

北毛ブロック委員会ニュース 2025年1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34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

迎春

今年も直しくお願ひいたします

理事・ブロック委員一同



- ★今年も皆さんと様々な企画でお会いできるのを楽しみにしています。個人的には体力作りもがんばろうと思っております。☺ A.K
- ★今年には「流汗悟道」で行きます Y.M
- ★食の安全安心、環境、平和などの課題と取り組みます。K.K.
- ★余分な物を捨ててスッキリ暮らしたいです。Y.I
- ★皆様に楽しく活動できるようがんばります。M.S
- ★今年も元気に笑顔でがんばります。ようにお願ひします。M.N
- ★今年も楽しい企画計画中です。ぜひご参加下さい。H.H
- ★今年も多くの組合員の皆様とお会いできるのを楽しみにしています。M.T
- ★笑顔溢れる幸多き1年になりますように今年も皆様と楽しんでいただける企画を計画したいと思っております。ぜひご参加下さい! R.N

2月スマイルカット「おし作り」

詳しくは裏面をご覧ください

※参加費：無料

※募集人数：各会場10名程度

お気軽にご参加下さい。お申し込みお待ちしております。
 〈申し込み方法〉
 各会場の担当への電話、または二次元コードを読み取り、X-LEIにてお申し込みください。当日連絡のつく電話番号を必ずお知らせください。

渋川 2/3 (木) 10:40~

場所：コープデリ北部センター
 〆切：1/31(金)
 gcoop.904.407@i.softbank.jp
 050-3559-6808 (宮崎)



吾妻 2/12 (水) 10:00~

場所：中之条町保健センター
 〆切：1/31(金)
 gcoop.904.414@i.softbank.jp
 050-3631-5746 (家本)



沼田 2/15 (土) 10:30~

場所：コープデリ沼田センター
 〆切：1/31(金)
 gcoop.904.406@i.softbank.jp
 050-3699-9044 (佐藤)



昭和村 沼田と合同開催
 会場、日時は左記をご覧ください

料理教室開催報告「クリスマスXニュー」

- 12/17 (火) 渋川市中央公民館 参加者 大人16名
 - 12/21 (土) コープデリ沼田センター 参加者 大人15名 小人5名
- 「日頃自分だけで料理するので調理実習が楽しく参加できてよかった」
 「先生の話を聞いて減塩を実践しようと思う」
 などの感想がありました

☺Cafe あじさい☺
 1月15日(水) 10:00~12:00
 北毛介護支援センター
 (渋川市渋川2659旧11の食堂)で行ないます。
 次回は2月19日(木)の予定です

◆フードバンク報告◆
 ※北部センター 1件 2036g
 ※中之条ステーション 1件 6042g
 ※沼田センター 0件
 「なんでも相談会フードパントリー」へ寄付させて頂いていただきました。ありがとうございます。引き続きご協力をお願いいたします。

ぜひ裏面もご覧ください (毎月色々な情報があります)

2025年1月のおすすめ

※取り組み期間：1/6(月)~1/26(日)

CO・OP アラビアータ 1人前140g

トマトのさわやかな酸味とガーリックの風味が食欲をそそりま粗挽きと粉末の唐辛子を使用しピリッとした辛さが特徴です。

【組合員さんおすすめコメント】
 ・寒い時期に、簡単調理で身体が温まる一品になります。

宅配では1月3回企画でご案内しています。※宅配は「×3」企画のみ
 ※×3企画 (本体参考価格348円) (税込み参考価格375円)
 ※以降の企画は、担当の宅配センターまでお問い合わせください。

