキドキしています。子どもが産まれてから、コープは大活躍してくれているので、今後も大変お世話になると思います。

【美馬支所 ウイカ】

あなたのチェンジ

■今月のテーマ



で「これは」と思いおもいきってカットしました。良かつたです。ブローの楽なことと命のキケンも少なくなったことを感じて気分がよくなりました。

【徳島南支所 ハムハム】

●スッキリ、ツヤやか

私が「チェンジ」して一番気分転換になるのは、髪型や髪色を変えた時です。毛量も増えボサつきがちだった髪がスッキリ、ツヤやかに変わるとやる気が一段と出てくる感じがするし、リフレッシュできるので身なりをキレイにすることはやっぱりいい事だなあと思います。もうすぐ美容院に行くので今回はどんな髪型やカラーにしようか考え中です。

【板野支所 A・Hママ】

す。そして前年にできなかつた事など新たに切り替えて挑戦するようにしています。「若い」ってすばらしい！！

【板野支所 カフェオーレ】

●急激な

体格的にも性格的にも幼かった次男がこの数ヶ月で急激に成長！！さすが中学生、声がわりも。あまりにも急激なチェンジについていけない私。もう少しゆっくりでいいのに…という気持ちと、大人に近づいていく姿に喜んだり。

【美馬支所 パンケーキ】

●四季折りおり

もう5月人形。季節の移りがはやいこと。網戸、すだれ、玄関マット、ラグの衣替え、情緒あふれる四季折りおりの豊かな生活。早く私も肉じゃばんをチェンジ、チェンジ！！

【阿南支所 N.O.さん】

●通販生活

あることがきっかけで、今までの通販生活を改める気になりました。多いときは毎週のように通販で買い物をしていたのですが、電子マネーやクレジットカードをできるだけ使わないようにしているので、支払いの手間が結構面倒くさくなってきたし、ダンボールや梱包材の処理も大変になってしまった。これで配送業者さんの負担等々も減らせればいいなと思います。

【阿南支所 まっちゃん】

●チェンジ？

上の子が幼稚園の時、下の子の産後太りで100kgありました。ある日スクールバスから降りてきた娘が一人でさっさと帰るし、怒っているので聞くと「あのデブどこの力アチャンか？」と聞かれるので迎えに来る息子「…ママ変わった」私「何が。どこが」息子「ぼくが幼稚園のときはもっと優しかった!!」私「えっ」息子「ママは優しくなくなつた!!」私「…そうかな。ごめん」私は変わってしまったのでしょうか。

【徳島南支所 天国希望】

●自分磨き

季節の変わり目には衣替え、模様替えも楽しんでいます。たまに年に関係なく若づくりの服も着て楽しんでる。私のチェンジは読書です。良書に出会うとあつという間に

●3月号の当選者
クイズの答えは ソメイヨシノ

*応募総数／175名 *正解者／175名

中尾芳子(美馬)／高橋由香(美馬)／青山恵子(阿南)／若木美知子(阿南)／浅野マサ子(徳島南)／中島淑美(徳島南)／廣瀬仁美(板野)／高柳由美(板野)／中川信夫(名西)／仁田和子(名西)

組合員さんの
お便り 大募集!

7月号のテーマは
夏の
おでかけスポット

この夏に行ってみたいところや
おすすめしたいスポットを
教えてください。

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。

みなさん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。

子どもの友だちが遊びに來るので、生協の紙パックジュースやパンを時々箱買ひしています。(こうたん)

理事 会 だ より 2月28日(水)

報告された主な内容

- 1月度仮決算報告について
- 2024年度各部門のすすめ方
- 監事会議事録
- 宅配事業のまとめ
- 店舗事業のまとめ
- コープしこく関連
- 中四国地連管内生協供給状況
- コーブラン商品価格改定報告書(CLあじ開き240g 4枚)
- 2024年度業務機構と幹部体制について
- ユニセフ協会からの御礼状
- 非常勤役員出張報告書
- 1~2月度の活動及び概況報告

