



田植え体験参加者募集

コープながのの取引先やJA等の協力のもと、日本人の主食である「お米」作りの第一歩、「田植え作業」を、昔ながらの手植えで体験します。水を張った田んぼに入る貴重な機会です。ぜひご参加ください。



開催日	所在地・名称・ホームページ
5月26日(日)	中野市三ツ和・三ツ和農産 https://mitsuwanousan.shopinfo.jp/
6月1日(土)	大田市平・大田市花き協会 http://www.dia.janis.or.jp/~kaki3236/kaisya.html
6月9日(日)	飯島町飯島・竹の会夢里人 https://www.murito.net/

- 時間：10：00～12：00頃
- 定員：各会場 15 家族程度（お1人でもご参加いただけます）
先着順（定員になり次第締め切り）
- 募集開始：4月22日（月）10：00～ ■参加費：無料
- 申込方法：電話または二次元コードにてお申し込みください
- その他：参加者には後日要項を送付します
天候等により企画が中止または変更になる場合があります

【申し込み・問い合わせ】コープながの総合企画室
☎0120-502477
(月～金・9：00～17：45)



国営アルプスあづみの公園

参加者募集！

さとやま楽校 2024 田んぼの教室<全6回>

国営アルプスあづみの公園の里山ゾーンをメインフィールドに、市民団体と協働で運営する「さとやま楽校」。田んぼでのさまざまな体験や交流を通じて、「里山」と「未来」、「里山に根付く文化」について楽しく学びましょう。



開催日	内容
5月19日(日)	昔ながらの手植えで田植え
6月22日(土) 6月29日(土)	水田の草取り、昔の除草機の体験
7月27日(土)	手鎌を使った畔草刈体験、生物数調査
9月7日(土)	手鎌を使った昔ながらの稲刈り、はぜ掛け
9月22日(日)	脱穀作業（稲束運搬作業）、稲わら収納作業
10月14日(月)	米のもみ殻（ぬか）を燃料にしたかまど「ぬかくど」で新米を炊き、来園者に振る舞う手伝い

- 時間：各回 9：30～13：00頃 ■定員：各回 40 人
- 参加費：無料
- 申込方法：電話または国営アルプスあづみの公園ホームページの申し込みフォームよりお申し込みください
- 申込締切：5月12日（日）
- その他：参加者には後日、あづみの公園より要項を送付します。

【申し込み・問い合わせ】国営アルプスあづみの公園 堀金・穂高地区
0263-715511（火～日・9：00～17：00）
ホームページ <https://www.azumino-koen.jp/>

『30th Anniversary ふれあい農園 2024』 参加者を募集します！

JA あづみの皆さんの協力のもと、30周年を迎える「ふれあい農園」は、農作業の苦労や収穫の喜び・楽しさ等を知り、生産者（JA あづみ）と消費者（コープながの）が農作業を通じてふれあう交流の場となる事を目的としています。北アルプスを見上げる安曇野の畑で、楽しく農作業してみませんか？

- 主催：JA あづみ青壮年部・女性部
コープながの
- 内容：1年間の登録制で
野菜作りと交流を実施
年2回（夏・冬）交流会
- 場所：安曇野市堀金烏川の畑
（現地集合・現地解散）
- 開催日：5月～11月
基本隔週土曜日
※初回は5月11日（土）
- 活動時間：毎回 9：00 から 2 時間程度
7～9月は熱中症対策のため 8：30 から
- 募集定員：25 家族（定員になり次第締め切り）
- 年会費：1 家族 3,000 円
- その他：参加者には要項を送付します



【申し込み・問い合わせ】コープながの総合企画室
☎0120-502477（月～金・9：00～17：45）

後援：長野県 協力：認定特定非営利活動法人フードバンク信州

2023 年度未使用文具寄付キャンペーン報告

身近な貧困問題への理解を深め、地域の支え合いの取り組みへの共感者を増やす活動の一環として、ご家庭で眠っている未使用の文具を寄付していただく「未使用文具寄付キャンペーン」に取り組みました。皆さまからお預かりした文具は、認定特定非営利活動法人フードバンク信州を通じ、必要とする方々へお届けしました。ご協力ありがとうございました。

