

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15分～16時45分
日・祝:休

公式SNS

大阪北地区では、インスタグラムと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)



- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください
- ※託児可能なイベントもあります

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!



バスに乗って行こう! 防災センター&国際平和ミュージアム

平和や防災についての施設を見学しながら、一緒に見て、感じて、考える1日にしませんか。
※「平和のカンパ」の助成を得て実施



とき **5月17日(土)**

- JR新大阪駅1階正面口: 8時 出発 / 16時40分 帰着予定
- 豊中市立清明小学校前: 8時半 出発 / 16時10分 帰着予定

対象 **小学生以上** ※中学生以下は保護者同伴

定員 **15人** (申し込み多数の場合は抽選)

参加費 **無料** ※昼食代(税込2,200円)は現地で各自支払い(子どもも同額)

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

※4月30日(水)締め切り。参加者に詳細を連絡します

行き先はこちら!



■京都市市民防災センター

地震・強風・土砂災害などの疑似体験や4Dシアター体験ができます

■立命館大学国際平和ミュージアム

戦争の歴史などの豊富な資料を展示。戦時中の町屋の復元なども

親子ランチ会の会場にもどうぞ レンタルルーム「コレル桜塚」を利用してね

「コレル桜塚」は地域に開かれた貸室です。教室は4タイプ。キッズコーナー、授乳スペースもあります。ホームページから予約状況の確認や申し込みができます。ぜひご利用ください。

ところ 豊中市南桜塚2-1-2
(コープ桜塚となり)

利用時間 月曜日～土曜日

①10時～12時

②13時～15時

③15時半～17時

※日曜日、年末年始は休館

料金 1枠2,000円～

問い合わせ コレル桜塚

☎06-6849-7331(月～土9時半～16時半)



ホームページ



コレル COLERU 桜塚

教室タイプ

- A教室(20人) : 鏡・電子ピアノあり
- B教室(32人) : キッチンあり
- A+B教室(52人): 大人数可
- C教室(32人) : クッションフロア



子育てサークルやってるよ 買い物ついでに遊びにきてね

親子でほっとひと息ついたり、友達をつくったりしに来ませんか。おもちゃや絵本もありますよ。

サークル名	場所	とき
すくすくサロン	コープ新光風台 ふれあいホール (コープ新光風台となり)	第3火曜日 10時半～12時
あいあい	コープ島本2階 ふれあいホール	第1木曜日 10時半～12時

参加費 無料

問い合わせ 大阪北地区本部
(月～土9時15分～16時45分)



コープむつみ会 いつでも説明会

助け合い制度「コープむつみ会」では、高齢者や子育て中のお宅で家事などをサポートする活動会員を募集中。有償の活動です。

少しでも気になった方はぜひ、説明会へ。ご都合の良い時間に超越してください。予約不要です。

とき 4月21日(月)～26日(土)
10時～16時

ところ・問い合わせ

大阪北地区本部
(月～土9時15分～16時45分)



防災や平和を学んで伝えませんか 学習会など企画するメンバー募集

大阪北地区「防災・へいわの会」は、防災・減災、平和についての学習会やイベントを自分たちで企画し、伝える活動をしています。昨年は「非常用持ち出し袋学習会」「盲導犬の学習会」などを企画しました。メンバーになって、一緒に防災や平和について考えてみませんか。



任期 2025年4月～2026年3月

活動内容 年2回～3回の会議、年2回程度の学習会やイベント

募集定員 5人

問い合わせ 大阪北地区本部(月～土9時15分～16時45分)



初めての人も大歓迎 牧の里山でメンマを作ろう

竹林に入り、幼竹を切り、塩漬けにします。

とき 5月10日(土)9時半～12時

※竹の生育状況により変更の場合あり

ところ 牧公民館(豊能郡豊能町牧)

※駐車スペースあり

募集組数 10組(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 500円(別途、トイレ協力金100円)

持ち物 軍手、長ぐつ、飲み物、タオル

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

※4月28日(月)締め切り。参加者
に後日詳細を連絡します



申し込み

ライターズルポ

毎日ちょこっとストレッチ

1月8日 コレル桜塚

20人の参加者が「とよなか健康出張セミナー」の専門講師から、自宅で簡単にできるストレッチ体操を教わりました。筋トレは姿勢が大事とのことで、スクワットをするときのポイントも説明。参加者は「日常のちょっとした時間を見つけてストレッチをしたい」と話し、真剣に取り組んでいました。(和田)

週に3回を
目標に体操を
しましょう



七草がゆ、おいしいな

1月12日 コープ島本 ふれあいホール

「しまプラ(しまもと町民交流プラザ)」の呼びかけで地域交流イベントを開催。コープこうべの活動を知ってもらうため、コープ島本と関わりのある福祉団体とコープサークルやコープ委員が活動や商品を紹介しました。七草がゆは大人にも子どもにも好評。「家で作らないのでうれしかった」との声もありました。(和田)



子どもから年記の方まで
約70人が来場し、
にぎわいました

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12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

- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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

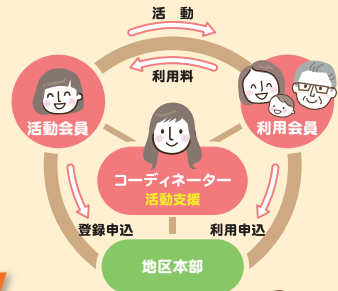


今月号のいいね!



