

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



A・コープ

**10/30**

金 限り

本日 A・コブ  
友の会  
ポイント

**3倍**

生産者直売  
商品に限り  
友の会  
ポイント

**4倍**

チャージ  
ボーナスデ

北海道  
フェア



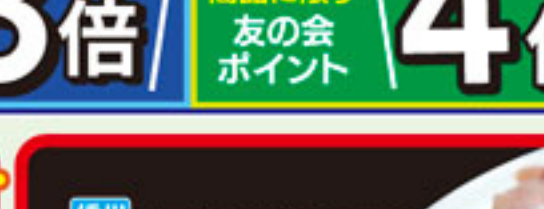
新鮮な  
北海道の地魚を  
お届けします

※天候により入荷しない場合がございます。

信州産 信州福味鶏・国産

若鶏モモ肉

○正肉○角切り



本体価格より  
レジにて

『牛・豚・鶏』精肉100%  
県産・国産宣言

おいしく  
食べて  
応援!

2

割引

10/31

土 限り

A・コープ友の会  
ポイント

3 倍

サービス  
デー

ながの 土曜  
子育て家庭  
優待デー

お惣菜

北海道産チーズと生クリーム入  
グラタンコロッケ

北海道産甘エビの旨味たっぷりコロッケ

北海道産コク旨チーズコロッケ

本体価格 380円

8% 370円

8月 各1パック

参考税込 410円

100% 県産・国産宣言

信州産・国産

牛肉手切り 焼肉用・各種

対象商品に限りです。

本体価格よりレジにて

3 割引

**11/1**

**目限り**

A・コブ友の会  
**ポイント 3倍** / サービスデー

ながの 日曜日 日は  
子育て家庭  
優待デー

〇〇日曜日 日は  
**かんぱん**



『牛・豚・鶏・精肉100%  
県産・国産宣言』

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パックセール**

まとめて  
お買得!!



**北海道フェア**

北海道産原料  
生食用ボイル  
紅ずわいがに

|      |             |
|------|-------------|
| 本体価格 | 990円        |
| 8%   |             |
| 1尾   | 参考税込 1,069円 |

| 営業時間のご案内                                                                                          |                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <b>日曜日は各店 朝9時開店</b>                                                                               |                |
| 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 <b>緑文字の店舗が対象</b> となります。<br>※その他の店舗は別チラシにて実施しております。                                         |                |
|  インストアベカリー取扱店舗 | F＝ファーマーズ       |
| <b>朝10時～夜8時30分まで営業</b>                                                                            |                |
| F 佐 久 平 店                                                                                         | ☎(0267)88-8141 |
| <b>朝9時30分～夜8時まで営業</b>                                                                             |                |
| 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 川 井 店                                                                                         | ☎(026)290-7272 |
| F 南 長 野 店                                                                                         | (026)214-8877  |
| F 北 長 野 店                                                                                         | ☎(026)225-9325 |
| あ ん ず し 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 ビ ア み ど り 店                                                                                     | ☎(0266)82-2200 |
| F サ ン ・ ラ イ フ 店                                                                                   | (0266)73-1111  |
| 伊 那 中 央 店                                                                                         | (0266)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 だ 店                                                                                           | (0265)23-7788  |
| あいばいんいだ店                                                                                          | ☎(0265)26-8320 |
| ラ ッ ク あ ち 店                                                                                       | (0265)43-2003  |
| <b>朝9時30分～夜7時30分まで営業</b>                                                                          |                |
| し ん ま ち 店                                                                                         | (0266)262-3429 |
| 白 馬 店                                                                                             | ☎(0261)72-6000 |
| き そ 店                                                                                             | (0264)23-3271  |
| 美 す ず 店                                                                                           | (0265)72-3005  |
| 七 久 保 店                                                                                           | (0265)86-3735  |
| <b>朝9時30分～夜7時まで営業</b>                                                                             |                |
| お み 店                                                                                             | ☎(0263)67-2009 |
| <b>朝9時～夜8時まで営業</b>                                                                                |                |
| F こ ま が ね 店                                                                                       | ☎(0265)81-1107 |



**北海道**  
フェア

北海道産  
**有頭甘えび**  
(お刺身用)  
100g当り

|      |              |
|------|--------------|
| 本体価格 | <b>599</b> 円 |
| 8%   |              |

※天候により入荷しない場合がございます。

参考税込 **646**円



**北海道**  
フェア

北海道産原料  

- ・明太子 淡色
- ・たら子 淡色

|      |              |
|------|--------------|
| 本体価格 | <b>599</b> 円 |
| 8%   |              |

