

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、コーパー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」



検索

コーパーべ イベントひろば

今月号のいいね！



節分に
ぴったり

みんなで作って食べよう ジャンボ巻きずしに挑戦！

節分の前に、全長9mのジャンボ巻きずしを作りませんか。みんなでタイミングを合わせて、がんばって巻けるかな？兵庫の海や魚、漁業についてのお話も伺います。託児はご相談ください(子ども1人300円)。



※このイベントは「レジ袋代金」の助成を得て実施しています。

とき 1月31日(土)10時半～12時

ところ コレル桜塚1階(コーパーべとなり)

対象 大阪北地区エリア
(このページ左上を参照)に
お住まいの4歳～小学生と保護者



定員 34人(申込順) 参加費 1人 500円(材料費)

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭き用タオル

申し込み 大阪北地区本部

ホームページからのみ

コーパーべ イベントひろば 検索



※1月19日(月)受け付け開始

申し込み

※保護者も巻きずしを作る場合は、「その他(自由記入欄)」に
大人の人数をご記入ください

「すいた環境教育フェスタ2026」 「環境」について考えませんか

環境への理解を深めるため、企業やボランティア団体が集うフェスタです。子どもが楽しみながら学べるブースもあります。コーパーべはコーパー委員と一緒に「エシカル消費」をテーマにブース出展します。家族で足を運んでみませんか。申し込み不要、参加費無料です。

とき 2月7日(土)10時半～15時(予定)

ところ 吹田市文化会館 メイシアター

(阪急吹田駅徒歩2分)

問い合わせ 大阪北地区本部





農作業ボランティア募集 竹林整備にご協力を!

牧の里山を守るために、竹の伐採作業を行います。温かいおみそ汁を用意しています。

とき 2月21日(土)

10時～12時

ところ 牧公民館 集合

(豊能郡豊能町牧
西ノ谷4-3)

参加費 無料

持ち物 長靴、軍手、帽子、飲み物、お椀、お箸

申し込み 大阪北地区本部

[\[コーポこうべ イベントひろば\]](#) [\[検索\]](#)

※1月19日(月)受け付け開始



申し込み



姿勢を良くしてストレッチ 椅子を使ってできる体操

椅子を使って家でもできる体操を教わります。裸足になりますので、靴下を脱げる服装でお越しください。

春に向かって、体をしっかりとほぐしていきましょう。

とき 2月20日(金)10時～11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 高野香織さん

(バレエ講師・腸活インストラクター)

定員 15人(申込順) 参加費 無料

持ち物 あればヨガマット

申し込み 大阪北地区本部

[\[コーポこうべ イベントひろば\]](#) [\[検索\]](#)



申し込み

※1月19日(月)受け付け開始

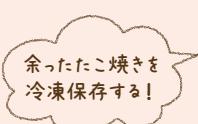


ライターズルポ

ゲームで食品ロス削減を考える

10月13日 コープ桜塚1階

大阪府と協力し食品ロス削減を呼びかける「大阪もったいないキャンペーン」を行いました。“たこ焼きを作って食べるまで”をカードゲームで考えます。お家でたこ焼きをたくさん作りすぎたときはどうするかを考えて答えをカードから選んでいました。生活の中で考えたことを生かせたらいいですね。(和田)



ティーバッグの紅茶をおいしく 紅茶の入れ方について学ぼう

石光商事(株)の方から、紅茶の種類や産地のこと、ティーバッグの紅茶をおいしく入れるコツなどを教わります。ティータイムがもっと楽しみになりますよ。



とき 2月12日(木)13時半～15時

ところ 咲くらのかけはし

(箕面市桜ヶ丘5-6-2)

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 大阪北地区本部

[\[コーポこうべ イベントひろば\]](#) [\[検索\]](#)

※1月19日(月)受け付け開始



申し込み



できることをできる時間で 「コープむつみ会」活動会員募集

助け合い制度「コープむつみ会」では、サポートが必要な「利用会員」(高齢者や子育て中の方)のお宅に「活動会員」が訪れ、家事のサポートをしています。自分が日頃やっていることが誰かの助けになります。短時間でも結構ですので、ぜひあなたの力を貸してください。

活動日 月曜日～土曜日の都合の良い時間

活動エリア 大阪北地区(15ページ左上を参照)

活動例 掃除、料理、庭の草引き、通院の付き添い、洗濯、買い物など

活動費 30分400円(交通費は実費を受け取り)

