

とくしま生協
機関紙

阿波展望



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/久保 秀幸

4月号
No.443
2026



公式Instagram

とくしま生協 Instagram 1周年ありがとう!

フォロー&いいね キャンペーン

皆さんの応募
お待ちしておりますー!

期間中、Instagramのとくしま生協のアカウント(@tokushima.seikyo)をフォロー&キャンペーン投稿にいいね!をしてくださった方の中から抽選で10名様に【おすすめコープ商品】をプレゼント

おすすめ商品A



CO・OP
揚げなすと
生姜のスープ5食



CO・OP
五三焼
カステラ5切



CO・OP
応援食
国産お野菜の
ドーナツ

抽選で
10名様に
あたる!

おすすめ商品B



CO・OPたまごスープ10袋



CO・OP
ビスタチオと
カシューナッツの
厚焼きせんべい4枚入



CO・OP
大豆ドライ
パック3缶

キャンペーン
詳細はこちら

応募方法

- ①@tokushima.seikyoをフォローしている方
※過去にフォローされている方も対象です
- ②キャンペーン投稿にいいね!をしている方

応募期間

2026年3月30日(月)~2026年4月24日(金)23:59まで

応募対象

とくしま生協の組合員、または
これからとくしま生協の組合員になってくれる徳島県内在住の方

当選発表

当選された方にはInstagramの
メッセージにてお届け先や希望の商品等をお伺いします。

注意事項

- ※予告なく賞品が変更になる場合がございます。ご了承ください。
- ・賞品のお届けは徳島県内に限ります。
- ・当選メッセージ送付後2日以内に、ご連絡がつかない場合は、当選無効となります。
- ・賞品の返品・交換は承れませんのでご了承ください。
- ・賞品の転売は禁止とさせていただきます。
- ・投稿画像はイメージです。
- ・本キャンペーンはとくしま生協が開催しており、Meta社とは関係ございません。

※応募期間中に当選メッセージをお送りすることはございません。
メッセージでは、クレジットカード情報や口座情報をお聞きすることはございません。

くらしに役立つ、とくしま生協の情報を発信中!

- ▶職員とママ組合員のリアル推し商品
- ▶がんばらなくてOK!コープ商品を使った共感&時短レシピ
- ▶気になる“あの商品”を初お試しレポ
- ▶子育てにやさしいイベント情報も発信
- ▶宅配・店舗の最新情報はストーリーズで

フォローするだけで、
くらしがもっとラクに、
もっと楽しく!

二次元バーコード
ご登録はコチラ



今すぐ二次元バーコードを読み取るか、[@tokushima.seikyo]で検索してみてくださいね!



キャンペーンについてのお問い合わせは…企画部 tel.088-698-0505



■今月のテーマ
**社会人になっての
エピソード**

●流し台

今から60年位前、10代の若き頃、看護学生として寮生活をし、働きながら看護学校へ行っていた。初めてのポナナスは嬉しかったので実家に流し台を買って送ったら、今は亡き父が「娘が送ってくれたんじや」と自慢していたらしい。その頃は近所でも一番大きかった流し台であった。今じゃボロボロとなり家には誰もいない。

【美馬支所 阿波の美ナース 70歳】

●ダッシュ

社会人になって初めて電車通勤をしました。乗る時は階段をダッシュしないといけないし、帰りは次の電車に乗るため階段ダッシュして次の乗り物までダッシュして。毎日スポーツジムに通っている様な生活でみるみるやせていきました。いい思い出です。

【徳島南支所 梅の花】

●私の仕事

社会人1年生、入社1年目にしてお茶くみは私の仕事。工場長とお客様にお茶出し中、手がふるえ湯のみを落とすまい、「ガッちゃん」その時の記憶がほぼありません!! 47年前の出来事です(苦笑)

