



くみかつニュース

北・中・南それぞれのエリアの情報をお届けします！

(北エリア：奈良市・生駒市 中エリア：大和郡山市・天理市・香芝市・生駒郡・北葛城郡・磯城郡 南エリア：大和高田市・橿原市・桜井市・五條市・御所市・葛城市・宇陀市・宇陀郡・高市郡・吉野郡・山辺郡)

組合員活動の紹介コーナー

北 エリア

大豆を使った商品の調理と試食学習会 アレンジメニューも教えていただきました

奈良西コープ委員会

7月10日(金) コープ学園前集会室で、大豆を原材料にした商品を取り扱っている(株)フジサニーフーズによる、「CO・OP枝豆がんも」「CO・OPやわらかぎんなんがんも」などの学習会を開催しました。

会社概要と商品紹介に加えて、大豆について説明を受けました。大豆には、良質な植物性たんぱく質が豊富に含まれていて、



大豆イソフラボンや食物繊維・ミネラルもバランスよく含まれています。

その後、「CO・OP枝豆がんも」を使った炊き込みご飯などのアレンジメニューを参加者で調理して試食しました。美味しく、良質なたんぱく質や栄養を手軽に取ることができるさまざまな商品の試食に、参加者の皆さんは満足された様子でした。

参加者からは、「大豆たんぱくのことを詳しく知ることができて、勉強になりました」「炊き込みご飯、家でも作ってみようと思います」「いろいろなアレンジメニューを教えてください」などの声がありました。



中 エリア

奈良の郷土料理「柿の葉ずしの葉巻き体験」 くずもちも作りました

広陵コープ委員会

6月24日(水) コープなんごう集会室で、柿の葉ずしや冷凍の寿司・サンドイッチの製造、ならコープ店舗の総菜コーナー(みよし野)を担っている(株)奈良コープ産業による「柿の葉ずしの葉巻き体験」を開催しました。柿の葉ずしの由来を聞いてから、鯖とひらめの昆布締めめの2種類の柿の葉ずしの葉巻き体験をしました。参加者から「むずかしい!」「柿の葉が思ったより柔らかく



て上手く巻けない」などの声が上がっていました。

次に、ギフトでおなじみの(株)井上天極堂から、吉野葛についての説明を受けてから、くずもち作りを体験しました。井上天極堂は、1870年の創業以来『吉野本葛』の製法や品質を守り続けているそうです。

くずもちちは出来立てを、柿の葉ずしは持ち帰って翌日いただきました。出来立ての温かいくずもちちは、初めて口にする方も多く、皆さん美味しそうに召し上がっていました。

参加者からは、「奈良コープ産業が、いろんな商品を扱っていると知り、試食もできてよかった」「葛のことを学べてよかった」などの声がありました。



南 エリア

フリーズドライ商品の試食学習会 美味しさ・手軽さ・便利さを実感しました

橿原東コープ委員会

6月23日(火) コープみみなし研修室で、「CO・OPたまごスープ」「CO・OP沖縄県産もずくスープ」などを製造している東洋水産(株)による試食学習会を開催しました。

会社概要や取扱商品の特徴やフリーズドライ商品の製造工程などを映像も交えて説明いただきました。フリーズドライのスープが、お湯を注ぐと素早く溶けるのは、製造工程に秘密がありました。凍結させたスープを真空乾燥庫に入れると、凍っていたスープの氷が



溶けることなく水蒸気となり乾燥し、多孔質のブロック状態になります。お湯が入り込みやすくなり、素早く元の状態に戻るといわけです。

試食には、他社のたまごスープとの飲み比べや、「CO・OP沖縄県産もずくスープ」を熱湯と冷水で戻したものの飲み比べ、数種類のスープやアレンジ料理をいただきました。たまごスープは「CO・OPたまごスープ」の方がたまごがふわふわしていて美味しかったとの声が多くありました。

参加者からは、「フリーズドライのスープと顆粒のスープとの違いがわかりました」「たくさんの種類の商品を試食できたので、注文するときの参考になります」などの声がありました。



