

参加者募集

バスで行く！
地産地消の信州そば！
信越明星(株)工場見学

信州安曇野産そば粉使用の「信州安曇野生そば」など、地産・地消に取り組んでいる信越明星(株)の製造工程を実際に見てみましょう！コープデリ上田センターのプチ見学もあります。ご家族やお友達も一緒にどうぞ♪

- 日程：12月9日(水)
- 会場：信越明星(株)下塩尻工場(上田市下塩尻1689-3)
- 定員：17人 ※申し込み多数の場合、抽選となります。
結果は11月25日(水)までに当選者のみに郵送します。
- 対象：中学生以上
- 参加費：無料(但し、お茶付お弁当代金1000円は参加者負担となります。)
- 託児：なし
- 予定行程：駒場公園(8:15発)⇒佐久センター(8:45発)⇒上田センター(9:50発)⇒信越明星(株)下塩尻工場(10:00～12:30)⇒上田センターにて昼食・見学(14:10発)⇒佐久センター(15:00着)⇒駒場公園(15:15頃着)
- 申込方法：電話または Web フォームから
- 申込締切：11月16日(月)
- その他：・そば専用工場になっております。そば、小麦、卵アレルギーの方はご注意ください。
・指輪、ピアス、髪留めなどの装飾品は全て外していただきます。
・階段の上り降りがあります。



【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)



Webからの申し込みはこちら(<https://krs.bz/naga.coop/m?f=725>)▲

お知らせ

～みんなでつながろう～ みんなのやりたい！を応援します
コープサークル登録受付中！

コープながのは、組合員の自発的な活動「コープサークル」を応援しています。組合員が5人集まればコープサークルに登録でき、6人目からは組合員でなくてもメンバーとして一緒に活動できます。スポーツや子育て、料理や音楽など、さまざまなサークルが登録しています。もちろん、すでに活動している集まりでも、条件を満たせば登録OK！お気軽にお問い合わせください！

おススメポイント！

- 活動したコープサークルに対して費用を応援(補助)します！
1年間(4回以上の活動)：6,000円
半年間(2回以上の活動)：3,000円
- 企画の参加募集などをお手伝いします！
- コープの会議室を活動にお貸しします！



子育てサークル 西山っ子
活動の様子▲



コーラスサークル sole e luna
活動の様子▲



詳しくはこちら



【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)

報告

書損じハガキ・切手等回収キャンペーン

今年1月12日～5月31日に取り組んだ、NPO法人ハンガー・フリー・ワールド(以下、HFW)主催「書損じハガキ・切手等回収キャンペーン」へのご協力ありがとうございました。皆さまから寄せられた品物は、国内で換金し、飢餓に直面する人々が自らの手で栄養ある食べ物を持続して得られるようになるための取り組みに充てられます。

■コープながの組合員から寄せられた3,619件の品物とその換金額

未使用・書損じハガキ	2,847,078円
未使用切手	2,274,080円
使用済切手	84,685円
ブルーチップ、グリーンスタンプ	132,600円
中古CD・DVD・ゲームソフト	86,856円
貴金属	672,511円
外貨	257,400円
商品券	596,595円
合計	6,951,805円

■支援活動の一部をご紹介(ベナン共和国)



ベナンでは20年にわたり、住民とともに栄養改善に取り組んできました。大豆で作るチーズなど、家族の食卓を支える知恵が地域に根付き、2025年末に活動を住民組織へ引き継ぎました。HFWは、経験を生かし、新活動地へ進みます。

活動紹介動画もご覧ください

2027年も実施を予定しております。
詳しくは、今後発行のコピスにてご案内します。



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

参加者募集

主催：長野県消費者団体連絡協議会
第56回長野県消費者大会

消費者教育は単なる知識提供ではなく、「自分の権利を理解し、守り、必要な時に行使できる力」を育てるものであり、消費者の人権を守る基盤となります。ともに学びましょう。

