

コープでつくる私の暮らし

スパイラル

7

July
2026

広報誌

特集

食べられるって、
だれかのおかげ。

2

● コープしがの「だから、おすすめ。」
牧場のミルクを
ふわふわのアイスに

4

- くみかつ(イベント)情報 — 6
- 私たちが取り組んだこと — 10
- 滋賀県から・お店通信 — 14
- スパイラルレシピ — 16



白バラソフトミルク / 4~5ページ



I love 遊覧! 7月の石山寺にパワーをもらいました / しんちゃんさん



I love 滋賀! 大賀ハス、野洲市(2025年7月5日) / しいちゃんさん



小学生でも作れる10分レシピ

お知らせ

コープのお店 お得情報♪

よりお得にお買い物できるポイントが増えました!
新・電子マネー特典&アプリクーポンについて、14ページをご覧ください。

考えてやってみよう! 5つのたいせつ活動 投稿募集中!

家族やお友だちと、身の回りで「たべる・びわこ・いのち・ちいき・くらし」を大切に
するための小さなアクションにチャレンジしましょう!
詳しくは7ページをご覧ください。

理事会・監事会だよりはホームページに掲載しています

※経営概況は7月と12月にスパイラルに掲載します。



こちらから
ご確認ください

スパイラルの
表紙を飾る
「I love 滋賀!」の
風景写真大募集!
投稿方法は、
15ページを
ご覧ください。



みんなごと

ひとごとをなくして
「みんなごと」として考える社会へ

生活協同組合コープしが

食べられるって、だれかのおかげ。

「令和の米騒動」などと呼ばれた去年の深刻な米不足。この出来事をきっかけに、ほしいモノをほしい時に買えるくらしがどれほど幸せだったかを実感した方も少なくはないでしょう。

今や日本の食を取り巻く環境は、**異常気象**や**生産者の高齢化**、**農家の減少**などによりめまぐるしく変化しています。だからこそコープしがでは**産地と直接手を結び、安全・安心な食品**を組合員のもとへ**継続的に**届けられるしきみを大切にしています。

お話ししてくれた人

生活協同組合コープしが
宅配商品部

佐々木 美知さん(左)、
油谷 享さん(右)



“産直”ってなんだろう？

生協でお買い物していると、商品名に「産直」と付く野菜や果物、お肉などがたくさんあることに気が付きます。この“産直”という言葉、どういう意味かご存じですか？これは、“産地直送”や“産地直売”といった言葉の略語ではないのです。

「コープしがでは“産直”を“産地直結”と

定義しています。たとえば産地直送だと、産地から一方通行で消費者の手元へ届くだけですが、産地直結には**生産者と組合員が直接つながり、共に歩む**という意味が込められています」と、コープしが 宅配商品部 農産・産直担当の油谷 享さん。

コープしがの産直には

5つの約束ごとがあり、

①**産地や生産者、栽培方**

法、流通方法がはっきりと分かること、②**記録・点検・検査による追跡調査が可能で安全性**を確かめるしきみがあること、③**お互いに対等な立場で協力し合える関係**にあること、④**将来に渡って持続的に生産できる環境を整えていること**、⑤**組合員との交流を積極的に行うこと**、としています。

これだけ聞くと組合員にはたくさん恩恵がありますが、生産者にはコープしがとの産直契約でどのようなメリットがあるのでしょうか。

「年間を通じて**確実な数量を出荷でき、安定した収益につなげられること**が一番大き



供給センター長崎 生産者のみなさん

なメリットです。また万が一、災害などが起きた場合は、少額ではありますが、コープしがからお見舞金をお届けしています。持続可能な農業を生産者にだけ押し付けるのではなく、**私たち組合員も協力できるしきみが“産直”なんですよ**」と油谷さん。

そもそも生協の産直は高度経済成長末期の1970年代、大量の有害添加物や農薬などが原因で人体への影響が深刻になった時代に**「安全・安心なモノを食べたい」**という切実な思いからスタートしました。そして現在、コープしがでは海外を含め**69産地**と産直契約を結んでいます。

NEWS 1 【宅配】ペア配達が始まり、いよいよスタート！

グループ購入・ステーション購入・個配（個人配達）のほかに、組合員2名（ペア）でも利用できる「ペア配達」が、2026年6月29日（月）から始まります。



ペア配達の概要

- 組合員2名でペアとなって利用
- お届け先は、指定された組合員宅1ヵ所（いずれかの組合員宅）
- 配達手数料は、個配手数料の半額
- ぬくもり割引 適用。配達手数料は個人毎の利用額に応じて個人毎に請求

親しいお友達や、別居のご家族、お隣同士など、2名で始めることができます😊
配達手数料が個配よりお得です♪
商品のお届け日が、大切な情報交換の機会に♡

ペア配達で宅配利用がより便利に！ 宅配利用で困っている人がいたら教えてあげてくださいね！



新たに宅配加入された方はもちろん、その方に紹介した組合員にもお買い物ポイントをプレゼント！ 今なら期間限定で進呈ポイントの引き上げを実施中！ この機会にぜひ、お友だち・お知り合いに「ペア配達でコープの宅配やってみない？」とご紹介ください♪

※取り組み期間が決まっています。詳しくは、組合員担当者までお問い合わせください。
※紹介特典は、ペア配達以外も対象です。

産直産地との結びつきって？

では実際に、産直産地とコープしがではどのような取り組みを行っているのでしょうか。「生協牛乳120」などでおなじみの**大山乳業農業協同組合**を例に、宅配商品部 統括マネージャーの佐々木 美知さんにお話を伺いました。

大山乳業農協の場合

「鳥取県の大山乳業農協さんとは1970年代からのお付き合いになります。1990年には大山乳業農協と鳥取県畜産農協・京都生協などで『**CO・OP牛乳産直交流会**』という協議会を立ち上げました。2009年には大山乳業農協とコープしがで協定を結び、定期的に親睦を深めています」と佐々木さん。たとえば毎年、各生協の産直事例の報告や、牧場視察・工場見学などを行う「**産直フォーラム**」を開催。また、親子で生産者と親睦を深める「**産地交流オータムキャンプin鳥取**」や**職員産地研修**、商品を通じた交流を滋賀県内で行う「**商品大交流会**」などを通じ、ファンの裾野を広げています。もちろん他の産直産地でも、さまざまな交流活動に取り組んでいます。



産地交流オータムキャンプin鳥取



コープしが職員の産地研修



商品大交流会



秋掘りじゃがいも 収穫の様子

生産者も組合員も Win-Winな登録制度

もう一つ、みなさんに知っておいてほしいのが「**利用登録制度**」です。この取り組みは産直の一環で、**事前に数量やお届け頻度を登録**しておけば、**適正価格で安定的に商品を購入**できるしくみです。特に今回はコープしがでおすすめの登録商品を2点ご紹介します。

米倶楽部 こめ〜る

1993年の米不足をきっかけに、一年を通じて**お米を安定的に届ける**ことをめざしてスタートした制度。産直提携した県内JAが生産する「**コープ米**」、滋賀県認証の「**環境こだわり米**」、有機JAS基準をクリアした「**有機栽培米**」など5種類から登録できます。数量は2kg・5kg・10kg(5kg×2)から選べ、お届け頻度は毎週・隔週・4週に1回から選択可能。また、1kgにつき1円

を「**滋賀応援寄附**」に贈呈し、びわ湖の保全活動に役立てています。

秋掘りじゃがいも「^{はしゅまえ}播種前契約

市場相場に左右され、異常に値上がりしたり、買い叩かれたりしやすい**農作物を適正価格でお届け**したいと始まった制度。特にじゃがいもは資材費や物流費がどんどん高騰するにも関わらず、海外輸入品などの影響で市場価値がどんどん下落していく傾向にありました。そこで長崎県南島原市にある「**供給センター長崎**」と連携し、**種をまく前に買い取りを約束する播種前契約**の登録を2025年からスタート。この取り組みで**生産者はある程度の収入の目途が立ち、安心して農業に集中**できる他、**組合員は生産者が丹精込めたじゃがいもを事前に設定された適正価格で購入**することができます。また、最新の畑の様子はSNSでチェックできます。