問い合わせ 大阪北地区本部

新しい総代さんを迎えて

10月27日 千里ライフサイエンスセンター

選挙で選ばれた総代77人が集まり、交流会を開催しました。総代は組合員約2000人に1人の割合。組合員の代表としてしっかり意見を伝える役割があります。再任の総代から歓迎メッセージを伝えたり、お互いに自己紹介をしたり、コープ商品を試食して感想を言い合ったりして、親交を深めていました。(和田)



コープこうべをもっと
良くするため、ご意見を
よろしくお願いします

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

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！



使える空間「コレル」へGO！

コープこうべが運営するレンタルルーム「ふれあいひろばコレル」は、地域の皆さんがいつでも気軽に「来れる」場所としてオープンしました。会議や学習会のほか、さまざまな目的で利用いただいているいます。ぜひご利用ください。



こんな方におすすめ

- 地域の話し合いや集まりで会場を探している方
- 動画の配信をしたい方
- 親子の集まり、パパ・ママの交流や情報交換の場として
- 発表会やイベントの場所が必要な方
- ダンスやヨガなどの練習で鏡のある部屋を探している方など



コレルのここがいいね！

- 駅近で便利
- お茶会やランチをしながらゆっくりおしゃべりできる
- コープの店舗内だから便利
- 用途に合う部屋が選べる
- ピアノや大きなミラー併設の部屋がある



コレルからのお知らせ

コレルめふ

- ロビーでおしゃべりしたり、お弁当を食べたり、自習にも使えます
- チラシやポスターで情報収集も



コレル塚口

- クラシックバレエ・フラダンス教室が始まります
- お子さんが遊べるおもちゃを用意しています



問い合わせ

コレルめふ(ピピアめふ2階)

☎ 0797-83-1015(月～土9時半～17時)

コレル塚口(コープ塚口2階)

☎ 06-6429-1510(月～土9時半～16時半)



コレルめふ



コレル塚口

※ご利用の詳細は右のQRコード®から確認ください

※販売行為・政治・宗教活動・企業の営利目的利用や迷惑行為などはお断りします



フレイル予防料理会(宝塚) 「みんなで楽しくいきいきクッキング！」

“フレイル”とは、加齢によって心身の働きが低下した状態のことです。クッキングサポーターと一緒に、フレイル予防に重要なたんぱく質がとれるバランスの良い食事を作りましょう。また、食品のたんぱく質に含まれる、食事からしか摂取できない必須アミノ酸(9種類)についてのお話もあります。健康で丈夫な身体をつくるために、食に関心のある方はもちろん、どなたでも気軽にご参加ください。

とき 1月28日(水)10時～13時

ところ コープめふ 組合員集会室

定員 15人(申込順)

参加費 800円

※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

※参加者が少ない場合、開催を見合わせることがあります



《メニュー》

- 肉だんごのクリーム煮
- ロールパンサンド
- フレンチサラダ



できるときに、できることを 「コープくらしの助け合いの会」

「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。

年齢、性別、資格の有無は問いません。高齢者や子育て中の方のお宅で、簡単な家事のお手伝いをしてくださる方を募集中です。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	ところ
1月19日(月)10時～11時半	コープ塚口 組合員集会室
1月23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
1月27日(火)10時～11時半	コープ塚口 組合員集会室
1月30日(金)10時～11時半	コープめふ2階

申し込み 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所



ボランティア してみませんか

あなたの経験や特技を生かして、地域や社会のために活動してみませんか？ 例えば、絵が得意なら福祉施設に絵手紙を送る活動、料理好きなら高齢者の食事会の手伝いなど、ご希望に合う活動を提案します。子育て支援やベルマーク活動に参加された事例もあります。まずは気軽にご相談ください。ご連絡をお待ちしています。

申し込み 第1地区本部

第1地区本部 塚口事務所

ライターズルポ

エコあまフェスタ2025

11月8日 立花南生涯学習プラザ

2010年から尼崎で開催されている環境啓発イベント。環境問題を学び、知る楽しさを実感できる展示や体験ブースは30以上あり、なかでも高校生による取り組みが生き生きと発信されていました。「e買うプロジェクト」の皆さん、コープこうべの取り組みの一つ「プラスチックのはなし」を紹介しました。(植田)



フェスタには地元ゆかりのマスコットたちも来場！

フェスタ開催に向けて始動

11月21日 コレル塚口

2025年度サークル活動発表会「コープふれあいフェスタ～みんなでつながる笑顔の輪～」(2月22日)の第1回実行委員会が行われました。話し合いでは、「舞台発表」「バザー・展示・体験」「サロン」の3つのテーブルに分かれ、演目の順番や出し物、メニューなどの楽しいアイデアをたくさん出し合っていました。(高野)



