



とちぎコープ情報紙

ほっとイシガメーション

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

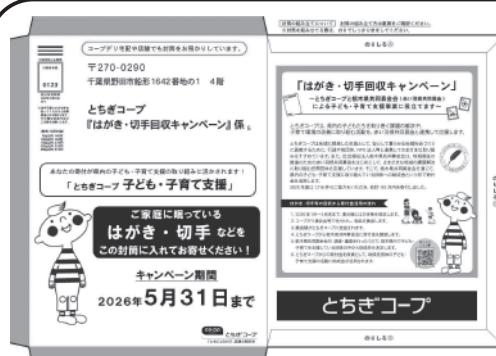
1 2026年
月号

2026年1月5日発行

子どもたちが安心して暮らせる地域社会に

2026年「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、配達担当者や店舗サービスカウンターにお渡しいただくか、ポストに投函してください。集められたものは換金され、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されます。



回収封筒チラシ
宅配で1月12日週の
カタログと一緒にお
届けするほか、店舗
でも配布します。

回
収
締め切り
5月31日



お寄せいただきたいもの

- 未投函のはがき
書き損じ・料金改定前のはがきなど
- 未使用の切手(日本のみ)
- 商品券・未使用のプリペイドカード
(テレホンカード、図書カード、QUOカードなど)

栃木県共同募金会 赤い羽根とちぎの
『子ども・子育て』支援特別助成として
県内の子ども・子育て支援に取り組んでいる団体を
応援します。

こんな活動に役立ちます

- ・衣食住などの生活支援
- ・社会的孤立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



2025年は1,716件のご協力をいただき、
1,452,640円を寄付することができました。

「とちぎコープNPO法人助成金制度」 2026年度助成団体募集のご案内

とちぎコープでは、2008年から本制度を始めました。
NPO法人とともに、活気ある栃木づくりを目指したい
と考えています。
多くの団体からのご応募をお待ちしています。

【助成の内容】

- ①2026年度の事業、運営にかかる費用として助成します。
- ②助成金総額は600万円、1団体に対する助成金の上限は30万円とします。
- ③助成する団体はとちぎコープ「NPO法人助成金審査委員会」において
審査します。
- ④助成金は、2026年4月に交付します。

【助成対象】

- ①NPO法人(特定非営利活動法人)として法人格を有し、主たる活動及び
活動拠点が栃木県内にあり、1年以上の活動実績のある団体とします。
- ②政治・宗教活動や、営利を目的とする団体は対象としません。

※2025年度は47団体を助成しました。

【募集期間】

2025年11月21日(金)～2026年1月20日(火)

※当日消印有効

【応募方法】

とちぎコープのホームページに掲載の「NPO法人助成金
申込書」をダウンロードし、必要事項をご記入の上、郵送で
お申し込みください。

<https://tochigi.coopnet.or.jp/>



お問い合わせ先：とちぎコープ総合企画室 NPO法人助成金係
電話 028-634-5117(月～金 9:00～17:30)

Zoomで開催 パラパラミンチの工場見学を オンラインで楽しもう

昨年大好評だったコープデリフーズの工場見学を今年も開催します。人気商品「パラパラミンチ」のおいしさの秘密や、
お惣菜の製造工程、精肉加工の様子をご覧いただけます。
コープデリ商品検査センターのオンライン見学も行います。
ぜひ、ご参加ください。

日 時：2月19日(木)
10:30～11:30

定 員：50人 申し込み多数の場合は抽選
締め切り：2月1日(日)

2月3日(火)までに全員に当落結果を連絡します。

参 加 費：無料

申込方法：右のQR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。



※パソコン・タブレット・スマホでzoomに参加できる環境が必要です。

※通信環境の整ったところでご参加ください(通信料はご負担ください)。

●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]

商品検査センターでは、実際にご来館いただき、
アテンダがご案内する一般見学もございます。
詳しくはホームページをご覧ください。

<https://kensa.coopdeli.coop/>



山とちぎの 中山間地域が わもれい!

Vol.2

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。

鹿沼市

いちごの聖地で遊び尽くす!