コープくらしの助け合いの会 活動会員募集中

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。高齢者や子育て中で家事ができなくて困っている方のお手伝いをします。特別な資格は要りません。できることから始めてみませんか。



こんな活動をしています

掃除・洗濯・料理・草引き・買い物・外出の付き添いなど。活動頻度は週1回・不定期などさまざまです

- 週1回2時間程度からでもOK(1時間800円～)
- 交通費は「利用会員」が負担します
- 年会費として500円が必要です

男性会員も活動中です。
興味のある方は、申し込みのうえ、説明会にお越しください。



とき	①4月15日(火) 10時～11時半	②4月25日(金) 10時～11時半	③4月30日(水) 10時～11時半
ところ	第1地区本部	コープ立花 コミュニケーション スペース	コープ塚口 組合員集会所

申し込み ①第1地区本部、②③第1地区本部 塚口事務所



「コープくらしの助け合いの会」公開ついで ～アンネのバラの教会を訪ねよう～

高齢者の自立したくらしを支える有償の家事支援活動「コープくらしの助け合いの会」では、活動する会員の研修や交流の場として、毎月「ついで」を開催しています。

今回は平和のシンボルと言われる「アンネのバラ」が美しい教会で、平和について学びます。会員以外の方もどうぞ。

とき 5月9日(金) 10時～12時

阪急甲陽園駅改札前に9時半集合

ところ アンネのバラの教会

(阪急甲陽園駅徒歩10分 坂道あり)

定員 20人(申込順)

参加費 無料(集合場所までの交通費は自己負担)

申し込み 第1地区本部 塚口事務所



「コープde体験◎夏休み」で子どもたちにいろいろな出会いを！ 企画・運営を担う方を募集します

毎年恒例の「コープde体験◎夏休み」は夏休みの子どもの居場所として親しまれ、これまでに延べ6,200人を超える親子が参加しました。「子どもたちに知ってほしい」「こんな経験をしてほしい」など、子どもたちと一緒に楽しく、ためになる講座を実施しませんか。募集などの活動支援は事務局が行います。団体でも個人でもOK。興味のある方、詳しい内容をお聞きになりたい方はぜひお問い合わせください。

開催日 7月中旬～8月下旬(夏休み期間)

対象 コープサークル、コープ委員会、地域のグループ・団体や個人

申し込み 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所

※4月30日(水)締め切り



コープ活動の森づくり ～みんなて森を守ろう！～

第1地区では、尼崎の森中央緑地で「コープ活動の森づくり」に取り組んでいます。森の成長をさまざまな活動を通して学び、大人も子どもも自然との関わりを楽しめる企画です。活動は2カ月に1回、4月は外来種の除草を行います。自然や環境に興味のある小学生以上の方はぜひご参加ください。

とき 4月12日(土)10時～12時半

ところ 尼崎の森中央緑地(尼崎市扇町33-4)
※現地集合・解散 ※無料駐車場あり

定員 20人(申込順) **参加費** 無料

持ち物 軍手、タオル、飲み物、筆記具

服装 長袖、長ズボン、運動靴、帽子

申し込み 第1地区本部 塚口事務所



「趣味の本棚」をコレルに作ります 本の寄贈を受け付け中！

ご家庭に眠っている美術、音楽、料理、手芸など趣味関連の本はありませんか。コレル塚口に趣味の本を集めた図書コーナーを作ります。思い出の詰まった本を次の人につなげてみませんか。

受け付けできない本

趣味関係、実用書以外の本。
破損、日焼けや汚れ、書き込みがあるもの

受付期間 6月30日(月)まで

※コレル塚口(コープ塚口
2階)まで直接ご持参ください

問い合わせ コレル塚口 ☎06-6429-1510

(月～土9時半～16時半、祝日を除く)



「KIDSフェス」に集まれ～ コープこうべのブースが出展

宝塚市と参加企業が協働して子ども向けイベントを開催。「コープこうべの宅配のお仕事体験」と「コープ共済 缶バッジづくり」の2つのブースを出展します。ぜひご来場ください。

