



活動カレンダー

9/1(土)▶9/30(日)

日付	曜日	イベント内容
9/1	土	コープの会 お茶とお話しの会 「転倒危険度チェック 予防のためのコグニサイズ」
2	日	
3	月	
4	火	コープの会 クローバー「お菓子づくり キッシュ」 コープの会 マミーサポート「ママヨガ」
5	水	
6	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 肉まつり!」
7	金	
8	土	つるが店舗委員会企画 「親子で簡単!手作りカレーパン」
9	日	
10	月	コープの会 スパイス 「天竺ヤーンで作るロゼット(ブローチ)」
11	火	ハーツつるがオリジナル企画「プチ・お菓子作り~基礎編~」
12	水	
13	木	
14	金	コープの会 健康体操「健康体操」
15	土	
16	日	
17	月	
18	火	コープの会 カラフル企画「カラフル~ふ登校カフェ~」 小浜きらめき くらしのお役立ちキャンペーン 「認知症サポーター養成講座」
19	水	
20	木	
21	金	小浜きらめき くらしのお役立ちキャンペーン 「災害時に役立つ知恵・工夫・食事・日頃の備え」 コープの会 健康体操「健康体操」 コープの会 マミーサポート 「イライラをママからすっきり消す食事法」
22	土	
23	日	第3地区企画「ふれあいまつり」
24	月	
25	火	ハーツつるがオリジナル企画 「プチ・お菓子作り~実践編~」
26	水	コープの会 ハンドメイド企画 「ICカードにピッタリなミニポーチ、敦賀駅も自動改札化!」
27	木	
28	金	コープの会 健康体操「健康体操」
29	土	
30	日	

ハーツつるが

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】9/4(火) 10:00~11:00
【会 場】ハーツつるが オアシス 【締 切】8/24(金)
【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)
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)

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 肉まつり!

~初心者のための、キホンの「キ」からの料理教室~

【日 時】9/6(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(未経験者大歓迎)
【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】9/5(水)

メニュー(予定)

- スベアリップのさっぱり煮
- 砂肝のブラックペッパー焼き
- 牛すじスープ
- 餃子の皮で生ハツ橋風

つるが店舗委員会企画

親子で簡単! 手作りカレーパン

「コープ商品コスモ直火焼カレー」の学習会と調理実習。

【日 時】9/8(土) 10:00~12:00
【会 場】ハーツつるが オアシス
【講 師】コスモ食品(株)様
【定 員】親子10組(1組2~3名)(申込先着順)
【参加費】1組200円 【持ち物】エプロン、三角巾、マスク
【受 付】8/11(土・祝) 10:00~ 【締 切】8/29(水)

コープの会 スパイス主催

天竺ヤーンで作るロゼット(ブローチ)

【日 時】9/10(月) 10:00~11:30
【会 場】ハーツつるが オアシス
【定 員】12名(申込先着順)
【参加費】400円
【持ち物】裁縫道具
(手縫い糸、針、はさみ、あれば目打ち、ゴム通し、洗濯はさみ4個くらい)
【受 付】受付中 【締 切】9/3(月) ※写真はイメージです



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 9/11(火)「バナナコッタとフィンランジェ」
②実践編 9/25(火)「たまごを使わないおやつ」
いずれも10:00~12:00
【会 場】ハーツつるが オアシス 【参加費】各600円
【講 師】後藤 加奈さん(ウフ パティシエ)
【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)
【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】①9/7(金) ②9/21(金)

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】9/14(金)・9/28(金) 10:00~11:00
9/21(金) 13:30~14:30
【会 場】ハーツつるが オアシス 【参加費】各300円
【講 師】川島 香さん(NPO法人ジェリービーンズ)
【定 員】各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)
【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 カラフル企画

カラフル~ふ登校カフェ~

不登校のおれこれ話そ!情報&仲間探しにお気軽にお越しください!

【日 時】9/18(火) 10:00~12:00 【会 場】ハーツつるが オアシス
【対 象】不登校や行き渋り状態のお子さまがいる保護者 【定 員】10名程度(申込先着順)
【参加費】100円(お茶菓子代として) 【受 付】受付中 【締 切】なし(当日飛び込み可能)

コープの会 マミーサポート主催

イライラをママからすっきり消す食事法

子供はママが大好き!だからこそ食で元気いっぱいママになってほしいのです。セミナーが終わったころにはワクワクな未来が待っていますよ!

【日 時】9/21(金) 10:00~11:30 【会 場】ハーツつるが オアシス
【定 員】20名(申込先着順) 【参加費】300円 【持ち物】筆記用具 【締 切】9/20(木)

※定員になり次第締め切ります。申し込み締め切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



0120-016-165

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 ハンドメイド企画

ICカードにピッタリなミニポーチ、 敦賀駅も自動改札化!

【日 時】9/26(水)9:30~12:30
 【会 場】ハーツつるが オアシス
 【講 師】上田 佳恵さん(日本手芸普及協会公認パッチワーク指導員)
 【定 員】20名(応募多数の場合は抽選。お断りするのみご連絡いたします)
 【参加費】600円 【持ち物】裁縫道具、裁ちばさみ



※写真はイメージです

福井県消費生活センター委託事業

「くらしの基本セミナー」受講者募集!

