



とちぎコープ情報紙

ほっとインフォメーション

co-op
コープデリ

とちぎコープ

食卓を笑顔に、地域を豊かに。

2024年 4月号

2024年4月1日発行

足尾の山に木を植えよう

植樹体験&環境学習会 参加者募集!!



渡良瀬川の源流に位置する松木地区では、足尾銅山の煙害により荒廃した山に緑を取り戻すため、100年前から緑化事業が続けられています。NPO法人「足尾に緑を育てる会」は、1996年に発足し、植樹活動とともに、児童・生徒や企業の体験植樹を受け入れ、環境学習の推進に力を注いでいます。とちぎコープは同会の活動に賛同し、組合員向けに「植樹体験&環境学習会」を開催します。荒廃してしまった山を見て、足尾環境学習センターで公害や緑化事業の歴史を学び、自らの手で実際に木を植えることで、環境問題をより深く理解することができます。ぜひ、ご参加ください。



- 【日 時】 6月22日(土)9:30~12:00(現地集合・現地解散)
- 【場 所】 日光市足尾町885
銅親水公園(あかがねしんすいこうえん)付近
- 【内 容】 植樹地での苗木植樹と学習センターでのビデオ視聴など
- 【参加費】 苗木代(1本600円 申し込み時に、植樹希望本数をお知らせください)
- 【定 員】 10組20名程度 ※お子さんは小学生以上を対象とします。
- 【締め切り】 5月17日(金)



■お問い合わせ・お申し込み先
とちぎコープ総合企画室 電話：028-634-5117(月~金 9:00~18:00)

2024年度「生産者交流会」参加者募集!!

「特別栽培米栃木コシヒカリ 森の水車」を生産する「那須山麓土の会」の皆さんと、体験型の交流会を毎年開催しています。産地の大田原市で、昔ながらの手作業での田植え、鎌を使った稲刈りなど年3回の農業体験を通して交流を深め、お米づくりについて楽しく学びます。ぜひ、ご家族で参加してみませんか？

- 【日 時】 春 5月26日(日) 田植え
- 雨天決行 夏 7月28日(日) 小川の生きもの観察
- 秋 9月29日(日) 稲刈り
- 各回9:00~13:00(予定)
- ※春・夏・秋の3回通しの企画です。
- バケツを使った稲の育て方も学べます。



- 【場 所】 那須山麓土の会代表 五月女さん宅(大田原市)
- 【参加費】 1家族 年間3,000円(保険料込み)
- 【定 員】 10家族(申し込み多数の場合抽選)
- 【締め切り】 4月19日(金) 18:00まで
- 【主 催】 とちぎコープ生活協同組合
那須山麓土の会



■お問い合わせ・お申し込み先 とちぎコープ総合企画室
電話：028-634-5117(月~金 9:00~18:00)

子どもたちが安心して暮らせる地域社会に 「はがき・切手回収キャンペーン」

回収封筒チラシを組み立て、ご家庭に眠っているはがき・切手などを入れて、郵便ポストに投函してください。もしくは店舗サービスカウンターへお渡しください。換金して栃木県共同募金会に寄付し、県内の子ども・子育て支援事業に活用します。

- 回収封筒チラシ
コープデリ宅配センター・配達担当者、店舗サービスカウンターへお申し付けください。
- 回収締め切り 5月31日(金)まで



詳しくはこちら
案内サイトは下記
<https://sustainability.coopdeli.coop/sustainability/news/2024/01/hagaki2024.html>



とちぎの 中山間地域がおもしろい!

What's 中山間地域?

平野の外縁部から山間地域のこと。この地域は自然が豊かで魅力ある地域資源もたくさん。また生態系の保全や河川流域の安全の確保、景観の保全などさまざまな機能を果たしています。

大田原市

絶景温泉でお肌もすべすべに



人気の
この地産産物を
ゲットしよう!

豊かな伏流水が潤す水の里 温泉と美味しいものを堪能

那須連山の伏流水が各所で湧き水となって大地を潤す大田原市。豊かな水に恵まれた同市は米どころとして知られ、酒造りや農・畜産・酪農業も盛んな土地です。そんな大田原市の農産物や美味しいものを買いたい・食べたいという人は道の駅 那須与一の郷に行ってみよう。さらに水といえば温泉も。那須岳・大佐飛山・女峰山・男体山・高原山が一望できる「黒羽温泉五峰の湯」は、肌がなめらかになる美人の湯とあって人気です。

黒羽温泉
五峰の湯



住所：大田原市堀之内674
営業時間：10:00～21:00
(最終受付20:00)
休業日：月曜、第4火曜
(祝日の場合は翌日休業)
TEL：0287-59-7010
利用料：大人500円、小・中
学生250円、市内65歳以上
250円、障害者手帳をお持ち
の方250円、乳幼児無料

道の駅
那須与一の郷



住所：大田原市南金丸
1584-6
営業時間：施設により
異なるためHP参照
休業日：3月11日まで毎
週月曜休館(祝日の場
合は翌日休業)4月～
11月は無休
TEL：0287-23-8641

お立ち寄りスポット



大田原ブランド認定品を買いに行きたい!