とき 5月10日(土)・11日(日)10時～16時

ところ 宝塚市立中央公民館

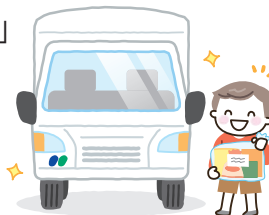
対象 3歳～小学生

定員 「宅配のお仕事体験」

は、各日36組

※当日先着順
(9時45分から
整理券配布)

問い合わせ 第1地区本部



ライターズルポ

コープサークル大集合のお祭り♪

3月2日 コープ塚口2階

「2024年度 第1地区コープふれあいフェスタ」を開催。109のコープサークルが参加し、280人を超える来場がありました。パザー、体験、カフェも大盛況。楽器演奏や踊りなどの舞台発表では、観客も一緒に歌ったり、手拍子をしたり、体を動かして楽しみました。最後はクイズ大会で大盛り上がりのお祭りでした。(高野)



コーすけの登壇に
子どもたちも
大はしゃぎ！

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

問い合わせ

第2地区本部

☎0798-67-8927

FAX 0798-67-3178

■所在地 〒662-0832
西宮市甲風園1-8-1
ゆとり生活館アミ3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。コレル西宮からのお知らせや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



- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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 & 申し込み不要

「コープ子育てひろば」へ行ってみよう!

親子で一緒に参加して、遊びながら友達づくりや子育ての情報交換をしませんか。気軽にご参加ください。



子育てひろば	とき	ところ
にじいろ	木曜日10時～12時 ※月4回	コープ甲陽園
にこにこ	第1月曜日10時15分～12時	コープ北口食彩館
苦楽園たんたん	第1金曜日10時15分～12時	コープ苦楽園
夙川たんたん	不定期	夙川公民館 (西宮市羽衣町)
てんてん	第1水曜日10時半～12時	コープ西宮
グリーンあつぷる	不定期	みんなほくほく つどい場ばんぶー (西宮市山口町)

※会場の都合で日程が変わる場合あり

問い合わせ 第2地区本部

「夙川たんたん」「苦楽園たんたん」は助産師さんが来るよ!

読み聞かせや不定期の子育て講座、催しなどを実施しているひろばも

子育ての情報交換や仲間づくりに

子育て中のお母さんが運営しているひろばもあります

赤ちゃんのお出かけデビューに



がむはる親子に笑顔と楽しい時間を!
ミニベビーマッサージ・おやこあそび

幼稚園や保育園の勤務経験がある講師から、保育士目線で声掛けや遊びなどを学べます。コープサークル「nichohagu(にこはぐ)」主催です。

	とき	対象	定員
にこ組 ミニベビー マッサージ	5月12日(月)10時15分～11時 ※6月以降は第1月曜日	1カ月～9カ月程度 の子どもと保護者	5組 (申込順)
はぐ組 おやこあそび	5月9日(金)10時半～11時半 ※6月以降は第1金曜日	5カ月程度～ 未就園児と保護者	10組 (申込順)

ところ 「わになーれにしきた」(コープ北口食彩館2階)

参加費 1回500円

申し込み nichohagu公式LINEから
【にこ組・はぐ組予約希望】と
記載のうえ送信してください



LINE(申し込み・詳細)



Instagram(詳細)



被災地に行かなくてもできる支援 「写真洗浄ボランティア」募集

台風などの自然災害で汚れた写真を洗浄して、持ち主に返す活動に参加しませんか。子どもから高齢者まで、年齢や体力に関係なく参加できるボランティアです。

とき 4月27日(日) 10時10分～12時10分

ところ コープデイズ芦屋 組合員集会室

定員 10人(申込順)

主催 第2地区 平和を考える会

申し込み 第2地区本部



申し込み



できるときに、できる範囲で 助け合いの活動に参加しませんか

「コープくらしの助け合いの会」は「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」という組合員の声から始まった有償の家事支援活動です。高齢の方や子育て中の家庭で簡単な家事の手助けをしませんか。特別な資格は必要ありません。興味のある方は申し込みのうえ、説明会にご参加ください。

とき 4月24日(木) 10時半～12時

ところ コープデイズ芦屋3階 組合員集会室

対象 西宮市(北部エリアを除く)、芦屋市在住の方

申し込み 第2地区本部

※登録の方は組合員証、年会費500円、はんこ、写真(縦4cm×横3cm)が必要です



手作り品がいっぱい 買って応援しよう♪

「つながるマルシェ」は障がい者就労支援施設で作った焼き菓子、雑貨などの販売会です。クッキーや手芸品をはじめハンドメイド商品がいっぱいなので、ぜひお立ち寄りください。売り上げは、施設の作業員の工賃になります。

