



日 時：2025年11月8日(土)  
13:30~15:30(開場13:00)

開催場所：ねぶたの家 ワ・ラッセ  
1F 交流学習室(1)(2)(3)  
青森市安方1-1-1  
青森市文化観光交流施設

募集定員：100名  
※定員になり次第、受付終了となります。予めご了承ください。

申込先：右の二次元コードから  
または下記お電話にて  
0172-62-1477  
(コープあおもり 浪岡共済センター)  
受付時間/9:00~18:00 月~金(祝日含む)



参加は無料ですが事前申込みが必要です。

講師 ももせ いづみ氏 プロフィール

暮らし、ライフスタイルを主なテーマとするコラムニスト。忙しくてもゆとりと楽しく暮らすためのアイデア、時短レシピ、生き方のアドバイスなどが、性別や世代を超えて支持される。これまでに出版した書籍は50冊以上。また、一人娘として親の介護に携わる中「終活アドバイザー」の資格を取得。「捨てる」ではなく「残す」視点からの「片付け」の講座も幅広い世代から人気を集めている。近年はアーティスト活動にも力を入れており、国内外でのアートプロジェクトや展覧会の開催、絵本の出版などにも携わる。

ホームページ <http://www.izoomi-m.com>

主催 COOP生活協同組合コープあおもり  
後援 日本コープ共済生活協同組合連合会

コープあおもりLPAの会企画「くらしの見直し講演会」

片付けから始める暮らしの終活  
「捨てられない物の整理術。」  
片付けく！  
さくさく



講師 生活コラムニスト  
ももせ いづみ氏

2025年度版

ストーブオーバーホール&ホームタンク取付

しっかり分解して丁寧に整備！ストーブを安心して長くお使いになれます。

こんな時はご相談ください。

- 灯油の臭いがする。
  - 音がうるさくなった。
  - 着火が遅くなった。
  - 円筒ガラスが曇っている。
  - 火の色が赤い。
- 表示価格はすべて税込です。

ストーブオーバーホールはこちら▼

ホーム  
ページは  
こちらから



コープあおもり 検索

※お申込みは上記のホームページ内、申込み  
フォーム又は、下記電話番号よりご連絡ください。

【下記については別料金となります。】

- ストーブ・床暖の取り付け取り外し
- 床暖マットの不凍液交換
- パッキン交換(分解に伴い、必ず交換になります)。
- 交換した部品代は実費となります。

- ◇一部ご利用になれない地区がございます。
- ◇お支払いは口座引き落としになります。
- ◇作業終了後にお届けになります。
- ◇価格は予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。
- ※詳しい問い合わせはフリーダイヤルで  
ご連絡お願い致します。

ストーブオーバーホール組合員価格

ストーブの種類	分解整備料金
ポータブル	6,600円~
ファンヒーター	7,900円~
ポット式(丸角・ふく射型)	13,300円~
FF式(温風型・ふく射型)	14,400円~
床暖内蔵(煙突式)	22,600円~
床暖(FF・ポット型)	25,100円~

ホームタンク取付・交換

●ホームタンク本体(90~490型) 61,700円  
例 サンダイヤ・490型など

※ホームタンクの取付けには本体のほかに、下記の作業料が実施した項目のみかかります。(詳しくは、お問い合わせください)

・灯油入替料 ・旧タンク廃棄料 ・配管作業料 ・土台基礎工事

※作業は地域指定業者が実施いたします。

※価格は予告なく変更する場合がありますのでご了承ください。

ホームタンク取  
付・交換  
2次元コードからのお  
申込み



24時間  
留守電も  
言めて  
受付中

青森灯油センター ☎0120-017-764

弘前灯油センター ☎0120-170-446

八戸灯油センター ☎0120-808-061

◇電話でのお申し込みは、8:30~17:00(月~土)←左以外の時間は留守番電話でお受けします。(5月31日~9月20日の土曜日は休業日)

■ 商品の注文、お届け、請求についてのお問い合わせ先 ■ ( 受付時間 / 月～金 8:30～18:45 )

青森センター 0120-373-122 弘前センター 0120-084-466 八戸センター 0120-286-003  
むつセンター 0120-122-373 浪岡センター 0120-280-091 十和田センター 0120-126-236



支援を必要とする  
福祉分野等の団体に  
組合員さんからの募  
金で商品を購入し  
寄付する活動です。

# フードサポート しませんか?

生協の宅配で  
社会貢献

25年度第1回フードサポート募金のお知らせ

実施期間  
8月18日(月)～9月5日(金)

フードサポート募金の申込番号はこちら

申込番号 **199083**

一口100円の募金となります。

(例) 数量1 の場合100円の募金  
数量10 の場合1,000円の募金となります。



コープあおもりで商品を選定、まとめて購入し、  
青森県社会福祉協議会へ寄付いたします。

※画像はイメージです。

## 「フードサポート」 について

食べ物を持ち寄り、それを寄贈する  
「フードドライブ」などと同様、組合員  
の皆様からの「フードサポート募金」を、  
コープあおもりが預かり、レトルトカ  
レーやカップ麺等の商品を取り寄せ、  
「青森しあわせネットワーク」を通して  
生活に困っている方に寄贈する取り組み  
の名称です。

皆様の募金をお待ちしております。  
問合せ:商品企画課 0172-62-9933

### STEP 1



### STEP 2

組合員さんからの募金  
金額に合わせ、コープ  
あおもりがWeekから  
商品を手配します。

### STEP 3

商品を、コープあおもり  
でまとめて「青森しあ  
わせネットワーク」に参加  
している社会福祉法人に  
寄贈します。

集まった募金金  
額・寄贈した商  
品・数量などは、  
後日ホームページ、週刊版ニュー  
スでお知らせいた  
します。

## ピアノ調律

ピアノ調律技能士(国家資格)  
提携先:阿部ピアノ工房

<組合員価格> ★調律年数に関係なく!!

種類	本体価格	価格(税込)
アップライト	13,000円	14,300円
グランド	16,000円	17,600円
乾燥剤 500g*2個	3,000円	3,300円

※修理が必要な場合は、別料金となります。

ピアノ調律申込番号(あおもり) **287844**

【お申込み】共同購入注文用紙に上記番号をご記入いただくか、サービス事業センターまでご連絡ください。



### <組合員特典>

A キークリン B キーカバー \*A～Dの特典一つをお選び  
C インシュレーター D 防虫剤 ください。Cについては、対応  
できない場合がございます。

### 良かったわ～

丁寧な対応で気持ちよく調律していただきました。  
料金が分かっていて安心。ピアノが生き返ったよ  
うに響いています。

★「ピアノ買取り」もお任せください。



買取希望の組合員様は、ピアノの  
天板裏に書かれているピアノの型  
番をお知らせ下さい。

お支払い方法 提携先  
に直接

お申し込み お問い合わせは コープあおもりサービス事業センター 0120-540-502 受付時間/午前9時～午後5時(土・日定休)

## 太陽光発電

お見積り無料

高騰し続ける電気代対策を!!

太陽光+蓄電池  
電気の自給自足生活へ



現地調査無料

ご相談ください  
お待ちしております

京セラ EnerEzza Plus

・EVや燃料電池、発電機などの  
外部電源からも充電可能

太陽光・蓄電池で楽に電気代を節約

停電してもいつも通り電気が使える

株式会社 東日本ソラナ

お支払い方法 提携先  
に直接

お申し込み お問い合わせは コープあおもりサービス事業センター 0120-540-502 受付時間/午前9時～午後5時(土・日定休)