コープしが公式Instagram 昨年の収穫の様子が見られます。

NEWS 2 供給センター長崎と「じゃがいも生産・消費契約締結」を行いました

コープしがは供給センター長崎と、顔の見える産地として、40年以上ともに歩んできました。昨今の「異常気象による収穫時期・収穫量の変化」「輸入品との価格差や資材費・人件費の高騰」「農業従事者の高齢化や後継者不足」による、農業を続けていくことの難しさ。また、全国的に農産物の収穫量が減少していくことが見込まれる中でも、組合員に安全・安心な農産物を継続的にお届けするという課題。双方の課題改善に向けて、この度、コープしがと供給センター長崎は「**じゃがいも生産・消費契約締結**」を行いました。

3月25日(水)には、長崎県で、覚書調印式を行いました。



調印式の様子

締結の目的

- ①年間の生産・消費量を取り決めることで、生産者は生産に集中し、コープしがは安全・安心なじゃがいもを組合員にお届けできる仕組みを作る
- ②コープしがの理事と職員が播種・収穫時期に産地を訪問し、援農作業を通して商品の魅力や生産者の想いを学ぶ
- ③産地と支えあえる関係を構築し、安全・安心でおいしいじゃがいもを組合員に安定的に供給し、組合員のくらしに貢献する



だから、おすすめ。

牧場のミルクを ふわふわのアイスに



騰などが原因で厳しい経営状況にある酪農を持続可能にするために、コープしがと鳥取県生協、鳥取県畜産農協などが出資して設立されました。

「現在は成牛が約700頭、仔牛が約250頭、北海道に預けている牛が約200頭という規模で、従業員が22名。1日3回の搾乳で、年間約6700トンの生乳を出荷しています」と、みんなの牧場 代表取締役社長の岡本 郁久さん。



酪農家の大きな負担になっている肉体労働や長時間労働の改善をめざし、徹底した機械化・自動化の推進で、鳥取県最大規模の牧場を少人数で運営しています。

一方、「白バラ牛乳」を筆頭に、生乳本来のおいしさを生かした「白バラブランド」でおなじみの大山乳業農協。昭和21(1946)年に鳥取県の酪農家で組織された酪農専門農協で、生乳の生産から処理・販売までを一貫して行っています。

夏真っ盛りの今、つつい手が伸びる冷たくて甘〜いアイス。組合員のみなさんなら、おいしい上に意義のある商品だとおおい、と考える方も多はず。

2025年4月に誕生した生協限定のアイスクリーム「白バラソフトミルク」は、まさにそんな商品。私たちが選んで購入することで、厳しい経営状況にある酪農を応援できるのです。

みんなの思いが詰まった新商品

「白バラソフトミルクは『みんなの牧場』を広く知ってもらうため、生協の組合員様と一緒に開発しました」と話すのは、大山乳業農業協同組合 製品開発センターの川本萌さん。

そもそも株式会社みんなの牧場は、後継者不足や過酷な労働環境、飼料・資材の高

アイスの種類

アイスは乳固形分と乳脂肪分の量で分類され、最も濃厚な「アイスクリーム」、次に「アイスマルク」、植物性油脂を含む「ラクトアイス」、乳成分がほとんど含まれていない「氷菓」の4つに分かれます。「白バラソフトミルク」はアイスマルクに分類され、アイスクリームより脂質が控えめでミルクのコクとヘルシーさとのバランスが良い商品です。

押しポイント！

この商品が好き！という組合員の声

甘すぎず、サラッと溶けるので食べやすく、何個も手が伸びてしまいます(笑)



つのがあることによってソフトクリーム感がある！やわらかくする時間も要らず、スプーンでサクッとすぐに食べられるのが嬉しいです！



夏にぴったり！なんととっても味が良い！！



初めて食べた時からファンです！



エコー7月3回、コープしがマルシェ7月4回に掲載しています。ぜひご覧ください！
248円(税込) ☆月間特売価格
コープのお店でも取り扱っています！

白バラソフトミルク (100ml×2個)

「牧場で食べるソフトクリーム」をテーマに、指定牧場の生乳を55%使用。宅配とコープしがの店舗で通年販売です。



「当組合は鳥取県内の全酪農家が組合員となっている、全国的にも珍しい組織です。琴浦町に本所工場があり、牛乳をはじめ、ヨーグルトやバター、チーズ、シュークリーム、クリスマスケーキなど幅広く製造しています」と、大山乳業農協 大阪営業所の大嶋 貴文さん。

もちろんアイスクリームも得意分野で、今回の白バラソフトミルクでは「牧場で食べるソフトクリームのように、牛乳のおいしさを感じられるシンプルな味わい」をテーマに開発が進められました。



(左上)ソフトクリームをイメージしたツノを立てる瞬間。このフォルムも人気の秘密 (左下)牧場には仔牛たちが250頭も！ (右)鳥取市内にある「みんなの牧場」。2015年に誕生した、鳥取県下で最大規模の牧場です

口いっぱい広がるミルクの風味

「まずはミルクの味を全面にアピールするため、『みんなの牧場』で搾乳された生乳をたっぷり55%使用しています」と川本さん。ふわふわとした口どけのよさを出すために空気をたっぷり含ませるほか、ソフトクリームのイメージでツンと立たせたツノもチャームポイントです。

この商品の開発にあたっては、1500人以上の組合員に「味・商品名・パッケージデザイン」に関するアンケートを実施して、手ごろな価格で子どもから大人まで楽しめ

るアイスマルクをめざしました。

「白バラソフトミルクを通じてみんなの牧場を知っていただくだけでなく、最終的にはみんなの牧場を含めた鳥取県の全酪農家の想いが詰まった『生協牛乳120』をみなさ

んにもっと飲んでいただきたいですね」と、大山乳業農協 総合企画課の乾 裕一さん。

混じりっけなしのミルクの味を生かしたアイスには、酪農に携わるたくさんの人の思いが込められているのです。



みんなの牧場の
岡本 郁久社長



大山乳業農協 製品開発センターの
川本 萌さん



大山乳業農協 大阪営業所の
大嶋 貴文さん



大山乳業農協 総合企画課の
乾 裕一さん

あれこれ話

さらに深掘り！みんなの牧場

「酪農・畜産を取り巻く厳しい経営環境を改善しながら、安全・安心な生乳とお肉を生産できる大型牧場を作ろう！」と設立されたみんなの牧場。一度に50頭の牛の搾乳ができるロータリーパーラーやエサ寄せロボットなどの設備を備え、現在は年間で6700トンの生乳を出荷するまでになりました。これは鳥取県全体で生産する生乳の1/10に匹敵する量。ただし、乳牛も出産しないことにはお乳を出せないことから、みんなの牧場では乳牛（ホルスタインのメス）に和牛の受精卵を移植して代理出産のかたちで和牛の仔牛を生ませています。こうして育ったのが、「おいしいお肉を手頃な価格でお届けすること」をめざした「産直鳥取みんなのつながり和牛」です。みんなの牧場では、安全・安心でおいしい生乳とお肉を、効率的に・安定的に生産できる循環を整備しているのです。



ロータリーパーラー



9月号の
だから、おすすめ。

では、
長野県産産直りんごを
ご紹介します。

利用しているみなさんの
「推しポイント」を教えてください！
応募方法の詳細は、
15ページをご覧ください。

くみがつ しよう。

コープの組合員活動——通称「くみがつ」。
組合員さんが、くらし(食・子育て・介護・環境など)や
商品のことについて、
地域や組合員どうしのつながりの中で学び合う、
コープならではの活動です。

くみがつは、
誰でもどこでも
参加できます

アイコン説明

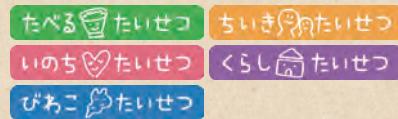
- 申し込み締め切り日
 - 申し込み不要
 - 託児あり
 - 当落確認可能
- 託児について
●対象は、1歳以上の未就学児
●お子さんお一人につき、200円いただきます

右の二次元コードから当落確認ができる企画には、上記のマークが付いています。



[5つのたいせつ]

くらしを良くするために、大切にしている5つの視点です。小さな取り組みの積み重ねがSDGsにつながります。



たべるたいせつ

生産者がやってくる！ ぱくぱく試食交流会

人気企画「ぱくぱく商品知ってね！交流フェス」が、名前を新たに「生産者がやってくる！ぱくぱく試食交流会」として開催します！

当日は、カタログに掲載されている商品の生産者やメーカーから、安全・安心にこだわったコープ商品について直接聞けるチャンスです。見て、聞いて、食べて、試して、商品やコープの良さを実感しませんか？ご家族、お友だちと一緒に、ぜひご参加ください！

