

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(水)～17日(日)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
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、InstagramとFacebook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紹介など、大阪北地区のできごとを発信しています。ぜひフォローしてくださいね。



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
- ※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!



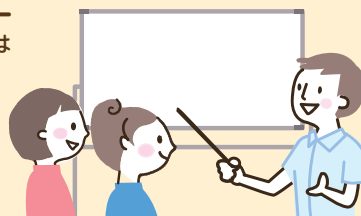
楽しく学べるくらしのセミナー 「レインボースクール」参加者募集

くらしに役立つ知識や、コープの商品について学びませんか。
どなたでも参加できます。託児もあります(子ども1人300円。
お受けできない場合もあります)。

とき	ところ・申し込み	テーマ
9月10日(水) 10時～11時	コープ茨木白川 ☎072-630-0110	アマニセミナー
9月18日(木) 10時半～11時半	コープ島本 ☎075-962-3501	水産チーフが語る 『CO・OP鹿児島県産 うなぎ蒲焼』
9月24日(水) 10時半～11時半	コープ桜塚 ☎06-6854-6111	原田ひ香 ^か 著 小説 『三千円の使いかた』にみる 知 ^ち 得情報
9月25日(木) 10時半～12時	コープ吹田 ☎06-6337-3651	チャレンジ! ローリングストック ～いつもの食材で備えよう～
10月1日(水) 10時半～11時半	コープ箕面 ☎072-721-2025	部門のプロ(?)が コープのイチオシ商品を語る
10月8日(水) 10時～11時	コープ茨木白川 ☎072-630-0110	ほっとライブ講座 ～防犯クイズ講座～
10月10日(金) 10時半～11時半	コープ東豊中 ☎06-6848-2561	紅茶のおいしい飲み方
10月16日(木) 10時半～11時半	コープ島本 ☎075-962-3501	騙されない! スマホ社会のネットトラブル
10月17日(金) 10時半～11時半	コープ新光風台 ☎072-738-5901	女性のなりたい理想の肌に
10月23日(木) 10時半～12時	コープ吹田 ☎06-6337-3651	レモンについて学ぼう!

参加費 無料

申し込み 店舗サービスコーナー
※内容、定員などの詳細は
各店舗にお問い合わせ
ください





コープサークル「ゆずるカフェ」主催 被災地支援バザーに来てね

和布やビーズで手作り小物を作る活動をしている「ゆずるカフェ」。手作り品をバザーで販売し、売り上げは被災地支援に役立てています。お買い物ボランティアにつながります。お近くの方はぜひお越しください。

とき 8月31日(日) 10時半～14時

ところ コープ茨木白川
くつろぎの広場

問い合わせ 大阪北地区本部



第2回虹っ子防災フェスタ ゲーム・ワークショップで楽しく学ぼう!

虹っ子スクールを卒業した「虹っ子マスター」たちが、大和大学SDG研究推進室「防災ユニットwith ASU」と一緒に企画から挑戦したイベント。たくさんのブースを回ってスタンプラリーを楽しんだり、防災クッキングを教わったりしましょう。どなたでも気軽にお越しください。

とき 9月6日(土) 11時～13時

ところ 咲くらのかけはし(箕面市桜ヶ丘5-6-2)

内容 ●防災クッキングと容器作り
●防災カルタ ●VR体験
●防災脱出ゲーム(クイズあり)
●防災リュック重さ体験 など

問い合わせ 大阪北地区本部



太く大きく育ててね 大根チャレンジャー募集

とき 9月6日(土) 9時半～11時半

※説明の後、種まき。天候による変更あり

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3,000円(11月上旬から収穫予定)
※収穫量は天候により左右されます

持ち物 帽子、長靴、ラバー軍手

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

※8月25日(月)締め切り。参加者に後日詳細を連絡します



申し込み



地域で見守れるように 認知症サポーター養成講座

2025年には認知症の人が約700万人、65歳以上の高齢者の5人に1人に達することが見込まれています。誰もが関わる可能性のある身近な病気、認知症への理解を深めましょう。この講座は助け合い制度「コープむつみ会」主催です。

とき 9月16日(火) 10時半～12時

ところ ふれあいセンター吹田
(コープ吹田2階)

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

※8月18日(月)受け付け開始



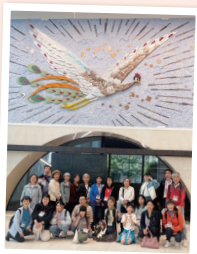
申し込み

ライタズルポ

防災や平和を考える一日に

5月17日 京都市市民防災センター ほか

「防災・へいわの会」が、京都市市民防災センターと立命館大学国際平和ミュージアムへのバス研修を企画し、21人が参加。国際平和ミュージアムでは、展示を見ながら語り部の方から戦争体験談を聞きました。参加した小学生は「学校では聞けない昔のお話を聞いた」と話し、平和について考える貴重な機会になりました。(和田)



「平和のカンパ」の助成を活用して開催しました

助け合いの輪をつながたい

6月18日 豊中市立文化芸術センター

助け合い制度「コープむつみ会」の総会を開催。会計報告や活動計画の発表などが行われました。「利用会員さんが年を重ねるにつれて、依頼内容も変わっていった」という事例発表も。利用者に寄り添い、できないことをサポートするというむつみ会の活動を大切に、助け合いの輪をずっとつなげていきたいですね。(和田)



累計500時間以上活動した3人の方が表彰されました

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

8月10日(日)～15日(金)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



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!



