

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(日)～1月4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 S N S ……

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、コーパスクー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」



コーパこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね！



テーマいろいろ！楽しく学べる 「レインボースクール」に来てね

とき	ところ・申し込み	テーマ
2026年 1月14日(水) 10時～11時	コーパ茨木白川 ☎ 072-630-0110	女性になりたい理想の肌に
1月21日(水) 10時半～11時半	コーパ蛍池 ☎ 06-6842-3711	騙されない！スマホ社会のネットトラブル
1月22日(木) 10時半～11時半	コーパ島本 ☎ 075-962-3501	ワインの楽しみ方
2月18日(水) 10時～11時	コーパ茨木白川 ☎ 072-630-0110	日本酒の楽しみ方
2月18日(水) 10時半～11時半	コーパ蛍池 ☎ 06-6842-3711	お茶を楽しむ講座
2月19日(木) 10時半～11時半	コーパ島本 ☎ 075-962-3501	意思表示できなくなる前に 今からできること
2月20日(金) 10時半～11時半	コーパ新光風台 ☎ 072-738-5901	コーパの洗剤セフター♪ 人気の秘密

参加費 無料

申し込み 各店舗サービスコーナー

※詳細は各店舗にお問い合わせください。

託児もあります

(子ども1人300円・お受けできない店舗もあります)



何が違うの？ 先発医薬品とジェネリック医薬品

吹田徳洲会病院の薬剤師さんにジェネリック医薬品についてお話ししていただきます。疑問や悩みと一緒に解決しましょう。家計にもやさしくなるお薬の知識を身に付けましょう。

とき 2026年1月22日(木) 13時～14時半

ところ コレル桜塚1階(コーパ桜塚となり)

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 大阪北地区本部

コーパこうべ イベントひろば

検索

※12月8日(月)受け付け開始



申し込み





3つのサークルが合同開催 被災地支援バザー

コープサークル「こぶし」「手作りカフェ」「ゆずるカフェ」が手作り小物を持ち寄って、被災地支援のバザーを開催します。牛乳パックで作った座椅子、使用済みの傘から作った自転車カバー、和布の小物などたくさんの品物が並びます。お気に入りが見つかるかも。お買い物ついでにのぞきに来てね。

とき 12月14日(日) 10時半～14時

ところ コープ桜塚1階

問い合わせ 大阪北地区本部



意思表示できなくなる前に 今からできること

備えたいことや活用できる制度について学びましょう。

とき 2026年1月20日(火) 13時半～14時半

ところ 新光風台ふれあいホール
(コープ新光風台となり)

講師 斎藤真里子さん
(ファイナンシャルプランナー)

定員 5人(申込順)

主催 コープサークル
「いきいきクラブ 新光ひなげし」

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



申し込み

※12月8日(月)受け付け開始



ライターズルポ

あま~いみかんを収穫

9月30日 和歌山県上富田町

「コープこうべフードプラン 上富田みかん」の産地見学に30人が参加しました。生産者の方からおいしいみかんの見分け方などを教わり、収穫体験。その後は選果場の見学へ。木から自分で収穫した、もぎたてのみかんを食べ、参加者は「緑色の皮でもとても甘くておいしい」と顔をほころばせていました。(和田)



みかんを収穫する
ときは、この辺りを
切りましょう！



「コープともしびボランティア拠金」 助成を希望する団体を募集

「コープともしびボランティア拠金」は組合員の善意で寄せられた募金です。このお金を使って、大阪北地区内でボランティア活動をする団体に助成を行います(法人格を持たない団体に限ります)。材料費、会場費、印刷費なども助成対象です。

コープこうべの組合員が1人以上メンバーに含まれていれば地域の団体も申請できます。助成を希望する方は詳細をお問い合わせください。

募集期間 12月1日(月)～

2026年1月31日(土)

※17時必着

申し込み 大阪北地区本部



ポリ袋でご飯が炊けるかな? 防災クッキングに挑戦

「防災・へいわの会」のメンバーと一緒に、災害時を想定したクッキングにチャレンジ。ご飯と総菜2品を調理してみましょう。

とき 2026年1月27日(火) 10時半～12時

ところ コレル桜塚 B教室
(コープ桜塚となり)

定員 12人(申込順)