参加費 100円(未就学児無料) 持ち物 マイ箸、筆記用具

※参加生産者は変更になる場合があります。
※一部即売も予定しています。



当落 7/13月



日時	場所	時間	定員	参加生産者	企画番号	企画名	問い合わせ
7月25日(土)	コープしが 北大津センター (大津市真野5丁目33-25)	10:00~11:30 (最終入場11:00)	80名	飯魚・井ゲタ竹内・50g会・さとの雪・サンスター・ 大山乳業・ダイマツ・鳥取県畜産農協・豆紀・やまじょう	S0713	試食会 北大津	西地区運営事務局
8月1日(土)	コープしが彦根センター (彦根市竹ヶ鼻町224-1)	10:00~11:30 (最終入場11:00)	60名	近江三方庵・近江農産組合・50g会・さとの雪・ サンスター・シガポトリ・大山乳業・平田牧場	S0715	試食会 彦根	北地区運営事務局

当日、ブースのお手伝いをしてくれる方を募集します！

- 集合時間 9:30
- 内容 生産者ブースのお手伝い ※試食・交流もできます。
- 参加費 無料 募集人数 若干名

※詳細は個別にご連絡します ※お手伝いは、小学生以下のお子さん連れでの参加はできません。

企画番号	企画名
S0723	北大津 お手伝い
S0725	彦根 お手伝い

くらしたいせつ



おうちでチャレンジ 「お手伝いBINGO」「家の中にあるマークを探そう！」

子どもたちがお家で過ごす時間が増える夏休み、楽しいチャレンジで子どもたちの「やってみる！」「私がやる！」を引き出しませんか？お手伝いやマーク探しで家族のコミュニケーションも増え、くらしの知恵にも気づけるかも！

【取り組み方法】

- ①ホームページからシートを自由にダウンロード！
- ②それぞれのチャレンジに参加する
- ③アンケートをWEBで回答する
- ④がんばったお子さんへ贈る賞状をダウンロード！

ホームページは
こちらから



楽しいよ！

★アンケートに回答いただいた方へ、コープしが お買い物ポイント(100ポイント)をプレゼント。

参加費 無料

問い合わせ 組織広報部(7ページ)



いつでも参加OK!

●お手伝いBINGO

お風呂掃除やくつ洗いなどのお仕事をビンゴカードにして、お子さんにゲーム感覚でお手伝いしてもらいませんか？
※3列(9マス)と5列(25マス)のどちらかを選んでください



●家の中にあるマークを探そう

食品やモノをよく見てみると、色んなマークがついています。どんなモノにどんなマークがついているかな？お子さんと楽しく勉強しませんか？



すべてのくみかつのお申し込みはこちらから

お申し込み方法 お申し込み前に、必ずお読みください!

● ホームページから

<https://www.pak2.com/kumikatu/>

上記よりお申し込みフォームに沿ってご入力ください。



● 電話から

0120-709-502 / 組合員コールセンター

①企画番号・企画名 ②組合員コード ③氏名(参加者全員、大人・子どもの区分) ④代表者の電話番号 ⑤託児マークのある企画の場合は、託児の有無・子どもの名前・年齢・性別 ※託児対象児は、1歳以上の未就学児

お申し込みは
左をご覧ください!



【お問い合わせ先】

東地区運営事務局
甲賀市・湖南市・近江八幡市・
東近江市・蒲生郡
☎ 0120-863-952

西地区運営事務局
高島市・大津市
☎ 0120-861-952

南地区運営事務局
草津市・栗東市・守山市・野洲市
☎ 0120-183-599

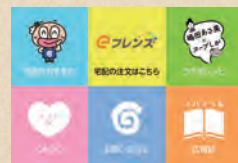
北地区運営事務局
彦根市・犬上郡・
愛知郡・長浜市・米原市
☎ 0120-864-952

組織広報部
☎ 0120-668-825

※申し込み多数の場合 / 抽選になります。抽選結果は、申し込み締め切り後 1 週間をめぐり、電話または郵送で連絡します。

※お申し込みの個人情報は事前の同意なしに目的以外に使用しません。

コープしがの公式ラインから、くみかつ申し込み画面に簡単にアクセスできます!



友だち追加はこちらから

考えてやってみよう! 5つのたいせつ



私たちのくらしを5つのたいせつの視点で考えて、一人ひとりができることをしませんか? 家族や友人と、お一人でも、お家や地域の身の回りであなたがした、小さな活動(アクション)が誰かの応援に繋がります。みなさんの投稿をお待ちしています!

● 5つのたいせつ



考えてやってみよう!
5つのたいせつ活動



● 投稿受け付け期間: 6月1日(月)~ ※締め切りはありません。

● 投稿はこちらから



- ・アクションは家族や友人と、お一人でもOK!
- ・5つのたいせつを考えた活動なら何でもOK!
- ・取り組んだ様子(内容・写真・絵や感想)をホームページから報告してください。
- ・みなさんの活動報告は、順次ホームページにて紹介します。
- ・1投稿につき200円を「滋養応援寄附」へ寄付します。
- ・お一人での複数投稿OK! (寄付対象となるのはお一人最大5投稿)

問い合わせ 組織広報部(7ページ)

みんなの投稿を紹介!

いつでも参加OK!



ちいきたいせつ
フードドライブに参加



食べるたいせつ
豆乳パックを利用して室内で野菜作り



びあこたいせつ
ちいきたいせつ
琵琶湖周囲のゴミ拾いと地域の歴史を考える

みんなの活動をこちらからチェック⇒



長浜市

食べるたいせつ

不

夏休みの自由研究応援! 大山乳業ミルクのヒミツと 牛さんのうんちのちから



いつもおいしく飲んでいるおなじみの牛乳。毎日、牛乳が飲めるには、私たちが知らないことがいっぱい。大山乳業さんに、牛乳のおいしさのヒミツだけでなく、牛さんのうんちのことまで教えてもらっちゃいます。楽しく体験や学習をしよう!

日時 7月23日(木)10:00~

場所 コープながはま店 2階(長浜市宮司町1200)

参加費 1名100円

定員 15組30名程度

持ち物 飲み物、筆記用具

そのほか

- 牛乳や牛さんのこといろいろ知ろう!
 - 自分でバターをつくってみよう!(体験)
- 参加後、おうちで挑戦できる企画も考えています。

事前申し込みは不要。

当日9時30分にコープながはま店にて整理券を配布します。先着順で定員になり次第、締め切りとなります。



問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)

多賀町

食べるたいせつ

7/24 金

ファーマーチャレンジ隊 農業体験! in多賀町

農場へ足を運んで農業を体験しよう! 生産者の指導を受けながら、楽しく野菜作りについて学べます。にんじんの植え付けから収穫まで、連続して参加できる企画です。お一人でも、お友だち同士やご家族での参加も大歓迎!

【企画番号】S0703

【企画名】ファーマー多賀町

日時 植え付け 8月22日(土)9:00~11:00

中間作業 10月3日(土)9:00~10:30

収穫作業 12月12日(土)10:00~12:00

場所 JA東びわこ多賀支店付近の畑(犬上郡多賀町多賀1350)

参加費 200円(植え付けから収穫までのセットの参加費)

定員 30名

※持ち物、会場地図、服装などは後日参加者にお知らせします。

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)



栄養があるのに
子どもが
食べてくれない!?

にんじんは
どうやって
育つの?

葉っぱも
食べられるの?



