

# 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  
コレル桜塚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X(旧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



X(旧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!



## じゃがいも作りにチャレンジ! 農作業で体を動かそう!

牧里でじゃがいもを育ててみませんか。  
農作業のボランティアも募集中。

ところ 牧公民館(豊能郡豊能町牧西ノ谷4-3)と  
「みんなの牧♥里プロジェクト」の畑  
※駐車スペースあり

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



### じゃがいも チャレンジャー

メークインと男爵、  
2種類のじゃがいもを育てます。  
※収穫量は天候により左右されます

とき 3月23日(土) 10時～12時

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 持ち物 散水用の水10ℓ

締め切り 3月9日(土)



申し込み

### 農業ボランティア

みそ汁とおにぎりを用意しています。  
家族でもお一人でもどうぞ。

とき 2月17日(土)10時～15時半  
※8月以外の毎週第3土曜日

持ち物 長靴、軍手、お椀、お箸



申し込み



### “探し物”が増えていませんか 頭と体を動かして脳を鍛えよう

脳を若く保つための方法を、頭と体を使って学びましょう。認知症予防につながる体操も教わりますので、動きやすい服装でお越しください。

とき 3月1日(金)13時半～15時

ところ 豊中市立文化芸術センター 多目的室(阪急首根駅徒歩5分)

講師 重森健太さん(関西福祉科学大学教授)

定員 40人(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

※2月13日(火)受け付け開始



申し込み





## 食・環境・平和などについて、体験しながら学ぼう 「虹っ子スクールin大阪2024」

“教室”は、豊中市内の施設などで、現地集合・解散。4月からの新入生を募集。保護者も一緒に参加できます。託児もあります(1歳6カ月以上)。

**とき** 5月から月に1回、主に第2土曜日に開催  
開校式:4月20日(土)10時~11時45分

コレル桜塚 AB教室(コープ桜塚となり)

**対象** 大阪北地区エリア(P.15左上参照)の新小学1年生~6年生と保護者  
※「子育てねっとわーくNo.1」の会員(申込時に登録可)

**定員** 小学生10人(申込順) ※新規募集分

**参加費** 年間登録料500円(別途、材料費など)

**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



### 2024年度のプログラム(予定)

- 科学工作教室
- ちりめんモンスター探し
- マリンスクール など



## 店内のお買い物を ゆっくり一人で楽しみませんか

お子さんを30分間「虹っ子サポーター」に預けて、店内を一人でお買い物。帰りには、設置したひな人形のパネルで写真を撮って楽しんで。

**とき** 2月23日(金・祝)

①10時半~②11時~③11時半~

**ところ** コープ箕面 コミュニケーションスペース

**対象** 1歳6カ月~未就学児と保護者

**定員** 各回2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



## コープむつみ会活動会員募集 気になる人は説明会へ

助け合い制度「コープむつみ会」では、高齢者や子育て中の方のお家で家事などをサポートして下さる方を募集しています。活動は有償、交通費は実費を支給。「気になっているけど、よく分からなくて」という方は、ぜひ説明会へお越しください。予約不要。ご都合の良い時間に来て、気軽に質問を。

**とき** 2月14日(水)~17日(土)、

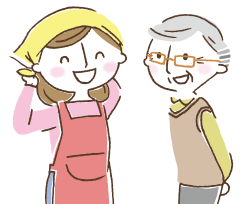
26日(月)、27日(火)

10時~16時の都合の

良い時間

**ところ・問い合わせ**

大阪北地区本部



## ライターズルポ

### バスに乗って牧の畑を見学

11月20日 豊能町牧地区ほか

「車がなくて牧里に行けない」という組合員の悩みに応えて、バス見学会を企画。道中、豊能町高山地区で歴史ガイドの話聞きながら散策も。牧の野菜を使ったお弁当を食べた後、いよいよ「みんなの牧♡里プロジェクト」の畑へ。参加者は、立派に育ったダイコンやハクサイの収穫を体験し、秋の里山を満喫しました。(和田)



珍しい丸いダイコンは煮物にするとおいしいそうです

### 顧客満足度調査で全国1位に

11月30日 コープミニ西緑丘

大阪北地区内の「コープミニ西緑丘」が、顧客満足度調査で全国1587店舗中第1位となり表彰されました。委託された外部調査機関が採点し、接客やあいさつ、清潔度などの項目で100点満点を獲得。「これからも、地域の皆さまに喜んでいただける店舗をめざしてがんばります」と職員の皆さんは話していました。(和田)



とびきりの笑顔で  
皆さまの来店を  
お待ちしております!

# 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



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

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!