参加費 無料

持ち物 エプロン、マスク、三角巾、筆記具

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

※12月8日(月)受け付け開始



申し込み

ハロウィーンバッグ、作ったよ

10月13日 コープ桜塚

「虹っ子サポーター」が、買い物に来た子どもたちのためにハロウィーン工作を企画。紙コップのバッグに、かぼちゃやお化けなどの折り紙やシールを貼ったり、絵を描いたりして楽しみました。子どもが遊んでいる間に保護者は買い物へ。自分で作ったバッグを片手に親子でうれしそうに帰る姿が印象的でした。(和田)



お化けに
帽子もかぶせたよ。
いいでしょう！

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問い合わせを
12月28日(日)～1月4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
- 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！

「コープくらしの助け合いの会」 公開講座へどうぞ

「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「つどい」を開催しています。今回は公開講座ですので、どなたでもぜひご参加ください。

塚口エリア

自転車ルール講習会

2026年4月から16歳以上の自転車利用者に、「交通反則通告制度」が導入されます。ルールの改正により、信号無視や傘さし運転などの罰則が強化されます。これからも自転車を安全に使用するために、一緒に学習しませんか。

とき **12月16日(火) 10時～12時**

ところ **コープ塚口 組合員集会室**

講師 **尼崎北警察署員**

定員 **20人 参加費 無料**

申し込み **第1地区本部 塚口事務所**



宝塚エリア

座ってできる健康体操

座ってできる簡単な体操でリフレッシュしませんか。
簡単な脳トレも行います。

とき **2026年1月9日(金) 13時半～15時**

ところ **コープめふ2階 組合員集会室**

定員 **10人 参加費 無料**

持ち物 **動きやすい服装、
飲み物、汗拭き用タオル**

申し込み **第1地区本部**



できることから
始めませんか

活動会員登録説明会

「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てくださる活動会員を募集しています。活動は有償（1時間800円～）で交通費は実費支給。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 **12月15日(月)**

10時～12時

ところ

第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所

申し込み **第1地区本部**

第1地区本部 塚口事務所



スマホを活用した防災講座 いざというときに備えるために

大好評の「スマホ防災講座」では、災害情報の入手方法や安否確認など基本的な操作をはじめLINEの防災機能の使い方なども学びます。申し込みのうえ、ご参加ください。参加費は無料です。

とき 2026年1月30日(金) 10時～12時

ところ コープ塚口 組合員集会室

講師 ソフトバンク(株)スマートアドバイザー®

対象 第1地区エリア(13ページ左上参照)在住の60歳以上でスマホの操作に不安のある方

※スマホはこちらで準備

します(1人1台)

定員 20人(申込順)

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けんの森 ～虫たちのアパートを作ろう！～

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。森の成長を楽しみ、自然との関わりを学びます。活動は2カ月に1回。今回は落ち葉や枝で虫たちのアパート「エコスタッフ」を作ります。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 12月13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) ※無料駐車場あり

定員 20人(申込順) **参加費** 無料

持ち物 飲み物、タオル(虫除け用)、軍手

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



コープサークルに登録しているコミュニティー食堂が各地域でオープン！ 交流の場としてもご利用を

食堂名(ところ)	とき	食堂名(ところ)	とき
☆みんなの食堂 (協同購入センター宝塚： 宝塚市伊予志4-7-30)	第3月曜日 12時～14時	★にこにこ食堂(コープ塚口2階)	第1土曜日10時～13時 ※偶数月は第2土曜日
☆にじっ子夕やけ食堂 (コープめふ2階)	第3月曜日 16時～受け付け 16時半～弁当配布	★ふれあいサロン「和(なごみ) (コープ尼崎近松)	第3火曜日12時～14時半
☆西風(いりかじ)の宝 (コープ宝塚4階)	第1・3日曜日 11時半～15時	★子ども食堂 なごみ(コープ尼崎近松)	第3土曜日12時～14時半
☆たからっ子食堂 (コープ安倉2階)	第1火曜日 食堂 第3火曜日 弁当配布	★にじっ子夕やけ食堂(コープ園田)	第2水曜日16時～18時
		★アプサラス (大庄元氣むら コープさんとこ： 尼崎市大庄西町3-10-1)	第3土曜日12時～13時
		★小さなわが家	第4水曜日18時～19時半

※住所の記載がないところは各店舗の組合員集会室で開催

※食事代、参加費、定員や限定食数など詳細はお問い合わせください

問い合わせ ☆第1地区本部 ★第1地区本部 塚口事務所



何か始めませんか 「ボランティア相談会」へ来てね

「子育てが一段落したので何か社会に貢献したい」「時間を作りたい」「何か自分にできることはないかな」などと思ったら、申し込みのうえ、相談会にお越しください。いろいろな活動をご提案します。例：「子育てひろばのお手伝い」「ベルマーク支援活動」「子ども食堂スタッフ」など

