

コープを通じて皆さんの生活が「にこっとなったらいいな」という願いをこめて

NICO LIFE

August 2026

NICOLIFE (ニコライフ) は富士フィルム生協が発行するマンスリーニュースレターです。

富士フィルム生協は宅配事業の他に福祉・介護事業や共済事業、富士フィルムヘルスケア商品販売など、組合員の皆さまの心豊かなくらしをサポートする様々なサービスを提供しています。

NICOLIFEではそれぞれの最新の情報や取り組み、コープ商品の紹介、イベント案内など、組合員の皆さまのくらしに役立つ情報をご紹介します。



8月の 元気チャージ飯 夏野菜のパワーで

8月の不調を吹き飛ばそう!

連日の猛暑やエアコンによる冷えて、8月は心も体も疲れが溜まりやすい時期です。この「夏バテ」を解消するカギが、今が旬の夏野菜です。旬の野菜は栄養価が最も高いため、毎日の食卓にたっぷり取り入れて、過酷な夏を元気に乗り切りましょう!

熱中症予防と水分補給が出来る!

野菜たっぷり冷やし中華

トマトやきゅうり、ナスといった夏野菜は、水分とカリウムが豊富に含まれています。汗で失われるミネラルや水分を美味しく補給できます。



POINT

タンパク質で体力UP!

サラダチキンをトッピングすれば、タンパク質もとれて栄養バランス完璧の一皿!

夏の疲れを吹き飛ばす

野菜たっぷり南蛮漬け

お酢の「クエン酸」が体内の疲労物質を分解し、エネルギー代謝を活発にします。野菜を揚げ焼きにすることでコクと甘みが引き立ち、お酢の酸味と合わさることで、落ちた食欲を刺激します!



POINT

生姜をプラスで効果UP!

夏バテ防止に効果的な生姜は、辛味成分が胃腸を活発にし、血流を良くして冷房による冷えや疲労を解消!

ユーコープ体験イベントへ参加しよう！

6月に行われた、第67回通常総代会において、ユーコープとの組織合同を目指し、共同事業を強化していくことに関する議案提案を行い、承認いただきました。

組織合同が行われると、宅配だけでなくユーコープのお店や夕食宅配を始めとする、ユーコープのすべてのサービスをご利用いただけるようになり、毎日のくらしがいまよりずっと便利になります。2026年度は、そんなユーコープのサービスを体感できる、組合員参加イベントを実施していきます。この機会にぜひご参加いただき、いまよりもっと便利なくらしを少し先取りして体験してみませんか。皆さまのご参加をお待ちしております。

8月のイベント

ユーコープのお店 お買い物体験バスツアー

8月9日(日)締切

日頃、宅配でご利用いただいているコープ商品を、今度はユーコープのお店で見て、選んで、お買い物してみませんか。普段はなかなか見ることのできない店舗のバックヤード見学や、店長との懇談も予定しています。

日程

8月19日(水)、20日(木)

参加費

2,000円

(昼食代含む／口座引落)

募集人数

35名

申込締切

8月9日(日)まで

行程

8:30 小田原駅西口 出発
9:00 大雄山駅 出発
9:40 店舗見学&買い物
(ミアクチーナ秦野曽屋店／
ユーコープ平塚中原店)
12:15 昼食と懇談
(大磯プリンスホテル)
15:20 大雄山駅 解散
15:50 小田原駅 解散



ミアクチーナ秦野曽屋店



ユーコープ平塚中原店

お申込みは
こちらから



予告

9月のイベント予定

ユーコープ施設見学 商品検査センター&森の里要冷蔵センター ユーコープのお店 買い物体験バスツアー

宅配や店舗で販売している「冷蔵・冷凍」商品の仕分けを行う物流センターを見学した後、ユーコープの店舗でお買い物を体験するイベントです。日頃皆さんが利用されている商品の安全は、どの様に管理され、仕分け・梱包・出荷されているのかを確認いただける貴重な機会です。また、ユーコープのお店では、普段はなかなか見ることのできない店舗のバックヤード見学や、店長との懇談も予定しています。