いちご好きには見逃せない!

いちごづくしのマルシェ「いちごのもり」開催!

いちごシーズン到来!いちごの生産が盛んな鹿沼市では、いちご狩りやいちごのフォトスポットなど、市内のさまざまな場所でいちごに出会えます。シーズンイベントとして人気を集めているのが来年2月14日に開催されるマルシェ「いちごのもり」。いちごのフード類やいちごのグッズ販売、ステージイベントなどが行われます。



鹿沼市観光協会



出会いの森いちご園本店

出会いの森いちご園本店

住所:鹿沼市酒野谷929-1
開園時期:1月~5月中旬
営業時間:10:00~16:00
(最終受付15:00)
期間中無休

予約電話:0289-60-0175

出会いの森いちご園 ベリーちゃんハウス店

場所:鹿沼市茂呂2002-1
開園時期:1月~5月中旬
営業時間:10:00~15:00(最終受付14:00)
予約電話:0289-76-1000

※いちご狩りは2026年1月3日(土)から開始

※いちご販売は2025年11月22日(土)から開始

いちごづくしのマルシェイベント「いちごのもり」

開催日時:2026年2月14日(土)10:00~15:00 会場:鹿沼市花木センター

内容:いちごに関する飲食・雑貨の販売、ステージイベントほか

お立ち寄りスポット



鹿沼自慢の味処でひと休み!

農畜産物の宝庫、鹿沼の美味しいものが集結した「まちの駅 新・鹿沼宿」。農産物直売のほか地元の和菓子、蕎麦、かぬまシウマイ、ジェラートなどが人気です。いちご狩りと合わせてぜひ立ち寄ってみてはいかがでしょうか。

まちの駅 新・鹿沼宿 住所:鹿沼市仲町1604-1
営業時間:店舗により異なるためHP参照。年中無休
※1月1・2日は案内処のみ開設 電話:0289-60-2507

茂木町

美味しいは地域の里山から



おとめミルクは
フレッシュな
いちごの食感にハマる!

大人気!美土里たい肥で育ったジューシーないちご

豊かな里山が広がる茂木町では、茂木町有機リサイクルセンター「美土里館」で地域の落葉や間伐材、牛糞などから「美土里たい肥」を生み出し、里山資源の循環利用を実践しています。この「美土里たい肥」で栽培したいちごはとびきりジューシーだと大評判でリピーターも多数!観光いちご園「美土里農園」で味わってみませんか?



美土里農園



道の駅もてぎ

美土里農園

場所:芳賀郡茂木町深沢3200

開園時期:1月1日~5月下旬(いちご狩り)

休園日:12月31日

問合せ:080-7064-1115(予約優先)

料金:時期により異なるため公式HPにてご確認ください。

60分食べ放題

品種:とちあいか とちおとめ

お立ち寄りスポット



もてぎの里山の味に出会える!

常に賑わいを見せる道の駅もてぎ。ここでは「美土里たい肥」で栽培した農産物をはじめ、「道の駅」で殿堂入りを果たした「ゆず塩ら~めん」、蕎麦や加工食品、お弁当も充実。「おとめミルク」など種類豊富なジェラートも見逃せません!

道の駅もてぎ 場所:芳賀郡茂木町大字茂木1090-1
営業時間:施設により異なるためHP参照
問合せ:0285-63-5671

那須町

里山に映える巨大な水車



歴史浪漫と美味しいものを堪能する心豊かな里めぐり

伊王野は古代五街道のひとつ「東山道」が通ったといわれ、松尾芭蕉ゆかりの史跡など数多くの史跡や文化財が残っています。そして、歴史探訪と合わせておすすめしたいスポットが道の駅東山道伊王野。巨大な水車で挽いたそば粉を使った名物「水車そば」が好評です。里山の景観に映える水車を背景に記念撮影もおすすめです。