【テーマ】

消費者の権利を守るために「急増する消費者被害にどう対応するか～若者から高齢者まで広がる消費者トラブルと消費者教育～」

- 日時：11月27日(金)13:30～16:00
- 会場：シャトレゼホテル長野(3階白鳳の間)
- 募集人数：会場100人・オンライン90人
- 申込方法：eメールで申込 送信先：entry@nccu-coop.org
メール本文に①参加方法(会場/Web)、②お名前、③団体名(または個人)、④メールアドレス、⑤電話番号、⑥第56回消費者大会、事前質問等があれば記入して送信。
- 申込締切：11月13日(金)
- 内容：①講演 13:40～14:50
(講師：長野県消費者団体連絡協議会 田村徳至氏)
②参加者感想交流会 15:00～15:50

【問い合わせ】長野県消費者団体連絡協議会
TEL 026-261-1380 長野県生活協同組合連合会 事務局：土屋・窪田

参加者募集

【参加無料】ミニライフプラン講座 一緒に話そう！お金のため方 使い方

みんなはどうやって貯めるの？
NISA、投資信託ってなんだろう。



■日時・会場

開催日	時間	会場
12月3日(木)	13:00~15:00	コープデリ中野センター
11月25日(水)		コープながの長野稲里店
12月8日(火)		コープデリ上田センター
11月25日(水)	10:00~12:00	コープながの安曇野豊科店
12月4日(金)		コープデリ諏訪センター

■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：コープながの共済センターまでご連絡ください。

■申込締切：講座開催3日前

過去の参加者の声

- ・すごく勉強になりました。今まで投資を考えた事はありませんでした。NISA を初めてやってみました。解らないままやっていたので色々理解できました。わかりやすく講義していただきありがとうございました。
- ・投資について前段階に何をすべきか考える機会になりました。
- ・NISA や iDeCo など分かりやすく説明していただけたので良かったです。

【申し込み・問い合わせ】コープながの共済センター
〒388-8555 長野県長野市篠ノ井御幣川 668
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。

参加者募集

おうちで探検！ コープデリのお肉工場 &商品検査センター オンライン見学

コープデリの人気商品『フレッシュパック』や『パラパラミンチ』など、お肉の商品をつくっているコープデリフーズの工場見学にオンラインで参加してみませんか。普段は入れないパラパラミンチやお惣菜などをつくっている工場内をクイズを交えながら映像でご案内します。さらに商品検査センターのオンライン見学も同時開催。生産者から組合員の皆さんに安全な商品が届くまでの様子がわかりますよ。

■日時：12月11日(金)10時30分~11時45分

■開催方法：オンライン(Zoom)

■参加費：無料

■定員：50人

■申込方法：11月22日(日)

11月24日(火)までに全員に当落結果をご連絡します。

■申込締切：Web フォームから

申し込みはこちら▼

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



コープデリ商品検査センターHPでは、
一般見学のご案内などもしています。

参加者募集

コープながの「くらしの見直し講演会」 これだけは行っておきたい 「老い支度・終活準備」

主催：コープながのLPA 北信ブロック 後援：コープ共済連

わが家の終活はこれを行えば大丈夫です。終活を行う上で生活の延長にある、今後起こるかもしれないこと、確実に起こることを題材として、後見利用の問題点、葬儀で困ること・費用をかけないために行っておくとよいこと、墓選び・墓じまいの方法、相続手続きで困らないために残しておきたい情報(エンディングノート)など、「今からこれだけは準備しておきたいことと対策する上での注意点」についてお伝えします。

広く・浅くではありますが、「はじめの一步」「きっかけづくり」としてならこのテーマが一番です。これから先、どのようなことで親と子が困るのか、そのためにどのような準備をしておけばよいのかが分かるため、親・子どもどちらの立場でも参考になります。

■日時：11月19日(木)13:00~15:00

■会場：ホクト文化ホール 小ホール(長野市若里 1-1-3)

■講師：明石 久美 氏

■申込方法：Web フォームから。ご案内と入場券を郵送します。

■申込締切(Web)11月9日(月) ※11月10日(火)以降は下記問い合わせ先にご連絡ください。

■参加費：無料 ■託児：なし

【問い合わせ】コープながの共済センター
〒388-8555 長野県長野市篠ノ井御幣川 668
TEL:026-261-1248 (月~金・9:00~18:00)