参加者募集!

「レインボースクール」で学びませんか

くらしに役立つ知識・生協の活動や商品などを楽しく学ぶ学習会です。開催テーマや日時は店舗によって異なります。

9月・10月開催の内容をご紹介します♪

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(組合員集会室)・申し込み
9月2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 「長野のきのこ・ぶどう」	コープめふ ☎0797-84-1131
9月8日(月) 10時半～11時半	お茶を楽しむ講座	コープうねの ☎072-794-5501
9月17日(水) 10時～11時半	お家で楽しむティータイム	コープ山本 ☎0797-88-7733
9月17日(水) 10時半～11時半	地元、尼崎の歴史について学ぼう!	コープ尼崎近松 ☎06-6496-0227
9月18日(木) 10時半～11時半	知ってなっ得! みんなの「コープ商品」	コープ中山台 ☎0797-89-2778
9月22日(月) 10時半～11時半	悪質商法・特殊詐欺にだまされない! ～しっかり守ろう! 自分の財産～	コープ宝塚 ☎0797-71-6881
9月22日(月) 10時半～11時半	金芽米ってなに? 普通精米と無洗米の違いは何?	コープ塚口 ☎06-6421-1503
9月24日(水) 10時半～11時半	ソーセージの飾り切りにチャレンジしましょう	コープ園田 ☎06-6491-0281
10月9日(木) 10時15分～12時	部門のプロ(?)がコープのイチオシ商品を語る	コープ立花 ☎06-6427-6000 (会場:立花福祉会館 尼崎市立花町1-17-9)
10月10日(金) 10時半～11時半	キリン健康セミナー	コープ武庫之荘 ☎06-6436-0001
10月14日(火) 10時半～12時	コープこうべ商品 えのき茸ができるまでと 美味しい食べ方	コープ伊丹つどい場 ☎072-772-0631
10月22日(水) 11時～12時	原田ひ香著 小説 『三千円の使いかた』にみる 知っ得情報	コープ安倉 ☎0797-87-1500

期間 2026年3月まで

各店舗で3回～4回開催(テーマは毎回変わります)

※日程は変更になる場合があります

参加費 無料(材料費が必要な場合あり)



親子でゲームに参加して楽しく学ぼう “食育”イベントへ遊びに来てね!

3つのゲームで遊びながら“食育”について学べるイベントです。当日はスタンプラリーカードを配布します。コープの店内を回って隠された謎を解く「謎解き探検」や「食育タッチゲーム」をクリアしてスタンプをゲットしてね。集めたらお楽しみがありますよ!

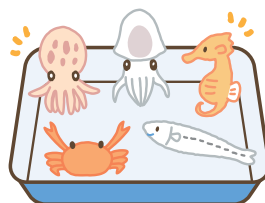
ちりめんに混じった小さな“モンスター”を見つける「コープ共済 チリメンモンスターを探そう」は17時まで開催しています。申し込み不要なので、気軽に遊びに来てくださいね。

と き 8月22日(金) 10時～13時

と ころ コープ武庫之荘 店頭催事コーナー

対 象 小学生以下の子どもと保護者

問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所



暑い季節をハーブや野菜たっぷりのベトナム料理で爽やかに! ベトナムの家庭料理を作りましょう

中国の文化とフランス統治時代の影響を受けながら、独自の文化として発展してきたベトナム料理。ハーブ、野菜も多く使われており、栄養バランスの面でも日々の食事に取り入れたいメニューがたくさんあります。日本で長年暮らしてきたベトナム人の講師と一緒に家庭料理を作りませんか。日本人にも好まれるマイルドな味付けの料理です。ぜひご参加ください。

※CO・OP共済(コープ共済連)協賛。健康づくり支援企画の助成を得て実施しています

と き 9月3日(水) 10時～12時

と ころ コープ塚口 組合員集会室

講 師 ミイトウンさん(保育所衛生管理者)

対 象 異文化交流やベトナムに関心のある方

定 員 15人(申込順)

参加費 800円(材料費含む) ※連絡なく欠席の場合も参加費が必要

持ち物 エプロン、三角巾、食器用ふきん、手拭き用タオル、筆記具、飲み物

申し込み 第1地区本部 塚口事務所



～メニュー例～

- ブンチャージョー(ベトナム風揚げ春巻きとそうめん)
- カンビダオ(冬瓜スープ)
- チャー(ココナツミルク入りぜんざい)