とき 4月11日(金)
10時半～15時

ところ コープ甲陽園

問い合わせ 第2地区本部



春の絵本おはなし会 & 紙芝居

コープサークル「ぷくぷくライブラリー」とコープサークル「さんさんとまと」共催の、読み聞かせと紙芝居。どんなお話が聞けるかは当日のお楽しみ。申し込み不要で、どなたでも自由にご参加いただけます。

とき 4月19日(土)
10時半～12時

ところ 「しましまひがしまち」
(コープ西宮南2階)

参加費 無料

問い合わせ 第2地区本部



初心者向け パソコン講座開講

コープサークル「悠&遊ノートdeパソコンサークル」メンバー募集。画面の見方や入力方法から学べます。復習したい方もどうぞ。修了後はWord^{ワード}、Excel^{エクセル}、インターネット入門コースへ続きます。

とき 5月7日～6月
(いずれも水曜日、全6回)
10時～11時半

ところ プレラにしのみや4階
(西宮市高松町4-8)

参加費 3,300円(テキスト代込み)

問い合わせ 第2地区本部

ライターズルポ

しょうがを楽しく学ぶカフェ開催!

1月30日 コレル西宮

「コープこうべ フードプラン^{こがね}黄金しょうが」を生産する(株)坂田信夫商店の皆さんを迎え、ジンジャーカフェを開催。栽培の様子や商品特長を学び、しょうがシロップなどの調理実演を行いました。試食では「ピリッとしておいしい」との声が。座談会では、次々と質問が飛んでいました。(行本)

シロップに使ったしょうがで佃煮を作ります!



食物アレルギーの観点から防災講演

2月16日 コレル西宮

(一社) LFA Japanと共催で防災講演会を実施。子ども食堂や公民館の運営者、栄養学科の先生など、異なる立場の登壇者が食物アレルギー対応の非常食や炊き出しについて語りました。低アレルギー商品の試食会も。親子で参加していた女性は「食べられるものばかりで、子どもがうれしそう」と話していました。(行本)

小麦・卵・乳不使用です!



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:9時半～17時
日・祝:休

公式SNS

第3地区のInstagramは地域の活動やイベント情報を随時更新中。ここでしか見られない情報もたくさんあるので、ぜひのぞいてみてね。



Instagram



- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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!



エコファームで自然に囲まれて… サツマイモの植え付け&収穫体験

エコファームでは、店舗で出る食品残さなどから作られた堆肥たいひを使い、土にもこだわっています。自然の中でサツマイモの栽培を一緒に体験してみませんか。



とき	内容
5月24日(土) 10時～12時	植え付け
10月中旬(予定) ※9月中旬ごろにお知らせ	収穫

※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 2回とも参加できる方

定員 **10組**(申込順)

参加費 1区画**2,200円**
(5kg収穫予定)を
当日、現地で支払い

申し込み **第3地区本部**
※4月8日(火)9時半
受け付け開始



にこにこワクワク
～作って遊ぼう♪～

子育てサポーター「遊ばせ隊」と一緒に、おうちにある身近なものを使って“楽器”や“おもちゃ”を作ろう!

できあがったもので、みんな楽しく遊みましょう♪

とき 5月19日(月) 10時半～11時半

ところ コープ兵庫 第3地区会議室

対象 未就学児と保護者

定員 10組(申込順)

参加費 100円

申し込み 第3地区本部





料理が好きな人、「食」に関心のある人 一緒に活動しませんか 「クッキングサポーター養成講座」受講者募集

クッキングサポーターは、健康づくりに役立つメニューの紹介や料理会のサポートをするほか、店舗普及活動、イベントなどで、より良い食生活のための「食べ方提案」を行っています。コープ商品や食品衛生などについて学び、クッキングサポーターとして“食の活動”と一緒に始めませんか。

とき ①5月15日(木)②5月29日(木)③6月17日(火)④7月3日(木)⑤7月15日(火)
13時半～15時半

ところ 生活文化センター1階 会議室(JR住吉駅徒歩8分)
※開催場所、開催時間が変更になる場合があります

対象 第3地区(7ページ左上参照)内にお住まいで、
5回全てに参加できる方

定員 10人(申込順)

受講料 1,500円(全5回分前納) ※別途、交通費、材料費が必要

申し込み 第3地区本部



私たちと一緒に子育て応援しませんか 「子育てサポーター養成講座」受講者募集

季節の行事や絵本の読み聞かせ、ミニ運動会など、行事を企画、運営している子育てサポーター。催しのときの一時保育なども行います。

子どもが好きな方、子育てが一段落した方、子育て中の方も大歓迎。一緒に活動しませんか。

とき ①5月15日(木)②5月29日(木)③6月10日(火)④7月8日(火)
①②13時半～15時半、③④10時～12時

ところ 生活文化センター1階 会議室(JR住吉駅徒歩8分)
※開催場所、開催時間が変更になる場合があります

対象 第3地区(7ページ左上参照)内にお住まいで、
4回全てに参加できる方

定員 5人(申込順)

受講料 1,000円(全4回分前納)

申し込み 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、掃除や重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(1時間800円～)からでOK。男性会員も活躍中です。関心のある方は、申し込みのうえ説明会へどうぞ。

とき	お住まいのエリア (活動エリア)	ところ
4月23日(水) 10時～11時半	東灘区、灘区	コープ六甲 組合員集会室
4月24日(木) 13時半～15時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫 第3地区本部会議室

申し込み 第3地区本部

ライターズルポ

改めて知る作法に目からウロコ!