大田原市の自然豊かな環境で生産、加工製造された優れた特産品は「大田原ブランド認定品」として認証されています。畜産物、お米、とうがらし、日本酒など種類も豊富! ※販売店は大田原ブランド認定品ウェブサイトをご参照ください。



那珂川町

棚田で美味しい米作り体験!



水戸黄門様も見た
御前岩は必見!

那珂川の恵みを満喫!美味しい米作りを楽しもう

那須岳を源流とする那珂川の中流域にある那珂川町。那珂川が八溝山地の西麓を流れるこの地域は河岸段丘が織りなす雄大な景観が魅力で、良質な米の生産地としても知られています。そんな同町では棚田のオーナークラブでの米作りにも参加できます。ご当地銘柄の「ゆりがね米」は、艶やかで強い甘みと粘りが特徴。収穫期の黄金色の稲と、那珂川支流で古代に砂金が産出されたことにちなんで名付けられました。

棚田オーナー
クラブ



里山農業体験「棚田オーナークラブ」
参加者募集
5月 入村式、棚田の田植えと交流会
9月 開村式、棚田の稲刈りと交流会
問合せ：大内里山農業体験「棚田
オーナークラブ」
代表：霧久保一夫 ☎0287-92-4609
問合せ：小砂里山農業体験「棚田
オーナークラブ」
代表：藤田悦夫 ☎0287-93-0853
または那珂川町役場 産業振興課農政係
☎0287-92-1113 ※2024年3月～募集開始

まほろば農園



場所：那珂川町小川「まほろばの湯 湯親館」西側
区画：30区画(1区画30m2)
入園料：1区画年間5,000円
入園期間：4月1日から1年間
(更新可)
申込方法：町窓口へ備え付け
の入園申込を提出(郵送可)
問合せ：申込：那珂川町
役場 産業振興課
☎0287-92-1113

お立ち寄りスポット



自然の中で野菜や花作りを楽しもう!

自然豊かな那珂川町で野菜やお花を作ってみませんか? 「まほろば農園」は町外在住の人も利用できる農園です。農作業の後は隣接する「まほろばの湯 湯親館」で汗を流してスッキリ!

茂木町

豊かな土地の恵みに舌鼓! 極上の甘いイチゴを堪能 道の駅グルメも見逃せない



ミルクアイスには生の
イチゴ3月の場でミックス!
おとめミルクは季節限定

なだらかな丘陵と棚田の景観が心む茂木町。この地域では棚田米や野菜、イチゴ、こんにゃく、香りのよいユズなどが特産品です。同町ではそれらの農産物をさまざまな加工食品にして、道の駅もてぎなどで販売しています。ミルクアイスに町内産のイチゴをその場で混ぜた「おとめミルク」は同駅の人気商品! また、観光いちご園「美土里農園」は今がイチゴ狩りのベストシーズンです!



美土里農園

住所：茂木町深沢3200
営業時間：9:00～16:00
(最終受付15:30 無くなり次第終了)
問合せ：080-7064-1115 (予約優先)
料金：3月～4月26日 中学生以上2,300円
小学生1,700円 3歳～小学生未満1,150円60分食べ放題
品種：とちあいか とちおとめ



道の駅もてぎ

住所：茂木町大字茂木1090-1
営業時間：施設により異なるため
HPを参照
問合せ：0285-63-5671

お立ち寄りスポット



道-1グランプリ三連覇のゆず塩ら〜めん

道の駅もてぎの看板メニュー「ゆず塩ら〜めん」はさっぱりした味わいとゆずの香りが絶妙! 茂木産の野菜もたっぷり。平日でも昼には行列ができるほど大人気です。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、実施時期の変更や休業となる場合があります。※新型コロナウイルス感染症拡大防止のための対策を講じていますが、来訪される際には感染防止対策にご協力をお願いいたします。

栃木県中山間地域活性化推進協議会

栃木市

佐野市

鹿沼市

日光市

大田原市

矢板市

那須
塩原市

那須
烏山市

茂木町

塩谷町

那須町

那珂川町

タウン情報もんみや3月号掲載

とちぎコープと「栃木県中山間地域活性化推進協議会」との包括連携協定に基づき、協議会の主旨に沿った連携と協働をすすめています。このチラシは同協議会で作成されたもので、広報協力の一環として、各市町の情報を組合員さんにお届けしています。

2024年 **5月**

都合のつく日にちの講座1日からご参加
できます。お気軽にお問い合わせください。

素敵なくらし講座ご案内

会場に来ていただく対面講座と、
ご自宅で受講できるオンライン講座があります。
生活スタイルに応じてご参加ください。

参加者募集中!

