



## 学んで、食べて 参加者募集

### 出荷用アスパラガスの収穫体験

春の味覚といえばアスパラガス！畑のがっこう「アスパラガスの収穫体験」は毎年たくさんの組合員さんにご参加いただいている、大好評の企画です！生育環境に恵まれた伊那市高台の畑で育てられたおいしいアスパラガスの収穫体験をしてみませんか？畑のアスパラガスはどんな姿をしているのかな？どうやって収穫するのか？お味はいかがかな？アスパラガスについてみんなで学びましょう！当日、会場にて、新鮮なアスパラガスを1束500円で購入できます。

- 日時：4月12日（土）10：00～11：30頃
- 会場：（株）JA 菜園の圃場（伊那市西箕輪）
- 定員：10家族程度。お一人でも参加できます。（定員になり次第締め切り）
- 参加費：無料
- 持ち物：飲料・作業用手袋
- 募集開始：3月17日（月）10：00～
- 申込方法：電話、二次元コード、URLのいずれかから申し込み  
URL [https://krs.bz/naga\\_coop/m?f=130](https://krs.bz/naga_coop/m?f=130)
- その他：参加者には要項を送付します。アスパラガスを購入希望の方は、申し込み時に数量をお知らせください。



収穫したアスパラガスは出荷されます！

【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)



## “癒しの森”で 参加者募集

### さくさくクッキー作り&ネイチャーゲーム

NPO法人「伊那里イーラ」の協力のもと、森の整備とクッキー作りを体験します。さらに、森の木々に取り付けるネームプレート作りや、ネイチャーゲームで森を満喫！焼きあがったクッキーと県の名水100選に選ばれた「越百の水」を沸かし、持参したコーヒーや茶葉でティータイムも！一緒に春の森林浴を楽しみませんか？

- 日時：4月5日（土）9：30～12：30頃 少雨決行・荒天中止
- 会場：市民農園天のなかがわ（上伊那郡中川村片桐6629-1）
- 定員：10家族。お一人でも参加できます。（定員になり次第締め切り）
- 参加費：1家族100円（材料費等）
- 持ち物：軍手・レジャーシート・マグカップ・茶葉やコーヒー等
- 申込方法：電話、二次元コード、URLのいずれかから申し込み  
URL [https://krs.bz/naga\\_coop/m?f=16](https://krs.bz/naga_coop/m?f=16)
- その他：参加者には要項を送付します。森の中を歩きます。歩きやすい靴でご参加ください。また、森への道中は足場が悪いため、ベビーカー等の使用はご遠慮ください。

※コープながのは、NPO法人伊那里イーラと「森林（もり）の里親契約」を結んでいます。森林整備のために寄付金を贈呈し、共に協力して組合員向けに森林にかかわる企画を計画・実施しています。企画当日、コープながのから伊那里イーラへの寄付金贈呈式を行います。

【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)



## 第33回通常総代会議案書の「絵」を募集します！

第33回通常総代会議案書および資料編の2冊に掲載する「絵」を募集します。採用された「絵」は、これらの表紙・裏表紙に使わせていただきます。ふるってご応募ください。

応募締切  
3月21日  
(金)

- 対象：組合員および、その家族
- テーマ：「私の好きなこと・好きなもの」
- 制限事項：作品形式は手描き・デジタル問いません。また、ペン・クレヨン等、使用する画材に制限はありません。オリジナルで未発表の作品とし、アニメ、キャラクター等の使用や、他の公募との重複応募はご遠慮ください。
- 応募用紙：郵便はがき（絵は裏面に描いてください）、A4またはB5サイズ用の紙（折らずに封筒に入れて送付）、メールでのデータ送付
- 必記事項：応募者氏名（フリガナ）・住所・組合員コード・電話番号を記入してください。お子さんなど、応募者が組合員のご家族の場合、登録組合員名を書き添えてください。※議案書掲載にあたっては、市町村名と作者の氏名を掲載させていただきます。
- 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 総代会「絵」募集係  
メールアドレス：nagano\_hiroba@coopdeli.coop
- 謝礼：表紙採用者には図書カード2,000円分 裏表紙採用者には図書カード500円分 全応募者に粗品を差し上げます。※謝礼・粗品のお届けは6月下旬を予定しています。
- その他：採用作品を総代会議案書に掲載する際は、拡大縮小および色を変更する場合があります。また、応募作品は返却いたしません。ご了承ください。応募にかかわる個人情報は厳重に管理し、謝礼送付・議案書掲載・生協からのご案内以外の目的には使用しません。全応募作品を総代会当日、会場に展示いたします。展示の際には氏名、市町村名も掲載いたします。



