

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

12月28日(土)～1月5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～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)



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!



地震が起きたらどうする? 子どもたちによる「防災フェスタ」

虹っ子スクールの子どもたちが、^{やまと}大和大学の大学生と一緒に防災フェスタを開催。楽しく学べるブースを全て回ると、プレゼントがもらえます。各ブースで子どもスタッフがお待ちしています。



とき 2025年1月11日(土)
10時～11時半

ところ コレル桜塚1階(コープ桜塚となり)

参加費 無料

協力 大和大学社会学部 SDG研究推進室
「子どもユニットそらまめ」[防災ユニット with ASU]

問い合わせ 大阪北地区本部



非常用トイレ
体験&トイレ
作り

災害の
VR体験

新聞で
スリッパ
作り



ブースを全て回ると
「ローリングストック食品」
をプレゼント!

防災
カルタ

緊急カード
作り

防災
クイズ

親子防災講座

「地震の時、大人が
いなかったらどうする!?!」

講師



めぐみ 湯井恵美子さん
(防災士)

とき ①10時～10時25分
②10時半～10時55分
③11時～11時25分

対象 どなたでも
※小学生に分かりやすい内容です

定員 各10組(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

検索

12月9日(月)受け付け開始



申し込み



「コープともしびボランティア拠金」 助成希望の団体を募集します

大阪北地区内で自主的に福祉・ボランティア活動をする団体に、活動の助成希望を募っています。「コープともしびボランティア拠金」は、組合員一人ひとりの善意で寄せられた募金。組合員1人以上を含む地域の団体も申請できます。材料費、会場費、印刷製本費、食材費(メンバーのためのものは除く)などが助成対象です。

詳しくはお問い合わせください。

- 募集期間 12月2日(月)～
2025年1月31日(金)
※17時必着
- 申し込み 大阪北地区本部



とよなか健康出張セミナー 疲れをほぐすストレッチ体操

大きい筋肉から小さい筋肉までゆっくりとストレッチを行います。プロのインストラクターと一緒に気軽にできる体操をしましょう。

- とき 2025年1月8日(水)
10時半～11時半
- ところ コレル桜塚C教室
(コープ桜塚となり)
- 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

※12月9日(月)受け付け開始



申し込み



町民交流会「しまカフェ」 コープ島本に遊びに来てね

しまプラ(しまもと町民交流プラザ)主催の「七草がゆを食べよう」をコープ島本で開催します。七草がゆ(1杯100円)を食べて無病息災を願いましょう。

また、コープサークル、コープ委員会、社会福祉法人 島本福祉会「作業所わくわく」や島本町社会福祉協議会などの活動紹介やパネル展示、フードライブの受け付けなども行います。お買い物ついでにぜひお立ち寄りください。

- とき 2025年1月12日(日)10時半～13時
- ところ コープ島本 ふれあいホール
(コープ島本2階)

- 参加費 無料
- 問い合わせ 大阪北地区本部



ピラティスを体験しよう 椅子に座ってできるエクササイズ

姿勢や体のバランスを整えるピラティスを、専門のインストラクターから教わります。気軽にご参加ください。

- とき 2025年1月17日(金)
13時半～14時半
- ところ ふれあいセンター高槻
(高槻市高槻町15-8)
- 講師 あひやま 碧山奈津子さん
(ヨガ・ピラティス インストラクター)

- 定員 15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

※12月9日(月)受け付け開始



申し込み

ライターズルポ

かっこよく跳びたいな!

9月21日 豊中市立南桜塚小学校体育館

プロなわとびプレーヤーの黒野寛馬さんを講師に招き、縄跳びのコツについて学びました。軽やかに跳ぶ黒野さんのかっこいい技を見て、参加した子どもたちの目はキラキラ。うまく跳ぶための姿勢などコツも教わりました。参加者は「楽しかった」「二重跳び、跳べたよ」と、縄跳びが大好きになったようでした。(和田)

かっこいい
決めポーズも
教わったよ



非常用持ち出し袋を背負ってみた!

9月24日 コレル桜塚

防災士の浦川倫子さんを講師に、「マイ非常用持ち出し袋」の学習会を開催。どんな物を入れているか参加者同士で話し合いながら、実際に7.5kgの非常用持ち出し袋を背負ってみました。楽に背負える人もいれば、「重くて避難所まで歩けない」という女性も。非常時の状況を考える良い機会になりました。(和田)

女性用は7.5kgまでが腰痛リスクのない重さだそうです



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

12月29日(日)～1月5日(日)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

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!