★[素敵なくらし講座]お申し込み・お問い合わせ(月~木 10:00~16:30)

◆TEL028-678-3750

◆FAX028-678-3760

※FAXでお申し込みの方は、組合員コード・お名前・電話番号・住所・ご希望の講座名・日にちをご記入ください。

◆オンライン講座のお申し込み方法と、事前準備◆

- ① スマートフォン・パソコン・タブレットのいずれかが必要です。
- ② ZOOMアプリをインストールしてください。(サインアップはしなくてOK)
既にインストール済の方は、最新バージョンになっているかご確認ください。
- ③ ご自宅のWi-Fiなどインターネット環境をご確認ください。
(通信料は、個人のご負担になります)
- ④ 素敵なくらしの電話またはFAXにてお申し込みください。
※指定の振込口座をお知らせします。
- ⑤ 振込口座に受講料(1講座500円)を振込みください。
(振込手数料は、個人のご負担になります)
- ⑥ 入金確認後、IDとパスワードをお伝えします。
- ⑦ お申し込み締め切りは、開催日の5日前です。

通信環境など不安な方は、事前にお試し入室ができます。お気軽にご相談ください。

対面講座

①日にち ②会場 ③時間 ④講師 ⑤受講料

ダンスエクササイズ
★楽しくエクササイズ
①②
5/2(木)コーププラザ宇都宮
5/10(金)コープデリ佐野センター
③10:00~11:00
④安藤 喜代
⑤各1,000円

楽しいバイオリン
★初心者の方もどうぞ
楽器はお持ちください
① 5/2・16(木)
②コーププラザ宇都宮
③14:00~15:00
④桑川 吉見
⑤各1回 1,000円

親子ほかほかパン
★9色のパン(年少~)
① 5/4(土) 祝
②コープデリ生センター
③午前10:30~12:30
午後13:30~15:30
⑤各2,000円(材料費含)

大人のバレエ
★コアが鍛えられ美しい姿勢
①5/6(月) 祝
5/23(木)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:45
④飯塚 弘美
⑤各1,000円

太極拳
★ゆっくり動き血行促進
① 5/1・15(水)
② 10:30~11:30
③ 鈴木 真理子
④ 各1回 500円

美温活リンパストレッチ
★体温も代謝もUP!
① 5/2・16(木)
② 14:00~15:00
③ 影山 靖代
④ 各1回 500円

親子ヨガ(0才~)
★親子でできるヨガ&
身体ほぐし
① 5/7(火)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④小沢 有紀
⑤1,000円

太極拳
★ゆっくり運動して動き、
血行をよくします
① 5/8・22(水)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~12:00
④鈴木 真理子
⑤各1回 1,000円

キッズヒップホップ
★楽しくダンス!(年長~)
① 5/11(土)
②コーププラザ宇都宮
③10:00~11:00
④安藤 喜代
⑤1,000円

手作りパン教室
★カイザーゼンメル
①②
5/13(月)コーププラザ宇都宮
5/17(金)コープデリ佐野センター
③10:00~13:00
④片岡 えり子
⑤各2,000円(材料費含)

ダンベル筋トレ
★ダンベルは
ペットボトル2本でもOK
① 5/9・23(木)
② 14:00~15:00
③ 影山 靖代
④ 各1回 500円

土曜リラックスヨガ
★心身をほぐしましょう
① 5/11(土)
② 10:15~11:15
③ 大柿ゆき・小沢有紀
④ 500円

チョークアート
「ひんやり、アイスカフェラテ」
★下絵があるのでぬり絵感覚
で描いてみましょう
5/14(火)コーププラザ宇都宮
5/17(金)コープデリ佐野センター
③10:00~12:00
④宮本 恵子
⑤各2,000円(材料費含)

ちびっこわ〜るど
★リズム(8ヶ月~)
5/16(木)
★ベビーマッサージ(2ヶ月~1才)
5/21(火)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④湊 万理子
⑤各1,000円

