

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、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!



祝・
35周年

あなたのイチ推しの「フードプラン」商品は？

「人と自然にやさしい食べものづくり」をめざしてコープこうべがつくった「フードプラン」の商品。組合員の皆さんに愛されて、今年35周年を迎えます。そこで、ぜひ皆さんのおすすめ「フードプラン」商品と推しポイントを教えてください。いただいたコメントは、7月6日(月)に開催予定の「ラブコープフェスタ」と大阪北地区各店舗の売り場にて紹介します。

締め切り **4月30日(木)**

応募方法

- ①名前
- ②ペンネーム
- ③組合員番号
- ④おすすめの「フードプラン」商品
- ⑤その商品の好きなどころ(推しポイント)
- ⑥最寄りの店舗

を、下記のいずれかの方法で

はがき

大阪北地区本部「フードプラン」係(住所はこのページの左上参照)

応募フォーム

コープこうべ イベントひろば

検索

「その他・自由記入欄」に②～⑥を記載してください



応募

大いけす
育ちぶり



熊本阿蘇
すこやか牛乳

「フードプラン」の
ホームページも
見てね



ホームページ

問い合わせ 大阪北地区本部



コープ委員になりませんか
仲間とともに“くらし”をもっと楽しく

コープ委員は、コープ商品のほか、環境や防災などくらしのさまざまなテーマについて学んで組合員に伝える活動をしています。活動はお子さんと一緒にでもOK。学習会や施設見学などを自分たちで企画したり、イベントで商品の良さやコープこうべの取り組みを伝えたりします。友達同士で新しい委員会を立ち上げることもできますよ。興味がある方はお問い合わせください。ホームページもご覧くださいね。

問い合わせ 大阪北地区本部

コープこうべ コープ委員

検索



ホームページ



コープ委員
募集中!



「防災・へいわの会」メンバー募集 学習会などを企画して伝えよう

大阪北地区「防災・へいわの会」のメンバーになって、防災・減災、平和について学んだり、学習会を企画して伝えたりしませんか。



昨年度は「家の中の地震対策」「防災クッキング」などを企画・運営しました。知りたいこと、学びたいことをみんなで考えて、実現させましょう。

任期 2026年4月～2027年3月末の1年間
年2回～3回程度の会議・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



フリースペースとして開放します 「コレル桜塚」に来てね

利用予約のない土曜・祝日に、レンタルルーム「コレル桜塚」の1階をフリースペースとして開放します。仕事や勉強はもちろん、友達とおしゃべり、ゲームや飲食もOK。さまざまな人が利用するので、「音量に気を付ける」「ゴミは持ち帰る」など、お互いに気持ちよく使えるように配慮をお願いします。

開放日は、毎月初めにコレル桜塚のホームページとInstagramのカレンダーでお知らせしますので、チェックしてくださいね。

ところ コレル桜塚(コープ桜塚となり)

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



牧の里山でメンマ作り いちから作ってみませんか

竹林に入って幼竹を切り出し、塩漬けにします。

とき 5月9日(土)
9時半～12時

ところ 牧公民館(豊能郡豊能町牧西ノ谷4-3) ※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、長靴、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

※4月25日(土)締め切り



申し込み



里芋チャレンジャー募集 2週間に一度、草引きや土寄せを

とき 5月30日(土)9時半～12時
※説明の後、植え付け。

天候により変更の場合あり

ところ 牧公民館(左の記事を参照)

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

※種いも6個を植えて10月中旬に収穫予定

※別途、トイレ協力金100円

申し込み 大阪北地区本部

ホームページからのみ

※5月16日(土)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

防災クッキングに挑戦

1月27日 コレル桜塚

「防災・へいわの会」が主催した防災クッキングに20人が参加。「食の備えBOSAIブック」を使ってポリ袋調理のポイントなどを学んでから、白ご飯、乾物チャプチェ、白和えの3品をグループに分かれて調理しました。試食タイムは地震の体験や思いを話し合い、さまざまな経験を共有する貴重な時間になりました。(和田)

「実際に作ってみるとよく分かって、ためになった」と参加者



みんなで巻いた長〜い巻きずし

1月31日 コレル桜塚

組合員の親子32人が約9mのジャンボ巻きずし作りに挑戦しました。お魚クイズなどで兵庫県の漁業について学んだ後、いよいよ一列に並んで酢飯や具を載せていきます。「せーの!」でタイミングを合わせて巻くのがポイント。子どもたちは「巻きずしは初めて作ったけどおいしい」と笑顔で頬張っていました。(和田)

しっかり押さえて巻き、最後にみんなで持ち上げて記念撮影をしました



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



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!