90g 各1パック

参考税込 **646**円

※原料の配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。

**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

**新鮮たまご M玉**  
10玉 1パック

|      |      |
|------|------|
| 本体価格 | 189円 |
| 8%   |      |
| 参考税込 | 204円 |

**信州産トマトソースで食べる  
北海道産ジャンボたらこ**

**北海道フェア**

1枚 1パック

|      |      |
|------|------|
| 本体価格 | 499円 |
| 8%   |      |
| 参考税込 | 538円 |

信州産

・ナガノパープル  
・シャインマスカット

各100g当り

本体  
価格

8%

199

円

参考税込 214円

マルパン  
味の旨み  
素揚げ

マルパン  
味の旨み  
野菜天

4枚パック

本体  
価格

8%

219

円

参考税込 236円

5day  
5日間以上利用で最大8%OFF

|                                                                                                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>お一人様2点限り</p> <p>信州産<br/>(長野県A・コブ契約農場より)</p> <p>はくさい</p> <p>1/2カット</p> <p>本体価格 8% <b>199</b>円</p> <p>参考税込 <b>214</b>円</p> <p><b>5day</b><br/>1日5食まで<br/>お持ち帰り可</p> | <p>チリ産原料</p> <p>塩銀鮭切身<br/>(養殖)</p> <p>100g当り</p> <p>本体価格 8% <b>259</b>円</p> <p>参考税込 <b>279</b>円</p> | <p>組み合わせ自由<br/>お一人様いずれか2袋限り</p> <p>明星</p> <p>チャルメラ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・じょうゆ</li> <li>・みそ</li> <li>・宮崎辛麺</li> </ul> <p>5食パック 各1袋</p> <p>本体価格 8% <b>349</b>円</p> <p>参考税込 <b>376</b>円</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**お惣菜**

**海鮮かつ** (北海道産かに入)

**北海道フェア**

5枚 1パック

|      |      |
|------|------|
| 本体価格 | 380円 |
| 8%   |      |
| 参考税込 | 410円 |

農協直販

**農協牛乳ヨーグルト**

75g×3 1パック

|      |      |
|------|------|
| 本体価格 | 119円 |
| 8%   |      |
| 参考税込 | 128円 |

お一人様2本限り

J-オイルミルズ

**オリーブオイル  
エクストラバージン**

300g 1本

|      |      |
|------|------|
| 本体価格 | 599円 |
| 8%   |      |
| 参考税込 | 646円 |

JOY! OLIVE OIL EXTRA VIRGIN

鮮度 こだわったオリーブオイル  
フレッシュ度アップ100%

オリーブオイル 100%

300g



1牛・豚・鶏・牛肉100%  
県産・国産宣言

国産  
**牛肉味付焼肉用**

|                         |     |   |
|-------------------------|-----|---|
| 本体<br>価格                | 399 | 円 |
| 8%                      |     |   |
| 100g当り 参考税込 <b>430円</b> |     |   |

※おみ店・原村店・七久保店・宮田店ではお取り扱いがございません。



大豆のうまみ  
大豆本来のおいしさを  
活かす

無調整  
豆乳

くらしモア

無調整豆乳

1000ml 1本

|                  |     |   |
|------------------|-----|---|
| 本体<br>価格         | 189 | 円 |
| 8%               |     |   |
| 参考税込 <b>204円</b> |     |   |

マイパール長野  
長野コシヒカリ  
パールの煌めき

5kg 1袋

本体価格 **2,790**円  
89%

参考税込 3,013円

今和8年産

新米  
パール  
パールの煌めき

長野コシヒカリ

5kg 1袋

本体価格 **2,790**円  
89%

参考税込 3,013円

組み合わせ自由  
お一人様1袋  
2本限り

2  
キューピー  
キューピー

450g  
400g

本体価格 **279**円  
89%

参考税込 301円

古越製糖

信州生そば  
つゆ付き

2食 1パック

本体価格 **459**円  
8%

参考税込 495円

**組み合わせ自由**  
お一人様いずれか3口限り

日清食品

- ・日清のどん兵衛  
(きつねうどん・  
天ぷらそば・  
鴨だしそば)
- ・日清焼そばU.F.O.  
濃い味の濃厚ソース!