アカネで草木染
★シルクのストールを
茜色orピンクに染めましょう
①②
5/17(金)コープデリ佐野センター
5/24(金)コープデリ日光センター
③10:30~12:30
⑤各2,200円(材料費含)

こどものアトリエ(年中~)
★ペットボトルのパッケージデザイン
① 5/18(土)
②コープデリ小山センター
③10:00~11:30
④篠崎 純子
⑤1,200円(材料費含)

顔筋トレ
★表情筋をきたえて
5才若返りしましょう!
① 5/13(月)
② 14:00~15:00
③ 影山 靖代
④ 500円

癒しのヨガ
★ココロもカラダもほぐし
ましょう
① 5/21(火)
② 14:00~15:00
③ 大柿 ゆき
④ 500円

土曜リラックスヨガ
★心身をほぐしましょう
① 5/18・25(土)
②コーププラザ宇都宮
③10:15~11:45
④大柿ゆき・小沢有紀
⑤各1回 1,000円

キッズバレエ(年中~)
★ピアノ曲に合わせて動きます
① 5/18(土)
②コーププラザ宇都宮
③ 幼児 13:15~14:15
小学生14:30~15:30
④飯塚 弘美
⑤各1,000円

百合子先生のインド料理
★マハラジャのピリヤニ 他
① 5/23(木)
②コーププラザ宇都宮
③10:00~12:30
④野澤 百合子
⑤3,000円(材料費含)

ズンバキッズジュニア
★楽しくダンス(年長~小学生)
① 5/25(土)
②コーププラザ宇都宮
③14:30~15:30
④影山 靖代
⑤1,000円



午後のゆったりヨガ
★午後のリラックスタイム
① 5/27(月)
② 14:00~15:00
③ 小沢 有紀
④ 500円

癒しのヨガ
★免疫力UP! カラダも
ココロもほぐしましょう
① 5/28(火)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~12:00
④大柿 ゆき
⑤1,000円

バランスボール
★バランスボールで楽しく
体を動かしましょう
① 5/31(金)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④影山 靖代
⑤1,000円

※食物アレルギー対策(材料の代替対応や器具の使い分けなど)は行っていません。
アレルギーをお持ちの方はご自身の責任においてお申し込みください。
※対面講座は、基本的な感染症対策を施した上で開催します。
マスク着用は個人の判断に委ねます。
※感染症拡大状況等により開催できない場合もあります。
※受講料には消費税・保険料が含まれています。講座受講中は、安全に注意を払い、
無理のない範囲で取り組んでください。
※お申し込みが最少催行人数に満たない時は、中止させていただく場合もあります。
※お申し込み後キャンセルされる場合は、必ずご連絡願います。キャンセル料が発生
する場合があります。
※受付時に得ました個人情報につきましては、講座以外の目的には利用いたしません。



コープ無料年金相談

年金に関するご質問・ご相談に社会保険労務士が無料で
お答えします。お気軽にお声かけください。詳しくお聞きに
なりたい方は「ねんきん定期便」や年金手帳等をお持ちください。

日程	曜日	開催店
2024年4月27日	(土)	栃木店
2024年5月18日		おもちゃのまち店
2024年6月22日		越戸店

全日程 10:00~15:00 (予約不要)

Q1.何年払えば
年金はもらえるのですか?

Q2.年金受取の手続きをするのに
必要な書類は何かありますか?

Q3.もし夫が亡くなった場合、
遺族年金はいくらもらえますか?



お問い合わせ先: とちぎコープ総合企画室
電話 028-634-5117(月~金 9:00~18:00)

とちぎ生涯現役シニア応援センター

ぷらっと



シニア世代の社会参加活動 に関する相談受付中！

〒320-8503

宇都宮市駒生町3337-1とちぎ健康の森2階
(一財) 栃木県老人クラブ連合会事務局内



TEL 028-623-1291
FAX 028-621-4767

HPはこちら



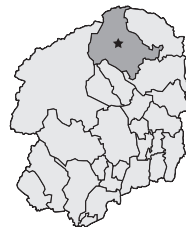
組合員の皆さん、コープに「こえ」をお届けください！

おいしい・便利・ちょっとお困りのことなど、コープに伝えたい・聞いてみたいことを、お気軽にお寄せください。
宅配：お届け明細書兼請求書にある「こえのポスト」に記入し、担当者にお渡しください。
店舗：店舗に設置している「こえのポスト」ハガキに記入し、投函してください。
メールでのお問い合わせは、ホームページのお問い合わせフォームに入力してお送りください。
<https://tochigi.coopnet.or.jp/contact/others/support.html>



