



活動カレンダー

3/1(金)▶3/31(日)

日付	曜日	イベント内容
3/1	金	
2	土	
3	日	
4	月	コープの会 スパイス「編み物カフェ～第3弾～レース糸で編むアクセサリー」
5	火	コープの会 クローバー「お菓子づくり「スコーン」を作っちゃおう」
6	水	
7	木	つるが店舗委員会×ふくい・くらしの研究所コラボ企画「男の料理in敦賀 G-Gクッキング お祝いメニュー海鮮ちらし寿司ケーキ」
8	金	
9	土	LPAの会「家族の命を守る防災」
10	日	
11	月	コープの会 スパイス「編み物カフェ～第4弾～」
12	火	ハーツつるがオリジナル企画「プチ・お菓子作り～基礎編～」
13	水	
14	木	コープの会 ハンドメイド「メッセージカードを作ろう 色とりどりのきれいな紙とスタンプを使ってオリジナルカード作り」
15	金	コープの会 健康体操「健康体操」
16	土	
17	日	
18	月	コープの会 健康体操「健康体操」
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	コープの会 マミーサポート「ママヨガ」
23	土	
24	日	
25	月	コープの会 健康体操「健康体操」
26	火	ハーツつるがオリジナル企画「プチ・お菓子作り～特別編・春休みお子さま企画～」
27	水	
28	木	
29	金	
30	土	
31	日	

ハーツつるが

コープの会 スパイス主催

編み物カフェ 第3弾 レース糸で編むアクセサリー

春夏に向けて首もとのアクセントになるリングネックレスを、レース糸で編んでみましょう。

【日 時】3/4(月) 13:00～15:30
【会 場】ハーツつるが オアシス
【定 員】10名(申込先着順)
【参加費】650円
【持ち物】はさみ、定規、レース針6号
【受 付】受付中
【締 切】2/25(月)



残った糸で、イヤリングやピアスを作ることができます



※写真はイメージです

コープの会 スパイス主催

編み物カフェ 第4弾

【日 時】3/11(月) 13:00～15:30
【会 場】ハーツつるが オアシス
【定 員】10名(申込先着順)
【参加費】100円
【持ち物】各自作りたいた材料、必要な道具をお持ちの上、ご参加ください。
【受 付】受付中
【締 切】3/4(月)

第1弾のバッグ・イン・ポーチ、第3弾のアクセサリーの続きを作っていたくこともできます。



つるが店舗委員会×ふくい・くらしの研究所コラボ企画

男の料理in敦賀 G-Gクッキング お祝いメニュー海鮮ちらし寿司ケーキ ～初心者のための、キホンの「キ」からの料理教室～

【日 時】3/7(木) 10:00～13:00
【会 場】ハーツつるが オアシス
【講 師】鷺田 洋美さん
【対 象】料理をあまりしたことのない男性
【定 員】12名(申込先着順)
【参加費】1,200円(くらなび会員は1,000円)
【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル
【受 付】受付中
【締 切】3/5(火)

メニュー(予定)

- 海鮮ちらし寿司ケーキ
- 身体あつたまる呉汁
- イチゴのロールサンド



ハーツつるがオリジナル企画

プチ・お菓子作り

お気軽にご参加ください

少しのコツがわかるとお菓子作りが楽しくなります!!

【日 時】① **基礎編**
3/12(火)「抹茶ストライプチーズケーキとジンジャークッキー」
② **特別編・春休みお子さま企画**
3/26(火)「たまごを使わないロールケーキを作ろう!」
いずれも10:00～12:00

【会 場】ハーツつるが オアシス
【講 師】後藤 加奈さん(ウフ パティシエ)
【対 象】①どなたでも ②年長さんから小学生までのお子さま
【定 員】各16名(応募多数の場合は抽選。お断りする場合のみご連絡いたします)
【参加費】各600円
【持ち物】①筆記用具 ②エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
【受 付】ハーツつるが サービスカウンターでも受付しております。
【締 切】①3/7(木) ②3/21(木・祝)



※定員になり次第締め切ります。申し込み締め日を過ぎても定員に達していない場合は、申し込みを受け付ける場合もございます。下記までお問い合わせください。

お申し込み
お問い合わせ

CCOP 県民せいきょう
またはハーツサービスコーナーまで

●コールセンター
まずはお気軽にお電話下さい!
受付時間/月～金 午前8時30分～午後8時
土曜 午前9時～午後5時

0120 FreeDial 0120-016-165
電話番号のかけ間違いがないように、番号を確かめてからおかけください。

※お預かりした組合員個人情報は、参加確認やその他の組合員活動のご案内に利用させていただきます。
※受付時間外は、音声ガイドにて、お問い合わせの受付と連絡先をご案内しております。



