

# 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

### 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、InstagramとTwitter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!



## 子どもたちのために“平和”を「地球のステージ」

4年ぶりに豊中で開催！世界各地の紛争地や自然災害の被災地を訪れ、たくましく生きる子どもたちの姿を見続けてきた桑山紀彦さん。スクリーンに映し出される映像と、桑山さんの歌と語りが織りなすコンサートステージです。



NPO法人  
地球のステージ代表理事  
桑山 紀彦さん

“コロナ禍”で  
縮んでしまった心を  
広げて、広い世界を  
取り戻しましょう!

豊中少年少女合唱団  
も来るよ



とき 10月9日(月・祝) 13時～15時半 (12時半開場)

ところ 豊中市立刀根山小学校 体育館 (豊中市刀根山5丁目2-1)

定員 300人(申込順) 参加費 無料

持ち物 上履き、靴を入れる袋

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



### くらしに“ちょっと耳寄りな”学習会 10月以降のレインボースクール

くらしに役立つ学習会を開催。参加費無料。どなたでも参加できます。詳細は各店舗のサービスコーナーにお問い合わせを。

ところ・申し込み	とき	テーマ
コープ箕面 ☎072-721-2025	10月16日(月) 10時半～11時半	税金、どこが改正されたの？
コープ新光風台 ☎072-738-5901	10月27日(金) 10時半～12時	キッチンガーデン
コープ蛍池 ☎06-6842-3711	11月15日(水) 10時半～11時半	始めよう！朝ベジ習慣 延ばそう！健康寿命
コープ桜塚 ☎06-6854-6111	11月15日(水) 10時半～11時半	液体塩こうじについて知ろう



## 楽しく“健康習慣”を身に付けよう!

「おおさかまるごと健康チャレンジ2023」に参加しませんか

健康をめざして、自分で立てた目標達成に向けて挑戦する「おおさかまるごと健康チャレンジ」。「きちんと朝食をとる」「1日1回はしっかり歯みがき」など、家族みんなで取り組みやすいものも。結果報告をすると参加賞がもらえます。参加費は無料です。

チャレンジ期間 10月1日(日)～11月30日(木)

- 参加方法
- ①店舗サービスコーナー(コープミニは除く)で配布しているリーフレットの「参加申込ハガキ」を郵送、またはホームページからエントリー ※「申込医療生協の選択」で「医療福祉生活協同組合おおさか」を選ぶ ※9月20日(水)締め切り(消印有効)
  - ②チャレンジ終了後、「結果報告書ハガキ」を郵送、またはホームページから結果報告 ※12月20日(水)締め切り(消印有効)

問い合わせ 大阪北地区本部

おおさかまるごと健康チャレンジ

検索

申し込み・報告



おおさかまるごと 2023 健康10 健康チャレンジ 多くの期間 10月～11月 参加費無料

申し込み期間 9月20日 締め切り 12月20日

医療福祉生活協同組合

2つの健康目標

グループモニターで報告した人は、ポイントと「ハガキ」既読ももらえます!

グループモニターで報告した人は、ポイントと「ハガキ」既読ももらえます!

グループモニターで報告した人は、ポイントと「ハガキ」既読ももらえます!

グループモニターで報告した人は、ポイントと「ハガキ」既読ももらえます!



## 牧の畑でおいも掘り サツマイモ収穫体験

みんなで掘ったおいもはとびきりおいしいよ! 生育状況により、日程を変更することもあります。

とき 10月21日(土)10時～12時(小雨決行)

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

定員 20組(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 1組300円

持ち物 長靴、ゴム軍手、帽子、移植ゴテ、タオル、飲み物、収穫物を入れる袋

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

※10月7日(土)締め切り。参加者に詳細を連絡します



申し込み



## 子育てのいろいろ、楽しく学べる 「赤ちゃんフェスタみのお」に来てね

赤ちゃんを育てるお父さん・お母さん、集まれ! 子育てに役立つブースがずらりと並びイベントです。コープこうべは、離乳食の紹介などで参加します。詳細は「NPO法人はんもっく」のホームページをチェックしてね。

とき 10月14日(土)10時～15時半

ところ 箕面市総合保健福祉センター (箕面市萱野5-8-1)

入場料 1階無料、2階100円。

別途、参加費が必要なものも

主催・申し込み NPO法人はんもっく ホームページからのみ

はんもっく箕面

検索



## ライターズルポ

### 手作り品と笑顔が勢ぞろい

7月13日 コープ桜塚

“コロナ禍”で集まることができなかった手仕事自慢のコープサークルが、久しぶりに一堂に会して手作り品バザーを開催。活動できなかった期間、自宅でコツコツと作りためた作品が並びました。桜塚エリアで活動中のコープサークルのパネル展示もあり、訪れた組合員も作り手も笑顔で交流していました。(和田)



和布で作ったアクセサリやポーチ、バッグなど種類も豊富に

### コープ商品の良さ、これからも

7月31日 コープ東豊中 組合員集会室

六甲アイランド食品工場で生産されていた納豆、こんにゃく、冷やし中華などの人気商品。これらの生産を引き継ぐメーカーは、組合員が慣れ親しんだ味に近づけるため、何十回も試作を重ねたと聞きました。実際に試食した参加者は「心配していたけれど、変わらずおいしくて良かった」と笑顔を見せていました。(和田)



麺のおいしいゆで方なども教わりました

# 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

## 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

検索

今月号のいいね!



