

A・コープ友の会
新規入会キャンペーン
ポイントプレゼント
期間 令和8年10月8日(木) ▶ 10月29日(木)

期間中、
コープ友の会に
規ご入会で
の会ポイント

100ポイント
プレゼント

※詳しくは店内ポスターをご覧ください。

毎月最後の週末は **A'kubo** あきぶ
スマイル感謝デー **2**
キャッシュバック
%
※現金・クレジットカード・スマホ決済など、A'kubo電子マネー以外での支払いは対象外となります。

株式会社
長野県A・coop®
本社／長野市市場2-1
☎ (026) 254-7600
<http://www.nagano-acoop.co.jp>

10/22

木 限り

A・コープ友の会

ポイント

2倍

サービスデー

信州

信州産信州福味鶏・国産

若鶏ムネ肉(正肉)

若鶏モモ肉(角切り)

県産・国産宣言

100%鶏肉

産地を確保

本体価格より
レジにて

2

割引

5day

5日5食以上の
お昼を食べてください

茨城県産

れんこん

100g当り

本体価格

8%

59円

参考税込 63円

10/23
金限り

A・コープ
友の会
ポイント

2倍

サービス
デー

10/24

土 限り

ポイント

2倍

ながの
子育て家庭
優待デー

信州土曜日は

子育て家庭
優待デー

『牛・豚・鶏』精肉100%
県産・国産宣言

信州産国産
食べて
応援!

信州産国産

信州産・国産

牛肉すき焼き用
各種

※対象商品に限りです。

本体価格より
レジにて

3割引

10/25

ポイント 2倍

日 限り

ながの
子育て家庭
優待デー

くらし 月5のつく日は
イキイキ
お買い物
サービスデー



信州産信州ポーク・国産
豚肉スライス各種

※対象商品に限りです。

県産・国産宣言

信州産
食べて
応援!

まとめ
て
お買得!!

よりどり

2バック セール 開催

お惣菜

三陸産銀鮭と
甘海老と
極海まぐろの
寿司盛合せ
1パック

本体
価格
8%

1,590円

参考税込 1,717円



A・コープ

— 営業時間のご案内 —

日曜日は各店 朝9時開店

各店の記載時間は月～土曜日の営業時間です。
 このチラシは緑文字の店舗が対象となります。
 ※その他の店舗は別チラシにて実施しております。

📍 インストアペーカリー取扱店舗 F=ファーマーズ

朝10時～夜8時30分まで営業

朝9時30分～夜8時まで営業

F	佐 久 平	店 📍	(0267) 88-8141
朝9時30分～夜8時まで営業			
F	う え だ	店 📍	(0268) 27-5580
コ	ア し お だ	店	(0268) 38-3828
F	松 代	店 📍	(026) 290-6655
F	篠 ノ 井	店	(026) 290-7272
F	南 長 野	店	(026) 214-8877
F	北 長 野	店 📍	(026) 225-9325
あ	ん ず	店	(026) 274-2800
F	び ん ぐ し	店 📍	(0268) 81-3334
す	こ う	店	(026) 248-8888
み	ゆ き	店 📍	(0269) 81-2222
F	お お ま ち	店 📍	(0261) 85-4710
原	村	店	(0266) 79-4995
F	富 士 見	店	(0266) 62-2090
F	ピア み どり	店 📍	(0266) 82-2200
F	サン・ライフ	店 📍	(0266) 73-1111
伊	那 中 央	店	(0265) 72-9644
宮	田	店	(0265) 84-1202
リ	カ ま つ か わ	店	(0265) 36-2577
F	た か ぎ	店 📍	(0265) 33-4488
F	い い だ	店	(0265) 23-7788
あい	ば ん い い だ	店 📍	(0265) 26-8320
ラ	ック あ ち	店	(0265) 43-2003
朝9時30分～夜7時30分まで営業			
し	ん ま ち	店	249は朝9時開店 (026) 262-3429
白	馬	店 📍	(0261) 27-6000
き	そ	店 📍	(0264) 23-3271
美	す ず	店	(0265) 27-3005
七	久 保	店	(0265) 86-3735
朝9時30分～夜7時まで営業			
お	み	店	(0263) 67-2009
朝9時～夜8時まで営業			
F	こ ま が ね	店 📍	(0265) 81-1107