入場無料

## 2023年度 第1地区コープふれあいフェスタ ～みんなでつながる笑顔の輪～

コープサークルの魅力あふれる舞台発表や交流を楽しむお祭りです。バザー、喫茶もあります。ぜひ、遊びに来てください。

### 塚口エリア

とき 3月3日(日) 10時半～13時半

ところ コープ塚口2階 (阪急塚口駅徒歩3分)

問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所



中学生以下のお子さんにはお菓子をプレゼント!

### 宝塚エリア

とき 3月17日(日) 10時半～13時半

ところ コープめふ2階 (阪急売布神社駅前)

問い合わせ 第1地区本部



### 舞台発表



### 体験コーナー

### 作品展示



### バザー

こんなコーナーも!



クイズラリーも  
あるよ!

- 「子育てねっとわーくNo.1」登録ブース
  - 第1地区の取り組みパネル展示 (e買うプロジェクト「食品ロス削減の取り組み」、ソーラーシェアリング、フレイル予防、コープ活動の森づくり、コープくらしの助け合いの会)
  - 「フードドライブ」受け付け\* など
- \*詳細はお問い合わせください





## ひとりでも多くの人に届けたい 「フレイル予防」のご提案♪

「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。

不定期の開催ですが、クッキングサポーターが提案する「フレイル予防」に役立つメニューの試食や「フレイル予防」についてのお話を店頭でしています。見かけた際にはぜひお立ち寄りください。

- ところ コープめふ店内
- 参加費 無料
- 問い合わせ 第1地区本部



## 1日60gのたんぱく質が取れる 筋肉量維持のメニューをどうぞ！

「健康寿命」を延ばしていくためには、食事の量を減らさないことや筋肉量維持のためのたんぱく質を取ることが大切です。クッキングサポーターから「フレイル予防」のメニュー紹介と試食会も。そのほか、脳の活性化のために、手先を使う折り紙やお手玉などを楽しんでいます。定期的を実施していますので気軽にお越しください。

- 活動日 第1水曜日10時半～11時半
- ところ コープ塚口 組合員集会室
- 参加費 無料
- 問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所



## 『食生活見直し隊通信』 第1号を発行しました！

健康な毎日を過ごすために正しい食の知識を楽しむ学ぶグループ「食生活見直し隊」が、『食生活見直し隊通信』第1号を発行しました。「バランスチェック表」で自身の食生活を見直すことや「食品の塩分量」などについて掲載しています。

興味のある方はぜひ手に取ってご覧ください。  
※第1地区エリア(13ページ左上参照)内店頭設置



## 「コープくらしの助け合いの会」 活動会員に登録しませんか

地域で暮らす高齢者の自立した暮らしを支える有償(1時間800円～)の家事支援活動です。あなたの空いている時間でOK。掃除や買い物などのお手伝い、また庭仕事などで男性も活躍中です。

まずは申し込みのうえ説明会へお越しください。

とき(10時～11時半)	ところ
①2月15日(木) ②2月29日(木)	第1地区本部(コープめふ2階)
③2月19日(月) ④2月29日(木)	コープ塚口 組合員集会室

- ※②④は男性限定説明会
- 申し込み ①②第1地区本部  
③④第1地区本部 塚口事務所



## 何か始めてみたいと思ったら 「ボランティア相談会」へ

「ボランティアをやってみようかな」「どんな活動があるの?」「趣味を生かした活動があればいいな」など何でもご相談ください。質問だけでも構いません。いろいろな活動内容をご説明します。あなたに合うボランティアを見つけてください。

申し込みのうえ、相談会へお越しください。

とき	ところ	申し込み
2月20日(火) 10時～11時	第1地区本部 (コープめふ2階)	第1地区本部
2月20日(火) 10時～11時	コープ塚口 組合員集会室	第1地区本部 塚口事務所

## ライターズルポ

### コープdeクリスマスin宝塚

12月4日 コープめふ2階

毎日がんばっているお母さんと子どもが楽しめるクリスマス会を塚口、宝塚で開催。宝塚で行われたのは、絵本サークル「ピコ」のコンサート。歌や絵本、ゲーム、親子でふれあい遊びなどをしました。サンタによるプレゼントタイムでは、子どもたちの喜ぶ様子が見られ、一足早いクリスマスを楽しんでいました。(高野)



歌に合わせてリズム遊び

# エリア掲示板

今月号のいいね!

## コープファミリーフェスタ2024

西宮・芦屋エリアのコープサークルが活動内容を発表! 大人も子どももワクワクできる催しがいっぱいです。来て、見て、遊んで、体験して、思いつき楽しんでね。

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

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

子育て広場



紙芝居や手作りおもちゃ!

入場無料



手作り品がいっぱい!