~わたしの選択とこれからのくらし~



消費生活の問題について、専門家や大学の先生などを講師に専門知識を学びます。講義だけでなく、グループワークや体験なども交えた連続講座です。商品やライフスタイルについての知識を広め、周囲に伝えていきましょう。

【日 時】① 9/12(水)『消費者市民社会』 ② 9/19(水)『環境に優しい消費』 ③ 9/26(水)『食の選択』
 ④ 10/ 3(水)『商品の安全』 ⑤ 10/10(水)『命を守る防災』 ⑥ 10/17(水)『くらしと契約』
 ⑦ 10/24(水)『キャッシュレス社会』 ⑧ 10/31(水)『情報とモラル』 ⑨ 11/ 7(水)『持続可能な社会』
 ⑩ 11/21(水)『まとめ・閉講式』
 いずれも10:00~12:00(①と⑩は12:30まで) ※全10回の連続講座

【会 場】アオッサ 7F 706・707(福井市手寄1-4-1)
 【対 象】一般県民(先着20名・原則として全10回受講できる方) 【参加費】無料
 【締 切】9/10(月)まで



福井県消費生活センター委託事業

「くらしの講座」受講者募集!

~これってホント? 広告を見る目を養おう!~

パソコン、スマホ、テレビ、新聞など私たちは毎日たくさんの広告に触れています。「あれ、本当かな?」と思ったことはありませんか? 事例を見ながら、広告を見る目を養いましょう。

【日 時】9/22(土)13:30~15:00
 【会 場】福井県生活学習館 ユー・アイふくい 3F 映像ホール(福井市下六条町14-1)
 【講 師】公益社団法人 日本広告審査機構(JARO) 関西事務所 武田 典子さん
 【対 象】一般県民(先着50名)
 【参加費】無料 【締 切】開催日の前日まで



お申し込み・お問い合わせ

テーマに関心のある
福井県民の方対象
お申し込みはお早め!



電話・HPから
お申し込みください
 (公社)ふくい・くらしの研究所
 ☎0776-52-0626

ハーツタウンわかさ

コープの会 お茶とお話しの会主催

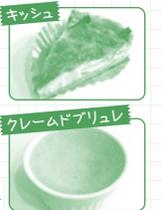
転倒危険度チェック 予防のためのコグニサイズ

【日 時】9/1(土)10:00~12:00
 【会 場】ハーツわかさ 組合員集会所
 【講 師】小林 真弓さん(にいお内科クリニック 作業療法士)
 【定 員】10名(申込先着順)
 【参加費】500円(資料・ヘルシーなおやつ付)
 【持ち物】飲料、汗拭きタオル 【受 付】8/11(土・祝)10:00~

コープの会 クローバー主催

お菓子づくり キッシュ

クレームドブリュレは作り方を見せていただき試食します。
 【日 時】9/4(火)10:00~12:00
 【会 場】ハーツわかさ 組合員集会所
 【講 師】後藤 加奈さん(ウフ パティシエ)
 【定 員】12名(申込先着順) 【参加費】700円
 【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具
 【受 付】8/11(土・祝)10:00~ ※写真はイメージです



小浜きらめき主催

くらしのお役立ちキャンペーン

認知症サポーター養成講座

【日 時】9/18(火)10:00~12:00
 【会 場】ハーツわかさ 組合員集会所
 【講 師】小浜きらめき 職員
 【定 員】20名(申込先着順) 【参加費】無料
 【持ち物】筆記用具 【受 付】8/11(土・祝)10:00~

災害時に役立つ知恵・工夫・食事・日頃の備え

【日 時】9/21(金)13:30~15:00
 【会 場】ハーツわかさ 組合員集会所
 【講 師】日本赤十字社福井県支部様
 【定 員】20名(申込先着順) 【参加費】無料
 【持ち物】筆記用具 【受 付】8/11(土・祝)10:00~

災害時に役立つ
知恵を身に
つけましょう

40th 県民せいきょう創立40周年記念イベント

第3地区企画

宅配委員会による子ども縁日や
福祉委員会による羊羹ふるまい、
三方五湖店舗委員会ふるまい
などの企画もあります

ふれあいまつり

【日 時】9/23(日・祝)10:00~15:00
 【会 場】ショッピングセンター レピア

※詳しくは、店頭ポスター、チラシをご覧ください。

ステージイベント

- ★地元鳥浜地区の和太鼓
- ★わかさアイナフラダンスショー
- ★美方高校吹奏楽部による演奏
- ★大抽選会
- ★生協40周年クイズ大会 など

第3地区企画

絵本ライブショー「しげちゃん一座」

女優・室井滋さんと絵本作家・長谷川義史さんそして、ピアノ・大友剛さんの3名による、絵本と音楽のトーク&ライブショーです。大人にも子どもにも楽しさ満載の絵本ライブショーをお楽しみください。

【日 時】12/2(日) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00
 【会 場】福井県立若狭図書学習センター(小浜市南川町6-11)
 【参加費】チケット:大人2,000円・子ども1,000円(3歳以上~中学生)
 ※チケット先行予約 10月予定

【持ち物】「サイン会」長谷川 義史さんの絵本(2公演終了後のみ)
 ※詳しくは、後日配布のチラシをご確認ください。



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が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

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。