

エリア掲示板

大阪府

豊中・池田・吹田・高槻・
茨木・箕面・摂津市・島本・
豊能・能勢町、大阪市西淀川・
東淀川・淀川区

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月13日(日)～16日(水)の間
お休みします

問い合わせ

大阪北地区本部

☎ **06-6849-0231**

FAX **06-6849-6008**

所在地 〒561-0882
豊中市南桜塚2-1-2
ふれあいセンター桜塚2階
時間 月～土:9時～17時
日:祝:休

公式SNS

大阪北地区では、インスタグラムと
ツイッターでさまざまな情報を配信
中。イベント情報や、コープサークル
の活動内容を紹介しているほか、
組合員同士がつながるツールとして
も活用しています。ぜひフォローし
てくださいね。



Instagram



Twitter



- 参加時、体調確認・マスク着用など
にご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止
する場合があります

この他の情報も！ホーム
ページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



くらしに役立つ学びが満載! 「レインボースクール」開催

くらしに役立つミニ知識、コープこうべの活動や商品について学
べる学習会です。10月以降もさまざまな講座を各店舗で開催予
定です。どなたでも参加できます。

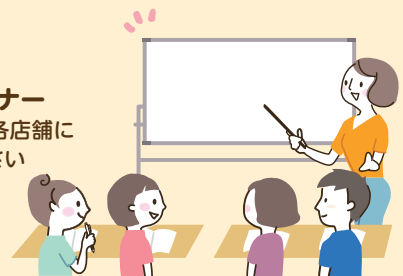
ところ・申し込み	とき	テーマ
コープ東豊中 ☎06-6848-2561	9月26日(火) 10時半 ～11時半	部門のプロがコープのイチ オシ商品を語るお互いさま のお買い物(エシカル消費)
	10月10日(火) 10時半 ～11時半	お口の健康とオーラル フレイルについて
コープ吹田 ☎06-6337-3651	9月8日(金) 10時～12時	レモンについて  学ぼう!
	9月22日(金) 10時～12時	アマネセミナー ～注目のスーパーフード～
	9月28日(木) 10時～12時	実はすごい高野豆腐
	10月13日(金) 10時～12時	10年後もにっこのり 家計のダイエット
コープ島本 ☎075-962-3501	9月21日(木) 10時半 ～11時半	缶詰講座+ ローリング ストックとは 
コープ箕面中央 ☎072-720-3021	9月22日(金) 10時半～12時	キリン健康セミナー 免疫・プラズマ乳酸菌を学ぶ
コープ茨木白川 ☎072-630-0110	9月13日(水) 10時半 ～11時半	きのこってなんだろう? ～しめじ、マイタケ、 エリンギの話を中心に～
	10月11日(水) 10時半 ～11時半	コーヒーの おいしい 淹(い)れ方 

ところ 店舗の組合員集会室

参加費 **無料**

申し込み **店舗サービスコーナー**

※定員などの詳細は各店舗に
お問い合わせください





フィリピンの女性の自立を支援 刺繍小物を買って応援しよう

手工芸品を製作したフィリピンの女性に商品の売上金を送ることで、貧困地区に暮らす女性の経済的な自立を支援したい！関西の大学生団体が、京都市から約1週間かけて、自転車で移動しながら販売活動を行います。近くのお店にぜひお立ち寄りください。

とき	ところ
8月29日(火)	コープ茨木白川
8月30日(水)	コープ桜塚、コープ東豊中
8月31日(木)	コープ箕面、コープ箕面中央

全て10時～16時

問い合わせ 大阪北地区本部



もっと知りたい！聞きたい！ フードプランのこれから

コープこうべのブランド「フードプラン」の取り組みと最新情報について、オンラインで学ぶ学習会を開催。



自宅からのオンライン参加が苦手な方、参加者同士で交流したい方、サテライト会場で一緒に参加しませんか。

とき 8月18日(金) 13時～15時

ところ コープ桜塚3階 集会室

定員 10人(申込順)

参加費 無料

申し込み 大阪北地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※8月7日(月)受け付け開始



大根チャレンジャー募集 11月上旬から収穫できます

とき 9月2日(土) 9時半～11時半

※説明の後、種まき。天候により変更あり

ところ 「みんなの牧♡里プロジェクト」の畑
(豊能郡豊能町牧) ※駐車スペースあり

募集区画 20区画(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 1区画2,500円

※収穫量は天候により左右されます

持ち物 散水用の水10ℓ

申し込み 大阪北地区本部

ホームページからのみ

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※8月19日(土)締め切り。当選者に詳細を連絡します



災害が起きたらどうしたらいい?! ゲームをしながら考えてみよう

体験型防災ゲーム「クロスロード」をやってみよう。カードを使って、災害への備えや発生時の行動について、親子で学びましょう。大人だけの参加も、もちろん大歓迎です。

とき 9月9日(土) 13時半～15時

ところ ふれあいセンター桜塚1階(コープ桜塚となり)

対象 小学生以上(小学生は保護者同伴)

定員 15組(申込順)

参加費 無料

申し込み 大阪北地区本部

ホームページからのみ

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※8月7日(月)受け付け開始。参加者に詳細を連絡します

ライターズルポ

衛生的で楽しく活動するために

6月6日 ふれあいセンター桜塚

コープ委員会、コープサークル、助け合い制度「コープむつみ会」など、活動で食品を扱う組合員が集まり、食品衛生研修を受けました。食中毒や食物アレルギーなどの基礎知識、調理前の消毒法、手洗いの仕方など衛生管理の方法をしっかりと学びました。今年の食の活動がここからいよいよスタートです。(和田)

衛生に関する動画も視聴



アマガエルやサワガニ、発見!

6月10日 「みんなの牧♡里プロジェクト」の畑

生き物大好きな子どもたちが牧の畑に集合。田んぼでオタマジャクシ、小川でサワガニ、池の上を飛ぶツバメなど、さまざまな里山の生き物を見つけました。講師から「アマガエルは皮膚の表面から毒を出すので、触った手で顔を触らない」など教わると、子どもたちは驚いたり自然の仕組みに感心したりしていました。(和田)

カエルを触ったら、きれいに手を洗おう!



