

copeのお店 年末年始 お買得情報 年末年始もcopeのお店で!

日頃よりcopeぐんまのお店をご利用いただき、誠にありがとうございます。年末年始は営業時間が異なります。

下記をご確認いただき、年末年始もcopeぐんまのお店をご利用いただきますようお願いいたします。

営業時間	2025年12月				2026年1月			
	28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)
みさと店	9:00~22:00(通常営業)			9:00		9:00~19:00	9:00~22:00 (通常営業)	
中野店・東久方店	9:00~21:00		20:00		休業	9:30 19:00	9:30~21:00 (通常営業)	
新井店・昭和店・宮子店・寺尾店・藤岡店	9:00~22:00						9:30~22:00 (通常営業)	
お買得情報	ポイント10倍			ポイント5倍		抽選会	ポイント10倍	

【公告】出資金減資受付のご案内

copeぐんまの定款にもとづき、下記の通り出資金減資の受け付けを行います。

1. 受付期間 2025年11月21日(金)~12月20日(土)

2. 申込方法

- 店舗ご利用の方は、サービスカウンターへお申し出ください。
- コープデリ宅配ご利用の方は、地域担当者にお申し出ください。
- お渡しする申込用紙に必要事項をご記入の上、捺印し、お申し込みください。
※ご住所・組合員名・お電話番号・金融機関口座などが必要です。
※お申し込みの際には、ご本人を確認できるもの(免許証もしくはパスポートなど)をご提示ください。
- 払い戻しは口座振り込みになります
(ご本人名義の口座に限ります)。
※copeぐんまのご利用口座登録がある方は基本的にその口座(金融機関口座の記入不要)になります。

3. 払戻日

2026年3月19日(木)にご指定の金融機関口座に振り込みます。

※copeぐんまの定款では「組合員は、事業年度末の90日前までに申込み、該当年度の終わりに出資金の減少ができる」とありますので、12月20日(土)に締め切り、3月19日(木)の振り込みになります。(2026年3月20日(金)は「春分の日」で金融機関が休業のため、前倒しで振り込みになります)

4. お願い

出資金が30,000円以上残るよう、ご協力をお願いします。

※出資金はcopeの“もとで”です。組合員一人当たりの平均出資金額は17,710円(9月度末)ですが、30,000円をめざして増資のお願いをしています。

お問い合わせ・お申し込みは
店舗のサービスカウンター、
または、コープデリ宅配の
地域担当者までお願いします。

電話でのお問い合わせは、各事業所、
または、下記のcopeぐんま本部まで

TEL 0277-52-7711
(土・日曜を除く／9時～17時)

copeぐんまの健康応援!「ちょこっと体操」 テーマ:巻肩・猫背の予防と解消



①足を肩幅に開き、手を頭の後ろで組み、ゆっくりと鼻から息を吸います。



②ゆっくりと息を吐きながら、おへそを見るように首を前に倒し、肘どうしをよせるようにします。



③大きく息を吸いながら肘を開き、天井を見上げます。息を吐きながら①の体勢に戻ります。これを3セット繰り返しましょう。

copeぐんまが、皆さんの健康を応援!
ダンススクールインストラクター・
ダンスセラピー講師の嶋村先生による
健康体操シリーズです。日々の暮らし
の中に体操を取り入れて、生活習慣
を向上させましょう。

スマホやタブレットを見て
いる時に背中を丸めていませんか?
この姿勢は胸や肩に負担が
掛かっています。今回は胸や肩を開く運動を紹介します。



動画は
こちら