「e買うプロジェクト」in 宝塚 環境への取り組みを発信します

“もったいない!”から環境問題を考える組合員で活動をスタートした「e買うプロジェクト」。メンバーが作成したパネルを、宝塚市立文化芸術センターで開催されるパネル展へ出展します。環境活動の取り組みを多くの方に知っていただくための展示です。

近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

期 間 8月5日(火)～11日(月・祝)

と ころ 宝塚市立文化芸術センター
(宝塚市武庫川町7-64)

問い合わせ 第1地区本部



「e買うプロジェクト」
キャラクター エシカちゃん

ライターズルポ

フレイル予防に役立つ料理を学ぼう

6月25日 コープめふ2階

加齢に伴う心身の衰え(フレイル)の予防に役立つ料理会。クッキングサポーターに手順を聞き、みんなで「豚肉の生姜焼きオレンジ風味」「オクラの冷やしとろろ汁」を調理しました。食べてみると「彩り良くさっぱりしておいしい」との感想が。その後、毎日の食事や運動など、フレイル予防の話を楽しく学びました。(高野)



和気あいあいと
作っています

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(水)～15日(金)の間
お休みします

問い合わせ

第2地区本部

☎ **0798-67-8927**
FAX **0798-67-3178**

■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!



参加費無料
お土産付き

野菜を食べよう! ベジ活キャンペーン

西宮市保健所、西宮栄養士会、第2地区本部の共催です。「野菜は足りてる?」「食生活は大丈夫?」。気軽にチェックして、野菜の取り方を学びましょう。

内容

- ベジチェック®で野菜摂取レベルを確認
- BDHQで普段の食習慣をチェック
- 管理栄養士による栄養相談
- 食育ゲーム(旬の食材釣り)
- 野菜メニューの試食
- クイズラリー
- 食事バランスや野菜摂取のパネル展示

!!ピピツ!!



ベジチェック®

栄養士が
アドバイス



とき **9月14日(日)**

10時半～14時

(開催時間中は入退場自由です)

ところ **しましまひがしまち(コープ西宮南)**

問い合わせ **第2地区本部**

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細



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する活動に参加しませんか。誰かの大切な思い出を守ることによって被災地を支援する、“心の復興ボランティア”です。

とき **8月20日(水) 10時～12時**

ところ **コレル西宮**
(ゆとり生活館アミ3階)

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



「つながるマルシェ」で 買って応援

障がい者就労支援施設で手作りした手芸小物や焼き菓子などの販売会です。毎月、西宮市・芦屋市内のいずれかの店舗で開催しているので、ぜひお立ち寄りください。売り上げは、施設で働く作業員の工賃になります。

とき **8月21日(木)**
10時半～16時

ところ **コープ西宮南**

問い合わせ **第2地区本部**





コープのお店で楽しく学ぶ「レインボースクール」2025 いよいよスタート!

くらしやお買い物に役立つ知識が手軽に学べる講座です。テーマは店舗によってさまざま。1回目のプログラムは表の内容です。気になる講座を見つけたら早めにお申し込みを。

ところ	と き	1回目のプログラム
コープ苦楽園	9月3日(水) 10時半～11時45分	鹿児島県産の野菜の魅力を伝えます!
コープ西宮	9月10日(水) 10時半～11時半	今日からあなたも黒酢マイスター!
コープ甲陽園	9月16日(火) 10時半～12時	骨・カルシウムセミナー
コープデイズ芦屋	9月16日(火) 10時半～12時	お茶を楽しむ講座
コープ西宮東	9月17日(水) 10時半～11時半	農産部門のプロがフードプランの果物&自店スイーツを語る
コープマリナパーク	9月19日(金) 13時半～15時	キリン健康セミナー
コープ甲子園口	9月25日(木) 10時半～12時	食品工場の思い出を語りつくします!
コープ甲東園	9月25日(木) 10時半～12時	水産部門のプロがイチョシ商品を語ります
コープ浜芦屋	9月27日(土) 10時半～12時	親子餃子教室
コープ北口食彩館	9月30日(火) 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～
コープ西宮南	10月10日(金) 10時半～11時半	自然のだしをとってみよう～こんぶだし～
コープ夙川	10月14日(火) 10時15分～12時	ゼスプリオーガニックキウイの魅力について
コープ打出浜	10月23日(木) 10時15分～11時45分	コーヒーの美味しい淹れ方
コープ武庫川	11月18日(火) 11時～12時	金芽米ってなに?