道の駅
東山道伊王野



那須・芦野
石の美術館

道の駅東山道伊王野

場所:那須郡那須町大字伊王野459

お食事処「水車館」

営業時間:11:00~16:00 金曜定休

TEL:0287-75-0654

ちょっと一息「茶屋」営業時間:8:30~17:00

TEL:0287-75-0578

お食事処「あんず館」 営業時間:11:00~14:30

火曜定休 TEL:0287-75-3030

物産センター営業時間:8:30~17:00 TEL:0287-75-0577

※年末年始:全施設年内は12月31日まで営業。年始は1月1~3日休業

お立ち寄りスポット



石の質感が美的な隠れたフォトスポット
江戸期に宿場町として賑わった芦野。その本陣跡地に戦前から残る米蔵を再生した総石造りの美術館。新旧の石積みの意匠と光、水が織りなす建築が美しい空間を創出しています。カフェで購入したドリンクをお好きな場所でどうぞ。

那須・芦野 石の美術館 場所:那須郡那須町芦野2717-5
開館時間:美術館 / 10:00~17:00(最終入館16:30)カフェ
/ 10:30~16:00休館日:毎週火曜・水曜(祝日は開館)・年末
年始※臨時休館あり 電話:0287-74-0228

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

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。

タウン情報もんみや12月号掲載

2026年 2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！

対面講座

①日にち ②会場 ③時間 ④講師 ⑤受講料

**断捨離®
おはなし会**
~モノを片付けて、ごきげんな人生へ~
① 2/2(月)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④鈴木 まさみ
⑤1,000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 2/4・18(水)
②コーププラザ宇都宮
③14:50~16:20
④鈴木 真理子
⑤各1回 1,000円

かんたんパン教室
★チョコマーブル
①③
2/5(木)13:40~15:40
2/14(土)10:00~13:00
②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)

**ダンス
エクササイズ**
★楽しくエクササイズ
① 2/5(木)
②コーププラザ宇都宮
③10:00~11:00
④安藤 喜代
⑤1,000円

木曜日のバイオリン
★経験のある方、
楽器はお持ちください
① 2/5・19(木)
②コーププラザ宇都宮
③14:00~15:00
④桑川吉見・桑川正子
⑤各1回 1,000円

**らくらく
カラダほぐし**
★スマートポールを使って
カラダのコリをほぐします
① 2/6(金)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④影山 靖代
⑤1,000円

**やさしい
フラダンス**
★フラダンスで楽しく心身を整えましょう
① 2/6(金)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④メロノダ 千絵
⑤1,000円

**土曜
リラックスヨガ**
★心身をほぐしましょう
① 2/7・21・28(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

火曜日のバイオリン
★楽器はお持ちください
① 2/10・24(火)
②コーププラザ宇都宮
③A. 14:00~15:00
B. 15:15~16:15
④桑川吉見
⑤各1回 1,000円

大人のバレエ
★コアが鍛えられ美しい姿勢
① 2/11(水)
② 2/26(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

青春のフォークギター
★基本からアドバイスします
ギターとピックはお持ち下さい
① 2/12(木)
②コープデリ佐野センター
③10:00~11:00
④須永 一成
⑤1,000円

ミュージックベル
★ベルは癒しのハーモニー
初めてでも簡単にできます
① 2/18(水)
②コーププラザ宇都宮
③14:00~15:00
④佐伯 寿子
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 2/20(金)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④影山 靖代
⑤1,000円

キッズバレエ (年中~)
★ピアノ曲に合わせて動きます
① 2/21(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

**子どもの
アトリエ (年中~)**
★静物画
① 2/21(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)

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 2/23(月)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:20
④青木 恵美子
⑤1,000円

**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 2/25(木)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④湊 万理子
⑤1,000円

百合子先生のインド料理
★南インドのえびカレー 他
① 2/26(木)
②コーププラザ宇都宮
③10:00~13:00
④野澤 百合子
⑤3,200円(材料費含)

筋膜リリースヨガ
★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 2/27(金)
②コーププラザ宇都宮
③10:30~11:30
④メロノダ 千絵
⑤1,000円

