



30th Anniversary

野菜を栽培
しましょう！

ふれあい農園 2024年度 参加者追加募集

普段、「なかなか土に触れる機会がないなあ」という方！「自然が大好き」な方！「ふれあい農園」に登録して、のどかな安曇野の自然や季節を感じながら、週末農業体験をしてみませんか？ふれあい農園に登録し、農作業を体験する家族を追加募集します。



開催日	内容
7月20日	中間管理、なす・ししとう・じゃがいも・葉物野菜など随時収穫
8月3日、24日	収穫交流会、大根の種まき、白菜の植付け
9月7日、21日	中間管理、さつまいもの収穫、野沢菜の種まき
10月5日、19日	中間管理、大豆の収穫
11月16日、30日	大根・白菜収穫、野沢菜漬け体験
3月初旬（日付未定）	冬の交流会

※圃場の状況で内容を変更する場合があります

- 主催：JA あづみ青壮年部・女性部、コープながの
- 場所：安曇野市堀金烏川の畑
- 活動時間：9時から2時間程度（夏季変更あり）
- 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。



※「ふれあい農園」は、JA あづみとコープながのの共同の取り組みで、生産者と消費者の交流を目的に開催されています。種まきから中間管理・収穫までの作業を通じて、環境や食育について学び、食べ物を作る大切さを体験できる楽しい企画です。

【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）

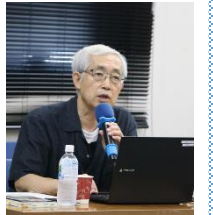
オンライン平和学習会 参加者募集！

「松代大本営から浮かび上がる戦争の本質」

～オキナワ・ヒロシマと結んで～

長野市松代にある松代大本営地下壕群は、第二次世界大戦末期、日本軍部が本土決戦最後の拠点として極秘に建設をすすめ、終戦時には全工程の約8割が完成していたとされる地下壕です。平和を語り継ぐ上での貴重な戦争遺跡・松代大本営を手がかりに、当時の歴史を学びます。

- 日時：8月22日（木）10：00～11：50
- 講師：大日方悦夫 氏（近代現代史研究家）
- 参加費：無料（通信費等は参加者負担）
- 申込方法：二次元コードまたはURLより申し込み
URL：https://krs.bz/naga_coop/m?f=168
- 申込締切：8月18日（日）
- 注意事項



- ・Zoomアプリを使います。事前にダウンロードしてください。
- ・インターネットに接続できるパソコン・タブレット・スマートフォンをご用意ください。（Wi-Fi環境推奨）
- ・参加者には、8月19日より順次メールにてご案内をお送りします。

オンライン平和学習会

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477（月～金・9：00～17：45）



「ヒロシマ・ナガサキ 原爆と人間」パネル展

原爆の被害の実相を知り、次の世代にも原爆の体験を受け継いでもらうことを目的として、原爆が投下された後の広島・長崎の様子を写した写真や絵のパネルで構成した展覧会を開催します。入場無料、申し込みは不要です。ぜひご来場ください。



会場	日程	時間
中野市 北信合同庁舎 （1階・玄関ロビー）	7月16日（火） ～7月19日（金）	
諏訪市 諏訪合同庁舎 （1階・玄関ロビー）	7月22日（月） ～7月26日（金）	8：30～17：15 ※初日 13：00 から ※最終日 12：00 まで
佐久市 佐久合同庁舎 （1・2階）	7月29日（月） ～8月2日（金）	
松本市 松本合同庁舎 （1階・玄関ロビー）	8月5日（月） ～8月9日（金）	
長野市 長野県庁 （1階・玄関ロビー）	8月13日（火） ～8月16日（金）	8：30～17：15 ※初日 10：30 から ※最終日 16：00 まで
上田市 上田合同庁舎 （1階・玄関ロビー）	8月19日（月） ～8月23日（金）	8：30～17：15 ※初日 13：00 から ※最終日 12：00 まで
飯田市 橋南公民館 （3階・飯田リンゴ庁舎）	8月19日（月） ～8月23日（金）	9：00～17：00 ※初日 13：00 から ※最終日 12：00 まで