**【牛・豚・鶏・精肉100%】
県産・国産宣言**

信州産・国産

牛切落とし

[100g当り333円]
300g 1パック

本体価格	999	円
8%		

参考税込 **1,078**円

組み合わせ自由

お一人様いずれかが2袋限り

日清食品

ラ王 3食パック

各種

本体価格	259	円
8%		

1袋 参考税込 **279**円



5day
5day
5day

1日5回中以上の
野菜を食べてよし

熊本県・茨城県産
ミミとまと

本体価格 **99**円
8% 参考税込 **106**円

100g
当り

信州 信州産 長野県A・コープ

信州ポークの
ジンギスカン

長野県A・コープ
信州ポーク
信州産豚肉100%使用

本体価格 **199**円
8% 参考税込 **214**円

100g
当り

各店1,000パック限定 たまごを除く店内1,000円以上(税別) お買い上げのお客様お一人様1パック限り ※原料の都合によりサイズが異なる場合がございます。 ※品切れの際はご容赦ください。 新鮮たまご M玉  本体価格 189円 8% 参考税込 204円 10玉 1パック	A・コープ特製 まぐろづくし  本体価格 2,590円 8% 参考税込 2,797円 1皿 ヤマザキ まるごとバナナ  本体価格 179円 8% 参考税込 193円 1本
---	---

目鉢まぐろ たたき 200g 1パック	本体 価格 8% 799円 参考税込 862円	お惣菜 信州産豚肉使用の 信州はるまき
アメリカ産原料 銀だら漬魚 ・西京漬 ・粕漬 各1切	本体 価格 8% 359円 参考税込 387円	 3本 1パック 本体 価格 8% 360円 参考税込 388円

国内産原料

オニオンペッパー

炙りまぐろ(解凍)



本体価格 **299**円

8% 参考税込 **322**円

100g当り

お惣菜

**贅沢な
まぐろかつ**

5枚 1パック

本体価格 **399**円

8% 参考税込 **430**円

アメリカ産
浅羽かれい
(解凍)



本体価格 **99**円
8% 参考税込 **106**円

100g
当り

国内産原料
塩漬(当店)

日本ルナ
バニラヨーグルト
各種



本体価格 **199**円
8% 参考税込 **214**円

100g×3
1パック

令和8年度産新米です。
マイパール長野
信州産
あきたこまち
4.5kg 1袋

新米

信州産
あきたこまち

本体価格 **2,490**円
8%
参考税込 2,689円

信州産 **シャインマスカット**

5day
1箱(6kg)まで
送料無料でお届け

100g 1箱
本体価格 **159**円
8%
参考税込 **171**円

**ハム・ウィンナー
ベーコン・焼豚**

全品 ※対象商品に限ります。

本体価格よりレジにて **2割引**

友の会ポイント **3P** 付き

伏見蒲鉾

- えびと玉ねぎの
寄せ揚げ
- ほたてと野菜の
寄せ揚げ

3枚
各1パック

本体価格 8% **299**円
参考税込 **322**円

ヤマザキ
大福・
まんじゅう
各種

豆
黒糖

本体価格 8% **89**円
参考税込 **96**円

信州のたまご
「恵」

10玉
1パック

本体価格 8% **259**円
参考税込 **279**円

※原料状況により「信州黄金たまご」に変更になる場合がございます。

アイスランド産原料
子持ちししゃも



本体価格 **299**円
8% 参考税込 **322**円

140g
1パック

ふじや食品
家族のだんらん
茶碗むし



本体価格 **379**円
8% 参考税込 **409**円

110g×4
1袋

塩さは(半身)

4枚
1パック

本体価格
85%OFF

599円

参考税込 646円

北海道産原料 他

さんま開き

4枚
1パック

本体価格
85%OFF

699円

参考税込 754円

お惣菜

信州産豚肉と
玉葱の串カツ

2本
1パック

本体価格
8%OFF

299円

参考税込 322円

ナリ産原料
塩銀鮭切身
(養殖)