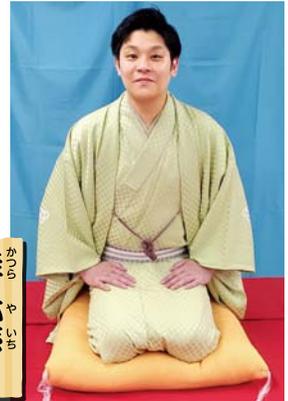


落語で楽しく学ぼう 「消費者トラブル防止講座」

架空請求や還付金詐欺、定期購入など、身の回りに起こるさまざまなトラブルについて、尼崎北警察署の生活安全課の方からお聞きします。加えて、テレビでおなじみの落語家の桂吉弥さんと桂弥彦さんをお招きして、落語で楽しく学びます。



桂吉弥さん



桂弥彦さん

とき 2025年1月16日(木) 10時～12時

ところ コレル塚口 ホール(コープ塚口2階)

定員 50人(申込順) 参加費 無料

協力 コープサークル「わっはっは」

申し込み 第1地区本部 塚口事務所

コープこうべ イベントひろば

検索

※12月9日(月)9時半受け付け開始



申し込み



来年の干支は「巳」
楽しく折り紙しましょ♪

コープサークル「おりがみしましょ♪」のメンバーとお正月に使えるポチ袋や小物を一緒に折りませんか。かわいらしい来年の干支を折って新年のちょっとした飾りにも。毎年大人気の企画です。どなたでも気軽にご参加ください。

とき 12月19日(木) 10時～12時

ところ コープ塚口 組合員集会室

定員 20人(申込順)

参加費 300円(材料費込み)

持ち物 手芸用のり

申し込み 第1地区本部 塚口事務所





～みんなでそだてるぼううけんの森～ 森でほっこりサバイバル火おこし体験!

コープこうべ第1地区では、たくさんの昆虫や鳥などの生き物が住む多様性の森をめざし、尼崎の森中央緑地でコープ活動の森づくりを進めています。

今回は枯れ葉や小枝を使つての“火おこし体験”です。この体験を通して火が付くしくみや、火のありがたさを学ぶことができます。おこした火でサツマイモを焼いてみんなでいただきますよ。

とき 12月14日(土) 10時～12時半

ところ 兵庫県立尼崎の森中央緑地(尼崎市扇町33-4)

※現地集合・解散 ※雨天時は別プログラム

対象 小学生以上の自然や環境に関心を持つ方 ※小・中学生は保護者同伴(大人のみ参加も可)

定員 20人(申込順)

参加費 無料

持ち物 布軍手、タオル、お茶、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



「日本の杉でつくった割箸」 森林資源について学びませんか

「日本の杉でつくった割箸」は国産杉の間伐材・端材を使用してつくりました。ほのかに香る杉材の割箸は森の資源を活用した“エコ商品”。生産者の方から直接お話を聞くことができる学習会です。ぜひご参加ください。



とき 12月12日(木)
10時半～12時

ところ コレル塚口 教室A・B(コープ塚口2階)

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



エスディーゼズ 環境やSDGsを楽しく学ぶ 「エコあまフェスタ2024」に出展!

尼崎市内の環境活動団体、企業、行政が協働で開催するイベント「エコあまフェスタ」。第1地区は「e買うプロジェクト」のメンバーと共に、「プラスチック問題」や「食品ロス」についてのブースを出展します。さまざまな体験ブースや市内の飲食店の出店もあり、楽しみながら環境について学べますよ。

とき 12月15日(日) 10時～15時

ところ 立花南生涯学習プラザ
(尼崎市栗山町2-25-28)
※コープこうべの
ブースは3階です

参加費 無料

問い合わせ 第1地区本部 塚口事務所



「e買うプロジェクト」
キャラクター
エシカちゃん



「コープくらしの助け合いの会」 公開講座「座ってできる健康体操」

地域に暮らす高齢者の自立した暮らしを支える家事支援活動「コープくらしの助け合いの会」では、会員の研修や交流の場として毎月「つどい」を開催。今回は座ってできる体操の公開講座で、会員以外の方にも参加いただけます。まずは申し込みのうえ、気軽にご参加ください。

とき 2025年1月10日(金) 13時半～15時

ところ コレルめふ フィットネスルーム
(コープめふ2階)

定員 10人(申込順)

参加費 無料

持ち物 動きやすい服装、飲み物、
汗拭きタオル

申し込み 第1地区本部



ライターズルポ

森の恵みでピザ作り

10月19日 尼崎の森中央緑地

尼崎の森でピザ作りを行い、13家族48人が参加しました。まず耐火レンガを積み上げてピザ窯を作り、間伐材を薪にして火をおこしました。次に、ピザ生地に野菜やチーズをのせた後、順番に焼き、ピザを味わいました。子どもたちは薪割りも教わり、お父さんがサポートする場面も。おいしく楽しい時間を過ごしました。(高野)



ピザの具材、
じょうずに
切れるかな?

