



長野県A・コープ
全店共通クーポン
PayPayアプリから
事前にゲット!

PayPayで税込2,000円以上のお支払いをすると
PayPayポイント
3%戻ってクーポン
2025.5.7まで有効です(※一部商品を除く) 何回でも使える!

付与上限
1,000 ポイント/回
1,000 ポイント/期間
※付与されるPayPayポイントは、
PayPay/PayPayカード公式ストア
での利用可能。出金・換金不可
クーポンの獲得はこちら!



30日は Akubon チャージボーナスデー

チャージ金額	10,000円	20,000円	30,000円以上
ボーナス金額	50円	100円	400円



本日 4/28 友の会ポイント3倍開催
お惣菜 信州アルプス牛の
スパイシーガーリック
ライス

1人前 1パック 本体価格 499円 8% 参考税込 538円
2人前 1パック 本体価格 990円 8% 参考税込 1,069円

本日 4/29 友の会ポイント3倍開催
お惣菜 信州産・国産
牛肩
ロース肉
各種

火・祝 限り 昭和の日

本体価格の
レジにて 半額

※対象商品に限りです

長さ約30cmのビッグサイズ!
お惣菜 信州風味鶏の
ジャンボ焼鳥
●たれ ●塩 1本 各1パック 本体価格 990円 8% 参考税込 1,069円

本日 4/30 友の会ポイント3倍開催
お惣菜 薄衣のこだわり
海老フライ

水 限り

4尾 1パック 本体価格 699円 8% 参考税込 754円
8尾 1パック 本体価格 1,380円 8% 参考税込 1,490円

本日 5/1 友の会ポイント3倍開催
丸水長野県産 信州りんご果汁使用 シンギスガシ

木 限り

220g 1袋 本体価格 459円 8% 参考税込 495円
220g×2 1束 本体価格 880円 8% 参考税込 950円

お惣菜 上田発!国産鶏の美味だれ焼鳥

100g 当り 本体価格 269円 8% 参考税込 290円
380g 1パック 本体価格 990円 8% 参考税込 1,069円

フィリピン産
バナナ

1袋 本体価格 199円 8% 参考税込 214円

マルマツ
●包みぎょうざ 20粒
●包みニラぎょうざ 18粒

5 ポイント付 本体価格 399円 8% 参考税込 430円

ニュージーランド産
ゴールドキウイ

大型 本体価格 119円 8% 参考税込 128円

国内産原料
かつおたたき
大葉ニンニク味(解凍)

100g 当り 本体価格 229円 8% 参考税込 247円

信州産
信州風味鶏・国産
若鶏手羽元

本体価格より
レジにて 2割引き

信州・高知県・千葉県産
きゅうり

1本 本体価格 39円 8% 参考税込 42円

目鉢まぐろ
たたき

200g 1パック 本体価格 599円 8% 参考税込 646円

高崎ハム
●金華亭ほるもん 300g
●信州産やわらか豚白もつ 350g

各1袋 本体価格 459円 8% 参考税込 495円

ペルー産原料
生食用煮いか
スライス

100g 当り 本体価格 199円 8% 参考税込 214円

雪印メグミルク
牧場の朝
ヨーグルト
70g×3 1パック

2パックで 本体価格 119円 8% 参考税込 128円
本体価格 220円 8% 参考税込 237円

青木食品
揚げかま天

1枚 1パック 本体価格 179円 8% 参考税込 193円

インドネシア産原料
かじき
●粕漬 ●西京漬 ●味噌漬

各1切 本体価格 129円 8% 参考税込 139円

海鮮たたき

100g 1パック 本体価格 399円 8% 参考税込 430円

トーラク
昔ながらの
かためプリン

90g 1コ 本体価格 99円 8% 参考税込 106円

アメリカ産原料
銀だら
●粕漬 ●西京漬

3切 各1パック 本体価格 990円 8% 参考税込 1,069円

愛知県産(JA西三河)
美茄子
(とげなしび〜なす)