100g当り

本体価格
18%

259円

参考税込 279円

組み合わせ自由

いずれか12コまたは1箱限り

東洋水産 **マルちゃん**

- ・赤いきつね
- ・緑のためぎ
- ・麺つくり鶏ガラ醤油

各1コ 12コ入 各1箱

ネスカフェ

ゴールドブレンド

組み合わせ自由

お一人様1ずつ
2本限り

本体価格
18%

649円

参考税込 700円

本体価格
18%

1,29円

参考税込 139円

本体価格
18%

1,500円

参考税込 1,620円

・レギュラー

・コク深め

・香り華やぐ

80g
各1本

雪印メグミルク

- ・MBPドリンク
- ・MBPドリンク
- 糖質オフ・低カロリー

100g 各1本

本体価格 8%

109円

参考税込 117円

本体価格 8%

99円

参考税込 106円

お一人様2本限り

ヤマサ

昆布つゆ

3倍濃縮

1ℓ 1本

本体価格 8%

239円

参考税込 258円

本体価格 8%

199円

参考税込 214円

友の会会員様

限定価格

友の会会員様

限定価格

お一人様2本限り

カゴメ
トマト
ケチャップ

500g 1本

本体価格 209円

83%OFF

参考税込 225円

ヤクルト

・ヤクルトY1000
・ヤクルトY1000
糖質オフ

糖質の質を向上
腸内環境改善

Y1000

ヤクルトと大豆由来発酵乳製品 シロタ株

110ml×6
各1パック

本体価格 799円

83%OFF

参考税込 862円

組み合わせ自由
お一人様いずれか2パック限り

はごろも

シーチキン
・Lフレッシュ・マイルド
・Lフレッシュオイル
不使用 **promo**

339円
70g×3
各1パック 参考税込 **366**円

お一人様1箱限り

AJINOMOTO

ほんだし
削りたての香り
しほまる
お味のからみお助

639円
450g
1箱 参考税込 **690**円

友の会ポイント**5P** 付き

フジッコ

ふじっ子煮

- ・ごま昆布
- ・しそ昆布

74g 各1パック

本体価格	239	本体価格	219
5%OFF		8%OFF	
参考税込	258円	参考税込	236円

友の会会員様
限定価格

組合わせせ自由
お一人様いづれか2コ限り

ハナマルキ

- ・お父さんみそ 750g
- ・お父さんみそ 白 750g
- ・だし入り風味一番 650g
- ・減塩だし入り 風味一番 650g

本体価格	249	本体価格	199
5%OFF		8%OFF	
参考税込	268円	参考税込	214円

友の会会員様
限定価格



まごころ宅配

Akoop

新規 ご入会 コース別 キャンペーン

キャンペーン期間 **11月30日(月)まで**

※詳しくは、店内ポスター等をご確認ください。

まごころ宅配はこんな方におすすめ！

- ・お買い物に行くのが大変な方…
- ・忙しくてお買ひ物の時間がない方…
- ・重いものを運ぶのが大変な方…

ご自宅までお届けする
『まごころ宅配』
がおすすめです！

新規ご入会で条件を満たした方にもれなくプレゼント！

おまかせ
コース

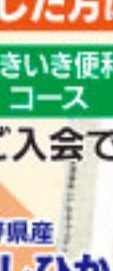
ご入会で



長野県産
あきたこまち
10kg 1袋

いきいき便利
コース

ご入会で



長野県産
**長しかり
ブランド**
5kg 1袋

選べるコース

ご入会で



信州県産
風さやか
3kg 1袋

各コースの詳細は別紙、まごころ宅配リーフレットをご覧くださいませ。

A・コープ自慢のお肉で
ごちそうメニュー

※写真はイメージです。

詳しいレシピはコチラ

日本

セール期間
10/22(木)▶25(日)