カフェ



お茶を飲んでホット一息

展示



活動内容をパネル展示

問い合わせ 第2地区本部

ワークショップ



やってみよう、作ってみよう!

ステージ



演奏やダンス、太極拳の実演も



『めーむ』で人気! 「CO・OP境港サーモン」産地交流会  
サーモンのおいしさに迫る!

「CO・OP境港サーモン」の産地・鳥取県米子市とオンラインでつなぎ、おいしさの秘密に迫ります。大山の名水を使用した養殖場で育まれるサーモンは、クセのない脂乗りが特長。養殖から加工までを手掛ける弓ヶ浜水産株式会社の担当者に、いろいろ聞いてみましょう。試食もあります。

とき 3月19日(火) 10時半～12時半

ところ コープデイズ芦屋3階 組合員集会所

定員 20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

検索

※2月13日(火)受け付け開始



申し込み



## 食物アレルギー 地域で考える防災講演 西宮編

食物アレルギーがある人や周囲の人は、災害にどう備えれば良い？ アレルギー専門医などから正しい知識を学び、非常食を試食します。食物アレルギー支援団体「一般社団法人 LFA Japan」との共催です。農林水産省、兵庫県、西宮市の後援。「CO・OP共済 地域ささえあい助成」を利用しています。

と き 2月23日(金・祝) 13時～16時半

と ころ 西宮市民会館 401・301号室  
(西宮市六湛寺町)

定 員 100人(申込順)

参加費 無料

申し込み 一般社団法人 LFA Japan



申し込み



## みんなで夙川をキレイに！ ゆるっと“リモートゴミ拾い”

コープサークル「夙川<sup>ライン</sup> pine cone<sup>コーン</sup>」は、コミュニケーションアプリ「LINE」で開始と終了の連絡を取り合い、それぞれが河川敷の好きな場所でゴミ拾いをしています。ときには集まって拾うことも。みんなと緩くつながりつつ、マイペースで活動しませんか。「コープファミリーフェスタ2024」(左ページ参照)で、活動記録の新聞を展示するので、読んでみてください。

活動日 2月25日(日)、3月24日(日)  
10時～11時 ※第4日曜日

と ころ 夙川周辺の好きな場所

問い合わせ 第2地区本部

※初回参加時にトングなどを貸与



## こんな身近に野鳥がいるの！? わくわくバードウォッチング

コープサークル「わくわく・ドキドキ・まなび隊」主催の人気イベントです。

と き 3月2日(土) 9時半～12時(雨天中止)

※中止の場合は当日7時～8時に連絡

と ころ 夙川駅周辺(阪急夙川駅南側改札口に集合)

講 師 日本バードレスキュー協会

定 員 40人(申込順)

※小学生以下は保護者同伴

参加費 200円(保険料込み)

持ち物 双眼鏡(持っている方)、飲み物、筆記具

申し込み 第2地区本部



## 手作り品がいっぱい 「つながるマルシェ」

障がい者就労支援施設で作った焼き菓子や手芸小物の販売会です。種類豊富なクッキーなど定番の人気商品も。売り上げは、施設の作業員の工賃になります。買い物ごてら、のぞいてみませんか。

と き	と ころ
2月15日(木) 10時半～15時	コープ甲東園
2月22日(木) 10時半～15時	コープ西宮東

問い合わせ 第2地区本部



## ライターズルポ

### 映画の舞台になった、あの戦跡へ！

11月23日 阪急 苦楽園口駅周辺

第2地区「平和を考える会」が、西宮を舞台とした作品「火垂るの墓」ゆかりの地や、市内の戦跡を巡るスタンプラリーを開催。「長く住んでも知らない戦跡があった」と家族で参加した人や、遠方からの参加者も。「ウクライナ情勢に思いをはせた」「平和の大切さを実感した」などの感想が聞かれました。(行本)



作品中で主人公たちの住む防空壕があった二テコ池

### ミックスキャロット作っちゃお♪

12月9日 つどい場CO・KO(コープ甲東園となり)

ミックスキャロットの原料であるジュースを混ぜて、本物に近付ける企画に親子12組が挑戦しました。味見しつつ、スポイトで慎重に調合する子どもたちの姿は、実験中の博士さながら。オンラインの産地交流も行い、陽気な生産者が「83歳になっても、ニンジンで元気」とアピール。会場が笑いに包まれました。(行本)



もうちょっと、オレンジ混ぜる？

# 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



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



今月号のいいね!



## 自然に囲まれた中で ジャガイモの植え付けをしよう

自然豊かなエコファームで、農業体験をしませんか。ピザ窯を使ったピザ作りにも挑戦しよう!