エリア掲示板

猪名川町 川西市
宝塚市 伊丹市
尼崎市

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月11日(金・祝)～15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第1地区本部

☎0797-83-1017
FAX 0797-83-1019

所在地 〒665-0852
宝塚市売布2-5-1
ピピアめふ1 2階
時間 月～金:9時半～16時半
土:9時半～12時半 日・祝:休

第1地区本部 塚口事務所

☎06-6429-2411
FAX 06-6429-8848

所在地 〒661-0002
尼崎市塚口町1-16-1
コープ塚口2階
時間 月～金:9時半～16時半
土:9時半～12時半 日・祝:休

公式SNS

コープこうべ第1地区本部は尼崎市、伊丹市、宝塚市、川西市、猪名川町のイベント情報や活動の様子、レシピなどを随時発信しています。下のQRコード®から、ぜひフォローしてください。



Instagram



フェイスブック

- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

この他の情報も! ホームページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば



今月号のいいね!



一緒に学んでみませんか? コープサークル主催の学習会

くらしの中で気になる“ちょっと知りたい”“聞いてみたい”ことを分かりやすく学びませんか。

①「エンディングノート」を書いて“終活”を考えよう

アドバイスを受けながらみんなと一緒に書いてみましょう。

とき 8月26日(土)
13時半～15時

ところ コープ宝塚 組合員集会所

定員 10人(申込順)

参加費 1,000円(ノート代含む)

主催 人生を豊かに!
笑顔の終活サークル

②学びましょう! インターネットに潜む危険

パソコンやスマホ、タブレットを安心して使う方法を学びませんか。

とき 8月30日(水)
10時～12時

ところ コープ山本 組合員集会所

定員 20人(申込順)

参加費 無料

主催 ふれあいサロンShare シェア

③これからの人生に必要なこと

“人生100年時代”を有意義に生きるための、お金のことや毎日を朗らかに過ごすコツを学びます。

9月7日(木) 「意思表示できなくなる前に今からできること」
10時～12時 ファイナンシャルプランナー 斎藤真里子さん

11月2日(木) 陽転思考と「人生よかったカルタ」で朗らかに
10時～11時半 陽転エデュケーター 西野順子さん

ところ 社会福祉法人愛和会 ワイワイ「Waiwaiコミュニティあいわ」(コープ山本向かい)
定員 各15人 参加費 各100円 主催 ふれあいカフェWaiwai

申し込み 第1地区本部

※②③はコープサークル助成を活用しています



フードプラン学習会 ～フードプランのこれから～

安全・安心を大切にしている「フードプラン」がさらにバージョンアップします!「フードプランって何?」という素朴な疑問に答え、これまでの取り組みをご紹介します。そしてフードプランがめざすことなどに加え、生産者さんのご苦労や思いを、オンラインで伝えます。あなたの「知りたい」を「なるほど」に。サテライト会場と一緒に学びませんか。

とき 8月18日(金) 13時～14時

ところ コープめふ2階

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第1地区本部

プログラム

- 「フードプラン」ってどんなもの?
- GAP(ギャップ)って?
- グループディスカッション(質問・意見)





夏休みはコープに行こう！コープで学ぼう！ 「2023コープde体験夏休み」

夏休み後半も、まだまだ楽しいプログラムがいっぱい！夏休みの自由研究にオススメです。

テーマ	とき	ところ
☆絵本で「花火大会」	8月8日(火)10時半～12時	コープ塚口 組合員集会室
☆“もったいない！”から考えよう	8月9日(水)10時半～12時	コープ塚口 組合員集会室
★絵本の森で？～みつげよう～	8月17日(木)10時～11時半	ピピアめふ4階 ライトスポーツルーム(売布神社駅直結)
★“もったいない！”から考えよう	8月21日(月)10時半～12時	コープめふ 組合員集会室

※詳細や、これ以外のプログラムは第1地区(13ページ左上参照)の各店舗にあ
「プログラム一覧表」をご覧ください

対象 小学生 ※保護者同伴で未就学児の参加可能なプログラムあり

申し込み ★第1地区本部、☆第1地区本部 塚口事務所



自宅でできるよ！ 「うちdeチャレンジ！ 夏休み」

動画を見ながら料理やスイーツを作ってみよう。チャレンジしたら写真や感想をメールしてね。



YouTube



たんぱく質、取れていますか？ クッキングサポーターと「フレイル予防」を

歩行や外出など日常生活を制限なく送れる「健康寿命」を延ばしていくことは大切です。「フレイル予防」を意識し、心身ともに健やかに過ごせるように、栄養面をチェックして生活を見直してみませんか。

筋肉量を維持するためのたんぱく質が取れる簡単メニューをクッキングサポーターがご紹介(試食あり)。折り紙の教え合いもあります。

とき 9月6日(水)①10時～10時20分 ②10時半～10時50分

※第1水曜日開催予定

ところ コープ塚口 店内

定員 各10人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第1地区本部 塚口事務所

※8月7日(月)受け付け開始



「フレイル」とは

「健康」と「要介護」の間の段階で、身体的機能や認知機能の低下がみられる状態のことです。予防のポイントは、運動・栄養・社会参加。たとえば、食事の量が減ると筋肉や脂肪が減って、体の機能や気力が低下してしまいます。



空いた時間を地域のために 「コープくらしの助け合いの会」

地域で暮らす高齢者宅や産前産後の家庭で、簡単な家事のサポートをしませんか。活動は有償。

申し込みのうえ、説明会へお越しください。

とき	ところ
①8月16日(水)10時～11時半	第1地区本部
②8月19日(土)10時～11時半	コープ塚口
③8月25日(金)10時半～12時	コープ行基
④8月31日(木)10時～11時半	第1地区本部
⑤8月31日(木)10時～11時半	コープ塚口