エリア掲示板

今月号のいいね!



消費者トラブル講座&落語会

落語家・桂吉弥さんと桂弥太郎さんの落語を楽しみながら、被害を未然に防ぐ知識を身に付けましょう。コープサークル「チームやんだくないS」の歌や体験談も交えた楽しい講座です。



●落語
●消費者トラブル講座
♪プログラム♪

桂弥太郎さん

桂吉弥さん

とき 2025年1月17日(金) 14時~15時半 (13時半開場)

ところ コレル西宮4階 アミホール 対象 中学生以上

定員 80人(申込順) 参加費 無料

協力 コープサークル「わっはっは」

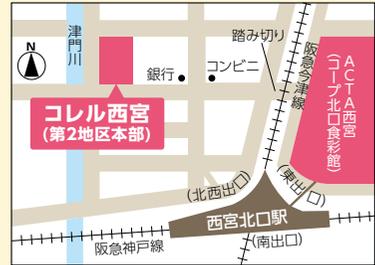
申し込み 第2地区本部

コープこうべ イベントひろば 検索

※12月9日(月) 受け付け開始



申し込み



※本イベントは兵庫県消費者教育支援事業の補助金を活用しています

西宮市 芦屋市

●エリア外の方も気軽にお問い合わせを

12月29日(日)~1月5日(日)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

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



おいしさの秘密やお手軽レシピを知らう!

「コープこうべ フードプラン^{こがね}黄金しょうが」学習会

黄金しょうがならではのおいしさの秘密や生産地について学びませんか。産地から(株)坂田信夫商店の皆さんを招いて、おいしくて手軽な黄金しょうがレシピを紹介。レシピ集のプレゼントもあります。

とき 2025年1月30日(木) 10時半~12時

ところ コレル西宮 E教室

内容 【第1部】●黄金しょうが学習会

【第2部】●しょうがシロップ、佃煮の作り方実演と試食

●しょうがのすり比べなどの判別体験とディスカッション

定員 20人(申し込み多数の場合は抽選)

参加費 300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

※2025年1月8日(水)締め切り。

当選者にのみ1月14日(火)ごろにお知らせ



申し込み



つどい場CO・KOでクリスマス会

絵本の読み聞かせやプチゲーム、音楽のステージなど、お楽しみが盛りだくさんです。時間内は出入り自由。申し込み不要で、どなたでも参加できます。

とき 12月22日(日)
13時半～15時半

ところ 「つどい場CO・KO」
(コープ甲東園となり)

参加費 無料

問い合わせ 第2地区本部



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。特別な資格は要りません。興味のある方はお問い合わせください。

対象 西宮市
(北部エリアを除く)、
芦屋市在住の方

問い合わせ 第2地区本部



つながるマルシェで買って応援

「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や雑貨などの販売会です。クッキーや手芸品などハンドメイド商品がいっぱい。売り上げは、施設の作業員の工賃になります。

とき 12月20日(金)
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



「むぎばたけ」で英語の本を楽しもう

コープサークル「むぎばたけ」は、英語の絵本に親しむ会です。英語力は中学生程度で十分。海外と日本の絵本はちょっと違って、それもまた面白い！文字が大きいので読みやすいですよ。一緒に楽しく異文化に触れましょう。

活動日 第1・3木曜日10時～12時

ところ コープ夙川 組合員集会室

会費 無料

問い合わせ 第2地区本部



買い物がたら無料で健康チェック

宝塚医療生活協同組合の主催で毎月、健康チェックを実施しています。申し込みは不要。時間内であれば、いつでも気軽に参加していただけます。

とき 第3木曜日14時～15時半
※次回は12月19日

ところ 「わになーれにしきた」
(コープ北口食彩館2階)