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477（月～金・9：00～17：45）

参加費無料 コープながの健康づくり企画

自分の“食事”、はかってみよう！

おうちで

食習慣チェック



いつも健康でいたい！そのために食事に気をつけたいけれど、具体的にどうすればいいんだろう？「おうちで食習慣チェック」では、自分の食習慣を“はかる”ことができます（約15分）。健康づくりのきっかけとして、ぜひご参加ください！

- 定員：300人（先着順） ■対象：コープながの組合員とその家族
- 申込方法：二次元コードまたはURLよりお申し込みください。
URL：https://krs.bz/naga_coop/m?f=296
- ・申し込み後、10日ほどで「からだ応援プロジェクト事務局」よりご案内メールが届きます。
- 申込締切：8月16日（金）※定員になり次第受付を終了します
※申し込み時に参加者のお名前をご入力ください。

おうちで食習慣チェック

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477（月～金・9：00～17：45）



アツイ毎日を応援！
～簡単溶かすだけ！
手軽に水分補給～

おうちで試そう
参加者募集

暑い夏到来！水分補給が欠かせない季節になりました。
そんな夏にぴったりの飲み物をお届けします。サッと溶かすだけの
さわやかな粉末ドリンクを試してみませんか。



3種類1包を
セットにして
お送りします



🍷お試し商品🍷

- 定員：60人
(組合員でwebアンケートに必ずご協力いただける方)
※お申し込み多数の場合は抽選とし、当選者のみ7月
下旬に、発送をもってお知らせします。
- 参加費：無料
- 申込方法：二次元コードからお申し込みください。
- 申込締切：7月21日(日)
- 企画担当：中信ブロック



【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477 (月～金・9:00～17:45)



コープながのはスポンサーとして AC 長野
パルセイロ・レディースを応援しています。

「コープながのサクスマッチ」を開催しました！

2023-24 WEリーグ 第22節 vs /ジマステラ神奈川相模原

5月25日(土)、長野Uスタジアムにてネーミングライツ(冠協賛)
試合「コープながのサクスマッチ」を開催し、PRブースやハーフ
タイムでコープながのの事業や活動を紹介しました。

ほぺたんとコーすけも
一緒に応援！

試合前には公募した
組合員親子が選手と
一緒にサッカー
教室！↓



キックインセシ
モニーを組合員
のお子さんが
務めました。→



特設ブースでは、フードドライブ・生理用品の寄付受付を行い、食品72
点・生理用品5点の寄付がありました。ご協力ありがとうございました。

参加者募集



味くらべ！コープで
おうち茶房



CO・OPの緑茶の飲み比べ企画です！
いろんな種類があるけれど、味は違うのかしら？と
気になるあなたに、3種類のティーバッグをお届け。
ソムリエ気分でお試してください♪

お気に入りを
見つけてね♪



- 企画担当：北信ブロック
- 定員：60人(組合員でアンケートに必ずご協力いただける方)
- ※応募者多数の場合は抽選とし、当選者のみ7月26日頃、
商品を発送いたします。
- 参加費：無料
- 申込方法：二次元コード、またはURLよりお申し込みください。
URL：https://krs.bz/naga_coop/m?f=440
- 申込締切：7月19日(金)

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎0120-502477 (月～金・9:00～17:45)



参加者
募集

小学生夏休み企画 親子で楽しく
防災ものづくり体験

身近な物で災害に備えてみませんか？
非常食にもなる「お菓子防災ポーチ」や、停電
時に活かせる「ペットボトルランタン」を作り
ます。長野市災害ボランティア委員会の皆さん
を講師に、楽しく防災について学びましょう。



- 企画担当：北信ブロック
- 日時：8月2日(金) 10:30～12:00
- 会場：コープ長野稲里店 コープルーム(組合員室)
- 対象：小学生と保護者
- 定員：10組 ※応募者多数の場合は抽選とし、当選者のみ
7月23日頃、詳細をお送りします。
- 託児：なし(同席可) ■参加費：無料
- 申込方法：電話、二次元コード、URLから申し込み
URL：https://krs.bz/naga_coop/m?f=450
- 申込締切：7月19日(金)

組合員以外
の方もお待ちして
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)



