開催場所	回数	日程	曜日	開始時間	終了時間	プログラム	講師	内容
コープテイズ芦屋 組合員集会室	3-1	2025年9月16日	火	10:30	12:00	お茶を楽しむ講座	榎伊藤園	・お茶の入れ方体験 ・お茶の種類、産地、保存法を学んで頂く ・手作りほうじ茶のつくり方 ・SDGsの取り組みについて
	3-2	2025年10月28日	火	10:30	12:00	今日からあなたも黒酢マスター！	坂元醸造(株)	鹿児島県の造り黒酢について歴史・製法・機能性などの勉強をしたのちに、美味しい利用法についてご紹介します。
	3-3	2025年11月18日	火	10:30	12:00	水産&グロサリー部門のブログが語ります！！	所属職員	
コープ打出浜 組合員集会室	3-1	2025年10月23日	木	10:15	11:45	コーヒーのおいしい淹れ方	UCC上島珈琲(株)	・コーヒーの基礎知識 ・コーヒーのおいしい淹れ方
	3-2	2025年11月20日	木	10:15	11:45	糖質について	江崎グリコ(株)	① 糖質についてのご説明 ② 糖質とのつきあいかた ③ おすすめ商品のご紹介…SUNAO
	3-3	2026年2月19日	木	10:15	11:15	水産のバイヤーが語るコープのお魚	水産バイヤー	新鮮で美味しいコープのお魚、仕入れのプロが、その魅力やこだわりから、選び方や調理のコツまで、耳よりなお話をたっぷりお伝えします。
コープ浜芦屋 組合員集会室	3-1	2025年9月27日	土	10:30	12:00	親子餃子教室	モランボン(株)	手作り餃子を作って・食べて楽しみましょう！ 餃子の包、餃子の焼きの他に食育についても学びます。 この教室を通して、手作りする楽しさを知って、おうち餃子名人を目指しましょう！
	3-2	2025年10月22日	水	10:30	12:00	知ってなっ得！みんなの「コープ商品」	所属職員	組合員の声から生まれた「コープ商品」。その魅力や進化の歴史を職員ならではの目線で楽しくお伝えします。
	3-3	2025年11月26日	水	10:30	12:00	スパイスをもっと使って、ご家庭の料理をもっとおいしく、華やかに！	ハウス食品(株)	・スパイスの基礎知識、代表的なスパイスのご説明 ・スパイスの簡単な活用法 ※カレーパウダーづくり
コープ北口食彩館 組合員集会室	4-1	2025年9月30日	火	10:30	11:30	きのこってなんだろう？ ～しめじ、マイタケ、エリンギの話を中心に～	ホクト(株)	・きのこの生産工程について ・きのこの栄養や下処理のコツについて
	4-2	2025年10月21日	火	10:30	11:30	水産のプロが“フードプランの「プリ」について熱く語ります！！	所属職員	
	4-3	2025年11月18日	火	10:30	11:30	女性のなりたい理想の肌に	株式会社ナリス化粧品	手元で実際にサンプルを使いながら、正しいお肌のケアを学んでいただけます。 ・コープ化粧品について ・国産バラの化粧品フリーリアの紹介 (バラの栽培から工場での製品化まで) ・季節のお肌の状態とスキンケアレッスン ・SDGsへの取り組みについて ・メイクレッスン(要相談)
	4-4	2026年2月24日	火	10:30	11:30	糖質について	江崎グリコ(株)	① 糖質についてのご説明 ② 糖質とのつきあいかた ③ おすすめ商品のご紹介…SUNAO
コープ若楽園 組合員集会室	4-1	2025年9月3日	水	10:30	11:45	鹿児島県産の野菜の魅力を伝えます！！	所属職員	
	4-2	2025年10月15日	水	10:30	11:45	ヨーグルトセミナー	雪印メグミルク(株)食育担当栄養士	ヨーグルトの基礎知識や乳酸菌についてご説明するとともに、ヨーグルトのおいしい食べ方や調理への活用法をご紹介します。 ●ヨーグルトの歴史、種類、製造方法や栄養など ●ヨーグルトに使われる乳酸菌の働きや特長 ●商品ラインナップのご紹介 ●ヨーグルト活用法のご紹介
	4-3	2025年11月19日	水	10:30	11:45	スパイスをもっと使って、ご家庭の料理をもっとおいしく、華やかに！	ハウス食品(株)	・スパイスの基礎知識、代表的なスパイスのご説明 ・スパイスの簡単な活用法 ※カレーパウダーづくり