【阿南支所 しあわせつなび 64歳】

●大切なこと

大学を卒業してすぐの頃、仕事の上司に「相手方に書類を送るときは必ず一言送ること」を教わった。お世話になっております。よろしくお願ひいたします。「言だけでもいいからフセンや一筆せんに手書きして送るように。あれから何十年たった今も続けている。自分がもつた書類に言えられていたらうれしいし、何でもデジタル化している今だからこそ手書きがあると気持ちがあたたくくなる。大切なことを教わったなあと思う。

【阿南支所 流れ星】

●ハラハラ

運転免許は学生の時に取ったが車を買ってもらい、いざ出勤！慣れない道をハラハラしながら仕事場(約20km)へ向かった。無事到着したと思つて後ろを見ると、なんと父が自分の車で後を追つてついて来ていた。しかもこれが1週間続いた。今考えるとこの父親(今はいない)に感謝しかない。きつと自分以上にハラハラしながらの1週間だったと思う。

【板野支所 マイ】

●病院勤務での夜勤

新人1年目のことですが助産師として働いていました。三交代夜勤が始まった頃、なんと2回も寝過ごしして深夜勤務に遅れてしまいました。先輩方に助けられてなんとかいけましたが、お産があれば取り返しのつかない出来事です。今も反省しています。

【名西支所 城ノ内さくら】

●とてもリッチ

4月入社だと思つていたのに、卒業式の次の日からアルバイトで社会人をスタートしました。卒業気分を満喫できず、緊張と失敗の連続でした。でも4月の最初の通勤日にアルバイト代、4月15日に初めてのお給料をいただくとてもリッチな4月になりました。けっこうなお金(金額)だったと思います。

【徳島南支所 にしちゃん2 67歳】

●運良く(?)

20代後半、運良く(?)大企業の事務職に就くことができました。代理店封鎖から本部直営支店に雇用される...という何ともラッキーなことだったのですが、支店長と反りが合わず結局退社することになった。どつせ大した仕事してないでしょ!という言葉が今でも忘れられません。

【板野支所 N】

●お金を大切に

社会人になってお給料で自分が好きに買えるものが増えました。その反面、お金を貯めることの難しさも知りました。今まで両親が買ってくれていたものを買うにはどれだけ働いて、どれだけ貯めなければいけなかったか...両親には感謝の気持ちと共に、頭が上がりません。子どもたちはまだ小さいのでお金の大切さはわからないかもしれませんが、子どもたちもお金を大切にできる人になってほしいと思います。

【板野支所 A・Hママ】

●頑張つてほしい

私が社会人になった頃は、就職難もなく高度成長していた時代です。のんびり過ごしていたので「社会に役立つ人間」と大声で言えたかどうか疑問符がつきます。最近の若者はしっかりしていると思います。成人式でのインタビューでは将来のビジョンが確立している人が多いと感じました。社会情勢は厳しいかと思いますが頑張つてほしいです。

【名西支所 KEIKO 72歳】

●かしこまりました

社会人になりたての頃は、ホント毎日大変でした。仕事にもなかなか慣れず、へこむ毎日。パンプスの靴ずれの痛み、言い表すことのできない不安と疲れでいっぱい毎日。あの頃から30年経った今、社会人になりたての私に言いたい!!「自分を信じてやればいい!!あなたはこの仕事が好きになるんですヨ。苦手な『かしこまりました』も自然に言える日が来るんですヨ。」と。

【美馬支所 おしるい】

●今では考えられない

仕事が終わったら上司たちと飲みに行つて、終電で帰つてそのまま寝て、朝シャワーして髪乾かす時間もなく、びちゃびちゃのまま駅までスーパーダッシュ...これの繰り返し毎日でした...今では考えられない...真逆のような規則正しい生活をしておりますW 若いっすい...

【徳島南支所 かーちゃ】

●ポジティブに...