Web からの申し込みはこちら(<https://krs.bz/naga.coop/m?f=479>)▲



このコーナーでは「へー！そうなんだ！」
というちょっとだけコープに詳しくなれる
情報をお伝えします！

今回は組合員の声からリニューアルされた商品を紹介します！

CO-OP ミックスチーズ



組合員の声

「加熱してお召し上がりください」
と書いてありますが、
生のままでは食べられないのですか？



仕様は変えずに、製造・検査体制を見直すことで
「生食可」の商品としてリニューアルしました。
また、賞味期限も100日→120日に延長しました。



パッケージには、調
理例としてサラダ
の画像を採用しま
した。



参加者募集

商品グループインタビュー

キャロット掲載商品をお家で試していただき、ご意見や感想等をお聞きます。何が届くかは楽しみ♡

申込はこちら▼

■日時：11月26日(木)10:00~11:30

■開催方法：オンライン(Zoom) ■定員：15人

■参加費：無料 ■申込締切：11月4日(水)

■詳しくはコピス473号をご覧ください。



参加者募集

満蒙開拓平和記念館&長岳寺で平和を考えよう

満蒙開拓平和記念館と、満蒙開拓に縁のある長岳寺をバスで
訪れ、平和について学びます。

申込はこちら▼

■開催日：12月5日(土)

■定員：23人 ※小学生以上対象

■参加費：無料(但し、実費は参加者負担)

■申込締切：11月4日(水)

■詳しくはコピス473号をご覧ください。



参加者募集

子育て応援センターきらきらきつず・いなさとよりお知らせ

11月きらきら☆じゃんぼりー

芋ほりごっこ、手形・足形の
さつま芋を作ってみよう！

11月のきらきら☆じゃんぼりーは、実りの秋にちなみ、芋ほりごっこをします。絵の具を使って手形や足形をとり、葉っぱやさつま芋を作ります。クレヨンや色鉛筆で、手形・足形をとることも出来ます。予約は不要です。気軽にお越しください。

■日時:11月11日(水)10:30~11:15

■会場:きらきらきつず・いなさと(コープ長野稲里店併設)

※絵の具を使用しますので、汚れてもよい服装でお越しください。

※手足を拭くための、濡れタオルを用意しております。

~きらきら☆リトミック参加者募集~

■日時:12月5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

■会場:きらきらきつず・いなさと(コープ長野稲里店併設)

■申込方法:電話またはWebフォームから申し込み

■申込締切:11月28日(土)16:30

■定員:各5組 ※申し込み多数の場合抽選とし、結果は締切後、12月1日(火)までに電話でお知らせします。

■持ち物:飲み物・汗拭きタオル

■その他:親子共に、動きやすい服装でお越しください。

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

Webからの申し込みはこちら(<https://krs.bz/naga.coop/m?f=568>)▲

お知らせ

暮らしサポート活動 まごころ まごころサポーターさん を紹介します！



Sさん(50代男性)

中信地域在住・サポーター歴4年

趣味は山登り、釣り、DIYなど

『自分のできることで利用者さんに喜んでてもらえてうれしいです。』

◆ある日の活動スケジュール◆

9:25	利用者宅 到着
9:30~11:30	草取り、庭の手入れなど 活動2時間(休憩込み) 活動報告書記入
11:35	利用者宅 出発
11:50	自宅 到着

まごころは、暮らしの中の“ちょっと困った”を
組合員どうし助け合う活動です。できることを
できる時に活動して下さる

サポーターを随時募集 しています！

興味のある方、まずはお電話ください。詳しくはHPへ▶

【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)



サポーターに
なったきっかけは、
Sさんの妻(サポーター歴
6年)が楽しそうに
活動していたから
だそうです。
夫婦2人一緒に
活動することも多く、
家での会話が
増えたとか！

参加者募集

あそびにおいで！！ 親子で楽しむクリスマス

クリスマスにちなんだ工作とクリスマス絵本の読み聞かせ会を開催します。
親子で楽しい時間を過ごしませんか？フォトブースもご用意していますので、
お子さんと一緒にクリスマスの思い出をぜひ写真に残してください。お菓子
のご用意もあります。ご参加お待ちしております。

■日時:12月8日(火)10:30~11:30

■会場:コープ安曇野豊科店 生協会議室(安曇野市豊科 2637-4)

■定員:10組 ※申し込み多数の場合、抽選となります。

結果は11月下旬までにメールにて当選者のみにお知らせします。

■対象:3歳くらいまでのお子さんとその保護者 ■参加費:無料

■託児:なし ■申込方法:Webフォームから申し込み

■申込締切:11月20日(金)