魅力いっぱい とちぎの 中山間地域

中山間(ちゅうさんかん)地域とは、平野の外縁部から山間の地域。自然豊かで魅力ある地域資源がたくさんあります。とちぎコープは栃木県の中山間地域の活性化を応援しています。



那須塩原市

道の駅「明治の森・黒磯」

再整備中の道の駅「明治の森・黒磯」は令和6年4月26日(金)に農産物直売部門を中心にオープンします。チーズ、野菜、お肉など那須塩原市の「農畜産物」の素材を味わえる場所となりますので、是非お立ち寄りください。

開館時間

- (1) 3月1日～11月30日まで午前8時30分～午後5時
- (2) 12月1日～2月末日まで午前8時30分～午後4時30分



お問い合わせ先：株式会社明治の森市場

連絡先：4/25まで：090-3131-0399 4/26以降：0287-63-0399

サポートスタッフ大募集



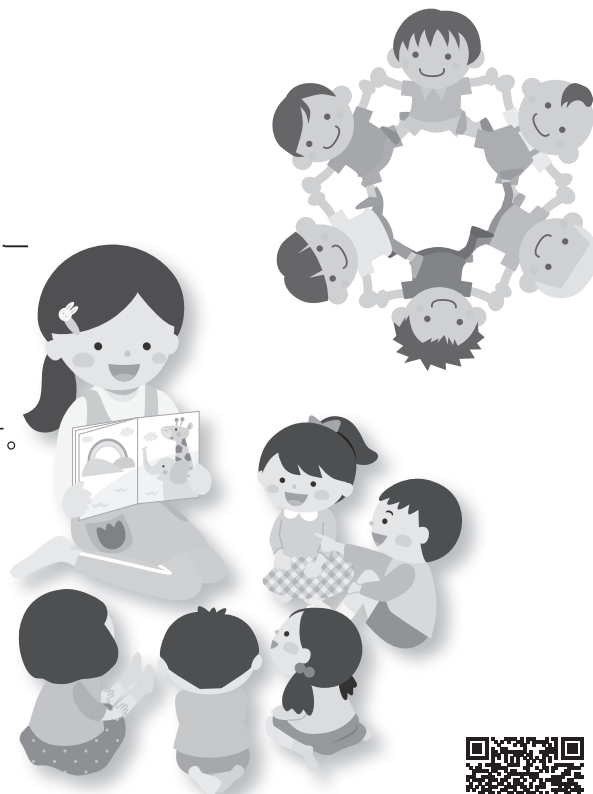
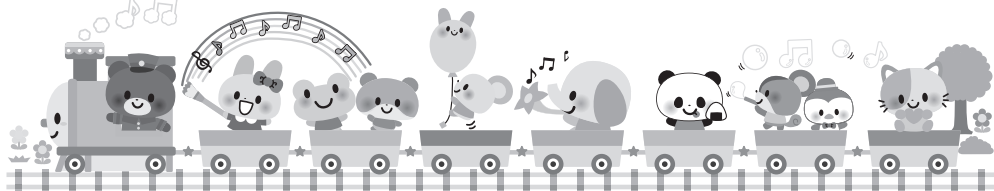
近年、お子さんがのびのびと遊んで、やさしさを感じられる場が求められています。とちぎコープの組合員活動の場でも、思いやりの心、やさしい笑顔、やさしい言葉かけで、ゆとりをもって保育ができるよう、サポートスタッフを募集します。生協主催の学習会や交流会等で、組合員さんのお子さんをお預りするお仕事です。保育資格の有無は問いません。お子さんが好きな方、大歓迎です。また、6月の総代会での保育サポーターも募集しています。

◆◆◆ 募集内容 ◆◆◆

- ①お住まいの地区の組合員活動の場で、サポートスタッフとして保育に参加してみたい。
《1回3時間を目安に2,000円(交通費は別途実費支給)》
※保育以外の活動も募集しています。
 - ②6月12日(水)ホテル東日本宇都宮(宇都宮市)にて開催される総代会での保育サポーターとして参加してみたい。(午前8時30分から午後2時まで)
《保育手当：4,500円+昼食代1,000円(交通費は別途実費支給)》
- ※事前の保育学習会(5月29日午前10時～または5月30日午前10時～のどちらか)と、前日の下見会(6月11日午後2時～または午後3時～のどちらか)にもご参加いただけます。

☆①または②、あるいは両方のご希望について、下記までお電話ください。もしくは右下の応募フォームからお申し込みください。

◇お申し込み・お問い合わせ先
とちぎコープ総合企画室 サポートスタッフ受付係 TEL：028-634-5117



応募フォームはこちら