- 実施期間：2023年11月21日～2024年1月20日
- お預かりした文具の点数（合計）：8,441 点
内訳 鉛筆 3,501 点、赤鉛筆 200 点、ノート等 866 点、色鉛筆（バラ）119 点、（セット）40 点、のり 47 点、ボールペン 859 点、ペン 866 点、消しゴム 322 点、コンパス・ホチキス・定規・修正液等 130 点、クリアケース・封筒・シャープペンの芯等 1,299 点、クレヨンセットほか 160 点、その他 32 点
- 寄贈先：認定特定非営利活動法人フードバンク信州をはじめ、生活困窮者支援に取り組む以下の5つの団体に寄贈しました



認定特定非営利活動法人フードバンク信州、
上田地域振興局、NPO 法人ワークスコープ松本事業所、
ほほえみのゆめプロジェクト、諏訪地域振興局



AC NAGANO
PARCEIRO
LADIES

5/25(土)「コープながのサンクスマッチ」を開催します！

コープながのは、女子サッカーのプロチーム「AC 長野パルセイロ・レディース」のスポンサーとして登録し、チームを応援しています。今年も「AC 長野パルセイロ・レディース」のホームゲームにて、ネーミングライツ（冠協賛）試合「コープながのサンクスマッチ」を開催します。

- 日時：5月25日（土）14：00キックオフ（12：00開場）※雨天決行
- 対戦相手：ノジマステラ神奈川相模原
- 会場：長野Uスタジアム（南長野運動公園内） ※会場へのアクセスにつきましては、AC長野パルセイロホームページをご覧ください。

参加者募集 申込締切:5月10日(金) 二次元コードより申し込み

①キックインセレモニー

内 容：選手入場後、ボールを蹴って審判に試合球を渡すセレモニー
参加対象：コープながのの組合員の家族で、小学校3年生から中学校3年生までのお子さん
定 員：1人（申し込み多数の場合抽選とし、結果は当選者のみ参加案内のご連絡をもってかえさせていただきます）
そ の 他：セレモニーに参加するお子さんに、ホーム自由席の当日入場引換券（観戦チケット）をお渡しします。



②親子サッカー教室

内 容：AC長野パルセイロ・レディース選手を交えた親子サッカー教室
日 時：5月25日（土）10：30～11：30
会 場：長野Uスタジアムピッチ
参加対象：コープながのの組合員親子（年中～小学校6年生）
定 員：30組（申し込み多数の場合抽選とし、結果は当選者のみ参加案内のご連絡をもってかえさせていただきます）
そ の 他：サッカー教室に参加するお子さんに、ホーム自由席の当日入場引換券（観戦チケット）をお渡しします。



特別価格 試合観戦チケット販売

組合員のみなさんに試合観戦チケットを特別価格でご案内！注文番号と数量を注文用紙の6桁記入欄にご記入ください。

- チケットは当日、チケット売り場横にてお渡しします。組合員コードのわかるもの（組合員証やお届け明細書）をお持ちください。引き換え時間は11：00～14：45です。
- 来場されなかった場合の返金対応はありません。
- 宅配利用代金と合わせて引き落としとなります。
- 注文締切：5月10日（金）まで（5月3回注文まで）※eフレンズでの受付は5月12日（日）午前2時まで
- ※システムの都合上、明細書兼請求書には商品名と数量のみの記載となります。請求金額は2024年5月度請求書（5/27週配付）をご確認ください。引き落とし日は6月5日（水）です。

席種	区分	価格	注文番号
ホーム自由席	一般	1,000円	297283
	学生	750円	297295
	小・中学生	250円	297301

※学生は高校生、大学生、専門学生となります。
※未就学児はチケット不要です。

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477(月～金・9:00～17:45)