※②④は男性限定。②③⑤は組合員集会室で実施

申し込み ①④第1地区本部

②③⑤第1地区本部 塚口事務所

ライターズルポ

「コープ活動の森づくり」

6月17日 尼崎の森中央緑地

今日は参加者で森の整備を行い、海辺エリアに苗木を植えました。まずは草引き。軍手をした手で思い切り引き抜いた雑草が自分の背丈より長くてびっくりの子どもたち。次に、植樹エリアへ移動。指導者から植え方をよく聞いて、クチナシなど3種類の苗木を、倒れないようしっかり植えることができました。(植田)



今から植える木や咲く花の特徴を聞く子どもたち

エリア掲示板

西宮市 芦屋市

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月13日(日)~15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第2地区本部

☎0798-67-8927

FAX 0798-67-6650

所在地 〒662-0832
西宮市甲風園1-8-1

ゆとり生活館アミ2階
時間 月~金:9時半~16時半
土:9時半~15時半
日・祝:休

公式SNS

第2地区で開催するイベントやつどい場の情報、開催時の様子を随時更新しています。クッキングサポーター発の季節のレシピもあります。ぜひフォローして、いち早く情報をキャッチしてください。お気に入りの投稿があれば「いいね!」をお願いします。



Instagram



フェイスブック



- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

この他の情報も! ホームページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



参加無料

「レインボースクール」で楽しく学ぼう!

衣食住や健康、環境、法律に関する「へー!」「なるほど!」「やってみよう!」がいっぱい。暮らしに役立つ講座です。



とき	ところ	1回目のテーマ
8月23日(水) 10時半~11時半	コープ西宮東 ☎0798-46-0830	畜産のプロが健康熟成鶏を語る
9月7日(木) 10時半~11時半	コープ甲子園口 ☎0798-67-5081	水産のプロとチリメンモンスター探し
9月9日(土) 13時~14時半	コープ甲東園 ☎0798-52-7501	みんなで買い物
9月13日(水) 10時半~11時半	コープ西宮 ☎0798-26-5660	ほっとライフ講座 ~救急救命体験講座~
9月15日(金) 13時~14時半	コープマリナパーク ☎0798-35-6773	チャレンジ! ローリングストック
9月19日(火) 10時15分~11時半	コープ武庫川 ☎0798-49-6503	畜産のプロが商品の魅力を語る
9月20日(水) 10時半~11時15分	コープ苦楽園 ☎0798-73-4593	畜産のプロが健康熟成鶏を語る
9月20日(水) 10時~11時半	コープ甲陽園 ☎0798-73-5775	お口の健康とオーラルフレイルについて
9月20日(水) 10時~11時半	コープ西宮南 ☎0798-32-5551	コープ化粧品ビューティーセミナー
9月25日(月) 10時半~11時45分	コープデイズ芦屋 ☎0797-31-2222	部門のプロがコープのイチオシ商品を語る
9月26日(火) 10時半~11時45分	コープ北口食彩館 ☎0798-65-1101	畜産と農産のプロが語る
10月10日(火) 10時15分~12時	コープ夙川 ☎0798-74-1414	雪国まいたけができるまでと美味しい食べ方
10月11日(水) 10時15分~11時15分	コープ打出浜 ☎0797-22-3882	女性のなりたい理想の肌に
10月25日(水) 10時半~12時	コープ浜芦屋 ☎0797-23-0441	暮らしに花と緑を ~ガーデニングで癒しを~

※各店舗で3回~5回開催します

※詳細は店内ポスターまたはホームページで

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細

申し込み 店舗サービスコーナー



キューピーちゃんと一緒に 「わになーれにしきた」に集まれ!

キューピー株式会社の協賛で、撮影会やキューピー商品が当たる抽選会、マヨネーズ作りを開催します。ぜひ親子で参加してね。参加費無料です。

とき 9月10日(日) 10時~13時

ところ コープ北口食彩館2階「わになーれにしきた」、組合員集会室

内容	時間	定員
キューピーちゃんフォトイベント	10時~11時、 11時半~12時半	無し
マヨネーズ教室	11時半~13時	20人(申込順)

対象 小学生以下の子どもと保護者

申し込み 第2地区本部

※8月7日(月)受け付け開始



おいしく、楽しく、つながろう 「芦屋南部地域食堂スタンプラリー」

スタート・ゴール地点である「わかば子ども食堂」で台紙を入手し、期間内に3カ所のスタンプを集めた人には景品を進呈します。ご参加ください。

とき 8月31日(木)まで

参加地域食堂

★わかば子ども食堂(食堂/第1・2・3木曜日 17時~潮見町潮見集会所、フードパントリー/第4木曜日17時~若葉町若葉第6集会所)

★わいわい食堂(第4土曜日17時~陽光町市営南芦屋浜団地集会所) ●またあした食堂

●高浜いちばん食堂 ●陽光亭

※★はコープサークル

問い合わせ 第2地区本部



「コープde おかいもの体験」

コープのお店ではどんな物が売られているのかな。テーマ別の商品を子どもたちだけでお買い物してみよう。おみやげ付きです。

とき 8月25日(金)
10時半~12時

ところ コープ甲陽園
組合員集会室

対象 5歳~小学生

定員 10人(申込順)

参加費 100円

申し込み 第2地区本部

コープこうべ イベントひろば



申し込み

検索



手作り品が大人気 「つながるマルシェ」

障がい者就労支援施設で手作りした手芸品や焼き菓子などの販売会です。売り上げは、施設で働く作業員の工賃になります。クッキーや刺しゅう入りバッグなど人気の商品がいっぱい。商品を買って、働く人を応援しませんか。

とき	ところ
8月25日(金)	コープ甲陽園
8月31日(木)	コープ西宮南

※いずれも10時半~15時

問い合わせ 第2地区本部



「絵本 おはなし会」 気軽に参加してね!

コープサークル「ぷくぷくライブラリー」主催で、絵本の読み聞かせと紙芝居を行います。申し込み不要です。買い物ついでにどうぞ。

とき 8月19日(土) 10時半~12時
(出入り自由)

ところ コープ西宮南2階
しましまひがしまち

参加費 無料

問い合わせ コープ西宮南

サービス
コーナー



くらしの助け合いの会40周年 公開講座「介護保険制度について」

家事支援を通した助け合いの活動で、自立したくらしを支える「コープくらしの助け合いの会」の40周年記念イベントです。将来、利用するかもしれない介護保険の仕組みや利用方法について学びませんか。いざという時のために、知識を身に付けましょう。

とき 9月7日(木) 10時半~12時

ところ コープカルチャー西宮4階 アミホール

講師 西宮市高齢介護課職員

定員 50人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第2地区本部



ライターズルポ

コープ「健太郎トマト」を収穫!