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
- コープいしかわ見舞金について

協議された主な内容

- 2023年度のまとめと2024年度のすすめ方

理事 会 だ より 3月27日(水)

報告された主な内容

- 2月度仮決算報告について
- 監事会議事録
- 宅配事業のまとめ
- 店舗事業のまとめ
- コープしこく関連
- 中四国地連管内生協供給状況
- コーブラン商品開発改善報告書(肉コロッケ・甘酢あんかけ肉団子)
- 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

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・剩余金処分案についてなど)
- 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選出について
- コープラスフーズ融資延長の件

- | |
|-----------------|
| ●出資金 |
| 1月末：3,053,602千円 |
| 1月末：3,065,455千円 |
| (△12,853千円) |

消費者情報コーナー

このコーナーは、「徳島県消費者情報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。

国際電話番号による詐欺に注意!!

「スマートフォン+1から始まる番号から電話がかかってきた。出てみると、『ご利用中の電話の未納料金が発生しているため、法的措置に移行します。オペレーターへおつなぎする場合は、「1」を押してください。』という音声ガイダンスが流れた。不審に思い電話を切った。」との相談がありました。

「+1」や「+44」など、「+」から始まる国際電話番号が特殊詐欺に悪用されるケースが全国的に急増しており、警察庁からも、知らない番号の電話には出ない、かけ直さないよう、注意喚起されています。国際電話番号でかかってきたとしても、海外からかけているとは限りません。インターネット上やアプリを使って番号を取得することができます。日本で取得した番号を表面上だけ海外の番号にしたりすることもできるそうです。海外との電話が不要な場合は、発信・着信を無償で休止できます(固定電話・ひかり電話が対象)。

お申し込み、お問い合わせは、国際電話不取扱受付センターまで。
TEL.0120-210-364
不安な場合はお近くの消費生活センターにご相談ください。

クレジットカードの利用明細は必ず確認

「使っていないクレジットカードの利用明細に覚えのない請求があった」との相談がありました。このようなカードの不正利用が疑われる場合、早急にカード会社に申し出、カード番号の変更と調査を依頼しましょう。カード会社の調査により、第三者による不正利用だったことが分かれば、請求が取り下げられます。また、「カードの請求明細を確認せずにいたため、1年前から引き落としが続いている」というケースもあります。不正利用であったとしても、すぐにカード会社に連絡しないと補償対象期限を過ぎてしまい、被害の回復は難しくなります。利用明細は郵送される紙面以外にも、最近ではインターネットサイトやアプリで確認できるものもあります。カードの利用明細は必ず定期的に確認し、カードを利用した際には受け取った伝票と突き合わせ、チェックすることが大切です。

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 188

1日で読み終える事もあり、本はいろいろ教えてくれる事、学ぶ事がたくさんあります。生きができると思っています。

【美馬支所 オルゴール】
退職前と後で生活が変わりました。仕事中心だったのが孫中心になりました。同じ疲れでもめちゃくちゃ楽しい毎日です。

【阿南支所 クロマロ】

去年は「シルバー大学芸術コース」に入学しました。なれない陶芸やクロッキーなど初めての経験にとまどうことばかりでした。また、文化祭でクラスメートと「東京ブギウギ」のダンスを披露することになりダンスを覚えることができずに練習を重ねました。どうにか形になり無事ダンスを終えたあとはしばらくクラスメートと達成感を味わいました。

【徳島南支所 にしちゃん 65歳】

●夏までに何とか
万年ダイエッターの私。これまでに3回、10kg以上の増減を経験しています。直近では3年ほど前、65kgから42kgまで減量しました。何と洋服サイズは「からXS」に。おかげ様で別人のようにスッキリ。今はちょっと戻ってしまい50kgに。ファッショントップ大好きなので、洋服が一番決まる45kg目指して再度頑張っています。道のりは遠い…。夏までに何とか、とこういいます。