## 「コープくらしの助け合いの会」は40周年 「たすけあいCafé」オープン!

「コープくらしの助け合いの会」は「できるときに、できる人が、できることを」の支え合いから始まった有償の家事支援活動です。40周年を迎え、会のことをもっともっと知っていただきたいと「たすけあいCafé」を開催します。お買物のついでに気軽にお越しください。



40周年の  
たすけあい

とき 10月18日(水) 10時～16時

ところ コープ塚口  
●2階 組合員集会室  
●1階 特設コーナー

問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所

「助け合いの会」  
についての質問も  
お気軽に

どなたでも  
ご参加ください

### 「助け合いの会」をもっと知って欲しいから!

- クイズラリー(コープ商品の景品あり)
- 親子で楽しめる小物作り体験(無料)  
♥ハンディモップ ♥ポンポンヘアゴム など
- 喫茶・軽食コーナー  
カレー(200円)、コーヒー(100円、お菓子付き)
- 「くらしの助け合いの会の歩み」パネル展示



※登録説明会の日程についてはお問い合わせください



## もしものとき、わが家の備え大丈夫? 「災害への備えと対処」を正しく学びませんか

関東大震災から100年の今年、地震の備えについて今一度見直しませんか。また、地球温暖化などで頻発する自然災害や、大きな台風被害などから大切な命を守るためにできることも学びます。

とき 9月29日(金) 10時～12時

ところ コープ塚口2階

講師 ひょうご防災特別推進員  
志築芳和さん

定員 30人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第1地区本部 塚口事務所





## “<sup>りょく</sup>くらしカアップ”の講座いろいろ 「<sup>エスディージーズ</sup>レインボースクール」参加者募集

衣食住や健康に関することやSDGsなどをテーマに、くらしを豊かにする学習会です。コープの活動や商品についても楽しく学べます。開催テーマや日時は店舗によって異なります。詳しくは各店舗サービスコーナーにお問い合わせください。

とき	テーマ	ところ(組合員集會室)・申し込み
9月14日(木) 10時半～11時	コープのトイレットペーパー 歴史とエシカル	コープ中山台 ☎0797-89-2778
9月15日(金) 10時半～12時	お魚のプロが語る裏話 ～コープ鹿児島県産うなぎ蒲焼～	コープ行基 ☎072-783-2503
9月27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～	コープ園田 ☎06-6491-0281
10月2日(月) 10時15分～11時45分	お墓のはなし(永代供養について)	コープうねの ☎072-794-5501
10月11日(水) 10時15分～11時15分	チャレンジ! ローリングストック	コープ山本 ☎0797-88-7733
10月13日(金) 10時半～11時半	実はすごい高野豆腐 ～高野豆腐の豆知識とレシピのご紹介～	コープ武庫之荘 ☎06-6436-0001
10月19日(木) 10時半～11時半	おいしさ広がるヨーグルトと乳酸菌について	コープ塚口 ☎06-6421-1503
10月20日(金) 10時～11時半	フレイル予防のための資生堂アクティブシニア講座	コープ尼崎近松 ☎06-6496-0227
10月23日(月) 10時半～12時	アマニセミナー	コープ宝塚 ☎0797-71-6881
10月25日(水) 10時半～11時半	ほっとライブ講座～防犯クイズ講座～	コープ仁川 ☎0798-52-0124

**期間** 2024年3月まで

**回数** 各店舗、1回1時間半程度で期間中に3回～4回開催  
(テーマは毎回変わります)

※店舗により異なります

**参加費** 無料

※材料費が必要な場合あり

**申し込み** 各店舗サービスコーナー

※定員がある場合は申し込み順です

※上記以外の店舗については、お問い合わせください



## プロから学ぶ「<sup>い</sup>コーヒーの淹れ方」と 持続可能な社会の実現のために

地域でコミュニティカフェの運営に携わりたい方に、プロによる「<sup>い</sup>コーヒーの淹れ方」の学習会を開きます。自然環境を守り、持続可能な農業を行う農園の商品であることを示す「レインフォレスト・アライアンス認証」のマークが付いたコーヒーを使い、「エシカル消費」についてもお伝えします。参加費無料。

**とき** 10月17日(火) 10時～11時半

**ところ** コープめふ2階

**講師** 石光商事(株)

**定員** 10人程度(申込順)

※1団体から1人

**申し込み** 第1地区本部

※9月11日(月)受け付け開始



## ライターズルポ

### 「プラスチックごみを知るつどい」

7月24日 コープめふ

同志社大学准教授・原田禎夫<sup>ただお</sup>さんを迎え、プラスチックごみによる海洋汚染や海の生物への影響などの話を聞きました。講演後、グループで意見交換し、まとめて発表。「どうしたらゴミを減らす活動が広められるか」の問いに「難しく考えず、楽しい工夫をすると継続できます」と先生が答える場面もありました。(高野)



京都府亀岡市の  
取り組みも紹介

# エリア掲示板

今月号のいいね!