2月20日 コープ甲南

コープサークル「おり姫サロン」と「喫茶こうなん(いこいの輪)」が共同で実施した学習会に41人が参加。講師の江原道子(えはらみちこ)さんから、のしや水引の種類、ふくさの包み方、半紙でできる金封の作り方など、さまざまな慶弔の知識を教わりました。講座終了後も質問が続き、関心の高さがうかがえました。(石川)



水引の結び方には
それぞれに意味が
あるんですよ

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地区本部のインスタグラムでは
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



- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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!



くらし見守る助け合い 春から始めてみませんか

「コープくらしの助け合いの会」は地域みんなで助け合い、自立したくらしを支える活動です。病気やけがをされた方、高齢者や子育て中の家庭のお家で家事を手伝う「活動会員」を募集しています。活動は有償で(1時間800円～)、特別な資格は要りません。まずは、説明会でいろいろ聞いてみましょう!

活動会員の説明会

とき	ところ
4月30日(水) 10時半～12時	コープ西鈴蘭台
5月13日(火) 10時半～12時	コープからと

※前日までにお申し込みください。日程の都合がつかない方はご相談を

対象 神戸市北区・三田市在住の方

申し込み 第4地区本部





ほっと一息いかがですか コープサークルの「ふれあい喫茶・サロン」

地域のみんでおしゃべりしたり、買い物ついでにちょっと休憩したり、お茶とお菓子を
楽しみながらほっこりティータイム♪ 申し込みは不要です。

喫茶・サロン名	とき	ところ	参加費
こぶし	第1金曜日13時～15時	コープ三木緑が丘	100円
マロニエ	最終火曜日13時～15時	コープ三田西	200円
さくらカフェ	第2火曜日10時半～12時	八多町中公民館 (神戸市北区八多町中226)	100円
喫茶はな	第2木曜日10時～12時	コープからと	飲み物100円、 お菓子50円
つながる・わ	不定期	コープ北鈴蘭台	100円

問い合わせ 第4地区本部



“もったいない”を“ありがとう”に フードドライブ常時受け付け中

家庭で使い切れない食品を持ち寄り、食支援を必要とする方に無償で提供する「フード
ドライブ」。店舗で常時受け付け中です。皆さん、ぜひご協力ください。

【受け付けできない食品】

- 常温保存できないもの
- 開封されているもの(お米は可)
- 賞味期限まで1カ月未満のもの
- 製造者や販売者などの表示が無いもの
- アルコール(みりん、料理酒は可)
- サプリメントや薬など食品以外のもの

ところ 第4地区内(9ページ左上参照)の店舗

※コープミニを除く

問い合わせ 店舗のサービスコーナー



ライターズルポ

みんなで力を合わせて♪

2月2日 コープ西鈴蘭台

兵庫県漁業協同組合連合会の方に教えてもらいながら、参加者25人でジャンボ巻きずし作りに挑戦。のりの上に酢飯や具材をのせて、掛け声に合わせてくるくる!! 完成した巻きずしを持ち上げると歓声が上がりました。「こんなに大きな巻きずしを作ったのは初めてで楽しかった」などの感想がありました。(丸石)

せーのっ!



コープくらしの助け合いの会で交流

2月8日 コープ北鈴蘭台 きたすずてらす

活動会員と利用会員と一緒に学び、交流を深めました。講座「くすりはなし」では、市販薬などの効果的な飲み方や正しい使い方を学習。講座中は静かだった皆さん、質疑応答では次々と手を挙げ、関心の高さを感じました。交流タイムでは講座の感想や普段の活動の話題で盛り上がり、にぎやかな時間になりました。(福浪)

病は気から。
体と心の健康、
どちらも大切に!



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

コープデイズ神戸西 1階 つどい場カウンター

☎ 078-975-9300
FAX 078-975-9301

■所在地 〒651-2111
神戸市西区池上3-3-1
■時間 9時50分～18時20分

玉津のつどい場 たまろっと 地域活動カウンター

☎ 078-929-1700

■所在地 〒651-2144
神戸市西区玉津町小山180-3
■時間 8時半～21時 日・年末年始:休

公式SNS



第5地区本部
Instagram



神戸西つどい場
Instagram



たまろっと
Instagram

- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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!



