



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

7 2025年 月号

2025年6月30日発行

毎年好評！

Zoomで開催！夏休みオンライン親子宿題応援企画

おうちでできる 酸性・中性・アルカリ性の実験

参加費
無料

身の回りの食品などの酸性・中性・アルカリ性を調べる実験をします。実験キットは自宅にお届けしますので気軽に参加できます。
夏休みの宿題のヒントになりますよ。
検査センターでの食の安全への取り組みも紹介します。

- 開催日時 ①7月29日(火) 10:30~11:30
②7月29日(火) 13:30~14:30
③7月30日(水) 13:30~14:30
④7月31日(木) 10:30~11:30
⑤7月31日(木) 13:30~14:30

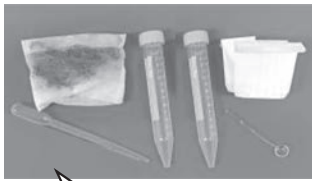
※Zoomで参加いただきますのでWi-Fi環境のご準備をおすすめします。通信料はご負担ください。

定員 各回親子25組 ※小学3年生以上対象

締め切り 7月13日(日)

※7月15日(火)までに全員に当落結果を連絡します。

申込方法 右のコードを読み取り、応募フォームからお申し込みください。



お送りする実験セット

自宅で楽しく実験が
できちゃうよ！



お問い合わせ・お申し込み先
コープデリ商品検査センター

E-mail: net_jg109@coopdeli.coop

電話 048-782-5132【10:00~17:00 土日祝休み】

商品検査センター ホームページ <https://kensa.coopdeli.coop/>

★夏休みの一般見学は親子参加の特別版です。詳しくはHPでご確認ください。



国際協同組合年

協同組合はよりよい世界を築きます

2025年は「国際協同組合年」です。協同組合がSDGsに貢献していることを多くの方に知らせ、協同組合を振興する(盛り立てる)ために、国連が制定しました。国連のグテーレス事務総長は世界の協同組合へのメッセージの中で、「私たちの世界が複雑な課題に直面し、SDGsの達成に向けて取り組むなかで、みなさまの団結した努力は不可欠です」と語っています。

グテーレス事務総長のビデオメッセージはこちら

<https://www.youtube.com/watch?v=L4axwIW2lGE>



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
7月26日	(土)	鶴田店
8月23日		栃木店
9月27日		おもちゃのまち店

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
(月~金 9:00~17:30)

子育てサロンのごあんない

子どもを遊ばせながら気軽におしゃべりができる、子育てサロンを開設しています。スタッフに育児の悩みを相談したり、親同士で楽しく情報交換ができてホッとできます。
サロンの運営はNPO法人ウィズに委託しています。

- ◎対象は未就園児と保護者です。
- ◎申し込みは不要です。
- ◎地域のボランティアさんが見守っています。
- ◎コープ越戸店・コープ栃木店の駐車場をご利用ください。

※組合員さんでなくても利用できます。



無料です

子育てサロン

「とんとん」

毎週木曜日

- ・午前10:30~12:30
- ・午後13:30~15:30

時間内の出入りは自由にできます。

昼食持参可

コープ越戸店の組合員室にて

子育てサロン

「ぷくぷく」

毎週木曜日

- ・10:30~15:30

時間内の出入りは自由にできます。

昼食持参可

コープ栃木店の別棟2F・組合員室にて

感染症拡大防止のために保護者はマスクの着用をお願いします。

※お問い合わせは下記までメールでお願いします。

とんとん

E-mail: ton-ton@npowith.net

ぷくぷく

E-mail: puku-puku@npowith.net



5周年記念感謝祭

○開催日程 8月30日(土)