## 親子でつどえる場所、いっぱい♪

西宮市・芦屋市内には親子で気軽に立ち寄って、くつろいだり、遊んだり、お友達をつくったりできる場所がたくさんあります。ぜひ、のぞいてみてください。

### 子育てひろば

親子で一緒に参加して、子どもをみんなで見守りながら、親同士の交流も深めましょう♪

#### すくすく

##### コープ打出浜

第1・3月曜日

10時～12時

※祝日の場合は変更あり



LINE

#### にこにこ

##### コープ北口食彩館

第1月曜日

10時15分～12時

#### てんてん

##### コープ西宮

第1水曜日

10時半～12時

★10月再開予定



#### たんたん

##### コープ苦楽園

第1金曜日

10時15分～12時

##### 夙川公民館

不定期

### 多世代交流ひろば

日本語や英語の絵本の読み聞かせ、クラフト、音楽、リトミック、パルーンアート…。世代を超えて、いろいろ楽しめるアットホームな場所です。

#### 芦屋むぎばたけ

##### コープデイズ芦屋

第1火曜日、第3金曜日

10時半～12時

問い合わせ 第2地区本部

### 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



Facebook



- 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



### 写真洗浄ボランティアで

“心の復興”を支援しませんか

被災支援ボランティア団体「おたがいさまプロジェクト」のメンバーに教えてもらいながら、台風などの災害で汚れた写真を洗浄しませんか。写真に付いた泥や汚れを一枚一枚丁寧に洗い流し、被災した方に届けます。大人から子どもまで誰もが参加でき、被災地に行かなくてもできる支援です。プチ学習会もあります。



とき 9月17日(日) 10時～12時

ところ コープ甲子園口 組合員集会所

主催 第2地区 平和を考える会

定員 10人(申込順)

申し込み 第2地区本部



## 色づく里山を散策しよう 「しゃげごう山ハイキング」

コープサークル「しゃげごう山レンジャーくらぶ」主催。里山の整備(間伐)も体験します。

**とき** 10月15日(日) 10時~12時45分(雨天中止)

**集合:** <さくらやまなみバス各停留所>

西宮北口9時、JRさくら夙川9時15分、

阪急夙川9時20分、六甲保養荘10時

**ところ** コープの森・社家郷山(西宮市越水)

**対象** 5歳以上の子どもと保護者(大人のみも可)

**定員** 10人(申込順)

**参加費** 200円(バス代は各自で支払い)

**申し込み** 第2地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※9月11日(月)9時半受け付け開始



## 「秋の昆虫探検隊in甲山」 隊員募集中!

かぶとやま

秋の公園にはどんな虫がいるかな? コープサークル「わくわく・ドキドキ・まなび隊」主催です。

**とき** 10月14日(土) 10時~12時(小雨決行)

**ところ** 甲山森林公園(西宮市甲山町)管理棟前集合

**講師** 足立勲さん(「自然体験教育研究所」主宰)他

**定員** 30人(申込順)

※小学生以下は保護者同伴

**参加費** 200円

**持ち物** 虫網、虫かご、飲み物、タオル、筆記具、EWCカード(持っている人)、虫よけ(必要な人)

**服装** 帽子、長袖、長ズボン、運動靴

**申し込み** 第2地区本部



## 買って応援! 「つながるマルシェ」

ハンドメイド商品を買って、働く人たちを応援! 障がい者就労支援施設で作った手芸品や焼き菓子の販売会です。種類豊富なクッキーや刺しゅう入りバッグなどが大人気。売り上げは、施設で働く作業員の工賃になります。

**とき** 9月19日(火)  
10時半~15時

**ところ** コープ甲子園口

**問い合わせ** 第2地区本部



## 助け合いの会 活動会員募集説明会

「コープくらしの助け合いの会」は地域に暮らす人同士の有償の家事支援活動です。高齢者や子育て中の方の家庭で、簡単な家事の手助けをしませんか。空いている時間に、自分のペースで活動できます。興味のある方は、申し込みのうえ、説明会へご参加ください。

**とき** 9月28日(木)  
10時半~12時

**対象** 西宮市(北部エリアを除く)、芦屋市在住の方

**ところ・申し込み** 第2地区本部

## 『きょうどう』8月号の おわびと訂正

『きょうどう』8月号11ページに掲載したレインボースクールの記事で、コープ苦楽園「畜産のプロが健康成熟成鶏を語る」の終了時刻が誤って

おわびして訂正いたします。

(誤)  
11時~~15分~~

↓  
(正)  
11時~~15分~~45分



## ライターズルポ

### 大人も子どももゲームに夢中!

6月27日 コープのつどい場CO・KO(ココ)

多世代で遊ぶアナログゲーム大会を開催。ゲームインストラクターさんが選んだ多彩なボードゲームやカードゲームをみんなでプレイしました。あちこちにゲームの輪ができ、プレイヤーが入れ替わりながらいろんな人と話したり、子どもが大人にルールを教えたり。世代を超えて、わいわい楽しみました。(行本)

そろそろ  
倒れそう!?



