

# すまいる

♪♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪♪



## たまごの学習会

主催：北信ブロック

## 参加者募集!!

～たまごの基礎知識、卵から見える食生活、

素朴な疑問について一緒に学びましょう～

『たまご』には、ビタミンCと食物繊維以外の栄養素がほぼ含まれており、完全栄養食品と言われるほど優秀な食材です。身近な食材なのでお料理での登場頻度も高いのではないのでしょうか。今回は、『CO・OP産直たまごサイズミックス』『CO・OP産直はぐくむたまご』『CO・OP産直はぐくむたまご赤玉』を扱っている、昭和鶏卵株式会社より講師をお迎えし学習会を開催します。

- 【日時】 12月6日(木) 10:00~12:00
- 【会場】 須坂市シルキーホール  
(須坂市大字須坂北横町 1295-1  
駅前ビル「シルキー」内)
- 【人数】 28名  
※申込多数の場合は抽選、11月末に結果を郵送します。
- 【託児】 あり(無料・6ヵ月以上のお子さんが対象)
- 【参加費】 無料
- 【申込締切】 11月20日(火)

皆様のご参加をお待ちしております♪

卵の赤玉と  
白玉の違いは  
なんだろう?



♪♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪tamago♪♪

参加者  
募集

疲れをリセット☆

主催  
北信  
ブロック

# お風呂の入り方 学習会

毎日たにげなく入っているお風呂。みりさんはお風呂の入り方について考えたことはありますか？  
今回、株式会社バクワソンの「温泉入浴指導・睡眠改善インストラクター」を講師に迎え、入浴の効果や安全な入浴方法、入浴と睡眠について学習します。

寒い冬に向けてバスタイムを快適に楽しみましょう♪

- ◇日時：12月12日(水) 10:00~11:30
- ◇会場：戸倉創造館(千曲市戸倉2305-1)\*白鳥園近く
- ◇人数：20名
- ◇託児：あり(6ヵ月以上のお子さん対象)
- ◇参加費：無料
- ◇持ち物：飲み水、筆記用具、ハンドタオル
- ◇申込締切：11月30日(金)

※託児を希望される場合は、お申し込みの際にお知らせください。

※応募多数の場合は抽選となり、結果は12月3日に全員に発送します。

## 参加者募集!

# ♪ コープおしゃべりカフェ ♪ ウィークエンド コープ会

コープ会は、「暮らし」や「商品」などの話題で楽しくおしゃべりをする場です。

「午前中は、仕事があるから参加できないわ…」  
「夜なら、仕事帰りに寄れるのに…」  
「土日だったら、参加できるのに…」



参加費  
無料♪

お友だちと  
一緒に!

そんな皆さま、お待たせしました!  
ウィークエンドコープ会を開催します♪

あたたかい飲み物とお茶菓子をを用意してお待ちしています◎  
お気軽にお問い合わせください。

開催日	時間	会場
11月30日(金)	18:30~20:00	アイビースクエア 3階 モリヤホール会議室2 (長野市南千歳)
12月1日(土)	13:30~15:00	コープ長野稲里店 生協会議室 (長野市稲里町中央)

※託児はありません。

※現在、コープ会メンバーになっていない方が対象の企画です。

申込締切  
11月23日(金)

参加者  
募集!

## 青少年を消費者トラブルから守るための学習会 ～親と子どものお金のレッスン～

参加無料

「春には子どもが一人暮らしを始めるの」「4年後には18歳が成人になるの!？」

この学習会では、一人暮らしを始めた若者に多いトラブルの事例やお金の管理の仕方、契約やクレジットの基礎知識等を学習します。子どもたちのこれからを見守るご家族の皆さん、我が子が置かれるであろう状況を知り家族で話し合ってみませんか。

■講師: 土屋公男氏(長野県金融広報アドバイザー・元長野県上田消費生活センター所長)

■開催日: 12月4日(火) 10:00~11:30

■会場: 若里市民文化ホール2階会議室B(長野市若里3丁目22-2)

■募集定員: 30人 定員になり次第締切

■持ち物: 筆記用具

■託児: あり(6ヵ月以上のお子さん対象・託児の締切は1週間前まで)



開催報告

《平和企画》

## 戦没画学生慰霊美術館「無言館」見学会

秋晴れに恵まれた9月19日(水)、36人の参加者とともに、上田市にある戦没画学生慰霊美術館「無言館」へ見学に行ってきました。

あかりを控えめにした館内には、徴兵により画家や彫刻家、あるいはデザイナーや建築家などになる夢を絶たれ、無念にも戦場に散った画学生たちの遺作が展示されています。作品や遺品からは、芸術への情熱や、家族、恋人、郷土を愛する想いがひしひしと伝わり、参加した皆さんは静かにじっくりと作品に見入っていました。

### 参加者の声

- \*一枚一枚の絵からそれぞれの方の思いを深く感じ取ることができた。
- \*館の中に入っただけで、戦争で失うものの大きさに押しつぶされそうになった。
- \*ずっと行きたいと思っていたので、来る事ができて本当に嬉しかった。たくさんの方に訪れてほしい場所です。



開催報告

## 円満な相続のために残すべき「遺言」 「知らずに損しているかも?」遺産分割

10月3日(水)須坂市シルキーホールにてコープながのの「有識者監事の 江口伸介弁護士による「遺言・相続に関する学習会」を開催し、組合員12名が参加しました。質問の時間をいただいたとき、参加者のみなさんの質問にもこいねいに答えていただきました。たいへん有意義な学習会でした。

### (1) 遺言の基礎知識

遺言には「自筆証書遺言」と「公正証書遺言」の二種類があります。

### (2) 遺産分割の基礎知識

遺言がない場合は遺産分割を相続人同士の話し合いで決めます。「寄与分を増やしてほしい?」「特別受益を主張するには?」「もし、被相続人に借金があったら?」などをくわしく説明していただきました。