



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"

「ともに」の力で、笑顔の明日を

4 月号

2025年3月31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21日(土) 9:30 現地集合 ~ 12:00 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16日(金) 17:30まで
【申込方法】右のコードを読み取り応募フォームから、もしくは、電話で下記へお申し込みください。

■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



2025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。産地の太田原市で、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25日(日) 田植え
夏 7月27日(日) 小川の生きもの観察
秋 9月21日(日) 稲刈り
各回9:00~13:00(予定・雨天決行)
※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(太田原市)
【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18日(金) 18:00まで
【申込方法】右のコードを読み取り応募フォームから、もしくは、電話で下記へお申し込みください。



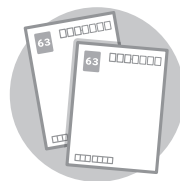
■お問い合わせ・お申し込み先
とちぎコープ総合企画室 電話: 028-634-5117

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」

専用の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、配達担当者や店舗サービスカウンターへお渡しください。もしくは郵便ポストに投函してください。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30日(金)まで



こんな活動に役立ちます

- ・衣食住などの生活支援
- ・社会的孤独を防ぐ居場所づくり
- ・様々な学びの機会の提供や学習支援など



詳しくはこちらをご覧ください

＼案内サイトから回収封筒チラシのダウンロードもできます／



とちぎコープ総合企画室の電話受付時間に変更になります

4月20日まで 月~金 9:00~18:00

4月21日以降 月~金 9:00~17:30

2025年は国際協同組合年です
詳しくはこちらをご覧ください



とちぎの 中山間地域が面白い！

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。

那珂川町

里山サイクリングが楽しい！

自転車目線で楽しめる景色 陶芸体験やご当地グルメも！



春の訪れを感じるこの季節、ドライブもいいけれど、気ままに走れるサイクリングがおすすめです！町内の5拠点では電動アシスト式の自転車を完備。レンタサイクルで那珂川周辺の雄大な里山を走ってみませんか？自転車なら、車では見逃しがちな景色を発見できることでしょう。お腹が減ったら地域の美味しいものを食べたい！黄金色に輝く金結晶が特徴の「小砂焼」の陶芸体験もおすすめです。



那珂川町
観光協会



道の駅ばとう

那珂川町レンタサイクル
町内5カ所の受付場所を利用申し込み可能
受付場所：ホテル美玉の湯 TEL.0287-93-0811
南平台温泉ホテル TEL.0287-92-3211
いさみ館 TEL.0287-92-4126
まほろばの湯 湯親館 TEL.0287-96-6100
那珂川町観光協会 TEL.0287-92-5757
※詳細は那珂川町観光協会HPを参照（左記QRコード）

小砂焼体験センター陶道館
場所：那須郡那珂川町小砂2712-15
営業時間：9:00～17:00※体験の受付は15時まで
休業日：月曜日（祝日の場合は開館）
TEL.0287-93-0703
料金：絵付け1,000円～、ろくろ：2,500円／1個、
手びねり：2,000円／人（送料別途）
※団体は要予約 ※焼き上がりまで1～2ヶ月

お立ち寄りスポット



ホンモノコなど地元の食材を提供

関西では高級魚として知られる川魚「ホンモノコ」を町を挙げて養殖している那珂川町。道の駅ばとうのレストランをはじめ、町内のいくつかの飲食店では素揚げや唐揚げなどを味わうことができる。

道の駅ばとう 場所：那須郡那珂川町北向田181-2
TEL／直売所・レストラン 0287-92-5711

大田原市

芭蕉の里で香り高い珈琲を



文学散歩のひとときに 珈琲の奥深い魅力を堪能

奥の細道の旅で松尾芭蕉が14日間逗留した黒羽地区。ここには芭蕉が詠んだ数々の句が残っています。曹洞宗の古刹、大雄寺参道付近の遊歩道には芭蕉の句碑が配されており、文学散歩に訪れる人もみられます。この大雄寺の駐車場に今年2月にオープンしたのが「ひつじ珈琲大雄寺店」。ここでは焙煎機を備え、焼きたてのコーヒーが味わえます。散策のひとときに、香り高いコーヒーをどうぞ。

ひつじ珈琲本店焙煎所

ひつじ珈琲YouTube



ひつじ珈琲 大雄寺店
場所：大田原市前田928-1
営業時間：9:30～17:00
定休日：火・水曜日
※ハーモニーホール店、
西那須野店の所在地等はHP参照

お立ち寄りスポット



常時30種類以上の豆を取り揃え

「かかりつけ焙煎士」のいるひつじ珈琲。本店では30～40種類の豆を取り揃えており、その中から20種類ほどを焼き豆として常備。厳選されたスペシャルティコーヒーを買い求めることができます。