AC長野パルセイロ・レディースとのコラボ企画！

選手と一緒に、ワン・モア・ライス！ 開催報告



2月20日（火）、コープ長野稲里店にて、AC長野パルセイロ・レディースの選手と一緒に、お米や米粉を使った商品の試食交流会を開催しました。当日は、お米の生産者を応援するコープデリグループの取り組み「一週間にもう1杯お米を食べようキャンペーン～ワン・モア・ライス！～」の一環として、お米の生産を取り巻く環境や、田んぼが果たす役割、米食と健康などについて学んだほか、選手を囲んでおにぎりやお菓子を食べながら普段の食生活のことやサッカーについて和気あいあいと楽しく交流しました。



参加者の声

- ・お米には結構たんぱく質が含まれていることを知って驚きました。
- ・米粉のパンはずっしりした感じで食べごたえがありますね。
- ・お米に合うおかずをいつも考えてできる限り自炊しています。（選手）

コープながのサンクスマッチにてフードドライブを実施します

5月25日（土）に開催される、AC長野パルセイロ・レディースコープながのサンクスマッチの会場にて、フードドライブを実施します。フードドライブとは、ご家庭で余っている食品を寄付していただく活動です。寄付いただいた食品は、認定特定非営利活動法人フードバンク信州にお渡し、必要としている方にお届けします。同時に、生理用品の寄付も受け付けます。こちらはNPO法人えんまるとお渡しし、活用いただきます。



- 日時：5月25日（土）11：45～14：15
- 会場：長野Uスタジアム 入場ゲート付近特設ブース
- 寄付していただきたいもの
 - ・缶詰、レトルト食品、カップ麺などすぐ食べられるもので、次の条件を満たすもの
 - ①賞味期限が明記されており、一カ月以上残っているもの
 - ②未開封のもの ③破損して中身が出ていないもの
 - ・未使用で未開封の生理用品

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477(月～金・9:00～17:45)

2024年度「コープサークル」に登録しませんか？

コープサークルは、子育てや商品・環境や福祉など暮らしの関心事について「やってみたい・学んでみたい」をすすめる組合員の集まりです。コープサークルに登録し、活動すると、コープから運営補助費が受けられます。組合員5人以上で「なにかやりたい！」と思ったら登録できます。コープながののホームページでも、詳しくご案内しています。



【申し込み・問い合わせ】コープながの総合企画室 ☎0120-502477(月～金・9:00～17:45)



◀コープながのホームページ・サークルのご案内はこちら

ほっとるーむ豊科 開催時間変更&4・5月のご案内

ほっとるーむ豊科は、3歳くらいまでのお子さんを持つ方が気軽に
お寄りいただける「遊び場」です。4月より、10:30~12:30に
時間を変更して開催します！

- 開催日：4月23日（火）、5月14日（火）
- 時間：10:30~12:30
（開催時間内は都合の良い時間に来て、帰りも自由！）
- 場所：ほっとるーむ豊科
（コープ安曇野豊科店隣にあるセリア裏側の生協会議室）
- 申し込み不要・参加費無料です♪



【問い合わせ】コープながの総合企画室
☎0120-502477（月~金・9:00~17:45）

むすぶ会ブックイベント 「絵本から児童書へ…」参加者募集！

絵本の世界から児童書の世界へ読み進めていく小学校低学年くらいの親子向け、おすすめの本を紹介するイベントです。本の紹介の後は、自由に本を見ることが出来ます。保護者の方のみの参加も大歓迎！子どもの本の世界を一緒に楽しみましょう。

- 主催：コープサークル「ながの子どもと本をむすぶ市民の会」
- 日時：5月18日（土）13:30~15:30
- 会場：コープながの稲里店 コーブルーム（組合員室）
- 参加費：無料 ■持ち物：筆記用具
- 定員：20人（親子10組）程度
- 申込締切：4月30日（火）
- その他：会場ではマスクの着用をお願いします