大津市

たいせつたいせつ

ちいき

大津市南地域委員会

7/13 月

大津百町百福物語を知っていますか？ 地元の商品を楽しみましょう！

大切な方や親しい方への贈り物として、大津で生まれた商品はいかがですか？「大津百町百福物語」に認定された数々の銘品を試食しながら楽しく学び、あなたのおすすめを見つけましょう！

【企画番号】A0701 【企画名】大津の銘品

日時 7月24日(金)10:00～12:00

場所 コープゼゼ店 2階コミュニティスペース
(大津市竜が丘1-1)

参加費 300円

定員 20名

持ち物 筆記用具

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)



大津百町百福物語

高島市

ちいき

ひろば活動/手ではなそう

7/10 金

ゆっくりじっくり学びながら 手話での会話を楽しみましょう。

テキストは使わず、講師と一緒に日常の身近な手話表現から、ゆったりと学んでいく講座です。手話未経験の方、少し経験のある方、みんな一緒に楽しく学びましょう。

【企画番号】A0703 【企画名】手話講座

日時 8月7日(金)10:15～11:45/8月21日(金)10:15～11:45

場所 新旭公民館(高島市新旭町旭1丁目10-1)
JR湖西線 新旭駅西口前

参加費 各回200円

定員 各回15名

※どちらかの日程のみの参加可能も可能です。申し込みの際、参加日程をお伝えください。
※抽選となった場合のみ、連絡します。

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)



大津市

ちいき

ひろば活動/らんらんルーム

7/10 金

いっしょに あそびましょ♡

気軽にふらっと、ご都合の良い時間(3部制)に遊びに来ませんか。リフレッシュできる親子カフェです。あなたの居場所になれると嬉しいです。

【企画番号】①/A0705 ②/A0707 ③/A0709

※企画番号ごとに時間帯が異なります。

【企画名】子育て支援ひろば①/②/③

日時 7月21日(火)①10:15～11:15 ②11:30～12:30 ③14:00～15:00

場所 ゆめふうせん 第3会議室・第4会議室
(大津市真野5丁目33-25)

参加費 大人100円(飲み物つき)

定員 各回10組

※抽選となった場合のみ、開催前日までに連絡します。

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)



高島市・大津市

ちいき

西地区運営事務局

7/13 月

コープ利用まるわかり！くらしアップ交流会

—“くみかつ”で毎日をもっと豊かに—

生協には組合員がくらしを豊かにし、応援する仕組みがあります。「くみかつ」に興味はあるけれど一歩踏み出せない方へ、組合員同士で交流しながら地区事務局員が何でもお答えします。



【企画番号】①/A0711 ②/A0733 ③/A0755

【企画名】くみかつ説明会①/②/③

日時 ①7月15日(水)14:00～ ②7月20日(月)13:30～15:00 ③7月25日(土)13:30～15:00

場所 ①コープしが 高島センター 2階(高島市新旭町新庄799) ②コープゼゼ店 2階コミュニティスペース(大津市竜が丘1-1) ③コープしが ゆめふうせん(大津市真野5丁目33-25) 参加費 無料 定員 15名 持ち物 飲み物、筆記用具

内容 5つのたいせつ活動、チーム活動、ひろば活動、地域委員会活動について、コープしがアプリの使い方など、何でもお答えします。

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)

守山市

ちいき

ひろば活動/ぼんぼこぼん

7/24 金

ぴちゃぴちゃ水遊び プール遊び ヨーヨー釣り

月に一度、親子で集まって季節にあった活動で楽しむ子育て広場です。仲良くおしゃべりタイム、ママ友つくろう！7月はヨーヨーを親子で協力して作ります。ちっちゃなプールでヨーヨー釣りや、スーパーボールすくい、何個できるかな？

【企画番号】B0701 【企画名】ぼんぼこぼん

日時 7月28日(火)10:00～11:30 場所 守山市 うの家 南蔵1階(守山市守山1丁目10-2) ※あまが池市営駐車場2時間無料

参加費 1名100円 定員 親子10組

持ち物 着替え(濡れてもいいように)、お子さんに必要な物

※お子さんの年齢を申し込み時に必ずお伝えください。※応募多数の場合抽選。結果は申込締め切り後に電話またはショートメールで連絡します。

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)



草津市

ちいき

ひろば活動/いき百サロン虹

不

いきいき百歳体操をして、元気になりませんか!?

毎週金曜日『いき百サロン虹』をやっています。みんなで、いきいき百歳体操で体を動かした後に、「脳活ゲーム」や「健康チェック」などで交流を楽しんでいます。どなたでも、お気軽にお越しください。

日時 毎週金曜日13:30～15:00頃(途中で帰ってもOK)

[7月度の予定]3日、10日、17日、24日、31日

場所 コープしが草津事務所 1階フリースペース(草津市西草津2丁目1-1)

参加費 100円

定員 15名

持ち物 なし

※1カ月ごとの定期募集です。新たに参加を希望される方は☎0120-183-599までご連絡ください。出席できない日があっても結構です。

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)



東近江市

いのち

ちいき

くらし

7/10 金

東近江市地域委員会

☆ママからシニアまで大人気☆ ダンス講師と楽しく身体を動かそう！

未経験者OK！運動不足解消、リフレッシュ、運動習慣のきっかけに。ダンス講師と一緒に、楽しく身体を動かしましょう！ママからシニアまでご参加いただけますので、どうぞお気軽に。

【企画番号】H0701 【企画名】健康ダンス

日時 7月22日(水)10:00～12:00

場所 東近江市福祉センターハピネス(東近江市今崎町21-1)

参加費 100円 定員 25名

持ち物 飲み物、タオル、上靴(運動用のもの。脱げやすい靴やスリッパは×)

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



東近江市

くらし

ちいき

7/17 金

ひろば活動/子育てサロンいっぶく

手型・足型をつくろう!! 子育てサロンいっぶくでおしゃべりを楽しみましょう!!

月1回親子で集まり、季節の活動を楽しみ、親子でリフレッシュするサロンです。親同士のおしゃべりも弾む、和やかな雰囲気です。ぜひ遊びに来てください。

【企画番号】H0703 【企画名】手型・足型をつくろう

日時 8月20日(木)10:00～12:00

場所 茶房 いっぶく(東近江市伊庭町2236)

参加費 大人1名300円

定員 親子6組

(妊婦さんや子どもを持つ大人のみの参加も可能)

持ち物 飲み物

※抽選となった場合のみ、開催1週間前までに連絡します。

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)



いのち♡たいせつカフェ ～平和ってなんだろう～

みなさんは日常の中で「平和」について考えることはありますか？いのち♡たいせつカフェに集まって、折り鶴を折って千羽鶴にしたり、平和について話したり…平和の大切さに気づくことで、自分にできる小さなアクションが見つかるかもしれません。ご自宅近くの会場でも、気になるテーマの会場でもどこでも参加OK！ぜひご参加ください。

参加費 無料 内容 折り鶴を折る・平和について話す 定員 20名 ※カフェ東は15名

絵本と折り鶴で考える、わたしたちの平和

平和の絵本紹介や折り鶴作りを通して、くらしと平和について一緒に考えませんか？読み聞かせも行います。お茶を飲みながら交流しましょう。

【企画番号】S0701 【企画名】カフェ西

日時 7月30日(木)13:30～15:30

場所 コープしが ゆめふうせん(大津市真野5丁目33-25)

持ち物 平和に関する絵本(手ぶら参加も大歓迎です。)

問い合わせ 西地区運営事務局(7ページ)

語り合う平和 —絵本と記憶から—

絵本の読み聞かせを中心に、それぞれが感じた「平和」を語り合う場です。「平和」や「いのち」を未来に繋いでいくためにできることを一緒に考えてみませんか？

【企画番号】S0705 【企画名】カフェ東

日時 7月31日(金)13:00～15:00

場所 東近江センター2階会議室

東近江市五個荘清水畠町153-6

問い合わせ 東地区運営事務局(7ページ)

みらいへのことば 絵本平和教室

戦争や平和について描かれた絵本を持ちより、読み聞かせや紹介をします。みんなで平和について考えてみませんか？

【企画番号】S0703 【企画名】カフェ南

日時 7月29日(水)10:00～12:00

場所 コープしが草津事務所 2階会議室
(草津市西草津2丁目1-1)

問い合わせ 南地区運営事務局(7ページ)

平和ってどんなこと？

夏休みの一日。絵本や紙芝居を通じて「平和」について一緒に考えてみませんか？一緒に千羽鶴作りもします。

【企画番号】S0707 【企画名】カフェ北

日時 7月30日(木)10:00～12:00

場所 コープながはま店2階コミュニティスペース
(長浜市宮司町1200)

問い合わせ 北地区運営事務局(7ページ)

被爆体験家族伝承者講話
オンライン視聴

ヒロシマ平和スタディツアー2日目の「被爆体験家族伝承者による講話」をオンライン中継します。家族である被爆者の体験や、平和への思いなどを受け継いだ「家族伝承者」による講話です。現地にいけない方もお家で講話を聞きながら、平和について考えてみませんか？

【企画番号】S0611

【企画名】被爆体験伝承講話

日時 8月6日(木)13:00～14:00

※参加者にはメールにてURLを送ります。



お知らせ

oshirase



平和の黙祷

1945年8月6日と8月9日、ヒロシマとナガサキの街は原子爆弾によって焼き尽くされ、多くの人たちの命が奪われました。そして8月15日、終戦を迎え平和な社会をめざして歩み始めました。300万人といわれる戦争の犠牲者のご冥福と、恒久平和を祈念し、組合員活動の場や、ご家庭などで、それぞれの時間で1分間の黙祷を献げましょう。戦争を体験した人たちが少なくなる中で、今一度過去の悲慘な歴史に目を向け、戦争のない平和なくらしを続けていくためにはどうすればよいのか、一人ひとりが考える機会となります。仲間や家族に呼びかけてみませんか？