7/27(土) コープ安曇野豊科店にてフードドライブ実施します。ご協力ください！

ご家庭で余っている食品がありましたらぜひお持ちください。生理用品(未開封のもののみ)の寄付も受け付けます。
寄付いただいた食品は社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会に、生理用品はNPO法人えんまるにお渡しし、活用いただきます。

- 後援：社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 ■日時：7月27日(土) 10:00～12:00 ■会場：コープ安曇野豊科店
- 寄付していただきたいもの：レトルト食品、カップ麺などすぐ食べられて、次の①～③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)



無料

「お店の縁側」8月・9月の開催案内

毎月、コープのお店にて「お店の縁側」を開催しています。どなたでも気軽にお立ち寄りいただき、飲み物やおしゃべりでホッと一息ついていきませんか。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）
- 8月の開催日：8/6（火）、8/20（火）
9月の開催日：9/3（火）、9/17（火）、
9/25（水）
- 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）

「まごころコーディネーター&サポーター募集説明会」開催しました！



5月下旬にコープ安曇野豊科店とコープデリ長野センター、飯田市勤労者福祉センターの3会場で開催し、参加者の皆さんにまごころの活動のながれや内容についての説明をしました。



利用者の依頼が入ってから、サポート活動するまでの流れを確認しました。



実際にどんな活動があるのか知りたい！

まごころの活動を知らなかった！多くの人に知ってほしい

コーディネーターが利用者とサポーターを繋ぎます。

お忙しい中ご参加いただき、ありがとうございました♡

今後も各地域で募集説明会を開催予定。サポーターってやってみたくてちょっと不安な方、話だけでも聞いてみたい方、ぜひお気軽にご参加ください。詳しくは今後のコピスでご案内します！

【問い合わせ】暮らしサポート活動まごころ
☎0120-755-590（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）

報告「令和6年能登半島地震緊急支援募金」

令和6年能登半島地震で被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げます。コープながのでは、2024年1月8日～3月31日の期間「令和6年能登半島地震緊急支援募金」に取り組みました。ご協力いただいた組合員の皆さま、誠にありがとうございました。

お寄せいただいた募金は石川県・富山県・新潟県など被災地域の自治体を通じて被災された方々への義援金としてお役立ていただくほか、被災地や被災地生協の復旧活動費用などとして活用されます。

- ◆取り組み期間 2024年1月8日～2024年3月31日
- ◆令和6年能登半島地震緊急支援募金
コープながの募金額 73,348,418 円
（コープデリグループ募金額 326,136,668 円）

コープデリ ハウジング「住まいに関する 無料 相談会」のお知らせ

決める前に！惑わされない「屋根・外壁」学習会

突然訪問した業者から「すぐに修理が必要です！」などの危機感を煽る言葉や即決を迫る言葉を言われたことはありませんか？そうした言葉に惑わされないために、屋根や外壁のお手入れ（メンテナンス）に関するイロハをお伝えします。

日程	会場	申込締切
7月27日（土）	コープデリ伊北センター （上伊那郡箕輪町大字三日町 1396-2）	7月19日（金） 17：00
8月10日（土）	コープデリ諏訪センター （諏訪市大字湖南字城下 3174）	8月2日（金） 17：00

- ・開催時間は、10：00～12：00 / 13：00～15：00 です。
- ・参加申し込みがなかった場合は中止となります。
電話または二次元コードから、事前の申し込みをお願いします。
- ・講師はコープデリ ハウジングの提携店が務めます。

【申し込み・問い合わせ】コープデリ ハウジング
☎0120-231-832
（月～金・9：00～17：30 / 土・9：00～17：00）



コープデリ ハウジングはコープデリ連合会の子会社(株)コープデリサービスによる住宅事業の名称です

子育てひろばほっとるーむ稲里よりお知らせ



紙あそびコーナー

7月16日（火）～
20日（土）
紙コップで星のペ
ルを作ってみよう



ボールプールの日

7月17日（水）
ボールプールでい
っぱい遊ぼう



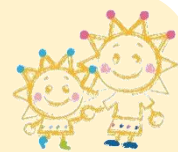
お絵かきコーナー

7月22日（月）
～27日（土）
壁いっぱいに絵を
描こう！



きらきら☆リトミック参加者募集！

- 日時：8月3日（土）
キッズ向け（1歳6カ月以上）11：00～12：00
ベビー向け（1歳6カ月未満）13：00～14：00
- 申込方法：電話または二次元コードから申し込み
- 申込締切：7月27日（土）16：30
- 定員：各5組。申し込み多数の場合は抽選とし、
当選者のみ7/30（火）までに電話でお知らせします