6月6日 神戸市西区岩岡町

トマトの産地見学と収穫体験を実施。生産者から「節水栽培なので味が凝縮し、高糖度です。今年は初出荷から甘みがのってました」「畑と店舗が近いから完熟で収穫します。今日も赤い実を選んで!」と説明を受け、参加者の期待は最高潮に。ビニールハウスで真剣にトマトを吟味していました。(行本)



トマトのジャム作りにも挑戦。意外(?)なほどおいしい!

エリア掲示板

神戸市東灘区・灘区・
中央区・兵庫区・
長田区・須磨区

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月13日(日)~15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第3地区本部

☎078-412-7850

FAX 078-412-9674

所在地 〒658-0081
神戸市東灘区田中町5-3-18
生活文化センター2階
時間 月~土:10時~17時
日・祝:休

公式SNS

フェイスブックでは、第3地区内の
組合員活動を応援。さまざまな活動
を気まますで紹介します。インスタグ
ラムは組合員が主役。“私だけのニッ
チな情報”を発信します。



Instagram



フェイスブック



- 参加時、体調確認・マスク着用など
にご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止
する場合があります

この他の情報も! ホーム
ページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



くらしに役立つ、知識が広がる♪ 「レインボースクール」開催

私たちのより良いくらしづくりに役立つ情報
を楽しく学べる講座です。会場はコープ店舗の組
合員集会所なので、買い物のついでに受講でき
ますよ。詳細は店舗のポスターをご覧ください。



期間 9月~2024年3月

参加費 無料(材料費が必要なものもあります)

- ^{だま}騙されない! スマホ社会のネットトラブル
- 老後資金2000万円問題に備える
人生100年家計戦略
- 女性のなりたい理想の肌
- チョコレートの世界へようこそ!
- コーヒーのおいしい淹れ方
- 骨・カルシウムセミナー
- 知って得する暮らしの諸制度
(介護・医療編)
- 税務署では教えない節税ポイント
など...

この他にも、
興味深いテーマが
たくさん♪



申し込み 店舗サービスコーナー



食べて! 学ぼう! 「コープもずく」学習会

沖縄県恩納村で生産されている
「もずく」。生産にまつわる話を聞いた
後は、もずくの選別体験と試食
を実施。糸もずくと太もずくの食べ
比べで、食感の違いを実感してみま
しょう! また、アレンジレシピの紹
介やもずくを育てるサンゴの基台の
絵付け体験もあります。

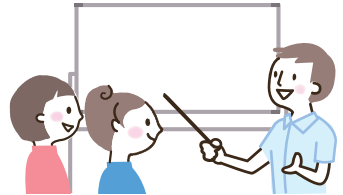
とき 9月14日(木)13時半~15時半

ところ コープ兵庫 組合員集会所

定員 20人(申込順) 参加費 無料

申し込み 第3地区本部

※8月7日(月)受け付け開始





わらべうたと絵本のせかいへ いらっしゃ〜い♪

毎月第1水曜日に開いている「子育てひろば」で、気分転換しませんか。自由遊びの後、わらべうたと絵本の読み聞かせを楽しみましょう。申し込みは不要です。

とき 9月6日(水)、10月4日(水)、11月1日(水)
10時半～12時

※3回とも内容は同じです

ところ コープ横尾 組合員集会所

対象 未就園児と保護者

参加費 1組1回100円

主催 コープサークル
「ふわふわ横尾」

問い合わせ 第3地区本部



あなたのできることでお手伝い 「コープくらしの助け合いの会」

地域の高齢者や子育て中の方のお宅で、掃除や買い物などの家事を手伝う「活動会員」を募集しています。特別な資格は不要。活動は週1回2時間程度からでOK。関心のある方は、申し込みのうえ説明会へどうぞ。問い合わせもお気軽に。

とき	お住まいのエリア	ところ
8月10日(木) 10時～11時半	東灘区、灘区	生活文化センター 2階 会議室
8月29日(火) 13時半～15時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫2階 組合員集会所

申し込み 第3地区本部

【おわび】 7月号で「有償(1時間1,000円～)」と記載しましたが、正しくは「800円～」でした。



一緒に人形劇をしませんか メンバー募集中

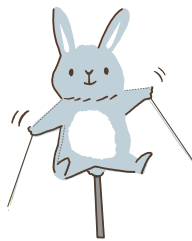
コープサークル「ともしびこけし」は、東灘区と灘区を中心に児童館や保育園、高齢者施設などで、人形劇を行っています。人形が好きな方、子どもが好きな方、一緒に楽しみませんか。活動中のグループさんとのコラボや合流も大歓迎です。

公演依頼もご相談ください。

活動日 第1・3・4水曜日
10時～12時

ところ 生活文化センター西館
組合員活動の部屋
(JR住吉駅徒歩8分)

問い合わせ 第3地区本部



コープサークル「音訳こすもす」 メンバー募集中

楽しく朗読の勉強をしながら、目の不自由な方のために単行本の録音をしたり、リスナーとの交流会を行ったりしています。日本赤十字社のボランティアグループとしても活動中。初心者も大歓迎です。

活動日 第2・4金曜日13時～15時

ところ 生活文化センター西館2階 集会所
(JR住吉駅徒歩8分)

対象 パソコンをお持ちの方

参加費 会費500円/月、
日赤団費1,000円/年

問い合わせ 第3地区本部



ライターズルポ

日本の伝統食を気軽に楽しんで…

6月17日 コープ六甲 組合員集会所

梅干しを手軽に漬ける講習会に18人が参加。フリーザーバッグを使った簡単な漬け方の手順を学びました。赤しそシロップも試飲。「サッパリ飲めて、夏にピッタリね」などの感想が聞かれました。質問も活発に出され、皆さんの関心の高さがうかがえました。出来上がった梅干しを食べるのが、今から楽しみです。(石川)