第32回通常総代会議案書表紙掲載作品

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

## 東信・南信ブロックスタッフ追加募集

東信・南信地域で活動するブロックスタッフを追加で募集します。

- 活動内容：学習会などの企画・運営、ニュース記事の作成、ニュースの作成、組合員が集まる会議の司会・書記  
日数は月10日程活動。月によって若干変わります
- 応募要件：コープながのの取り組みに関心がある方、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：説明会実施後、個々に面談します
- 説明・面談会



	東信	南信
開催日	3月28日(金)	4月10日(木) 4月14日(月)
時間	午前または午後	10:00~11:30
会場	コープデリ上田センター	コープデリ伊北センター
申込締切	3月21日(金)	4月3日(木) 13:00

【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)



WEBからの申し込みはこちら (<https://krs.bz/naga.coop/m?f=534>) ▲

コープサークル佐久拾得倶楽部  
からののお知らせ!

第70回  
**フリーマーケット 開催!**

『拾てればゴミ・活かせば資源』をモットーに29年!

**4/19 (土) 11:00~14:00**  
コープデリ佐久センター(屋内)

▶出店募集 30店  
▶参加費 300円  
▶申し込み 締切り

4/4(金) 申し込み・問い合わせは  
ミネヲ 090-8328-2898

出店者大募集!!

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：コープ稲里店クラブ ■開催日：4月5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》9:30~11:30
- ・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枚以上でトイレトペーパー1個  
古着5kg以上でトイレトペーパー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、綿入りのもの、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》9:30~12:00
- ※雨天時は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：8組 参加費：500円  
その他：シート等をご持参ください



【申し込み・問い合わせ】ショウダ TEL 090-9963-0751

コープサークルからのお知らせ

## ボカシ作り教室のご案内

春になりました。家庭菜園クラブでは、野菜作りに使用できる肥料「ボカシ」作り教室を企画しました。ぜひ一緒にボカシを作ってみませんか?たくさんのご参加をお待ちしています。

- 主催：家庭菜園クラブ
- 日時：4月11日(金) 10:00~11:30
- 会場：コープ長野稲里店(ATM側の入り口付近)
- 参加費：600円(ボカシ5kgは持ち帰り)



【申し込み・問い合わせ】ショウダ TEL 090-9963-0751

## 1月コープ会・Baby&Kids コープ会開催報告

1月にコープ会とBaby&Kids コープ会をリアル会場とオンライン会場で開催し、各会場のテーマでおしゃべりが盛り上がりました。その一部をご紹介します。

### 1月テーマ「わが家の節約術!」

#### コープ会

eフレンズの「下半期最安値」等のセール情報は見逃さない。	暖房を使う部屋を1つにし、家族みんな同じ部屋で過ごす。	安い時に買った大量の白菜をキムチにして保存しています。
------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

#### Baby&Kids コープ会

家族とのおでかけは、なるべくお金がかからない場所を選ぶ。	離乳食はたくさん作って、小分けにして冷凍している。	買い物メモを見ながら買い物をします。無駄遣いが減ります。
------------------------------	---------------------------	------------------------------