もう52年も前になるんやなあ、新社会人になったんはーと、テーマを見た感想です。今は転職などはめずらしくないけれど、当時は勤め続けるのが当たり前でした。毎日がいい日楽しい日はかりではない。イヤな心を自分でごきげんをとつたのを思い出しました。明日はこんなおやつをもっていこうと、新しいくつをおそろつかとか。ポジティブに考えていた私ってえらいと、今思います。

【徳島南支所 ハムハム】

●1月号の当選者

クイズの答えは **ダイキチ** (大吉)

*応募総数 / 179名 *正解者 / 179名

谷口弘子(阿南) / 笠井和恵(徳島南) / 栗尾昇(板野) / 近泉久美子(美馬) / 橋本和子(名西) / 竹田佳代子(美馬) / 谷崎久子(徳島南) / 藤田和美(阿南) / 高麗利江(板野) / 本田智子(名西)

6月号のテーマは **わたしの特技**

組合員さんの **お便り** 大募集!

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最近自分が思っている事など、何でも記入してください。6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、〇〇な情報など、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。

理事会だより 1月28日(水)

報告された主な内容

- 12月度決算報告について
- 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
- コープ商品価格改定報告書 (CL甘酢あんかけ肉だんご)
- 中四国地連管内生協供給状況
- 非常勤役員出張報告書
- 2026年度業務機構と経営幹部体制
- 第1回総代選挙管理委員会議事録と第42期総代選挙公示文書について

協議・決定された主な内容

- 地区別総代会議のすすめ方&日程・場所について
- 2026年度 役員賠償責任保険への加入について

出資金

11月末 : 3,132,121千円
12月末 : 3,130,997千円
(-1,124千円)

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。



副業詐欺に注意！『簡単に稼げる』は『簡単に騙される』罠かも。

「副業に関心があり、『スマホで1日10分の簡単作業』『誰でも高額報酬』というSNS広告からメッセージアプリに登録した。その後、業者からビデオ通話で副業の詳しい内容を説明され、200万円のサポートプランを契約させられた」という相談がありました。契約を躊躇していると、「サポート費用は儲けた分で後から支払えばよい」「消費者金融で借ればよい。すぐに元が取れる」などと言われて消費者金融で借金してしまうケースも見られます。簡単に稼げるうまい話はありません。『簡単』、『高額報酬』を強調する広告や勧誘をうのみにせず、作業内容や利益のしくみが分からなければ契約しないようにしましょう。一旦支払ったお金を取り戻すことは非常に困難です。心配な場合は、お近くの消費生活センターにご相談ください。

生成AIを悪用したSNS広告にご注意

「SNSの広告を見て有名メーカーのロゴが表示された高性能空調機器を購入したが、届いたのは粗悪品だった」「SNS広告で犬型AIロボットが紹介されていたが、実際に届いたのはただの犬の玩具だった」といった、SNS広告に関するネット通販トラブルの相談が増えています。近年、生成AI技術の進歩により、実在の商品と間違えるほどリアルな画像や動画を使った広告が簡単に作成できるようになりました。また、SNSに登録された年齢や性別、興味・関心などの情報をもとにしたターゲット広告も高度化し、消費者の購買意欲を巧みに刺激しています。しかし、その一方で偽サイトへ誘導したり、粗悪品を販売したりする詐欺的なサイトも横行しています。被害を防ぐためには、広告の発信元やリンク先のURLを必ず確認し、信頼できる販売元からのみ購入することが重要です。困ったときは、消費者ホットライン「188(いやや)」または、お近くの消費生活センターまでご相談ください。



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**

消費者庁 消費者ホットライン188
イメージキャラクター
いややん

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 _____ (年齢() 歳 ※掲載()) (ペンネーム) _____ (年齢() 歳 ※掲載())

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:4/17(金) 提出分まで**

●いい経験

初めての社会人。世間の荒波にもまれ、ずいぶんずぶとくなりました。一番は人間関係。同性のねたみ、やつかみがすごい！10年勤務。今では一番の友だち。いい経験でした。

【阿南支所 N.O.】

●忘れられない初任給72,100円!!