とき	ところ	申し込み
12月11日(木) 13時半～14時半	コレル塚口 (コープ塚口2階)	第1地区本部 塚口事務所
12月20日(土) 10時～11時	第1地区本部 (コープめふ2階)	第1地区本部



遊びと学びの「すくすくフェスタ」

10月18日 コレル塚口

乳幼児から未就学児までのお子さんと保護者のイベント「すくすくフェスタ」を開催。手作りおもちゃやフォトブースでの撮影、絵本の読み聞かせなどを親子で楽しみました。また、乳幼児食の試食・学習会や尼崎市消防局による救急講習もあり、参加した保護者は、「とてもためになつた。来て良かった」と話していました。(高野)



ゴリラのお話を
楽しそうに聞く
子どもたち

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

12月28日(日)～1月4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
- 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」



検索

今月号のいいね！

誰かの思い出を守るボランティア写真洗浄に参加しませんか？

台風などの自然災害で汚れた写真を洗浄して、被災された方に返却する活動です。

とき 2026年1月24日(土) 13時～16時

ところ コレル西宮(ゆとり生活館アミ3階)

定員 25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

写真洗浄の工程は？

- 届いた写真を乾かす
- 水やエタノールで1枚ずつ丁寧に洗浄
- ポケットアルバムに入れて持ち主に返却

※今回は②の工程を体験！



同時開催 能登の現地報告

写真洗浄を教えてくれる被災支援ボランティア団体「おたがいしまプロジェクト」の皆さんのが能登半島地震の被災地の様子やボランティア活動について報告を行います。



日本の森林と「日本の杉でつくった割箸」学習会 参加者募集

生産者の話を聞き、日本の森林についても考えます。

とき 2026年1月31日(土) 10時半～12時

ところ コレル西宮(ゆとり生活館アミ4階)

内容 ●ひょうご森林林業協同組合連合会の方のお話

日本の森林の現状と課題、森林整備の重要性など

●生産者のお話

割箸の基礎知識と現状、開発の苦労、動画で学ぶ割箸工場の製造工程など

定員 30人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第2地区本部



申し込み



つどい場でクリスマス会! 演奏などのステージもあるよ♪

大人も子どもも楽しめるコーナーがいっぱい。遊びに来てね。

とき 12月7日(日) 13時半~16時半

ところ つどい場CO・KO(コープ甲東園隣)

- 内容**
- カフェ(100円) ●塗り絵(無料)
 - チケット作り(ジュースセット200円)
 - 松ぼっくりクリスマスツリー作り(無料)
 - クリスマス飾り作り(100円)
- ※申し込み不要、
時間内出入り自由

参加費 入場無料

(参加コーナーで直接支払い)

問い合わせ 第2地区本部



子育てサポーターと おにのお面づくり

簡単にできる工作です。親子でお面づくりを楽しもう。

とき 2026年1月29日(木)

10時半~11時半

ところ わになーれにしきた
(コープ北口食彩館2階)

※時間内出入り自由

対象 0歳以上の子どもと保護者

定員 15人程度(当日受け付け

順、材料が無く

なり次第終了)

参加費 無料

問い合わせ 第2地区本部



ライターズルポ

いざ実証! お祭りで炊き出し訓練

10月25日 西宮市役所周辺

一般社団法人LFA Japanとコープこうべによる食物アレルギー講座の参加者が、にしのみや市民祭りで、炊き出しを想定して考案したスープを販売。原材料表示と一緒に、「食べられる食材を判断できるよう、炊き出しでは食材の貼り出しを」という呼びかけを掲示。じっくり表示を確認する姿も多く見られました。(行本)

備蓄品としてよく
使われるアルファ化米
入りスープ♪



健康の秘けつは筋肉! '食'で筋活~料理学習会~

筋肉のしっかりとついた丈夫な足腰を維持する鍵は、適度な運動と、良質なたんぱく質を含んだバランスの良い食事です。たんぱく質のこと、考えてみませんか。

とき 2026年1月28日(水) 10時~12時半

ところ コープ甲陽園 組合員集会室

定員 20人(申込順) **参加費** 550円

持ち物 エプロン、三角巾、お手拭き、筆記具

主催 コープサークル「食育くらぶ ふう~」

申し込み コープ甲陽園サービスセンター

(参加費を添えて)

または第2地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み

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。クッキー、手芸品などハンドメイド商品がいっぱいです。売り上げは、施設の作業員の工賃になります。気軽に立ち寄りください。