工作例▶



【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=627>)▲

お知らせ

子育てひろば

ほっとるーむ豊科 11・12月開催のご案内

ほっとるーむ豊科は、3歳くらいまでのお子さんとその保護者が気軽にお
寄りいただける「遊び場」です。開催時間内は都合の良い時間に来て、帰り
も自由！お子さんと遊びながら楽しくお過ごしください。

■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)

■11月の開催日:11/10(火)、11/24(火)

12月の開催日:12/22(火)

■開催時間:10:30~12:30

■申込不要・参加費無料♪



スタッフがおもちゃを用意してお待ちしています。

気軽にお出かけください！

※お子さんの見守りは、保護者のみなさんでお願いします。

【問い合わせ】コープながの総合企画室

☎ 0120-502477(月~金・9:00~17:45)

お知らせ

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:弁護士法人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(弁護士法人長野第一法律事務所)



※特に断りのない限り、お住まいの地域以外で開催する企画にもお申し込みいただけます。



開催報告

親子でわくわく実験

カラフルな水の層を作ろう！“層ができる秘密に迫る”

8月に、夏休み応援企画として小学生のお子さんを対象に「カラフルな水の層を作ろう」の実験企画を行いました。オンラインでコプデリ商品検査センターの施設を見学し、食の安全や品質管理の取り組みについて学んだ後、色のついた砂糖水を使って実験を行いました。「なぜカラフルな水の層ができるのかな…？」その秘密に迫ります！



北信ブロック



講師の方の説明を聞きながら、いよいよスポイトを使って試験管に水を一滴一滴 慎重に…色が混ざらないように、皆さん真剣です！



お母さんと一緒に試験管の中に水を入れる場面もあり、親子で楽しく実験ができました♪きれいに水の層ができるかな？

★コプデリ商品検査センターとは？

コプデリ商品の「食品の安全」を守るため、微生物、残留農薬、アレルギー物質、放射性物質などの様々な検査が行われている商品検査施設です。

【参加者の声】

- ・コプの商品、思っていたよりもずっとレベルの高い検査をされていて驚きました。(保護者)
- ・食品の安全を守っていて、かっこいいと思いました。(小学2年生)

実験は大成功！！
きれいな水の層ができました♪



★なぜきれいな水の層ができるの？

糖度の違いによって、重さが変わるからです。糖度が高いほど下に沈み、低いほど上に浮きます。色水を高低順に静かに重ねていくと、境界線が混ざらずにきれいなカラフルの層になります。

【参加者の声】

- ・子どもがとても集中して楽しんでできました。きれいな層になって嬉しそうでした。(保護者)
- ・勉強になったし色が混ざらなかったのも不思議でした。(小学4年生)

開催報告

商品検査センターってどんなところ？

コピス472に続いて

その2
カラフルな水の層をつくろう
まざらない液体のヒミツ

8月6日(木)に夏休み企画として、コプデリ商品検査センターより講師を迎え、施設の見学と実験の学習会をオンラインで開催しました。コプデリ商品検査センターの役割や仕事の内容を学んだ後、実験を行いました。

<糖度についてのクイズ>

糖度10%の水に青トマト(糖度6.8%)と赤トマト(糖度11.5%)を入れると、どちらが沈むでしょう？

答えは↓↓↓



さとう水の濃度をかえてカラフルな水の層をつくる実験をしました！



実験のやり方を教えてくださいました検査センターの小池さんです

①3本の試験管にスポイトで水を入れる



②試験管を振ってさとうをとくす
みどり — 0%
きいろ — 40%
あかいろ — 60%
の濃度のさとう水になりました



③あかいろ、きいろみどりの順にさとう水を少しずつ入れる



④カラフルな水の層ができました！



<参加者の感想>

- ・色がまざらないのはすごいと思った(11歳)
- ・さとう水の濃度が違うと、色が混ざらないことに驚いた。(11歳)
- ・こぼしてしまったけれど、最後まで頑張ることができてよかった。(7歳)
- ・さとう水の濃度の差によって3つの層に分かれることがわかった。(8歳)
- ・2回目の参加です。前はうまくできなかったが、今回は成功しました。(10歳)

クイズの答え 赤トマト(糖度が高い方が沈む)

♡ Instagram もみてね♡

東信ブロック