ひつじ珈琲 焙煎所本店 場所：大田原市中野内735
TEL.080-7667-6169 営業時間：11:00-17:00
定休日：火・水・木曜日

那須町

春の那須高原に出かけよう！



【写真はイメージです】

那須高原の「おいしい」を味わって、おみやげにも！

温泉をはじめ、高原の自然と調和した数々のアクティビティが楽しめる那須高原。まず立ち寄りたいのが、道の駅 那須高原友愛の森。昨年7月にリニューアルした直売所「那須ロイヤル高原マルシェ」では新鮮野菜をはじめ、那須和牛を使ったフードメニューやソフトクリームが人気です。また、農村レストランでは那須の農畜産物がギュッと詰まった地産地消のランチプレート「なすべん」も人気です。

那須ハートフル
ファーム

道の駅 那須高原
友愛の森



道の駅 那須高原友愛の森
場所：那須郡那須町大字高久乙593-8
TEL：0287-78-0233
※営業時間は施設により異なるためHPを参照

「なすべん」提供店舗
提供店舗：なすとらん、那須どうぶつ王国、
炭火割烹 与一、ホテルエビナール那須、
休暇村那須
問合せ：TEL.0287-74-3607（なすとらん倶楽部）
営業時間・休業日：各店舗による
料金：2,000円（税込）※3月1日より提供

お立ち寄りスポット



春の那須高原を彩る菜の花畑

大谷地区にある那須ハートフルファーム。4月下旬から5月中旬にかけて、8ヘクタールの広大な農地一面に菜の花畑が出現します。美しい黄金のじゅうたんは絶景！春の息吹を感じに訪ねてみませんか。

那須ハートフルファーム 住所：那須町大字大島995-1
TEL.0287-77-1774 開催期間：4月末～5月中旬 駐車場：100台

※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。

2025年 5月

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！

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】お申し込み・お問い合わせ
★受付時間 月～金 10:00～16:30(第2金曜日、お盆、年末年始は休み)
◆TEL 028-678-3750
◆FAX 028-678-3760
※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。折り返しの連絡後、お申込み完了となります。

◆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

かんたんパン教室

- ★レーズンパン
① 5/1(木)
5/10(土)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～13:00
④ 黒瀬 澄子
⑤ 各2,000円(材料費含)

ダンスエクササイズ

- ★楽しくエクササイズ
① 5/1(木)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～11:00
④ 安藤 喜代
⑤ 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 5/1・15(木)
② コーププラザ宇都宮
③ 14:00～15:00
④ 糸川吉見・糸川正子
⑤ 各1回 1,000円

癒しのフラセラピー

- ★フラグスで楽しく心身を癒しましょう
① 5/2(金)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ メロノダ 千絵
⑤ 1,000円

大人のバレエ

- ★コアが鍛えられ美しい姿勢
① 5/6(火) 祝
5/22(木)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:45
④ 飯塚 弘美
⑤ 各1,000円

太極拳(初心者対象)

- ★ゆっくり運動して動き、血行をよくします
① 5/7・21(水)
② コーププラザ宇都宮
③ 13:00～14:30
④ 鈴木 真理子
⑤ 各1回 1,000円

チョークアート

- ★「ひんやりメロンクリームソーダ」
① 5/9(金) コーププラザ宇都宮
5/16(金) コーププラザ宇都宮
③ 10:00～12:00
④ 宮本 恵子
⑤ 各2,000円(材料費含)

キッズヒップホップ

- ★楽しくダンス!(年長～)
① 5/10(土)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～11:00
④ 安藤 喜代
⑤ 1,000円

手作りパン教室

- ★アーモンドクリームロール
① 5/12(月)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～13:00
④ 片岡 えり子
⑤ 2,000円(材料費含)

親子リトミック(5月～)

- ★温かい言葉、音色、ママと感じるリトミック
① 5/14(水)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ 湊 万理子
⑤ 1,000円

らくらくカラダほぐし

- ★スモールボールを使ってカラダのコリをほぐします
① 5/16(金)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ 影山 靖代
⑤ 1,000円

こどものアトリエ(年中～)

- ★カラーシール(貼り絵)
① 5/17(土)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～11:30
④ 篠崎 純子
⑤ 1,200円(材料費含)