コープ子育てひろばに 遊びに来ませんか♪

お子さんと2人だけで過ごすのは、とっても幸せな時間。でも、お友達と遊ぶ姿も見てみたい…。子育てひろばでお子さんと一緒に新しい体験を楽しみませんか。

気軽に
遊びに来てね!



宝塚

ひろば名	とき	ところ
ミルキー仁川	第1水曜日 10時半～12時 ※5月・8月・12月・1月は休み	コープ仁川 組合員集会所
ほっぺ	第2金曜日 10時半～12時 ※8月・1月は休み	コープめふ 組合員集会所

対象 未就学児とその保護者 問い合わせ 第1地区本部

塚口

ひろば名	とき	ところ
あまたんる一む(猪名寺)	第2火曜日 10時半～11時半	協同購入センター尼崎 (JR猪名寺駅すぐ)
おはなしレストラン	第2金曜日 10時半～11時半	コープ尼崎近松 こどもひろば
ひよこくらぶ	第3土曜日 10時半～11時半 ※8月・12月は休み	コープ 尼崎近松 こどもひろば
あまたんる一む(塚口)	第4水曜日 10時半～11時半	コープ塚口 組合員集会所

対象 未就学児とその保護者 問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所



協カサポーター募集

～2026コープde体験☺夏休み～

毎年恒例、夏休みの子どもの居場所「コープde体験☺夏休み」は、学校と違った体験を楽しむ夏休みのイベントです。昨年は、42団体の協力のもと、のべ544人の子どもと保護者が参加されました。

「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、今年も子育て世代を応援してくださる方々を募集しています。

詳しくは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、地域のグループや団体・個人

申し込み 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所





得意なこと、地域とつながる仲間づくりの第一歩! 「コープサークル」に登録して楽しく活動しませんか

「好きなこと、興味や関心のあることを始めたい」「地域で自分にできることはないかな」「仲間と一緒に楽しみたい」などの思いを持つ組合員3人以上で、自主的に活動できるコープサークルに登録しませんか。登録するといろいろな特典があります。

【特典】

- 組合員集会室を利用できる ※月1回2時間まで無料
- 助成金制度を申請できる ※審査あり
- 楽しく学べて役立つ「やるもん出前講座」を受講できる
- 『きょうどう』など、コープこうべの広報媒体で情報発信も

問い合わせ 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所



第1地区ではさまざまな分野のサークルが活動中です!

- ウクレレ
- 百歳体操
- フラダンス
- 玉すだれ
- 子ども食堂
- ボランティア
- オカリナ
- バルーン
- ダンス
- お手玉
- 終活
- 絵画
- 無線
- 俳句
- 手芸
- 投資 など



地域に住む人のちょっとした困り事をお手伝い 「コープくらしの助け合いの会」活動してみたい人のための説明会

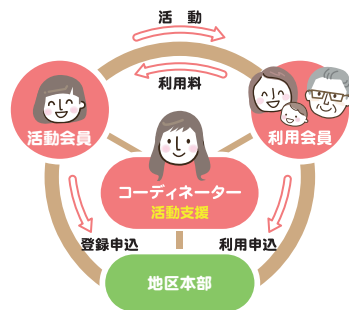
「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」という声から始まった「コープくらしの助け合いの会」は、自立したくらしを支える有償(1時間800円~)の家事支援活動です。地域に住む高齢者や子育て中の方のお宅で、掃除や買い物など家事を手伝う「活動会員」(年会費500円が必要。交通費は「利用会員」が負担)を募集しています。庭の手入れや力仕事などで男性会員も活躍中です。

まずは申し込みのうえ、説明会へお越しください。

とき	ところ
①4月15日(水) 10時~11時半	コープめふ2階
②4月30日(木) 10時~11時半	
③4月16日(木) 14時~15時半	コープ塚口2階
④4月24日(金) 10時~11時半	コープ立花 コミュニケーションスペース

