

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**
キヤッツシュ
%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

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 ※対象商品に限ります。 よりどり 2バックセール開催 『牛・豚・鶏』精肉100% 県産・国産宣言 信州産 食べて応援! まとめ て お買得!!		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。

 インストアペカリー取扱店舗
F＝ファーマーズ

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 南 長 野 店 (026)214-8877

あ ん ず 店 (026)274-2800

F び ん ぐ し 店  (0268)81-3334

『牛・豚・鶏・豚肉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

東洋水産

マルちゃん
焼そば

3人前
1袋

本体価格 199円

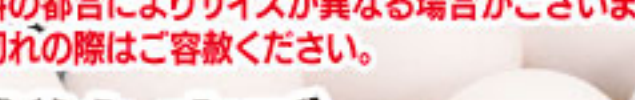
8% 参考税込 214円

北海道産
たまねぎ

5〜7玉
1ネット

本体価格 199円

8% 参考税込 214円

各店1,000パック限定 たまごを除く店内1,000円以上（概規） 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。 ※品切れの際はご了承ください。 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 まるごとし  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	

下記店舗のみの限定開催

- ・ファーマーズうえだ店
- ・コアしおだ店・あんず店
- ・ファーマーズびんぐし店
- ・すこう店・ファーマーズ松代店
- ・ファーマーズ篠ノ井店
- ・ファーマーズ南長野店
- ・ファーマーズ北長野店

目録まぐろ
たたき

200g 1パック

本体
価格

8%

799円

参考税込 **862**円

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

信州産豚肉使用の
信州はるまき

お惣菜



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%OFF

参考税込 106円

100g
当り

日本ルナ
バニラヨーグルト
各種

バニラヨーグルト

100g×3
1パック

本体
価格

199円

8%OFF

参考税込 214円

令和8年度新米です。

マイパール長野

信州産

あきたこまち

4.5kg 1袋

本体価格 **2,490**円

8%

参考税込 2,689円

新米

信州産

あきたこまち

信州産 **シャインマスカット**



100g 当り

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

※対象商品に限りです

本体価格よりレジにて

2割引

毎週
土曜日と日曜日

ながの
子育て家庭
優待デー

ながの子育て家庭優待バスポート
をご提示いただくと

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

ヤマザキ
大福・豆
まんじゅう
各種



1コ

本体価格 **299**円
8%
参考税込 **322**円

本体価格 **89**円
8%
参考税込 **96**円

信州のたまご
「恵」

10玉
1パック

本体価格 **259**円
8%
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
子持ちししやも



本体
価格

299

円

140g
1パック

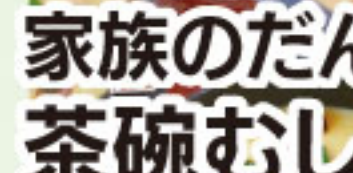
8%

参考税込

322

円

ふじや食品
家族のだんらん
茶碗むし



本体
価格

379

円

110g×4
1袋

8%

参考税込

409

円

4枚
1パック

北海道産原料 他

さんま開き

本体価格
599円

85%OFF

参考税込 646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
299円

8%OFF

参考税込 322円

チリ産原料
塩銀鮭切身
(養殖)

100g当り

本体価格
83% **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
- ・麺づくり鶏ガラ醤油

各1コ 12コ入 各1箱

ネスカフェ
ゴールドブレンド

お一人様いずれか
2本限り

- ・レギュラー
- ・コク深め
- ・香り華やぐ

80g 各1本

本体価格
83% **649**円

参考税込 **700**円

本体価格
83% **129**円

参考税込 **139**円

本体価格
83% **1,500**円

参考税込 **1,620**円

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

8%OFF

参考税込 **225**円

ヤクルト

- ・ヤクルトY1000
- ・ヤクルドY1000

糖質オフ

糖質0.5g未満
毎瓶の質 向上
腸内環境改善

Y1000

ヤクルト史上最高密度の乳酸菌 シロタ株

本体
価格

799円

8%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フレーク・マイルド
- ・Lフレークオイル

不使用 **promo**

70g×3
各1パック

お一人様1箱限り

AJINOMOTO

ほんだし

削りたての香り
とろとろと煮える
3種類のうま味

450g
1箱

本体価格 339円

8%
参考税込 366円

本体価格 639円

8%
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 159円

239円

参考税込 258円

本体価格 219円

219円

参考税込 236円

友の会会員様 限定価格

組合わせ自由

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 529円

249円

参考税込 268円

本体価格 214円

199円

参考税込 214円

友の会会員様 限定価格

100 **ポイント**
プレゼント!
 ※税抜 2,000円以上お買い上げの
 お客様に限りです。
 1,000円以上 **50**ポイント
 2,000円未満は

A・コープ自慢のお肉で
ごちそうメニュー

日本

セール期間
10/22(木) ▶ 25(日)