とき 12月19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



助け合いの会 活動会員募集説明会

「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。子育て中の家庭や高齢の方の自立した暮らしをサポートしませんか。

とき 12月9日(火)

10時半~12時

ところ コープ西宮1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

不定期開催「のんびりひろば」

10月29日 わになーれにしきた

誰もが思い思いに過ごせる「のんびりひろば」。読み聞かせや手遊びの時間もあります。今回は子育てコンシェルジュや先輩ママを交えた「小さく生まれた子のママのおしゃべり会」を同時開催。終会後も情報交換や専門家への相談など話が尽きず、参加者は「話せて気持ちが軽くなりました」と笑顔で語っていました。(行本)



主催は「どんな子も暮らしやすい西宮を考える会」

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問い合わせを

12月28日(日)～1月4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1階
時 間 月～土：9時半～17時
日・祝：休

公式 SNS

第3地区的インスタグラム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」



検索

くまちゃん イベントひろば

今月号のいいね！



終戦80年企画 平和の映画 上映会 「ヒロシマへの誓い サーロー節子とともに」

終戦から80年を機に、改めて平和に思いを巡らせる機会として、平和の映画上映会を開催します。映画の上映や子どもたちの平和学習の報告を通して、平和の大切さを見つめ直してみませんか。

とき 2026年1月31日(土) 13時半～16時

ところ ふれあいひろば「コレルせいぶん」ホール
(JR住吉駅徒歩8分 生活文化センター2階)



映画上映会

『ヒロシマへの誓い サーロー節子とともに』

13歳の時に広島で被爆し、全世界へ向けて平和活動を続けるサーロー節子さんを4年間にわたって密着取材したドキュメンタリー映画(上映時間82分)



広島平和サイクリングの旅 報告会



過去に参加した学生が、語り部から聞いた被爆体験や平和記念資料館などで学んだことを報告します。

第3地区平和企画委員による防災食の展示

定員 100人(申込順)

参加費 無料

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



申し込み

問い合わせ 第3地区本部

あの日を忘れない

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31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。今年もさまざまな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(約4.5km)。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、防災意識を高めましょう。

とき 2026年1月17日(土) ※雨天決行

9時20分 ポートライナー三宮駅改札前集合

12時ごろ 慰靈のつどい終了後 HAT神戸解散(予定)

定員 20人(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





みんなで楽しもう! ハッピー・クリスマス

普段は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、参加者と交流します。大人も子どもも一緒に、ゲームなどでワイワイ盛り上がりましょう! 開催時間内であれば、いつ来てもOKです。

とき 12月22日(月)17時~19時

ところ コープ横尾 組合員集会室

対象 3歳~大人

定員 15人程度(当日先着順)

参加費 100円

問い合わせ 第3地区本部

※コープサークルチャレンジ

助成金を活用しています



コープサークル「音訳こすもす」 メンバー募集

楽しく朗読の勉強をしながら、目の不自由な方のために本を音読して録音しているほか、日本赤十字社のボランティアグループとしても活動しています。初心者も大歓迎です。現在のメンバーは全員女性ですが、男性もぜひどうぞ。

活動日 第2・4金曜日13時~15時

ところ 生活文化センター1階

第3地区会議室B

(JR住吉駅徒歩8分)

対象 パソコンをお持ちの方

参加費 会費:月500円

日赤声の図書赤十字奉仕団団費:年1,000円

問い合わせ 第3地区本部

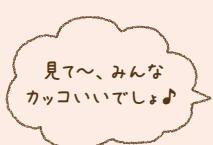


ライターズルポ

トリック オア トリート!

10月25日 コープ甲南、甲南本通商店街

甲南本通商店街が企画した「ハロウィンフェスタ」に第3地区が参加。商店街では、いろいろなキャラクターの仮装をした子どもたちがブースを回って、お菓子をもらっていました。店舗では、折り紙でカボチャやお化けを作ったり、フォトブースで写真を撮ったり。ハンドメイドのバザーも大盛況でした。(石川)



あなたが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
12月23日(火) 10時半~12時	中央区、兵庫区、 長田区、須磨区	コープ兵庫 組合員集会室
2026年 1月16日(金) 13時半~15時	東灘区、灘区	生活文化センター 1階 第3地区会議室B

申し込み 第3地区本部



災害時の備えはできていますか? 「神戸防災のつどい2026」

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地区がブースを出展します。各家庭での備蓄、ローリングストックやトイレ対策ができるなど、チェックボードを設置。また日頃からの備えにおすすめのコープ商品を展示します。