申し込み ①②第1地区本部

③④第1地区本部 塚口事務所



学んで、伝えて、つながれる場所 春! コレルで新しいこと始めよう

「ふれあいひろばコレル」はコープこうべが運営するレンタルルーム。活動の内容に合った部屋を選べます。



「得意なことを生かしたい」「みんなで学べる場所を探している」など講座を開きたい方もぜひご相談を。イベントや教室の情報収集だけでもOK! 気軽にお越しください。

問い合わせ 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所



コレルめふ



コレル塚口

ライターズルポ

子どもも大人も楽しいイベント

2月22日 コープ塚口2階

コープサークルの仲間が集う「コープふれあいフェスタ~みんなでつながる笑顔の輪~」を開催。舞台発表や教え合いを通して、互いに交流を深めました。体験やバザー、カフェにもぎわい、舞台発表では日頃の成果を披露。観客も一緒に歌って盛り上がり、会場は温かい笑顔に包まれました。(高野)



南京玉すだれの技に歓声が上がりました

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



今月号のいいね!



バスで“うづかの森”へ 全3回・親子で米作り体験!

自然豊かな“うづかの森”で、コープこうべフードプラン特別栽培米兵庫県産コシヒカリ「つちかおり」の米作りを体験しませんか。但馬の季節の恵みが満載のランチもお楽しみに。



とき・内容



1回目 5月9日(土)
田植え



2回目 6月27日(土)
生き物調査



3回目 9月12日(土)
稲刈り

※いずれも兵庫県立芸術文化センター西側(阪急西宮北口駅すぐ)
7時50分集合、18時半ごろ解散。雨天決行

ところ うづかの森(兵庫県美方郡香美町)

対象 小学生と保護者
(1組4人まで、全3回参加可能な方)

定員 30人
(申し込み多数の場合は西宮市・芦屋市在住の方を優先して抽選)

参加費 無料(別途、体験費用・昼食代として各回1人1,500円を現地でお支払いください)

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

※4月22日(水)締め切り。当選者には4月24日(金)に電話で連絡



申し込み

「つちかおり」って
どんなお米?

農業や化学肥料の使用を抑え、土づくりからこだわったお米です。強い粘りとうまみはコシヒカリならではの。ふっくら香りがよく、冷めてもおいしいのが特長です。



「コープ子育てひろば」へ来てね!
初めてのお出かけに

親子が気軽集い、楽しく遊べる無料のスペースです。申し込みは不要。友達づくりや子育ての情報交換の場としてもご活用ください。

子育てひろば	とき	ところ
にじいろ	木曜日10時～13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)
グリーンあつがる	不定期 ※月1回	みんなほくほくつどい場ばんがー(西宮市山口町)

※会場の都合で日程が変わる場合があります

問い合わせ 第2地区本部



ツツジ咲くしゃげごう山で ハイキング&整備体験

コープサークル「しゃげごう山レンジャーくらぶ」主催です。散策や間伐体験、パネル学習に加え、里山で楽しむお弁当タイムも！

とき 4月26日(日) 10時～13時(雨天中止)

ところ コープの森・社家郷山(西宮市越水)
※阪神・阪急・さくらやまなみバス
西宮甲山高校前停留所に集合

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



子育ての経験を生かしませんか？ 「子育てサポーター養成講座」開講

芦屋市・西宮市の「子育て応援隊」になりませんか。ハロウィーンや夏祭りなど季節のイベントを企画・運営することもあります。

とき	ところ	内容
①5月13日(水)	コレル西宮	子育て支援の現状
②5月27日(水)	瓦木消防署 (西宮市高木東町)	救急対応・ 安全安心な活動へ
③6月3日(水)	コレル西宮	今後の活動に 向けて

※いずれも10時～12時

対象 3回すべて参加できる方

定員 5人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第2地区本部



買って応援！ 「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雑貨などの販売会です。ハンドメイドがお好きな方は、ぜひのぞいてみてください。売り上げは、施設の作業員の工賃になります。