店舗で実施している取り組み

使用済み 天ぷら油 回収拠点	コープおしくま	毎月第1土曜日 10:00～12:00
	コープ朱雀	毎月10日 10:00～12:00
	コープ七条	偶数月15日(8月のみ22日) 10:00～12:00
	コープいまご	偶数月の第1土曜日 10:00～12:00
	コープみみなし	偶数月の第1土曜日 10:00～13:00

フードドライブ開催日	全店	10月15日(木) 10:00～12:00
	無店	10月20日(火) 配達時に回収
おもちゃ病院 開院日	コープおしくま	毎月第1土曜日 10:00～14:00
	コープたつたがわ	毎月第4月曜日 10:00～14:00
	コープなんごう	毎月第4木曜日 9:30～13:00
お店でふあん☆ふあん (みみっこ広場であそぼう!)	コープみみなし	毎月第3木曜日 10:00～12:00



①～⑬・⑮・⑯・⑱～㉑ は「2026年組合員のつどい」です！テーマは『～朝ごはん つくる楽しさ、たべる幸せ～』

1 組合員のつどい
朝ごはんにぴったり！パンの試食学習会

主催 天理南コープ委員会

「毎日クロワッサン」や「CO・OPモーニングクロワッサン」などのロングライフパンでおなじみの㈱コモによる試食学習会です。日持ちする秘密を試食を交えて学びましょう。

日 時 10月27日(火) 9：30～11：30

場 所 道の駅 なら歴史芸術文化村 交流にぎわい棟 2階実習室
(天理市杣之内町437-3)

※駐車可能です。

定 員(抽選) 16人 大人のみの参加・保育なし

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 エプロン・マスク・三角巾・手拭タオル・筆記用具・飲み物

**2 組合員のつどい**
おうちで簡単！氷温甘塩さばを美味しく焼くコツ

主催 桜井西コープ委員会

「氷温甘塩さば切身」などでおなじみの㈱ダイマツによる試食学習会です。氷温製法のことや美味しい焼き方を学びます。

日 時 10月27日(火) 10：30～12：00

場 所 桜井支所 2階会議室 ※駐車可能ですが、乗り合わせで。

定 員(抽選) 8人 大人のみの参加・保育なし

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 スリッパ・マスク・筆記用具・飲み物

**3 組合員のつどい**
コープ共済の学習会“保障のことを考えよう”

主催 生駒東コープ委員会

コープ共済。年を重ねてからの保障、気になりますか？ライフステージに合わせた共済のあり方や、共済が自分にとってどのように役立つのか学習します。

日 時 10月29日(木) 10：00～12：00

場 所 コープいこま 3階集会室 ※駐車は屋上駐車場東側から。

定 員(抽選) 15人 大人のみの参加・保育なし

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具

4 組合員のつどい
知って納得、食べて実感！コープの冷凍弁当

主催 香芝西コープ委員会

レンジで簡単調理！ワントレーの冷凍のお弁当のことを学びます。試食しながら、おすすめの理由やこだわりを聞きましょう。

日 時 10月29日(木) 10：00～12：00

場 所 コープなんごう 集会室 ※駐車は店舗から離れたところに。

定 員(抽選) 10人 大人のみの参加・保育なし

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 300円

持ち物 筆記用具・飲み物

5 組合員のつどい
国産素材の「こめ油」の学習会

主催 橿原西コープ委員会

「国産こめ油」でおなじみの築野食品工業㈱の学習会です。こだわりや使い方を学びましょう。

日 時 10月29日(木) 10：00～12：00

場 所 新沢地区公民館(橿原市川西町611)