竹串で丁寧に
へたを取って
いきます



スムーズに意思疎通を図るには

6月17日 生活文化センター

言葉を使わずにできるコミュニケーションの方法を学ぶ研修が第3地区(7ページ左上参照)の店長を対象に行われました。障がいのある人を想定してのトレーニングでは、ルールを決めることで意思疎通がしやすくなるなどの気付きも。これからの店づくりや組合員対応にも生かせる学びがありました。(石川)

ヘッドフォン、アイマスク
を付けての言葉の伝達に
四苦八苦



エリア掲示板

神戸市北区 三田市
丹波篠山市 丹波市
北播磨 (西脇・三木・小野・
加西・加東市・多可町)

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月11日(金・祝)~15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第4地区本部

☎0794-87-7755

FAX 0794-87-7758

所在地 〒673-0592
三木市志染町青山7丁目1-4
(協同学苑 協同棟1階)

時間 月~土:9時半~17時
日・祝:休

公式SNS

第4地区本部のInstagramや
フェイスブックではおすすめの商品
やレシピの紹介だけでなく、楽しい
組合員活動やイベントの情報をたく
さん発信しています。ぜひチェック
してみてくださいね。



Instagram



フェイスブック



- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

この他の情報も! ホーム
ページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



暑い夏を吹っ飛ばそう! 親子で来てね♪「コープこどもまつり」

すてきな演奏といろんなゲームを親子一緒に楽しめる「コープこどもまつり」。みんなで盛り上がりよう!まつりだ、ワッショイ♪

とき 9月3日(日) 10時~12時

ところ コープ三田西 店頭 参加費 無料

三田市ママ音楽隊!

「サンダワマミー」さんがやってくる!

学生時代に音楽活動をしていたお母さんたちの音楽隊!
赤ちゃんから大学生までの子どもを持つ、幅広い年代の
メンバーで活動中♪

演奏タイム
11時10分~11時半



子どもたちの
大好きな曲や
おなじみの曲も!

ゲームコーナー紹介



つりゲーム



わにたたき



ボウリング

「宅配おしごと
体験」もあるよ♪



問い合わせ 第4地区本部



遊んで 学んで つながって「丹波篠山つながろうフェスタ2023」 with 篠山コープ委員会「組合員まつり」

昨年、地域の団体や参加者でにぎわった「丹波篠山つながろうフェスタ」。「つながり」をテーマに今年も開催！地域の未来を考えながら、みんなで楽しみましょう。

- とき 9月24日(日) 10時～15時
- ところ 四季の森生涯学習センター(丹波篠山市中央公民館)
丹波篠山市網掛429
※駐車場有り
- 参加費 無料
※一部ブースは参加費が必要
- 共催 社会福祉法人
丹波篠山市社会福祉協議会
- 問い合わせ 暮らしの情報センター
※1ページ参照



内容

- ステージ
- マルシェでお買い物
- こども絵画展
- はたらく車展示
消防車やコープこうべ移動店舗も！
- コープこうべブース
宅配おしごと体験、パン販売など
- 赤い羽根共同募金

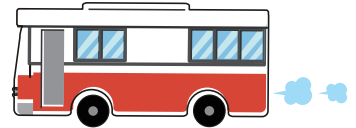


みかんのおいしい季節がやってきた！ バスに乗って産地へ行こう

甘さスッパリで人気の「コープス フードプラン上^{かみとんだ}富田みかん」。その“おいしさの秘密”とこだわりを産地見学や生産者との交流で学びませんか。

- とき 9月27日(水)
- ところ JA紀南 富田川宮農経済センター(和歌山県西牟婁郡上富田町)
- 定員 30人程度(申し込み多数の場合は抽選)
- 参加費 無料 ※別途、現地で昼食代と収穫体験料(計1,500円)を各自支払い(3日前からキャンセル料が必要)
- 申し込み 第4地区本部
ホームページからのみ

※備考欄にバス乗車場所の希望を
※締め切り9月5日(火)。抽選結果は9月11日(月)までに
全員にお知らせ



スケジュール

- 7時50分 協同学苑 発
- 8時半 コープデイズ神戸北町 発
- 12時半 生産者と交流
- 13時半 みかん園地 収穫体験
- 15時半 JA紀南直売所で買い物
- 18時 コープデイズ神戸北町 着
- 18時半 協同学苑 着



空いた時間にできることを 「コープくらしの助け合いの会」

住み慣れた地域での自立したくらしを支えるために、家事を手助けする「活動会員」を募集しています。掃除や買い物、食事作り、草引きなどで性別を問わず活躍中。活動は有償(1時間800円～)で、特別な資格は要りません。興味のある方は前日までに申し込みのうえ、説明会にお越しください。

とき	ところ
8月31日(木) 10時半～12時	コープ三田西
9月1日(金) 10時半～12時	コープ北鈴蘭台

- 対象 神戸市北区・三田市在住の方
- 申し込み 第4地区本部
※日程の都合がつかない方はご相談ください

ライターズルポ

男性限定、大人講座！

6月10日 兵庫県水産会館(明石市)

「とれとれの魚をさばいてみよう」をテーマに講座を開催し、アジのお刺身づくりに12人が挑戦。初めての魚料理に緊張しつつも、参加者同士で教え合うなど和気あいあいとした様子が見られました。盛り付けが終わるとお楽しみみの試食です。「自分で作ってみると、よりおいしく感じられた」などの感想がありました。(清水)