CO・OP 北海道産たまねぎのスープ 5食入

しっかりした繊維が特徴の北海道産のたまねぎを使用し、ソテーたまねぎも入れることで、食感とおいしさがしっかりと味わえる濃厚なスープに仕上げました。

【組合員さんおすすめコメント】
 ・スープのしみたフランスパンとチーズの相性が抜群です。

宅配では1月4回企画でご案内しています。
 (本体参考価格398円) (税込み参考価格429円)
 ※以降の企画は、担当の宅配センターまでお問い合わせください。



北毛ブロック企画

コープ化粧品

クラブコスメチック講師による

ビューティーセミナー

コープ化粧品を体験しながら基本的なメイクの仕方を学んでみませんか？

講師の先生に旬のメイク・若返りメイクを教わり、イメージチェンジしましょう！

※メイクをクレンジングクリームで落としながらフェイスマッサージをしてカバーメイク致します

2月26日(水)AM11:00~12:30

【場所】 渋川市勤労福祉センター 2F
(渋川市石原1629-1) 0279-20-1154

【参加費】 無料 基本的に無料ですが100円前後かかる場合があります

【託児】 無料 (月齢6ヶ月未満はお預かりできません)

【定員】 20名 ※10名に満たない場合は中止となります
応募多数の場合は、抽選とさせていただきます
2/7までに連絡がない場合は参加決定です

【持ち物】 タオル(ケープの代わりに)、髪留め(ヘアゴム・ターバン)、
鏡(スタンド式)、リップブラシ(お持ちの方)、筆記用具

★お問い合わせ★ 《TEL》 050-3554-3466(中島)

★お申し込み方法★

下記の必要事項を総合企画室までFAX、または右記の
二次元コードをお読み取り、メールにてお申し込みください

《FAX》 0277-54-1270

《メール》 gcoop.904.405@i.softbank.jp



中島

企画名	北毛ブロック企画	ビューティーセミナー	実施日2月26日
参加者 氏名・ 組合員コード			組合員コード
代表者住所	〒	-	組合員コード
電話番号	※当日つながる連絡先をお願いします		
備考	託児希望の方はお子さまの氏名・月齢または年齢をご記入ください		

お預かりした個人情報は組合員活動にのみ使用させていただきます。

締切
2025年1月31日(金)



☆コープぐんまの「サポーター」になりませんか？☆

コープぐんまの「サポーター」は、関心があることや得意なことを活かして
参加できる 組合員行事のサポート活動です。

※参加、協力の呼びかけは、コープぐんまが行います。内容や都合で参加
いただけません。

※1日(概ね3時間程度)で、1000円の活動補助金と交通費(実費)を
補助します。

◆コープサポーター◆

食育や環境に関わる企画やコープぐんまの新しい取り組みや活動に
参加できます。コープが好きなお方、社会貢献に興味のある方、ぜひ
ご協力をお願いします。

ご質問・ご登録は、お気軽にお問い合わせ下さい。
コープぐんま 総合企画室 「コープサポーター募集」

TEL: 0120-52-9638 (9時~17時)

mail: gunma-kumikatsu@coopdeli.coop

「みそづくり」キット購入のご案内

「みそづくり3点セット(2.5kg)」注文番号「082607」です。

いつでも注文(web版)の注文番号ですが、「eフレンズ」だけでなく「OCR注文書」でも
ご利用可能です。

◎前日までに準備すること

①大豆を洗い一晩水に浸す。②浸した大豆を、弱火で煮る。③粗熱をとった煮汁
200ccをペットボトルや水筒に入れておき当日持参する。④大豆が指で簡単に
潰せるようになったら火を止め、粗熱を取り温かいうちにお好みの大きさまで潰
す。⑤当日に持参し、仕上げる。

※「みそづくり3点セット」の中に作り方ガイドが入っています。

※商品が届いたら「米こうじ」は、涼しい所(冷蔵庫など)で保管してください。

※ご不明な点がありましたら、各会場担当にお問い合わせください。

スマイルコット当日の持ち物

- ①煮てつぶした大豆を含む3点セット
- ②煮汁(200cc)
- ③「みそ」を仕込む容器(6リットル以上のもの)
- ④エプロン、三角巾、マスク、筆記用具

皆様のご参加を
お待ちしております♡

＝編集後記＝
令和7年のスタートです。今年も楽しい企画計画中!! 皆様をお待ちしています H