昭和51年4月、保母として社会人スタート。4歳児30名を担当し、毎日神経を擦り減らしながら勤めた。予測のつかない活動。行動に怪我はしないか喧嘩になりはしないかと気が気でなかった。また、保護者対応が怖かった。「うちちゃん、おはよう」と迎え入れた私に、「うちの子はうちちゃんではありません。きちんとうちちゃんと呼んでください」との指摘。言葉を発したり、交わすにも神経がピリピリ。1ヶ月勤めて、72,100円の初任給をいただいた。これって高い？安い？最初のつらい厳しい1ヶ月の経験を乗り越えた私は、定年退職までの40年間無事勤め、平成28年3月にゴールイン。

【美馬支所 すずくん 70歳】

●都会の「ロー」

(うん十年も昔の話です)田舎育ちの私、憧れの神戸の企業に就職し見る物、聞く事、初めて知る毎日でワクワクしていました。先輩には、三ノ宮や梅田の地下街などショッピングに誘っていただいて美味しいお店にも連れて行ってくれました。ある時、お茶でも…と喫茶店に入って先輩が「ウインナーコーヒー」と注文！ええ？何？「コーヒーにウインナーin(シヤウエッセン)…」。「私も」とオーダーして、あれ？ホイップクリームが。初めて知ったビックリの都会の味でした。

【板野支所 カフェオーレ】

●ちいさな気配り

新卒で入社して7年後、くも膜下出血になり、3カ月ほど入院したのですが、退院後に上司や同僚たちがすごく優しくしてくれ、嬉しかったです。普通に仕事をするなかで、小さな気配りを続けてよかったと思えました。

【板野支所 ぽきゅ 31歳】

●それが普通でした

短大を出て2年間働きました。最初の頃は、紺のスーツで出勤する日が多かったし、背も高くて老けていたのか、廊下でスレ違ふ新人の人たちが丁寧に挨拶してくれるのです。私も毎日、ドキドキハラハラしていたのに…。それでも仕事にも慣れた頃に寿退社(？)しました。あの頃はそれが普通でしたヨ。今でもあの2年間を共に過ごした人と仲良く連絡を取り合っています。

【名西支所 田宮のばあば】

●努力

社会人になって30年近くになりますが、当時のことは今もはつきりと覚えています。落ち込んだり、悩んだりしたときに、当時の上司が「悩んでいる時は、あと二歩だけ努力してみなさい。」「うまくいっている時は、当たり前だと思わず、おこらず更に努力してみなさい。」「と仰っていました。今もそのことを胸にきざみ、仕事をしています。

【徳島南支所 あまのつち 59歳】

クロスワードパズル

パズル作成/ドレミ

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。

1	2	3	4	5		
		B			E	
6						7
				8	9	A
10			11			
			12			
13	14	15		16	17	
18				19		

正解者の中から生協割引券(500円)を10人の方にプレゼント!

タテのカギ

- ① お金を貯めたり投資すること
- ② よつ
- ③ 本来の道を行かず遠回りする
- ④ 飲食物を盛る深いうつわ
- ⑤ 伸びたり縮んだりすること
- ⑥ 神をまつた小さなやしろ
- ⑦ 仕事や義務から離れた空き時間
- ⑧ 分量をしめすためにつけたしるし
- ⑨ 岩石が分離して粉になったもの
- ⑩ 岸から離れた水の上
- ⑪ うまくいかないのではと危ぶむこと

ヨコのカギ

- ① 4月29日
- ② 保護者が授業風景を見学
- ③ カカオマスが主原料
- ④ 感情や物語を表現し節をつける
- ⑤ 視線が相手に訴えかける力の強さ
- ⑥ 紅葉
- ⑦ 2つ折りを2回繰り返すこと
- ⑧ ○○厳禁
- ⑨ おとなしく自分を表現するのが苦手
- ⑩ 物をつかむための道具

1	オ	2	オ	3	イ	リ	4	ブ	5	ク	6	ロ
7	セ	イ	ギ			8	リ	9	タ	ツ		
10	チ	コ		10	キ					ク		
11	リ	シ	12	リ	コ	ン	13	ブ				
14	ヨ		14	キ	ウ		15	ツ	16	メ		
17	ウ	18	マ	ド	シ		19	サ	サ			
20	リ	ス	ウ			21	ノ	ン	キ			