土曜リラックスヨガ

- ★心身をほぐしましょう
① 5/17・24・31(土)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:15～11:45
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 5/17(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

親子ヨガ(0才～)

- ★親子でできるヨガ&身体ほぐし
① 5/20(火)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ 小沢 有紀
⑤ 1,000円

筋膜リリースヨーガ

- ★凝りをほぐし歪みを整える
ヨーガでスッキリ&リラックス
① 5/23(金)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ メロノダ 千絵
⑤ 1,000円

百合子先生の料理教室

- ★【台湾料理】ちまき 他
① 5/22(木)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:00～13:00
④ 野澤 百合子
⑤ 3,200円(材料費含)

キッズダンス

- ★楽しくダンス(年長～小学生)
① 5/24(土)
② コーププラザ宇都宮
③ 14:30～15:30
④ 影山 靖代
⑤ 1,000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 5/27(火)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～12:00
④ 大柿 ゆき
⑤ 1,000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 5/30(金)
② コーププラザ宇都宮
③ 10:30～11:30
④ 影山 靖代
⑤ 1,000円

オンライン講座

①日にち ②時間 ③講師 ④受講料

美温活リンパストレッチ

- ★体温も代謝もUP!
① 5/1・15(木)
② 14:00～15:00
③ 影山 靖代
④ 各1回 500円

太極拳

- ★ゆっくり動き血行促進
① 5/7・21(水)
② 10:30～11:30
③ 鈴木 真理子
④ 各1回 500円

ダンベル筋トレ

- ★ダンベルはペットボトル2本でもOK
① 5/8・22(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 5/10・24(土)
② 10:15～11:15
③ 大柿 ゆき・小沢 有紀
④ 各1回 500円

断捨離®おはなし会

- ～モノを片付けて、こきげんな人生へ～
① 5/19(月)
② 10:00～11:00
③ 鈴木 まさみ
④ 500円

癒しのヨガ

- ★ココロもカラダもほぐしましょう
① 5/20(火)
② 14:00～15:00
③ 大柿 ゆき
④ 500円



午後のゆったりヨガ

- ★午後のリラックスタイム
① 5/26(月)
② 14:00～15:00
③ 小沢 有紀
④ 500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。
※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。

コーププラザ宇都宮ご利用案内

ちょっとした集まりから、学習会、講演会などの会場として、ぜひご利用ください。コーププラザ宇都宮は、地域に開かれた組合員さんの施設です。

ご利用方法

- ① 初めて利用される方は、「利用者登録申込書」を受付へご提出ください。
- ② お電話で利用希望日時の仮予約をお願いします。
仮予約は利用希望日の3カ月前の1日より受け付けます。
- ③ 仮予約後7日以内に「利用申込書」を受付にご提出ください。
- ④ 利用料金は当日までに現金でお支払いください。

詳しくはコーププラザ宇都宮へお問い合わせください。

電話：028-678-3750

受付時間：開館日の10:00～16:30 月～金
(第2金曜日・お盆・年末年始は休み)

ホームページでもご案内しています。 <https://tochigi.coopnet.or.jp/event/plaza/>



会議室
プロジェクター・スクリーンがあります。



プレイルーム
可動式の大きな鏡・授乳スペースがあります。

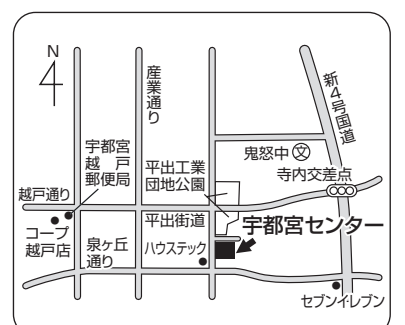


調理室
調理台4台・オープン・レンジがあります。



ホール
予約なしで無料で利用できます。給茶機があります。

会場	定員(人)	利用時間と利用料金(税込)		
		午前 10:00～12:30	午後 13:00～16:00	1日 10:00～16:00
会議室(東)	49	1,000円	1,000円	2,000円
会議室(西)	49	1,000円	1,000円	2,000円
プレイルーム(東)	20	1,000円	1,000円	2,000円
プレイルーム(西)	10	800円	800円	1,600円
調理室	20	2,000円	2,000円	4,000円