日程

未定

参加費

2,000円

(昼食代含む／口座引落)

募集人数

35名

詳細は近日中に
チラシでご案内
します



商品検査センター



森の里セットセンター



ミアクチーナ鶴巻店

10月イベント予定

おうちCO-OP新小田原センター見学& ユーコープのお店 買い物体験バスツアー

2027年3月に移転する宅配センターを見学します。宅配センターでの徹底した品温管理の取組みと、最新設備をご確認いただけます。

見学後は、ユーコープのお店で、お買い物体験や店舗バックヤードの見学、店長との懇談なども予定しています。

日程は未定です。詳細はNICOLIFEおよび週配の際にお配りするチラシでご案内します。
事前のご予約はお受けしておりません。

予告

11月イベント予定

ユーコープリサイクルセンター見学& ユーコープのお店 買い物体験バスツアー

ユーコープが運営するリサイクルセンターを見学します。宅配の際にご提出いただくリサイクル品が、どの様に処理され、再利用されていくのかを詳しく知ることができます。

見学後は、ユーコープのお店で、お買い物体験や店舗バックヤードの見学、店長との懇談なども予定しています。

日程は未定です。詳細はNICOLIFEおよび週配の際にお配りするチラシでご案内します。
事前のご予約はお受けしておりません。

予告



組合員が自身の利用体験をもとに、商品や宅配サービスを近所や友人に紹介し、
くらしの輪を広げる活動です。

ご紹介

お友達紹介キャンペーン

あなたのお知り合いで宅配にご興味がある方がいらっしゃいましたらご紹介ください。



ご紹介いただいた方が
宅配を始めると
あなたとお友達に



宅配サービス料
1年間無料

または

3,000ポイント
プレゼント

お手頃価格でコープ商品をお試し頂ける
キャンペーンもご用意しています。
気になる方はお気軽にお問合せください。



情報提供

お仲間づくり

宅配を始めてくれそうな方の情報をお寄せください。



我が家の近くに
新築が
建ちました

小さな子がいる
家族が引っ越して
きたよ

勤務先で
宅配の試食会を
やって欲しい



情報を教えて
くれた方全員に

100ポイント プレゼント

※お仲間づくりに関係のない情報にはポイントは付与できません

さらに! 頂いた情報が新たな宅配利用につながると

宅配サービス料
1年間無料

または

3,000ポイント
プレゼント

きらきらステップ子育てサロンに遊びにきませんか♪

0～3歳未満のお子さまと保護者の皆さまを対象に子育てサロンを開催しています。
同じくらいの年齢のお子さんたちを囲んで楽しい時間を過ごしてみませんか。新しいお友達を作るきっかけとしてのご参加も、お友達と一緒に参加するのも大歓迎!
育児の息抜きや情報交換の場として、ぜひお気軽に遊びに来てくださいね!

0歳～2歳児と
ママ・パパ
対象



応募者多数の場合
先着15組
までとなります

開催内容

開催日 毎月1回

開催時間 10:00～13:00

※開催時間内ならいつ来て、いつ帰ってもOKです♪

場 所 富士フィルム生協
ふれあいセンター
(南足柄市竹松741)

参加費 **無 料**

開催案内について

**メールアドレスを
ご登録ください!**

きらきらステップ子育てサロン
開催案内を登録頂いたメール
アドレスへお送りしています。
ご案内を希望される方はメール
アドレスのご登録をお願い致し
ます。



※郵送でのご案内は行っておりません。



きらきら試食

お子様、ママ・パパに
試食を
ご用意
して
います



手形アート

手形にかわいく装飾
して、
作品を
作るう



おしゃべり・
おもちゃ遊びと
ちびっこ向け
テレビ鑑賞



キーホルダー作り

絵や写真を
キーホルダー
にしちゃおう



※イメージ

他にも不定期で楽しいイベントを開催します
詳しくは開催案内をご覧ください

Event Information

体験セミナー

参加費無料

8/27(木)