とき 4月10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



助け合いの活動を 春から始めませんか

「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。まずは気軽に活動会員募集説明会へご参加を。

とき 4月17日(金)
10時半～12時

ところ コープ北口食彩館
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



防災おしゃべり部 参加者募集

「防災リュックに何入れる？」をテーマに、防災について気になることをあれこれしゃべりませんか。申し込みは不要。子どもから大人まで、誰でも気軽に参加できます。

とき 4月26日(日)
13時半～15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



詳細

ライターズルポ

誰でもどこでもできる嚙下&筋トレ

2月9日 コレル西宮

「コープくらしの助け合いの会」の公開講座で34人の参加者が、嚙下や腹筋・背筋のトレーニングを学びました。健康運動指導士の分かりやすい説明に「なぜ訓練が必要が理解できた。家で早速やりたい」という感想が多数。質問コーナーでは膝の痛みやしわに関する相談があり、悩み解決のトレーニングを教わりました。(行本)

背筋を
鍛えましょう！



おもちゃで遊んで体ぽかぽか！

2月26日 コープ北口食彩館

「寒さをふきとばしてみんなであそぼ」に、14組が参加しました。主催の子育てサポーターの「遊んで体を温めましょう」という声を合図に、親子で触れ合う体操をして準備運動。その後は手作りおもちゃで自由に遊びました。以前の催しで知り合った常連さん同士が談笑する姿も。みんなで時間いっぱい楽しみました。(行本)

どの遊具から
遊ぶ？



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!



エコファームへGO! 自然の中で農業体験 サツマイモの苗の植え付け&収穫

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
こだわって野菜を栽培しています。
自然と触れ合いながら、サツマイモの
栽培を一緒に体験してみませんか。



① 植え付け

5月23日(土)

10時～12時
(予定)



② 収穫

10月10日(土)

(予定)



※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組程度** (申込順)

参加費 **1区画2,300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6日(月)受け付け開始



「食生活」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ミニ
料理会、サークル活動への出前クッキングのほか、店頭試食活動などで、
より良い食生活のための「メニュー提案」を行っています。まずはコープ
商品や食品衛生などについて、学ぶことから一緒に始めませんか。

とき ①5月22日(金)、②6月17日(水)、③6月25日(木)、④7月10日(金)
13時半～15時半 ※変更になる場合あり

ところ ふれあいひろば コレルせいぶん102号室
(JR住吉駅徒歩8分 生活文化センター1階)
※変更になる場合あり

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人程度(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





コープの子育て、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会、ミニ運動会やクリスマス会など、行事を企画、運営している「子育てサポーター遊ばせ隊」。催しや学習会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22日(金)、②6月17日(水)、③6月30日(火)、④7月13日(月) 13時半～15時半

※①②は「クッキングサポーター養成講座」と合同で開催します

ところ ふれあいひろば コレルせいぶん102号室
(JR住吉駅徒歩8分 生活文化センター1階)

※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人程度(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



できるときにできる人ができることを 「コープくらしの助け合いの会」

「住み慣れた地域で安心して暮らしたい」「少しの手助けがあれば、自立した生活ができるのに」。そんな組合員の声から始まった助け合い、支え合いの活動「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(年会費として500円が必要)。活動は週1回2時間程度(1時間800円～)からでOK。交通費は「利用会員」が負担します。男性会員も多く活躍中。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22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23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



初夏の行楽メニューに挑戦! メンズ・クッキング

毎回好評の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 5月14日(木) 10時半～12時半

ところ コープ兵庫 組合員集会室

講師 中野葉子さん(家庭料理研究会)

定員 6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



ライターズルポ

体をほぐして、気分スッキリ!

2月19日 コープ横尾

毎月第3木曜日に開催されている自彊術体操に16人が参加しました。講師の立壁(たてかべ)美由貴さんの号令で、足首を回したり指を引っ張ったりして、体の緊張を緩めました。最後には、一人ひとりの状態を見ながら、細かく指導。「テレビを見ながらでも、続けることが大事ですよ」と立壁さんは話していました。(石川)



手をさすって
気を入れますよ～

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

5月2日(土)はお休みします

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!



