



今月のおすすめ

CO・OP ふんわり今川焼
(北海道小豆の小倉あん) 5個
本体参考価格 398円
税込参考価格 429円



北海道小豆の小倉あんが
とてもおいしく、
食べたい時に電子レンジ、
オーブントースターであたためて、
また自然解凍でも召し上がれます。
夏は冷たいままでも!

CO・OP 旨キム千鍋つゆ
750g(3~4人前)

本体参考価格 218円 税込参考価格 235円

魚介と鶏の旨みをベースに
りんご果汁や味噌でマイルドな辛さに
仕上がった鍋つゆです。
辛味より旨みのきいた
やさしいキム千鍋用つゆになっています。



スマイルコット

1月のスマイルコットは…

食品ロス



本来食べられる食品を
捨ててしまうことを
『食品ロス』といいます。

もったいないだけではなく、
環境や経済にかかわる可能性もあります。

私たちに何ができるのか
考えてみませんか?

冷凍食品、他を試食予定です!

★締切:各開催日の1週間前まで

1/15
(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



1/21
(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



スマイルコット宮子B

13:30~14:30

担当: こんどう
gcoop.904.304@i.softbank.jp



スマイルコット昭和は
お休みです

バス企画 開催報告



OH!!! ~発酵、健康、食の魔法!!!~

11月22日(金)「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「OH!!!~発酵、健康、食の魔法!!!」
Our Home Hanno に行ってきました。

お手軽フルーツピネガーづくりを
体験してきました。



参加された方から
「発酵について興味があったので参加
しました」
「フルーツピネガーが短時間で作れた
ので家でも作りたい」

「昼食がおいしかった!」
「秋を満喫できて嬉しかった」
と大好評でした。



ご参加いただきありがとうございました!

サンスター(株)

参加費無料

オンライン スキンケア学習会

~冬こそ美白、夏に向けた紫外線ケア~

お肌について学ぼう!
フェイスマッサージ動画も見られます。
お肌のこと、何でも聞けますよ!
ぜひ一度いらしてみてください。

1月23日(木)10時半~12時

宮子店組合員室

募集定員:15名

※参加人数が10名に満たない場合は
中止とさせていただきます。

当日会場にて、
サンスター製品30種類以上お試しできます!
(お肌、日焼け止め、ヘアケア製品、育毛剤など)



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。
FAXでお申込みいただく際は、
企画名『サンスター(株)スキンケア学習会』を必ず明記してください。

※お預かりした個人情報は本企画のみに使用させていただきます。

- ①お名前(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
- ⑥記号ご希望の場合…お子様のお名前と月齢

FAX 0277-54-1270



締切
12/23

gcoop.904.313@i.softbank.jp
050-3695-6446 担当: のばた

※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。

1/23 開催 中毛ブロック企画 スキンケア学習会	
①名前・年齢	
②住所	③電話番号
④E-mail	⑤組合員コード

OPEN

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：12/16(月)・1/10 (金)・1/20 (月) 10時半～15時
- 場所：旧細井店組合員室 ※時間内は出入り自由です

くらしのたすけあいの会

愛称「くらす」

「困ったときはおたがいさま」の気持ちから生まれました！

普段の生活の中での「困ったな、手助けがあれば」を地域で支え合っていけたら...
そんな願いから生まれたのが『くらしのたすけあいの会(くらす)』です。
生協の相互扶助の理念に基づき、地区ごとに家事援助ボランティア活動を行なっています。

援助内容

誰もができる家事援助活動が中心です

- 買い物、食事作り、掃除、洗濯、ゴミ出し、軽い草取りなど家事の一部
- 高齢者などの話し相手、外出や通院の付き添い(公共交通機関、タクシー使用)
- 子育て家庭支援(産前産後のお母さんの家事援助)
※新生児への直接のお世話は除く
- 子育てママのお悩み相談・お話し相手



活動会員・利用会員
ともに募集中！

きまり

- 1単位：謝礼1000円(2時間)※1時間の場合600円
※30分延長は300円
- 1日2単位(4時間)、週5日まで
- 原則として午前10時～午後4時まで
土曜・日曜・祝日はお休み
- 謝礼と交通費(1km20円)は、その都度利用会員から活動会員へ渡します
※交通費の請求は20km以上、400円を上限としています

ご利用には
会員登録が必要です

※コープぐんま組合員でなくても利用できます。

まずは事務局までお電話ください

コープぐんま くらしのたすけあいの会

(コープぐんま総合企画室 参加とネットワーク推進課)

〒376-8523 桐生市相生町1-111
TEL：0277-52-9628 FAX：0277-54-1270

フリーコール **0120-52-9638**
(受付時間：月～金 9時～17時半)

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う場所♪
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～む昭和はしばらくお休みします



にこっと昭和

会場：コープ昭和店組合員室
定員：4組 8名程度

1月のにこっと昭和は
お休みです



2月をお楽しみに♪

応募
締切
12/20

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

1月 8日(水) 10:30～11:30
1月 22日(水) 10:30～11:30

今月の製作は

テーマは「節分」



宮子店 組合員室



お申込みメールはコチラ
gunma_kumikatsu@coopdeli.coop

子どもを連れて気軽にリフレッシュ



- 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？



12/4 水 1/22 水

♡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、バスタオル



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

10:30～11:30 (受付 10:00～)

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