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 2026年1月18日(日)

13時~16時

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



コープクオリティのおいしさに迫る

10月30日 生活文化センター

コープクオリティや日本茶について学習する「学びのフェスタ」を開催。原料のこだわりなど、3つのポイントを満たした商品だけを厳選していることなどの話を聞いた後、黒豚焼売の試食やケチャップの味見をしました。日本茶の生産工程や茶葉の保管方法などの話もあり、商品への理解がより一層、深まりました。(石川)



「トマトと5種の野菜入り
ケチャップ」を使ったミニストローネのレシピの紹介も

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問い合わせを

12月28日(日)~1月4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

この他の情報も! ホーム
ページ「イベントひろば」



検索

今月号のいいね!

サンタさんが
やってくる!

子育てサポーターとあそぼう きたすず☆クリスマスでらす

シールラリーやゲームコーナーで盛り上がったり、マットコーナーでゆっくり過ごしたり、子育てサポーターと一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

とき 12月20日(土) 11時~14時

ところ コープ北鈴蘭台きたすずでらす

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



工作「リサイクルで スノードーム」

先着50人



お店で サンタクロースを探そう

先着50人



好きなタイミングで来てね♪

11時オープニング☆ハンドベル演奏

11時20分 ...ふれあいあそび(乳幼児向け)

11時50分 ...大きな絵本『はらぺこあおむし』

13時クリスマスのおはなし

13時30分 ...大きな絵本『はらぺこあおむし』



レッツ防災! 2026

そなえて、「いのち」と「きもち」をまもる

災害への備えはできていますか? 「水道が止まつたら」「避難することになったら」といった状況を想定し、心構えをしておくことが大切です。地域のみんなで防災について考えてみましょう!

- 防災シールラリー(先着50人)
- 簡易トイレの凝固剤体験(先着50人)
- パッククッキング紹介&試食(先着100人)
- 「寝床体験 どうねるんど」など

とき 2026年1月17日(土)11時~14時

ところ コープデイズ神戸北町3階 にじいろひろば

参加費 無料 共催 第4地区平和をつなぐ会

問い合わせ 第4地区本部





シニア世代の食事について作って考えよう 「copeくらしの助け合いの会」公開講座!

加齢に伴う身体機能の低下は、日々の食生活にも影響します。これまでのように、うまく食べられないことも。少しでも食事を楽しんでもらうためにはどうすれば良いのか、みんなで調理しながら考えましょう。

とき 2026年1月24日(土)10時半～13時半

ところ コープ北鈴蘭台 きたすてらす

講師 家庭料理研究会 中野葉子さん

定員 10人程度(抽選)

参加費 800円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、お手拭き

申し込み 第4地区本部

copeこうべ イベントひろば

検索



※2026年1月10日(土)締め切り。

申し込み

抽選結果は1月14日(水)までに当選者にのみお知らせ



メニュー

- やわらか一口カツ
- 豆腐のしょうがトマトあんかけ
- 小松菜ときのこのごま酢和え
- ミルクみそ汁



「のり」ってどうやって作るの? 親子でのり工場に行ってみよう!

兵庫県は日本有数の、のり産地です。12月～4月はのりの製造シーズン! 兵庫の漁業について学習し、のりができるまでの過程を現地で見学してみませんか。

とき 2026年2月7日(土)10時～12時

※9時40分にJR須磨駅改札前集合

ところ すまうら水産のり工場

対象 小学生と保護者(未就学児は参加できません)

定員 30人程度(第4地区エリア(9ページ左上参照)在住の方を優先して抽選)

参加費 大人1,000円、子ども500円

協力 JF兵庫漁連

申し込み 第4地区本部

ホームページからのみ

検索



申し込み

※2026年1月13日(火)締め切り。抽選結果と詳細は1月16日(金)までに当選者にのみお知らせ



ライターズルポ

平和をつなぐ会と映画鑑賞

10月18日 コープ柏原

「第4地区平和をつなぐ会」の6人と一般参加の7人が、バスに乗って丹波市へ。平和映画上映会に参加し、映画『この世界の片隅に』を鑑賞しました。戦時下の広島で人々が懸命に生きていいく姿に、参加者は涙を浮かべていました。終戦80年となる今、世界情勢に思いをはせながら平和の大切さをかみしめていました。(安田)

参加者が思いを書いた
未来へのメッセージ。
小さな夢が平和への一歩



交流会で「まいくる」試食!