秋味
グルノ旅

9月 円

食卓彩る秋のおいしさ お惣菜

※写真はイメージです。

詳しいレシピはこちら





豚肉と玉ねぎのチーズケチャップ炒め

信州産信州ポーク・国産

豚切落とし

100g 当り

本体価格	139円
8%	
参考税込	150円

日本ハム

シャウエッセン



107g×2
1束

本体価格	389円
8%	
参考税込	420円

フードリエ

満足朝食

- ・ロースハム 34g×3
- ・ハーフベーコン 30g×3

各1束

本体価格	229円
8%	
参考税込	247円

ハク岳乳業

とろけるチーズ



300g 1袋

本体価格	479円
8%	
参考税込	517円

徳用パック

[100g当り132円]

380g 1パック

本体価格	499円
8%	
参考税込	538円

伊藤ハム

**まるごと美味しい
フランクフルト**

250g 1袋

本体価格	299円
8%	
参考税込	322円





国内産

生本まぐろ(養殖)

中ト口お刺身

本体価格 8%

100g 当り

990円

参考税込 1,069円



インド産 他

加熱用無頭

バナメイebi

(養殖・解凍)

本体価格 8%

399円

A・コープ特製

柑橘ジュレで食べる

- ・真鯛お刺身(養殖)
- ・ぶりひらお刺身(養殖)

本体価格 8%

599円



信州産
紅はるかの
大学芋 100g当り

本体価格 169円
8%
参考税込 182円



信州産
紅はるかの
焼き芋ブリュレ 100g当り

本体価格 169円
8%
参考税込 182円



信州伝統野菜
小森なすの天ぷら 100g当り

本体価格 159円
8%
参考税込 171円



信州伝統野菜
小森なすのこく旨
味噌炒め 100g当り

本体価格 179円
8%
参考税込 193円



国産豚レバーと
信州産自甘ねぎのネギレバ 100g当り

本体価格 219円
8%
参考税込 236円



エーコープの信州産
・牛肉コロッケ
・豚肉メンチかつ 2枚 各1パック

本体価格 299円
8%
参考税込 322円



エーコープの
信州プレミアムメンチかつ 2枚 1パック

本体価格 399円
8%
参考税込 430円

カネ力食品

三正蒲鉾

お酒 長野県A・コブ

丸大食品

ブロックベーコン

本体価格 89% **359円**

150g 1パック

参考税込 **387円**

信州ハム

ローズハムスライス

積み重ね

本体価格 89% **299円**

200g 1パック

参考税込 **322円**

創味

焼肉のたれ

・初代
・三代目

本体価格 89% **399円**

320g 各1本

参考税込 **430円**

創味

創味の白だし

本体価格 89% **399円**

500ml 1本

参考税込 **430円**

日本食研

食研町食堂

・チキン南蛮の素
・油淋鶏の素

本体価格 89% **199円**

3~4人前 各1袋

参考税込 **214円**

地産地消 旬の味覚続々入荷中!

生産者直売

コーナー

5day

信州産Aコブ契約農場より

信州産

生しいたけ

100g 1パック

本体価格 89% **89円**

2L級 1本

参考税込 **96円**

長野県Aコブ

信州玉ねぎ

ドレッシング

本体価格 89% **199円**

280ml 1本

参考税込 **214円**

10尾 1パック 参考税込 **430円**



国内産原料
しらす干し

本体価格 85% **399円**
参考税込 **430円**

100g 当り

アメリカ産原料
縞ほっけ開き(半身)

アメリカ産原料
赤魚開き(半身)

長崎県産原料
真あじ開き

2枚 各1パック 参考税込 **538円**

ロシア・アメリカ産原料

- ・有色明太子(切子)
- ・有色たら子(切子)

各100g 当り 本体価格 85% **299円**
参考税込 **322円**

宮崎県産原料
国産うなぎ蒲焼(養殖)

125g 1尾 本体価格 8% **1,990円**
参考税込 **2,149円**

日本の秋味



新米 友の会ポイント**100P**付き

天恵米 長野こしひかり

7.5kg (約5升)