とき **3月23日(土)**

10時～12時半

現地集合・解散

※雨天決行。

当日、7時の時点で神戸市か三木市に警報が発令されている場合は中止

ところ **エコファーム**(三木市細川町瑞穂2328-1)

対象 6月(予定)の収穫にも参加できる方

定員 **10組**(申込順)

参加費 1組**2,500円**(約5kg収穫予定) ※当日、現地で支払い

持ち物 軍手、長靴、飲み物、カップ(雨天時)、エプロン、三角巾、手ふきタオル

申し込み **第3地区本部**

※2月13日(火)  
受け付け開始



防災について楽しく学び、地域の防災拠点となる  
協同購入センター東神戸の見学をしよう!

「災害が起きたとき、どう行動すればいいの?」。非常時に役立つヒントを、楽しく体験しながら学びましょう。トラック乗車体験や地域担当のお仕事体験もありますよ。

とき 3月3日(日)10時～12時(予定)

※雨天決行

ところ 協同購入センター東神戸

(神戸市東灘区住吉浜町19-1-1)

※車でお越しください。駐車場あり

定員 40組(申込順)

参加費 無料

申し込み 第3地区本部

※2月13日(火)受け付け開始





## 親子で楽しく おやつデコレーション♪

親子でふれあい遊びを楽しみませんか。クッキング  
グサポーターが作った野菜のおやつに飾り付けをし  
て一緒に食べましょう。

とき 3月7日(木) 10時半～11時半

ところ コープ六甲 組合員集会室

対象 未就学児と保護者

定員 10組(申込順) 参加費 1組200円

持ち物 エプロン、三角巾、手ふきタオル

申し込み 第3地区本部

※2月13日(火)

受け付け開始



## 広～い部屋の中で 親子で楽しく遊ぼう!

毎月第2火曜日に開催しているコープサークル「子  
育てひろば 遊ばせ隊」。手遊びや読み聞かせで、楽し  
い時間を過ごしましょう。出入り自由です。

とき 3月12日(火) 10時～11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)

対象 未就園児と保護者

参加費 無料

問い合わせ 第3地区本部



## 買い物ついでに 立ち寄ってね

コープサークル「ふれあい喫茶  
おかもと」は誰でも気軽に楽しめる  
地域の居場所です。

パズルや囲碁ゲーム、折り紙な  
ど、一緒に楽しみましょう。

とき 3月14日(木) 10時～12時

ところ コープ岡本 組合員集会室

参加費 100円(飲み物付き)

問い合わせ 第3地区本部



## 東北に思いをはせて 「3.11のつどい」

あれから13年。東日本大震災を  
知り、私たちにできることを一緒  
に考えてみませんか。14時46分に  
黙とうを捧げます。

とき 3月11日(月)  
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)

参加費 無料

主催 コープサークル  
「震災を考える会」

問い合わせ 第3地区本部



## 今までの感謝の 気持ちを込めて…

結成15周年のコープサークル  
「うたのひろば」が、コンサートを  
開催。美しい歌声を聴きにお越し  
ください。申し込み不要です。一緒  
に歌いましょう。

とき 2月27日(火)  
14時～15時半

ところ 東灘区文化センター5階  
うはらホール  
(JR住吉駅徒歩3分)

参加費 無料

問い合わせ 第3地区本部



## 住み慣れた地域で過ごしたい 「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。活動は週1回2時間程度からでOK。まずは、申し  
込みのうえ、お住まいのエリアの説明会へ。

とき	お住まいのエリア	ところ
2月15日(木) 13時半～15時	東灘区、灘区	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)
2月28日(水) 10時～11時半		コープ六甲 組合員集会室
2月29日(木) 13時半～15時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫 組合員集会室

申し込み 第3地区本部

## ライターズルポ

### いつもおいしいおやつをありがとう

12月27日 賀川記念館

コープサークル「おやつボランティアひまわり」は、学童保育の子どもたちにおやつを作  
っています。この日は、コープサークル「おはなし  
クラブVOICE(ボイス)」の絵本の読み聞かせ  
の後、普段顔を合わす機会がない子どもたち  
におやつを直接手渡し。「ありがとう」の声に、サー  
クルメンバーも笑顔になりました。(石川)



わーい、  
スイートポテトだ!



# 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



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

今月号のいいね!



タイム

## うっきっきーでうきうきtime♪

コープサークル「子育てひろば うっきっきー!」が親子でリラックスしながら楽しめるコンサートを開催!「デュオ・フェリーチェ」によるフルートとピアノの演奏に合わせて親子で触れ合おう♪

とき 3月29日(金) 10時～11時半

ところ 協同学苑研修ホール  
(三木市志染町青山7丁目1-4)

対象 未就園児と保護者

定員 15組程度(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 無料

共催 子育てひろば うっきっきー!