内容 骨密度測定(素足で測定)
と月替わりの健康チェック

参加費 無料

問い合わせ 第2地区本部



あなたの始めたい気持ちを応援します

作品づくり、音楽、ダンス、運動、子育て、料理、ボランティア…新しいことを始めたい人のための活動相談会を行います。コープサークルの立ち上げはもちろん、活動中のグループからの相談も歓迎。気軽にお申し込みください。

とき 12月17日(火)
10時半～12時

ところ 「わになーれにしきた」
(コープ北口食彩館2階)

申し込み 第2地区本部

ライターズルポ

コープ西宮東リニューアルオープン

10月25日 コープ西宮東

新しい店内は総菜や水産の売り場がガラス張り。目の前で作られた総菜が次々と並びます。店内でカットしたフルーツやサラダ、酒類のすぐそばに並んだオードブルなどはパーティーに役立ちそう。「売り場が見やすい! 高級感が出た」「2階のフリースペースは充電もできてうれしい」などの声が聞かれました。(行本)

店内でカットしたフルーツのスイーツコーナーが大人気



東ティモールの子どもたちは今

10月31日 わになーれにしきた

第2地区の市橋純子理事が、日本ユニセフ協会スタディツアーで東ティモールを訪問。4つのつどい場で報告会を行いました。写真を交え、子育てや子どもの様子、食などの日常を紹介。「教育は?」という質問には、「高等教育を受けられる人はまだ少ないものの義務教育が浸透している」など、現状が語られました。(行本)



モニター下の布は東ティモールの工芸品「タイス」

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

12月29日(日)～1月5日(日)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2階

時間 月～土:10時～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

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!



1.17メモリアル 震災モニュメントウォーク

阪神・淡路大震災から30年。第3地区では毎年、この日にモニュメントウォークを開催してきました。今年も三宮から元町にある震災モニュメントを、NPO法人「きょうどうのわ」の林律子さんのガイドで巡ります。復興の道のりに思いをはせながら、一緒に歩きませんか。改めて当時を振り返りながら、慰霊を行い防災意識を高めましょう。16時半ごろに行われる東遊園地の灯籠点灯がゴールです。



とき 2025年1月17日(金) ※雨天決行
14時 生田神社集合 / 16時半ごろ 東遊園地解散(予定)

定員 20人程度(申込順)

参加費 無料

協力 コープサークル
「震災を考える会」

申し込み 第3地区本部



コース(平坦な道 約4.3km)

生田神社
↓
三宮センター街ブロンズ像
↓
元町レンガプロジェクト
↓
みなと元町駅レンガ壁
↓
東遊園地



知ってる? 離乳食のお助け便利商品!
コープの「きらきらステップ」学習会

とき 2025年1月30日(木) 10時～11時半

ところ コープ須磨 組合員集会室
※メイン会場とオンラインでつなぎます

対象 乳幼児と保護者(大人のみの参加もOK)

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第3地区本部
※12月9日(月)受け付け開始





コープ商品で“備える”防災 「神戸防災のついで2025」

防災ワークショップや体験学習など盛りだくさんのイベントに、第3地区の平和企画委員会が出展します。委員会のメンバーと地域の学生が考える備蓄におすすめのコープ商品の紹介や、ガイドブックを使った防災知識の学習など、楽しく学びましょう。参加費無料、申し込み不要なので、三宮へのお出かけついでに、ぜひお立ち寄りください。

とき 2025年1月19日(日)
13時～16時(予定)

ところ 神戸三宮センター街1丁目

主催 災害対策セミナー
実行委員会

問い合わせ 第3地区本部



みんなで楽しくクリスマスの 時間を過ごそう♪

ダンスを楽しむコープサークル「妙法寺キッズ&フリースタイル」が、クリスマス会を開きます。ゲームやプレゼント交換で、ワイワイ盛り上がりましょう！ダンスに関心のある人は、気軽にのぞきにきてね。

とき 12月23日(月) 17時～18時半

ところ コープ横尾 組合員集会室

対象 小学生、中学生 ※初参加の人は要送迎

参加費 無料

※プレゼント交換
用の品物(500円
程度)を用意して
ください

申し込み 第3地区本部



一緒に楽しく音楽を 奏でましょう♪

ハンドベルのような楽器「トーンチャイム」などを使って、多世代が交流するコープサークル「音のひろば」。みんなでいろいろな曲を奏でましょう。

未経験でも大丈夫。美しい音色をみんなで体験して楽しみましょう。気軽にどうぞ。

とき 2025年1月8日(水) 16時～17時

※第2水曜日に開催

ところ コープ甲南 組合員集会室

参加費 無料

問い合わせ 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。活動は有償で週1回2時間程度からでOK。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
12月12日(木) 10時～11時半	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)
12月17日(火) 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

