



1 人もしくは2 人登録班でご利用中のみなさまへ

- ★事情があって1 人もしくは2 人の登録班でのご利用となった組合員のみ
なさまへは、「班」（3人以上登録班）または、個人宅配、なかよし個配
での継続利用をお願い申し上げます。
- ★お2人でご利用できる、「なかよし個配」（個配手数料はお一人1回143
円）、お一人で商品配達をご利用できる「個人宅配」（個配手数料は1回
286円）、3人以上でつくる「班」にまとめて商品をお届けする共同購入
班（手数料は無料）があります。
- ★2人登録班となかよし個配について、個配手数料の矛盾解消にむけてのお
知らせです。
注文用紙の発行人数が3人未満の状態が12週間続きますと、「個人宅配」
もしくは「なかよし個配」でご利用していただくことになります。3月23
日(月)～12週間後 ※6月19日まで、現状のままご利用できます。

個人宅配手数料改定のお知らせ

★みなさまからの要望である「利用しやすい個人
宅配」をめざし、個配手数料の改定を行います。

・個配手数料 単位：円（税抜）

利用形態	6月19日までの 個配手数料	6月22日からの 個配手数料	差額	
個人宅配	286	200	▲ 86	
なかよし個配	143	100	▲ 43	
くらし応援 サポート	子育てサポート	96	100	4
	介護者サポート	96	100	4
	高齢者サポート	96	100	4
	障がい者サポート	96	100	4
	復興支援サービス	96	100	4
商品お届けが無い場合	96	100	4	

6月22日(月)お届けから変更になります

*ご利用にあたってご不明な点やお困りの点などがございましたら、何なりとお申しつけください。
今後も組合員のみなさまに安心して共同購入をご利用いただけるように努めてまいります。

◆お問い合わせは… 共同購入の担当者、または共同購入各センターへ

- *青森センター 0120-373-122
- *弘前センター 0120-084-466
- *浪岡センター 0120-280-091
- *十和田センター 0120-126-236
- *むつセンター 0120-122-373
- *八戸センター 0120-286-003

◎受付時間 月～金 8時半～19時
※上記以外は留守番電話での受付となります

新型コロナウイルスに負けるな!

今こそ、自宅でできる健康づくりを!

「あおもりまるごと健康チャレンジ2020」にあなたも参加しませんか?

チャレンジ期間は、
6/1(月)～11/30(月)
までの間の30日間以上です

**参加費
無料**

- チャレンジシートには、運動、食生活、お口の健康、脳いきいき、禁煙・節酒、ぐっすり睡眠、健康管理、マイチャレンジの8コースがあります。取り組み項目は例です。自分の年齢やペースに合わせて自分で好きなチャレンジ目標を決めて取り組む内容です。
- 30日間以上の継続チャレンジで結果を報告した方には参加賞をお届けします。

「健康チャレンジシート」は、OCR注文書に次の6ケタ番号と申込み数を記載すると翌週届きます。

030540

家族人数分申込みましょう。

**30日間以上
継続チャレンジ**

申込み
メ 切 **9月30日**

結果報告
メ 切 **12月20日**

親子や家族で一緒に!

今年は、子ども対象の目標も12項目あります。親子や家族での取り組みもおすすめています。

特に高齢者の方は「フレイル進行」を予防しましょう! 動かないこと(生活不活発)により、身体や頭の動きが低下してしまいます。フレイル(虚弱)進行に注意しましょう!

◎お問い合わせは、組合員活動部まで
電話 017-766-1635



2017~2019年度で1万人以上が参加

個人宅配 個配メールサービス

☆離れて暮らすご家族（息子さんや娘さん）へ、在宅状況を毎週ご案内するメールサービスです
 ☆個人宅配をご利用されていて、このメールサービスをご希望の方はどなたでも無料でお申し込みいただけます
 ＊あらかじめお知らせ先のメールアドレスの登録が必要です



お知らせは、定型文でメールします

- ◆配達の際お会いできた場合
⇒「配達時〇〇時頃お会いできました」
- ◆配達の際お会いできなかった場合
⇒「配達時〇〇時頃お会いできませんでした」
- ☆配信時間 配達日の夜(19:30~21:00)
指定のEメールアドレス宛てに配信します