※駐車可能ですが、乗り合わせで。

定 員(抽選) 10人 大人のみの参加・保育あり

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 筆記用具・飲み物

**6 組合員のつどい**
“朝ごはん”のことを考えよう！

主催 平群コープ委員会

組合員のつどいのテーマに合わせて、朝食の大切さの話や、コープ委員おすすめのメニュー紹介と試食があります。

日 時 10月31日(土) 10：00～12：00

場 所 コープたつたがわ 2階集会室

※駐車は店舗から離れたところに。

定 員(抽選) 15人 子どもの同伴可(小学生以上)・保育あり

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 筆記用具・飲み物

7 組合員のつどい
パンの試食学習会

主催 大宮コープ委員会

「CO・OPブラウンサーブロール」や「生協の食パン」でおなじみ、異製粉㈱のパンの魅力を学習します。

日 時 11月4日(水) 10：00～12：00

場 所 ならコープ本部 1階会議室

※駐車場がないため公共交通機関で。

定 員(抽選) 15人 大人のみの参加・保育なし

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 筆記用具・飲み物

**8 組合員のつどい**
商品部職員による“朝ごはん”提案

主催 広陵コープ委員会

少しの工夫で、手軽に食べることができる“朝ごはん”を提案してもらいます。発酵食品の食べ合わせの提案もあります。

日 時 11月4日(水) 10：00～12：00

場 所 コープなんごう 集会室 ※駐車は店舗から離れたところに。

定 員(抽選) 8人 子ども同伴可・保育あり

申 込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 筆記用具・飲み物



9

組合員のつどい
冷凍麺・冷凍食品の試食学習会

TEL web 保育

主催 王寺コープ委員会

冷凍パスタや、うどん・そば、各種冷凍食品でおなじみの(株)ニッキーフーズの学習会です。試して納得、コープ商品の新たな発見も！

日時 11月5日(木)10:00~12:00

場所 コープたつたがわ 2階集会室 ※駐車は店舗から離れたところに。

定員(抽選) 15人 大人のみの参加・保育あり

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

10

組合員のつどい
「氷温甘塩さば」について学ぼう！

TEL web 子どもOK 保育

主催 香芝東コープ委員会

「氷温甘塩さば切身」などでおなじみの(株)ダイマツによる試食学習会です。つどいでは「朝ごはん」のことを学びましょう。

日時 11月7日(土)10:00~12:00

場所 コープ真美ヶ丘 2階集会室 ※駐車は駐車場奥から。

定員(抽選) 7人 子ども同伴可・保育なし

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

11

組合員のつどい
商品部職員による“朝ごはん”提案

TEL web 保育

主催 西大和コープ委員会

簡単に作ることができて、栄養価の高い“朝ごはん”について学びます。提案メニューを試食しながら楽しく交流しましょう。

日時 11月10日(火)10:00~12:00

場所 コープなんごう 集会室 ※駐車は店舗から離れたところに。

定員(抽選) 10人 大人のみの参加・保育あり

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

12

組合員のつどい
SDGsと洗剤の学習会

TEL web

主催 郡山東コープ委員会

環境に配慮した洗剤「CO・OPセフター」について学びます。つどいでは、朝ごはんの大切さを学び、ちょっとした試食もあります。

日時 11月12日(木)10:00~12:00

場所 コープいまご 2階集会室 ※駐車は道路側から、乗り合わせで。

定員(抽選) 6人 大人のみの参加・保育なし

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

13

組合員のつどい
「産直 生協牛乳」の学習会とバター作り体験

TEL web

主催 香芝西コープ委員会

大内山酪農農業協同組合による学習会で、「産直 生協牛乳」の製造工程などを聞き、バター作りも体験します。

日時 11月12日(木)10:00~12:00

場所 コープ真美ヶ丘 2階集会室 ※駐車は駐車場奥から。

定員(抽選) 6人 大人のみの参加・保育なし

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・マスク・筆記用具・飲み物

14

フレンドリーバナナの学習会

TEL web

主催 奈良西コープ委員会

(株)スミフルプロセスネットワークによる学習会です。「フレンドリーバナナ」が私たちの手元に届くまでを学びましょう。

日時 11月13日(金)10:00~12:00

場所 コープ学園前 2階集会室 ※店舗駐車場は2時間まで無料です。