生き物たちのために美しい環境を

10月11日 大蔵海岸

コープサークル「チームエコーズ」が実施した環境学習会に12人が参加し、ゴミを拾いながら、大蔵海岸を移動。海辺で、ヤドカリやカニなどの生き物やハマゴウ、ハマエンドウなどの植物を観察しました。参加者からは「きれいな海を守るために、ゴミのない環境を維持していければ」との声が聞かれました。(石川)



「ムラサキウニも捕れますよ」と講師の西谷寛さん

にこにこ、ワクワク、運動会♪

10月23日 生活文化センター

子育てサポーター「遊ばせ隊」が企画・運営し、親子11組が参加した親子運動会。親子で軽く体操をした後、風船遊びや玉入れ、買い物競争などで、元気いっぱい体を動かしました。ゲームの合間には、手遊びや絵本の読み聞かせも。最後は、がんばった証しにメダルとお菓子をもらって笑顔いっぱいになりました。(石川)



ワニさんのおくちに入れられるかなあ？

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

12月28日(土)~1月5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

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!



ご応募ありがとうございます
ございました

パン作りコンテスト 結果発表!

8月から10月にかけて開催した、「CO・OP北海道産小麦のフライパンで作るパンミックス」を使ったコンテスト。笑顔あふれる調理風景や楽しいエピソードに審査員もニコニコ♪入賞した5組を紹介いたします。第4地区エリア(左上参照)の店舗でも掲示するのでチェックしてみてください!

大賞

(神戸市)
張ファミリー



ココアを入れた
2色の生地で作った
ウサギの形を作ったよ!

審査員コメント

商品の特長を生かして
家族で楽しんでいる
様子が伝わってきました

商品コンセプト賞

チーズドッグに
レーズンパン、たらこやハム、
好きな物いっぱい

開発部署コメント

調理前のやる気や期待感、
調理中の楽しさと真剣さが
よく感じられました



(神戸市)
石井ファミリー

入賞

友達と一緒に挑戦!
次はキャンプで
作ってみたいな~



片山ファミリー
(神戸市)



堀本ファミリー
(加東市)

CO・OP
ミックスキャロットを
入れるアイデアが
ひらめいた!

家庭菜園の
ミニトマト、ピーマン、
タマネギを使って
ピザ作り!



吉岡ファミリー
(丹波市)

エピソードやコメントの文章は掲載用に短くしています



クリスマス、子育てサポーターやってきマス! きたすず★クリスマスてらす

子育てサポーターが、クリスマスのお話や工作を用意して待ってるよ♪ 楽しく過ごし、気分をリフレッシュしませんか。申し込みは不要です！気軽に遊びに来てくださいね。

とき 12月21日(土)11時~14時

ところ コープ北鈴蘭台 きたすずてらす

対象 乳幼児~小学生の子どもと保護者

参加費 無料

問い合わせ 第4地区本部



コーナーいろいろ♪

- 店内スタンプラリー&くじ引き★
サンタさんを見つけられるかな?
- かんたん工作コーナー★
画用紙とシールでオーナメントを作ろう!
- 絵本&音楽タイム♪
手遊び、歌、ハンドベル体験など
- のんびりマットコーナー
ゆっくり遊んでおしゃべりも
- ★は定員各30人(当日先着順)



親子で、みんなで、一致団結! ジャンボ巻きずしを作ろう

兵庫県産の「海苔」^{のり}と「イカナゴのくぎ煮」を使って、なが〜い巻きずしをみんなで協力して巻いてみよう! 兵庫の海や魚についての学習や節分にちなんだゲームも実施します。季節の行事を楽しみましょう♪

とき 2025年2月2日(日)10時~13時

ところ コープ西鈴蘭台 組合員集会室

講師 兵庫県漁業協同組合連合会

対象 小学生以下の子どもと保護者

定員 25人(抽選) 参加費 1人350円

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



申し込み

※締め切り12月21日(土)。

抽選結果は12月26日(木)までに当選者にのみ連絡



新しい年から始めてみませんか 「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、家事を手伝う「活動会員」を募集中です。活動は有償で(1時間800円~)、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
2025年1月17日(金) 10時半~12時	コープデイズ 神戸北町
2025年1月22日(水) 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



ライターズルポ

秋の味覚 柿!