○開催時間 9:30~13:30

○開催場所 小山市立文化センター小ホール
栃木県小山市中央町1丁目1-1

○対象年齢 0歳~5歳のお子様と親御様

○入場料 無料

○主催 とちぎテレビ



イベント内容

- ★大人気バルーンアーティストみなみちゃんによる「バルーンショー」
- ★いわむらかずおコレクション「テレビdeえほん」上映会
- ★プロのカメラマンによる「無料撮影会」開催！(協力:天使の森)
- ★ちびっこ集まれ！ハイハイレース開催 ※無料※要予約
- ★あんよのはじまり！カタカタレース開催 ※無料※要予約
- ★はずれなしのガラポン抽選会

○お問い合わせ先

はじめてばこ事務局(とちぎテレビ内)

〒320-8531 栃木県宇都宮市昭和2-2-2

電話 028-623-0032(平日9:00~17:00)

メール hajimetebako@tochigi-tv.co.jp



盲導犬育成支援募金にご協力をお願いします



盲導犬とは？

盲導犬は視覚障がい者の方が行きたいときに行きたい所に行くことができるよう、特別な訓練を受けた犬です。視覚障がい者の方が安全に歩行できるよう、段差や角があれば止まって教えたり、障害物を避けて、安全な歩行を助ける仕事をします。



盲導犬使用者の方の“声”

「自立して外出もでき、ともに歩くパートナーとして心強く、人生が明るくなり様々なことに積極的になれました」という声が寄せられています。

1頭を育てるために

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。盲導犬の育成には国からの補助や助成が一切ないため、皆さまのご支援・ご協力が不可欠です！

盲導犬の育成までには

東日本盲導犬協会では、常時20～30数頭の盲導犬候補の犬たちが訓練を受けています。しかし、候補犬全頭が盲導犬になれるわけではなく、その割合は約3割程度です。

基本訓練・誘導訓練・店内訓練・バスや電車の乗降訓練などを行いながら、テストに合格した訓練犬のみが視覚障がい者の方との共同訓練に入り、最終的に盲導犬として適正と判断された訓練犬のみが盲導犬としてデビューします。

視覚に障がいのある方のうち、全国で約3000人の方が盲導犬との歩行を希望していますが、活躍している盲導犬の数は768頭にすぎません。

(令和7年3月31日現在)

募金番号

1□ 100円募金	2	8	6	5	4	1
1□ 1000円募金	2	8	6	5	5	9

宅配の注文書の6桁記入欄に、100円募金番号と数量を「5」と記入していただくと500円の募金になります。1,000円募金番号で数量を「1」と記入していただくと1,000円の募金になります。

eフレンズご利用の組合員さんは画面から募金ができます。

店舗組合員さんは、レジまたは募金箱にお願い致します。

東日本盲導犬協会では、現在以下のご協力を皆様をお願いしております。

(詳細は当協会HPをご確認ください)

●物品寄付 (未使用品のみ)

官製はがき【書き損じ含む】・切手・テレホンカード・液体洗濯洗剤・食器用洗剤・ペーパータオル

官製はがき、切手は旧額面でも活用させていただきます。

引出しで眠っている切手や官製はがき、テレホンカードはございませんか？ぜひ協会までお送りください。

●賛助会員募集中 (協会の安定した運営を支えていただく賛助会員を募集しております)

まずは知っていただくところから。活動日誌やかわいい犬たちの写真をご覧ください。

ホームページ



インスタグラム



フェイスブック



東日本盲導犬協会

(公財)東日本盲導犬協会 栃木県宇都宮市福岡町1285番地

TEL : 028-652-3883

FAX : 028-652-1417

Mail : info@guide-dog.jp

2025年 8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

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

◆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。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。(サインアップはなくても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確認願います。
- ③ ご自宅のWi-Fiなどインターネット環境をご確認願います。
(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とパスコ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

オンライン講座

①日にち ②時間 ③講師 ④受講料

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 8/1(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

土曜 リラックスヨガ

★心身をほぐしましょう

- ① 8/2・16・23(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

親子草木染

★パンダナ2枚を絞り染め
自由研究にどうぞ

- ① 8/2(土)
- ② コーププラザ宇都宮
- ③ 10:30～12:30
- ④ 1,800円(材料費含)

手作りパン教室

★レーズンパン

- ① 8/4(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)