	4-4	2026年1月21日	水	10:30	11:45	ビーフンが食生活を変える！？ ～グルテンフリーを学ぼう！～	ケンミン食品株式会社	グルテンフリーとは、小麦などに含まれるタンパク質の一種である“グルテンを摂らない食生活”のことをい、近年、健康やダイエットに関心のある人たちの間で注目されています。グルテンフリーから学ぶ、生活品質向上を目的とした実習講座を開催します。
コープ甲子園口 組合員集会室	3-1	2025年9月25日	木	10:30	12:00	食品工場の想い出を語りつくします！！	所属職員	
	3-2	2025年11月6日	木	10:30	12:00	オイルの基礎知識	株式会社J-オイルミルズ	・オイル全般の基礎知識 ・オリーブオイルの基礎知識 ・オリーブオイル活用メニュー提案
	3-3	2026年2月5日	木	10:30	12:00	今日からあなたも黒酢マスター！	坂元醸造(株)	鹿児島県の造り黒酢について歴史・製法・機能性などの勉強をしたのちに、美味しい利用法についてご紹介します。
コープ甲陽園 組合員集会室	3-1	2025年9月16日	火	10:30	12:00	骨・カルシウムセミナー	雪印メグミルク(株)食育担当栄養士	骨に欠かせないカルシウムなどの栄養素や、骨の健康を維持するポイントをご紹介します。 ●骨の役割やカルシウムの働き ●1日に摂りたいカルシウムの量 ●牛乳・乳製品のお料理への使い方、レシピの紹介
	3-2	2025年11月18日	火	10:30	12:00	コープの洗剤セフター♪人気の秘密	所属職員	毎日使うのに以外と知らない衣料用洗剤のこと。その歴史や、コープ商品の特長やこだわり、洗剤選びのポイントなどをお伝えします。
	3-3	2026年2月18日	水	10:30	12:00	知って安心！家族を困らせない相続・税金の話	税理士法人オアシス総研 オアシス相続センター(窓口：クレリ案内センター)	残された家族が困らないように、相続・税金の知識を身に付けましょう。

コープ甲東園 つどい場CO・K0	3-1	2025年9月25日	木	10:30	12:00	水産部門のプロがイチョシ商品を語ります！	所属職員	
	3-2	2025年10月16日	木	10:30	12:00	金芽米ってなに？ 普通精米と無洗米の違いは何？	東洋ライス(株)	・金芽米やロウカット玄米ってどんなお米？ ・無洗米とSDGsの意外な関係 ・美味しいごはんの炊き方、保存方法など
	3-3	2025年11月13日	木	10:30	11:30	ソーセージについて学ぼう	伊藤ハム(株)	ソーセージに関する基礎知識をお伝えします。 (SDGsの内容も一部組み込みます)
コープ夙川 組合員集会室	4-1	2025年10月14日	火	10:15	12:00	ゼスプリオーガニックキウイの魅力について	ゼスプリインターナショナルジャパン(株)	オーガニックのこだわりや栽培方法、日本への輸入経路などを通じてオーガニックキウイの良さをお伝えします
	4-2	2025年11月11日	火	10:15	12:00	ヘルシーバランスプレートなお好み焼を♪お好み焼教室	オタフクソース(株)	健康を考えるきっかけを盛り込んだお好み焼教室です。身近なお好み焼をもとに学びましょう。お好みソースの汎用性もご紹介させていただきます。
	4-3	2026年2月10日	火	10:15	12:00	前向きに”老い”と”介護”を考えましょう ～くらしと介護のヒント～	福祉事業部 職員	いつまでも自分らしい生活を送りたい。そんな誰もがもつあたりまえの想いに寄り添い実現するためのくらしと介護のヒントを、「生協10の基本ケア」としてまとめました。介護現場で培われた経験を知ること、介護や老いに前向きに準備をしていきましょう。介護が必要になったときの相談先などもご説明します。
	4-4	2026年3月10日	火	10:15	12:00	水産のバイヤーが語るコープのお魚	水産バイヤー	新鮮で美味しいコープのお魚。仕入れのプロが、その魅力やこだわりから、選び方や調理のコツまで、耳よりなお話をたっぷりお伝えします。
コープ西宮 組合員集会室	4-1	2025年9月10日	水	10:30	11:30	今日からあなたも黒酢マイスター！	坂元醸造(株)	鹿児島島の壺造り黒酢について歴史・製法・機能性などの勉強をしたのちに、美味しい利用法についてご紹介します。