**キッズ
ヒップホップ**
★楽しくダンス! (年長~小学生)
① 2/28(土)
②コーププラザ宇都宮
③10:00~11:00
④安藤 喜代
⑤1,000円

キッズダンス
★楽しくダンス(年長~小学生)
① 2/28(土)
②コーププラザ宇都宮
③14:30~15:30
④影山 靖代
⑤1,000円

会議室
プロジェクター・スク
リーンがあります。



可動式の大きな鏡・授
乳スペースがあります。

調理台4台・オーブン・
レンジがあります。

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	午後	1日
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
コープデリ宇都宮センター敷地内にあります。

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

- 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。
- 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ヶ月前の1日より受け付けます。
- 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。
- 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/>



●【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◆

- 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。
- ZOOMアプリをインストールしてください。(サイアップはしなくて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確認願います。
- 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)
- 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。
- 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)
- 入金確認後、IDとパスコードをお伝えします。
- 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。

オンライン講座

①日にち ②時間 ③講師 ④受講料

太極拳

★ゆっくり動き血行促進
① 2/4・18(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 2/5・19(木)
② 14:00~15:00
③ 影山 靖代
④ 各1回 500円

午後の ゆったりヨガ

★午後のリラックスタイム
① 2/9(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 2/12・26(木)
② 14:00~15:00
③ 影山 靖代
④ 各1回 500円

癒しのヨガ

★ココロもカラダもほぐし
ましょう
① 2/17(火)
② 14:00~15:00
③ 大柿 ゆき
④ 500円

バレンタイン アレンジメント

★基本からアドバイスします
① 2/12(木)
②コーププラザ宇都宮
③13:30~15:30
④佐藤 年子
⑤3,500円(材料費含)

※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。
※お申し込み後キャンセルされる場合は、必ず連絡願います。
キャンセル料が発生する場合もあります。

◆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行注文欄に、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。

景観講演会を開催します！

景観を様々な視点から捉え、興味・関心を深めていただくための取組みとして、景観講演会を実施します。

日時：令和8（2026）年2月10日（火）14:30～16:30
場所：栃木県庁東館4階講堂（宇都宮市塙田1-1-20）

講師：羽藤 英二氏
(東京大学大学院工学系研究科教授
松山アーバンデザインセンターセンター長)

演題：「街路空間のリデザイン」



申込方法▶▶

①栃木県電子申請システム
県HP電子申請システムにて
手続き名「景観講演会」と
検索し、情報を入力

②メール・電話・来所にて
氏名・連絡先・住所を下記
お問合せ先までお知らせください。

Instagramにて県内の景観をPRしています！

“とちぎの景観ギャラリー”
(@tochigi_keikan) では
四季折々の自然景観や景観
スポット、景観に関する
イベント情報を届け中！



TOCHIGI KEIKAN

ぜひアカウントをフォローして
とちぎの景観をチェックしてください！

お問合せ：栃木県都市政策課景観づくり担当
〒320-8501 宇都宮市塙田1-1-20県庁舎本館14階
☎ 028-623-2463 ☐ toshiseisaku@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。

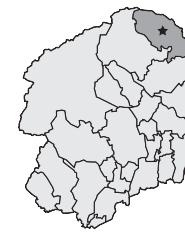
日程	曜日	開催店
1月24日		おもちゃのまち店
2月28日	(土)	越戸店
3月28日		鶴田店

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)

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
町

今年もやります！冬限定 寒晒しそば

寒晒しそばは、厳冬期にそばの実を清らかな水にさらし、その後寒風にさらすことで、おいしさを追求した特別なそばです。アグが抜けて甘みが増すだけでなく、のど越しの良さが格別です。

道の駅東山道伊王野では今年も寒晒しそばまつりを行います。

期間限定で、数量も限られることから、毎年この味を楽しみに訪れるファンも多く、冬の名物となっています。

那須の寒さが育んだ上品な味わいを、ぜひ道の駅東山道伊王野でご堪能ください。

期間：2/14(土)～2/23(月)

場所：道の駅東山道伊王野(栃木県那須町大字伊王野459)

お食事処「水車館」 Tel.0287-75-0654

