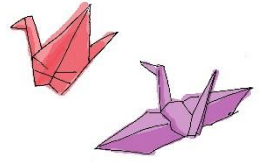




～ 2024 子ども平和会議 参加者募集 ～

全国の子どもたちと一緒に、平和について学んでみませんか？



広島・長崎両県生協連・日本生協連は、被爆体験の継承や核兵器のない世界への思いを共有する場として、毎年8月に「ピースアクションinヒロシマ・ナガサキ」を開催しています。連携企画「子ども平和会議」は、未来の担い手である子どもたちが平和について学び、考える場です。毎年全国からたくさんの子どもたちが参加しています。コープながのの代表として「子ども平和会議」（今年度は広島にて開催）に参加していただく親子を募集します。

※オンラインでも参加できます。詳しくは改めてご案内します。

《対象》コープながのの組合員の家族で、小学校5年生～中学生3年生までの子どもとその保護者

《定員》2組（選考）

《申込方法》電話またはwebフォームから申し込み
webフォームURL▼

https://krs.bz/naga_coop/m?f=163

※二次元コードからもアクセスできます



申込締切：6月3日（月）
ご応募お待ちしております！

スケジュール

日程	内容
6月下旬～7月上旬 土曜または日曜いずれか1日	事前学習会 松代大本営地下壕（長野市）見学
8月4日（日）から 8月6日（火）	ピースアクションinヒロシマ （平和講演、被爆の証言等） 及び子ども平和会議へ参加。移動含む。
9月上旬 土曜または日曜いずれか1日	派遣報告会 （感想発表、役員・組合員理事との交流）

《その他》

- ・派遣する2組は応募者の中からお子さんの応募動機をもとに選考します。（応募動機はwebフォームから入力できます。電話申し込みの方は別途ご案内します）
- ・参加者には事前学習会、現地参加後にレポートを提出していただきます。
- ・交通費、宿泊費はコープながのが負担します
- ・詳しくは、総合企画室へお問い合わせください。



【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）

第32回通常総代会でみなさんに伝えたいこと[発言通告]

「わたしの思い・願い伝えたい」

（コープながのへのメッセージ）原稿募集！

「コープでこんなことを知りました」「こんな出会いがありました」「コープがこうだったらいいな、もう少し考えてほしいな」「コープのここが好き」など、あなたの思いをお寄せください。また、その思いを総代会で発言して、みなさんにお伝えいただける方も、あわせて募集します。たくさんの思いや願いをお待ちしています。

※総代の皆さまには文書にて原稿募集のご案内をお届けします

■対象：コープながのの組合員 ■題名および用紙：自由

■文字数：600字以内（本文）※発言していただける場合は約3分

■提出方法：①～③のいずれかの方法で提出してください。

①郵送 宛先/〒388-8555 長野市篠ノ井御幣川668

コープながの総合企画室

②webフォーム（二次元コードからも入力できます）

URL https://krs.bz/naga_coop/m?f=140

③FAX / 026-261-1219

■締切日：5月30日（木）

■必記事項：原稿には題名、氏名、住所、電話番号をご記入ください。

※通常総代会において発言を希望される方は「発言希望」と明記してください。

希望者多数の場合は、発言できないことがあります。なお、総代会当日の発言者は議長が指名します。あらかじめご了承ください。

※原稿は通常総代会後、総代に配布します。ただし、無記名・匿名の原稿は掲載しません。



【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477

（月～金・9：00～17：45）



田んぼに入って生きものを探してみよう！



田んぼの生きもの

見つけ隊！参加者募集

水を張った田んぼから、カエルの合唱が聞こえる時期となりました。よく見ると田んぼには、他の生きものもたくさんいるんですよ！童心に返って泥の感触をみんなで体感しながら、おたまじゃくし・ドジョウ・水カマキリ・ホウネンエビなど、田んぼの生きものを探してみませんか？スマホアプリ「バイオーム※」を使って生きもの名前を調べることもできます。ご参加お待ちしております。

■日時：6月16日（日）9：30～11：00頃

■会場：佐久市浅科

道の駅ほっとぱーく浅科付近

■定員：30人（定員になり次第締め切り）

■募集開始：5月20日（月）10：00～

■申込方法：電話または二次元コードからお申し込みください。

■参加費：無料

■その他：参加者には参加要項・地図を送付します。



※生きものコレクションアプリ「バイオーム」は、アプリ内のカメラを使って生きものを撮影・投稿することで、その生きもの名前をAIが判定して教えてくれるアプリです。

希望者には、案内状と共に資料を同封いたしますので、申し込み時にお伝えください。

【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）



東信ブロックスタッフ追加募集

組合員スタッフ（東信ブロックスタッフ）を追加募集します。

- 活動内容：学習会などの企画・運営、ニュース記事の作成、ブロック別総代会議の司会・書記。月10日程活動。
- 応募要件：コープながのの取り組みを広めてもらえる方
Eメール・Webを利用できる方
活動に自家用車を使用できる方
- 活動補助費：45,000円/月・税込
交通費実費支給、スマートフォン貸与
- 選考方法：面接の上、選考いたします
- 説明・面接会