10月24日 コープ北鈴蘭台 きたすてらす

「copeくらしの助け合いの会」の会員が集い、普段の活動について意見を交わす会が開催されました。今回は夕食サポート「まいくる」の試食会も行い、コース別の味や食感や量の違いを体験しました。「どのコースもおいしい。必要になったら利用したい」「人に薦めたい」との感想が多く聞かれました。(吉田)



いろいろなおかずが
食べられるのは、
お弁当ならでは♪

エリア掲示板

神戸市
垂水区・西区

●エリア外の方も気軽に問い合わせを

12月27日(土)～1月4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

コーパデイズ神戸西
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」



コーパこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね！

「とれぴち」企画♪

ジャンボ巻きずしを みんなで作って食べましょう！

日本海や瀬戸内海の漁業について学び、兵庫県産の具材などを使って全長9mの巻きずしをみんなで巻いて食べましょう。



	とき	ところ
①	2026年1月17日(土) 10時～12時	神戸市西区玉津庁舎 (神戸市西区玉津町小山180-3)
②	2026年1月24日(土) 10時～12時	コーパデイズ神戸西

内容(予定) 巻きずし作りと実食、兵庫の海と漁業の学習

対象 小学生と保護者

定員 各日30人(申込順)

参加費 1人500円
(子ども・大人共通)



申し込み 第5地区本部

コーパこうべ イベントひろば 検索

※12月8日(月)受け付け開始
※自由記入欄に、参加する全員の
名前(子どもは学年も)と
希望日(①または②)を記入

「とれぴち」とは…

地産地消・魚食普及・豊かな海づくりへの理解を深めることを目的に、コーパこうべと兵庫県漁業協同組合連合会、兵庫県が協力し取り組む活動です。



兵庫県立舞子高等学校 天文気象部と一緒に
天体望遠鏡作り&天体観測会

高校生と一緒に自分だけの天体望遠鏡を作って、冬の夜空を観測しましょう。

とき 2026年1月24日(土)16時～19時半ごろ ※雨天決行

※天候により、天体観測ができない場合あり

※望遠鏡用の三脚をお持ちの方は、ご持参ください

ところ 神戸市西区玉津庁舎(神戸市西区玉津町小山180-3)

対象 小学生以上の子どもと保護者

定員 10組(申込順)

参加費 1組3,000円

(天体望遠鏡1台の材料費)

申し込み ホームページからのみ

コーパこうべ イベントひろば 検索

※12月8日(月)受け付け開始



申し込み



学んで 笑って♪ 落語で楽しく学ぶ「消費者トラブル」

神戸西警察署の方から、特殊詐欺などの現状について聞きます。
その後は落語で楽しく学んで、賢い消費者をめざしましょう。

とき 2026年1月15日(木) 10時半～12時

ところ セリオ2階 セリオホール

(神戸市営地下鉄西神南駅すぐ)

内容 落語会(桂吉弥さん、桂弥壱さん)、

防犯講話(神戸西警察署職員)

定員 100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5地区本部

[コープこうべ イベントひろば](#) [検索](#)



申し込み



たまろっとで ハッピーメリークリスマス♪

サンタさんがやって来てみんなにお菓子をプレゼント♪「たまろっとマルシェ」も同時開催します。参加費も申し込みも要りません。みんなでクリスマスを楽しみましょう。

とき 12月11日(木) 10時～14時

ところ 神戸市西区玉津庁舎1階

(神戸市西区玉津町小山180-3)

内容 ●クリスマスイベント

(手遊び・歌など) 11時～

●お楽しみ抽選会 13時半～

●フォトスポットで撮影

問い合わせ 玉津のつどい場たまろっと
地域活動センター



「コープくらしの助け合いの会」 活動会員登録説明会

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。活動は有償で特別な資格は要りません。男性も庭仕事などで活躍しています。あなたの空き時間を困っている人のために役立てませんか。関心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 12月18日(木) 10時半～12時

ところ コープ住宅(株)2階 会議室

(神戸市垂水区福田3-2-12)

参加費 無料

申し込み 第5地区本部



コープサークル「いけばな池坊」 お正月を華やかに

お花を生けて、華やかにお正月を迎えましょう。大人のみの参加も大歓迎です。手ぶらで気軽にご参加ください。

とき 12月28日(日) 13時半～15時半

ところ コープデイズ神戸西2階 つどいの部屋

対象 小学生以上の子どもと保護者

※大人だけの参加也可

定員 5人(申込順)

参加費 子ども1,500円 大人2,000円

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](#)