10月16日 美吉野農園(奈良県五條市)

「コープこうべフードプラン たねなし柿」の学習会に組合員19人と店舗職員2人が参加しました。有機質肥料を使い、農薬は最小限に抑えていることなど、商品を作るためのこだわりを学びました。収穫体験では柿の選び方や渋抜きの方法を聞き、参加者から質問もあり、生産者との交流が深まった1日でした。(丸石)



大きくて、
おいしそう!

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

12月28日(土)～1月5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

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!



玉津のつどい場 たまろっと 貸室の定期利用受け付けスタート♪

地域の交流の場「玉津のつどい場 たまろっと」では、2025年4月からの講座や会議などに使える貸室の定期利用登録を受け付け中です。



貸室	用途	定員	料金(※)
4階) 学びのスペース			
たまつホール	講座、会議、セミナー、イベント、発表会など	200人	1,800円～3,600円
多目的ルーム他	講座、会議、セミナーなど	40人	500円～900円
1階) 交流スペース			
事業活動スペース	イベント開催、販売、展示会など	—	500円～900円
キッズスペース	子育てサークルの活動、親子イベント開催など	20人	500円
キッチンスペース	料理講習会、喫茶など	—	1,500円(5時間)

※2時間あたりの料金(キッチンスペースを除く)。広さにより金額は異なります。

詳細は、お問い合わせください

※定期利用の場合、利用料とは別に年会費12,000円が必要です

※12月27日(金)締め切り。1月末までに登録の可否を連絡します

使用時間枠 使用は1単位2時間から

①10時～12時 ②13時～15時

③16時～18時 ④18時半～20時半

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



恒例節分イベント ジャンボ巻きずしを巻こう!

みんなで全長9mのジャンボ巻きずしを巻いて食べよう♪

とき	ところ
2025年1月19日(日)	コープデイズ神戸西
2025年1月25日(土)	玉津のつどい場 たまろっと

※いずれも10時～12時

内容 ●巻きずし作り、実食 ●兵庫の海と漁業についての学習

対象 小学生と保護者 **定員** 各日25人(申込順)

参加費 1人500円(子ども・大人共通)

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、筆記具

申し込み 第5地区本部

ホームページからのみ [コープこくべ イベントひろば](#) **検索**

※12月9日(月)受け付け開始



1月19日(日)
神戸西



1月25日(土)
玉津



たまろっと 育児相談会

子育ての気がかり、不安や疑問などについて経験豊富な助産師がアドバイスします。申し込みは不要。気軽にお越しくださいね。

活動日 第1火曜日
10時～12時

ところ 玉津のつどい場
たまろっと1階
キッズスペース

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



詳細



親子で メリークリスマス♪

子育てサークル「with bébé」で楽しいクリスマスをお過ごしませんか。みんなでクリスマスにちなんだお話を聞いたり、歌を歌ったり♪ サンタさんからのプレゼントもあるかも♪ 申し込みは要りません。気軽に遊びに来てね。

とき 12月19日(木) 10時半～11時半

ところ コープ福田 組合員集会室

対象 乳幼児と保護者

参加費 1組300円

問い合わせ 第5地区本部



子育てサークル「みちくさいっぽ」 クリスマス会に来てね♪

「みちくさいっぽ」は、気軽に参加できる子育てサークルです。申し込みは不要で、入退室は自由。12月はクリスマス会を開催します。サンタさんがやって来るよ。親子で楽しい思い出を作りましょう。

とき 12月23日(月) 10時～12時

ところ コープデイズ神戸西2階 つどいの部屋

内容 そりレース、雪だるま作り、
クリスマス体操(予定)

参加費 親子1組300円

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



詳細
Instagram



パラリンピックで話題! 「ボッチャ」を体験しませんか

ヨーロッパ発祥のパラリンピック正式種目「ボッチャ」。年齢、性別、障がいの有無に関わらず、誰もが楽しめるこのスポーツを体験しませんか。申し込み、参加費は不要です。



とき 第2・4火曜日10時半～11時半

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

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

ライターズルポ

心を合わせて響かせる音色

10月12日 コープ福田 組合員集会室

コープサークル「ハンドベルサークル」の練習日。透き通る音色が室内に響き渡ります。「それぞれが担当の音を持って曲を作り上げるので、その達成感や息を合わせる大切さなども学べます」と講師の高妻淳子(こうづまじゅんこ)さん。「音がきれいで気持ちが良い」と1音ずつ丁寧に音を奏でる姿が印象的でした。(木下)