開催日	時間	会場	申込締切
5月29日 (水)	①10:30~12:00	コープデリ 上田センター	5月24日 (金)
5月30日 (木)	②13:30~15:00	コープデリ 佐久センター	

※当日都合がつかない方、お子さんの同席が必要な方はご相談ください

【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)



2024年度 第16回「くらしの川柳」募集!

- 募集期間
6月1日(土)から8月31日(土)
- 川柳テーマ
 - ①【自由部門】
特にテーマは設けません
 - ②【ライフプランニング活動部門】
テーマ「自己肯定力」
- 賞品
 - ・金賞1本
コープデリ商品5,000円相当
 - ・銀賞3本
コープデリ商品2,000円相当
 - ・入選10本
今治フェイスタオル
 - ・参加賞
応募者全員に「コーすけクリアファイル」
及び「かしこいくらしの見直しハンドブック」
- 応募資格
組合員とその家族であればどなたでも応募できます。
*お一人様1作品で未発表、オリジナルの作品に限ります。

「川柳」は、「5・7・5」の十七音字句で成り立っていますが、「俳句」と違って季語を入れるなどの約束や制約はありません。「穿ち」「軽み」「滑稽」の三要素が不可欠です。



- 応募方法
 - 【郵便はがきからの応募の場合】
①名前 ②郵便番号・住所 ③電話番号 ④組合員番号
⑤川柳の応募部門 ⑥応募作品 ⑦ペンネーム(必須)
をご記入の上、以下の宛先までお送りください。
〒388-8555 長野県長野市篠ノ井御幣川668
コープながの共済センター『川柳』係
 - 【WEBフォームからの応募の場合】
右下の二次元コードまたは以下のURLよりご応募ください。
URL krs.bz/naga_coop/m?f=160
- 結果発表
入選作品の発表は、コープながのホームページ、ハピデリチラシにて発表します。参加賞、賞品は、年内に送付します。
- その他
入選作・応募された作品の著作権は、コープながの及びコープ共済連に帰属します。尚、応募作品は返却いたしません。入賞作品は、今後のライフプランニング活動及びLPAの各種媒体で掲載させていただきますのでご了承ください。
お寄せいただいた個人情報は厳重に管理し、コープながのからの連絡、賞品の発送などに使用します。

【問い合わせ】コープながの共済センター
TEL 026-261-1248
(月~金・9:00~18:00)



参加無料 ミニライフプラン講座

いつまでいくら必要? わが家の教育費

こんなに
かかるの!!

知らなかった!

「教育費にいくら必要か」「教育資金の準備方法」「不足の場合の対処方法」を学んで、わが家のライフプランを作りましょう。

開催日	時間	会場
6月12日(水)	10:00 ~12:00	コープ長野稲里店
6月26日(水)		コープデリ上田センター
6月26日(水)		コープデリ伊北センター
6月27日(木)		コープ安曇野豊科店

- 講師：コープながのライフプラン・アドバイザー
- 託児：なし
- 申込方法：電話にてお申し込みください
- 申込締切：各講座開催1週間前まで

【申し込み・問い合わせ】コープながの共済センター
TEL 026-261-1248 (月~金・9:00~18:00)

*お預かりした個人情報は当生協で厳重に管理し、本講座の運営ならびに当生協からのLPA活動のご連絡以外の目的には利用いたしません。

コープデリ商品検査センター主催 オンライン学習会のご案内

Zoomで開催! 農研機構研究員の方から聞く~知っているようで知らない乳酸菌の世界~

毎年好評! 国の研究機関である農研機構とのコラボ企画です。わからない事の多い「乳酸菌」についてのあれこれを、かみ砕いて学習します。乳酸菌の種類で効能はちがうの?そもそも乳酸菌の働きって何があるの?なかなか聞けない乳酸菌の開発についても農研機構研究員の方からお話を聞けますよ。皆さまのご参加をお待ちしております。

- 講師：守谷直子さん(農研機構 畜産研究部門 上級研究員)
- 開催日時：6月21日(金) 10:30~12:00
- 開催方法：Zoomによるオンライン開催
- 参加費：無料
- 定員：200人 ※申し込み多数の場合抽選とし、6月11日(火)までに全員に当落結果連絡します。
- 申込方法：二次元コードよりお申し込みください
- 申込締切：6月9日(日)