Hearts

イベント案内



ハーツつるが

コープの会 ハンドメイド主催

メッセージカードを作ろう 色とりどりのきれいな紙とスタンプを使ってオリジナルカード作り

紙1枚から作り出す繊細な世界を体験しませんか？

- 【日時】3/14(木) 10:00~12:00
- 【会場】ハーツつるが オアシス
- 【講師】ペーパーアート
craft*clap~paper art photo+~
すがはらえみさん
(一社)日本ペーパーアート協会® 認定講師
Stampin' Up Japan 公認デモンストレーター他)
- 【定員】10名(応募多数の場合は抽選。
お断りする場合のみご連絡いたします)
- 【参加費】600円
- 【持ち物】定規、テープのり(お持ちの方)
はさみ
- 【受付】受付中
- 【締切】3/1(金)

詳細は店頭掲示にて
お知らせいたします

コープの会 健康体操主催

健康体操

毎日の生活を生き生きと過ごすために、心身共に健康になるきっかけをヨガ・ピラティスで始めていきましょう!

- 【日時】3/15(金) 13:30~14:30
3/18(月) 10:00~11:00
3/25(月) 10:00~11:00
- 【会場】ハーツつるが オアシス
- 【講師】川島 香さん(NPO法人ジェリービーンズ)
- 【定員】各20名(応募多数の場合は抽選。
お断りする場合のみご連絡いたします)
- 【参加費】各300円
- 【持ち物】ヨガマット又は大判タオル、飲料、タオル
動きやすい服装でお越しください。
(ヨガマットは100円でお貸しすることもできます)
- 【締切】各予定日の1週間前まで



コープの会 マミーサポート主催

ママヨガ

子育てに疲れていませんか?首・肩・腰・お腹・腕・足のコリや痛みを予防するために、腹式呼吸でヨガを始めましょう!

- 【日時】3/22(金) 10:00~11:00
- 【会場】ハーツつるが オアシス
- 【講師】川島 香さん(NPO法人ジェリービーンズ)
- 【定員】15名(応募多数の場合は抽選。お断りする場合のみご連絡いたします)
- 【参加費】300円(託児を希望される方は+300円 ※先着5名まで)
きらきらくらぶに委託。すみずみサポート事業登録のため、
事前にきらきらくらぶに用紙を取りに行き、記入して当日お持ちください。
- 【持ち物】ヨガマット又は大判タオル、飲料、タオル、動きやすい服装でお越しください。
(ヨガマットは100円でお貸しすることもできます)
- 【締切】3/14(木)



ハーツタウンわかさ

コープの会 クローバー主催

お菓子づくり 「スコーン」をつくってしまおう

- 【日時】3/5(火) 10:00~12:00
- 【会場】ハーツわかさ 組合員集会室
- 【講師】後藤 加奈さん(ウフ パティシエ)
- 【定員】13名(申込先着順・定員になり次第締切)
- 【参加費】700円
- 【持ち物】エプロン、三角巾、筆記用具
- 【受付】2/16(土) 10:00~



※写真はイメージです

プリン
デモンストレーションと
試食があります



● 暮らしの見直し講演会 LPA(ライフプランアドバイザー)の会主催

家族の命を守る防災

近年、国内各地で起こっている災害は、決して他人事ではありません。
わが家の防災意識を見直し、命と暮らしとお金を守るために
「備える」ことの大切さをお話しいたします。

- 【日時】3/9(土) 13:30~15:00(開場13:00)
- 【会場】福井県生活学習館 ユー・アイふくい 学習室101
(福井市下六条町14-1 産業会館南側)
- 【定員】80名(申込先着順)
- 【参加費】無料
- 【託児】お子さまお1人につき300円
(要予約・申込先着順、未就学児)



講師 危機管理アドバイザー
国崎 信江氏

横浜生まれ。女性や生活者の視点で家庭、地域、企業の防災・防犯・事故防止対策を提唱している。講演、執筆、リスクマネジメントコンサルなどの他、文部科学省「地震調査研究推進本部政策委員」、「防災科学技術委員」、東京都「震災復興検討会議委員」などを務める。現在はNHKラジオあさいちウォッチの「国崎信江の暮らしの危機管理」のコーナーやテレビ、新聞などで情報提供を行っている。

CO・OP商品防災買い置きセット、
100円均一防災便利グッズの
展示なども行います!



参加者にも
れなく 災害時に役立つ
ホイッスル付きライトペンをプレゼント

やむを得ない事情で申し込みをキャンセルされる場合は、
わかり次第コールセンターか開催場所のお店まで
ご連絡をお願いいたします。

お申し込み
お問い合わせ

COOP 県民せいきょう
またはハーツサービスコーナーまで

●コールセンター
まずはお気軽にお電話下さい!
受付時間/月~金 午前8時30分~午後8時
土曜 午前9時~午後5時

0120 FreeDial 0120-016-165
電話番号のかけ間違いがないように、番号を確かめてからおかけください。

※お預かりした組合員個人情報は、
参加確認やその他の組合員活動の
ご案内に利用させていただきます。
※受付時間外は、音声ガイドにて、
お問い合わせの受付と連絡先を
ご案内しております。