所在地：宇都宮市平出町4077-2
コーププラザ宇都宮センター敷地内にあります。

とちぎコープ 通年募金活動のご案内 ●コープデリ宅配では OCR注文書・eフレンズから募金できます。

◆ふくしま復興応援募金

とちぎコープは、「忘れない」「伝える」「続ける」「つなげる」を合言葉に、東日本大震災により被害に遭われた方々への支援と被災地の復興を支援する活動を続けてまいりました。2020年度からは福島県の復興支援を主な目的に募金活動を継続しています。

注文番号1口100円

2 8 6 4 4 3 —

全ポイント募金番号

2 8 7 0 4 1 —

ポイント募金番号・10ポイント単位

2 8 7 0 2 4 —

ポイント募金番号・100ポイント単位

2 8 7 0 3 2 —

◆ユニセフ募金(一般募金)

ユニセフは世界150以上の国・地域で子どもの予防接種、栄養改善、衛生環境や水の確保などの活動を行っており募金が活かされます。
※送り先 公益財団法人 日本ユニセフ協会

注文番号1口100円

2 8 6 4 0 1 —

全ポイント募金番号

2 8 7 1 0 5 —

ポイント募金番号・10ポイント単位

2 8 7 0 8 3 —

ポイント募金番号・100ポイント単位

2 8 7 0 9 1 —

◆くらし・平和活動支援募金

ポイントでは募金できません

ピースアクション(ヒロシマ・ナガサキ・オキナワ)の参加補助や、平和映画会開催など、くらしや平和を守る活動に使われます。

注文番号1口100円

2 8 6 4 1 9 —

◆盲導犬育成支援募金

ポイントでは募金できません

1頭の盲導犬を育てるために、約500万円の費用が必要です。
皆様のご支援・ご協力をお願いします。

注文番号1口100円

2 8 6 5 4 1 —

募金の方法

OCR注文書の6桁注文欄に、募金番号と口数(1口100円)をご記入ください。
eフレンズでは「注文番号で注文」からお申し込みください。最大で99口9,900円まで募金できます。ポイントでの募金は1ポイント1円として換算します。全ポイントは数量「1」をご記入ください。ご利用可能なポイントは「お届け明細書兼請求書」でご確認ください。

店舗での募金

レジで募金を受け付けております。また、サービスカウンターにも募金箱をご用意しております。



とちぎコープは、栃木県生協連と栃木県との包括連携協定に基づき県の広報に協力しています。

私たちと一緒に働きませんか？

栃木県職員募集中



栃木県職員(大学卒業程度)採用試験

受付期間 >>> 4月11日(金)～5月9日(金)
第1次試験 >>> 6月15日(日)

栃木県職員(社会人対象)採用試験

受付期間 >>> 5月19日(月)～6月20日(金)
第1次試験 >>> 6月15日(日)

栃木県電子申請システムより申込
まずはHPを御確認ください！



県庁就活ナビゲーター実施中！

栃木県庁のおしごとについて、先輩職員を独占してお話してみませんか？

採用情報SNS

X

Instagram



対面orオンライン
30分程度
実施日時 要相談



【お問い合わせ】栃木県人事委員会事務局

電話/028-623-3313(平日8:30～17:15)

メール/jinjiin@pref.tochigi.lg.jp

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」や年金手帳などをお持ちください。

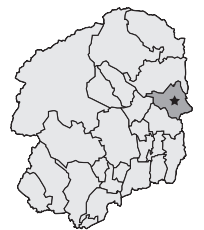
日程	曜日	開催店
4月26日	(土)	栃木店
5月24日		おもちゃのまち店
6月28日		越戸店

全日程 10:00～15:00(予約不要)

お問い合わせ先：とちぎコープ総合企画室
電話 028-634-5117

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。



那珂川町

いよいよ春本番ですね。里山では、鳥の声がさえずり、色鮮やかな花々が咲き誇り、頬に触れるそよ風が気持ちのいい季節です。

ドライブも気持ちいいですが、より里山の自然を肌で感じられるサイクリングはいかがでしょうか？那珂川町観光協会では、レンタサイクル事業を展開しています。貸し出す自転車は電動アシスト式なので、坂道も楽に走ることができます。自動車では見逃しがちな新しい魅力を発見できることでしょう。サイクリングコースのオススメは、町北部の小砂地区。小砂地区は栃木県内で唯一NPO「日本で最も美しい村」連合に加盟しています。新緑の雑木林にはアート作品も展示されています。小砂焼の陶芸体験も楽しめますよ。

お問い合わせ/那珂川町観光協会 電話：0287-92-5757