【問い合わせ】コープデリ商品検査センター
TEL 048-782-5132 (月~金・10:00~17:00 ※土日祝休み) E-mail: net_jg109@coopdeli.coop



参加無料

「お店の縁側」6・7月の開催案内

毎月、コープ長野稲里店、コープ安曇野豊科店にて、「お店の縁側」を開催しています。どなたでもお気軽にお立ち寄りいただき、お飲み物やおしゃべりでホッと一息ついていきませんか。

♪お飲み物、お茶菓子をご用意してお待ちしています
♪申し込みは不要です

■会場：コープ長野稲里店、コープ安曇野豊科店
店内無料休憩所（イートインスペース）



■6月・7月の開催日
6月4日（火）、6月18日（火）、6月27日（木）
7月2日（火）、7月16日（火）、7月30日（火）
■開催時間：10：30～12：30

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

暮らしサポート活動 まごころ 前回好評 ☆第2弾☆ コーディネーター&サポーター 募集説明会



まごころは、暮らしの中のちょっとした困りごとを
組合員どうし、その時できることで助け合う活動です
☆コーディネーター（調整・つなぐ人）と
☆サポーター（活動する人）を募集します

説明会ではまごころの仕組みや役割、活動例などについてご説明します

開催日	会場
5月22日（水）	コープ安曇野豊科店
5月23日（木）	コープデリ長野センター
5月29日（水）	飯田市勤労者福祉センター



■開催時間：10：30～11：30／13：30～14：30
※午前午後同じ内容です。ご都合に合わせてご参加ください
■申込方法：電話または二次元コードにて申し込みください
■申込締切：5月21日（火）17：00

自分時間を
有効に使いたい

地域や人と
つながりたい

人と関わる
ことが好き

社会貢献や
ボランティアに
興味がある

あなたの一步を誰かの力に…まずはお電話ください

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



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いたします。

■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）

コープサークルからのお知らせ

牛乳パック・古着回収 交換会 &フリーマーケット 開催のお知らせ

■主催：コープサークル コープ稲里店クラブ
■日程：6月1日（土）
■会場：コープ長野稲里店（長野市稲里町中央 3-38-1）



《牛乳パック・古着回収 交換会》10：00～11：30

【回収できるもの】

牛乳パック、シーツ、毛布、タオル類、衣類（綿製品・浴衣等）
※古着は必ず紐で縛ってお出してください。
牛乳パック30枚以上でトイレトーパー1個、
古着5kg以上でトイレトーパー1個と交換いたします。

【回収できないもの】

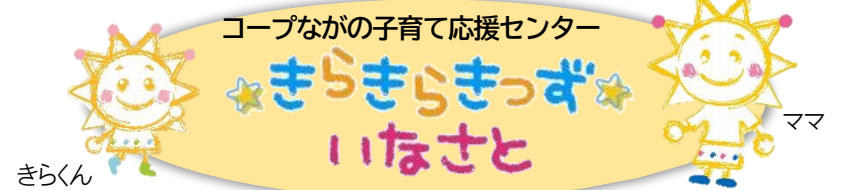
汚れた牛乳パック、綿入の物、ふとん、カーペット、
ジャンパーコート類、セーターなどの毛糸製品、フリース、
靴下、背広・スーツ類、汚れのひどいものなど

《フリーマーケット》10：00～13：00

※雨天等で中止となる場合があります
★フリーマーケットの出店者を募集します
募集数：5組 参加費：500円
その他：シート等はご持参ください。



【申し込み・問い合わせ】ショウダ
TEL 090-9963-0751



子育てひろばほっとるーむ稲里よいお知らせ

5月生まれのお友だち集まれ！
5月31日（金）10：15～

遊びに来たお友だちで、5月生まれのお友だちをお祝いしましょう。
みんなでパネルシアターをみて楽しみます♪



紙あそび
6月3日（月）～8日（土）
かたつむりを作って遊ぼう！



きらきら☆リトミック参加者募集♪

子どもと一緒に音楽に合わせて体を動かしながら
楽しくリフレッシュしませんか！



■日時：6月8日（土）
★キッズ向け（1歳6か月以上） 11：00～12：00
★ベビー向け（1歳6か月未満） 13：00～14：00
■申込方法：電話または二次元コードからお申し込みください
■申込締切：6月1日（土）16：30
■定員：各5組
※申し込み多数の場合は抽選とし、6月4日（火）までに電話にて結果をお知らせします