本体価格 **149円**  
8% 参考税込 **160円**

**組み合わせ自由**  
お一人様いずれかが2口限り

やまじろし  
**たっぷり  
こうじ**  
白づくり  
赤づくり

750g  
各1コ

本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

**組み合わせ自由**  
お一人様いずれかが2箱限り

S&B  
• **ゴールデンカレー**  
(甘口・中辛・辛口)  
5~6皿分×2  
• **濃いカレー** 中辛  
5皿分×2  
• **濃いシチュー**  
(クリーム・ビーフ)  
5皿分×2

S&B  
**GOLDEN CURRY**  
濃  
189円  
8% 参考税込 204円



フジッコ  
**カスピ海ヨーグルト**  
・プレーン・脂肪ゼロ

北海道産  
生乳  
100g  
400g  
各1コ

本体価格 19% **269**円  
参考税込 290円



創味  
**創味のつゆ**

1000ml 1本

本体価格 8% **599**円  
参考税込 646円

友の会 会員様 **限定価格**



# まごころ宅配

## 新規ご入会

## コース別

## キャンペーン

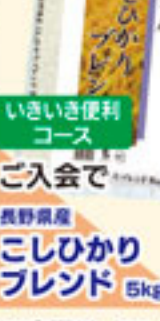
キャンペーン期間 **11月30日(月)まで**

※詳しくは、店内ポスター等をご確認ください。

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  
長野風度  
**あきたごまち**  
10kg・1箱



**いしやまあんこコース**  
ご入会で  
長野風度  
**こしひかりブレンド**  
5kg・1箱



**運べるコース**  
ご入会で  
信州風度  
**風さやか**  
5kg・1箱

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。

**まごころ宅配はこんな方におすすめ！**

- ・買い物に行くのが大変な方…
- ・忙してお買い物時間が少ない方…
- ・重いものを運ぶのが大変な方…

そんな方に！

ご自宅までお届けする

「まごころ宅配」

がおすすめです！

10月30日(金)〜11月1日(土)

**3日間通しての  
お買得品!!**



新潟県産  
**まいたけ**

本体価格 129円  
5%OFF

100g当り 参考税込 139円

〔牛・豚・鶏・鶏肉100%  
県産・国産宣言〕



信州産・国産  
**和牛切落し**

本体価格 1,990円  
5%OFF

100g当り 569円  
350g 1パック 参考税込 2,149円



和歌山県・静岡県産  
**ゆら早生みかん**

6〜8玉 1袋

本体価格 459円  
5%OFF

100g当り 495円



信州産・国産  
**牛切落し**

本体価格 1,990円  
5%OFF

100g当り 569円  
350g 1パック 参考税込 2,149円

|                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>31e・1e限定</b></p> <p>信州産・国産<br/>牛切落し</p> <p><b>徳用パック</b><br/>(100g当り 694円)<br/><b>500g 1パック</b></p> <p><b>本体価格 1,390円</b><br/>参考税込 1,501円</p> | <p>信州産信州ホー・国産<br/>豚切落し<br/>100g当り</p> <p><b>本体価格 139円</b><br/>参考税込 150円</p> <p><b>徳用バック</b><br/>(100g当り 136円)<br/>380g 1パック</p> <p><b>本体価格 499円</b><br/>参考税込 538円</p> | <p>カゴメ<br/>野菜生活100<br/>オリジナル 野菜生活100</p> <p>720㎖ 1本</p> <p><b>本体価格 199円</b><br/>参考税込 214円</p>                |
| <p>信州ハム<br/>ローズハムスライス<br/>積重ね</p> <p><b>本体価格 499円</b><br/>参考税込 538円</p> <p>200g<br/>1パック</p> <p><b>本体価格 299円</b><br/>参考税込 322円</p>                 | <p>台湾・インド洋産 他<br/>黄肌まぐろ<br/>お刺身(解凍)</p> <p><b>本体価格 499円</b><br/>参考税込 538円</p> <p>100g当り</p>                                                                           | <p>カゴメ<br/>・トマトジュース 低塩<br/>・食塩無添加ジュース<br/>(トマト・野菜)</p> <p>720㎖ 各1本</p> <p><b>本体価格 239円</b><br/>参考税込 258円</p> |