※各店舗の組合員集会室(コープ西宮南は「しましまひがしまち」、コープ甲東園は店舗横の「つどい場CO・KO」)で3回～4回開催

参加費 無料

申し込み 店舗サービスコーナー

※2回目以降の内容や定員など
詳しくは、店内ポスターまたは
ホームページをご覧ください

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細

2回目以降にはこんな講座も

- 女性のなりたい理想の肌に
- ヨーグルトセミナー
- 知って安心! 家族を困らせない相続・税金の話
- 前向きに“老い”と“介護”を考えよう
～くらしと介護のヒント～
- チョコレートの世界へようこそ!
- お口の健康とオーラルフレイルについて など



ろくたんじ夏祭り ～夕暮れ図書館と小さな夜店～

夏の終わり、1日だけの特別な「図書館」が現れます。絵本を読んだり、夜店で遊んだり、芝生の上でくつろいだり。古本のプレゼントコーナーもあります。お友達やご家族とぜひ遊びに来てください。

と き 8月30日(土) 16時～19時(雨天中止)

ところ 六湛寺南公園(西宮市民会館そば)

問い合わせ 「NPO法人こどもサポート
ステーション・たねとしずく」

☎070-3998-0380

(平日9時～18時)



詳細

ライターズルポ

「こども支援者のため連続講座」

5月31日 コレル西宮

「NPO法人こどもサポートステーション・たねとしずく」が講座を開催。「こども達の背景(子どもの権利条約に基づく支援)」「メタファシリテーション®(こどもの自己肯定感を下げない質問手法)」「たねとしずくの絵本訪問」をテーマに、“こどもに関わる大人が心に留めたいこと”を改めて考えました。(行本)



こどもの支援に携わる
団体のメンバーや
学生が参加

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(水)～15日(金)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1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!



ふれあいひろば「COLERUせいぶん」 オープンしました

生活文化センター(JR住吉駅徒歩8分)に、どなたでも利用できるレンタルスペースがオープンしました。9タイプの部屋があり、人数や用途に合わせて選べます。新たな活動拠点としてぜひご利用ください。



COLERUせいぶん

コレルとは

- ①コープのレンタルルーム
- ②いつでもだれでも“これる”貸室
- ③「カルチャー」の語源ラテン語の「colere」



会議や勉強会などに
適した会議室



さまざまな用途に使える
防音の音楽室



講演会や発表会などに
適したホール



バレエやヨガなどに適した
トレーニングルーム



さまざまな屋内スポーツが
できる体育館



利用時間 月曜日～土曜日

①10時～12時 ②13時～15時 ③15時半～17時半

※日曜日、祝日、お盆、年末年始は休館

料金 2,000円～16,000円

問い合わせ コレルせいぶん

☎078-431-5273(月～土 9時半～17時)

※詳しくはホームページをご覧ください

コレルせいぶん

検索

詳細





遊びに来てね！ 地域みんなのつどい場が誕生

新しく誕生したコープサークル「イロトリドリ」。子育てに関わる全ての方と子どものつどい場です。お茶を飲みながら子育てのことや地域のこと、いろいろなことをおしゃべりしたり、フォトアートを楽しんだりしませんか。

と き 8月21日(木) 10時15分～11時半

※毎月第3木曜日に開催

と ころ コープ兵庫 組合員集会所

対 象 未就園児と保護者、地域の方

定 員 5組程度(申込順)

参加費 300円(8・9月のみ100円)

申し込み 第3地区本部

※コープサークル助成制度を活用



何だか元気になっちゃった!? みんなで歌おう!「キャメC^{クラブ}lub」

歌で集う居場所で、楽しい時間を過ごしませんか。楽譜が読めなくても大丈夫。歌うことが大好きな方、「歌ってみようかな」と思う方、一緒に心輝かせましょう。申し込みは不要です。

と き 8月20日(水) 10時15分～11時半

※毎月第2水曜日に開催(8月は第3水曜日)

と ころ 生活文化センター1階 第3地区会議室A
(JR住吉駅徒歩8分)

定 員 15人程度(当日、先着順)

参加費 500円(初回無料)

主 催 コープサークル
「The Pleasant Stage^{きらら}輝」

問い合わせ 第3地区本部



カレーづくりに挑戦！ メンズ・クッキング

男性限定の料理会を開きます。料理初心者の方、食べることが大好きな方、大歓迎。参加者それぞれの感性を生かして、みんなで楽しくクッキング♪

と き 9月2日(火) 10時15分～12時半

と ころ コープ兵庫 組合員集会所

講 師 中野葉子さん(家庭料理研究会)

定 員 8人(申込順)

参加費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、
手拭き用タオル

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(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
8月29日(金) 10時半～12時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫 組合員集会所
9月12日(金) 10時～11時半	東灘区、灘区	生活文化センター1階 第3地区会議室A

申し込み 第3地区本部

ライターズルポ

日本の保存食、梅干しを簡単に…

6月26日 コープ兵庫

毎年好評の、フリーザーバッグでできる“梅干し作り”。今回は初心者限定で開催。工程を分かりやすく実演しながら講習を行いました。「エアコンの無い部屋で保存しても大丈夫？」など、たくさんの質問が出され、「レシピを見るだけでは分からなかったことも、よく理解できた」と、参加者は話していました。(石川)



へたを取り除く作業も大切な工程の一つです

壊れたおもちゃがよみがえった！

7月5日 生活文化センター

コープサークル「神戸・灘おもちゃの病院」は、第1土曜日におもちゃの修理を行っています。この日は、3件の修理依頼がありました。「入院」していたおもちゃを引き取りにきた女性は、「父が息子に買ってくれたもの。動くようになってうれしい」と話し、サークルメンバーも満面の笑みになりました。(石川)



電池が切れてるのかもしれねえ～

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10日(日)~17日(日)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

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!