### これらの商品をお試しいただきました!

コープ会：CO-OP 炊き込みパエリアの素 3合

Baby&Kids コープ会：

CO-OP 特定原材料を使わない

野菜でつくったトマトソース 270g



## 2025年度メンバー募集!!

### コープ会

- ・月に1回、組合員が集まっておしゃべりします。
- ・年9回開催予定(5月~2月。12月はお休み)
- ・モニター商品があります。
- ・託児あり(手配できない会場はお子さん同席)
- ・お好きな会場を選んでお申し込みください。(リアル会場・オンライン会場あり。1人1会場まで)



### Baby&Kids コープ会

- ・未就学のお子さんをもつ組合員向けのコープ会です。くらしや子育てについておしゃべりします。
- ・モニター商品は子ども向け商品を中心に選定します。
- ・通常の「コープ会」と両方のお申し込みはできません。

会場などの詳細はコープながの総合企画室までお問い合わせください。ホームページにもご案内を掲載しています▼

【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)



参加無料

## 「お店の縁側」4・5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していきませんか。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）
- 4月の開催日：4/1（火）、4/15（火）、  
4/30（水）
- 5月の開催日：5/20（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）

## 親子で学ぶ『比べてみよう！いろんな砂糖』

あなたのおうちでは、どんな種類のお砂糖を使っていますか。お砂糖は1種類だけじゃないんです。たくさんの種類があり、味もそれぞれに違います。実際に数種類の砂糖の味比べをしながら親子で好みの味を見つけましょう。素材を詳しく知る事で食育につながりますよ。

- 主催：コープデリ商品検査センター
- 日時：①4月2日（水）13：30～15：00  
②4月3日（木）10：30～12：00
- 会場：コープデリ商品検査センター  
（埼玉県さいたま市北区吉野町2-1417）
- 定員：各回親子16組（小学3年生以上のお子さんとその保護者。小学3年生未満の子の同伴は可）
- 参加費：無料 ■申込方法：二次元コードから申し込み
- 申込締切：3月23日（日）（当落結果は3月25日までに連絡）



【申し込み・問い合わせ】コープデリ商品検査センター  
TEL 048-782-5132（10：00～17：00・土日祝休）

くらしサポート活動まごころ

## 託児サポーター&研修会参加者 募集！

コープながのが企画する催しでは、子育て中の組合員がお子さん連れでも安心して参加できるように、できるだけ託児を設けています。その託児を支えていただくサポーターを募集しています！



安全に託児の活動をしていただくために、1年に1回研修を受けていただいています。託児サポーターに興味のある方もぜひご参加ください！

日程	会場
4月9日（水）	上田創造館（上田市上田原1640）
4月14日（月）	佐久市佐久平交流センター（佐久市佐久平駅南4-1）
4月16日（水）	コープデリ安曇野センター（安曇野市豊科高家1159-4） コープデリ伊北センター（上伊那郡箕輪町三日町1396-2）
4月17日（木）	コープデリ長野センター（長野市村山482-3）
4月18日（金）	松本市勤労者福祉センター（松本市中央4-7-26） 飯田市勤労者福祉センター（飯田市東栄町3108-1）
4月21日（月）	コープデリ塩尻センター（塩尻市広丘野村1425-10） 飯山市文化交流館なちゅら（飯山市飯山1370-1）
4月22日（火）	コープデリ諏訪センター（諏訪市湖南字城下3174） コープ長野稲里店（長野市稲里町中央3-38-1）

■開催時間：すべて10：30～12：00 ■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：開催日の1週間前まで

【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）



### 《ボールプール》

3月17日（月）・27日（木）  
ボールプールで楽しく遊ぼう

### 《紙あそび》

3月17日（月）  
～22日（土）  
「ちょうちょ」作り



### 《お絵かき》

3月24日（月）  
～27日（木）  
壁いっぱい  
絵を描こう



### 《お誕生日会》

3月28日（金）10：30～  
3月生まれのお友だちの  
誕生日をお祝いします



## きらきら☆リトミック参加者募集！

- 日時：4月12日（土）  
キッズ向け（1歳6ヵ月以上）11：00～12：00  
ベビー向け（1歳6ヵ月未満）13：00～14：00
- 申込方法：電話・二次元コードからお申し込みください。
- 申込締切：4月5日（土）16：30
- 定員：各5組  
※申し込み多数の場合は抽選とし、結果は締め切り後4月8日（火）までに電話でお知らせします。