「老若男女が集まり、楽しいフェスタにするには？」と知恵を絞ります

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

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！



芦屋市防災総合訓練で炊き出し！ ～みんなにやさしいリゾット風スープ～

芦屋市防災総合訓練の精道小学校会場で、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連続講座の参加者が炊き出しを行います。

地域の
取り組みを
見に来てね♪

とき 1月25日(日) 9時～12時

ところ 芦屋市立精道小学校(芦屋市精道町)

参加費 無料

問い合わせ 第2地区本部(炊き出しに関する内容のみ)

食物アレルギー連続講座とは？

アレルギーのある人もない人も、災害時に安心して食べられる炊き出しの提供をめざし、メニュー考案や、炊き出し訓練のためのイベント出展などを実施してきました。講座の締めくくりに防災訓練で炊き出しを行います。



＼にしのみや市民祭りでスープのブースを出展！／



炊き出しのときに
使った材料を全部掲示すれば、
アレルギーのある人が食べられるかどうか判断しやすい！

芦屋市防災総合訓練とは？

市内各地の会場で、シェイクアウト訓練や自主防災会・防災士の会と連携した防災訓練を実施します。



西宮・芦屋エリアのコープサークルのお祭り！ 「コープファミリーフェスタ2026」

多彩なブースやステージを、思いっ切り
楽しんでください。

とき 3月1日(日) 10時半～14時半

ところ アクタ西宮東館2階 中央ひろば

(阪急西宮北口駅直結)

コープ北口食彩館2階

(組合員集会室と『わになーれにしきた!』)

内容 ●ステージ ●ワークショップ ●バザー

●子育てひろば&読み聞かせ ●カフェ ●展示

参加費 入場無料(バザー、カフェ、一部ワークショップは有料)

問い合わせ 第2地区本部





しゃ け ごう やま 社家郷山クリーン大作戦 ウッドチップ広場をつくろう！

集めた落ち葉を踏み締めて堆肥を作ったり、間伐材を専用車でウッドチップにして広場に敷き詰めたりします。里山をみんなできれいにしましょう。



とき 1月18日(日)10時～12時

ところ コープの森・社家郷山(西宮市越水)周辺

定員 50人程度(申込順)

参加費 無料
申し込み (有)Kuse O Farm

右のQRコード®から



申し込み



寒さをふきとばして みんなであそぼ！

子育てサポーターと遊具で体を動かして遊ぼう。“おうち遊び”的ヒントにも。

とき 2月26日(木)

10時半～11時半

※時間内出入り自由

ところ コープ北口食彩館
組合員集会室

対象 0歳以上の子どもと保護者

定員 15組(申込順)

参加費 無料

申し込み 第2地区本部



ライターズルポ

新たな人や場と出会うラリー開催

11月3日 しましまひがしまち(コープ西宮南)

11月中、西宮市100周年コラボ「つどい場スタンプラリー」が実施され、30カ所のつどい場が参加。コープのつどい場も連動イベントを開催しました。この日は、コープサークルと地域の人たちが、本と絵本の譲渡会、綿菓子、バッジ作り、ゲームなどのブースを展出。「何やってるの?」と、ふらりと立ち寄る姿も見られました。(行本)



おしゃべりも
楽しい！物づくり
ワークショップ



「コープくらしの助け合いの会」 公開講座に参加しませんか？

むせやすさや唾液の少なさ、顔のたるみなどが気になる方に！通勤電車の中や自宅など、いつでもどこでもできる嚥下トレーニングと、腹筋・背筋トレーニングをご紹介します。

とき 2月9日(月)13時半～15時

ところ コレル西宮

(ゆとり生活館アミ4階)

講師 南方和美さん

(健康運動指導士)

定員 50人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第2地区本部



申し込み



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くらしをサポートしませんか。

とき 1月21日(水)

10時半～12時

ところ コープ西宮東2階

フリースペース

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



「日本の杉で つくった割箸」学習会

商品の開発秘話や製造工程の話を聞き、日本の森林の現状と課題についても学びます。

とき 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)

定員 30人(申込順)

参加費 無料

持ち物 筆記具

申し込み 第2地区本部



申し込み

コープこうべ イベントひろば

検索

江戸時代の先進的防災・復興に学ぶ旅

12月3日 和歌山県有田郡広川町

「第2地区 平和を考える会」主催の防災学習会で、体験型施設「稻むらの火の館」を訪ねました。この館は安政南海地震の際、火の灯りで人々を高台へ誘導して津波から救い、私財で広村堤防を築いた濱口梧陵(ごりょう)の屋敷跡にあります。ガイドの方から彼の功績を聞き、今も現役の堤防を案内してもらいました。(行本)