令和8年産  
新米  
長野県Aコップ  
風さやか  
7.5kg 1袋  
本体価格 4,290円  
送料 550円  
参考税込 4,633円



**MEYER**  
シールキャンペーン中!  
※詳しくは店内掲載ポスターをご覧ください。  
キャンペーン期間 ~ 2027.1月31日(日)まで

**北海道のわた雪みtainなレアチーズ**

1コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

わらく堂

北海道のわた雪みtainなレアチーズ

1コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

OTARU CRYSTA

円甘味

本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

**北海道のイチオシ**

みれい菓 北海道生ティラミス

1コ  
本体価格 799円  
8% 参考税込 862円

花月 クリームスイートポテトパイ

1コ  
本体価格 799円  
8% 参考税込 862円

**ペイク**

北海道練乳あずき

1コ  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

北海道牛乳のミニパン

10コ入り  
本体価格 459円  
8% 参考税込 495円

北海道小倉あん & ホイップ

1コ  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

**大地の恵**

北海道産じゃがいも

600g 1袋  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

北海道産かぼちゃ

100g当り  
本体価格 39円  
8% 参考税込 42円

北海道産にんじん

1.2kg 1袋  
本体価格 259円  
8% 参考税込 279円

北海道産玉ねぎ

5〜7玉 1ネット  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

**北海道 11月 1日 限定**

海鮮 & 牛タン  
よくばり弁当

1コ  
本体価格 1,371円  
8% 参考税込 1,480円

十勝名物 豚丼

1コ  
本体価格 1,343円  
8% 参考税込 1,450円

いくら石狩鍋

1コ  
本体価格 1,343円  
8% 参考税込 1,450円

北海道炙りサーモンと二種のいくら丼

1コ  
本体価格 1,463円  
8% 参考税込 1,580円

贅沢厚切りサーモン弁当

1コ  
本体価格 1,371円  
8% 参考税込 1,480円

**北海道フェア**

セール期間 10/30金 - 11/1日

なまらうまい!

昭和製菓 函館スフレ

5コ 1箱  
本体価格 1,109円  
8% 参考税込 1,197円

**北の味覚便**

もちもちチーズポテト

3コ 1パック  
本体価格 380円  
8% 参考税込 410円

北海道チーズ入りチキンフライ

4枚 1パック  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

北海道産一夜干し焼きこまい

3尾 1パック  
本体価格 399円  
8% 参考税込 430円

北海道産唐揚げ

1尾  
本体価格 780円  
8% 参考税込 842円

北海道産黒毛和牛入コロッケ

1コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

北海道産ホタテクリームコロッケ

4コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

北海道産ポテトグラタンコロッケ

4コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

北海道産えびす南コロッケ

4コ  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

北海道産鮭入クリーミーコロッケ

5コ  
各1パック  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

**北海道産3種の貝と生本鮪入り握り寿司盛合せ**

6貫 1パック  
本体価格 1,190円  
8% 参考税込 1,285円

**北海道には**

小樽てんぷら

10枚 1袋  
本体価格 399円  
8% 参考税込 430円

北海道産じゃがいも

100g当り  
本体価格 39円  
8% 参考税込 42円

北海道産にんじん

1.2kg 1袋  
本体価格 259円  
8% 参考税込 279円

北海道産玉ねぎ

5〜7玉 1ネット  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

**北海道といえは**

新鮮な北海道の地魚をお届けします

※天候により入荷しない場合がございます。

北海道産天然ぶり切身

100g当り  
本体価格 399円  
8% 参考税込 430円

北海道産活あさり

100g当り  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

北海道産殻付き帆立

1枚  
本体価格 299円  
8% 参考税込 322円

**北海道産生真だら切身**

100g当り  
本体価格 399円  
8% 参考税込 430円

北海道産生食用北海蒸したこ

100g当り  
本体価格 499円  
8% 参考税込 538円

北海道産生食用さんま開き

3枚 1パック  
本体価格 499円  
8% 参考税込 538円

北海道産生食用塩秋鮭切身

100g当り  
本体価格 249円  
8% 参考税込 268円

**北海道産生食用**

干し宗八かれい

1尾  
本体価格 599円  
8% 参考税込 646円

北海道産生食用干し真ほっけ(半身)

1枚 1パック  
本体価格 599円  
8% 参考税込 646円

北海道産生食用一夜干しこまい

100g当り  
本体価格 199円  
8% 参考税込 214円

北海道産生食用身欠にしん(ソフト)

3枚 1パック  
本体価格 399円  
8% 参考税込 430円

北海道産生食用兄弟船

70g×3連  
本体価格 499円  
8% 参考税込 538円

北海道産生食用社長の松前漬

180g  
本体価格 990円  
8% 参考税込 1,069円

北海道産生食用朝いか沖漬

1尾 各1パック  
本体価格 1,069円  
8% 参考税込 1,150円

**お酒**

ニッカ余市

700ml 1本  
本体価格 7,480円  
8% 参考税込 8,228円

日本酒 純米酒

720ml 1本  
本体価格 1,119円  
8% 参考税込 1,230円

日本酒 純米酒

720ml 1本  
本体価格 2,089円  
8% 参考税込 2,297円

日本酒 純米酒

720ml 1本  
本体価格 1,119円  
8% 参考税込 1,230円

日本酒 純米酒

720ml 1本  
本体価格 2,089円  
8% 参考税込 2,297円

**北海道新幹線 新函館北斗駅**

函館うにの箱めし

1コ  
本体価格 1,575円  
8% 参考税込 1,700円

函館わっぱめし

1コ  
本体価格 1,278円  
8% 参考税込 1,380円

氏家かきめし

1コ  
本体価格 1,371円  
8% 参考税込 1,480円

道産帆立ホタテめし

1コ  
本体価格 1,371円  
8% 参考税込 1,480円

北海道産黒毛和牛牛めし(十勝ワイン入)

1コ  
本体価格 1,371円  
8% 参考税込 1,480円