【申し込み・問い合わせ】ニシザワ
TEL 026-251-1660（月~金・10:00~15:00）

教えて！『まごころ』Q&A <利用者編>

~組合員の皆さんから寄せられるご質問を紹介します~



どんなことをお願いできますか？

掃除や買い物、草取りやごみ出しなどの家事や産前産後のお手伝い、暮らしの中の困りごとをお手伝いします。

必要な道具はどうすれば良いですか？

利用者宅にあるものを使用させていただきます。

介護保険は使えますか？

使えません。ですが、介護保険のサービスを受けながら、まごころを利用することができます。

【まごころではお受けできない活動】

- ・身体介助
 - ・留守宅（室内）での活動
 - ・自家用車での移送
 - ・危険と判断されること など
- ※お手伝いするサポーターは組合員です。特別な資格や専門的な知識・技術が必要な依頼はお断りしています。

☆コープながのの組合員とご家族ならどなたでもご利用できます。
まずは『まごころ』事務局までお電話ください。

【申し込み・問い合わせ】くらしサポート活動 まごころ
☎0120-755590（月~金・9:00~17:00）

ベビーマッサージ・ベビーマッサージ講座参加者募集

- 日時：5月15日（水）10:30~11:30
- 場所：コープ長野稲里店 コーブルーム（組合員室）
- 対象：2カ月~1歳くらいまでのお子さんとその保護者
- 講師：関美里さん
- 参加費：500円（当日集金します）
- 申込方法：電話または二次元コードより申し込み
- 申込締切：5月8日（水）16:30
- 定員：8組 申し込みが少ない場合は中止
申し込み多数の場合は抽選とし、
結果は5/10までに電話にてお知らせします



子育てひろばほっとるーむ稲里よりご案内

《紙遊びコーナー》

4月15日（月）
~4月27日（土）

紙皿を使って
ゆらゆらひよこ
を作ります。



《お誕生日会》

4月26日（金）10:15~

4月生まれのお友だちのお誕生日をお祝いします。



《ボールプールの日》

5月7日（火）
17日（金）
27日（月）



《おえかきコーナー》

5月13日（月）
~5月18日（土）

【申し込み・問い合わせ】きらきらきっず・いなさと
TEL 026-285-0203（月~土・9:30~16:30）

コープながの無料法律相談 日程のお知らせ

- 相談日：毎週 月・水・金曜日 13:15~15:30 ■相談場所：長野第一法律事務所（長野市西町568番地1）
- 弁護士：コープながのの顧問弁護士 ■注意事項：相談は1回45分以内、事前の予約が必要です。同一の相談で2回目以降は有料です。
- 予約受付：平日9:00~17:00 ※相談予約は相談日の4日前まで。予約の際に「コープながの無料法律相談の予約」とお伝えください。



【コープながの無料法律電話ガイド】

1件あたりの相談時間15分、困りごとの解決方法についてのおおまかな相談ができます。同一のご相談は1回とし、さらにご相談をご希望の方は、月・水・金曜日の無料法律相談をご利用ください。必要に応じてお近くの弁護士事務所等をご紹介します。

- 電話ガイドの時間・毎週月、水、金曜日 16:00~17:30

無料法律相談申し込み・無料法律電話ガイドいずれも TEL 026-233-0345（長野第一法律事務所）



おうちで学ぼう！
まずは知ることから！

在宅学習会

開催報告

コープテリの商品政策「くらし豊かに」 ～知ってほしい商品への取り組み・大切にしたいこと

中信ブロック

～あなたのまわりの子どもたち、笑っていますか？～

「子どもの未来アクション」は貧困をはじめとする子どもの問題を、学び、考えることから共感の輪を広げていく運動です。日本における子どもの貧困問題をはじめ、子ども食堂、フードバンクなどの取り組みを知っていただくための在宅学習会を、昨年10月に開催し、子どもたちの「今」と「未来」を考える機会となりました。