親子防災“TKB48” 「我が家」の避難計画!

災害から自分と家族を守るためには、どのような準備が必要なの
でしょう。実は災害そのものだけでなく、避難時の環境にも危険
が潜んでいます。災害発生後、48時間以内にTKB(トイレ・キッチン・
ベッド)を整えることが大切です。命を守るための準備や行動
について、体験やゲームを通してみんなで考えましょう。

T トイレ

- みんなで考えよう!
「災害時、子ども連れに
やさしいトイレ」
- 給水ポリマー
実験



防災の きほんを学ぶ!

- 防災ゲーム
- 防災リュック重さ体験



K キッチン

- ローリングストックの
おすすめ商品紹介
- バッククッキング実演



防災TKB!

B ベッド

- ダンボールベッド展示
- 防災ダンボール工作に
チャレンジ!



とき 9月6日(土) 10時~12時

ところ 協同学苑
(三木市志染町青山7丁目1-4)

対象 中学生以下の子どもと保護者

定員 40人程度(抽選)

参加費 無料

共催 兵庫県防災士会 北播エリア

協力 第4地区 平和をつなぐ会
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

※8月25日(月)締め切り。

抽選結果は8月28日(木)までに当選者にのみお知らせ



共に備える 未来へつなぐ



申し込み



地域みんなで助け合い 活動したい人のための説明会

「コープくらしの助け合いの会」は、自立したくらしを支える家事支援活動です。地域の高齢者や子育て中の方のお宅で、家事を手伝う「活動会員」を募集中！活動は有償(1時間800円～)で、掃除や買い物、草引きなど、あなたのできることでOK。週1回2時間程度から可能です。まずは、申し込みのうえ説明会へどうぞ。

と き	ところ
8月19日(火) 10時半～12時	コープ北鈴蘭台
9月2日(火) 10時半～12時	コープ三田西

対 象 神戸市北区・三田市在住の方

申し込み 第4地区本部



オーガニック野菜でカレーを作る 子どもが主役のクッキング♪

と き 9月12日(金) 17時～19時

ところ コープ三田西 組合員集会所

対 象 高校生以下の子どもと保護者
※子どものみの参加可。小学3年生以下は保護者による送迎が必要

定 員 20人(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 子ども300円、大人500円

申し込み コープサークル「にこまるキッチン」専用フォーム

※8月31日(日)締め切り。

抽選の結果、落選した場合にのみ
9月5日(金)までにお知らせ



申し込み



「コープくらしの助け合いの会」コーディネーター養成講座 地域の助け合いをサポートしませんか

「コーディネーター」は、助け合いの会を利用したい人の希望を聞き、登録されている活動会員との調整の役割を担います。養成講座(全3回)を受講した後、活動会員としての活動を経験し、業務委託契約についての相談をします(受講者全員と契約するわけではありません)。コーディネーターの活動は有償です。

	と き
第1回	9月12日(金) 14時～15時半
第2回	9月19日(金) 14時～15時半
第3回	9月26日(金) 14時～15時半

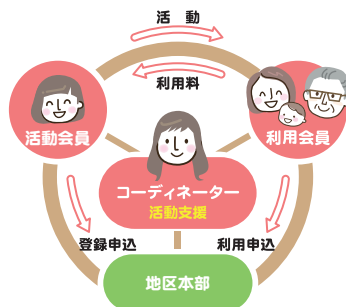
※2回目以降の日程の都合がつかない方はご相談ください

ところ コープデイズ神戸北町

対 象 ●ボランティア活動に興味がある方
●神戸市北区・三田市在住の方
●月曜日～土曜日のうち、週2日～3日は自由に使える日がある方

参加費 無料

申し込み 第4地区本部



ライタズルポ

集え！収穫！じゃガーディアンズ

6月7日 エコファーム

3月に実施したジャガイモの植え付けとかかし作り。その収穫と解体にメンバーが再集結しました。土を掘るとジャガイモがゴロゴロと出てきて大盛り上がり！「植え付けは寒さ、収穫は暑さが大変だった」「かかしの服が日焼けしていて、3カ月間ありがとうと感じた」との声があり、梅雨入り前のにぎやかな一日でした。(安田)

かかしさん
お疲れさま！



食事から考える、フレイル予防講座

6月19日 コープ有野 組合員集会所

中年期と高齢期では食事で気を付けるべきポイントが異なります。管理栄養士の上野樹世(うえのみきよ)さんから、年齢に合わせた食事量や栄養バランスについて学びました。参加者は「健康に楽しく毎日が過ごせるように」と、チェックシートやレシピ集を参考にしながら日々の食事を振り返っていました。(福浪)



「てくてく、もぐもぐ、
にこにこ、わくわく」を
合言葉に！

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

8月13日(水)～17日(日)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!