この堤防が、昭和
南海地震の津波からも
守ってくれました。

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」



コーポこうべ イベントひろば

検索

今月号のいいね！

気分もウキウキ♪リフレッシュ！ “地域の居場所”に気軽にどうぞ♪

地域のつどい場でお茶を飲みながら、おしゃべりに花を咲かせませんか。

ふれあい喫茶 つどい

第1月曜日 11時～13時
コーポ兵庫
組合員集会室

ふれあい喫茶 サルビア

第2月曜日 10時半～12時半
コーポ長田
組合員集会室

青谷サロン

第1月曜日 10時～12時
コーポミニ青谷
組合員集会室

ふれあいのBa 「ダイヤモンド」

第3水曜日 10時半～12時
コーポ鶴甲
組合員集会室

ふれあい喫茶 おかもと

第2木曜日 10時～11時半
コーポ岡本
組合員集会室

喫茶こうなん (いこいの輪)

第3木曜日 13時半～15時
コーポ甲南
組合員集会室

ほっこり

第4木曜日 13時半～15時
コーポ深江
組合員集会室

ふれあいティールーム すみれ会

第2金曜日 10時半～12時
住吉組合員集会室
(シーア5階)

すいんぐ

第3金曜日 10時～12時
コーポ北須磨
組合員集会室

ロビー喫茶

毎月7日 13時半～15時
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)

問い合わせ 第3地区本部

●申し込み不要。参加費は当日、会場でお支払いください(無料～150円)



にこにこ・わくわく 絵本で遊ぼう♪

子育てサポーター「遊ばせ隊」が絵本の読み聞かせや人形劇、ふれあい遊びなどで、楽しい遊び場を開けます。親子でゆったり過ごしませんか。

とき	ところ
2月16日(月) 10時半～11時半	生活文化センター 第3地区会議室A (JR住吉駅徒歩8分)
2月21日(土) 10時半～11時半	コープ兵庫 第3地区会議室

※内容は両日とも同じです

対象 未就園児と保護者

定員 各8組程度(申込順)

参加費 1組100円

申し込み 第3地区本部



“電話のボランティア” 電話でお話ししませんか

高齢者に電話をかけ、安否確認や話し相手として活動をしている、コープサークル「さわやかコール」。「お話し相手が欲しい」「親が心配。電話をかけてほしい」など、電話をかけてもらいたい人を募集しています。

週に1回10分程度、決められた曜日・時間内にお電話します。ご希望曜日をお知らせください。電話代はサークルが負担します。お待ちしています。

電話をかける日時

火曜日10時～12時

水曜日13時半～15時半

問い合わせ 第3地区本部



コレルせいぶんフェスタ ～祭in3ちく～

第3地区で活動しているコープサークルのお祭りを開催します。手作り品のバザーや展示、喫茶、子ども遊びのコーナーなど、盛りだくさんの内容です。詳細は2月号でお知らせします。

とき 3月14日(土)10時半～14時半

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)

参加費 無料

(一部、有料のブースあり)

問い合わせ 第3地区本部



私たちと一緒に 自彌術を始めてみませんか

自彌術は、31の動作で構成されており、日本で最初にできた治療を目的とした健康体操です。深い呼吸と緩やかな動きで、心と体を整えてみませんか。

とき 2月19日(木)10時半～12時

※第3木曜日に開催

ところ コープ横尾

組合員集会室

定員 5人程度(申込順)

参加費 500円

持ち物 汗拭き用タオル、ヨガマットまたはバスタオル、5本指の靴下、水分補給用の水

主催 コープサークル「自彌術体操」

申し込み 第3地区本部



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
1月27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
2月18日(水) 10時～11時半	東灘区、灘区	生活文化センター 第3地区会議室B (JR住吉駅徒歩8分)

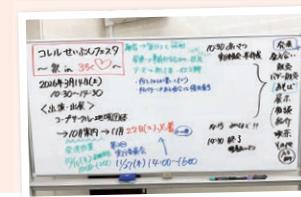
申し込み 第3地区本部

ライターズルポ

久しぶりのイベントにわくわく

11月27日 生活文化センター

コロナ禍で中断したコープサークルの発表会を新たな形で開催することが決定しました(左の記事参照)。「コープサークルなどの活動を発表したい」という声や、「コレルせいぶん」ができたことを受け、実行委員会のメンバーが中心となって、祭りを盛り上げようとあれこれ思案中です。(石川)



来場者に楽しんで
もらうための企画を
検討しています

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

検索

今月号のいいね!