一黙祷を捧げましょう—

■ 広島原爆の日:8月6日(木)8時15分

原爆死没者を悼み黙祷を捧げましょう。

※三井寺原爆犠牲者慰霊法要(三井寺観音堂/大津市)に参加しましょう。

※午前8時15分までにお越しください

■ 長崎原爆の日:8月9日(日)11時2分

原爆死没者を悼み黙祷を捧げましょう。

■ 終戦記念日:8月15日(土)正午

すべての戦争犠牲者を悼み平和を誓い黙祷を捧げましょう。

平和募金のお知らせ

核兵器や戦争の悲慘さなどを学び継承し、二度と戦争を繰り返さないために、コープしがではさまざまな活動に取り組んでいます。組合員の平和への想いを実現するため、助けあいの精神を大切に生協では、広島や、沖縄を訪問する活動や県内戦争遺跡めぐりなど、参加者だけに費用負担してもらおうのではなく、「私たちが少しずつ費用を出し合って、私たちの代表として参加してもらいたい」という応援の気持ちを寄せ合うため、「平和募金」に取り組んでいます。

7月5回・8月1回注文書で受け付けます

募金方法

【宅配】 ● OCR注文書

募金欄(表面右上)に募金する金額を記入ください。

● ネット注文(eフレズやニコリエなど)

注文番号 **209937**、数量に募金する口数(1口=100円)を入力ください。

● ポイント募金

注文番号 **209996**、100ポイント単位で1と記入ください。

【店舗】 全店、7月13日(月)～7月31日(金)にサービスカウンターで受け付け

詳しくは、7/13～配布のチラシまたはホームページをご覧ください。

※この募金は寄付金控除の対象にはなりません。

お寄せいただいた募金は、これらに活用しています

- 「ヒロシマ平和スタディツアー」組合員参加費補助
- 県内戦争遺跡巡り バス手配費用補助
- 沖縄戦跡・基地巡り 組合員参加費補助
- その他、学習会など「いのち♡たいせつ活動」への補助



ささえあいサポート 熱中症対策のため、夏場のサポート活動を自粛します。

今年も例年通り、夏場(7月16日(木)から9月15日(火)まで)の屋外での作業を休止とします。

ささえあいサポーター(組合員)の熱中症対策、体を守るための自粛です。みなさまのご理解とご協力をお願いします。

自粛期間:2026年7月16日(木)～9月15日(火) ※北地区のエリアのみ、7/1(水)～9/30(水)



2025
年度

私たちが取り組んだこと
— 事業と活動の報告 —



コープしがは、生活協同組合です。組合員のみならず、出資金を元に事業を行い、みなさんの利用から生まれる剰余で運営しています。2025年度の事業と活動の報告です。

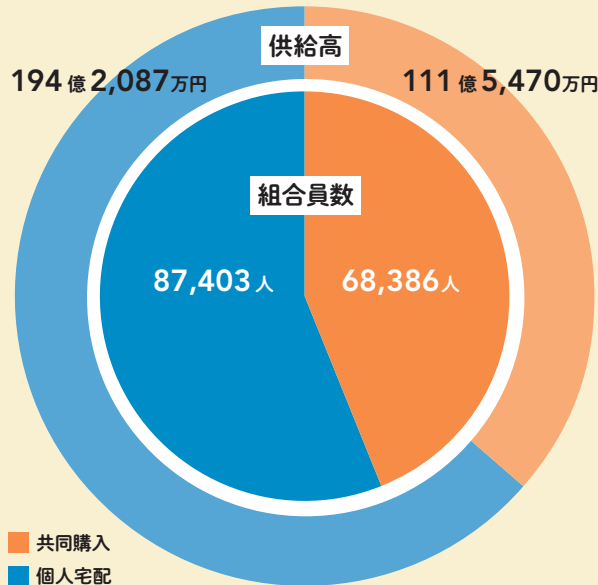


事業のこと

宅配事業

県内全域で共同購入・ステーション購入・個人宅配を展開

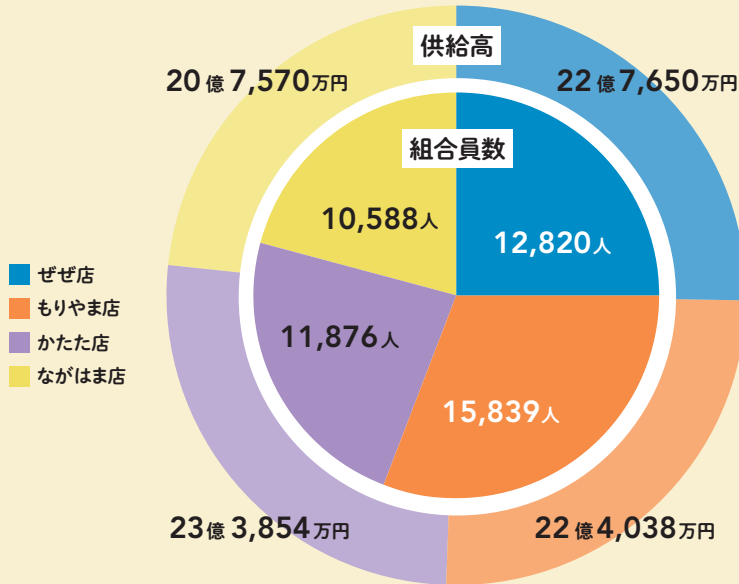
宅配事業総供給高
305億7,557万円(前年比99.3%)



店舗事業

県内4つの店舗と長浜市での移動店舗を展開

店舗事業総供給高
89億6,205万円(前年比100.1%)
※移動店舗(あったか便)を含みます。



[その他の組合員数] 2,951人
(旧ミニコープ店組合員、所在不明組合員)

2025年度の
コープしが

(2025年3月21日～2026年3月20日)

- 組合員数 228,166人 (前年比101.1%)
- 出資金 140億7,075万円 (一人当たり出資金 61,669円)

第47回通常総代会議案書はこちら→
ぜひ、ご覧になってください。



夕食サポート事業

夕食づくりに困っている組合員の「食」を支援
自分に合ったコースが選択でき、月～金にお届け

- 供給高 5億6,157万円(前年比107.4%)
- 1日当たりの配食数 3,564食 (前年比107.4%)

共済事業

「たすけあい」や「あいぶらす」などのCO-OP共済

- 契約件数 116,663件(前年比101.7%)
- 契約コース別TOP3
1位:《たすけあい》ジュニア1000円コース
2位:《たすけあい》大人向け2000円コース(女性)
3位:《あいぶらす》生命保障300万円コース

介護事業

いつまでも住み慣れた地域で暮らすための在宅サービスを提供

- 福祉事業収入 7,494万円(前年比119.3%)
 - 事業所別のべ利用人数 21,851人
 - ヘルパーステーションぽこ野洲 16,803人 (前年度14,952人)
 - ヘルパーステーションぽこ守山 4,201人 (前年度2,835人)
 - ケアプランセンターぽこ野洲 847.0人 (前年度1,051.0人)
- ※要支援は0.5人、要介護は1人と概算

エネルギー事業(コープでんき)

みらいのエネルギーを考える電気の取次事業

- 取次手数料 56,736千円 (前年比95.2%)
- 契約件数 4,877件(前年比92.8%)

移動店舗(あったか便)

日常のお買い物不自由な方々の支援

- 供給高 3,091万円(前年比97.4%)
- 利用人数 18,889人(前年比88.0%)

ことば

- 供給高とは? 一般的に言う売上高のこと。生協は売上ではなく、供給という言葉を使います。
- 経常剰余金とは? 一般的に言う経常利益のこと。事業剰余金に事業外収支を加えたもの。年に一度組合員へ還元する利用分量割戻金もここから捻出されます。

組合員が力を合わせて取り組んだこと

フードドライブ

2025年度回収量
4,363.7kg(前年比85.6%)

ご提供いただいた食品は、フードバンク滋賀・フードバンクびわ湖・甲賀市社会福祉協議会・フードバンクながはまを通して、必要とする方のもとへ届けられています。



フードボックスは、コープしがの各事業所や一部地域ステーションに設置しています。食品ロスをなくすため、必要とする方へ届けるため、各家庭で使い切れない未使用食品を持ち寄り、フードドライブにご協力ください！



