

エリアだより

2025年
12月号

◆申し込み・問い合わせ先◆

総合企画室(月~金 9:00~17:30)

◎TEL: 025-260-3351

◎メールアドレス

sanka_niigata@coopdeli.coop

【上・中越版】

配布エリア: 上越・中越地域

★次回の「エリアだより」は1月12日週発行です★

募集

防災知識 アップデート ↑↑ みんなで一緒に学ぼうよ♪

THE ・ 防災！

いつ起こるかわからない 自然災害

上越市防災アドバイザーを招き、「マイバック講習」(非常持出品・備蓄品の説明)
「ポリ袋でクッキング!」を学び、体験しましょう。

【午後開催】

- ・ 日 時 2026年1月14日(水) 13:00~15:00(受付12:45~)
- ・ 場 所 ワークパル上越(上越市下門前477)

コミュニケーションルーム・調理室

- ・ 定 員 20人
- ・ 保 育 外部保育のみ(4ページ下部をごらんください)

- ・ 参加費 200円 ※生協利用代金と一緒に精算

- ・ 持ち物 エプロン・三角布・マスク・手拭き・飲み物・筆記用具

- ・ 申込方法 4ページ下部をごらんください

- ・ 締 切 日 2025年12月26日(金)



上越市

子育てひろば
ぽっぽカフェ誰かと一緒に「子育て」「孫育て」をゆっくり楽しめたら…
子育ての合間に「ほっとできる場所」「くつろげる場所」…
そんなひろばにしたい、と私たちは考えています。おしゃべり
や日々のリフレッシュにいらっしませんか?【対象】お子さん連れの方ならどなたでも
プレママもOK

組合員以外の方も参加できます

【参加費】無料

カフェコーナー設置(飲み物を用意します)

マイカップ、お子さんの飲み物をご持参ください

※昼食を持参して館内で食べていただくこともできます

※都合のよいお時間に会場へお越しください。時間内の出入りは自由です。初めての方もお気軽にどうぞ!

※悪天候・積雪の状況によっては中止になる場合がありますので
ご了承ください。

1月の開催日

13日(火)・20日(火)

時間 10:00~14:30

会場 下門前町内会館

(上越市下門前2002)

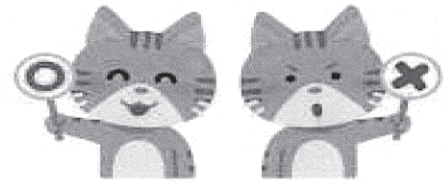
両日とも節分で使う
【豆入れ工作】をします。



募集

みんなおいでよ！！

あたま体操 and eフレンズ体験会



年末年始などの準備でお疲れ気味ではありませんか？

クイズ、ゲームなどをして頭の体操をしましょ♪

あたま体操後は、コープデリ eフレンズの体験会です。

コープデリにいがたの宅配チームリーダーさんから eフレンズについて教えてもらい、

実際に触れて疑問、お得情報など eフレンズの活用法を知るチャンスです(^▽^)/

皆さんのご参加をお待ちしております。

eフレンズとは…

スマホやタブレットからいつでも注文できるサイトです。注文期間が長く、注文の合計金額や注文履歴がどこからでも確認出来ます◎

●日 時 1月27日(火) 10:00～11:30 (受付9:45～9:55)

●場 所 コープデリ長岡センター (長岡市南七日町2-11)

●講 師 あたま体操 ながおか医療生協 岸 奈津子さん
eフレンズ体験会 コープデリにいがた 宅配チームリーダー

●定 員 15人

●参加費 100円(お土産付き) ※後日、生協利用代金と一緒に引き落としになります。

●保 育 あり 3人 ※生後6カ月～未就学児 (保育協力金 1人100円)

※外部保育もあります。4ページ下部をご覧ください。

●持ち物 スマホ(スマートフォンまたはタブレット)、筆記用具、飲み物

●申込方法 4ページ下部をご覧ください。

●申込締切 12月26日(金)



地域の茶の間

気軽にしゃべりなどが楽しめるスペースです！

多世代交流

長岡わになーれ

お子さん連れも大歓迎！

主催 / コープデリにいがた
協力 / ながおか医療生協

簡単な手仕事や
工作も楽しめます♪

開館時間内は
出入り自由です♪

おひとりでも
お友達と一緒にでも
お気軽にどうぞ♪

【日 時】 1月5日(月) 10:00～12:00

【場 所】 健康の駅 四郎丸 地域交流空間わいが家(長岡市土合4-1-14)

【持ち物】 マイカップ・ゴミ袋 【参加費】 無料 【申し込み】 不要

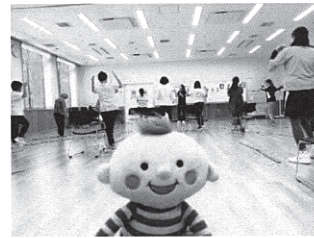
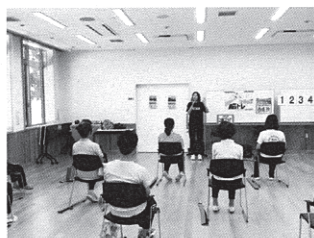
※朝の検温、マスク着用、手指消毒等の体調衛生管理にご協力をお願いします。