◆個人宅配の利用者で、希望される方は無料で登録できます（メールアドレスの登録が必要です）。3件まで登録できます。お申し込み・お問い合わせは配達をしている組合員担当までお願いいたします



共同購入でお届けしている備品はお返しく下さい

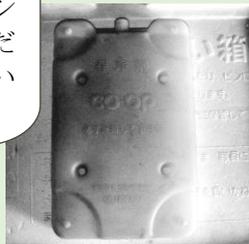


エアコン・スチロール箱・蓄冷剤はご返却をお願いします

- ◆商品をお届けする際の容器については翌週の配達までに返却をお願いします
- ◆容器・備品がご不要な場合は、その場での回収も行っています
- ◆備品の購入資金は、組合員さんの大切な出資金からまかなわれています
～ 大切に使用しましょう～



◆返却の際、折りたたみコンテナのラベルははがさず、シッパー（スチロール箱）のシールははがして返却いただけますよう、ご協力をお願いします。



かくれんぼ君を探して 値引きを当てよう!

Weekの中から、ボクをさがしてね!



毎週Week紙面のどこか1カ所に「かくれんぼ君」が「4ケタ番号」をかかげて載っています。その4ケタ番号と数量(1を記入)を企画品注文欄に記入すると、毎月1回抽選で1500名様に「値引き」が当たります。抽選は毎月1回行い、当選された方には毎月第2週の納品書で値引き処理されます。

【シリーズ 第80回】

被災地はいま

みやぎ生協・コープふくしまから「宮城・福島のいま」をシリーズでお伝えしています



— 地域とスポーツ — 復興した馬術場から、いつかオリンピック選手を

◆仙台市は、津波の被害を受けて人が住めなくなった東部沿岸地域の一部を、スポーツやレクリエーションのできる「海岸公園」として再整備しました。海岸公園馬術場(以下馬術場)はその一角に位置し、馬とのふれあいや乗馬の機会を市民に提供しています。馬術場は2001年のみやぎ国体の際、競技会場として新設された場所で、乗馬ファンに長く親しまれてきました。しかし2011年3月11日の震災で、その歩みは一旦途切れました。馬術場は津波の直撃を受け、55頭いた馬のうち19頭が犠牲になりました。所長の木幡良彦さんは、水の引いた13日から他のスタッフとともに馬の捜索にあたりました。「キャンディという馬だけは津波の翌日、施設から少し離れた仙台東部道路で見つけ保護しました。36頭を救出しましたが大ケガをしている馬が多く、他の場所に移して治療しました」。

◆海岸公園の整備が進み、馬術場が元の場所で営業再開を果たしたのはそれから7年4ヶ月後の2018年7月のことです。オープニングイベントではオリンピック2大会出場の経験を持つ木幡さんが演技を披露した他、津波から生還したキャンディ号のひき馬体験が行なわれました。中口和哉さん(営業部)は、「馬術場が再開することで再び地域が盛り上がりつつあるといいなと思いながらオープン準備を進めました」と振り返ります。再開の日、「沿岸部が懐かしくて」という元住民や「馬がどうなったか気になっていた」という人も訪れ、馬術場のスタッフを喜ばせました。馬術場では乗馬はもちろん、馬のエサやりやひき馬など、様々な体験ができます。なかには「ただ見ているだけでもいい」と無心に馬を眺めている人もいます。「復興が進む沿岸部の風景に心が追いつかないという人も多いでしょう。馬とのふれあいで少しでも前向きな気持ちになっていただければと思っています」(中口さん)

◆現在は、馬の生態学習や隣接する冒険広場との連携によるサイクリングロードひき馬体験など、子どもたち向けの取り組みも積極的に行なっています。復興のシンボルともなっている海岸公園に人が集い、馬術場からまた乗馬のオリンピック選手が出る… そんな夢を語り合いながら木幡さんも中口さんも乗馬の楽しさを広く市民に伝えようと頑張っています。



▲木幡良彦さん(左)と中口和哉さん。「ここは公園なので気軽に立ち寄っていただける。エサをやったり、ひき馬をしたり、より乗馬が身近に感じられる施設にしたいです」



▲クリーム色のたてがみを持つキャンディ(16歳・メス)はひき馬体験の人気者。津波で生き残った36頭のうちの1頭です。