設置場所はここから確認できます

リサイクル回収

リサイクル売却額 5,130万円(前年比 100.4%)

● 商品案内書 宅

2,575,200 kg
(前年比 98.1%)



回収率 63.1%

● 仕分け袋 宅

29,789.5 kg
(前年比 99.4%)



回収率 27.5%

● 牛乳パック 宅 店

52,010 kg
(前年比 96.7%)



● たまごパック 宅 店

20,200 kg
(前年比 101.2%)



● 食品トレー 店 ス

8,811.5 kg
(前年比 92.0%)



● ペットボトル 店

40,281.4 kg
(前年比 97.9%)



● ペットボトルキャップ 店 ス

2,411 kg
(前年比 93.3%)



宅 宅配で配達時に回収しています
店 お店のリサイクルコーナーで回収しています(たまごパックはサービスカウンター横の回収箱)
ス 一部のステーションで回収しています

多様で豊かな環境を未来に引き継ぐため、みんなでリサイクルに取り組みましょう！

リサイクルの出し方など、こちらから確認できます



リアルタイムのリサイクル実績はこちらから確認できます



募金・商品利用を通じた寄付

※人数は、宅配で募金に参加されたのべ組合員数



- ユニセフ一般募金(5,175人) **3,769,102円**
(内、1,956,545円はミャンマー指定募金)
- 能登を笑顔に！ 応援募金(1,160人) **759,268円**
- 大分県大分市佐賀関大規模火災支援募金(2,948人) **2,489,965円**
- 平和募金(2,492人) **1,652,137円**
- 書き損じハガキ回収キャンペーン(2,311人) **4,231,921円**
- しが子どもの笑顔はぐくみサポート基金 **1,885,381円**
- 「利用登録米」の利用による「滋賀応援寄附」(1kg 1円) **430,002円**
- 「産直もずく」の利用による珊瑚基金(1カップ 1円) **293,251円**
- 「沖島のやさしいアイス」の利用による寄付(1点につき10円を沖島小学校に寄付) **6,150円**

全国の生協とともに取り組む寄付付き商品 (コープしが分)

● レッドカップキャンペーン
(1点1円) **69,771円**

対象となるコープ商品の利用点数に応じた金額が、国連 WFP 協会に寄付され、支援先の子どもたちに学校給食を届けるために使われます。



● コアノンスマイルスクールプロジェクト
(1パック1円) **30,836円**

「コアノンロール」シリーズの利用点数に応じた金額が、ユニセフを通じてアフリカのアンゴラ共和国に寄付されます。



● スマイルグリーンプロジェクト
(1パック1円) **122,079円**

ティッシュなど対象商品の利用点数に応じた金額が、公益財団法人世界自然保護基金ジャパン(WWF ジャパン)に寄付され、森林再生のための植林などに活かされます。

● 洗剤環境寄付キャンペーン
(1点0.5円) **26,596円**

対象のコープの衣料用洗剤の利用点数に応じた金額が、インドネシア領ボルネオ島で小規模パーム農家の生産体制の改善支援を進める WWF ジャパンに寄付されます。



● 化粧品ピンクリボン運動
(1点1円) **13,555円**

ピンクリボン月間に合わせて「ピンクリボン運動キャンペーン」を実施。コープ化粧品の利用点数に応じた金額が、乳がんの早期発見、早期の検診・受診を啓発・推進する認定 NPO 法人 J.POSH に寄付されます。



ふり返り

みんなですすめたことの

2025年度



コープしがでは、組合員の想いをかたちにつなげるため、「組合員の参加の強化」と「組合員による運営の強化」、また「つながりを広める」ことに力を入れて取り組んでいます。組合員のくらしの実感から生まれる声を受け止めて、組合員の想いや願いの実現のために役職員が創意工夫し、改善や検討をすすめています。ここでは一例をご紹介します。

1 「食」の大切さを考えよう!

🚢 取り組んだこと

「いろいろな商品を試してみたい」の声に応え、毎月の「お試し商品セット」に加え、1品だけで試していただける「お試し企画」を多数企画しました。「バニラシューアイス」や「九州の芋けんぴ」など、人気商品を利用しやすいお試し価格で提供しています。なかには1万人を大きく超えるご利用をいただく商品もあり、人気企画となりました。

🐟 組合員の声(感想)

- セットもありがたいですが、ミニ企画も多くしてもらえるとうれしいです。
- いつも新しい商品と出会える機会になっています。

- お試しセット、いつも楽しみにしています。



2 「宅配があるくらし」をもっと楽しもう!

🚢 取り組んだこと

日頃から宅配を利用している組合員のみなさんへ感謝の気持ちを伝え、さらにお誕生日を楽しく迎えてもらえるよう、新しい企画をスタートしました。

お誕生日月の少し前に「お誕生日おめでとう」のメッセージカードをお届けし、それにあわせて商品代金5%オフプレゼントの案内をしています。お誕生日月には、対象の企画回から5%オフで利用できます。

🐟 組合員の声(感想)

- プレゼントのご案内ありがとうございます! CO・OPからのおめでとうプレゼントは、初めてなのでとってもうれしいです。
- 今回のプレゼント案内を利用して、今一番欲しい物を注文しておきます。CO・OPさん、いい思いをさせてくれてありがとうございます。



🐟 組合員の声

夕食だけでなく、お昼ごはん用のお弁当も届けてほしい。

🚢 実現できたこと

組合員の声に応えて、栄養バランスを考えた昼食弁当(おかず)を導入しました。お届け翌日の昼食時にお召し上がりいただけるように、品質とおいしさを長く保てるガス置換包装パック(※)にて冷蔵でお届けしています。

※ パッケージ内の気体(空気中にある窒素や二酸化炭素)の割合を変える包装方法で、おいしさを長持ちさせることができます。消費期限はお届け日から3日目の14時です。



3 「お店があるくらし」をもっと楽しもう!

🐟 組合員の声

「子育ておうえんパス」は、この春に子どもが小学校を卒業して使えなくなりました。これから更に食べ盛りになるので食費が心配です。「子育ておうえんパス」が使える対象年齢を広げてもらえると助かります。

🚢 実現できたこと

0歳から小学校6年生までのお子さんを持つ組合員で「子育ておうえんパス」に登録をした方を対象に、月2回、ご希望の日にお買い上げ金額(本体合計価格)から5%を割引きしています。「子育ておうえんパス」のお子さんの対象年齢を拡大してほしいとの多くの声に応えて、2026年4月1日から対象年齢を中学校3年生までに拡大しました。



4 暮らしの備えと「おたがいさま」を考えよう!

🚢 取り組んだこと

「知ること」「知らせること」「つながること」「応援すること」を震災を忘れない取り組みの目的とし、震災を忘れないスタディツアー in ぶくしまを開催し、震災当時の崩れたままの双葉町周辺の街並みや震災遺構・請戸小学校を視察見学しました。また、家族みんなで防災・減災を考え、実践できることを目的として「親子で防災」を各地区4会場で開催しました。

🐬 親子で防災 参加組合員の声



- いざという時はどれだけ実践できるか。学ぶことが大切だと思いました。
- 大変参考になりました。地元の防災委員なので、帰ったらみんなに伝え、関心を持つように広めていきたいです。

5 暮らしをよくし、誰かの「笑顔につながるコト」をはじめよう!

🐬 組合員の声

コープしががたくさんのリサイクルを行っていることをもっと知ってほしいです。私は商品が入っている袋などを、宅配で返すことが習慣になっています。それだけでリサイクルに参加できるのでとてもよいと思います。

🚢 実現できたこと

コープしがでは商品案内書や商品仕分け袋、たまごパック類のリサイクルを続けています。近年は「出し忘れ」や街の回収拠点の増加などの理由から、コープしがでの回収量は減少傾向です。誰もが参加しやすい仕組みを作るため、環境への取り組みをまとめたホー

ムページやリーフレットで回収内容を分かりやすくお知らせしました。いつもの宅配で「返すだけ」、お店に「持って行くだけ」。この小さな習慣が滋賀県の環境を守ります。無理なく続くリサイクルの輪を、みんなで広げてください。



6 「ありがとう」でつながる私たち!