助け合いカフェ オープン! &くらしの助け合いの会相談会

「コープくらしの助け合いの会」は、地域のみんなで助け合い、自立したくらしを支える活動です。今回は相談会を兼ねたカフェを実施します。活動に興味がある人も、困り事の相談をしたい人も、お茶を飲んでゆっくりしたい人も、どなたでも気軽にお越しください♪

とき

ところ

1月31日(土) 13時~15時

コープデイズ神戸北町
組合員集会室

2月24日(火) 13時~15時

コープ北鈴蘭台
きたすてらす

参加費 100円

(コーヒーまたは紅茶、お菓子付き)

主催 コープくらしの助け合いの会

申し込み 不要

問い合わせ 第4地区本部



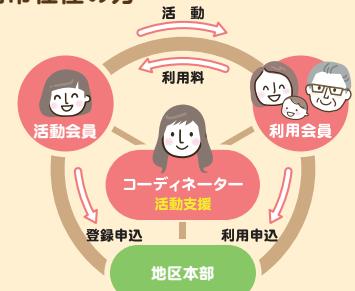
コープくらしの助け合いの会

高齢やけが、病気、産前産後などで困っている人のお宅で、掃除や買い物などのちょっとした家事をお手伝いする「活動会員」を募集中です。活動は有償(1時間800円~)で、週1回2時間程度から可能です。特別な資格は要りません。

対象 神戸市北区・三田市在住の方

主な活動

- 掃除
- 食事作り
- ごみ出し
- 外出の付き添い
- 庭の草引き
- 洗濯
- 買い物
- 見守り
- など



あなたのできることでOK





コーヒーかやってくる♪ かさい社協まつり&健康福祉まつり

「つながる ひろがる ありがとうの輪」をテーマに地域のみんなで健康・福祉への理解を深めましょう。健康チェックやバザーなど、さまざまなブースが並びます。コープこうべはフードドライブやローリングストックの取り組みについて紹介します。

とき 1月24日(土)9時半~13時半

ところ 加西市健康福祉会館

(加西市北条町古坂1072-14)

参加費 無料

主催 加西市、

加西市社会福祉協議会

問い合わせ 加西市社会福祉協議会

0790-42-8888



発達障がい体験講座 この子の世界に入ってみよう

発達障がいの子どもたちは、感覚面での困り事が起こりやすいとされています。疑似体験を通して、障がいのある子どもたちの世界に足を踏み入れてみませんか。支援は小さな気付きから始まります。

とき 2月14日(土)10時~12時

ところ コープ北鈴蘭台 きたすずてらす

講師 NPO法人 そらしど「そらしどキャラバン隊」

定員 30人(抽選)

参加費 無料

共催 北区社会福祉協議会

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

※1月26日(月)締め切り。

抽選結果は1月30日(金)までに当選者にのみお知らせ

ライターズルポ

レインボースクールで投資を学ぼう

11月20日 コープ柏原

ファイナンシャルプランナーの木下俊治さんから積み立て投資の基礎知識を学びました。「投資はよく分からず怖いイメージでしたが、コープのレインボースクールなので参加した」「しくみやリスク、選択肢などを学べた」などの感想が聞かれました。大切なお金だからこそ、守るための知識を取り入れたいですね。(福浪)



大事な貯金も物価
の変動によってその
価値が変わります

一筆入魂! メンバー募集中

コープサークル「墨友会」は、書道を通して生活に張り合いを持ち、元気に過ごしていくこと



を目標に活動中です。年1回、日々の成果を発表する書道展も開催します。書道に興味のある方、一緒に書いてみませんか。

活動日 第1・3金曜日14時~16時

ところ コープ鈴蘭台東 組合員集会室

参加費 月1,000円

問い合わせ 第4地区本部



NPO法人そらしど

障がい児(およびその周辺のお子さん)の子育てと、その家族の支援者を支援。障がい児の保護者の立場だからこそできることを主軸に活動しています。

暮らしのお掃除 洗剤の基礎知識

11月22日 コープデイズ神戸北町

「コープくらしの助け合いの会」の公開講座が開催されました。助け合いの会の活動依頼で一番多いのが家の掃除です。掃除用の洗剤は多くの種類があり、使い分けや保管場所に困ることも。洗剤の性能を知り、効率の良い使い方にについて学びました。活動だけでなく日常生活にも生かすことができそうです。(吉田)