定員(抽選) 12人 大人のみの参加・保育なし

申込 電話、Webで3人まで

参加費 200円 持ち物 筆記用具・飲み物

15

組合員のつどい
コープクオリティ商品の学習会

TEL web 子どもOK 保育

主催 奈良東コープ委員会

商品部職員による、おすすめのクオリティ商品の試食学習会です。

日時 11月14日(土)10:00~12:30

場所 山の辺センター 2階集会室(天理市櫛本町3446)
※駐車可能ですが、乗り合わせで。

定員(抽選) 25人 子どもの参加可(小学生以上)・保育あり

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

16

組合員のつどい
手作り豆腐体験と試食学習会

TEL web 保育

主催 高田東コープ委員会

安全で安心な豆腐作りにこだわっている、さとの雪食品(株)の学習会です。手作り豆腐の体験もします。

日時 11月16日(月)10:00~12:00

場所 コープなんごう 集会室 ※駐車は店舗から離れたところに。

定員(抽選) 20人 大人のみの参加・保育あり

申込 電話、Webで3人まで 参加費 100円

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・マスク・筆記用具・飲み物

17

バスで行く！
「産直 生協牛乳」の工場(三重県大紀町)見学

はがき

主催 西大和コープ委員会

「産直 生協牛乳」の大内山酪農農業協同組合の工場見学と、バター作り体験をします。昼食は現地でお弁当を食べます。

日時 11月17日(火)7:45~17:15ごろ

集合 7:45 コープなんごう 駐車場 ※駐車は店舗から離れたところに。

定員(抽選) 15人 大人のみの参加・保育なし

申込 往復はがきで3人まで

参加費 無料 別途、弁当代1,080円(釣銭のないように)

持ち物 筆記用具・飲み物・酔い止めの薬等(必要な方)

18

組合員のつどい
知って安心♡介護施設について学び見学しよう！

TEL web

主催 橿原東コープ委員会

あすならホーム畝傍の介護サービスについて学び、施設見学をします。安心できるくらしのために役立てましょう！

日時 11月17日(火)10:00~12:00

場所 あすならホーム畝傍 うねびサロン(橿原市大久保町287-1)
※近鉄畝傍御陵前駅より徒歩約4分。
※駐車は施設北側駐車場に。

定員(抽選) 12人 大人のみの参加・保育なし

申込 電話、Webで3人まで 参加費 100円

持ち物 筆記用具・飲み物



19

組合員のつどい

メンバーおすすめの朝食メニュー提案

主催 西大寺コープ委員会

ホットサンドメーカーを使ったメニューや、冷凍野菜・フルーツを使った朝から元気に過ごせるメニューを紹介し、試食します。

日時 11月19日(木) 10:30~12:00

場所 コープおしくま 組合員集会所 ※駐車は組合員集会所前から。

定員(抽選) 10人 子ども同伴可・保育あり

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

20

組合員のつどい

パンの試食学習会

主催 榎原西コープ委員会

「CO・OPブラウンスーパール」などでおなじみの異製粉(株)の学習会です。朝食におすすめの食べ方を学びましょう。

日時 11月19日(木) 10:00~12:00

場所 白檀地区公民館(榎原市白檀町2-32-11) ※駐車可能ですが、乗り合わせで。

定員(抽選) 10人 大人のみの参加・保育あり

申込 電話、Webで3人まで

参加費 100円 持ち物 筆記用具・飲み物

21

組合員のつどい

バスで行く！CO・OP化粧品の工場(三木市)見学

主催 斑鳩・安堵コープ委員会

「フリーリアシリーズ」でおなじみの(株)ナリス化粧品の工場で見学します。見学後は人気のランチをいただきます。

日時 11月20日(金) 8:00~15:30ごろ

集合 8:00 コープたつたがわ 駐車場 ※駐車は店舗から離れたところに。

定員(抽選) 14人 大人のみの参加・保育なし

申込 往復はがきで3人まで 持ち物 筆記用具・飲み物

参加費 無料 別途、昼食代1,375円(釣銭のないように)

22

バスで行く！

「CO・OP枝豆がんも」の工場(神戸市)見学

主催 郡山東コープ委員会

(株)フジサニーフーズで「CO・OP枝豆がんも」などの製造工程を見学します。見学後は、神戸元町で、各自で昼食と自由散策をします。

日時 12月3日(木) 8:45~17:00ごろ

集合 8:45 コープいまご 駐車場 ※駐車は道路側から。

定員(抽選) 5人 大人のみの参加・保育なし

申込 往復はがきで3人まで

参加費 無料 別途、昼食代は各自負担

持ち物 筆記用具・飲み物・試食時のおにぎり(必要な方)

※工場内は階段での移動があります。

◆◆◆「迎春試食学習会&組合員のつどい」◆◆◆

主催 第2西奈良支所

お正月迎える準備に迎春商品の試食&学習をしよう！組合員のつどいはテーマの“朝食”のことを一緒に考えましょう。

日時・場所

①10月26日(月) 10:00~11:30
エルトピア奈良(奈良県奈良労働会館)
(奈良市西木辻町93-6)