🚢 取り組んだこと

職員が安心して長く働き続けられるように、一部の雇用形態で定年退職日を年度末まで延長しました。また将来への展望ややりがいが見いだせるよう、雇用形態の転換制度を見直しました。

特別決議

第47回通常総代会の特別決議では、みんなの「いただきます」を未来へつなぐをテーマに、提起しました。組合員みなさんと一緒に「食」「みんなのいただきます」を守るためには何が必要か考えていきたいと思ひます。

みんなの「いただきます」を未来へつなぐ

食卓で交わす「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとう」そのことばの中に、いのちへの感謝や、人と人とのつながりそして明日への元気がぎゅっと詰まっています

けれど今、令和の米騒動や物価高、働き手不足などで当たり前にあったはずの食がゆらいでいますさらに世界に目を向けると、気候変動や紛争などの影響で十分に食べられない人々も多くいます

不安の多い時代だからこそわたしたちが声を合わせ食卓と産地、暮らしと地域をやさしくつないでいきたい

そんな想いを込めて

いのちに「ありがとう」

肉も魚も野菜も、すべては生きていたい
のちをつくる人、とどける人の手間ひまにも心から感謝します

心と体をととのえる食卓づくり

栄養も、美味しさも、そして思い出も
忙しいときは時短や冷凍も上手に使って
「おいしいね」と笑える時間を大切にしましょう

誰かの笑顔につながる一歩

産直、地産地消、環境にやさしい商品を選んで
生産者を応援し、産地を守ります
食べものをムダにしないようフードロスに気をつけましょう

小さな選択の積み重ねが、未来の食卓をつくります

わたしたちの“おいしい”が
みんなの笑顔や元気になるように
今日も「いただきます」を未来へつないでいきましょう



滋賀県から お知らせ



コープしがは滋賀県と包括連携協定を締結しています。
組合員のくらしに役立つ情報を滋賀県から発信していただきます。



県内各市町で保育所等の一斉受け付けがスタートし始める8～9月に、「保活直前！お仕事探し応援ウィーク」を開催します！保育所の一斉申し込み間に合う「9月内定、翌年4月以降採用」の求人を集めた合同企業説明会・面接会や各種セミナーの開催などのイベントを集中的に実施予定です。

特設サイト
(8/1オープン予定)



滋賀マザーズジョブステーション・近江八幡	電話▶0748-36-1831/受け付け時間▶9:00～17:00/休所日▶月曜日・祝日の翌日・GW・お盆・年末年始・施設点検日等
滋賀マザーズジョブステーション・草津駅前	電話▶077-598-1480/受け付け時間▶9:00～17:00/休所日▶土曜日・日曜日・祝日・年末年始
出張長浜相談	実施日▶月曜日(詳細はお問い合わせください) 電話①▶0749-53-4480/受け付け時間▶9:30～17:00 電話②▶0748-36-1831/受け付け時間▶9:00～17:00
オンライン相談	遠方にお住まいの方、お仕事や育児・介護などで来所が難しい方向けに、Zoomで就労相談ができます。 電話▶0748-36-1831/受け付け時間▶9:00～17:00



滋賀マザーズジョブステーションのHPはこちら



● 滋賀マザーズジョブステーション

滋賀マザーズジョブステーションでは、子育てをしながら再就職を希望する女性などを対象に、仕事と子育ての両立に向けたアドバイスや無料託児の実施、就労相談など、就労支援をワンストップで行います。すぐ働きたい、働き方を変えたい、仕事と家庭の両立や育児復帰、こどもの入園や進学・成長に合わせて働きたいなどのお悩みに、専門のキャリアカウンセラーが対応します。就労に役立つ各種セミナーも開催しております。

● 「こころのサポートしが」LINE相談実施中

滋賀県では、悩みを抱える子どもから大人までの相談を受ける「こころのサポートしが(LINE相談)」を実施しています。子育て・学校のこと、女性が抱える悩み、こころやからだ、いのちに関することなど、ひとりで悩まず、気軽にご相談ください。

● 毎日16:00～24:00

※資格を持った専門の相談員が悩みをお聴きします。
※県内在住、または通勤通学されている方が対象です。

「こころのサポートしが」公式LINE友だち登録はこちら



問い合わせ 滋賀県商工労働部女性活躍推進課 (077-528-3772)

コープしがのお店通信

お店お得情報♪ ～新・電子マネー特典&アプリクーポン～

徹底解説します！

2026年4月よりコープのお店で、よりお得にお買い物できるようになりました♪

● 新・こぴた電子マネー特典

① お支払い時のポイント2倍

通常税抜200円ごとに1ポイントがたまりましたが、こぴた電子マネーでのお支払いで、さらに1ポイントプラスで計2ポイントたまるようになりました。(金券分は除く)

※ポイント5倍デーは税抜200円以上お支払いごとに5ポイント付与が優先されます。



② チャージ特典～ラッキーセブンデー～

7の付く日(7日、17日、27日)にチャージしていただくと入金額にプラスしてこぴた電子マネー特典があります。

- 1,000円～19,000円チャージで1%分の電子マネー(例:1,000円チャージで10円)
- 20,000円～40,000円チャージで2%分の電子マネー(例:20,000円チャージで400円)

7の付く日にチャージして電子マネーでお支払いいただくのが一番お得です♪



クーポンはココ!



● アプリクーポン

現時点で配信中のクーポンをご紹介します♪

① アプリダウンロードありがとう300ポイントクーポン

1回限りで300ポイントがもらえるクーポンです。ご使用期限は2026年12月31日まで。



② 21日～月末まで使用できる5%オフクーポン

毎月21日～月末まで使用可能な5%オフクーポンです。一部対象外商品(たばこやテナント商品、市指定のゴミ袋等)を除き、全品5%オフされます。子育ておうえんパスとの併用はできません。



③ 子育ておうえんパス

中学3年生までのお子さまがおられる組合員が対象。毎月2回ずつご利用いただける5%オフクーポンです。事前登録制なので登録がお済みでない方はお子様の身分証をお持ちの上サービスカウンターへお越しください。

※クーポンは全てレジ精算前にご提示ください。組合員証のバーコードも一緒に表示されるので1画面のみのご提示でOKです！
※アプリの利用にはeフレンズ(生協のインターネットサイト)への登録が必要です。
※バーコードを表示すると10分間でクーポンが消えてしまいます。レジ直前にクーポンの「使用する」を押してください。



アプリのダウンロードはこちらから

SPIRAL

スパイラルカフェ

CAFE

今月のテーマ

守りたい“食”

★ 祖母のしそジュース

幼い頃、わが家の冷蔵庫にたくさんストックされていた赤紫色の液体、祖母お手製のしそジュースです。何十年と飲んでいなかったのですが、旅行先で炭酸割りのしそジュースを発見。祖母のは水割りだったので少し違いましたが、久々の味に幼い時の記憶がスーッと蘇りました。ネットで調べると私でも作れそうな感じ。思い立ったが吉日！で勢いのまま、去年の夏初挑戦しました。大量のしそを洗うのは大変でしたが、またこの夏もスーパーで赤じその大袋を探して、今度は私の味にして受け継いでいきたいです。

守山市 よねさん さん

★ さばそうめん

郷土料理のさばそうめんかな…。やはり長浜祭りの時期になると、どうしてもさばそうめんが食べたくなるのです。まずおいしい

さばの購入が必要となりますね。さばは焼きサバ、それから麺、だしも大切ですね。合体された時、本当においしいです。

長浜市 さんちゃん さん

★ 亡き母のミートソース

私の思い出の味は、亡き母が作ってくれたミートソースです。共働きで帰宅後の夕飯作りはしんどかったらうに、わが家のミートソースはいつも母の手作りでした。なんと、ミートソースの市販品が販売されていることは大人になってから知りました。とても幸せな思い出の味です。

彦根市 きりんりん さん

★ 母の味

祖母が亡くなってから、母の「あ〜、お母さんのあのレシピを紙にきちんと書き残しておいたらよかった！ちゃんと聞いとけばよかった！」と、後悔する姿をことあるごとに見かけます。それもあってか、母は今、私の好きなメニューをせつせとレシピ集として書きためてくれています。お母さん、ありがとう。

大津市 すえによ さん

★ たけのこの木の芽和え

思い出の味は、たけのこの木の芽和えかな。母が時期になると、よく作っていました。若い頃はおいしいと思わなかったけれど、歳

をとった今、食べたいと思います。残念ながら30年前に亡くなったので、もう教えてもらえないのですが、きっと今食べたらおいし

いだろうなあ、食べたいなあと思います。 大津市 直美 さん

★ コーンスープごはん

子ども時代から冬になるとコーンスープをごはんにかけて、スープごはんにして食べます。大人になった今も私と姉はして、それぞれ家族をもつ今、子どもにもすすめると反感を買うのですが、おすすめです。