【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）



開催報告

オンライン学習会 ～調理の時短になる おたすけ食材～

冷凍食品・加工食品をうまく活用しよう！

2月、マルハニチロ㈱から講師を迎え、冷凍食品・加工食品についてのオンライン学習会を開催し、組合員18人が参加しました。

クイズに参加しながらマルハニチロ㈱の成り立ちや商品へのこだわり、おいしく食べるためにおさえておきたいポイントなどを学習しました。

また、簡単にアレンジできるレシピも教えていただきました。

☆冷凍食品の魅力

- とれたて・作りたての状態をキープ：工場→トラック配送→店舗・宅配まで、ずっと-18℃以下で保存します。
- 保存料を使用していません：低温保存の為、腐敗や食中毒の原因となる細菌が活動できません。
- 長期保存可能：家庭用冷凍庫では一般的に購入後2～3ヵ月保存できます。(ドアポケットなど温度変化が大きい場所では1～2ヵ月)
※-18℃で保存した場合、賞味期限はおおよそ1年。

☆缶詰の3つの魅力

- 長期保存ができる：賞味期限は、おおよそ3年。
- 素材の味わい・栄養が豊富：密閉した上で加熱するため栄養が流れ出てしまうことはありません。
- 下ごしらえ不要：ふたを開けるだけでそのまま食べられて便利！

☆缶詰の温め方

- 缶のまま電子レンジ加熱や直火で温めるのは大変危険です！温める場合は別の容器に移して温めるか、湯せんがお勧め！



マルハニチロ㈱ではアレンジレシピサイト



を開発しています！

プラウマレシピ

検索

コープなごの Instagram でもその他アレンジレシピを紹介しています。ページ右上のQRコードより是非ご覧ください！

簡単なアレンジでおもてなしにも！ からあげ&エビフライの チーズフォンデュソース（4人分）



<作り方>

1. お好みのからあげ、エビフライを加熱料理する
2. 耐熱容器にソース材料を全て入れて混ぜ、レンジで500W2分程度加熱する
3. からあげ&エビフライ、お好みの野菜やフランパンをチーズフォンデュソースにつけてお召し上がりください。「野菜たっぷり和風ドレッシング」「カレー」にディップするのもおススメです！

<おすすめ商品>



若鶏和風竜田揚げ または めっちゃうまいからあげ 8個



えびフライ（20）または レンジでパクッとえびフライ 10尾

<ソース材料>

ピザ用チーズ 100g
牛乳 100cc
ポタージュスープの素 1袋



参加者の声

- 新鮮な物を使って商品が製造されていて、より安心して食べられると感じました。
- 冷凍食品は「手抜き、楽してる」とか、添加物も多く「体に良くない」と思っていました。みんなが幸せになる食材なんだと感じることができました。
- 冷凍炒飯は一流料理人の技を再現したロボット（炒飯製造機）で作られていることや、缶詰に使用しない部位の魚の頭や尾はマグロの養殖の餌にしていることを知ることができました。

開催報告

オンラインSDGs & エシカル学習会

2月23日にオンラインでSDGsとエシカル消費についての学習会を開催しました。お子さんの参加もあり、クイズをしながら楽しく学びました。皆さんも自分に出来ることを考えてみませんか？

SDGsとは？

「とりすぎ」・・・海や森の資源の乱獲
「捨てすぎ」・・・プラスチック問題など
「出しすぎ」・・・CO2 排出による地球温暖化
これらの環境への問題や社会の問題に対して、世界中のさまざまな立場の人が話し合い、解決方法を考え、2030年までに達成すべき17の目標を定めました。それがSDGsです。

◆出題されたクイズ◆

川にすてられたプラスチックはどこに行く？



答え 海

私たちが住んでいる、日本のSDGs達成率は世界で何位？

答え 21位/166カ国中

【サステナブル商品を2点お試しいただきました】

CO・OP フィッシュ
ソーセージ 70g×4本



自然な色あいうまみを活かした魚肉ソーセージです。持続可能で適切に管理された漁場で獲られた水産物に与えられるMSC認証を受けた商品です。

CO・OP カカオ70%
チョコレート 220g



ほどよい甘さのカカオ70%チョコレート。人と自然にとって、より良い未来を推進する方法で栽培されたことを意味するレインフォレスト・アライアンス認証を受けた商品です。

何をすればいいのかな？
自分にはとてもできそう
にないよ・・・

自分にできることをやればいい！
行動することが大切。SDGsの目標
は一つじゃないから、自分が関われ
るところは必ずあるはず。

リサイクルで お買い物の時
今できること おうちで

エシカル消費とは、 おもいやりのあるお買い物♪

お買い物する時に自分視点だけではなく、環境や社会など他者の視点をプラスする消費のことです。

参加者の声

- チョコレートは時々買っています。子どもには苦いようですが、他の高カカオチョコレートより食べやすい気がします。お話を聞いた後で、より味わい深いものとなりました。
- 少しずつ日々できることを意識して行っていこうと改めて感じました。
- お話がとてもわかりやすく、学びの部分も多くて、とてもよかったです。
- 商品をきちんと選んで買う、ということが大切なのがよくわかりました。