「子育てサポーター養成講座」 参加者募集

地域の親子が集って楽しめるイベントの企画・運営を中心に子育て世代を支援する「子育てサポーター」を募集します。子どもが好きな方ならどなたでも大歓迎です♪

※講座は3回全て受講してください



とき	内容
9月19日(金)	コープこうべの子育て活動支援紹介 離乳食の紹介・試食
10月17日(金)	小児救命講習(心肺蘇生法など)
11月21日(金)	乳幼児向け工作ワークショップ体験

※いずれも10時～12時

ところ 神戸市西区玉津庁舎内
玉津のつどい場
たまろっと

定員 10人(申込順)

参加費 500円(全3回分)

申し込み 第5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

※8月11日(月・祝)受け付け開始



申し込み

「子育てサポーター」 とは→

コープこうべと共に、地域で子育てを支援をする組合員メンバー。主な活動は、イベントの実施やコープサークルのサポート、子育てに関するくらしの情報提供など。



コープ子育てサークル 「with bébé」夏祭り♪

「with bébé」は、コープ福田で活動を始めて12年。地域の子育て世代を見守ってきました。子育て経験の豊富なメンバーと一緒に夏をにぎやかに楽しみましょう♪ 申し込みは不要です。気軽にお越しください。

とき 8月21日(木) 10時半～12時

ところ コープ福田2階 組合員集会所

内容(予定) ポップコーン、ソースせんべい、魚釣りゲーム、輪投げ、
魚すくい、きょうりゅう釣り、くじ引き、ボウリング

対象 乳幼児～小学生の子どもと保護者

参加費 1人100円

※コープサークル助成を活用しています

問い合わせ 第5地区本部





みんな集まれ♪ たまろっと土曜日

西区の農家さんが丹精込めて作った野菜やパンなどが購入できる「たまろっと土曜日」。8月は音楽演奏、ダンスパフォーマンスなどが楽しめるイベント「音楽のいびき」やワークショップも開催します。来場は無料。皆さんのお越しをお待ちしています。

とき 8月23日(土) 10時～14時

ところ 神戸市西区玉津庁舎1階 事業活動スペース

内容 ●野菜、パン、焼き菓子などの販売

●音楽のいびき(13時～15時)

●布ぞうり作り体験ワークショップ

※ワークショップのみ申し込みが必要(有料)。

詳しくはホームページをご覧ください。

8月11日(月・祝)受け付け開始

コープこうべ イベントひろば

検索

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



ホームページ

「たまろっと土曜日」は毎月第4土曜日10時～14時開催。10月から第3土曜日に変更します。



みんなで 防災について考えてみよう

9月1日は「防災の日」です。自分と家族の命を守るためにできることは何か? “いざというとき”に備えて楽しく学びましょう。

とき 8月30日(土) 10時～12時、14時半～15時半

ところ コープデイズ神戸西

内容(予定) 店内ウォークラリー、

ローリングストック食品の試食など

定員 150人(当日先着順)

参加費 無料

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



ナイト・ヨガ講座体験会 参加者募集

体を整えてリフレッシュしませんか。お仕事帰りでも体験できますよ。

とき 9月2日(火)・9日(火)

※いずれも18時45分～19時45分

ところ 玉津のつどい場たまろっと4階
セミナールーム

講師 近藤宏美さん

(理学療法士・国際ヨガ協会トレーナー)

定員 各6人(当日、会場先着順)

参加費 500円 ※1人1回限り

持ち物 ヨガマット(貸し出し可)、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



「コープくらしの助け合いの会」 登録説明会

地域で助け合い、自立したくらしを支える「活動会員」を募集中。高齢者や子育て中の家庭から支援を希望する声が増えています。活動は有償で特別な資格は要りません。空いている時間に、できる範囲で始めてみませんか。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
9月25日(木)	コープ住宅(株)2階 会議室 (神戸市垂水区福田3-2-12)
9月26日(金)	コープ西神 組合員集会室

※10時半～12時

申し込み 第5地区本部

ライターズルポ

離乳食をもっと身近に

6月23日 コープ垂水 組合員集会室

コープサークル「垂水マミーズ親子ひろば そらめ」がコープの離乳食「きらきらステップ」の試食会を開催し、親子10組が参加。クッキングサポーターによるアレンジレシピの紹介も。「素材の味がしっかりしていておいしい」「親として初めて試食した。味が分かり、良かった」などの声があり、離乳食を上手に取り入れるきっかけとなりました。(木下)



親子でおいしく
パクパク♪

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13日(水)～17日(日)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

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
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

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!