楽しい
ゴールデンウィークを
コープであら

レインボーひろば

ゲームや健康チェックなど子どもも大人も楽しめるイベントで、コープこうべの魅力を感じよう♪参加費は無料。コープ商品を使った防災食も紹介します。詳細は、コープデイズ神戸西店内のポスターをご覧ください。

とき **5月3日(土・祝)～6日(火・休)**
10時～17時
(最終日は16時まで)

ところ コープデイズ神戸西

5月4日(日・祝)

コープの宅配デー ～備える～

- ポリ袋を使った防災食「だれでもポテチサラダ」作り体験
- ゲーム「[めーむ]のおさらでコピーをはこぼす」

5月6日(火・休)

プラネタリウムデー

- ドームプラネタリウム(星空の観察と解説)

問い合わせ コープデイズ神戸西1階 つどい場カウンター

5月3日(土・祝)

健康デー

- ヤクルト健康測定会(血管年齢・骨密度測定)
- コープ共済ベジチェック(野菜摂取量チェック)

5月5日(月・祝)

キッズも備えるデー ～楽しく防災を学ぼう～

- 防災グッズにかくれた「金太郎」をさがそう
- 新聞紙でスリッパを作ろう



「キッズダンス」 無料体験に来てね

春からダンスに挑戦しよう♪
とき 4月16・23・30日(いずれも水曜日)17時～18時

※体験は1人1日限り

ところ 玉津のつどい場たまろっと
4階 多目的ルーム

講師・主催 リトル スマイル
Little☆Smile
DANCEstudio

対象 3歳～小学3年

定員 各日10人(当日受付順)

持ち物 動きやすいズボン、くつ

問い合わせ 玉津のつどい場たまろっと
地域活動カウンター



始めてみませんか 「太極拳」無料体験

この機会にぜひ体験を♪
とき 4月12日(土)・19日(土)
10時～11時

※体験は1人1日限り

ところ 玉津のつどい場たまろっと
4階 たまつホール

講師・主催 リ
李イン太極拳クラブ

対象 中学生以上

定員 各日10人(当日受付順)

持ち物 動きやすい服装、くつ、飲み物

問い合わせ 玉津のつどい場たまろっと
地域活動カウンター



音楽で地域とつながろう 「音楽のいぶき」

地域で活動する音楽グループなどが、楽しいステージを披露します。音楽を通じて地域交流を深めましょう。申し込みは不要。気軽にお越しください。詳細はホームページでもお知らせします。

とき 4月26日(土) 13時~15時

ところ 玉津のつどい場たまろっと1階 事業活動スペース

内容(予定) ウクレレ、ギターなどの演奏、
ダンスパフォーマンス など

参加団体(予定)

- おとめ会(大正琴)
- 西区フォークダンス協会 他

参加費 無料

問い合わせ 玉津のつどい場たまろっと 地域活動カウンター

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細



「音楽のいぶき」

地域で音楽活動をする個人や団体の発表の場として定期的開催。



くらしの相談会in西舞子 気軽にお越しください

主に地域の高齢者のちょっとしたくらしの困りごとの相談会です。申し込み不要。参加費は無料です。

とき 4月15日(火) 9時半~12時

ところ コープミニ西舞子 店頭

内容(予定)

- フレイル予防の握力測定 他
(舞子あんしんすこやかセンター)
- 有償の家事支援活動について
(コープくらしの助け合いの会)
- ゴミ出しのサポート(たすけタッチ事務局)
- コープこうべの買い物支援(宅配運営部)

参加費 無料

問い合わせ 第5地区本部



困りごとをみんなで解決 「たすけタッチ」

ゴミ出しなどのちょっとした困りごとを“助けてほしい人”と“助ける人”をつなぐコープこうべアプリのしくみ「たすけタッチ」を知っていますか。1回手助けするとコピーポイントを100ポイント進呈。組合員ならどなたでも“助ける人”に登録できます。コープこうべアプリを使って、気軽に地域で助け合いをしてみませんか。興味のある方はぜひお問い合わせください。

問い合わせ コープこうべ たすけタッチ事務局

☎078-856-1082

(月~土10時~17時)



詳細説明

ライターズルポ

スキンケアがワンランクアップ♪

2月10日 コープ垂水 組合員集会室

「知ってトクする化粧品の基礎知識」をテーマにレインボースクールを開催。講師はレバンテ垂水専門店(株)とくや(森の雫)の新森さん。洗顔のポイントを学び、冷え性の改善に効果的な紅茶を飲みながら、「冷え」タイプの自己診断も。日焼け止めなど化粧品の使い方や選び方などの質問に、関心の高さを感じました。(木下)