真剣な表情で講師から教えてもらう参加者

ほっこり、のんびり、楽しい時間を

0歳から就学前までの親子でホッとくつろいで集える場所があなたの地域に♪ぜひお越しくださいね。お休みや参加費の詳細などはお問い合わせを。



名称(参加費)	活動日時	ところ	内容
子育てひろば こあらっこ西神 (100円)	偶数月 第1木曜日 10時~12時	C西神 組員集会室	季節イベントで 地域の親子交流
ほっぺ(200円)	第2水曜日 10時半 ~11時半	C西神南 組員集会室	季節イベント、 親子工作など
子育てひろば はらっぱらっぱ (100円)	第3火曜日 10時半~12時	CD神戸西 「つどいの部屋」	自由遊びを中心に、 季節を取り入れた 工作など
おはなしのかい ぼけっと (無料)	第3水曜日 11時~12時 13時半 ~14時半	CD神戸西 「こどもの森」 「はじまりのテラス」	あらゆる世代が 本の世界を楽し める読み聞かせ
多胎児ひろば さくらんぼ (無料)	第3金曜日 11時~13時	CD神戸西 「つどいの部屋」	ふたご、みつご を育てる家族の 交流の場
みちくさいっぱ (無料)	第4月曜日 10時~12時	CD神戸西 「つどいの部屋」	子育て相談な ど、母親同士の 交流の場に
KOBEの はしっこ (300円)	日曜日 ※不定期 10時半 ~11時半	CD神戸西 「いろいろ スタジオ」	親子・祖父母と 孫が楽しめる イベントを開催
こごらっと (無料)	火曜日 10時~12時	C新多聞 組員集会室	毎週開催の 子育てひろば
おやこひろば マンティア (200円)	第1金曜日 10時15分 ~11時半	C新多聞 組員集会室	母親が息抜き して交流できる 楽しいプログラ ムを企画
みんなの家 セラビィ (大人1,000円 子ども500円)	木曜日~土曜日 10時~15時	みんなの家 セラビィ (垂水区平磯 3-3-4)	みんなの居場所、 時々イベント。 大人も子どもも 自由に自己表現
with bébé (300円)	第3木曜日 10時半 ~11時半	C福田 組員集会室	お茶と、おしゃ べりでホッと できるスペース
親子ひろば そらまめ ★	第4月曜日 10時~12時	C垂水 組員集会室	親子の交流・ イベントスペース

★内容により参加費(200円~)あり

※CD:コープデイズ C:コープ

問い合わせ **第5地区本部**

神戸市 垂水区・西区

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月11日(金・祝)~15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第5地区本部

☎ **078-704-5701**

FAX **078-707-0799**

■所在地 〒655-0013
神戸市垂水区福田3-2-12

■時間 月~金:9時半~17時
土・日・祝:休

コープのつどい場 神戸西 1階つどい場カウンター

コープデイズ神戸西のつどい場の
施設利用などの相談窓口です。

☎ **078-975-9300**

FAX **078-975-9301**

■所在地 〒651-2111
神戸市西区池上3-3-1

■時間 10時~18時

公式SNS



第5地区本部
Instagram

イベント情報や活動
の様子を随時更新し
ています♪



神戸西つどい場
ホームページ

利用状況の確認や使
用予約ができます。
ぜひチェックしてく
ださいね。

- 参加時、体調確認・マスク着用など
にご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止
する場合があります

この他の情報も! ホーム
ページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索



家族で楽しい手作りランチ 夏野菜ピザを作ろう♪

コープ桜が丘では、地域の自治会や団体と放課後学習支援の活動を始めました。今回は、初めて親子料理イベントを開催します。夏休みの楽しいひとときを過ごしに来てくださいね♪

とき 8月21日(月)10時半～13時(予定)

ところ コープ桜が丘 組合員集会所

メニュー 夏野菜を使ったピザ

対象 小学生と保護者

定員 6組(申込順)

参加費 1組500円

申し込み コープ桜が丘

サービスコーナー

※8月7日(月)受け付け開始



「和」を感じるひとときを 夏休み親子いけばな体験会

コープサークル「いけばな 池坊」が丁寧に教えます。お子さんだけでもOK。材料・道具はこちらで準備します。体験時間は50分程度。気軽に参加を。

とき ①8月10日(木)15時～17時

②8月22日(火)13時～15時

ところ コープ垂水 組合員集会所

定員 各5組(申込順)

参加費 1組1,300円(中学生以上800円、小学生以下500円)

申し込み 第5地区本部

コープこうべ イベントひろば

※①②共に開催前日が締め切り



①申し込み



②申し込み



いつもの暮らしにイイこと♪ 「レインボースクール」参加者募集

くらしの知恵を学ぶ「レインボースクール」。垂水区と西区の12店舗で9月から年間3回程度開催。今年は警察署による防犯学習など、オリジナル企画が充実。好評の「職員が語る」シリーズもお楽しみに。

とき	ところ	テーマ(予定)
9月8日(金) 10時半～12時	コープ西神南	職員が語る「兵庫・大屋町有機野菜」他
11月6日(月) 10時15分～ 11時15分	コープ垂水	防犯に備えて 特殊詐欺に遭わない 為に

※参加費は無料。組合員集会所にて

申し込み 各店舗サービスコーナー

コープこうべ イベントひろば



「フードプラン大いけす育ちぶり」 産地交流会 参加者募集

ぶりの産地とオンラインでつなぎ、生産者からこだわりの生産方法やおいしさのヒミツ、アイデアレシピなどを聞きます。ぶりの解体ショーや試食も予定しています。

とき 9月25日(月)10時～11時半

ところ コープデイズ神戸西2階
つどいの部屋

定員 30人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第5地区本部

コープこうべ イベントひろば

※8月7日(月)受け付け開始



申し込み

ライターズルポ

「ポリ袋でできる！」防災知識を楽しく♪

6月11日 西神中央プレんティ広場

防災イベント「いつものもしもCARAVAN」で、神戸学院大学栄養学部と第5地区本部がポリ袋を使った炊飯を実演。災害時でも、おいしく栄養バランスのとれた食事をとるためのアイデアも提案しました。ふっくら炊き上がったごはんを前に、「魔法みたい！」と驚いた子どもの表情が印象的でした。(木下)



「空気が入らないように…」と、コツを伝授

“ツキ推し”商品にアイデアを添えて

6月13日 コープ高丸

高丸コープ委員会が商品普及活動を実施。「メンバーで相談したアレンジレシピを紹介することにしました」と菅田(すげた) 信子さん。父の日が近いので、おつまみに作ってほしいと「CO・OP国産小麦の牛乳バー」に生ハムを巻いた一品などを展示し、組合員に作り方のコツなどをお伝えしました。(木下)



アイデアを出し合って活動しています♪

エリア掲示板

東播磨 (明石・加古川・高砂市・稲美・播磨町)

淡路 (洲本・南あわじ・淡路市)

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月11日(金・祝)～15日(火)の間お休みします

問い合わせ

第6地区本部

☎ **078-935-7180**

FAX **078-935-7199**

所在地 〒674-0051
明石市大久保町大窪2545-8
コープ大久保2階

時間 月～金:9時半～17時
土・日・祝:休

公式SNS

第6地区のコープ委員会・サークルの活動や、クッキングサポーター考案のレシピ、その他イベント情報をフェイスブック、インスタグラム、YouTubeチャンネルで発信中!