おうご 淡河deお米作りプロジェクト! コープこうべ×JA兵庫六甲

神戸市北区にある淡河町は、山に囲まれた自然豊かな地域です。川沿いに田んぼが広がっていて、お米作りを中心に農業が盛んです。この淡河で、田植えから稲刈りまでを体験し、お米をすることの大変さと収穫の喜びを実感してみませんか。10月には収穫したお米(5kgの予定)を持ち帰ります。

とき 5月~10月

ところ JA兵庫六甲淡河支店(神戸市北区淡河町淡河字久保垣748-1)

対象 次の3点にあてはまる方

- JA兵庫六甲エリア在住(神戸市、三田市、芦屋市、宝塚市、西宮市、川西市、尼崎市、伊丹市、猪名川町)
- 小学生以上の子どもと保護者
- 4回すべてに参加できる

定員 20組(抽選)

参加費 1組3人まで**8,000円**(収穫したお米代を含む)

※4人目からは1人につき1,000円追加

共催 コープこうべ第4地区本部、JA兵庫六甲

協力 淡河バンブープロジェクト

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

※4月20日(月)締め切り。

抽選結果と詳細は4月25日(土)までに当選者にのみお知らせ

5月16日(土)

田植え
体験スタート!



コープこうべ



6月20日(土)

生き物調査

田んぼにはどんな生き物がいるんだろう?



9月19日(土)

稲刈り

たくさん収穫できるかな?



竹細工体験も



10月24日(土)

収穫祭

活動を振り返ろう!



助け合いカフェ、オープン♪ &くらしの助け合いの会相談会

買い物のついでにカフェでゆっくり過ごしなが、みんなでお話しませんか。

「コープくらしの助け合いの会」は、困っている人の家でちょっとした家事を手伝い、自立したくらしを支え合う活動です。カフェと相談会を同時開催しますので、活動に興味がある人も、困り事の相談をしたい人も、お茶を飲んで一息つきたい人も、どなたでも気軽にお越しください。

とき	ところ
5月2日(土) 13時～15時	コープデイズ神戸北町 組合員集會室
6月9日(火) 13時～15時	コープ北鈴蘭台 きたすずてらす

- 参加費 100円(コーヒーまたは紅茶、お菓子付き)
- 申し込み 不要
- 問い合わせ 第4地区本部



お楽しみいっぱい！ うれしのフェスティバル2026

北播磨地域で活躍中の団体による模擬店やワークショップが盛りだくさん。コープこうべは、宅配お仕事体験やパンと野菜の販売で参加します。



- とき 4月29日(水・祝) 10時～15時
- ところ 兵庫県立嬉野台生涯教育センター
(加東市下久米1227-18)
- 参加費 無料 ※一部ブースは有料
- 問い合わせ manatas うれしの
☎0795-44-0711



男性のための料理交流会 初心者歓迎♪

男性限定の料理教室です。クッキングサポーターを講師に、手軽なレシピに挑戦して、栄養バランスについても考え



ます。調理を通して、みんなで交流しましょう。

- とき 5月14日(木) 10時～13時
- ところ コープ有野 組合員集會室
- 講師 クッキングサポーター
- 対象 男性(初心者向けの料理会です)
- 定員 15人(申込順) 参加費 500円(材料費)
- 申し込み 第4地区本部 電話のみ
- ※受け付け期間:4月6日(月)～30日(木)

ライターズルポ

レインボースクールで糖質を知る！

2月17日 コープ志染

江崎グリコ株式会社の方から、健康のための適正な糖質の取り方を学びました。500mlのジュースには3gのスティックシュガー約21本分の糖質が含まれていると知り、驚きました。「毎日の食事を工夫しよう」と教わり、糖質を抑えつつ甘さも楽しめるよう開発された商品を試食しました。(藤田)

健康的なイメージの和食でも、多くの糖質が含まれていることも



もっと知って!「助け合いカフェ」開催

2月24日 コープ北鈴蘭台

「コープくらしの助け合いの会」の相談会を兼ねたカフェが開催されました。「会の名前は聞いたことがあるけれど、内容は知らなかった」と来場した方々はコーヒーを飲みながら紹介動画を視聴。買い物帰りの方からは「活動に参加するのは難しいですが良い取り組みですね」と応援の声が寄せられました。(藤田)



会のコーディネーターが活動について丁寧に説明

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
(神戸市西区玉津庁舎内)

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

今月号のいいね!