②10月29日(木) 10:00~11:30
佐保台地域ふれあい会館(奈良市佐保台2-902-239)

定員(抽選) 各日15人 子ども同伴可・保育なし

申込 電話 第2西奈良支所 有馬080-5936-6781
右記二次元コード

申込期間 10月12日(月・祝)~10月16日(金)

当落連絡 10月23日(金)までに郵便でお知らせします。

参加費 無料

持ち物 筆記用具・飲み物

※右下「申込ルールとお願い」をご確認ください。

企画への申込

申込方法は企画ごとに違います。各企画でご確認ください。

TEL 申込: 10/12(月・祝)~16(金)
組織広報部 ☎0742-45-7884(9:00~17:00)
組合員番号をお聞きます。

web 申込: 10/18(日)23:59まで
<https://form.run/@kumikatsu-2610>
※アドレスは毎号変わります。

はがき 申込: 10/16(金)消印有効
往復はがき中面には右記の項目をきれいに記入ください。締切後1週間以内に返信します。

宛先 〒630-8043 奈良市六条2丁目17番6-11号
ならコープ組織広報部 企画係

郵便往復はがき

〒00000000

【返信】

●代表者の住所と氏名

①企画番号・主催名
②氏名(参加者本人)
③年齢
④TEL(携帯電話をお持ちの方はその番号も)
⑤組合員番号
⑥代表者以外の方の氏名・年齢・TEL・集合場所

*聴覚障がいの方は、申込・質問等にはFAXをご利用ください。
送信先: 組織広報部 FAX 0742-55-0504

申込ルールとお願い

●キャンセルは申込先に連絡してください。企画によってキャンセル料が発生する場合があります。

●参加は申込者に限ります。

●応募者数や天候、取引先の都合により、企画が成立しない場合があります。

●企画内容の変更などで主催者から連絡が入る場合があります。

●保育は8ヵ月~未就学児が対象。申込時に子どもの名前・年齢・性別・アレルギー有無をお聞きます。

●参加者は、主催者及び見学先からの注意事項を必ずお守りください。

●飲み物は各自の判断でご持参ください。

店舗等の電話番号

ならコープ本部 ☎0742-34-8731

コープおしくま ☎0742-41-0777

コープ朱雀 ☎0742-71-2904

コープ七条 ☎0742-45-7882

コープ学園前 ☎0742-51-2900

コープいまご ☎0743-73-8833

コープふれあいセンター六条 ☎0742-45-7884

コープいまご ☎0743-57-0666

コープたつたがわ ☎0745-45-8181

コープ真美ヶ丘 ☎0745-77-8200

コープみなし ☎0744-24-1200

コープなんごう ☎0745-25-1120

ならコープ下市ステーション ☎0747-68-9652

ならコープ下市コミュニティスタンド ☎0747-52-8801

組合員活動状況

(2026年4月~8月)

産地見学(参加人数)
7企画
(133人)

講習会・学習会等(参加人数)
37企画
(631人)

ならコープ公式Instagram

おすすめのコープ商品やレシピの紹介など配信中！ぜひご覧ください。

🔍 naracoop_official

クイズにチャレンジ！

手 千 定

↓ ↓ ↓

屋 桜 組

ヒント：紅葉が美しい時期ですね

解き方：□に上下の漢字一字と結びつく二字熟語をあてはめてください。

□の漢字を並べ替えてできた熟語が答えです。答え：□□□

〈応募方法〉締切：10月31日(土)消印有効・Webは23:59まで

はがき…答え・くみかつニュース感想・住所・氏名・TEL・組合員番号を記入して、〒630-8043 奈良市六条2丁目17番6-11号
ならコープ組織広報部 クイズ係

Web…アクセスは二次元コードまたは
<https://form.run/@kumikatsu-quiz2610>
※アドレスは毎号変わります。

☆正解者の中から10人にならコープ商品券(1,000円分)進呈。当選者の発表は、商品券の発送をもって代えさせていただきます。

8月号クイズ

答え 入道雲 (応募数 302人)

※個人情報は、適切に管理し、企画等のお知らせに利用します。

