

班におじゃましてす その20

子どもが生協のチキンライスが好きで、ずっと利用しています。お米とか重たい物はすごく助かっています



学年は違うけど仲良しなお子さんたち。お互い荷分け場で会えるのを楽しみにしていて、よく佐藤さんにも話かけてくれるそうです

担当者のき・も・ち♡

いつもありがとうございます。今年より新しく班が出来、皆様のご協力もあって楽しく配達させてもらっています。たくさんのお手伝いさん達のおかげで賑やかな班になっています。これからよろしく願います！
(鶴見支所・佐藤)

お子さんつながりで ワイワイ仲良し



週1回決まった曜日の決まった時間に「班（グループ）」で集まって、和気あいあいと荷分けされている組合員さんが多くおられます。今回は、大阪市鶴見区にある、水曜日の班におじゃましてお話を伺いました。

時刻は18時20分頃。そんな時間にも関わらずまだまだ明るい夕暮れ時。配送トラックが到着すると、最初にお子さんが飛んで出てくるやいなや、全員のお宅のチャイムを鳴らして知らせてくれるというこちらの班。4人班で、皆さん幼稚園・小学生のお子さんがおられるので、一気に辺りは賑やかに。（この日はお一人ご不在でした）
荷分けが終わると、皆さんのお盆のお休み予定を確認する佐藤さん。新築の集合住宅で、まだ班ができて1年足らずですが、「実はここに越してくる前も佐藤さんが担当だったんですよ」という方もいて、終始和やかな雰囲気でした。
「もともと生協は知っていた興味はあったけど、昼間は



荷分けを一緒に手伝い♪

働いているから無理やなと思っていたんです。でも、夜も配達しているのをたまたま見かけて加入。生協牛乳は毎週注文してですよ」「近くにスーパーもあるけど、重たいものを家まで届けてくれるからいいよね」「チャイムで知らせてくれる人がいるから有難い。それが班で良かったことかな」と組合員さん。トラックが去った後も、みんなでワイワイ話を続けられる、そんな班でした。

家計簿をつけると無駄がよくわかる
大東市 谷 一見さん
（151号の）「家計簿をつける事はくらしの役に立つ」。家計簿をつけると、無駄がよくわかるので助かります。

暑い時の飲み物は…
寝屋川市 羽根 享子さん
本当に暑いですね。でも身体には、冷たいものより熱いものの方がいいですよ。お茶も、3回に1回は熱いのにしています。

4コママンガ、わかるー
城東区 堤 美弥子さん
（151号の）4コママンガ、わかるーと、うなりました。夜寒いですよ。楽しいから買っちゃいますよ。着れないんですよ。わかる。

簡単に幸せ気分♪
大東市 松井 羊子さん
チャーシューは、そのままおかずの1品としてもおいしいのですが、温泉卵やゆで野菜をトッピングし、チャーシュー丼として食べるととっても簡単に幸せ気分♪

被災された地域が復興していく事を願います
大正区 杉本 善子さん
大阪北部の地震、西日本豪雨、猛暑と、人間の力ではどうにもならない自然災害が連続あるいは同時多発しています。わが家は今のところ直接の被害はありません。被災された人々が少しでも多く立ち直られて、地域が復興していく事を願っています。ほんの少しずつでも気持ちの募金を続けます。

二重買いを防ぐアドバイスを
生野区 辻 浩子さん
みなさん、食事メニューを予定してコープ商品を購入しておられるのでしょうか。控えておられるものの、つい二重買い…。フリーザーはパンパン！ということが多いので何かアドバイスがあれば…。

医療福祉生協の気軽にできる健康づくり
～おおさかまるごと～

健康チャレンジ 2018

健康で楽しい生活を続けるために、
「何か始めたいけどきっかけがなくて…」
「ひとりではなかなか続かなくて…」という方に朗報です。生協大阪府連の「おおさかまるごと健康チャレンジ」に参加してみませんか。今年もキッズチャレンジがあります。