申し込み 第4地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索

※締め切り3月11日(月)。抽選結果は  
3月15日(金)までに全員にお知らせ



申し込み

お母さんが  
楽しめる曲も♪



デュオ・フェリーチェ  
のお2人



## 髪や頭皮のこと気になりませんか? 「ヘアケア・スカルプケア学習会」

年齢とともに髪にボリュームやハリ・つやがなくなってきたといった悩みはありませんか。正しい髪のエイジングケアの方法を専門家に教えてもらいます。「コープくらしの助け合いの会」の公開講座です。

とき 2月29日(木) 10時半～12時

ところ コープデイズ神戸北町 組合員集会室

講師 サンスター株式会社

定員 25人(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 無料

申し込み 第4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

※締め切り2月20日(火)。抽選結果は  
2月24日(土)までに全員にお知らせ



申し込み





## 子どもの“困った”ありませんか？ お助けグッズ体験会

「みんなと同じことができないな」「イライラしやすいな」。そんな子どもたちの気になること、困っていることを助けてくれるグッズが見つかるかも。気軽に立ち寄りください。

とき 2月25日(日) 11時～15時

ところ コープ三田西

参加費 無料

主催 コープサークル  
「のびジュリ」

協力 UTキッズ三田

問い合わせ コープ三田西

☎079-564-1582



## 春から始めませんか できるときに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、地域にお住まい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。草引きなどの庭仕事では男性も活躍中。活動は有償で(1時間800円～)、特別な資格は不要です。前日までに申し込みのうえ、説明会へどうぞ。

とき	ところ
3月5日(火) 10時半～12時	コープ有野
3月6日(水) 10時半～12時	コープデイズ神戸北町

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



## おいしさの秘密を見に行こう！ バスに乗って納豆工場見学

コープこうべと日本生活協同組合連合会が共同開発した納豆。食品工場生産品から生まれ変わった新商品のこだわりや品質管理の取り組みについて、生産担当者から学びましょう。

とき 3月21日(木)

ところ 株式会社豆紀(和歌山県和歌山市)

定員 30人(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 無料

※別途、昼食代は各自で支払い

申し込み 第4地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※締め切り3月4日(月)。抽選結果は3月7日(木)までに全員に、また当選者には詳細をお知らせ



### スケジュール(予定)

8時半	神鉄緑が丘駅	集合
9時10分	JR三田駅	集合
11時40分	紀の川SA	自由昼食
13時半	(株)豆紀	工場見学
17時半	JR三田駅	解散
18時10分	神鉄緑が丘駅	解散

## ライターズルポ

### 大活躍のにんじん屋

12月2日、3日 エコファーム、コープ志染

11組の組合員家族と三木市国際交流協会から参加の17人が、畑の野菜がお店で販売されるまでの流れを学びました。自分たちで収穫したニンジン洗って商品にし、販売体験では店内放送やレシピ紹介まで挑戦した子どもたち。「自分が掘ったニンジンが売れてうれしかった！」と笑顔があふれていました。(清水)



真剣な表情で  
ていねいに袋詰めを  
する子どもたち

### みんなで食べられるよ！

12月17日 コープ西鈴蘭台

離乳食シリーズ「きらきらステップ」は工夫次第で大人もおいしく食べられることを知ってほしいと、クッキングサポーターが試食活動を行いました。家族みんなで一緒に食べられるレシピの紹介に「面白いアレンジ」「試してみたい！」などの感想が聞かれました。(清水)



試食メニューは、  
寒い日にぴったりの  
うどんとドリア♪

# 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



イベント情報や活動の様子を随時更新しています♪

第5地区本部  
Instagram



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。

神戸西つどい場  
ホームページ

- 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!



くらしと福祉の  
新しいつながりを...

## 「つながるマルシェ」に来てね♪

地域の福祉作業所などにスペースを提供して開催する「つながるマルシェ」。買い物ついでにお立ち寄りくださいね。

お菓子やパン、  
文具、雑貨、  
アクセサリー、  
陶器など♪



ところ	とき(予定)
コープ高丸	3月16日(土)・25日(月)
コープ西神南	2月15日(木)～17日(土)
コープミニ月が丘	3月22日(金)
コープ桜が丘	2月22日(木)
コープデイズ神戸西	2月24日(土)、3月30日(土)
コープ福田	3月に開催予定

※時間などの詳細は各店舗のポスターをご覧ください



問い合わせ 各店舗サービスコーナー(コープミニはレジ)に直接、  
または 第5地区本部



### 買い物ついでに 温まりに来てね♪

垂水コープ委員会が、手作りのぜんざいを振る舞います。

申し込みは要りません。気軽に立ち寄ってくださいね。お待ちしております♪

とき 2月19日(月) 10時半～

なくなり次第終了

ところ コープ垂水 組合員集會室

参加費 無料

問い合わせ 第5地区  
本部



### 傾聴学習会

～ちゃんと聴こう～

言葉の裏にある思いを読み取る「聴き方」を一緒に学びませんか。

とき 2月28日(水)