◆1月号の答え合わせ

レシピ オタフクソース株式会社

OTAFUKU お好みソースアレンジレシピ

お好みソースで
できちゃう!?
簡単キーマカレー



こだわり原料
「デーツ」の、
コクのある甘さが
特長のまろやかな
ソースです。

- 【材料】(2人前)
- ごはん 400g
 - ひき肉 200g
 - 大豆水煮パック 1パック
 - コーン缶 1缶
 - カレー粉 大さじ1・1/2
 - お好みソース 80g

- 【作り方】
- 1 フライパンにひき肉を入れて炒め、肉の色が変わってきたら、大豆の水煮、コーン缶を汁ごと入れ、カレー粉、ソースを入れる。
 - 2 全体を混ぜ合わせ、汁気がなくなる程度に火を入れる。
 - 3 お皿にごはん、カレーを盛りつける。

2026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「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。

10641口 100円

10651口 1,000円

募集期間:2026年4月3回~6月4回



げんきっずくらぶ 2026



ちいさなお子さんと一緒に唄ったり踊ったり、絵本を読んでもらったり...楽しい時間を過ごす“げんきっずくらぶ”を各地で開催しています。お気軽にご参加ください。

開催時間 10:00~11:30

参加費 お子さん1人 **100円** (ジュース付き)

申込み 右記の二次元バーコードからお申し込みください。



コープ北島(毎月第4月曜日)

開催日 4月27日(月)・5月25日(月)・6月22日(月)・7月27日(月)・8月24日(月)・9月28日(月)・10月26日(月)・11月お休み・12月14日(月)・2027年1月25日(月)・2月22日(月)・3月お休み

美馬支所

開催日 5月6日(水・祝)・8月6日(木)・9月21日(月・祝) 12月クリスマス会

阿南支所

開催日 4月3日(金) 開催予定 5月・7月・11月・12月・2月・3月

げんきっずくらぶの日程の確認お申し込みはこちらから



げんきっず体操

対象 1歳半以上で自立歩行ができるお子さん



開催時間 10:30~

参加費 1人 **200円** ※組合員の方限定です。

内容 基礎体力作り・リズム運動・体操・マット運動など

準備物 動きやすい服装・着替え・タオル・お茶などの水分

コープ北島 組合員活動室(基本は第1金曜日)

開催日 4月3日(金)・5月1日(金)・6月5日(金)・7月3日(金)・8月7日(金)・9月4日(金)・10月2日(金)・11月6日(金)・12月4日(金)・2027年1月お休み・2月5日(金)・3月5日(金)

【申込方法】事前の申し込みが必要です。げんきっず体操開催週の月曜日10時より先着順でお電話にて受付をしています。

※予告なく変更・中止になる場合がございます。

お申込みは

☎088-698-0505

とくしま生協企画部までお問い合わせください。



BEST SHOT ベストショット!今月の一枚

香川県のゴールドタワーにあるアクアリウム「ソラキン」を訪れました。1階で受付を済ませ、エレベーターで地上127mの天空5階へ。扉が開いた瞬間、幻想的な光景に心が弾みました。展示エリアは3階で構成され、階ごとにテーマが異なり、どのフロアも趣向が凝らされていて満喫できました。 ミント

お写真募集

皆様のご自慢の写真をお待ちしています。100文字程度の説明文を付けて右記の二次元バーコードからお申し込みください。

・メールの件名に「ベストショット」と記載ください。
・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、全て掲載されるものではありません。



写真掲載者には粗品進呈いたします。

編集後記

とくしま生協公式Instagramが始まって一年になります。毎日アップされていて、イベントやお買い物情報満載v配送中の日常の風景にほっこり♡中でも「とくしま生協職員のガチ推し商品」「鬼リピ商品」は全商品試食してどれもgood!友人たちにも薦めています。※コメント入力やマークで応援してくらしをもっと楽しませませんか? (葉っぱ)