Instagram



フェイスブック



YouTubeチャンネル



- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

その他の情報も! ホームページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



その道のプロが教える
目からウロコの学び!

9・10・11月開催の レインボースクールで楽しく学ぶ!

学んで伝える役立つ学習会。1回だけの参加もOK! 気軽にご参加ください。



とき・ところ	内容
コープ朝霧 組合員集會室	
9月28日(木)10時半～12時	職員が「コープ本鯛」を語る
10月26日(木)10時半～12時	要援護者見守りSOSネットワーク 声かけ訓練
11月17日(金)10時半～12時	女性のなりたい理想の肌に
コープ稲美 組合員集會室	
10月24日(火)10時～11時半	ソーセージについて学ぼう
11月28日(火)13時～14時半	紅茶のおいしい飲み方
コープ魚住 組合員集會室	
10月18日(水)10時半～12時	始めよう! 朝ベジ習慣 延ばそう! 健康寿命
11月15日(水)10時半～12時	職員が「コープ健康熟成鶏」を語る
コープ大久保 組合員集會室	
10月12日(木)10時半～12時	部門のプロがコープのお魚を語る ～大いけす育ちぶりのおいしさを伝えたい～
コープ大蔵谷 組合員集會室	
10月11日(水)10時半～11時半	職員が「CO・OP大山乳業の特選牛乳 を使ったふんわりドーナツ」を語る
コープ播磨 組合員集會室	
9月10日(日)10時半～11時半	播磨町の野鳥
9月12日(火)10時半～11時半	ブリの解体
10月8日(日)10時半～11時半	ゴミ救出大作戦 ～ゴミも分ければ宝物!?～
11月14日(火)10時半～12時	コープ化粧品 ビューティーセミナー
コープ東加古川 組合員集會室	
9月25日(月) 10時15分～11時45分	介護が必要になったら… 介護保険の基礎編
10月23日(月) 10時15分～11時45分	自然のだしをとってみよう ～こんぶだし～
11月27日(月) 10時15分～11時45分	調子の良い体の作り方 ～低栄養を予防して健康に暮らそう!～

申し込み 各店舗サービスコーナー

※内容や定員など、詳細は各店舗にお問い合わせください



もったいないから ありがとうへ、つなげる思い

第6地区は行政や地域の団体と連携し、児童養護施設や福祉施設、団体に食品を提供する「地域循環型のフードドライブ」に取り組んでいます。食べ切れない食品や買い過ぎた食品の提供にご協力ください。

	とき	受け付け方
宅配	8月29日(火)～9月9日(土)の訪問時	担当者にお渡しください
店舗	8月30日(水)*～9月2日(土)	サービスコーナーまたは専用コーナー(コープミニはレジ)にお持ちください

- *第6地区(13ページ左上参照)内の店舗のみ8月30日から
 - ※上の表以外の受け付け場所は、各店舗などで配布されているチラシでご確認ください
 - ※受け付けできない商品など、詳細は17ページをご覧ください
- 問い合わせ 第6地区本部



大切な思い出を 残すお手伝い

被災支援ボランティア団体「おたがいさまプロジェクト」協力。写真洗浄と防災セミナーを行います。

- とき 9月2日(土) 10時半～12時
- ところ 大久保「コープのつどい場」(コープ大久保2階)
- 定員 10人(申込順)
- 申し込み 第6地区本部



オンライン料理会配信の様子を みんなで見学して楽しもう♪

「コープス昆布だしが効いている味わいすし酢」を使った料理3品を作る様子を見学しませんか。試食あり。

- とき 8月23日(水)
10時～11時半

ところ 加古川コープのつどい場「かっこ」
(加古川市加古川町中津560-1)

- 定員 24人(抽選) 参加費 無料
- 申し込み 第6地区本部

ホームページからのみ

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※8月14日(月)締め切り



ちょっと一息、 自分時間でリフレッシュ♪

子育てで忙しい方に自分の時間を過ごしてもらおうと活動している「気mamaFUN!」。お子さんがサポーターと楽しく遊んでいる間、保護者は店内で買い物をしたり、別室でお茶を飲んで過ごしたりできます。

今月、お子さんは「キャンプ」のテーマで遊びます。

- とき 8月28日(月) 10時半～12時
 - ところ 大久保「コープのつどい場」と組合員集會室(いずれもコープ大久保2階)
 - 定員 5組(申込順)
 - 参加費 100円
 - 申し込み 第6地区本部
- ※8月7日(月)受け付け開始



紙芝居を通して楽しみを 共有できるメンバー募集♪

紙芝居を中心に体操や歌で、高齢者や子どもたちに生きる楽しさを伝えている紙芝居サークル「おやゆび姫」。時には、介護施設や地域福祉センター、地域のイベントなどへ出向いて活動しています。



- 活動日 第4金曜日14時～16時(定例会)
 - ところ コープ朝霧 組合員集會室
 - ※活動は明石市・神戸市で随時
- 問い合わせ 第6地区本部

ライターのズルポ

旬の野菜を自分で収穫!

6月10日 エコファーム(三木市)

コープの店舗から出た野菜や肉の加工くずを堆肥にし、野菜作りに使う循環型農業についての話を聞いた後、タマネギとジャガイモを収穫。親子で力を合わせて大きなジャガイモを掘り出す姿がありました。コープから“ニンジン収穫体験”のプレゼントもあり、参加者は大満足の様子でした。(藤野)



41人の親子が参加。収穫したタマネギを一輪車で運ぶ体験も!

