高知県学校生活協同組合



学校せいきょう

第670号

2025年11月4日発行

シャッキ!と した歯切れの

旬の味を!!







〒781-0014 高知市薊野南町20-13 TEL 0120-70-4124 FAX 0120-70-1981



URL https://www.kochi-gakuseikyo.com E-MAIL coop001@kochi-gakuseikyo.com

お待たせしました!!年末恒例の美味を!

学校生協自慢の「お正月食品」



無漂白・無着色。鮮度の良い最高級の"数の子" 本場信州のこだわりの"野沢菜漬"などなど盛りだくさん!

数の子の本来の色 しっかりした歯ごたえ! 美味しさが違います!

まもなくご案内開始です! よろしくお願いします!



・チラシ配布:11月13日~/注文締切り:12月5日俭

商品お届け:12月16日(火)~



TEL. 0120-70-4124 高知県学校生活協同組合 担当 苅谷 〒781-0014 高知市朝野南町20-13 お問い合わせ・お申込みお待ちしています!

参加のお申込みは、電話・ホームページ・FAXで受付けております!※締め切り11/28@





契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会(ご利3の生物によっては、その生物の制態する連合会との共同を呼になります)

〈CO・OP共済に加入するには〉 出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。

お問い合わせ先:高知県学校生活協同組合

自動車保険:団体扱い制度

清期時が チャンス

☆-括払の場合、保険料が約5%もお得!

☆お支払いは、便利な**給与引き去り!**

☆無事故**割引は、そのまま**継承!

☆ご家族のお車もご加入OK! ☆代理店はそのまま!



【取扱い保険会社】 あいおいニッセイ同和 損保ジャパン 東京海上日動 三并住友海上



11月の ガソリン価格 ※1日~15日の価格です。16日~月末は変動する場合がありますので、HPやTELでご確認ください。

12/6見学会

S y S C y S C TILL TILL C MILLS C Y C C T S				
	レギュラー	ハイオク	軽油	灯油
*	税込	税込	税込	税込
ENEOS	168	178	146	店頭価格
出 光	組合員価格は学校生協にお問合せください。			
コスモ	組合員価格は学校生協にお問合せください。 店頭価格			

◆給油カードのお申し込みは、学校生協までご連絡ください。◆

※価格は学校生協[マイページ]でご覧いただけます。

生協のあるイベントの時。「30分フィットネ ~ス!カープス!」でお馴染みの『カーブ ~ス!カース』さんが ス』さんが宣伝に来ていた。合間の時間に血管年齢を計ってもらいに行くと、なんと「メンズ・カーブス」があるとのこと。(ちなみ ノス・ルーノス」がのるといこと。(らなみに血管年齢は65才、実年齢より2才若かった(^_^)v) 3月と8月に市内に2店舗(福井町と東 (^) い 3月と8月に市内に2店舗(福井町と東 雲町)メンズが開店したらしい! あれやこれ やアンケートを答えているうちに、もともと 関心があったことも有り、体験に行くこと に!東雲町って職場から車で数分だしね… (_) 3日後の仕事終わり、いざドアを開け ると、おお~!何人ものおじさま方が汗をか きかき運動中。「川添さま!お待ちしていま した!」と「馬舎みんに出迎えてもらって、ま した!」と店長さんに出迎えてもらって、まずはアンケートや身体のことなどのヒアリン グ。趣味で同じK-POPアイドルのファンの話 で盛り上がって、トレーニング器具を体験。 で盛り上がって、トレーニング器具を体験。 ジムみたいな器具は初体験なので楽しい! ってことで、キャンペーン特典もあって、即 入会しました('_': 翌日に早速1回目のト レーニング。30分程でいい汗をかいて、翌日 1000円で、「スポース等はよるスタナト」 少しの筋肉痛。いい感じで続けそうですよ!