洗顔せっけんを
泡立てて、
効果を実感♪

また食べたいな! おいしいひととき

2月24日 コープデイズ神戸西 つどいの部屋

コープ商品の魅力を伝える「コープ商品大試食会」を開催。開始早々、家族連れなどが訪れ、ズラリと並ぶ15種類の商品の前に長蛇の列が。お皿いっぱいコープ商品を囲み「子どもが気に入ったのでお弁当に使いたい」「新しい調理方法を知れた」などの声があり、笑顔があふれるひとときとなりました。(木下)



盛り上がりました♪
ぶりの解体ショー

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

加古川コープのつどい場「かっこ」

☎ **079-456-3206**

FAX **079-456-3207**

■所在地 〒675-0068
加古川市加古川町中津560-1
■時間 月～土:9時～15時
(12時～13時不在)
日:休

東加古川コープのつどい場「虹」

☎/FAX **079-456-2017**

■所在地 〒675-0101
加古川市平岡町新在家
1-251-6
■時間 月～金:9時半～15時
土・日・祝:休

公式SNS



Instagram



Facebook



YouTube
チャンネル

- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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!



もしものとき
避難先が車だったら
どんな感じかな?

家族で防災を学ぼう 「車中泊避難体験」

災害時を想定し、
自家用車を用いて一泊する
防災学習を行います。
車内泊での注意や
段ボールトイレ作り、
防災食にもなる
ポリ袋クッキングなど
防災について学びます。
家族みんなで体験することで
防災意識を高めましょう。



とき **5月31日(土) 17時～**
6月1日(日) 8時ごろ

ところ **コープ大久保 駐車場**

定員 **8家族 32人**
※車8台分
(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 **無料**
※持ち物などは参加者に直接連絡します



スケジュール

16時半 受け付けスタート

17時 講義
(防災、車中泊の注意点、
段ボールトイレ作り体験)

18時半 ポリ袋クッキング
(夕食)

～車中泊～

7時 朝食&振り返り&
アンケート

8時 解散



- ※夕食・朝食メニューのアレルギーマッチはしていません
- ※ペットはご遠慮ください

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

※4月14日(月)締め切り



申し込み



シニア男性必見、趣味を生かしてセカンドライフの楽しみ発見!

地域活動への参加や、余暇を有意義にすることで「生きがい・やりがい」を見つけませんか。男性で趣味を広げたい方やボランティア活動に興味のある方、地域のために何かしたいと思っている方のご参加をお待ちしています。第1回は「スマホで簡単! 写真を撮ろう」の講座と、今後の活動についてのディスカッションを行います。申し込み不要です。

とき 4月22日(火) 10時~12時(毎月第4火曜日開催予定)

ところ 大久保「コープのつどい場」
(コープ大久保2階)

参加費 無料

問い合わせ 第6地区本部



まちかど健康チェック

「病院に行くほどでもないけど、ちょっと相談したい」と思っている方、気軽に立ち寄ってみませんか。申し込み不要。血圧、体脂肪、骨密度、握力、足指力の測定を姫路医療生協支部が行います。

とき 4月21日(月) 10時~12時

ところ コープ高砂1階
エスカレーター横

参加費 無料(骨密度のみ有料:
200円)

問い合わせ コープ高砂 ☎079-447-3251(9時~20時)



コープこうべのブースにも来てね! 「あかし子ども・子育て応援メッセ」

あかし子ども・子育て応援メッセ実行委員会主催のイベント。子ども・子育てを応援している企業や地域活動団体などが体験ブースなどを出展。ステージでは子どもたちのダンスも。



とき 5月17日(土) 10時~14時

ところ あかし市民広場(明石市大明石町1丁目6-1
パピオスあかし2階) ※各線明石駅徒歩1分

参加費 無料

問い合わせ 事務局 公益財団法人こども財団
☎078-920-9670



できることからやってみる「コープくらしの助け合いの会」

高齢者や子育て中のお宅で掃除や料理など家事支援を有償(1時間800円~)で行う「コープくらしの助け合いの会」が、活動する方の登録説明会を行います。申し込みのうえご参加ください。

とき	ところ
4月22日(火) 10時半~12時	東加古川 コープのつどい場「虹」
5月13日(火) 10時半~12時	大久保「コープのつどい場」 (コープ大久保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



ライターズルポ

「楽しかった!」の言葉を励みに

2月4日 加古川総合庁舎5階 会議室

高砂市のコープ子育てひろば「あい・アイ」が、こころ豊かな地域社会づくりに貢献した団体に贈られる「兵庫県くすのき賞」を受賞。毎月コープ高砂にて、親子対象に絵本や工作、季節のイベントなどを行っています。代表の有城陽子さん「“コロナ禍”など大変な時期もあったが続けてきて良かった」と笑顔で話しました。(藤野)



授賞式で笑顔を見せる代表の有城(ありしろ)陽子さん(中央)

自分で作った風車、回ったよ!