問い合わせ：コープデリにいがた 総合企画室 TEL 025-260-3351 (月)～(金)9:00～17:30

開催報告 リズム・ステップで脳トレ ～体を動かして、脳も活性化～



★開催日：10月17日(金) 場所：金谷地区公民館 参加人数：16人 ★
 気持ち良く運動できる季節到来！上越エリアでは、音楽のリズムに合わせて体を動かす
 「リズム・ステップ」企画を開催しました。手の動きだけ、足のステップだけ、から始まり、
 手足を同時に、さらには手や足の動きを少し変えて、となると、急にできない!!という
 不思議な体験をしました。講師としてお迎えした、スポーツ推進員の西條 玲さん
 から、「混乱している時ほど、脳は活性化する」と説明を受け、皆さんと一緒に
 たくさん混乱&活性化して、でも笑い合いなから楽しく活動しました。
 参加者から「ハニックの繰り返しで、脳が活性化できた」「簡単な動作なのに、
 反応できないのが面白かった」などの声をいただきました。ご参加、ありがとうございました！



開催報告

コープデリにいがたフェスタに バスで行ったよ～



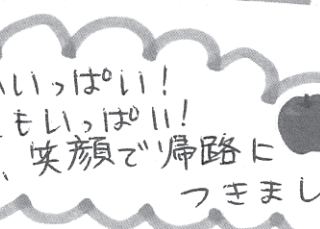
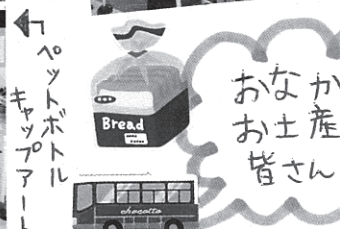
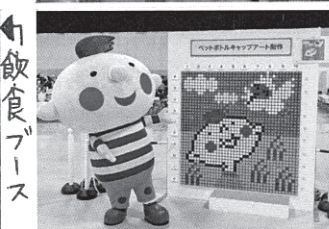
11月2日(日) 新潟市産業振興センター



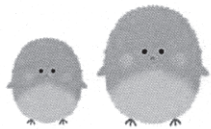
昨年の上越に続き、今年は中越からもフェスタ行きの貸し切りバスが運行されました。中越
 からは、コープデリ長岡センター発のバスに大人11人、子ども8人の計19人、上越からは糸魚川発、
 コープデリ上越センター経由のバスに大人23人、子ども11人の計34人の組合員さんが乗車し、
 皆さんでわくわくしながら会場へ向かいました。会場では、お楽しみがいっぱい!!



子どもたちが楽しめる
キッズコーナーや
トラムの乗車体験



おなかいっぱい!
お土産もいっぱい!
皆さん、笑顔で帰路に
つきました♡



みんな
おいでよ！

子育てひろば ぽっぽカフェ

「子育て」「孫育て」中の方がおしゃべりしてお茶を飲んで、
ホッと一息つける場所が「ぽっぽカフェ」です ●

参加費無料、申し込みも不要です♪組合員以外の方も参加できます。
ママ同士の情報交換やお子さんのかわいい手形・足形アートも作れます♡
お友達を誘ってぜひ遊びに来てくださいね♪
お待ちしております(*^▽^*)



手形アートもできるよ♪

- ◆日時 1月14日（水）9:30～11:30（時間内は出入り自由です）
- ◆場所 高齢者センターふそき2階 和室（長岡市新保町1399-3）
- ◆持ち物 マイカップ、お子さんの飲み物、ごみ袋

開催報告

みんなおいでよ！

はじめてのボッチャ in 長岡

中越エリア
初開催！！

【開催日】10月29日（水）【会場】高齢者センターふそき 【参加者】大人21人 子ども1人

パラリンピック公式競技でお馴染みになったボッチャを、長岡蒼柴スポーツクラブの川上美彦さんを講師に迎え、みんなで一緒に挑戦してみました。参加者さんをくじで4つのグループに分けて、班ごとにチーム名を考えました。参加したほとんどの方は初体験です。最初は思うところにボールが投げられずに困りましたが、ルール説明を聞いていざ試合になると、皆さんねらいを定めてボールを投げ合いました。最後まで勝負の行方が分からないのもボッチャの楽しいところです。勝っても負けても歓喜が湧いていました。今回は5歳のお子さんも参加してくれて和やかにゲームを終了しました。



講師によるルール説明



試合開始！！



みんなでハイポーズ♪

【参加者さんの声】

- ・オリンピックで興味を持っていました。参加できて、ルールも分かり、楽しめました。
- ・もっとボッチャをしたかったと思うくらい時間が短く感じました。

イベントの 申し込み方法

1月14日

THE・防災！



←応募フォーム
または電話
(025-260-3351)

上越
エリア

1月27日

あたま体操 and e フレンズ体験会



←応募フォーム
または電話
(025-260-3351)

中越
エリア

イベント参加時に コープの保育 外部保育

が利用できます！



詳細はこちらから↑

【重要】二次元コードの読み取りにご注意ください

現在、「参加申込」に使用する二次元コードの読み間違いにより、意図しない誤ったお申し込みが発生しております。お申し込みの際は、以下の点に十分ご注意ください、お手続きをお願いします。

- 参加申込をしないコードは、白紙などで覆い、読み取れないように工夫してください。
- 二次元コードを読み取った後、画面に表示されたページが、お申し込みを希望された「参加申込」ページであるかを、必ずページタイトル等でご確認ください。

—共通事項—

- 応募多数の場合は抽選し、開催5日前までに全員に参加の可否をご連絡します。連絡がない場合は、総合企画室(TEL 025-260-3351)までお問い合わせください。
- 応募フォームで申し込みの場合→メールにてご連絡します。
「sanka_niigata@coopdeli.coop」からのメールを受信できるように設定をお願いします。
- 電話で申し込みの場合→郵送にてご連絡します。

他のイベントの
開催報告はこちら！→



←Instagram やってます！
フォローおねがいします♪