《学習資料でこちらの内容を学習しました》

- ◆日本における子どもの貧困、「相対的貧困」は見えにくい貧困と言われ、7人に一人が貧困状態。貧困の連鎖も心配されている。
- ◆貧困により病院の受診控え、高校中退率が高い、必要な学用品が購入できない
- ◆「こども基本法」が令和5年4月に施行。“こどもまんなか社会”を掲げ、私たち市民の役割にも期待されている。
- ◆子どもの権利条約…生きる権利、育つ権利、守られる権利、参加する権利！
- ◆子どもを取り巻く問題…虐待や暴力・児童福祉施設で育つ子ども・里親制度
- ◆未来のための、身近なアクション…フードバンク、子ども食堂、学習支援など

参加者の感想

- ・貧困によっていろいろなことが制限されると、自己肯定感の低下や、将来の見通しが立ちにくいなど、幸せな人生を送る権利が奪われると思った。
- ・学習資料やテキストがわかりやすく、勉強になった。
- ・子どもを取り巻く重大な問題が、詳しいデータでよくわかり、こんなに大変な思いをしている子どもがいることにショックを受けました。
- ・自分ができることは、学習会の内容を友人に語り、フードバンクや学用品の寄付をすること。今後も続けていきたいと思います。

商品政策6つの柱とは？

- 1) **品ぞろえの考え方**：ふだんのくらしに必要な商品を提供し、豊かで楽しい食卓を応援します。
- 2) **食品安全の考え方**：提供するすべての食品の安全性確保に取り組みます。
- 3) **健康な食生活についての考え方**：商品の供給を通じて健康な食生活を応援します。
- 4) **コープ商品の考え方**：組合員の想いを“かたち”にしたコープ商品を開発・提供します。
- 5) **産直の考え方**：組合員と生産者がつながり、ともに歩む産直を進めます。
- 6) **持続可能な社会実現への貢献の考え方**：持続可能な生産・消費に向けた商品供給事業を進めます。



☆ 参加者の感想 ☆

- ・輸入商品、洗剤と水環境、日本の農業、自給率など難しい問題が山積みです。生協には、ますます頑張ってほしいです。
- ・SDGsを考へて商品を選ぶだけで、社会とつながるのですね。
- ・私たち消費者も家族の健康や持続可能な社会の為に考へて行動しようと思います。
- ・コープ商品に対する真摯な姿勢を知ることができ、これからも安心して利用ができると感じました。

〈消費者力向上講座〉開催報告

遺言と相続の基礎知識

1月26日（金）に、坂井田慧弁護士を講師に迎え、消費者力向上講座「遺言と相続の基礎知識」を開催しました。トラブルに発展しがちな遺言と相続について、基本的な知識を学ぶことを通して、参加者とその家族の皆さんが、納得できる方法を考へていくためにどうしたらよいか、しっかりと学ぶことができました。



南信ブロック



〈遺言書は、いつ書いたらいいの？〉

高齢になり、認知症になってしまってからでは遅いのです。遺言書の作成は、今すぐとりかかしましょう！あとで修正することも可能です。

〈親族でもめるとどうなるの？〉

裁判でかなりのお金と時間がかかることになってしまいます。

〈「付言事項」とは何ですか？〉

遺言書の、「なぜそのように遺産分割することにしたのか」など、本人の思いが書かれている部分のことを「付言事項」と言います。

〈本人が文字や文章を書けなくなった場合は？〉

遺言は、他人が代わりに書くと無効になることがあります。心配な時は近くの弁護士、税理士など専門家に相談し、依頼しましょう。



【参加者の声】

- ・質問に丁寧に答えていただき勉強になった。付言事項は法的効力がなくても、思いを伝えることでめめ事を防ぎやすいとわかった。
- ・遺言を依頼するとき、どこに頼んだらよいか具体的にわかった。
- ・遺言書の必要性を感じた。一日も早く作っておきたい。
- ・健康なうちに遺言書をつくっておけるようにもっと勉強したい。
- ・自分がいつどうなるかわからないので、考へや思いをきちんと家族に伝え、記録しておきたい。

コープながの無料法律相談もご利用ください。詳しくは、コピス3ページのご案内をご覧ください。