### ラブコープフェスタ2023

7月31日 なでしこホール(西宮市)

六甲アイランド食品工場で製造していた40品目が日本生協連の共同開発商品として再出発することを受け、第1部では商品学習会(20ページ参照)、第2部では参加者による試食を実施。「家でも普段どおりに使って試してみたいわ」「この機会に、サイズなども見直しては?」などさまざまな声が聞かれました(行本)



試食で良かった点、悪かった点を書き出し!

# 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

## 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!



# コープ商品について学ぼう 「学びのフェスタ」!

エディタース

SDGsに基づいたコープこうべの取り組みとコープ商品について学びませんか。環境に配慮した商品や地産地消商品などについて、みんなで関連する商品を食べながら、知識を深める「学びの場」を開きます。ぜひご参加ください。



とき **10月14日(土) 13時半～15時**

ところ **生活文化センター2階 ホール**  
(JR住吉駅徒歩8分)

定員 **50人**(申込順)

参加費 **無料**

申し込み **第3地区本部**  
※9月11日(月)受け付け開始



## みんなで楽しく♪ 親子運動会

天気を気にせず、広い室内でいろいろな種目にチャレンジしよう!

とき **10月7日(土) 14時～15時**

ところ **生活文化センター2階  
ホール (JR住吉駅徒歩8分)**

対象 **1歳半～3歳の子どもと保護者**

定員 **20組**(申込順)

参加費 **子ども1人200円**  
(参加賞あり)

申し込み **第3地区本部**  
※9月11日(月)受け付け  
開始



## 須磨海岸でプラごみ クリーン大作戦

須磨海岸でプラスチックごみについて学びましょう。

とき **10月13日(金)**

**10時～11時半**  
9時50分JR須磨駅改札口  
集合 ※小雨決行

講師 **西谷寛さん**(「海と空の約束  
プロジェクト」代表)

定員 **10人**(申込順)

参加費 **100円**

主催 **コープサークル**  
「チームエコーズ」

申し込み **第3地区本部**



## 日本の森林問題について考えよう ～箸の学習会～

コープ商品の割り箸の製造工程を動画で見る他、日本の森林問題についての話を聞きます。この機会に、一緒に考えてみませんか。

**とき** 10月19日(木) 13時半～15時半

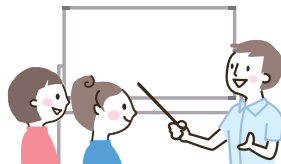
**ところ** 生活文化センター2階 第3地区会議室  
(JR住吉駅徒歩8分)

**定員** 25人(申込順)

**参加費** 無料

**申し込み** 第3地区本部

※9月11日(月)  
受け付け開始



## おやつ作り&子どもが好きな方 一緒に活動しませんか

コープサークル「賀川記念館ひまわり」は、学童保育の子どもたちの喜ぶ顔を思い浮かべながら、和気あいあいとおやつ作りを楽しんでいます。今回、子どもに出すおやつレシピの教え合いをします。

活動に興味のある方は、この機会に気軽に見学へお越しください。

**とき** 9月11日(月) 10時～12時

※通常の活動日は第3月曜日

**ところ** 賀川記念館 天国屋カフェ  
(阪神春日野道駅徒歩7分)

**問い合わせ** 第3地区本部

※コープサークル助成を活用しています



## あなたの取り組み、自慢しませんか ～エコばなし甲子園～

おうちでの暑さ対策…、お・し・え・て!「私はこうして夏を乗り切りました」。体験談などを交えてワイワイ・ガヤガヤお茶を飲みながら意見交換しましょう。男性の方の参加も大歓迎です。

**とき** 9月30日(土) 13時半～15時

**ところ** 生活文化センター2階 第3地区会議室  
(JR住吉駅徒歩8分)

**定員** 20人(申込順)

**参加費** 100円

**主催** コープサークル  
「温暖化防止こうべネット  
灘区・東灘区連絡会」

**申し込み** 第3地区本部



## 住み慣れた地域で助け合いの輪 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」では、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。男性の方も力仕事などで多く活躍中です。活動は週1回2時間程度からでOK。場所はお住まいのエリア内です。

まずは、申し込みのうえ、説明会へどうぞ。

とき	お住まいのエリア	ところ
9月29日(金) 13時半～15時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫2階 組合員集会室
10月6日(金) 13時半～15時	東灘区、灘区	生活文化センター 2階会議室

**申し込み** 第3地区本部



## おいしくできるかな♪ 絵本から飛び出したクッキング

絵本の中のおいしいおやつやごちそうが、本当に目の前に現れたら? 親子のふれあい遊びや絵本の読み聞かせの後、パンケーキを作ります。パンケーキの飾り付けはみんなでやりましょう。