秋味グルメ旅

信州産 信州ポーク・国産
豚切落とし

本体価格 8%
139円

100g 当り
参考税込 150円

信州産 紅はるかの
大学芋

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
焼き芋ブリュレ

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
ピタミンちくわの
天ぷら 各種

本体価格 8%
299円

1パック
参考税込 322円

信州産 紅はるかの
小森なすの天ぷら

本体価格 8%
159円

100g 当り
参考税込 171円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

豚肉と玉ねぎのチーズケチャップ炒め

徳用パック
[100g当り132円]
380g 1パック

本体価格 8%
499円

参考税込 538円

日本ハム
シャウエッセン

本体価格 8%
389円

107g×2
1束
参考税込 420円

フードエ
満足朝食
・ロースハム
34g×3
・ハーフベーコン
30g×3

本体価格 8%
229円

各1束
参考税込 247円

ハク岳乳業
とろけるチーズ

本体価格 8%
479円

300g
1袋
参考税込 517円

信州産 信州ポーク・国産
豚切落とし

本体価格 8%
139円

100g 当り
参考税込 150円

信州産 紅はるかの
大学芋

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
焼き芋ブリュレ

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
ピタミンちくわの
天ぷら 各種

本体価格 8%
299円

1パック
参考税込 322円

信州産 紅はるかの
小森なすの天ぷら

本体価格 8%
159円

100g 当り
参考税込 171円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

地産地消 旬の味覚続々入荷中!

生産者直売
コーナー

信州産 信州ポーク・国産
豚切落とし

本体価格 8%
139円

100g 当り
参考税込 150円

信州産 紅はるかの
大学芋

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
焼き芋ブリュレ

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
ピタミンちくわの
天ぷら 各種

本体価格 8%
299円

1パック
参考税込 322円

信州産 紅はるかの
小森なすの天ぷら

本体価格 8%
159円

100g 当り
参考税込 171円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

永谷園
煮込みラーメン
・しょうゆ味
・みそ味

本体価格 8%
329円

2人前×2回分
各1箱
参考税込 355円

明治
チューブで
バター 1/3

本体価格 8%
269円

150g
1本
参考税込 290円

信州高原
低脂肪乳
1000ml

本体価格 8%
129円

1本
参考税込 139円

信州産 信州ポーク・国産
豚切落とし

本体価格 8%
139円

100g 当り
参考税込 150円

信州産 紅はるかの
大学芋

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
焼き芋ブリュレ

本体価格 8%
169円

100g 当り
参考税込 182円

信州産 紅はるかの
ピタミンちくわの
天ぷら 各種

本体価格 8%
299円

1パック
参考税込 322円

信州産 紅はるかの
小森なすの天ぷら

本体価格 8%
159円

100g 当り
参考税込 171円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

信州産 紅はるかの
小森なすのこく旨
味噌炒め

本体価格 8%
179円

100g 当り
参考税込 193円

全国有名 弁当まつり

10/25(日) 限り

全国各地の「駅弁」「空弁」「名物」が
A・コープのお店に大集合!

山陰本線 鳥取駅

元祖かに寿し

本体価格 8%
1,436円

1コ
参考税込価格 1,550円

北陸新幹線 福井駅

手押し焼き鯖寿し

本体価格 8%
1,371円

1コ
参考税込価格 1,480円

新千歳空港

海鮮七福弁当

本体価格 8%
1,436円

1コ
参考税込価格 1,550円

新千歳空港

石狩鮭

本体価格 8%
1,158円

1コ
参考税込価格 1,250円

仙台市名物

べこ政宗
牛たん弁当 塩

本体価格 8%
1,278円

1コ
参考税込価格 1,380円

常磐線 水戸駅

えんがわと
ひらめの
昆布アサギ寿司

本体価格 8%
1,371円

1コ
参考税込価格 1,480円

九州新幹線 鹿児島中央駅

鹿児島黒毛和牛
焼肉と
黒豚角煮めし

本体価格 8%
1,371円

1コ
参考税込価格 1,480円

近鉄線 奈良駅

柿の葉寿司
五種十個入

本体価格 8%
1,700円

1コ
参考税込価格 1,836円

北陸新幹線 福井駅

越前かにめし

本体価格 8%
1,556円

1コ
参考税込価格 1,680円

東海道本線 東京駅

そば屋の天むす

本体価格 8%
880円

1コ
参考税込価格 950円

北陸新幹線 富山駅

源
ますのすし鮒

本体価格 8%
1,482円

1コ
参考税込価格 1,600円