大人のメンバーも
大募集♪

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

12月28日(土)～1月5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
(12時～13時不在)
日・祝: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

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

2025年1月～3月開催の レインボースクール

知って伝えて役立つ学習会。気軽にご参加ください。

とき	内容
ところ:コープ朝霧 組合員集會室	
1月23日(木) 10時半～12時	レモンについて学ぼう!
2月27日(木) 10時半～12時	お家で楽しむティータイム
ところ:コープ稲美 組合員集會室	
1月28日(火) 10時～11時半	お口の健康とオーラルフレイルについて
2月25日(火) 10時～11時	部門のプロが「フードプラン 大いけす育ちぶり」を語る
3月25日(火) 10時～11時半	アマトセミナー
ところ:コープ魚住 組合員集會室	
1月15日(水) 10時半～12時	介護にまつわるお金の話
ところ:コープ大久保 組合員集會室	
1月23日(木) 10時半～12時	もっと知ろう! 兵庫生まれの醤油 ～うすくちしょうゆについて～
3月13日(木) 10時半～12時	たんぱく質で強いカラダを!
ところ:コープ大蔵谷 組合員集會室	
1月22日(水) 10時半～12時	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!
2月19日(水) 10時半～12時	缶詰講座+ローリングストックとは
ところ:コープ神吉 組合員集會室	
1月27日(月) 10時～11時半	部門のプロが「フードプラン薩摩元氣豚」を語る
2月3日(月) 10時～11時半	おいしさ広がるヨーグルトと乳酸菌について
3月3日(月) 10時～11時半	部門のプロが「フードプラン 大いけす育ちぶり」を語る
ところ:コープ高砂 組合員集會室	
1月22日(水) 10時半～12時	部門のプロが「フレンドリーバナナ」を語る
2月19日(水) 10時半～12時	部門のプロが「CO・OPあごだし 顆粒タイプ20本」を語る
ところ:コープ西明石 組合員集會室	
1月20日(月) 10時～11時	部門のプロが「フードプラン薩摩元氣豚」を語る
2月10日(月) 10時～11時半	始めよう! 朝ベジ習慣 延ばそう! 健康寿命
3月10日(月) 10時～11時半	お墓のはなし(永代供養について)
ところ:コープ播磨 組合員集會室	
2月9日(日) 10時半～11時半	エネルギーってなんだ? ペットボトル風車を作って
3月11日(火) 10時半～11時半	播磨町の野鳥について

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



いろんな子育てひろばを楽しんで、景品をゲット♪ スタンプラリーで知って広がるお友だち

下記の子育てひろばがスタンプラリーを開催しています。参加するとスタンプを押します。2カ所以上回ると景品をプレゼント(なくなり次第終了)。各子育てひろばの詳細・日程などは各店内掲示のポスターにて事前にご確認ください。申し込み不要です。

名称	開催日	時間	会場	参加費
きしゃぼっぽ	第1木曜日	10時15分～11時45分	笑くぼ西明石 (コープ西明石2階)	無料
	第3木曜日	10時半～12時	コープ西明石 組合員集会室	100円
うさちゃんひろば	第2月曜日 ※12月は開催済み	10時半～12時	コープ稲美 組合員集会室	200円
ころころパンダ	第4水曜日 ※12月は休み	10時半～12時	コープ大久保 組合員集会室	100円
HIDAMARI KIDS	第4木曜日 ※12月は休み	10時半～12時	コープ魚住 組合員集会室	200円

※このキャンペーンはコープサークルテーマ助成を使用しています

問い合わせ 第6地区本部



日頃の食生活を個々にチェック！ 結果を今後に活かして日々健やかに

高齢者や子育て中のお家で掃除や料理など、家事支援を行う「コープくらしの助け合いの会」。会員同士の交流のために年1回開催している交流会で公開講座を行い、家庭料理研究会の先生がBDHQ(食行動や食習慣に関する質問表)の読み解きを行います。自分の食生活を振り返り、家族や支援している人のために学びませんか。参加費無料。コープ商品のおみやげ付きです。

とき 2025年1月23日(木) 10時～11時45分

ところ ウィズあかし 学習室801
(各線明石駅徒歩3分 アスパア明石北館8階)

定員 10人(申し込み多数の場合は抽選)