癒しのヨガ

★ココロもカラダもほぐし
ましょう

- ① 8/5(火)
- ② 14:00～15:00
- ③ 大柿 ゆき
- ④ 500円

太極拳

★ゆっくり動き血行促進

- ① 8/6・20(水)
- ② 10:30～11:30
- ③ 鈴木 真理子
- ④ 各1回 500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 8/6・20(水)
- ② コーププラザ宇都宮
- ③ 14:50～16:20
- ④ 鈴木 真理子
- ⑤ 各1回 1,000円

ダンス エクササイズ

★楽しくエクササイズ

- ① 8/7(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

かんたんパン教室

★米粉入り白パン

- ① 8/7(木) 午前 10:00～13:00
午後 13:40～16:40
- ② 8/9(土) 午前 10:00～13:00
- ③ コープデリ西那須野センター
- ④ 黒瀬 澄子
- ⑤ 各2,000円(材料費含)

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 8/7・21(木)
- ② コーププラザ宇都宮
- ③ 14:00～15:00
- ④ 桑川吉見・桑川正子
- ⑤ 各1回 1,000円

美温活リンパ ストレッチ

★体温も代謝もUP!

- ① 8/7・21(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 8/9・23(土)
- ② 10:15～11:15
- ③ 大柿ゆき・小沢有紀
- ④ 各1回 500円

こどもの アトリエ

(年中～)

★マイバッグデザイン

- ① 8/9(土)
- ② コープデリ小山センター
- ③ 10:00～11:30
- ④ 篠崎 純子
- ⑤ 1,200円(材料費含)

大人のバレエ

★バレエストレッチで
コアが鍛えられ美しい姿勢に

- ① 8/11(月) 祝
8/28(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

英語であそぼう

(年長～小3)

★はじめての英語は、
楽しく遊びながら学びましょう

- ① 8/11(月) 祝
- ② コーププラザ宇都宮
- ③ 10:30～11:20
- ④ 青木 恵美子
- 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 8/12(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

午後の ゆったりヨガ

★午後のリラックスタイム

- ① 8/18(月)
- ② 14:00～15:00
- ③ 小沢 有紀
- ④ 500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 8/28(木)
- ② 14:00～15:00
- ③ 影山 靖代
- ④ 500円

親子チョークアート

(小学生～大人のみ参加可)

★好きな色でぬってみよう♪
「あさがお」

- 8/19(火) コーププラザ宇都宮
- 8/22(金) コープデリ西那須野センター
- ③ 10:00～12:00
- ④ 宮本 恵子
- ⑤ 各2,000円(材料費含)

百合子先生の インド料理

★カジノスタイル
ボークカレー 他

- ① 8/21(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)

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 8/22(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

キッズダンス

★楽しくダンス(年長～小学生)

- ① 8/23(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

★コーププラザ宇都宮(宇都宮センター敷地内)



宇都宮市平出町4077-2

親子リトミック

(5～9月)

★温かい言葉、音色、
ママと感じるリトミック

- ① 8/27(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

キッズバレエ

(年中～)

★ピアノ曲に合わせて動きます

- ① 8/30(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

※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。

※全講座、先着順に受付いたします。(各講座とも定員になり次第キャンセル待ち、または締め切りとなります)

※お申し込みが最少催行人数に満たない時は、中止にさせていただきます場合もあります。

※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もあります。

※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。



コープデリ個人宅配のくらし応援割引

赤ちゃん割引(お申し込みから104週間)

母子手帳交付から1歳未満のお子さまがいる方が対象となります。
※赤ちゃん割引終了後は、自動的に子育て割引に移行いたします。

基本手数料	0円
配達手数料	0円

子育て割引(お申し込みから小学校入学を迎える年の3月末日まで)