4本 1袋 本体価格 199円 8% 参考税込 214円

水産コーナー
タイ・マレーシア産原料
●中華くらげ
新潟県加工
●数の子
わさび

各100g 当り 本体価格 149円 8% 参考税込 160円

日新製糖
きび砂糖

750g 1袋 本体価格 299円 8% 参考税込 322円

明治
お徳用
スライスチーズ
各種

10 ポイント付 本体価格 299円 8% 参考税込 322円

日本ハム
テリヤキ鶏
切落し

100g 当り 本体価格 129円 8% 参考税込 139円

ロシア・アメリカ産原料
身欠にしん(半乾)
カット

100g 当り 本体価格 149円 8% 参考税込 160円

サトウ
昆布DE野沢菜

180g 1パック 本体価格 279円 8% 参考税込 301円

新珠
桜えび
茶わん蒸し

200g×2 1パック 本体価格 499円 8% 参考税込 538円

カゴメ
トマトケチャップ

500g 1本 本体価格 219円 8% 参考税込 236円

信州産
●信州ポーク味噌漬
●豚バラ肉厚切り味噌漬

各100g 当り 本体価格 199円 8% 参考税込 214円

丸美屋
麻婆豆腐の素
●甘口 ●中辛 ●辛口

3人前×2回分 各1箱 本体価格 149円 8% 参考税込 160円

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

70g×3 各1パック 本体価格 339円 8% 参考税込 366円

はごろも
ポポロスパ
●7分結束 ●5分結束

700g 各1袋 本体価格 219円 8% 参考税込 236円

永谷園
すし太郎
黒酢入り

4人前 1袋 本体価格 209円 8% 参考税込 225円

キッコーマン
●こいくちしょうゆ
●うまくちしょうゆ

1.8ℓ 各1本 本体価格 399円 8% 参考税込 430円

調味
創味のつゆ

1,000ml 1本 本体価格 599円 8% 参考税込 646円
559円 8% 参考税込 603円

森永乳業 ビヒダスヨーグルト
●プレーン ●脂肪0

400g 各1コ 本体価格 159円 8% 参考税込 171円
139円 8% 参考税込 150円

recipe

くるくる巻いて！
大葉入り
豚バラ肉ロール

レシピはこちらから▶▶

Kurashiru

叙々苑
●焼肉のたれ 240g
●焼肉の塩だれ 217g

本体価格 599円
8% 参考税込 646円

家族そろって ズチそうWeek!

セール期間 4/28(月) 5/1(木)

Kurashiru

愛知県・静岡県産
活き真鯛
お刺身(養殖)

100g当り 499円
8% 参考税込 538円

recipe

半レアが美味しい！
ご馳走気分の
サーモンレモンステーキ

レシピはこちらから▶▶

営業時間のご案内

日曜日は各店 朝9時開店

※9:30～※8:00 各店の記載時間は月～木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。

ペイク マーク：インスタペカリー取扱店舗

ハケ岳乳業
とろける
チーズ
300g 1袋

本体価格 479円
8% 参考税込 517円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 119円
8% 参考税込 128円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 259円
8% 参考税込 279円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
430g 1パック 499円
8% 参考税込 538円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
300g 1パック 699円
8% 参考税込 754円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
200g 1パック 209円
8% 参考税込 225円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
400g 1パック 400円
8% 参考税込 432円

丸大食品
フィッシュ
ソーセージ
60g×5 1袋 299円
8% 参考税込 322円

丸大食品
ローズハム
ベーコン他
各種
100g当り 159円
8% 参考税込 171円

丸大食品
プチハッシュド
ポテト
100g当り 99円
8% 参考税込 106円

伊藤ハム
こてっちゃん
各種
100g当り 199円
8% 参考税込 214円

信州七割そば
200g 1袋 399円
8% 参考税込 430円

信州の冷やし中華
●しょう油だれ ●ごまだれ
110g×2 各1袋 199円
8% 参考税込 214円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

こだわりのポイント!

①だしは旨味にこだわり、かつお節は静岡県焼津産を、利尻昆布は北海道産を使用しています。

②野菜、果物をたっぷり使っているのでもちろん甘みで酸味が控えめです。

③味の決め手は10種類の香辛料です。風味豊かなソースに仕上げられています。

④保存料、甘味料は使用していません。

⑤ほどよいとろみが料理に良く絡みます。

信州七割そば
200g 1袋 399円
8% 参考税込 430円

信州の冷やし中華
●しょう油だれ ●ごまだれ
110g×2 各1袋 199円
8% 参考税込 214円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

熊本県産
ミニとまと
100g 当り 69円
8% 参考税込 74円

信州産
ベビーリーフ
35g 1袋 79円
8% 参考税込 85円

信州産
えりんぎ
100g 1パック 89円
8% 参考税込 96円

信州産
生しいたけ
100g 1パック 199円
8% 参考税込 214円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 119円
8% 参考税込 128円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 259円
8% 参考税込 279円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
430g 1パック 499円
8% 参考税込 538円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
300g 1パック 699円
8% 参考税込 754円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
200g 1パック 209円
8% 参考税込 225円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
400g 1パック 400円
8% 参考税込 432円

丸大食品
フィッシュ
ソーセージ
60g×5 1袋 299円
8% 参考税込 322円

丸大食品
ローズハム
ベーコン他
各種
100g当り 159円
8% 参考税込 171円

丸大食品
プチハッシュド
ポテト
100g当り 99円
8% 参考税込 106円

伊藤ハム
こてっちゃん
各種
100g当り 199円
8% 参考税込 214円

信州七割そば
200g 1袋 399円
8% 参考税込 430円

信州の冷やし中華
●しょう油だれ ●ごまだれ
110g×2 各1袋 199円
8% 参考税込 214円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