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

※12月16日(月)締め切り



コーヒーや紅茶を飲みながら おりがみで作品作り

人や環境に配慮した“エシカルな暮らし”を考える「カフェエシカル」。今回は「おりがみ」で季節に合った作品を折ります。ゆったりと“エシカル商品”のコーヒーや紅茶を飲みながら楽しく過ごしませんか。申し込み不要です。

とき 2025年1月9日(木) 10時半～12時

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 100円(飲み物代)

問い合わせ 第6地区本部



ライターズルポ

お肌が喜ぶスキンケア法♪

10月22日 大久保「コープのつどい場」

ナリス化粧品の商品のうち国産バラを使用した「コープフリーリア」と、赤ちゃんと一緒に使える「スハダモ」についてのスキンケア講座に12人が参加。講座では、商品が組合員の声から生まれ、ナリス化粧品の技術によりさらに進化したこと、ふきとりや洗顔方法のコツなど、実践を交えて学びました。(藤野)



参加者からは「改めてスキンケアの大切さを知りました」と喜びの声も

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

12月28日(土)～1月5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



Facebook

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!



みんなで巻いて食べよう ジャンボ巻き寿司づくりに挑戦!

兵庫県産の「海苔」と「イカナゴのくぎ煮」を使って、みんなで力を合わせておいしいジャンボ巻き寿司を作ろう。海やお魚の話も聞けるよ。親子で少し早い節分を楽しもう♪



チーズも
入れちゃうよ!

上郡

とき 2025年1月19日(日) 10時～12時

ところ コープ上郡
上郡「コープのつどい場 えん」横 催事場

申し込み 第7地区本部 相生事務所
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



申し込み

※12月9日(月)受け付け開始

豊岡

とき 2025年1月26日(日) 10時～12時

ところ コープデイズ豊岡
豊岡「コープのつどい場」

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



申し込み

※12月9日(月)受け付け開始

講師 兵庫県漁業協同組合連合会

対象 幼児～小学生と保護者

定員 各30人(申込順)

参加費 子ども300円、大人400円

持ち物 飲み物、エプロン、三角巾、マスク

※このイベントは、レジ袋代金を活用しています





知ってる？ 離乳食のお助け便利商品！ コープの「きらきらステップ」学習会

「子どもには安全で栄養のあるものを食べさせたい」「煮たりすり潰したりと下ごしらえが時間も手間もかかって大変」。そんな離乳食のお悩みに応えた「きらきらステップ」の商品ができるまでの話や、安心でおいしい食事作りのヒントなどをご紹介します。食べたことのない方のために試食をたくさん用意しています。ぜひ、ご参加ください。

- とき 2025年1月30日(木) 10時～11時半
- ところ コープ上郡 上郡「コープのつどい場 えん」
- 対象 乳幼児と保護者(大人のみ参加もOK)
- 定員 10組(申込順)
- 参加費 無料
- 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



申し込み

※12月9日(月)受け付け開始



「きらきらステップ」って？

離乳食・幼児食の商品シリーズ。月齢に応じた豊富な品ぞろえです。子どもが食べやすい大きさや食感で、やさしいうす味に仕上げてあります。



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

“困った時は、お互いさま”、あなたができるとして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、高齢者のお宅での掃除や買い物、産前産後の家庭での洗濯や食事づくりを手伝う「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活動で、性別や年齢、資格は問いません。活動のことなら何でも相談できるコーディネーターがサポートします。

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
12月9日(月) 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)
12月16日(月) 13時～14時半	第7地区本部

問い合わせ 第7地区本部



もしものときのために備えよう！ あなたのまちの防災の話

近年、各地で多発する自然災害。身近な地域の防災士から、もしものときのためにお住まいのエリアに合わせた防災・減災の話を聞かませんか。避難の仕方や避難所でのくらしなどをみんなで学びます。ぜひ、ご参加ください。

- とき 2025年1月16日(木) 10時半～12時
- ところ 相生「コープのつどい場」
- 対象 どなたでも
- 定員 30人(申込順)
- 参加費 無料
- 申し込み コープデイズ相生 サービスコーナー



ライターズルポ

コミュニティ食堂ネットワーク会

10月7日 姫路青山「コープのつどい場」

子ども食堂・支援団体の24人が参加し、食中毒やアレルギー事故を防ぐための運営のルールを改めて確認。「手洗いチェッカー」を使って洗い残しを目で見えるようにすることで、正しい手洗いの重要性を学びました。最後に質問や意見交換を行い、皆さんの活動への意欲が一層高まりました。今後の活動が楽しみです。(天羽)



しっかり
洗っていても
まだこんなに！