

## く コロナ禍による今後の活動について

群馬県の警戒レベルが3に引き下がり落ち着くまで企画や活動は中止となります。

今後の企画や活動は警戒度の状況によりブロック委員会ニュースでお知らせいたします。

また、警戒度レベルが4のまま長引く場合は「Zoom」や「LINE」を使ったオンライン企画を検討していますので「お楽しみに!!」



## 3月の おすすめ 商品

宅配での  
取り扱い  
4月2日  
です!!



5種類の具  
・にんじん  
・たけのこ  
・しいたけ  
・れんこん  
・かんぴょう

### 五目ちらしの素 4人前

(2人前×2袋・のりごま付き)

参考価格 198円

● 炊きたてのご飯に混ぜるだけ!! ●

### アレンジレシピ ~ サーモンおしりキ ~

- ① ボールにラップをしサーモン(刺身用)をしきしめる。隙間なく...
- ② ちらしおしりを平らに整えながら入れる。かしきゅと...
- ③ お皿をボールの上に置きひっくり返せば出来上がり!! ハセリとちらすとカワイイです♡



宅配での  
取り扱い  
3月2日  
です!!



煮物、ドレッシング  
炊め物など  
幅広くお使い  
いただけます!!

### CO利尻昆布のだし入りおし酢 (360ml)

参考価格 190円

(お酢をベースに利尻 昆布の一番だしや砂糖・塩を) 加えて調味したお酢向けの合せ酢です。

### アレンジレシピ ~ 春キャベツと新玉ねぎのマリネ

- ＜材料2人分＞
- キャベツ 120g
  - 玉ねぎ 40g
  - 赤パプリカ 10g
  - ハム 10g
  - 塩(塩もみ用) 0.4g
- ① キャベツを3~4cmに切り塩もみをする。(10分~15分)おく
  - ② 玉ねぎ、パプリカ、ハムを薄く千切りにする。
  - ③ Bを合せよく混ぜる。
  - ④ ①のキャベツの水気を切る
  - ⑤ ジップロックに全てを入れ冷蔵庫で1時つけて完成!!



# コ-プぐんまの公式 You Tube チャンネル開設しました

コ-プぐんまで行われた組合員活動を中心に動画を配信しています



コ-プぐんまで行われた組合員活動を中心に動画を配信しています

## 秋の森林(もり)づくり〜2020〜

沼田市市民の森にて親子で森林づくりに関する体験を行った様子を見る事ができます。  
チェーンソーでの間伐の見学や下草刈り、子ども達が一生懸命ノコギリで伐採している様子...  
また森林ならではの葉、はのじゃんけんや、葉、はの皇さ合わせ等  
子どもから大人まで笑いの絶えない動画となっています



## はじめて箱祝 5000人

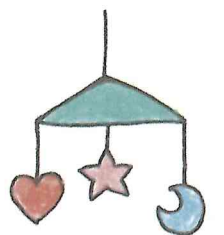
うちの娘が6ヶ月の時に申し込み「はじめて箱」を頂きました。  
箱の中には写真を貼ることができるアルバム、童謡の歌詞カード、クレヨンなどが入っていました。

どれも可愛いイラストが描かれています。特にお気に入りには箱で

我が家では、娘のおもちゃ箱となっています。

箱には群馬県の名所がイラストになっていて「富岡製糸場」や「焼きまんじゅう」などが描かれています。

群馬県にお住まいで赤ちゃんが産まれたお友達、お孫さん等  
いら、しゃいましたら是非「はじめて箱」をお知らせ下さい。



「こまった時はおたがいさま」  
くらしのたすけあいの会  
普段の生活の中での「困ったな、手助けがあれば...」を  
組合員同士で助け合う有償ボランティア、通称「くらたす」。  
援助内容は、掃除・洗濯・買い物・食事づくり・話し相手など。  
県内全域で活動しています。

☆☆☆定例会のお知らせ☆☆☆  
<富岡地区> 新型コロナウイルス感染  
防止対応の為  
活動を中止しています。  
<安中地区> 再開につきましては今後の  
状況を確認しながら  
判断致します。

※日程は変更になる場合があります。  
※活動会員・利用会員募集中です。興味のある方はお問合せ  
下さい→0120-52-9638 コ-プぐんま総合企画室

### ★フードドライブ★

1月から取り組んでいる「フードドライブ」ですが、  
1月は組合員さんお2人から、2月は富岡センター  
職員さんから寄付を頂きました。  
ご協力ありがとうございました。  
フードドライブは毎月第1水曜日  
に行います。4月は4月7日(水)です。  
家で眠っている食品がありましたら  
ぜひ♡ご協力お願い致します♡

(例)賞味期限2ヶ月以上(乾物など)  
詳しくは080-3715-6678(村井田)まで  
ご連絡下さい。  
<富岡・安中社会福祉協議会へお届けします。>

- 場所 富岡センター
- 時間 毎(水) 11:00~19:00