そろそろ年末の
大掃除。タイムリーな
講習でした

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」



検索

コープこうべ イベントひろば

今月号のいいね！



「知る・学ぶ・触れる」
をみんなで

発達障がい体験講座

発達障がいのあるお子さんを育てる保護者が立ち上げたNPO法人そらしど「そらしどキャラバン隊」を講師に迎え、体験を交えながら学ぶ講座を開催します。「どのような特性があって、どんなことを感じているのか」を詳しく知る貴重な機会です。「発達障がい」について一緒に学びましょう。参加費は無料です。



とき 2月19日(木)10時半～12時半

ところ コープデイズ神戸西2階 つどいの部屋

定員 40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 検索

※1月20日(火)受け付け開始

※託児希望の方は、自由記入欄に「託児希望」と
ご入力ください



申し込み



知って安心！ つながるケアまつり

地域の事業者や団体が集まり、高齢者を対象にくらしの相談や健やかな生活を送るための提案をする共催フェアを開催します。スタンブラーに参加すると、プレゼントもあります。申し込み不要、参加費は無料です。気軽に越しください。

とき 2月13日(金)10時半～14時

ところ セリオ1階 センターコート(神戸市営地下鉄西神南駅すぐ)

内容 ●福祉用具の展示、レンタル説明

●終活相談、くらしの困り事相談

●コープこうべの福祉の取り組み紹介

(コープくらしの助け合いの会、たすけタッチ)

共催 西神南あんしんすこやかセンター、西区社会福祉協議会、

居宅介護支援事業所 大慈園、コープ西神南

問い合わせ 第5地区本部



「コープくらしの助け合いの会」 ふれあいカフェ

「コープくらしの助け合いの会」は、組合員の「住み慣れた地域で安心して老後を暮らしたい」という声から始まった有償の家事支援活動です。年齢制限はなく、特別な資格がなくても活動できます。あなたの空いた時間に、できることをできる範囲で始めてみませんか。コーディネーターが安心して活動できるようにサポートします。一緒に地域に安心の輪を広げましょう。

今回は「コープくらしの助け合いの会 ふれあいカフェ」を開催します。地域のこと、くらしのことなどをお茶を飲みながら話しましょう。申し込みは不要です。気軽ににお越しください。



とき	ところ
2月9日(月) 13時半～15時	コープデイズ神戸西2階 つどいの部屋
2月17日(火) 10時半～12時	コープ福田 組合員集会室

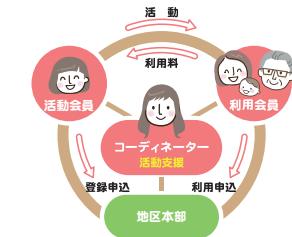
参加費 無料

問い合わせ 第5地区本部



詳細

QRコードで登録申込



「学習サークル スマイルクエスト」 生徒募集

みんなで名作を読み、「なぞ解き」をしながら考える力を伸ばします。参加費は無料です。

活動日 毎週土曜日9時15分～10時15分

ところ コープミニ塩屋 組合員集会室

内容 国語と算数の学習支援

対象 小学4年生～6年生

(1年生～3年生は算数のみ)

定員 5人(申込順)

持ち物 筆記具、ノート

申し込み Instagramのダイレクトメール

またはEメールで

smilequest2025@gmail.com

※名前・学年・連絡先を記入してください



Instagram



サークル「赤ちゃんふれあい会」 お正月縁日に来てね

コープのお店で“縁日”を楽しみましょう。申し込みは要りません。買い物ついでに気軽に遊びに来てね。

とき 1月18日(日)10時半～12時15分

ところ コープデイズ神戸西1階 はじまりのテラス
2階 つどいの部屋

内容 千本引き、的当て、スーパーボールすくい、
おみくじ、お楽しみ福袋など

対象 乳幼児～小学生の子どもと保護者

参加費 各100円～300円

問い合わせ コープサークル

「赤ちゃんふれあい会」公式LINE



公式LINE



食品ロスについて楽しく学ぼう♪ レインボースクール参加者募集

くらしに役立つ知恵やアイデアを学ぶレインボースクール。参加費は無料で、どなたでも参加できます。2月は店舗の職員が講師となり「みんなで考える食品ロス～食べ物捨てていませんか～」をテーマに開催します。

とき 2月17日(火)10時半～12時

ところ コープミニ東舞子2階 組合員集会室

定員 10人(申込順)