本体価格 8% **4,490円**

参考税込 **4,849円**

7.5kg 1袋

令和8年産新米です。7.5kgは、白米約5升分です。

ごちそう釜飯の素
・栗・松茸



2合用 各1パック

本体価格 8% **439円**

参考税込 **474円**

栗・とうふ さつま芋 とうふ



65g×2 各1袋

本体価格 8% **229円**

参考税込 **247円**

長野県A・コープ

長野こしひかり 天恵米

7.5kg 1袋

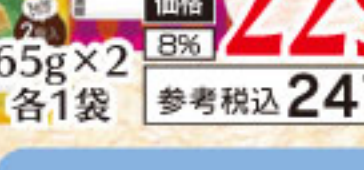
本体価格 8% **4,490円**

参考税込 **4,849円**

冷凍食品

テーブルマーク

鍋焼えび天うどん



297g 1袋

本体価格 8% **379円**

参考税込 **409円**

宝酒造 寶CRAFT

・信州シナブリップ

・信州サガナバール



330ml 各1本

本体価格 10% **329円**

参考税込 **361円**

※20歳以上の年齢である事を確認できない場合には酒類の販売をいたしません。

大雪溪 純米吟醸



720ml 1本

本体価格 10% **1,790円**

参考税込 **1,969円**

COOK DO

CookDo

・回鍋肉用
・青椒肉絲用
・麻婆茄子用
・四川式麻婆豆腐用
・広東式麻婆豆腐用

169円

3〜4人前
各1箱

参考税込 182円

COOK DO

CookDo

きょうの大皿

・豚バラ大根
・豚バラ白菜
・豚バラピーマン
・肉みそキャベツ
・豚バラなす
・とろ卵豚キャベツ
・すき焼き肉豆腐

139円

3〜4人前
各1箱

参考税込 150円

COOK DO

クノール

・ふんわりたまごスープ
・ほうれん草とベーコンのスープ
・ふんわりたまごスープ
・塩分30%カット

309円

5人食
各1袋

参考税込 333円

永谷園

煮込みラーメン

・しょうゆ味
・みそ味

2人前×2回分
各1箱

329円

参考税込 355円

明治

チューパタ

具だくさんタルタル

145g
1本

229円

参考税込 247円

永谷園

煮込みラーメン

・しょうゆ味
・みそ味

2人前×2回分
各1箱

329円

参考税込 355円

明治

チューパタ

具だくさんタルタル

145g
1本

229円

参考税込 247円

永谷園

煮込みラーメン

・しょうゆ味
・みそ味

2人前×2回分
各1箱

329円

参考税込 355円

明治

チューパタ

具だくさんタルタル

145g
1本

229円

参考税込 247円

信州高原 低脂肪乳
1000ml 1本

本体価格 5%OFF **129円**
参考税込 139円

愛媛県産 極早生みかん
6~8玉 1袋

本体価格 5%OFF **369円**
参考税込 398円

信州高原 低脂肪乳
1000ml 1本

本体価格 5%OFF **129円**
参考税込 139円

奈良県・和歌山県産 たねなし柿
2L級 1玉

本体価格 5%OFF **119円**
参考税込 128円

OBB 各種 BB 本体価格 8% 109円 参考税込 117円	アジパン 本仕込食パン 各種 本体価格 8% 159円 参考税込 171円 1袋	エイスぺカリ 厚切りパウムクーヘン 安納芋 丸三玉屋 栗羊かん 10本 1袋 本体価格 8% 299円 参考税込 322円	農協直販 ドリンク ヨーグルト 各種 180g 1本 本体価格 8% 99円 参考税込 106円	井村屋 アイス BOXあずきバー 65ml×6箱 本体価格 9% 289円 参考税込 312円
3袋で お得 本体価格 8% 300円 参考税込 324円	渡辺食品 徳用ふぞろいあんどん 240g 1袋 本体価格 16% 499円 参考税込 538円	9コ入 1袋 本体価格 8% 299円 参考税込 322円	日新堂製菓 福栗 8コ 1袋 本体価格 8% 349円 参考税込 376円	大王製紙 日用品 ピーチキッチンタオル 4口ロール 1包 本体価格 10% 229円 参考税込 251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!

駅弁	山陰本線 鳥取駅	北陸新幹線 福井駅	新千歳空港	新千歳空港	名物	仙台市名物	常磐線 水戸駅	九州新幹線 鹿児島中央駅	近鉄線 奈良駅	北陸新幹線 福井駅	東海道本線 東京駅	北陸新幹線 富山駅
元祖かに寿し	手押し焼き鯖寿し	海鮮七福弁当	石狩鮭	べこ政宗 牛たん弁当+塩昆布△彩寿司	えんがわとひらめの 昆布△彩寿司	鹿児島黒毛和牛焼肉と黒豚角煮めし	柿の葉寿司 五種十個入	越前かにめし	そば屋の天むす	源 ますのすし剣		
本体価格 8% 1,436円 参考税込価格 1,550円	本体価格 8% 1,371円 参考税込価格 1,480円	本体価格 8% 1,436円 参考税込価格 1,550円	本体価格 8% 1,158円 参考税込価格 1,250円	本体価格 8% 1,278円 参考税込価格 1,380円	本体価格 8% 1,371円 参考税込価格 1,480円	本体価格 8% 1,371円 参考税込価格 1,480円	本体価格 8% 1,700円 参考税込価格 1,836円	本体価格 8% 1,556円 参考税込価格 1,680円	本体価格 8% 880円 参考税込価格 950円	本体価格 8% 1,482円 参考税込価格 1,600円		