No.333 2025年 11月

高知県学校生協 TEL 0120-70-4124 担当:川添 FAX 0120-70-1981

E-MAIL: coop001@kochi-gakuseikyo.com U R L: http://www.kochi-gakuseikyo.com

掃除のプロに





間語の

・草の除去 溜まった土や泥

・床の間

ガラスサッシ

・ガラス (両面) ・あみ戸

その他お家にまつわる事は お気軽にお申し付けください



我のメンテナンスおまかせください!-

ハリスクリーニン	/組合貝圖/	n ax	(HCIC)
換気扇	¥ 3,3	00~	¥ 5,500
レンジフード	¥ 5,5	00~	¥11,000
キッチン	¥ 8,8	00~	¥13,200
トイレ	¥ 3,3	00~	¥ 6,600
洗面台	¥ 3,3	00~	¥ 6,600
玄関	¥ 3,3	00~	¥ 7,700
浴室	¥ 6,6	00~	¥13,200
ガラスサッシ			¥880
はめ殺しガラス			¥770
床洗浄ワックス			¥550
外壁・塀等			¥440~

床洗浄ワックス	¥550
外壁・塀等	¥440~
テント・シャッター	¥660~
各種照明	
建具全般	亜
ガレージ	安
倉庫・納屋 等	
草の除去	□ 見.
側溝清掃	
ビル・マンション共用	□ 積
各種高圧洗浄	7月
整理整頓・模様替え	1000



■家具家職、不用品の処分 ミ屋敷、ゴミ屋敷の改善 屋の模様替え、配置替え の取外し、処分



作業の流れ~基本的な流れをご説明いたします~

ご相談・またはお見積りに伺います。

遺品・家屋の整理方法や有利利用方法などについて ご予算に合わせた最適プランをご提案致します。

内容にご納得して頂けたなら、作業日時・作業方法 などをお打ち合わせ致します。

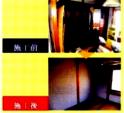
作業当日までに、必要な品物類をお客様の方で 選別・保管していただきます。 (事前に、或いは当日の作業中でも OK です。 当社スタッフがサポートも致します。)

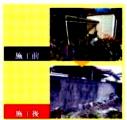
品物を分別・梱包・袋詰めをし、搬出致します。

お部屋の簡単なお掃除を致します。

お客様に最終確認していただきます。

確認後、料金を精算していただき、すべて完了です。





組合員価格表 (税込)				
換算部屋数	作業人数	基本料金		
1 R/ 1 K	2名	¥ 44,000		
1 DK	2名	¥ 66,000		
2 DK/ 1 LDK	3名	¥110,000		
3 DK/ 2 LDK	4名	¥165,000		
4 DK/3 LDK	5名	¥220,000		
5 DK/4 LDK	6名	¥264,000		

エアコンの効きが悪い エアコンから嫌な匂いが… お悩みも… プロの技術で解決 においスッキリ

/の効きの改 電気代節約のために

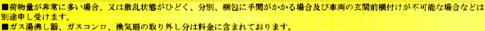
幅 1 回以向 組合員価格 8,800円 (税込)

本体のみ(1台) 8,800円 (8:32) 室外機のみ(1台) 3,300円 (8:32) 本体(1台)+室外機(1台) 11,000円 (8:32)

組合員価格 14,300円(税込)

	幅 1m 以内サイズ	
本体のみ〈1台〉	14,300円 (税込)	
室外機のみ〈1台〉	3,300円 (明込)	
本体〈1台〉+室外機〈1台〉	16.500円 (明込)	





- ■ビアノ、物體、その他そのままでは部屋から搬出できない場合等の解体料金は含まれておりません。 ■クロス、クッションフロア、糊付きカーペット等の撤去料金は含まれておりません。 ■浴槽、風呂釜、洗面台、各種備品の解体、撤去料金は含まれておりません。

- ■ベランダ、庭などの屋外の物(物置・植木鉢・庭石その他)の料金は含まれておりません。
- ■ご見積もり通りの請求です。それ以上ではありません。(ただし、見積もり後に追加注文をされた場合は別途申し受けます。)