**とき** 9月29日(金) 10時半～11時半

**ところ** コープ兵庫 組合員集会室

**対象** 1歳半～未就園の子どもと保護者

**定員** 10組(申込順)

**参加費** 200円

**申し込み** 第3地区本部

※9月11日(月)  
受け付け開始



## ライターズルポ

### 生まれ変わったコープ商品に期待大!

7月31日 住吉組合員集会室

六甲アイランド食品工場で生産されていたコープ商品のリニューアルを機に、試食会を行いました。製造メーカーの方から商品へのこだわりや開発秘話などを聞いた後(20ページ参照)、冷やし中華とこんにゃくを試食。参加者からは「ゆずレモンだけは、サッパリして食べやすいわね」などの感想が聞かれました。(石川)



冷やし中華はしょうゆ、ごま、ゆずレモンを食べ比べ



# 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

## 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!



## あなたの学びたい! を見つけてね 「レインブースクール」参加者募集!

身近なテーマをコープの店舗で学べます。  
コープの職員だけでなく、食品メーカーや行政  
からの多彩な講師も魅力です。この機会に興  
味のあるテーマに参加してみませんか。



### コープ商品のハム・ ソーセージについて

とき 9月21日(木)  
10時半～11時半

ところ コープ加西

知って食べよう!  
食品に含まれる添加物や  
その安全性は?

### チャレンジ! ローリングストック

とき 9月22日(金)  
10時～11時

ところ コープからと

コープ商品を使って  
気軽に便利に備えよう♪

### 部門のプロがコープの イチオシを語る

とき 10月2日(月)  
14時～15時

ところ コープ柏原

コープの職員が  
オススメ商品を紹介!

### 身近な防犯について

とき 10月16日(月)  
10時～11時

ところ コープ三田西

教えて、おまわりさん!  
日々のくらしの注意点

### コーヒーの おいしい淹れ方

とき 10月18日(水)  
10時～11時

ところ コープ志染

プロから学んでお家の  
コーヒータイムを充実させよう

### 実はすごい高野豆腐 ～高野豆腐の豆知識とレシピ～

とき 10月25日(水)  
10時半～12時

ところ コープ三木緑が丘

おいしいだけじゃない!  
栄養の秘密や活用方法の魅力

申し込み 各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

この他にもたくさん  
のテーマがありますよ!



詳細



## 楽しみながらコープのこと知ってほしい 「組合員まつり」を開催します♪

各コープ委員会が日頃の活動の紹介や発表をする「組合員まつり」。コープ商品の販売やバザーなど開催場所によってブースが違う楽しみも！下の表以外にも、各地域のコープ委員会が開催予定です。詳しくはお問い合わせください。

とき	ところ	とき	ところ
9月24日(日) 10時～15時	四季の森生涯学習センター (丹波篠山市網掛429)	10月20日(金) 10時～14時	コープ志染
10月6日(金) 10時～15時	コープ西鈴蘭台	10月28日(土) 10時～13時	小野組合員集会室 (小野市片山町1089-1)
10月6日(金) 10時～14時	コープ北鈴蘭台	10月29日(日) 10時～14時	コープ柏原
10月7日(土) 10時～14時	コープ鈴蘭台東	10月29日(日) 13時～15時	コープ三田西
10月13日(金) 10時～14時	コープ三木緑が丘	11月12日(日) 10時半～12時半	コープ加西
10月14日(土) 9時半～14時	コープからと		

問い合わせ 第4地区本部



## 鈴蘭台で防災イベント！ 見て聞いて体験して♪

絵本の読み聞かせや体操、ゲーム、消防車の撮影会など、楽しく「防災」について学べる地域のイベントです。家族みんなで参加しませんか。コープこうべはオリジナル防災ゲーム「ようかい・ぼうさい・たんけんたい」でブース参加します♪

とき 10月1日(日) 11時～15時

ところ ベルスト鈴蘭台  
(神戸電鉄鈴蘭台駅から直結)

問い合わせ ベルスト鈴蘭台・  
北区役所管理組合  
☎078-595-7837



## おいしさお伝えしています♪ クッキングサポーター活動中！

旬の食材やコープ商品、レシピなどをクッキングサポーターがおすすめする店頭活動。試食の提供も再開しています。買い物やメニュー作りの参考に、ぜひお立ち寄りください！

ところ	活動日
コープ柏原	第1金曜日 午前中のみ
コープ志染	第2火曜日 午後はレシピ配布のみ
コープ北鈴蘭台	第2金曜日
コープ三木緑が丘	第3金曜日
コープ三田西	第3金曜日 レシピの配布のみ

問い合わせ 第4地区本部

## ライターズルポ

### お魚大好きキッズ大集合！

6月24日 コープ北鈴蘭台

魚について3回シリーズで学ぶ「チームフィッシュ」の第1回が開催されました。6月18日開催のコープ三木緑が丘と合わせて39人が参加。仲間と協力しながら活動していくことや魚売り場での調査について説明を受けました。お楽しみの「チリメンモンスター」探しでは「見つけたっ！」と元気な歓声が聞こえました。(清水)

売り場の魚に  
全集中！



### おいしくフレイル予防

7月4日 コープ北鈴蘭台 きたすずてらす

フレイル予防を意識し「バランスの良い食事」をテーマにした料理会に男女14人が参加。講師は家庭料理研究会の中野葉子さん。「蒸し鶏の和風トマトだれ」など4品を調理しました。栄養不足が心配な方や献立に悩む方などから「電子レンジを活用することで夏でも気軽にできる」と感想がありました。(清水)

協力しながら  
和気あいあいと



# エリア掲示板

## 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

### 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



神戸西つどい場  
ホームページ

イベント情報や活動の様子を随時更新しています♪

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

今月号のいいね!