申し込み コープミニ東舞子

※レジまでお声がけください

※1月19日(月)受け付け開始



詳細

ライターズルポ

くんねつ ぶ 北海道訓子府の大地の恵みを実感！

12月2日 コープデイズ神戸西 つどいの部屋

「くんねつぶフードプランの会」の35周年を記念し、生産者交流会を開催しました。北海道ならではのスケールで展開される、土づくりから出荷までのこだわりや魅力を動画で紹介。試食もあり、「多くの手間と先端技術が使われていることが分かった。しっかり味わいたい」と、理解と感謝が深まる機会でした。(木下)



タマネギとジャガイモを
生産者直伝のレシピで
「ガレット」に♪

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！



かわいい
お孫さんとの時間を
もっと楽しく♪

“がんばりすぎない”取り分け離乳食 学習会＆実演調理開催！

クッキングサポーターが、最近の離乳食の進め方やおおむね1歳前後の離乳食の実演調理と試食を行います。普段作っている大人用の食事にひと手間加えるだけで栄養バランスの良い離乳食が簡単に作れます。

参加費は無料です。



離乳食の基本と時短術を学ぼう♪
さらに参加者同士の
つながりができるチャンス！

とき 1月30日(金)
10時半～11時半

ところ コープ大久保 組合員集会室

当日のスケジュール

- 最近の離乳食についてのお話
- 離乳食作りの実演
- 試食
- フリートーク



おじいちゃん、
おばあちゃん大歓迎！
もちろんパパ＆ママ、
プレママ、プレパパも

対象 どなたでも

定員 10人 (応募多数の場合は抽選)
※1月26日(月)締め切り

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



申し込み



「もったいない」から「ありがとう」に
必要な人へ届けよう、地域で支え合うフードドライブ

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、福祉団体にお渡しします。ご家庭に食べ切れない食品や、買い過ぎた食品、食品ストックなどがあれば、ぜひ提供にご協力ください。

	とき	受け付け方法
宅配	1月20日(火)～31日(土)	担当者にお渡しください
店舗	1月19日(月)～25日(日)	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18ページをご覧ください

問い合わせ 第6地区本部



「明石市ファミリーサポートセンター」養成講習会 明石の子育てを応援してみませんか？

明石市内の子どもの一時預かりや送迎などを有償で行っています。子育てを応援する「提供会員」の養成講習会を開催します。

とき 2月6日(金)、9日(月)、12日(木)、16日(月)、18日(水)9時半～14時半(最長)

ところ あかしこども広場(各線明石駅南側 パピオスあかし5階)他

対象 明石市在住の20歳以上の方 定員 20人(申込順)

申し込み 明石市ファミリーサポートセンター

(9時～17時、最終水曜日閉所) ☎078-915-1277

Eメール akashifamisapo@kobe.coop.or.jp

電話、Eメールまたは下記のホームページから

明石市ファミリーサポートセンター

検索

①名前(ふりがな)②住所③電話番号④生年月日

※2月10日(火)締め切り

※この事業は明石市から神戸YMCAとコープこうべが受託しています



申し込み



有意義なセカンドライフで 充実した日々を

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」で地域デビューのきっかけを見つけるか。囲碁や将棋、読書など好きなことを楽しみながら今後の活動についても考えます。参加費は無料です。気軽にご参加ください。

とき 1月27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)

問い合わせ 第6地区本部



ライターズルポ

市場で魚に触れ、海を学んだ一日

11月3日 明石市公設地方卸売市場

明石の魚に触れて学んで食べるイベント「さかな文化祭あかし2025」が開催されました。子どもたちが参加の模擬せりやタッチプール、魚拓のワークショップ、飲食ブースなど多くの来場者で盛り上りました。第6地区からは切り身クイズや魚部位パズル、物販などを行い、親子連れなどでにぎわいました。(藤野)



魚について分かりやすく
伝えるメンバー
(TEAM TOREPICHI)



できることを誰かのために 「助け合いの会」登録説明会

子育て中の方や高齢者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
1月27日(火) 10時半～12時	コープ播磨 組合員集会室
2月2日(月) 10時半～12時	コープ大蔵谷 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

編み物がつなぐ、誰かのために

11月19日 ラッセホール(神戸市)

コープ大久保組合員集会室で月に一度活動している「大久保福祉の会」が兵庫県民ボランティア活動賞を受賞。現在22人のメンバーが不要になった毛糸でベストや帽子、手袋などを編み、バザーで販売した収益金を寄付しています。代表の木山嘉子さんは「驚いたけれどもうれしい」と笑顔で話しました。(藤野)