9・10・11月
の

参加費
無料

レインボースクールで楽しく学ぶ!

ところ	とき	内容
コープ朝霧	9月25日(木) 10時半～12時	家事代行サービスのお話
	10月30日(木) 10時半～12時	雪国まいたけができる までと美味しい食べ方
	11月27日(木) 10時半～12時	キリン健康セミナー
コープ稲美	11月25日(火) 10時～11時半	分かりやすいライフプランの話
コープ魚住	10月15日(水) 10時半～12時	おなかの健康と乳酸菌～おなかからの “おたより”に耳をかたむけよう
	11月19日(水) 10時半～12時	部門のプロ(?)が 季節のフルーツを語る
コープ大久保	10月9日(木) 10時半～12時	部門のプロ(?)が教えるラッピング講座 冠婚葬祭の「のし」の基本も(実践講座)
コープ大蔵谷	9月10日(水) 10時半～12時	コーヒーってなんだ? 7つのポイントに 沿った正しいコーヒーの抽出方法
	11月5日(水) 10時半～11時半	「とれびち」兵庫の豊かな海の魅力 発見! ～耳石ハンターになろう～
コープ高砂	11月5日(水) 10時半～12時	おなかの健康と乳酸菌～おなかからの “おたより”に耳をかたむけよう
コープ播磨	9月9日(火) 10時～12時	キリン健康セミナー
	9月23日(火・祝) 10時～12時	Let'sトライ商売! 本日開店たこやき屋さん
	11月11日(火) 10時～12時	コーヒーの おいしい淹れ方

※コープ高砂は「高砂コープのつどい場」、その他は組合員集会所で開催

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」を「ありがとう」に
フードドライブにご協力ください

第6地区は自治体や地域の団体と連携し「地域循環型のフードドライブ」に取り組んでいます。寄せられた食品はそれぞれの地域の児童養護施設や福祉施設、団体にお渡しします。ぜひ提供にご協力ください。

	とき	受け付け方法
宅配	9月16日(火)～27日(土)	担当者にお渡しください
店舗	9月15日(月・祝)～21日(日) ※コープ高砂のみ9月28日(日) まで実施	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

※宅配・店舗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



コープの離乳食「きらきらステップ」の試食会を子育てひろばで開催♪ 楽しく遊べるスペースもあり、離乳食の相談も可能

子育てひろばで、子育てサポーターが便利で食べやすいコープの離乳食「きらきらステップ」の試食会を開催します。毎回好評の“ごろ寝アート”も楽しめます。

遊びに来るだけでも大歓迎です。



と き	ところ	子育てひろば	参加費	申し込み
8月22日(金) 10時半～11時半 (子育てひろばは10時半～12時)	笑くぼ西明石(コープ西明石2階) ※サークル「笑くぼカフェ」と 同時開催	きしゃ ぼっぱ	無料 ※コーヒーなどを飲む 場合はお茶代100円	申し込み不要 限定10食 (当日先着順)
9月8日(月) 10時45分～11時45分 (子育てひろばは10時半～12時)	コープ稲美 組合員集會室	うさちゃん ひろば	200円(お菓子代) ※お子さん2人目から 1人100円	第6地区本部 限定15食 (申し込み順)

問い合わせ 第6地区本部



淡路島のため池で「かいぼり」を体験してみませんか？ ため池から海の問題環境について考えよう

農業用水確保のために必要な「ため池」。近年、農業に携わる人の高齢化や人員不足で管理が行き届いていません。親子で「かいぼり」を体験し、海の現状を学びましょう。参加費無料。明石から現地までバスに乗って行きます。

と き 9月20日(土)9時～16時 ※小雨決行

グリーンヒルホテル明石横 神姫バス車庫集合8時45分

ところ 淡路市遠田 長瀬池(淡路市遠田2336-2)

内容 かいぼり体験(池干し、泥流し)と学習会(生き物の調査)など

対象 小学3年生～6年生の子どもと保護者(大人1人につき子ども1人)

定員 20組40人(抽選)

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31日(日)締め切り

※持ち物など詳細は参加者に後日連絡。昼食はお弁当を用意します



「かいぼり」とは？

池の底にたまった栄養豊富な泥などをすくい、水と共に海に流す作業です。「かいぼり」をしないと海の栄養不足で海苔(のり)の色が悪くなったり、ため池が決壊する危険性が高まったりします。



店舗で気軽に 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。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。申し込み不要です。

と き 8月25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)

ライターズルポ

「もしも」に備えて車中泊体験

5月31日 コープ大久保

災害時を想定し、自家用車で一泊する防災学習を行いました。いざというときに体験が生かされるよう、参加者は「持ってくる物」も自分たちで考えて持参。車中泊前には段ボールトイレやランタン作り、ポリ袋クッキングなどを行い、参加者からは「災害が起こる前に体験しておくことは大切だと思った」との声がありました。また車中泊については「意外と寒い」「虫よけスプレーが必要だった」などの感想が寄せられました。(藤野)



段ボールの組み立て方次第で大人が座っても潰れないトイレに



ポリ袋でカレーやご飯を調理。空気を入れないなどのコツも

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13日(水)~17日(日)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~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

- 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

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!