今年のテーマは  
スポーツと健康

## うみかぜ音楽祭× ミーツ ケンチャレMEETS※

昨年3,000人以上が来場し大好評だったイベントを今年も開催します。子どもから大人まで楽しめる多彩なステージやブースがズラリ♪



とき 10月1日(日)  
10時～16時

ところ 兵庫県立舞子公園  
園内特設会場  
(JR舞子駅、山陽舞子公園駅 南へ徒歩5分)

内容 ●ステージ発表 ●キッチンカー  
●物品販売、ワークショップ、展示など

入場  
無料  
申し込み  
不要

### ステージ出演団体(予定)

- ★甲南大学JAZZ研究会 (音楽演奏)
- ★てつろうバンド (昭和歌謡)
- ★18歳環境活動ラッパー はる 遙温
- ★陽音 (和太鼓)
- ★流通科学大学 和太鼓部
- ★伊川谷高校ボランティア部 (人形劇)



他 全15団体

### ブース出展団体(予定)

- ★兵庫県生活協同組合連合会 (健康測定)
- ★しんしんスポーツ・KOBÉ (スポーツ体験)
- ★資生堂ジャパン(株) (紫外線セミナー)
- ★兵庫県漁業協同組合連合会  
シート クラブ SEAT-CLUB (お魚タッチプールなど)
- ★TEAM TOREPICHI (回転ずしゲーム、魚の切り身クイズ)
- ★コープサークル「にじカフェ ゆるむ〜ん」 (手作り作品販売など)
- ★自主防災チームTEAM-3A (防災ワークショップ)



他 全25団体

### 問い合わせ 第5地区本部

※ケンチャレMEETSとは…健康向上プログラム「ひょうごまるごと健康チャレンジ」に取り組みきっかけづくりや、参加者が心身ともに健やかに過ごすことをめざしたイベント



特設ホームページ



## 「コープくらしの助け合いの会」第5・6地区合同公開交流会 「落語で悪質商法を学ぼう！」

「コープくらしの助け合いの会」では、消費者トラブル防止をテーマに、交流会を第6地区と合同開催します。「自分は大丈夫！」は禁物です。さまざまな手口と対策などを、明石警察署の職員や、テレビ・ラジオでおなじみの落語家桂吉弥さん(写真・左)が落語で楽しくお話しします。

**とき** 10月31日(火) 14時半～16時(14時開場)

**ところ** 明石商工会議所7階 ホール(明石市大明石町1-2-1)

**内容** ●消費者トラブルの話(講師 明石警察署) ●助け合いの会のご案内  
●落語会(桂吉弥さん・桂吉彦さん出演予定)

**定員** 120人(申し込み多数の場合抽選)

**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

検索

申し込み

※受け付け期間:9月11日(月)～10月15日(日)。当選者にのみ通知

※兵庫県消費者学習支援事業の補助金を活用しています



## 助け合いの輪を広げて40年 地域やくらしのコト「つどいカフェ」で話しましょ♪

「住み慣れた地域で安心して過ごしたい…」そんな思いを支えたいとの思いから始まった家事支援活動「コープくらしの助け合いの会」。40周年を記念して、くらしの中のいろんなことを、お茶を飲みながら気軽に話せる地域交流の場「つどいカフェ」を開催しています。

「コープくらしの助け合いの会」に興味のある方には会の説明もしていますよ。音楽サークルの演奏などのプログラムも企画中♪ 以前に活動会員をしてくださっていた方も気軽にお立ち寄りください。

とき	ところ
9月22日(金) 13時半～15時	コープ桜が丘 組合員集会所
9月29日(金) 10時半～12時	コープ高丸 組合員集会所

**参加費** 無料

**問い合わせ** 第5地区本部



「つどいカフェ」の詳細



## 久しぶりに 演奏してみませんか

コープサークル「マンドリン・ギターアンサンブル 萌黄」は、メンバーを募集中。多少の演奏経験のある方、一緒に楽しく活動しませんか。まずは見学にお越しください。

**活動日** 第1・3土曜日

13時半～16時半

**ところ** コープ垂水 組合員集会所

**内容** ●合奏練習  
●介護施設などでのボランティア演奏

**参加費** 2,000円/月

**問い合わせ** 第5地区本部



## 明石管弦楽クラブ「詩五線」 秋のコンサート♪

「創立36周年の今年、新たな一歩を進めたい!」、そんな思いを込めたコンサート。クラシックの名曲や伝えていきたい日本の歌などを演奏します。お子さんも大歓迎です。



**とき** 11月5日(日) 14時～15時半(13時半開場)

**ところ** 明石市立労働福祉会館  
(明石市相生町2丁目7-12)

**定員** 150人(当日先着順)

※満席の場合は入場をお断りする場合があります

**参加費** 無料

**問い合わせ** 第5地区本部

## ライターズルポ

### 近くの海に生きているんだね!

7月22日 コープデイズ神戸西 はじまりのテラス

「瀬戸内海には多様な魚類がいることを知ってもらおう」と開催。「川津えび」を釣り、素揚げにして試食。会場には親子連れの長い列が。「足がいっぱいある!」と釣り糸を垂らして真剣な表情の子どもたち。「頭も食べていいの?」「初めて食べた。カリカリでおいしい!」など、満足そうに揚げたてのエビを味わっていました。(木下)



協力:  
兵庫県漁業協同組合連合会  
SEAT-CLUB(シートクラブ)

# 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

## 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、Instagram、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

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!