信州福味鶏の一口山賊揚げ(各種)

100g 当り 229円
8% 参考税込 247円

440g 17パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州産福味鶏入ジャンボ肉団子

5コ 1パック 299円
8% 参考税込 322円

17コ 1パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮

100g 当り 249円
8% 参考税込 268円

大きな骨なしスベアリブ

1本 1パック 1,290円
8% 参考税込 1,393円

極海まぐろの九条ねぎたっぷりトロ鉄火巻

1本 1パック 899円
8% 参考税込 970円

アメリカ・ロシア産原料
●減塩明太子
●減塩たら子

切子 各100g 当り 349円
8% 参考税込 376円

長崎県・愛知県・佐賀県産
新たまねぎ
1.2kg 1袋 399円
8% 参考税込 430円

長崎県・鹿児島県産
新じゃがいも
M・S級 1.2kg 1袋 499円
8% 参考税込 538円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

信州福味鶏の一口山賊揚げ(各種)

100g 当り 229円
8% 参考税込 247円

440g 17パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州産福味鶏入ジャンボ肉団子

5コ 1パック 299円
8% 参考税込 322円

17コ 1パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮

100g 当り 249円
8% 参考税込 268円

大きな骨なしスベアリブ

1本 1パック 1,290円
8% 参考税込 1,393円

極海まぐろの九条ねぎたっぷりトロ鉄火巻

1本 1パック 899円
8% 参考税込 970円

チリ・ノルウェー産
生アトランティック
サーモン切身 100g 当り 599円
8% 参考税込 646円

チリ・ノルウェー産
生アトランティック
サーモンお刺身 (養殖) 100g当り 699円
8% 参考税込 754円

韓国・太平洋産 他
めばちまぐろ
お刺身(解凍) 100g当り 399円
8% 参考税込 430円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

宮崎県産
うなぎ蒲焼(養殖)
真空 1尾 2,490円
8% 参考税込 2,689円

信州福味鶏の一口山賊揚げ(各種)

100g 当り 229円
8% 参考税込 247円

440g 17パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州産福味鶏入ジャンボ肉団子

5コ 1パック 299円
8% 参考税込 322円

17コ 1パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮

100g 当り 249円
8% 参考税込 268円

大きな骨なしスベアリブ

1本 1パック 1,290円
8% 参考税込 1,393円

極海まぐろの九条ねぎたっぷりトロ鉄火巻

1本 1パック 899円
8% 参考税込 970円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 119円
8% 参考税込 128円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し
100g当り 259円
8% 参考税込 279円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
430g 1パック 499円
8% 参考税込 538円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
300g 1パック 699円
8% 参考税込 754円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
200g 1パック 209円
8% 参考税込 225円

信州産 豚バラ肉うす切り
豚切落し(徳用パック)
400g 1パック 400円
8% 参考税込 432円

丸大食品
フィッシュ
ソーセージ
60g×5 1袋 299円
8% 参考税込 322円

丸大食品
ローズハム
ベーコン他
各種
100g当り 159円
8% 参考税込 171円

丸大食品
プチハッシュド
ポテト
100g当り 99円
8% 参考税込 106円

伊藤ハム
こてっちゃん
各種
100g当り 199円
8% 参考税込 214円

信州七割そば
200g 1袋 399円
8% 参考税込 430円

信州の冷やし中華
●しょう油だれ ●ごまだれ
110g×2 各1袋 199円
8% 参考税込 214円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

信州のうどん
●信州のうどん
●信州の細うどん
360g 各1袋 119円
8% 参考税込 128円

信州福味鶏の一口山賊揚げ(各種)

100g 当り 229円
8% 参考税込 247円

440g 17パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州産福味鶏入ジャンボ肉団子

5コ 1パック 299円
8% 参考税込 322円

17コ 1パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮

100g 当り 249円
8% 参考税込 268円

大きな骨なしスベアリブ

1本 1パック 1,290円
8% 参考税込 1,393円

極海まぐろの九条ねぎたっぷりトロ鉄火巻

1本 1パック 899円
8% 参考税込 970円

信州福味鶏の一口山賊揚げ(各種)

100g 当り 229円
8% 参考税込 247円

440g 17パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州産福味鶏入ジャンボ肉団子

5コ 1パック 299円
8% 参考税込 322円

17コ 1パック 990円
8% 参考税込 1,069円

信州味噌で煮込んだ信州産もつ煮

100g 当り 249円
8% 参考税込 268円

大きな骨なしスベアリブ

1本 1パック 1,290円
8% 参考税込 1,393円

極海まぐろの九条ねぎたっぷりトロ鉄火巻

1本 1パック 899円
8% 参考税込 970円