14時半～16時

ところ コープ西神 組合員集會室

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 西神まちライブラリー

(コープ西神向かい)へ直接またはホームページで



申し込み

コープこうべ イベントひろば

検索



## 自立した暮らしを支える 「活動会員」を大募集!

「コープ暮らしの助け合いの会」では、高齢者や子育て中の方のお宅で、掃除や買い物、料理などの家事支援をする「活動会員」を募集しています。活動は有償(1時間800円〜)、特別な資格は要りません。空いている時間に、できることから始めませんか。興味のある方は事前に申し込みのうえ、説明会にお越しください。

とき 2月29日(木) 10時半〜12時

ところ コープ西神 組合員集会室

内容 ●活動内容などを動画で紹介  
●コーディネーターによる説明

参加費 無料

申し込み 第5地区本部



## 買い物ついでにお店で 体力チェック

普段の健康チェックに、簡単な体力測定をしませんか。項目は「握力」「開眼片足立ち」「30秒イス立ち上がり」「2ステップテスト」の4つ。測定記録は後日、参加した店舗でお渡しします。申し込み、参加費は不要です。気軽にご参加ください。

とき 2月27日(火) 10時半〜12時

※10時〜10時半には健康体操も実施

ところ コープデイズ神戸西 2階つどいの部屋

主催 一般社団法人しんしんスポーツ・KOBE

問い合わせ 第5地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細内容



## 天気予報を より深く学びましょう

コープサークル「EARTHくらぶ北斗星」が「<sup>アース</sup>暮らしに役立つ気象の知識」をテーマに学習会を開催します。少し知識を深めることで、天気予報がより身近に。また、気象災害から命を守るために知っておくべき情報などもお伝えします。

とき 3月15日(金) 13時半〜15時

ところ コープ垂水 組合員集会室

講師 日本気象予報士会

定員 15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

検索



申し込み

※2月12日(月・休)受け付け開始



## コープサークル「ボカシの会」 メンバー募集

EM菌を使った堆肥材「ボカシ」を組合員集会室で作っています。土壌改良はもちろん、家庭の生ごみ処理にも役立ちますよ。この「ボカシ」を作る活動を始めて29年。自由参加で楽しく活動しています。一緒に作ってみませんか。見学や体験をご希望の方は、活動日に直接お越しください。

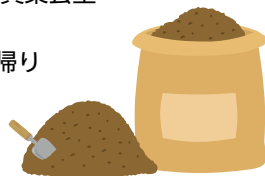
活動日 第4火曜日10時15分〜12時

ところ コープ西神南 組合員集会室

参加費 無料

※「ボカシ」の持ち帰り  
には実費が必要  
(1袋50円)

問い合わせ 第5地区本部



## ライターズルポ

### くらしにイイことを地域の皆さんに…

12月8日 コープミニ塩屋

塩屋コープ委員会が組合員まつりを開催。「この地域は高齢者が多いので、健康なくらしの手助けになれば」と、兵庫県看護協会による「まちの保健室」と塩屋あんしんすこやかセンターによる生活相談のコーナーも。「気になっていた体調のことが聞けて良かった」など笑顔で語り合う参加者の姿が印象的でした。(木下)

コープ委員が提供するぜんざいでほっこり♪



### “地域のために”あふれる思いと熱意

12月10日 コープデイズ神戸西 つどいの部屋

西区玉津地域で始まる「地域ひろば」を考えるミーティングが開催され、教育や福祉、子育てなどに携わる37人が参加。「子ども食堂を開けたら」「学生が交流できる場に」など実現したいことや、「バリアフリーに」「幼児トイレを」など多くの意見・要望も集まり、新しい取り組みに大きな期待が寄せられました。(木下)

それぞれの立場からの貴重な意見交換



# 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、インスタグラム、YouTubeチャンネルで発信中!



Instagram



Facebook



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!



みんなで楽しく  
クッキング♪

## 小中学生あつまれ～! 春休み ロコモコ丼を作ろう

クッキングサポーターと高校生が講師の料理会を開催。メニューはお子さんにも調理しやすく工夫した「ロコモコ丼」。彩りに野菜などを添え可愛く仕上げます。デザート(ミニパフェ)付き。



**とき** 3月27日(水) 10時半～13時  
(10時15分から受け付け)

**ところ** コープ西明石 組合員集会室

**講師** 第6地区クッキングサポーター、  
明石南高校調理部の皆さん

**対象** 小学生～中学生

**定員** 16人(申し込み多数の場合は抽選)

**参加費** 600円

**持ち物** 不織布マスク、エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物、筆記具、スプーン、お箸

**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

※2月21日(水)締め切り。結果は2月29日(木)までに  
全員へお知らせ

※食物アレルギー対応のメニューではありません



3月開催のレインボースクールで  
楽しく学ぼう!