参加費無料!

## ～「コープくらしの助け合いの会」第5・6地区合同公開交流会～ 楽しく学んで、消費者トラブル防止!

「コープくらしの助け合いの会」が活動を広めるために、年に一度行っている交流会。今回は消費者トラブル防止について、落語で楽しく学びます。気軽にご参加ください。



とき **10月31日(火) 14時半～16時(14時開場)**

ところ **明石商工会議所7階 ホール(明石市大明石町1-2-1)**

- 内容
- 消費者トラブルのお話(講師 明石警察署)
  - 助け合いの会のご案内
  - 落語会(桂 吉弥さん・桂 弥彦さん出演予定)

定員 **120人**(申し込み多数の場合抽選)

申し込み **第6地区本部**

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※受け付け期間:9月11日(月)～10月15日(日)。  
当選者にのみ通知

※兵庫県消費者学習支援事業の補助金を活用しています



ふれあい喫茶が続々と再開しています♪  
気軽におしゃべりをしに来ませんか?

地域の憩いの場「ふれあい喫茶」の活動が各地で再開し、にぎわいを見せています。今回は以下の3カ所をご紹介します。お近くの方は一度足を運んでみませんか。

名称	活動日	ところ
そよかぜ	第3木曜日10時～11時半	コープ大蔵谷 組合員集会室
ふれあいサロン さつき	第3木曜日10時半～12時半	コープ大久保 組合員集会室
ふれあい広場 「うおずみん」	毎週火曜日10時～12時 ※9月19日は、リコーダー&ギターアンサンブル「かりんと」の演奏会	魚住モール212号室 (JR魚住駅北へ徒歩1分)

※いずれもお茶代100円(お菓子付き)

問い合わせ 第6地区本部



## 40周年を迎えた活動 “助け合い”を始めませんか？

高齢者や子育て中の方のお宅で掃除や料理、庭の草抜きなど家事支援を行う「コープくらしの助け合いの会」。活動は有償(1時間800円～)です。

申し込みのうえ説明会にご参加ください。

とき	ところ
9月15日(金)	大久保「コープのつどい場」 (コープ大久保2階)
9月26日(火)	コープ東加古川 組合員集会室

いずれも10時半～12時

**登録に必要なもの** はんこ、組合員証、顔写真  
(縦4cm×横3cm)、年会  
費500円

**申し込み** 第6地区本部



## 子育てからちょっと離れて 自分だけの時間を満喫しよう

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「きまま ひあん気mamaFUN!」。お子さんは子育てサポーターと一緒に遊び、保護者は店内で買い物をしたり、別室でお茶を飲んでゆったり過ごしたり。今月、お子さんは「運動会」のテーマで遊びます。

**とき** 9月25日(月) 10時～11時半

**ところ** 大久保「コープのつどい場」と組合員集会室  
(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

※9月11日(月)受け付け開始



## エコファームで育ったサツマイモ！ 広大な畑で収穫を体験してみませんか？

コープこうべの食品リサイクルと環境共生型農園の実践モデル「エコファーム」。その取り組みについて学んだ後、サツマイモ収穫を行います。

**とき** 10月14日(土) 10時～12時

**ところ** コープエコファーム(三木市細川町瑞穂2328-1)

※現地集合・解散。駐車場あり

**対象** 4歳以上 ※小学生以下は保護者同伴

**定員** 12組(1組4人程度) ※申し込み多数の場合は抽選

**参加費** 1組500円(持ち帰りのサツマイモ代含む)

**持ち物** 軍手(ゴム手袋)、タオル、長靴、飲み物、雨具(雨天時)

**申し込み** 第6地区本部

ホームページから

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※9月20日(水)締め切り



## 「ひょうご地魚推進プロジェクト (とれぴち)」10周年♪

「とれぴち」10周年記念「とれぴちフェスタ」を、「うみかぜ音楽祭」(11ページ参照)で同時開催。「TEAM TOREPICHI」もブース出展。大人も子どもも、魚や海のことを楽しく学ぼう♪参加費は無料です。

**とき** 10月1日(日) 10時～16時

**ところ** 兵庫県立舞子公園 特設会場

**内容** ①回転ずしゲームや切り身クイズなど  
②海岸清掃と万華鏡工作

(10時半～12時、定員20人(申込順))

**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

※9月11日(月)受け付け開始

## ライターズルポ

### 楽しいカフェで活動をPR♪

7月7日 コープ高砂

活動40周年を迎える「コープくらしの助け合いの会」。より多くの方に活動を知ってもらおうと、誰でも気軽に参加できる「たすけあいカフェ」を実施。友達同士で買い物帰りに立ち寄り、お茶とお菓子を食べながら楽しそうに会話する姿や、おひとりで休憩する姿などが見られ、会場は終始にぎわっていました。(藤野)



約20人が来場。  
その場で会員登録  
した方も

# 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

## 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!



バスで  
出発!