草津市 なつこ さん

★ 鹿児島のおくまき

鹿児島で端午の節句の時期に食べる郷土菓子です。もち米を灰汁に浸して、たけのこの皮に包みじっくり煮ると、こはく色のもちもちとした、あくまきができ上がります。ほろ苦いのですが黒砂糖ときな粉、少しの塩を混ぜたものをかけて食べると、あくまきの苦みがいいアクセントになり、とてもおいしく、おまけにアルカリ性食品で体にも良いです。母が作ってくれて、毎年楽しみです。

湖南市 ほだれんしい さん

★ 梅干しなどの保存食

母がいつも作ってくれていた梅干し、ぬか漬(どぼ漬)、らっきょ漬、大根のたくあん漬、

ふきと昆布の佃煮などの保存食です。私も同じように母の味を思い出しつつも自分なりの味付けで作っています。飽食の今、これらの素朴な保存食がとてもおいしく感じられるし、大好きです。

高島市 ビワマスコ さん

★ ふなずし

祖母が漬けるふなずしは、親戚が集まる時には必ず食卓に出ていました。薄めに切るため必ず包丁を研いでから切って、たまにつながつているのはご愛嬌。おいしく漬けるコツは、日本酒を手水にする事。94歳の漬け方、今年こそ習わないとね。

甲賀市 せん さん



編集後記

今号の特集を通して、私も職員でありながら、改めて「産直」の大切さ知りました。みなさんにとっても新たな気づきになればと思います。

(編集：あゆみ)

スパイラル9月号の
スパイラル・カフェに掲載予定です

次号のテーマは

やってみようスポーツ

次号は9月号掲載。年齢や体力はひとまず置いておいて…できるなら今やってみようスポーツを、理由も一緒に教えてください！お待ちしております。

頭の体操

Mental Gymnastics

数独

6×6のマスの中に、1から6までの数字を入れてください。同じ列・行で同じ数字は使えません。また、太線で囲まれた6つのブロックの中でも同じ数字は使えません。AとBに入る数字の合計を教えてください。A+B=?

	3	4			5
		2			1
A				1	
			B	3	6
		6			4
			6	5	

正解者の中から抽選で5名様に500ポイントをプレゼントします。発表はポイントの付与をもってかえさせていただきます。

5月号
答え

5	6	3	1	4	2
4	1	2	6	5	3
3	5	6	4	2	1
2	4	1	5	3	6
1	3	5	2	6	4
6	2	4	3	1	5

正解 「8」

応募総数 500通
うち正解 482通

■ 締め切り

7月25日(土)
(当日消印有効)

投稿お待ちしております!

テーマやくらしの話題でおしゃべりしましょう。

※商品リクエストや、返事が必要な商品に関するお問い合わせは、商品お届け表裏面の「私もひとことカード」でご提出ください。

応募方法

次回のだから、おすすめ。について・おたより・イラスト・頭の体操の答え etc... スパイラルの投稿はすべてこちらから!

応募資格: コープしが組合員とその家族。

①住所 ②お名前(匿名を希望される方はペンネームも併記)
③電話番号 ④組合員コード をご記入の上、



郵便



ファックス



インターネット

にてご応募ください

7/25(土)

締め切り

頭の体操正解者の中から抽選で5名様に、表紙の「I love 滋賀!」に写真または「スパイラルカフェ」におたより・イラストなどが掲載された方全員に、500ポイントをプレゼント!

※店舗組合員の方は図書カード(500円分)

宛先 〒520-2351 野洲市富波甲972
生活協同組合コープしが スパイラル 行
FAX 0120-096-502
インターネット <https://www.pak2.com/spiral/>



※投稿文章は場合により、内容を変えない範囲で修正させていただくことがあります。

※他紙との二重投稿はご遠慮ください。

※イラストは返却しませんのでご了承ください。

※お預かりした個人情報は、投稿掲載、プレゼント発送以外には使用しません。

※お寄せいただいた個人情報は事前の同意なしに目的以外に使用しません。当選者発表後はすみやかに破棄します。

スパイラル レシピ

#スパイラルレシピ で投稿してね!

今回のテーマは、「小学生でも作れる簡単レシピ」。週末や夏休みに、ぜひ挑戦してみてください!



A カレーピラフには、ぜひ CO-OP 国産ポークあらびきウインナーをご利用ください! パリッとした食感とジューシーなうま味のウインナーです。



※写真はすべて1人分

A カレーピラフ

材料(2人分)

ウインナー…3本
ミックスベジタブル…80g
温かいご飯…400g
A = 〈カレー粉小さじ2、顆粒コンソメ小さじ1、バター10g、塩・こしょう各少々〉

作り方

1. ウインナーははさみで輪切りにする。
2. 耐熱ボウルにご飯、1、凍ったままのミックスベジタブル、Aを入れて混ぜ合わせる。ふんわりとラップをかけてレンジ(600W)で約3分加熱する。
3. 取り出して全体を混ぜ合わせ、ラップをかけたままにさらに約1分加熱する。

[調理時間]約10分
472kcal/1人分 食塩相当量 1.9g

B ツナサラダうどん

材料(2人分)

冷凍うどん…2玉
ツナ缶…1缶
レタス…2枚
粒コーン…50g
ミニトマト…4個
めんつゆ(ストレート)…1カップ
オリーブ油…大さじ2
マヨネーズ・粗びき黒こしょう…各適量

作り方

1. 冷凍うどんを袋の表示通りにレンジで加熱し、水にさらして水けをきる。
2. 器に1を盛り、缶汁をきったツナ缶、コーン、ちぎったレタス、ミニトマトをのせる。
3. めんつゆ、オリーブ油を回しかけ、お好みでマヨネーズ、粗びき黒こしょうをかける。

[調理時間]約10分
560kcal/1人分 食塩相当量 3.4g

C かにたま丼

材料(2人分)

かに風味かまぼこ…4本
卵…3個
温かいご飯…2杯分
A = 〈マヨネーズ小さじ2、鶏がらスープの素・ごま油各小さじ1、水大さじ1〉
青ねぎの小口切り…適量

作り方

1. 耐熱ボウルに卵、Aを入れて混ぜ合わせる。
2. かに風味かまぼこを手で割いて加え、ふんわりとラップをかけてレンジ(600W)で約1分30秒加熱する。
3. 取り出して全体をかき混ぜ、さらにラップをかけて約30秒加熱する。
4. 丼にご飯をよそい、3をのせて青ねぎを散らす。

[調理時間]約10分
402kcal/1人分 食塩相当量 1.4g

コープしがのリサイクル

循環型社会をめざして

みんなで
すすめよう!

4R

Refuse
リフューズ
ゴミの元になるものをもらわない

Reduce
リデュース
ゴミになるものを減らす

Reuse
リユース
再使用する

Recycle
リサイクル
再生資源として再生利用する

資源化しています! 回収にご協力ください。

宅配で回収しているもの

商品案内書

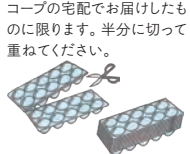


商品仕分け袋

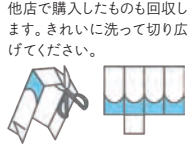
ラベルがついて
いると再生でき
ません。必ずお
名前ラベルは
剥がすか切り
取ってください。



卵パック



牛乳パック



最新の
リサイクル実績は
こちらから⇒



[回収できるステーション]

配送センターのステーション、富士見台・瀬田・草津・野洲・日吉台・西大津・愛知川のステーション

コープのお店で回収しているもの



※配送センターのステーションでは、牛乳パック・ペットボトル・ペットボトルキャップ・食品トレーを回収しています。

5月度リサイクル報告

5月度
リサイクル品
売却金額
¥ 4,278,378-
2026年4月から累計
¥ 8,437,642-

[回収率]商品案内書 54.7% / 仕分け袋 27.5%

スパイラルは毎月月初め、第3回の商品案内書と一緒に組合員のみなさまへお届けしています。または、滋賀県内4カ所にあるコープのお店にて、手にとっていただけるコープしがの広報誌です。

8
3
Monday
発行

次回8月号予告

特集

伝えたい、
戦争の記憶。

だから、おすすめ。

近江の夏ほうれん草
(リッチグリーン)



コープしがホームページ
https://www.pak2.com/



コープしが
公式 facebook



コープしが
公式 Instagram



コープしが
YouTube



コープしが
公式 LINE



コープしがは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています



「スパイラル」はコープしがのシンボルマーク。巻貝・波紋・風などの自然を象徴し、さらに求心と拡大、進化の軌跡などの発展を表しています。