とき	ところ(組合員集会室)	内容
3月4日(月) 10時～11時半	コープ神吉	部門のプロ(?)がコープの「大いけす育ちぶり」を語る
3月11日(月) 10時～11時半	コープ西明石	スパイスをもっと使って、ご家庭の料理をもっとおいしく、華やかに!
3月12日(火) 10時半～11時半	コープ播磨	消費者トラブル防止学習会
3月14日(木) 10時半～12時	コープ大久保	フレイル予防のための資生堂アクティブシニア講座
3月20日(水・祝) 10時～11時半	コープ高砂	部門のプロ(?)がコープの「セフターの歴史とその魅力」を語る
3月26日(火) 10時～11時	コープ稲美	畜産のバイヤーが語る 健康熟成鶏

申し込み・問い合わせ 各店舗サービスコーナー



## 特別な資格がなくてもできる 地域に寄り添う“助け合い”

「コープくらしの助け合いの会」は地域住民の助け合いによって自立したくらしを支える有償の家事支援活動です。高齢者や子育て中のお宅で掃除や料理、庭の草抜きなどの家事支援の活動を有償(1時間800円～)で行っています。申し込みのうえ、説明会にご参加ください。

とき 3月6日(水) 10時半～12時

ところ 笑くぼ西明石  
(コープ西明石2階)

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



## 大切な誰かの思い出を 守るお手伝い

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。水害などの自然災害で汚れてしまった写真を洗浄し、元の写真に近付ける活動です。防災の取り組みを知る防災セミナーも行います。

とき 3月2日(土) 10時半～12時半

ところ コープ大久保「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

※2月13日(火)

受け付け開始



## オリジナルのおひなさまを 作ってお家に飾ろう♪

コープサークル「キッズ応援団ほんわか隊」。今回は「マジックボードでつくるおひなさま」の作り方を教えます。世界にひとつだけのおひなさまを作って飾ってみませんか。

とき 2月17日(土) 10時～12時

ところ コープ朝霧 組合員集會室

対象 小学生以下(未就学児は保護者同伴)

定員 4人(申込順)

参加費 300円(お土産付き)

持ち物 はさみ、のり、サインペン

申し込み 第6地区本部



## 「気mama FUN!」で 子育てにちょっと一息

子育て中の方に少しでも自分の時間を過ごしてもらおうための活動です。お子さんが子育てサポーターと一緒に遊んでいる間、保護者は店内で買い物をしたり、別室でお茶を飲んでゆったりと過ごしたり。今月、お子さんの遊びのテーマは「ひなまつり」です。

とき 2月26日(月) 10時～11時半

ところ 大久保「コープのつどい場」とコレル大久保  
「多目的ルーム」(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

※2月13日(火)

受け付け開始



## ライターズルポ

### クリスマスって楽しいね♪

12月9日 加古川コープのつどい場「かっこ」

子育てひろば「きいろいばなな」がクリスマス会を開催。6組20人の親子が参加しました。クリスマスの絵本を読んだ後、子どもたちがケーキ作りに挑戦。イチゴなどを楽しそうにトッピングし、おいしそうに食べていました。最後のサンタさんの登場には驚いて泣く子どもいて、にぎやかな会となりました。(藤野)

ビックリしたけど  
プレゼントに  
喜んでいました



### 人がつながる地域づくりに貢献

12月10日 東播磨生活創造センター「かこむ」

コープサークルふれあい広場「うおずみん」が、ボランティア活動を通じて心豊かな地域づくりに貢献した団体として「兵庫県くすのき賞」を受賞。コープ魚住にて毎週ふれあい喫茶を続けて11年目で、現在11人のメンバーが活動しています。喫茶の利用者・主催者が、お互いに元気をもらえる居場所となっています。(藤野)



「知らない人同士が仲良くなるのがうれしい」と代表の細目由紀美さん(右)

# 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～金:10時～17時  
土・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



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

今月号のいいね!

活動会員募集中!

## 新しいことをはじめよう! あなたのできることでお手伝い

手伝ってほしい人と、手助けできる人をつなぐ「コープくらしの助け合いの会」。家事などでお困りの方を有償でお手伝いする活動を募集しています。特別な資格は要りません。あなたのできることに、できることから始めてみませんか。



### 活動会員の説明会

とき **2月19日(月)**  
13時～14時半  
ところ **第7地区本部**

とき **2月20日(火)**  
10時半～12時  
ところ **コープ姫路砥堀  
組合員集會室**

興味のある方は前日までに申し込みのうえ、説明会へお越しください。日程の合わない方はご相談を。

申し込み **第7地区本部**



“オーラルフレイル”  
って何?