【申し込み・参加方法】

- ① 9つのチャレンジコースから目標を決めてエントリー
- ② 10月・11月の2カ月間、各自でチャレンジ。
毎日の頑張り具合をカレンダーに記入
- ③ 12月には結果報告を提出。

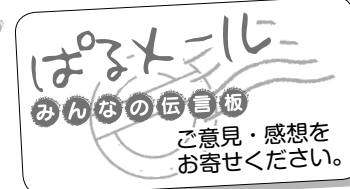
参加賞が
もらえます！

*詳しくはホームページにて
（「おおさかまるごと健康チャレンジ」で検索）
参加申し込みはここからでもできます→
主催：大阪府生活協同組合連合会



ハガキまたはeメールで、機関紙はるタイムに対するご意見、住所、氏名（ふりがな）、組合員コードを記入してお送りください。クイズが無い号もどうぞ。掲載した方には図書カードをお送りします。

〒534-0024
大阪市都島区東野田町
1-5-26
おおさかパルコープ
機関紙はるタイム係



パソコンメールや携帯電話メールでのお便りは下記のアドレスへ
palttime@palcoop.or.jp



カメラ機能のある携帯電話はこれを読み取るとアドレス入力のかわりになります

熱意が伝わります
寝屋川市 天野 富起子さん
「バラチャーシュー（和豚もちぶた）」の特集で、特に素材を活かしたまま加工をと技術開発の熱意が伝わって良かったと思います。
いい考えだと思えます
四條畷市 日高 久美子さん
買っても忘れていたり、使わない食品で結構あるもの。食品のストックを見直すのにもフードドライブはいい考えだと思います。

生協のお刺身安心
城東区 小谷 素子さん
刺身が好きです。アニサキスが心配でした。マイナス20度以下で24時間以上冷凍されているようで安心しました。また、他の検査もされており安心して購入できます。
初めて知ったフードドライブ
枚方市 田村 美穂さん
はるタイムを読んで、初めてフードドライブのを知りました。何かあれば持っていきたいですね。

2019年 500名の「総代」が決まりました

2019年の総代会に向けて、「機関紙はるタイム」及びパルコープの各事業所とパルコープホームページで6月25日（月）より総代選挙公示を行い、立候補を受け付けました。7月27日（金）正午に立候補を締め切り、全ての選挙区で定数通りの届けがありましたので、全員を当選とし、2019年総代が決まりましたことを報告します。選出された総代の選挙区と氏名は、8月27日（月）よりパルコープホームページに掲載し、各施設に掲示いたします。
2019年総代選挙管理委員会 委員長 伊藤 まゆみ

講師は組合員さんです！

コープカルチャー 秋の生徒再募集！



各組合員会館や組合員集会室で、さまざまなカルチャー講座を行なっています。

- ◎ 組合員の方であればどなたでも受講できます。
- ◎ 費用は一回につき1,000円以内で、講座により月に数回開催します。

★ 講座内容や申し込み方法はホームページをご覧ください
http://www.palcoop.or.jp/au_tori/kouza/

問い合わせ先 組合員サービスセンター（9ページ参照）

※ 申し込みははがきで、それぞれ各組合員会館へ（郵送住所はホームページにて）。
締め切りは9月28日（金）消印有効。

ハンガー・フリー・ワールドの 第17回「書損じハガキ回収キャンペーン」 にご協力ありがとうございました。

3月～5月末で実施し、3445名の組合員さんから協力があり、換金額は522万9631円でした。募金は、飢餓に直面する国々で母子の健康を守るための栄養改善、子どもの学力向上、成人の識字率向上、農業推進などの事業に活用されます。



栄養のある食材を使って作られた給食を配膳。お腹が満ちて子どもたちは授業に集中できるように（ブルキナファソ）

● 全国46生協で取り組まれて、1億7400万円を超える換金額になりました。今後とも、キャンペーンにご協力くださいますようお願いいたします