1歳から小学校入学前のお子さまがいる方が対象となります。

基本手数料	税別 100円
	(税込110円)
配達手数料	0円

シルバー割引

世帯全員(単身世帯を含む)または2人世帯でいずれか1人が75歳以上の場合が対象となります。

基本手数料	税別 100円
	(税込110円)
配達手数料	0円

ふれあい割引

組合員さんご自身または同居するご家族に、障がい者手帳をお持ちの方がいらっしゃる場合に対象となります。

基本手数料	税別 100円
	(税込110円)
配達手数料	0円

自然災害割引(52週間)

自然災害の被災により、「被災証明書の交付」を受けている方で交付日(申請日)から1年以内の方が対象となります。

基本手数料	0円
配達手数料	0円

お問い合わせ先：配達している「コープデリ宅配センター」
電話番号は配達時にお届けする『お届け明細書兼請求書』の『お問い合わせ先』をご確認ください。

運転免許証自主返納 特典申請受付中！

とちぎコープは高齢ドライバーの事故を少なくすることを目的に栃木県高齢者運転免許証自主返納サポート事業に協力しています。
運転免許証を自主返納した組合員さんに特典をプレゼントします！



《対象となる組合員さん》

- ① 満65歳以上で、運転免許証を自主返納した方
 - ② 2021年3月1日以降に「運転経歴証明書」を交付された方
- ※①②2つの条件を満たすこと。

(自動車の免許証だけではなく、原付などの免許証でも返納すれば申請できます。)

《特典》

- ※特典は、いずれか1人1回限りの適用となります。
- 店舗ご利用の組合員さんには、ほぺたんカードに2,000ポイントを付与します。
- 宅配センターご利用の組合員さんには、2,000ポイントを付与します。
- デイリー(夕食宅配)ご利用の組合員さんには、2,000円分のクーポン券を進呈します。



《申請に必要なもの》

- 「運転経歴証明書」
- ※受付の際「免許返納特典申請書」に必要事項をご記入いただきます。

◇申請は、配達担当者または店舗サービスカウンターまで。
くわしくは、とちぎコープ総合企画室にお問い合わせください。

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 9:00～17:30)

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。

栃木県公式 YouTube

いちご チューブ

15Tubeよろしくまる～

県広報番組の見逃し配信
「魅せます！とちブラ」
「まるわかり！とちぎ」など

とちぎ

チャンネル登録
おねがいまる～！

県のラジオ・テレビ番組をcheck！

ラジオ	県政インフォメーション/栃木放送 (月)～(金)7:10～、17:30～ マロニエ・インフォメーション/エフエム栃木 (月)～(木)17:25～、(金)17:26～
テレビ	魅せます！とちブラ/とちぎテレビ (土)9:30～ 国(木)20:00～ まるわかり！とちぎ/とちぎテレビ (水)21:50～

テレビ番組放送後、県公式YouTube
チャンネル「15Tube」で配信▶

県広報課 ☎028-623-2190

15Tube

サービス付き高齢者向け住宅 コープの家

高齢者が安心して暮らせる賃貸住宅です。とちぎコープが建物を設置し、ふれあいコープが運営しています。

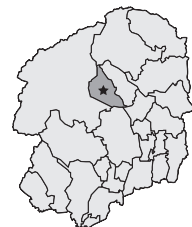


所在地：宇都宮市緑5丁目13-9

お問い合わせ・ご相談
社会福祉法人 ふれあいコープ
電話：028-612-3721 (月～金 9:00～17:30)
ふれあいコープホームページ <https://fureai-coop.com/coophouse>

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。



塩谷町

高原山麓の中腹で原生林に囲まれながら、こんこんと美しく湧き出る「尚仁沢湧水」は、湧水の郷「塩谷町」のシンボルであり、昭和60年に全国名水百選に選ばれています。現在も町民や多くの観光客に愛されており、広大な自然を歩いて楽しめる尚仁沢遊歩道は、ウォーキングコースとしても人気となっております。
また、きれいな水と豊かな大地で育った農産物は品質が高くバラエティーに富んでいます。それらの特産物はふるさと納税の返礼品としても人気です。



塩谷町
ふるさと納税

お問い合わせ先：塩谷町 産業振興課
連絡先：0287-45-2211