活動開始から33年目、
メンバー同士で教え合う
のも楽しい時間のこと

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
(コーポ姫路田寺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
(コーポデイズ豊岡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
(コーポデイズ相生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」



検索

今月号のいいね！



食べて遊んで楽しんで！ 親子でひな祭りをエンジョイしよう♪

「スマイルCOOK」は、地域で子育てや食の活動をするメンバーと一緒に楽しむ子育てイベント！ 今回は、ひな祭りにちなんだ遊びや簡単なクッキングにチャレンジするよ♪ 初めての参加も大歓迎！ 待っているよ。



一緒に遊ぼう♪



簡単
クッキング

※過去の開催の様子

プログラム

とき 2月17日(火)

10時15分～12時15分

ところ コープデイズ豊岡3階
組合員集会室

対象 未就学児と保護者

定員 8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 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

※1月19日(月)受け付け開始

- 工作 「おひなさまをつくろう！」
- ゲーム 「桃の花を咲かせよう！」
- 簡単クッキング 「おひなさまプレート」



ほんのひとときでも笑顔になれる
居場所を一緒につくりませんか？

「子どもたちにしっかりごはんを食べてほしい」「独りで食事をしている高齢者にも、温かな時間を過ごしてほしい」。そんな思いから生まれた子ども食堂「まんまる」。ほんの少しの時間でも笑顔になってもらえる、地域の居場所になれるよう活動しています。同じ思いで活動できるボランティアメンバーを募集中。興味がある方は、ぜひお問い合わせください。

活動日時 毎月第1・3日曜日 9時～15時

※活動日が変更になる場合があります。詳しくは

お問い合わせを

活動場所 コープ上郡

組合員集会室

申し込み 第7地区本部

コープこうべ イベントひろば



申し込み

検索





ジンジャーで心も体もあったまろう♪ ほっと一息、学びの時間

冷えが気になる季節、しょうがの温かさが恋しくなりませんか？(株)坂田信夫商店の「ジンジャーカフェ」では、温かいジンジャーシロップやしょうがを使ったレシピを通して、心も体もぽかぽかになる秘けつをお伝えします。おいしい時間を共有しながら一緒に学びを深めましょう。皆さんの参加をお待ちしています。

とき 2月18日(水)10時半～12時

ところ コープ姫路砥堀 組合員集会室

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申し込み 第7地区本部

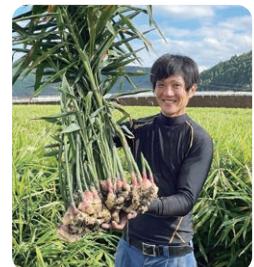
【コープこうべ イベントひろば】

検索



申し込み

※1月19日(月)受け付け開始



一緒に親子でリフレッシュできる 居場所づくりをしませんか？

子育てひろば「たっち♪」は、コープ龍野で就学前の子どもと保護者が集まる居場所づくりのボランティアをしています。興味のある方は、お問い合わせを。

活動日 毎月第2木曜日

9時40分～11時半

※変更する場合があります

問い合わせ 第7地区本部

【コープこうべ イベントひろば】



申し込み



ライターズルポ

つどい場9周年フェス

10月25日 姫路青山「コープのつどい場」

つどい場で活動する団体や地域の方々が集まる「つどい場フェス」は、子連れママバンドのにぎやかな演奏でスタート！コープ委員会の海の生き物探しや「ボッチャ」の体験、体操、bingo大会などで、子どもから大人まで一緒に盛り上がりました。笑顔があふれ多世代がつながる、温かなイベントでした。(天羽)

最後は
みんなで
記念撮影



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

「住み慣れた地域で安心して老後も暮らしたい」という声から始まった「コープくらしの助け合いの会」。掃除や洗濯、食事作り、草引きなど、あなたができるでお手伝いしてみませんか。活動は有償です。まずはお申し込みのうえ説明会にどうぞ。

とき	ところ
1月19日(月) 13時～14時半	第7地区本部
1月22日(木) 10時～11時半	コープ姫路砥堀

申し込み 第7地区本部



龍野ほっこりフェスタ

11月9日 コープ龍野

コープ龍野で活動する団体が日頃の成果を披露する文化祭「ほっこりフェスタ」。店内ではペン習字や生け花の作品が並び、買い物客の目を引いていました。ステージでは吹奏楽団やハーモニカの演奏が響き、ダンスコーナーでは職員がバックダンサーに！観客も一緒に踊り出し、会場は笑顔に包まれました。(天羽)



すてきな演奏に
聞き入りました♪