2月9日 コープ播磨 組合員集会所

「環境教育ラボ スマイル☆アース」の方を講師に迎え、子ども対象のレインボースクール「エネルギーってなんだ? ペットボトル風車を作って」を開催。モノが動くにはエネルギーが必要であることをクイズ形式で楽しく学んだ後は、ペットボトルで風車を作り、最後は走りながら風車が回る様子を楽しみました。(藤野)



エネルギーの使い過ぎによる環境問題の話を聞く参加者

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

- やむを得ず掲載内容を変更・中止する場合があります
- 特別な配慮が必要な方はご相談ください

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!



「コレル」で普段をちょっとステキに♪ “使エル! コレル”

「コレル」は、コープこうべが運営するレンタルルームです。みんなが学んで、伝えて、つながれる場所として、地域の活動を応援します! 会議やワークショップ、サークル活動、イベント開催など使い方はいろいろ。あなたのアイデアをふれあいひろば「コレル」で実現しませんか。気軽にお問い合わせください。

コレル相生

窓口で活動相談ができる



気軽にどうぞ

チラシなどで活動内容を発信できる



問い合わせ 第7地区本部 相生事務所

コレル相生

検索



コレル相生 詳細

コレル姫路田寺

会議や学習会などに便利



広いスペースなので、アイデア次第で自由に活用



問い合わせ 第7地区本部

コレル姫路田寺

検索



コレル姫路田寺 詳細

こんな方におすすめ

- 活動の場を探している方
 - つながりを深めたい方
 - 講座を開きたい方
 - 仲間と出たい方
 - 新しいことを始めたい方
- など

こんなシーンにおすすめ

- 地域のイベント
 - ワークショップ
 - 地域集会
 - 趣味の教室
- など

その他、さまざまな用途で**使エル**、いつでも、誰でも**コレル**場所です



買い物のお手伝い 「ボランティアサークル なでしこ」メンバー大募集

地域で誰かの役に立ちたいと思っているあなた！買い物のお手伝いをするボランティア活動に参加しませんか。活動内容は、買い物中の組合員とお話をしたり、一緒に商品を探したり、袋詰めサポートなど。資格は不要で、週1回1時間から参加可能です。空いた時間を有効に使いながら、地域の方々の助けになれるボランティアです。やりがいのある時間を一緒に過ごしましょう。ぜひ気軽にお問い合わせください。

活動日	時間
火曜日	14時半～15時半
水曜日	14時～15時半
木曜日	15時～16時
土曜日	14時半～15時45分

ところ コープデイズ豊岡 店内
問い合わせ 第7地区本部 豊岡事務所

こんな方におすすめです♪

- 高齢者と話すのが好きな方
- お手伝いするのが好きな方
- ボランティア活動に興味のある方



「空いている時間で困っている人に何かできたらいいな」 あなたのその思いを応援します

高齢やけが、病気、産前産後などでお困りの方のお宅で、ちょっとした家事のお手伝いをする「コープくらしの助け合いの会」。掃除や洗濯、食事作り、買い物、外出の付き添い、草引きなど、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。興味が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。日程の合わない方はご相談を。

とき	ところ
4月21日(月) 13時～14時半	第7地区本部
4月30日(水) 10時～11時半	コープ龍野

問い合わせ 第7地区本部

※詳しくはホームページで

コープこうべ 助け合い



活動会員の声

- 分からないことも、すぐ相談できるので安心して活動できます
- 月に1回の「つどい」では、活動や普段の生活に役立つことが学べます



びりびり！はらはら！ 親子で一緒に楽しもう♪

親子で気軽に遊べる場所、子育てひろば「たち」。今回は新聞紙を破って遊ぼう。他に、絵本を読んだりおもちゃで遊んだりする自由遊びの時間も。参加をお待ちしています。



とき 4月10日(木) 10時～11時
毎月第2木曜日に開催

ところ コープ龍野 組合員集会所

対象 0歳～未就学児と保護者

定員 10組(当日、会場先着順)

参加費 親子1組100円

問い合わせ 第7地区本部

ライターズルポ

楽しく学ぶ！消費者トラブル学習会

2月20日 コープ姫路砥堀

約50人が参加し、コープサークル「チームやんだくないS」の〇×クイズや寸劇など、楽しみながら悪質商法の手口を学びました。桂吉弥(きちや)さん、桂弥太郎(やたろう)さんの落語では、笑いの中にだまされないためのヒントが詰まっており、「学びを忘れず被害に遭わないように意識したい」と参加者。(天羽)



落語は終始
笑いに包まれ、
大盛り上がり♪