



# 2025 おせち 試食会

2024年もあと3ヶ月で終わり。  
そろそろお正月商品が気になり始める頃ですね。  
そこで今回、2025年CO・OPのおせちから  
栗きんとんや蒲鉾など、  
厳選した数種類の試食会を行います！  
気になる商品を実際に食べてみて  
購入するかどうかを検討できる貴重な機会！  
ぜひご参加ください♪



申込みは  
こちら

宮子店組合員室  
募集人数：15名

11/6(水)  
10:30~11:30

締切  
10/20



担当：いだ  
gcoop.904.303@i.softbank.jp

※申し込み多数の場合は抽選となります。  
抽選結果は応募者全員にお知らせ致します。



## スマイルコット



11月のスマイルコットは…



おにぎらずを作ろう！



1週間にもう1杯  
お米を食べよう

CO・OPでは、一人ひとりが無理なくちょっとずつお米を食べる量を増やして、  
お米の生産者を応援する「1週間にもう1杯お米を食べよう ワン・モア・ライス」に  
取り組んでいます。

★締切：各開催日の1週間前まで

↓参加申し込みはこちらから↓

11/13(水) スマイルコット昭和  
昭和店組合員室  
10:30~11:30  
担当：いだ gcoop.904.303@i.softbank.jp

11/19(火) スマイルコット宮子A  
宮子店組合員室  
10:30~11:30  
担当：おおいし gcoop.904.302@i.softbank.jp

11/20(水) スマイルコット細井  
旧細井店組合員室  
10:30~11:30  
担当：のばた gcoop.904.313@i.softbank.jp

11/19(火) スマイルコット宮子B  
宮子店組合員室  
13:30~14:30  
担当：こんどう gcoop.904.304@i.softbank.jp

## 中毛ブロック Instagram やってます！

中毛ブロックからの  
様々なお知らせを  
投稿しています。  
ぜひチェックしてみ  
てください！



coopgunma\_chumou

## 組合員限定 バス企画

「OH!!!」と驚く発酵体験！

(株)ピクルスコーポレーション

「ごはんがススムキムチ」を販売する漬物メーカー  
ピクルスコーポレーションが運営する、発酵のテーマパーク。  
発酵ワークショップ「パリシャキ研究所」で発酵について学び  
簡単フルーツピネガーづくり体験をしましょう♪



11月22日(金)

バス代  
無料！

- 参加費：3300円(昼食代1800円+フルーツピネガーづくり1500円)
- 募集人数：22名(18歳以上限定)最少催行人数20名  
※応募が20名に満たない場合は中止となります。

(埼玉興産能市産能1333)

OH!!!~発酵、健康、食の魔法!!!~



応募締切  
10/31

お申し込み・お問い合わせはこちら

下記の必要事項を記入して、メールまたはFAXにてお申し込みください。  
なおFAXでお申込みいただく際は、企画名「中毛ブロックバス見学会」を  
必ず明記してください。

※お預かりした個人情報には本企画のみに使用させていただきます。

- ①名前・年齢(参加される方全員)
- ②住所
- ③電話番号(当日連絡の取れる番号)
- ④メールアドレス
- ⑤組合員コード



FAX  
0277-54-1270

gcoop.904.307@i.softbank.jp

※申し込み多数の場合は抽選となります。  
抽選結果は応募者全員にお知らせ致します。

11/22開催 中毛ブロック企画ピクルスコーポレーション	
①名前・年齢	
②住所	③電話番号
④E-mail	⑤組合員コード





## 今月のおすすめ

CO・OP 白玉粉 200g

本体参考価格 298円  
税込参考価格 321円

国産もち米を100%使用した大人気商品です！  
おしるこやフルーツ缶、お雑煮、デザートや料理にどうぞ！



CO・OP 北海道のかぼちゃ 320g

本体参考価格 328円 税込参考価格 354円

カットしてあるので、  
レンジでチンするだけで食べられます。

かぼちゃ本来の甘みとホクホクした食感のオススメ商品です！



## 大人カフェ

編み物、パッチワーク、  
絵手紙など、  
好きな手仕事をしながら  
おしゃべりする会です。  
お気軽にご参加ください！

- 日時： 10/8 (火)
- 10/21(月)
- 11/8 (金)
- 11/18(月)

10時半～15時

※時間内は出入り自由です

●場所：

旧細井店組合員室



## コープぐんま フェスタ

つながれ★笑顔の輪

11月30日(土)

10:30~15:00 (最終入場 14:30)

会場

入場無料！

ピエント高崎  
ビッグキューブ・エクセルホール

- ★人気企業多数出展！
- ★ワークショップ！
- ★楽しいステージ！

お買い物にはマイバッグ、  
保冷剤を持参ください



## 子育てひろば



妊娠中のプレママ、未就園児とその保護者を対象に  
親子で楽しめる場所♪親子でお友達と出会える場所♪  
交流ができる場所♪として、みなさんをお待ちしています。



※かんがる〜も昭和はしばらくお休みします



### にこつと昭和

会場：コープ昭和店組合員室  
定員：4組 8名程度

11月14日(木) 10:30~11:30

今月は ※内容は変更する場合があります

秋の製作  
「みのむし」



応募  
締切  
11/1



← お申込みメールはコチラ  
担当：くわばら  
gcoop.904.311@i.softbank.jp



### かんがる〜む宮子

会場：コープ宮子店 組合員室  
定員：各4組 8名程度

11月13日(水) 10:30~11:30

11月27日(水) 10:30~11:30

今月の製作は

宮子店 組合員室

テーマは「秋」



← お申込みメールはコチラ  
gunma\_kumikatsu@coopdeli.coop

## 子ども達と一緒に気軽にリフレッシュ



体ほくし ヨガアトレ 産後の身体の歪み・姿勢改善

10/23

10:30~11:30 (受付 10:00~)

前橋市総合福祉会館いきいき談話室  
前橋市日吉町2丁目 17-10

- 体を動かしてストレス発散したい！
- 子供を遊ばせながらママ中心のメニューで運動したい！

そんなママさん、体を動かし一緒にリフレッシュしませんか？



♡内容 ストレッチ  
(歪んだ身体をリセットして理想のボディメイク)  
♡持ち物 飲み物、パスタオル

お問い合わせ ママの息抜きサロンSANGO  
sango.gunma@gmail.com  
メールには、お名前・連絡先電話番号を記入して下さい