## 1日たっぷり はりまエコハウスで遊ぼう!

たくさんの自然に触れて、遊んで、もっと気楽に環境について学んでみませんか。バスから降りたら、パネル展示物を見ながら少し歩きます。紅葉シーズンで、キレイな景色も楽しめるかも♪遊びながら学んで、自然に詳しくなっちゃおう。ぜひ、参加してくださいね。



「触れる地球」って  
なに!?

実際に触って  
みよう



「葉脈しおり」を  
作ろう!

葉っぱが  
スケスケになるよ

施設や  
展示を見てみよう



ネイチャーゲーム

五感を使って  
自然を直接  
体験しよう!



とき 11月3日(金・祝) 9時～15時  
9時にJR姫路駅南ロータリーに集合  
※雨天時は別プログラム(中止の場合あり)

ところ ひょうご環境体験館 はりまエコハウス  
(佐用郡佐用町光都)

対象 小学生と保護者

定員 12組(申込順) ※大人1人に子ども2人まで

参加費 無料  
※雨天でネイチャーゲームが中止になった場合、別途、現地で草木染め体験費用(体験される方1人200円)を各自でお支払いください

服装 長袖・長ズボンの動きやすい服装

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

※9月12日(火)受け付け開始



申し込み

※このイベントは  
レジ袋代金を活用しています



## 歌って、作って、遊んで、食べて ハロウィーンを満喫しよう♪

紙コップを使ったかわいいバッグを親子で作るよ。“トリック オア トリート!” と言って、子育てサポーターからお菓子をもらっちゃおう♪今回は、クッキングサポーターがレシピを紹介。コープ商品を使った「かぼちゃのホットケーキ」を食べるよ。みんなで仮装して遊びに来てね。

**とき** 10月26日(木) 10時半～12時 ※10時15分受け付け開始

**ところ** コープ姫路田寺 組合員集会所

**対象** 0歳～未就学児と保護者

**定員** 10組(申込順) ※大人1人に子ども1人

**参加費** 1組100円(子ども1人追加100円)

**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



※9月11日(月)受け付け開始

申し込み



### プログラム

- 歌
- スケッチブックシアター
- 工作
- 絵本読み聞かせ
- ハロウィーンごっこ遊び
- らくらくクッキング



## できるときに できる人が できることを ちょっぴり家事のお手伝い

“困ったときは、おたがいさま”。あなたができることで、お手伝いしてみませんか。「コープくらしの助け合いの会」では、高齢者や、病気やケガなどでお困りの方のお宅で、掃除や洗濯、食事作りなどを手伝ってくださる「活動会員」を募集しています。組合員による有償の助け合いの活動で、性別・年齢・資格は問いません。何でも相談できるコーディネーターがサポートするので、安心して活動できますよ。

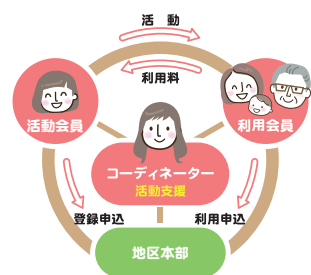
まずは前日までに申し込みのうえ、説明会にお越しください。日程の合わない方はご相談を。

とき	ところ
9月19日(火) 10時半～12時	コープ姫路砥堀
9月19日(火) 13時～14時半	第7地区本部
10月16日(月) 13時～14時半	第7地区本部

申し込み 第7地区本部



助け合いの会の説明



「活動する時間は無いけれど、資金面で応援したい」という方には、「賛助会員制度」があります。詳しくはお問い合わせを。

## ライターズルポ

### 親子もにっこり大満足♪

6月29日 コープデイズ豊岡 組合員集会所

「たなばたまつり」で、初めて触れる笹に興味津々の子どもたち。折り紙で作った七夕飾りを楽しそうに飾りつけていました。続いて、ポリ袋を使って調理する親子クッキング。自分で作った「ジャガイモもち」は絶品です!「普段、食べムラがあるけど『おいしい!』と完食してくれてうれしかった」というお母さんの声も。(松本)

家ではなかなかできない体験ができました♪



### 親子みんなでリフレッシュ!

7月1日 コープ姫路田寺 組合員集会所

土曜日開催で、たくさんのお父さん・お母さんも参加し、体を動かした「ミニミニ親子運動会」。風船遊びでは、全員で輪になり、年齢の違う子どもたちも、みんなで大きな風船を追いかけ、はしゃいでいました。参加者からは「たくさんの方々と触れ合うことができ良かった」という感想がありました。(中井)

ママ～! 見～! 風船大きいよ～