大人だって学びたい! バスで行く社会科見学☆ 商品作りの裏側をおいしく学ぼう!

たつの地域の6次産業化支援事業や、産地の現状を知ること、農業・食・環境のつながりや、サステナブルな社会づくりについて考えてみませんか。試食学習もあります。普段見ることができない現場の見学や、新しい発見ができるチャンスです! ご参加をお待ちしています。



とき 9月30日(火) 9時半~16時

※集合 9時半 姫路駅南ロータリー
※雨天決行、荒天の場合は中止

ところ 株式会社 ささ宮農、
うすくち龍野醤油資料館 他(たつの市)

定員 30人(申込順)

参加費 無料 ※別途、バジル収穫体験・昼食代(1人1,000円)と
うすくち龍野醤油資料館の入館料(1人10円)を
各自現地で支払ってください

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

※8月18日(月)受け付け開始

※この見学会は、レジ袋
代金を活用しています

エム・シー・シー食品(株)の
商品学習を兼ねた
試食(昼食)もあるよ!



MCC



申し込み



動きやすい
服装(長袖・
長ズボン)で
来てね!



作って、遊んで、楽しんで♪
コープのお店でわくわく夏まつり

輪投げやスーパーボールすくい、お菓子釣りなど、子どもたちが夢中になれる「縁日遊び」がいっぱいだよ。バルーンアートやゴム鉄砲作り、絵本の読み聞かせを楽しもう。家族みんなでわいわい過ごせるイベント♪ パンの販売もあるよ。友達や家族と一緒に、夏の楽しい思い出をつくりに来てね。待ってるよ。

とき 8月24日(日) 15時半~18時

ところ コープデイズ相生2階

参加費 無料

※一部有料のブースあり

問い合わせ 第7地区本部 相生事務所





あなたも今日からアンチエイジング☆ お口から始めませんか？

姫路医療生活協同組合との合同企画。今年のテーマは、「いつまでも食べられる口づくり～舌編～」。

フレイル予防につながるレシピの紹介と試食もありますよ。ご希望の方には舌圧測定も！ぜひご参加ください。

とき 9月18日(木) 10時～11時半

ところ コープ姫路田寺2階 組合員集会所

定員 20人(申込順)

参加費 無料(舌圧測定は400円)

申し込み 第7地区本部

電話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



申し込み

※8月18日(月)受け付け開始

※コープ共済連の助成金「健康づくり支援企画」を活用しています

※「ひょうごまると健康チャレンジ2025」の一環です



できるときにできる人が できることをちょっぴりお手伝い

「コープくらしの助け合いの会」は、家事でお困りの高齢者や産前産後の方のお宅で、掃除や洗濯、簡単な食事作りなどのお手伝いをする、有償の活動です。興味のある方は前日までに申し込みのうえ、気軽に説明会へどうぞ。

とき	ところ
8月18日(月) 13時～14時半	第7地区本部
8月28日(木) 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)

問い合わせ 第7地区本部



地域の中で自分ができること 見つけてみませんか？

たつの市で、地域の高齢者が気軽に集まれるコミュニティカフェを開催するコープサークル サロン「田舎の家」。みんなが過ごししやすい地域をめざし、カフェや地域のイベントの企画・開催など、ボランティア活動をしています。あなたも田舎の家で一緒に活動してみませんか。

活動日 毎週月曜日9時～15時 その他不定期

問い合わせ 第7地区本部



ライターズルポ

「いつもと違う」は要注意！

5月29日 コープ姫路田寺

食物アレルギーや食中毒の予防について、コープこうべの施設を利用するための決まりをみんなで学ぶ、「食品衛生ルール確認の会」が実施されました。参加者からは「頭では分かっていたが、改めて考える良い機会になった」との声が。一人ひとりの高い意識が伝わる会でした。(天羽)



汚れを数値化する
機器を使って基本の
手洗いをチェック！

親子でほっとする学びの時間

6月5日 コープ姫路砥堀

コープの離乳食「きらきらステップ」シリーズの商品学習会が開催され、商品の製造工程を動画で学び、試食しました。アレンジレシピの紹介もあり「離乳食作りが不安だったけど、これを使えば楽しく作れそう」との声も。子育てサポーターに見守られながら、赤ちゃんの声も心地良い、穏やかな学習会でした。(天羽)



赤ちゃんも
おいしそうに
食べていました