

北毛ブロック委員会ニュース 2024年10月発行

渋川・北群馬・吾妻・沼田・利根地域の組合員活動のお知らせ ~第31号~

★コープデリ宅配センター  
 北部センター TEL 0120-24-5312  
 沼田センター TEL 0120-41-6005

★総合企画室 TEL 0120-52-9638  
 FAX 0277-54-1270  
 ★北毛ブロック担当(茨澤)  
 TEL 080-3715-6656  
 e-mail akira\_barasawa@coopdeli.coop



ブロック企画 おせち 試食会

～みんなで色々なおせち食材を試してみよう!!～  
 「今までどんな味なんだろう?!」「少しお高いけれど美味しいのかな?」  
 など... 気になっていた方、チャンスです。  
 ぜひご参加をお待ちしております。

組合員さん以外でも参加できます。

締切 10/20(日) 必着

☆ 11月9日(土) 沼田センター  
 13:00～14:00

☆ 11月19日(火) 北部センター  
 13:30～14:30

各会場募集人数  
 20名程度  
 ※参加費:基本無料ですが、多少徴収する場合があります。  
 ※持ち物:筆記用具 (200円程度)

～申し込み方法～ FAX: 0277-54-1270  
 下記の必要事項を総合企画室までFAXをお送り下さい。  
 (配達担当者への提出は、ご遠慮下さい。)  
 又、それぞれのメールや、二次元コードに、必要事項を記入の上、  
 お申し込みもできます。  
 ・沼田メール: gcoop.904.406@i.softbank.jp (佐藤)  
 ・北部メール: gcoop.904.407@i.softbank.jp (宮崎)



企画名	北毛ブロック企画 おせち試食会 (FAX専用申込書)		
参加会場	会場	氏名	組合員コード
参加氏名	会場	氏名	組合員コード
代表者住所	〒		
電話番号	当日連絡のつく連絡先をお願いします。		

※お預りした個人情報、組合員活動にのみ使用させていただきます。

11月スマイルコット

『旬のりんごを使って調理をしよう』  
 ～りんご農家直伝レシピ～

お気軽にご参加下さい。  
 お申し込みをお待ちしています。

＜申し込み方法＞

参加申し込みは、各会場の担当者の電話、メール、または二次元コードを読み取って、お申し込み下さい。当日連絡がつく電話番号も必ずお知らせください。

※参加費: 無料(材料により徴収する可能性があります)  
 ※持ち物: ①エプロン ②三角巾 ③筆記用具 ④ハンカチ  
 ※募集人数: 各会場10名程度

★ 渋川 <X+切11/1(金)>  
 日時: 11月14日(木)10:40～  
 場所: コープデリ 北部センター  
 担当連絡先: 050-3559-6808 (宮崎)  
 gcoop.904.407@i.softbank.jp



★ 吾妻 <X+切11/1(金)>  
 日時: 11月13日(水)10:00～  
 場所: 中条町保健センター  
 担当連絡先: 050-3631-5746 (塚本)  
 gcoop.904.414@i.softbank.jp



★ 沼田 & 昭和村合同 <X+切10/28(月)>  
 日時: 11月8日(金)10:30～  
 場所: コープデリ 沼田センター  
 担当連絡先: 050-3559-8619 (中村)  
 gcoop.904.403@i.softbank.jp



★スマイルコットは組合員だけでなく参加できます。皆で調理をしたり、色々な話をする中で、様々な商品を知る事ができ、発見もあります。様々なご意見を聞かせて下さい。

★ 9月のスマイルコット開催報告 ★

「保存食&ドライシャンプーをためてみよう(ホィスル作り)」を開催しました。防災月間という事で、色々な味のアルファ米を試食してみました。お水を入れるだけでも、美味しく作る事が出来て、特にまったけご飯が人気でした。牛乳パックを使って簡単ホィスルを作り、音がでると皆さん大変喜んでいて、好評でした。

★ 今後の企画予定 ★

❄️ クリスマス料理教室の開催決定!!  
 ① 12/17(火) 10:00～13:00 渋川市中央公民館  
 ② 12/21(土) 10:00～13:00 コープデリ沼田センター  
 ※詳しくは次回のニュースでお知らせいたします。

❁ フードドライブ報告 ❁

・北部センター 4223g 1件  
 ・中条駅 2000g 1件  
 → フードバンクしづかわへ寄付  
 ・元町駅・沼田センターは0件でした。  
 いつもありがとうございます。  
 またのご協力をお願い致します。

❁ Cafe あじさい ❁

10月16日(水) 10時～12時 北毛介護支援センター(渋川市渋川 2659、旧いとう食堂)で行います。コープのお菓子を用意してお待ちしております。次回は、11月20日(水)の予定です。

＝編集後記＝ やっと少しづつ秋めいてきたので、紅葉を見に、犬とおでかけを楽しんでいます。(N)

ぜひ裏面もご覧下さい。(毎月色々な情報があります。)