食べるのが
好きな方!
お待ちしております

「クッキングサポーター」 養成講座 参加者募集

「クッキングサポーター」は、店舗での試食活動のほか、イベントでコープ商品や地元の食材を使ったレシピを紹介するなど、地産地消を広める活動をしています。コープこうべの「食」の提案を地域に広める「クッキングサポーター」の登録に向けた講座を受けてみませんか。

とき(予定) 全5回

5月11日(月) 13時～15時

5月25日(月) 13時～15時

6月8日(月) 13時～15時

6月29日(月) 10時～14時(調理実習)

7月10日(金) 10時～12時

ところ コープ新多間 組合員集會室

対象 ●「食」「コープ商品」
「料理」「栄養」などに
興味のある組合員
●全5回参加できる方

定員 10人(申込順)

参加費 1,000円(全5回分)

申し込み 第5地区本部
ホームページから

※4月6日(月)受け付け開始



申し込み



「たまろっと」音楽のいぶき 音楽を通じて地域交流を

地域交流の場「玉津のつどい場 たまろっと」で、地域で活動する音楽グループが楽しいステージを披露します。参加費も申し込みも不要。

マルシェも同時開催です。詳細はホームページでもお知らせします。

とき 4月18日(土) 11時～13時

ところ 玉津のつどい場 たまろっと1階
(神戸市西区玉津庁舎内)

内容 オカリナやギター、フルートほか
さまざまな楽器の演奏など

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



詳細



くらしと福祉の新しいつながり 「つながるマルシェ」&車いす体験会

福祉事業所や障がい者支援団体で作られたお菓子や雑貨などを販売する「つながるマルシェ」。参加費は無料です。お買い物ついでにお越しください。

今回は車いす体験会も開催します(申し込みが必要)。

- とき** 4月28日(火) 11時～15時
- ところ** コープデイズ神戸西 はじまりのテラス、つどいの部屋
- 内容**
 - 福祉作業所による焼き菓子や雑貨などの販売会(予定)
 - 車いすの体験会
 - ユニバーサルなデザインのパンツ(ズボン)展示
 - ヘルプマークの配布
- 問い合わせ** コープデイズ神戸西 つどい場カウンター

車いす体験会

- ①11時半～12時半
- ②13時半～14時半
- 定員:各5人(申込順)
- 申し込み:ホームページから
- コープこうべ イベントひろば
- ※4月6日(月)受け付け開始



車いす体験
申し込み



くらしの中に体験や学びの場を 「コープサークル」登録募集

共通の興味や関心を持つ仲間が集まり、自主的に活動する「コープサークル」。登録をご希望の方は、気軽にお電話ください。

- 活動場所** 店舗の組合員集會室など
- 登録条件**
 - メンバーが3人以上で、全員がコープこうべの組合員であること
 - 全員が参加して運営する自主自立の活動であること
- メリット**
 - 月1回(2時間まで)組合員集會室が無料
 - 助成金を申請できる
 - メンバー募集などの情報を広報紙などで発信できる
- 問い合わせ** 第5地区本部



表現する喜びを♪ 子どもの絵画教室体験会

ひとりひとりの個性を大切に指導します。のびのびと絵画を描いてみましょう。

- とき** 4月13日(月)、27日(月) 16時～18時
- ところ** コープデイズ神戸西3階 いろどりスタジオ
- 講師** しまもとなおこ(つどい場スクール)
- 対象** 4歳～小学6年生
- 定員** 各5人(申込順)
- 参加費** 1回1,000円(別途教材費)
- 持ち物** 4歳～小学2年生:クレヨン
小学3年生～6年生:水彩道具、筆記具
- 申し込み** コープデイズ神戸西1階 つどい場カウンター
- ※4月6日(月)受け付け開始



「コープくらしの助け合いの会」 登録説明会

高齢者や子育て中の方の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。活動は有償で、年齢制限はなく特別な資格は要りません。前日までに申し込みのうえ、気軽に説明会にお越しください。参加費は無料です。

とき	ところ
4月16日(木)	コープ住宅(株)2階 会議室 (神戸市垂水区福田3-2-12)
4月30日(木)	コープ西神2階 組合員集會室

※時間は10時半～12時

申し込み 第5地区本部

ライターズルポ

高齢者のくらしに寄り添って

2月13日 コープ西神南

地域の事業者や団体が集まり、くらしの困り事相談会を開催。コープ共済や介護器具の体験ブースに興味を持った方々が説明を熱心に聞いていました。「一人暮らしで不自由に思うことが増えた。相談できて良かった」とほっとした表情の参加者。困り事に耳を傾ける取り組みの大切さと必要性を感じました。(木下)



介護についてなど
相談内容はさまざま

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**

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

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!