8月きらきらリトミック



☆ほっとるーむ稲里は、お昼の飲食が可能になりました。12：00 から
13：00 まで、昼食時間を設けますのでご利用ください。

【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）

ブロックニュース

このページは東信・北信・中信・南信の各地域で活動するブロックスタッフが作成し、各ブロックからのお知らせを掲載しています。Instagram では、ブロックニュースの内容を写真で紹介しています。右二次元コードからアクセスできます。
※原料事情等により、記事内で紹介した商品を取り扱わない場合があります。



中信ブロック

ブロックスタッフおすすめ 夏のひんやりスイーツ！



暑い日のお買い物はなにかと大変。宅配ならドライアイスなどでしっかり保冷してお届け。夏におすすめのコープ商品をご紹介します。

co-op 味わいやさしいみるく寒天 70g×3 (冷蔵)



素朴でやさしい味わいのみるく寒天。さわやかなのどごしの食べやすいデザートです。おやつにも、食後のデザートにも。

つると飲み込んだときのさわやかさがたまらないです

昔なつかしの母の味！やさしいミルク味



作ってみました！

アイスや冷凍食品はコープで！



コープながの Instagram ではコープのゼラチンを使ったゼリーのレシピをご紹介します！右上の二次元コードよりご覧ください。



簡単おやつ二色ゼリー



アイスコーヒーゼリー

コープの宅配限定商品 MOW3 森永乳業



75ml×6カップ入り (冷凍)
国産の乳製品、砂糖、卵黄だけで作ったアイスクリーム。素材本来のおいしさです。

甘味あっさり、ミルクの味がいい！

グラノーラと一緒に食べても！

小さめサイズが嬉しい (食べすぎ防止！)



co-op とろっとおいしいカットマンゴー 150g (冷凍)



ベトナム産のマンゴーを現地で追熟させることで、甘みの強くてとろっとした食感のマンゴーに仕上げました。そのまま食べても、ヨーグルトと一緒にでも。

コープテリ【公式】Instagram では、カットマンゴーを使ったマンゴプリンレシピを掲載！その他キャンペーンも満載です。ぜひフォローして下さいね。



ご存知ですか？生協の「コープサステナブル」シリーズ

環境や社会に配慮した主原料を使った「コープサステナブル」シリーズには4つのテーマがあります。このロゴマークの付いた商品を選んでは使うことが、未来の環境を守ることに繋がります。

南信ブロック

co-op サステナブル 海の資源を守る	co-op サステナブル 森の資源を守る	co-op サステナブル Organic	co-op サステナブル リサイクル材使用
主原料となる水産物はすべて、持続可能であると認証された漁業で獲られています。	主原料は森林の適切な管理に配慮して作られた農林産物や再生紙を使用しています。	主原料は農薬や化学肥料に頼らずに、環境負荷の少ない農法で栽培されています。	製品本体で認証を取得し、かつ環境配慮や省資源につながる使い方・用途を提案しています。
該当する認証 エコラベル・ジャパン、MSC、ASC、BAP、REM	該当する認証 レインフォレスト・アライアンス、FSC、RSPO、エコマーク	該当する認証 有機 JAS	該当する認証 エコマーク
商品の一例 そのままおいしい太ちくわ 減塩ふっくらしらす干し	商品の一例 オリジナルブレンドコーヒーバッグ キッチンタオル	商品の一例 有機えごま油 有機緑茶	商品の一例 再生PET使用つめかえボトル

生協で回収したペットボトルをコープ商品のパッケージへリサイクル



ふっくら卵のオムライス



ビーフカレー中辛



ファミリーチョコレート

生協では回収したペットボトルをCO・OP商品のパッケージの原料の一部として再利用する取り組みをすすめています。「CO・OP オムライス」、「CO・OP ビーフカレー」など、「ペットボトルから再生したフィルムを使用している包材」を使った商品を増やしていきます。

これからもペットボトルの回収にご協力よろしくお願いします。