# コープぐんまフェスタ

つなぐれ★笑顔の輪

人気企業 多数出展

11月30日(土)

10:30 ▶ 15:00 最終入場:14:30

会場:ピエント高崎

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

入場無料

ぜひ皆様のご来場をお待ちしています。  
北毛ブロックでもテーマを決め取り組んでいます。

## ☆ 次世代につなげよう 環境を考えた商品選びを! ☆

北毛ブースは、釣りゲーム、チラシを使ったエコバッグ作り、風呂敷の活用法の展示などを予定しています。お誘い合わせの上、ぜひ遊びにいらして下さい。

### 正田醤油(株)工場見学に行ってきました...

9月25日(水)、正田醤油 館林東工場に参加者45人で、見学してきました。到着し、二班に分かれ、醤油づくりの流れや、工場内の作業を凝視しにみながら、丁寧に説明をして頂きました。その他に、講義&ビデオ視聴の中で、醤油文化の歴史や、調理と健康の機能などについてお話をさせて頂きました。「工場見学でワクワクしました。また参加したいです。」「説明がわかりやすく、勉強になった。」「コープの正田醤油を購入したい」など参加者から感想をいただき好評でした。昼食に、名物館林うどんを食べた後、つつしが丘公園を散策しました。

### 総代さんへお知らせ...

いつもご協力頂きましてありがとうございます。  
秋のブロック別総代会議が開催されます。

- 11月9日(土) 沼田センター 10:00~
- 11月19日(火) 渋川市豊か労福祉センター 10:00~
- 11月20日(水) 沼田センター 10:30~
- 11月25日(月) 中之条町ツインプラザ 10:00~

で行きます...

コープぐんまへのご意見を聞かせて下さい。  
お待ちしております。

### 2024年10月のおすすめ商品のご案内

#### ★ CO-OP 北海道のがぼちゃ ★ 320g

北海道で栽培した甘味が強くホクホクしたえびす種がぼちゃを調理しやすいようにカットしました。煮物やサラダにオススメ!!  
→ 宅配では、10月3回、4回、5回企画でご案内しています。

本体参考価格 328円、税込参考価格 354円

#### ★ CO-OP 白玉粉 200g ★

国内産の水稲もち米100%を使用した白玉粉! 春や秋はあべ川、せんざい、夏は氷白玉、冬はおふる、白玉磯部巻などがオススメ!!  
→ 宅配ではいつでも注文 企画でご案内しています。

本体参考価格 298円、税込参考価格 321円

ぜひお手にとってお試ください♡

### 北毛ブロックでのオススメ調理方法

〈白玉粉PEポンドケーキ〉レシピ

- 材料
- 冷凍がぼちゃ 正味100g・水30ml
  - 白玉粉 60g ・粉チーズ 30g
  - 卵 1こ(Mサイズ) ・牛乳 30ml

- ①オーブンを180℃に予熱しておく。
- ②ボールに白玉粉を入れ、細かく砕く。
- ③がぼちゃを耐熱皿に入れ、水を氷ふんわりラップをし500W2分加熱。
- ④全体があたりまわら、皮をとり、なめらかにするまでつぶす。
- ⑤溶き卵に牛乳を加えてよませる。
- ⑥白玉粉に⑤を半量加えよく混ぜ、残りも混ぜる。粉チーズも混ぜる。
- ⑦⑥にがぼちゃを入れて馴染むくらい、やわらかに仕上げる。
- ⑧様子を見て分量外の粉チーズや牛乳を足す。
- ⑨12等分して丸め、オーブンシートの上のせる。180℃に熱したオーブンで20分焼く!
- ⑩うぶく焼き色がつけばでき上がり!!

## 平和・健康・くらし・きずな

# 協同まつり

と き: 2024年10月20日(日) 午前10時~13時

と ころ: 北毛病院駐車場 [渋川市有馬237-1]

実行委員長挨拶

2024年協同まつり (2024.10.20)

実行委員長 狩野 哲夫

(渋川北群馬民主商工会会長)



## 協同の輪を広げ、支え合いで、豊かな地域社会を!

インボイス導入や物価高騰で、地域業者も市民の生活も厳しい状況です。こんなときだからこそ、みなさんが楽しめるイベントとして、協同まつりを開催します。コロナ禍で5年ぶりの開催となりますが、皆様のご来場を心よりお待ちしております。

### ●協力団体のみなさま

- ・新日本新婦人の会 ・年金者組合渋川支部 ・ボランティアあゆみの会
- ・群馬県民医連青年ジャンボリー ・群馬保健企画あおば薬局渋川店 ・NPO法人やまなみ 麦のゆめ
- ・精神障害者サポートセンターばればれ ・渋川北群馬9条の会 ・社会福祉法人コスモス保育園
- 主催/北毛保健生活協同組合 (電話: 0279-24-2141) 渋川北群馬民主商工会 (電話: 0279-22-1482)
- 協賛/生活協同組合コープぐんま (電話: 0279-24-5312) 後援/渋川市