避難先が車だったら
どんな感じかな?

家族で防災を学ぶ 「車中泊避難体験」参加者募集

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。車中泊での注意点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30日(土)16時～31日(日)8時ごろ**

ところ **コープ大久保「コープのつどい場」と駐車場**

定員 **8家族** ※1家族につき車1台4人まで(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



共に備える 未来へつなぐ

スケジュール

15時半	受け付けスタート
16時	講義(防災、車中泊での注意点、段ボールトイレ作り体験)
17時半	ポリ袋クッキング(夕食)
19時	一旦解散
	～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対応はしていません
- ※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20日(月)締め切り



申し込み



昨年の様子



朗読を一緒にやってみませんか 「ボイス」メンバー募集

コープサークル「ボイス」は、朗読の勉強をしながら高齢者施設での朗読や紙芝居などのボランティア活動を行っています。メンバーは朗読未経験者も多く、経験がなくても月に2回、楽しく研修しながらスキルを上げていくので安心です。ぜひ、朗読で楽しみや、やりがいを見つけませんか。

活動日 毎月第1・3月曜日

(祝日の場合は別日に変更)

活動場所 明石市立勤労福祉会館

(明石市相生町2-7-12)

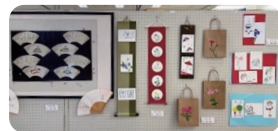
※他にボイス主催の発表会、
図書館での朗読会を行っています

問い合わせ 第6地区本部



「コレル大久保」で学び 楽しみ、豊かな日々を

「コレル大久保」は、コープこうべが運営し、地域活動や交流をサポートするレンタルスペースです。イベント・教室・学習・健康づくり・セミナー・会議など幅広く利用できます。また、年に一度、日頃の成果を発表する作品展や音楽会も行っています。



ところ コープ大久保2階

営業時間 10時～20時(窓口での受け付けは
平日10時～17時)

休館日 年末年始

申し込み

☎078-937-0370



詳細



できることから、やってみよう 「助け合いの会」登録説明会

高齢者や子育て中の方のお宅で掃除や洗濯、料理、草引き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8日(水)10時半～12時	大久保「コープのつどい場」 (コープ大久保2階)
4月28日(火)10時半～12時	東古川コープのつどい場「虹」
5月14日(木)10時半～12時	コープ大蔵谷 組合員集会室
5月28日(木)10時半～12時	コープ稲美 組合員集会室

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



賛助会員募集中

会の趣旨に賛同し、この活動を資金面から支援してくださる方を賛助会員として募っています。皆さまからの会費は会の運営に活用させていただきます。
会費:1口1,000円～
問い合わせ:第6地区本部

ライターズルポ

気楽に美味しく離乳食を

1月30日 コープ大久保 組合員集会室

簡単な工夫で離乳食が大人用にも赤ちゃん用にもなる「とりわけ離乳食」の学習会&実演調理に、7組の親子と孫を持つ女性2人が参加しました。“ツナチヂミ”と“豆腐と白身魚のフライパン蒸し”を実演し、大人用にはぼん酢をかけて試食。また、調味料の食品表示の見方を学び、交流会を行いました。(藤野)



参加者からは「またこのような会を開催してほしい」との声がありました

一緒に作って、いただきます!

2月21日 コープのつどい場「かっこ」

子どもだけでなく誰もが参加できるコミュニティ食堂「よっといで〜」。月に一度の開催で、今回は“シシリアンライス”や“大豆とベーコンのチリコンカン風”、“いきなり団子”など6品目を作って食べました。子どもたちは作り方を教わり、楽しそうに団子を丸めたり、トマトを切ったりして調理を手伝いました。(藤野)



おかわりする子どもたちも

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～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♪



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!