親子で楽しむベビトレヨガ

産後ママの心と身体をリフレッシュしながら、お子さんと一緒に楽しく動いたり触れ合っていきます♡

泣いてもOK! 身体が硬くてもOK! ベビトレヨガで楽しく心と身体を軽くしましょう♪

※対象：産後2ヶ月以降のママと、首すわり後〜3歳までのお子さん

場所・時間 ふれあいセンター
(南足柄市竹松741) 駐車場あり
10:00〜11:00

定員・締切 10名 8月19日(水)

講師 ベビトレヨガ KONOKA氏

持ち物 いつものお出かけセット、親子の飲み物、動きやすい服装、ヨガマット(レンタルあり)



お申込みは
こちら



健康セミナー

参加費無料

8/28(金)

夏の疲れをやさしく整える 東洋医学のお話

夏のたまった疲れや胃腸の不調を東洋医学から解説し、元気に秋を迎えるためのセルフケアをご紹介します。

場所・時間 ふれあいセンター
(南足柄市竹松741) 駐車場あり
10:00〜11:00

定員・締切 10名 8月19日(水)

講師 はり師・きゅう師
あん摩マッサージ指圧師 佐野氏

持ち物 筆記用具



お申込みは
こちら



お問合わせ
TEL 0465-20-5699

組活グループ
平日 9:00〜17:00

・各イベントは最少催行人数3名とさせていただきます。また、定員に対して応募者多数の場合は抽選となります。
・当選、落選結果は、締め切り日以降にメール・郵送・電話いずれかの方法でご連絡いたします。
・各イベント企画で撮影した写真を生協の広報紙やホームページに掲載させていただく場合がございます。

福祉介護部門 ライフサポート通信

富士ライフサポートでは福祉用具のレンタルや販売、手すりの取付けや段差解消等の住宅改修や階段昇降機設置等を行っています。

システムバス工事をおこないました!

システムバス工事は段差解消、床材変更、手すりの取付などの項目で介護保険の適用対象になる場合があります。



介護保険適用の場合は
最大で18万円の補助金が
給付されます

システムバスのメリット

①あたたかい

システムバスは躯体との間に空気層があり、外気温の影響を受けにくく冬も寒さを感じにくい。

②すべりにくい

FRP製の床はノンスリップ加工が施されてすべりにくい。

③工期が短い

工場で精密に作られた部材を現場で組み立てるため、3日前後で完成。

④お手入れラクラク

タイル目地がないためカビが発生しにくく掃除が簡単。

Before



After



脱衣場と
洗い場の
段差をなくし、
すべりにくい
床に変更



深かった
浴槽を
洗い場と
同じ高さに

湯河原町 Uさんの感想

工事しようか悩みましたが、
お願いしてよかったです。
段差がなくなったので高齢の
両親も安心して入浴できて
います。
デイサービスでなく、
自宅でゆっくり
お風呂に入れる
のは嬉しいよう
です。



お見積り無料

ぜひ一度ご相談ください

0465-32-3731

富士フィルム生協 アフパサダーさん Instagram紹介

『キウイの入った 彩り果実のフルーツミックス』

9292.officialさん



CO-OP

キウイの入った彩り果実のフルーツミックス
200g

この投稿は
こちら



公式
Instagram



ヨーグルトに冷凍フルーツミックスを
いれて混ぜると丁度いい感じに溶けて
子供もパクパク食べてくれます😊💕

朝ごはん、おやつにピッタリ♪

- ・キウイ🍌
- ・マンゴー🍌
- ・バナナ🍌
- ・ストロベリー🍓
- ・ブルーベリー🍇

5種類入ってるのは本当にありがたい💕💕
個々で買うといい値段しちゃう泣

リピート確定です👍