【問い合わせ】きらきらきっず・いなさと  
☎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）



開催報告

## 「信州ミルクランド」バス見学企画

～ CO-OP コープ牛乳のおいしさの秘密を探ろう!～

11月に開催した「信州ミルクランド」バス見学企画の様子をご紹介します。こちらではコープ商品としておなじみの「CO-OP コープ牛乳」や「CO-OP 産直なごの牛乳」をはじめ、約120種類の商品が製造されています。



製造ラインを見学しながら、牛乳の製造工程を教えてくださいました!



### 牛乳の製造工程の一部をご紹介します

↑パック牛乳がケースに詰められていく様子

産地から集乳された生乳を検査し、低温を保ちながら異物を取り除きます。風味やおいしさを損なわないように速やかに殺菌し、飲み始めから終わりまでおいしく飲めるよう脂肪球をちぎる「均質化」という処理を行います。衛生的に容器に詰めた後、最終検査を行い、出荷します。

★ さまざまな工程を経ておいしい  
★ 牛乳ができるんですね!

県内の学校給食用牛乳の70%を信州ミルクランドで製造しているんだって!



### ◆ 参加者の声 ◆



- ・生乳受け入れから出荷まで空気に触れることがないよう自動化・無人化している「信州ミルクランド」の商品はとても新鮮で安心だと分かりました。(60代)
- ・1頭のホルスタインから一生でとれる生乳の量が10トンとは驚きでした! 製造の大変さとそれぞれの工程の意味合いを知ることができたことが収穫です。(70代)
- ・コープの商品を詳しく知ることができて、さらにコープのことが好きになりました。(30代)
- ・他の組合員と交流する貴重な経験ができて、感謝しています。(50代)



売店ではヨーグルト等オリジナル商品が購入できます! ソフトクリームも絶品です♪

## 商品グループインタビュー

開催報告第2弾

東信ブロックでは、12月3日に上田市の西部公民館で日本生協連の方を講師にお迎えして、商品を実際に見て体験できる商品グループインタビューを開催しました。参加者のみなさんにキャロットのチラシに掲載されている商品を6品目試してもらって、多くのご意見をいただきました。

### 【ホカロンあったか2重編みクルー丈ソックス】



- ・足首を締め付けないのが良い
- ・あたたかくて、滑らかさがあった
- ・はきぐちがゆったりしている

### 【内側シルク二重編足首ウォーマー3色組】



- ・冬には絶対ほしい物(必需品)
- ・夏のクーラー対策に良い
- ・寝るときにはくとポカポカする
- ・長さがちょうどいい

### 【シュレッダーはさみ】



タテ・ヨコカットで3.5mm角になるので個人情報などの処分に最適

- ・切れ味が良い
- ・はがきサイズ位の範囲だと使いやすい

### 【マワ人体ハンガーバリューパック】



- ・セーターなど型崩れしにくい
- ・洋服がハンガーから滑り落ちにくい
- ・クローゼットがすっきりしそう

### 【ベアータッチニューマ イヤー毛布シングル】



- ・ぬいぐるみみたいな手触り
- ・あたたかくて触ると癒される
- ・長い毛足で気持ち良かった



### 【ミンクタッチあったか毛布シングル】



- ・あたたかくて気持ち良い
- ・丸洗いができる
- ・光沢があって高級感がある

### ＜商品グループインタビューに参加した感想＞

- ・いろいろな方の意見を聞きながらできるのが、楽しかった。
- ・実際に商品に触って皆さんの意見を聞くことで理解も深まり楽しい時間でした。