	4-2	2025年10月8日	水	10:30	11:30	糖質について	江崎グリコ(株)	① 糖質についてのご説明 ② 糖質とのつきあいかた ③ おすすめ商品のご紹介…SUNAO
	4-3	2025年11月12日	水	10:30	11:30	農産&食品のプロがイチョシ商品と語ります！！	所属職員	
	4-4	2026年2月11日	水	10:30	11:30	果物の栄養と選び方(副店長)		
コープ西宮東 組合員集会室	3-1	2025年9月17日	水	10:30	11:30	農産部門のプロがフードプランの果物&自店スイーツについて語ります！！	所属職員	
	3-2	2025年11月19日	水	10:30	12:00	ヨーグルトセミナー	雪印メグミルク(株) 食育担当栄養士	ヨーグルトの基礎知識や乳酸菌についてご説明するとともに、ヨーグルトのおいしい食べ方や調理への活用法をご紹介します。 ●ヨーグルトの歴史、種類、製造方法や栄養など ●ヨーグルトに使われる乳酸菌の働きや特長 ●商品ラインナップのご紹介 ●ヨーグルト活用法のご紹介
	3-3	2026年1月21日	水	10:30	11:30	チョコレートの世界へようこそ！	榊明治(食育担当講師)	・チョコレートの歴史 ・チョコレートの製造過程を知る ・明治カカオサポートのご紹介(持続可能なカカオ豆生産への取組み)
コープ西宮南 つどい場 しましまひがしまち	3-1	2025年10月10日	金	10:30	11:30	自然のだしをとってみよう ～こんぶだし～	榊小倉屋居内	・日本の食文化の基本だしについて学習 ・昆布の産地と特徴、料理との相性は？ ・昆布だしのとり方
	3-2	2025年11月14日	金	10:30	11:30	水産部門のプロがイチョシ商品を語ります！！	所属職員	
	3-3	2026年1月16日	金	10:30	11:30	チョコレートの世界へようこそ！	榊明治(食育担当講師)	・チョコレートの歴史 ・チョコレートの製造過程を知る ・明治カカオサポートのご紹介(持続可能なカカオ豆生産への取組み)
コープ武庫川 組合員集会室	3-1	2025年11月18日	火	11:00	12:00	金芽米ってなに？ 普通精米と無洗米の違いは何？	東洋ライス(株)	・金芽米やロウカット玄米ってどんなお米？ ・無洗米とSDGsの意外な関係 ・美味しいごはんの炊き方、保存方法など
	3-2	2026年1月20日	火	11:00	12:00	オイルの基礎知識	(株)J-オイルミルズ	・オイル全般の基礎知識 ・オリーブオイルの基礎知識 ・オリーブオイル活用メニュー提案
	3-3	2026年2月17日	火	11:00	12:00	部門のプロ(?)がコープのイチョシ商品を語る	所属職員	
コープマリナパーク 組合員集会室	4-1	2025年9月19日	金	13:30	15:00	キリン健康セミナー	キリンビバレッジ(株)	・免疫とプラズマ乳酸菌について プラズマ乳酸菌に関する研究成果(免疫、肌、スポーツ) ※開始時期によっては、「熱中症対策」に関する内容も入れます
	4-2	2025年10月17日	金	13:30	15:00	お口の健康とオーラルフレイルについて	サンスター 専門チャネル統括部コープ営業部	・お口の健康(歯周病など)について ・オーラルフレイルについて ・オーラルケア製品の種類と使い方 ・SDGsの取組みについて(エコボルト化)
	4-3	2025年11月21日	金	10:15	12:00	UMAMI(うまみ)に世界が注目！乾しいたけをおいしくたべよう！	殿村食品(株)	生しいたけと乾しいたけとの違いやしいたけの美味しさの秘密を学びましょう。また、実際にご家庭で実践できる、美味しくなる調理時のポイントや、レシピのご紹介、簡単調理法なども紹介いたします。
	4-4	2026年2月20日	金	13:30	15:00	「とれびち」兵庫の豊かな海の魅力発見！～ちりめんモンスターをさがせ！～	所属職員	チリメンジャコの中にまじって見つかる小さな生き物たち、ちりめんモンスター。いろんなちりモンを見つけて、ちりモンマスターになりましょう。 あわせて、日本海と瀬戸内海のふたつ海に恵まれた兵庫の多彩な海産物の魅力も学びましょう。「とれびち」はJF兵庫漁連と連携して進める取り組みです。