エリア掲示板

中播磨 西播磨
但馬 丹後

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

8月11日(金・祝)～15日(火)の間
お休みします

問い合わせ

第7地区本部

☎ 079-292-3300
FAX 079-292-3307

所在地 〒670-0086
姫路市田寺3-3-11
(コープ姫路田寺3階)
時間 月～金:9時半～17時
土・日・祝:休

第7地区本部 豊岡事務所

☎/FAX 0796-24-1266

所在地 〒668-0023
豊岡市加広町7-32
(コープデイズ豊岡1階)
時間 月～金:9時半～16時半
土・日・祝:休

第7地区本部 相生事務所

☎ 0791-22-1640
FAX 0791-22-2102

所在地 〒678-0031
相生市旭3-7-6
(コープデイズ相生3階)
時間 月～土:10時～17時
日・祝:休

公式SNS

食生活や子育て、環境など、身近な
話題が盛りだくさんですよ♪



Instagram



フェイスブック

- 参加時、体調確認・マスク着用などにご協力いただく場合があります
- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります

この他の情報も! ホーム
ページ「イベントひろば」



コープこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね!



パスでGO!

おおや高原で野菜の収穫体験 ～大自然の恵み「フードプラン」～

おいしい空気と水で育てる、おおや高原自慢の野菜。生産者さんと楽しく交流しながら、愛情たっぷりに育てられた野菜をみんなで一緒に収穫しませんか。収穫体験は1時間程度で、中腰での作業となります。作業しやすい服装でお越しください。

何が採れるか
お楽しみに♪



とき 9月29日(金)9時～14時

8時40分コープデイズ豊岡 駐車場(ユニクロ前)に集合
※天候により中止する場合があります(小雨決行)

ところ おおや高原(兵庫県養父市大屋町) 定員 25人(申込順)

参加費 無料

※別途、現地で、収穫体験料600円と昼食代1,000円を各自お支払いください

持ち物 ウェストポーチ(貴重品を入れるため)、タオル、帽子、軍手、飲み物、履き替え用の靴(雨天の場合)

申し込み 第7地区本部

ホームページからのみ

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※8月16日(水)受け付け開始

※この学習会は、レジ袋代金を活用しています



買い物中に困っている人をお手伝い 「ボランティアサークルなでしこ」メンバー募集

コープデイズ豊岡で支援を行う「買い物ボランティア」。高齢の方や買い物に不便を感じている方に寄り添い、お話ししながらの活動。商品を探したり、棚から商品を取ったり、袋詰めをサポートなど簡単なお手伝いです。

興味のある方は、お問い合わせください。

活動日	時間
火曜日	13時半～14時45分
水曜日	13時～16時
土曜日	13時～14時半

ところ コープデイズ豊岡

問い合わせ 第7地区本部 豊岡事務所



活動でポイントを貯めると、コープこうべの商品券と交換できます。

※週に1時間から活動できます



バスに乗ってLet's go! 奈良 秋の味覚「柿」を味わう産地見学

「食欲の秋」に食べたい果物、柿。甘くておいしい“柿のヒミツ”を学んだり、収穫体験したり、「柿の葉寿司」作り体験など、今までよりもっと柿が好きになる一日になること間違いなし！家族や友達との参加はもちろん、1人での参加もお待ちしています。

とき 10月3日(火)7時半～18時半 7時20分にJR姫路駅南ロータリー集合

ところ 美吉野農園(奈良県五條市) **定員** 15人(申込順)

参加費 無料

※別途、現地で、収穫体験料600円(5玉持ち帰り)、
柿の葉寿司作り体験料1,000円(5個持ち帰り)、
昼食代を各自お支払いください

申し込み 第7地区本部

ホームページからのみ

[コープこうべ イベントひろば](#)

[検索](#)



申し込み

※8月16日(水)受け付け開始



親子でつながる、楽しい時間 「わいわいひろば相生」

子育てひろばは、親子が気軽にいける場所。おもちゃで遊んだり、絵本を読んだり、工作をしたり、子どもを見守りながら親同士はおしゃべり。一緒に子育てを楽しみましょう。参加費は無料。



とき 9月5日(火)10時～11時半

※第1火曜日に開催

ところ コープデイズ相生 相生「コープのつどい場」

対象 0歳～未就学児とその家族

問い合わせ 第7地区本部

詳細はホームページで

[コープこうべ イベントひろば](#)

[検索](#)



詳細



特別な資格は要りません できることでお手伝い

高齢者や産前産後の方などのお宅で、ちょっとした困りごとのお手伝いをする「コープくらしの助け合いの会」。簡単な掃除や食事作り、買い物、通院の付き添いなど、あなたのできることをやってみませんか。活動は有償で、交通費も出ます。興味のある方は、前日までに申し込みのうえ、説明会にご参加ください。日程の合わない方はご相談を。

とき	ところ
8月21日(月)13時～14時半	第7地区本部
8月23日(水)13時～14時半	姫路青山 「コープのつどい場」 (JR姫新線余部駅すぐ)

申し込み 第7地区本部

ライターズルポ

地域のみなでつくる「子ども食堂」

5月21日 コープ上郡

「子ども食堂 まんまる」がオープン。高齢者や親子連れの方々が参加し、用意していた50食のカレーはみんなで完食。「この食堂は、地域の方々のコミュニケーションの場として活用していただけたら」と代表の三好初代さん。お腹も心も満たされて、みんなの笑顔があふれる時間となりました。(福永)



おなかいっぱい
食べてね～

人をつなぐ、“地域のパートナー”

6月4日 姫路青山「コープのつどい場」

「コープのつどい場」で定期開催されている「つなぐ制服おゆずり会」。使わなくなった制服や体操服を必要としている方へつなげます。この日もたくさんの親子が訪れ、制服アドバイザーにサイズや丈を合わせてもらいながら試着をし、じっくり選んでいました。うちの子も来年は中学生！活用させていただきます。(福永)



お目当ての
ものが見つかって
良かったですよ