※12月8日(月)受け付け開始

※コープサークル助成を活用しています



申し込み

ライターズルポ

演舞の楽しさ 会場がひとつに

10月26日 コープ西神南

コープ西神南つどい場「秋まつり」を開催。「いぶきスタジオ」の定期講座受講生による花架拳(かかけん)・花扇功(かせんこう)やキッズダンス、フラダンスなどの舞台発表がありました。華やかなステージからは、熱心に練習に取り組む楽しさが伝わり、大きな拍手が会場にあふれました。(木下)



興味を持った方は
ぜひ体験を♪

エリア掲示板

東播磨 (明石・加古川・
高砂市・稻美・
播磨町)

淡 路 (洲本・南あわじ・
淡路市)

●エリア外の方も気軽に問い合わせを

12月27日(土)～1月4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

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」



検索

今月号のいいね！



参加費
無料

2026年1月～3月開催の レインボースクール

気になる学習会をチェックして、
気軽にご参加ください。



とき	内容
ところ:コープ稻美 組合員集会室	
1月27日(火)10時～11時半	コーヒーのおいしい淹(い)れ方
2月24日(火)10時～11時半	部門のプロが「季節の果物」を語る
3月24日(火)10時～11時半	スペ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！
ところ:コープ魚住 組合員集会室	
1月21日(水)10時半～12時	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～
ところ:コープ大久保 組合員集会室	
1月22日(木)10時半～12時	カラダは食べた物からできている ～元気な人生100年のためのヒント～
3月12日(木)10時半～12時	こんなん知つとお？ 気イつけや!! 消費者トラブル回避の術
ところ:コープ神吉 組合員集会室	
1月26日(月)10時半～12時	女性のなりたい理想の肌に
2月23日(月・祝)10時半～12時	部門のプロが 「フレンドリーバナナ」を語る
3月23日(月)10時半～12時	スペ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！
ところ:コープ高砂 組合員集会室	
1月21日(水)10時半～12時	防災・減災体験学習
2月25日(水)10時半～12時	紅茶のおいしい飲み方
ところ:コープ西明石 組合員集会室	
1月12日(月・祝)10時～11時	部門のプロが「大いけす育ちぶり」と 「健康熟成鶏」を語る
2月9日(月)10時～11時半	お口の健康とオーラルフレイルについて
3月9日(月)10時～11時半	自然のだし ～おいしいいりこができるまで～
ところ:コープ播磨 組合員集会室	
1月18日(日)10時～12時	部門のプロが「大いけす育ちぶり」を語る
2月8日(日)10時～12時	キッズ向け金融入門
2月10日(火)10時～12時	播磨町野鳥バードウォッチング ※店舗周辺の屋外に行きます
3月22日(日)10時～12時	ゲーム「なんでやろう？ 食品ロス」を やってみよう！ ～原因と解決策を考える～

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
※上記以外の店舗でもキャンセルなどにより参加できる場合が
あります。各店舗でご確認ください



子育てひろばのスタンプラリーで景品をゲット♪ 親子で参加して、いろんな遊びを体験しながらお友達とつながろう

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。1カ所参加ごとに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や日程は、各店舗の掲示ポスターにて事前にご確認ください。申し込みは不要です。

名 称	と き	と こ ろ	参 加 費
きしゃぽっぽ	第1木曜日 10時半～11時45分	笑くば(えくば)西明石 (コープ西明石2階)	無料
	第3木曜日10時15分～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10時半～12時	コープ稻美 組合員集会室	200円
ころころパンダ	第4水曜日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10時半～12時	コープ魚住 組合員集会室	無料

※このキャンペーンはコープサークルテーマ助成を活用しています

問い合わせ 第6地区本部



やりがいを感じながら 充実したセカンドライフを！

シニア男性向け企画。何かを始めたい人、仲間を増やしたい人、新しいことにチャレンジしたい人、「メンズカフェ」で楽しく会話しながら地域デビューのきっかけを見つけるませんか。読書感想会を中心に、ワークショップ形式でこれからの活動について考えます。参加費は無料です。気軽にご参加ください。

と き 12月23日(火)10時～12時

と こ ろ 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)

申しこみ 第6地区本部

コープこうべ イベントひろば

検索



申し込み



「助け合い」登録説明会で 活動について聞いてみよう

高齢者や子育て中のお宅で掃除や料理、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
12月10日(水) 10時半～12時	高砂「コープのつどい場」 (コープ高砂1階)
2026年1月15日(木) 10時半～12時	魚住コープのつどい場「なきすみ」 (JR魚住駅北側 魚住モール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