【板野支所 み】

今年の4月から育休明けで、仕事復帰しました。今まで仕事一本で集中的に働いていました。子どもが生まれてから育休をいたしました。子どもが生まれてから育休をいたしました。子育てに集中していました。これから、子どもたちが自立するまでは仕事+子育てにシフトチェンジしなければなりません。一人では難しいので周りの手を借りながらマイペースに進もうと思います。

【徳島南支所 ふくろう】

2024年 緑の募金のお知らせ

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「ぐ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:2024年4月3回~6月4回

●苦手克服
我が家は薪ストーブのおかげで、身体も懐もあたたかいです。その薪になりそうな伐採された木を見かけるとおもむろに話しかけ、いただけないかと直談判!以前は苦手だった私の「エンジ」です。

【阿南支所 サイコロ】

おたよりカード

●クイズの解答

A	B	C	D
---	---	---	---

※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:5/17(金)提出分まで

クロスワードパズル

パズル作成/ゆめちゃん

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人の方にプレゼント!

タテのカギ

1	2	3	4	5	
6		7			
8	9			10	
	11		12		
13	14		15		
		17			
		18			

ヨコのカギ

①一週間
⑥室内の出入口に設ける扉のこと
⑦毎日の出来事、行動を記録したもの
⑧情報を自動的に読み取りできるように表現したもの
⑪○○が降りる
⑫外と内をつなぐもの…「心の○○」
⑬果実の肉の部分
⑮まだわかっていない事柄をおしさかること
⑯座るもの…「○○に座る」
⑰恐れてひやりとすること…「○○をひやす」
⑲子どもたちみんなが元気に育ち大きくなつたことをお祝いする日のこと

◆3月号の答え合わせ

サ	ン	ガ	ツ	ミ	ツ	カ
ン		ツ		ノ		ケ
ド	ウ	キ	ユ	ウ	セ	イ
イ	ジ	ユ	ウ		イ	ボ
ツ		ウ	メ	ボ	シ	
チ	カ		イ	ト	ヨ	リ
ソ		ラ				マ



おうちでビストロ♪

新じゃがとしゃぶしゃぶ肉のうま煮

レシピ
みいちゃん

[作り方]

- じゃがいもはよく洗い、皮を薄くむく。水で洗って水気をよくきる。
- 豚肩ロース肉は広げておく。
- 鍋に油を熱し、じゃがいもを入れ中火で6~8分コロコロ炒める。
- ☆の調味料をあわせたものを加え煮立ったら落とし蓋をし、弱火で約15分時々上下を返しながら煮る。
- 蓋を取り、豚肉を加え、中火で約10分、時々返しながら煮汁が少なくなるまで照りよく煮る。じゃがいもがやわらかくなったら火を止め、そのままおいて味をなじませる。
- 器に盛り、好みで粗挽きこしょうを振る。
*ここではゆで卵と一緒に煮て添えています。好みで和辛子をつけていただいても美味しいです(写真右下は1人分)

思い出のフォトアルバム

おかげさまでとくしま生協は今年で40周年を迎えました。40年を振り返る懐かしい写真をシリーズで紹介します。
今日は、1994年「とくしま生協10周年」です。



1994年6月、第10回総代会が開催されました。
会場は「徳島プリンスホテル」。

総代さん269名が参加。多くの組合員さんが
これまでのとくしま生協に期待する声や要望が寄せられました。

10周年を節目に現在のシンボルマークができました。

編集後記

* * *

甥っ子が小さかった頃の話。三輪車が大好きで、中でもタイヤに興味深々だった時期がありました。三輪車を倒してタイヤをひたすら回す甥っ子を見て「タイヤ気になるんだね」と私が言うと甥っ子が「タイヤき?」と…何のことかわからず「??」でしたが、少しして甥っ子には「たい焼きになるんだね?」って聞こえたんだと気づき大爆笑しました!!(さっちゃん)