活動会員募集中!

“助け合い”が地域をつなぐ! 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会員を募集しています。資格や経験は必要ありません。あなたのできるときに、できることから始めてみませんか。

「コープくらしの助け合いの会」って どんなことをしているの?



活動会員の説明会

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。

とき	ところ
4月20日(月)13時～14時半	第7地区本部
4月22日(水)10時半～12時	コープ姫路砥塚

申し込み 第7地区本部



自分の思いを読者に伝えてみませんか? きょうどうのライターを募集!

きょうどうライターは、イベントの参加者募集やボランティア募集記事の文章を考えたり、イベント取材し感じたことを自分の言葉で原稿にまとめたりする仕事。店舗や宅配だけじゃないコープの魅力に出会って、文章力や取材力のスキルアップにもつながりますよ。いろいろな人との出会いも楽しめます。少しでも気になった方は、気軽にお問い合わせください。

問い合わせ 第7地区本部



こんな人を待っています!

- EメールとWordが使える方
- 向上心がある方
- 人と話すのが好きで、明るく対応できる方



申し込み



「子どもが好き!」「子どもに関わることがしたい」 そんな方は、但馬地域で子育て応援しませんか?

地域で子育ての応援や活動を支援する「子育てサポーター」を募集中! 養成講座で子どもとの関わり方や活動内容を学んでから活動(有償の業務委託)ができます。但馬地域では、食のサポーターとコラボレーションして、季節のイベントも開催中♪ まずは気軽にお問い合わせください。

とき 5月27日(水)から全4回

※全ての講座を受講する必要があります

ところ コープデイズ豊岡3階 組合員集会所

受講料 1,000円(全4回分)

申し込み 第7地区本部 豊岡事務所

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

※5月20日(水)締め切り

※参加者に後日詳細を連絡します



こんな方もお待ちしています!

- ①「子育ての資格は持っていないけど、何かしたい」と感じている方
- ②子どもがいてもできることを探している方(活動はお子さんと一緒にでもOK!)
- ③子どもが好きで、子どもに関わる何かがしたい方



いきいき! 楽しく健康づくり 太極拳で心と体を整えよう♪

「何か運動をしたいけれど、一人ではちょっと…」という皆さん! コープサークル「太極拳八鹿」で、すてきな仲間と一緒に、太極拳を始めませんか。みんなで音楽に合わせ、ゆっくり体を動かします。高齢者や初心者も大歓迎♪ お問い合わせのうえ、見学や体験にお越しください。

活動日 毎週火曜日10時~11時半

ところ 協同購入センター但馬2階
組合員集会所

(養父市八鹿町小山12-1)

問い合わせ 第7地区本部 豊岡事務所

コープこうべ イベントひろば

検索



問い合わせ



学んで、教えて、つながる居場所 「まちの学校」を使ってみませんか?

「まちの学校」は、みんなで学び、教え合うコミュニティスペース。特技を生かしたり、新しいことを始めたりしたい方は、誰でも参加できますよ。興味のある方は、気軽にお問い合わせください。



ところ 協同購入センター姫路2階

「まちの学校」
(神崎郡福崎町南田原3053)

問い合わせ 第7地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



詳細

ライターズルポ

みんなにっこり♪ 節分遊び

1月29日 コープ姫路砥堀

親子で楽しめる曲に合わせて、みんなで体を動かしリラックス♪ 手作りの紙人形劇では、子どもたちが物語に引き込まれ、夢中になっていました。的当てゲームでは、元気にはしゃぐ子どもたちの姿に、大人たちもほっこり。「家ではなかなかできない遊びができ、子どもたちも楽しそうだった」と参加者。(天羽)



鬼は〜外!

子ども食堂とマルシェ&お遊び

2月15日 コープ上郡

「地域に子ども向けの催しが無い」という声から始まったこの企画は、地域の人たちの“やりたい”を形にしたもの。みんなで取り組むことで、新しいつながりも生まれました。会場では、ダンスやストリートスポーツの体験、皿回し、絵の具遊びなど、普段はできない体験に子どもたちの笑顔があふれていました。(天羽)



かわいい
ヤギさんに
餌やりできたよ