申しこみ 第6地区本部

ライターズルポ

今の海を知り未来につなげる活動

10月5日 大蔵海岸海水浴場(明石市)

時折雨が降る中「虹の仲間で海づくり」を開催。海の豊かさについて学んだ後、プールで水中ドローンを操作したり、海中で魚が泳ぐ様子をモニターで観察したりしました。また、砂浜に穴を掘り鶴糞を埋めて海へ栄養を与え、アサリの稚貝を放流。参加者からは「タッチプールの魚を触るのが楽しかった」との声がありました。(藤野)



親子で波に気を付けながら
砂浜に穴を掘りました

秋の味覚をみんなで楽しく収穫！

10月13日 エコファーム(三木市)

コープこうべグループの農園にて「サツマイモ大収穫祭！」を開催し11組が参加しました。土づくりからこだわった農園のしくみをクイズで楽しく学び、「高系(こうけい)14号」という品種のサツマイモを収穫。茂ったツルを切り、土を掘りながらサツマイモを見つけると「あった！」と喜びの声が上がりました。(藤野)



みんなで収穫して
1組2.5kgずつを
持ち帰りました

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問い合わせを

12月27日(土)～1月4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♪



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！

みんなで力を合わせて作ろう 9メートルのジャンボ巻き寿司に挑戦！

兵庫県産の海の恵み、「海苔」と「生しらすのくぎ煮」を使って、おいしいジャンボ巻き寿司を作ろう。瀬戸内海の魚や漁業について楽しく学べる学習会もあるよ。節分には少し早いけれど、親子で季節の行事食を楽しもう！

作る！



学ぶ！

食べる！



相生

とき 2026年1月18日(日)10時～12時

ところ コープデイズ相生(サービスコーナー前催事場)

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

※12月8日(月)受け付け開始



申し込み

豊岡

とき 2026年1月25日(日)10時～12時

ところ 豊岡「コープのつどい場」(コープデイズ豊岡)

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

※12月8日(月)受け付け開始



申し込み

講師 兵庫県漁業協同組合連合会

対象 5歳～小学生と保護者 定員 各15組(申込順)

参加費 子ども300円、大人500円

※このイベントは、レジ袋代金を活用しています



みんなで「鬼は～外！」 節分遊びをしよう

工作や手遊び、鬼の的当てゲームなど楽しいことがいっぱい。地域で子育ての活動をするメンバーと一緒に遊ぼう！待っているよ。

とき 2026年1月29日(木)10時半～11時半

ところ コープ姫路砥堀 組合員集会室

対象 0歳～未就学児と保護者

定員 10組(申込順)

参加費 1組100円

(子ども1人追加100円)

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



申し込み

※12月8日(月)受け付け開始

「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、病気の方のお宅で、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、草引きなど、あなたのできることをやってみませんか。組合員による有償の助け合いの活動で、性別、年齢、資格は問いません。活動の相談もでき、サポートもあるので、安心して活動できますよ。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
12月15日(月) 13時～14時半	第7地区本部
12月18日(木) 10時半～12時	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



ルパート コープサークル「吹奏楽団rubato」 第24回定期演奏会♪

学生から社会人まで個性豊かなメンバーが活動する「吹奏楽団rubato」。今回は「世界の音楽」をテーマにした曲も♪ 小さな子どもから高齢者まで楽しめる演奏会です。入場無料で、申し込みは不要。気軽にお越しください。



とき 12月14日(日)13時半～15時半(13時開場)

ところ たつの市総合文化会館アクアホール
(たつの市揖保川町正條354番地1)

問い合わせ 吹奏楽団rubato事務局

Eメール windorchestrarubato@gmail.com



「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！



ライターズルポ

みんなでハロウィーンパーティー

10月16日 コープ姫路田寺

かわいい仮装をした小さな子どもたちと保護者が集まり、音楽に合わせて体を動かしたり、紙皿に絵を描いてお化けのバッグを作ったりしました。「トリック・オア・トリート！」と店内を回る子どもたちの姿に、みんなにっこり♪ かぼちゃとバナナのゼリーを食べて、ハロウィーンを満喫しました。(天羽)



総代交流会

10月21日 姫路市総合福祉会館

10月から総代に就任した方々の交流会が開催され、参加者は総代の役割とコープこうべについて学びました。交流タイムでは、おすすめのコープ商品についての意見交換もあり、笑顔があふれていました。「総代になって知り合いが増え、商品の学習もできた」との声も。終始和やかな雰囲気の会議となりました。(天羽)



コープ商品の試食をしながら楽しく交流