お口の健康は、体と心の健康にまでつながる!? レインボースクールで学び、あなたと大切な方の“お口の健康”を守りましょう。

- とき 3月13日(水)  
10時15分～11時45分
- ところ コープ上郡 組合員集會室
- 定員 25人(申込順)
- 参加費 無料
- 申し込み コープ上郡  
サービスコーナー  
☎0791-52-1214  
※2月29日(木)締め切り



知って得する!  
しょうゆのヒミツ♪

レインボースクールで、しょうゆの作り方や使い方など、あなたの知らないコトをのぞいてみませんか。参加費は無料です。

- とき 3月21日(木)  
10時15分～11時45分
- ところ コープ姫路田寺2階  
組合員集會室
- 定員 24人(申込順)
- 申し込み コープ姫路田寺  
サービスコーナー  
☎079-293-9600  
※3月20日(水・祝)締め切り



## こんな食べ方もあるんだ! 乾物ライフを楽しもう!

油麩がスイーツに変身!? 昔から身近にあった“乾物”を使って和風はもちろん、韓国風、洋風にクッキングサポーターと「らくらくクッキング」。食品ロス削減につながる「かんたん乾物づくり」もご紹介いたします。これをきっかけに、この冬から一緒に始めてみませんか。



- とき 2月22日(木) 10時~13時
- ところ コープ姫路田寺2階 組合員集会所
- 定員 16人(申込順) 参加費 500円
- 持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記具
- 申し込み 第7地区本部  
電話またはホームページで  
※2月13日(火)受け付け開始



申し込み

コープこうべ イベントひろば 検索



## 子育てひろば 「たっち♪」

「らくらくクッキング」をメインに開催。クッキングサポーターによるレシピ紹介や試食もするよ!

- とき 3月14日(木) 10時~11時半
- ところ コープ龍野 組合員集会所
- 対象 未就学児と保護者
- 定員 10人(申込順)
- 参加費 子ども1人100円
- 申し込み コープ龍野  
サービスコーナー  
☎0791-62-0015  
※2月15日(木)受け付け開始



## あかりをつけましょ ぼんぼりに〜♪ 「スマイル COOK ひなまつり会」

リズム遊びやおはなしシアター、ふれあい遊びなど、親子で一緒にひなまつり会を楽しもう! 簡単クッキングでは、「ひなまつり寿司」を作って食べるよ。子どもと一緒に過ごす時間を、子育てサポーターとクッキングサポーターがお手伝い。遊びにきてね!

- とき 2月29日(木) 10時~11時半
- ところ コープデイズ豊岡3階 組合員集会所
- 対象 未就学児と保護者
- 定員 8組(申込順)
- 参加費 無料
- 申し込み 第7地区本部 豊岡事務所  
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  
※2月12日(月・休)受け付け開始



申し込み



## ステキな絵が 勢ぞろいの展示会

コレル相生で活動する「ほのぼの一筆画」「おとなの絵画教室」「色えんぴつ画」の展示会を開催します。心を込めて描いた作品を見に来てみませんか。気軽にお立ち寄りください。

- とき 2月1日(木)~13日(火)  
9時半~19時半  
※最終日は、15時まで
- ところ コープデイズ相生1階  
ブックフォーラム前催事場
- 問い合わせ 第7地区本部 相生事務所



## つながるマルシェ コープ姫路砥堀で初めての開催

福祉事業所が店舗内のスペースを使って、自分たちで作った商品を販売する「つながるマルシェ」。福祉事業所、兵庫セルフセンター、コープこうべが連携して開催します。焼き菓子や布雑貨・花の苗など、ここにしかないステキな商品に出会えるかも!? ぜひお立ち寄りください。

- とき 2月18日(日) 11時~15時
- ところ コープ姫路砥堀
- 問い合わせ コープ姫路砥堀  
サービスコーナー  
☎079-264-6785



## ライターズルポ

### 親子でクリスマス会!

12月21日 コープ姫路田寺

親子15組が参加。子育てサポーターによるハンドベル演奏が始まると、一気にクリスマスの雰囲気になり! みんなでフェルトのケーキの飾り付けや、マラカス作りをしました。鈴の音と共にサンタさんが登場し、プレゼントをもらった子どもたちは大喜び。一緒にダンスや記念撮影をして、楽しい時間を過ごしました。(中井)



サンタさん、  
ありがとう♪