

# 第6ブロック(北部)委員会ニュース

～2020年12月発行～  
第63号

## 渋川・吾妻地域の組合員活動のお知らせ

★コープデリ宅配センター    ★総合企画室  
北部センター ☎0120-24-5312    ☎0120-52-9638 Fax0277-54-1270  
✉akira\_barasawa@coopdeli.coop



## 「ハンド・イン・ハンド」

コープぐんまオンライン募金受付ページを開設しました。

今年で42回目を迎えるユニセフ募金。1979年の国際児童年に、子どもたちに「バット一杯の水を送ろう」キャンペーンからはじまりました。

今年はコロナ禍で例年通りの取り組みが行えないため、新しい取り組みとして日本ユニセフ協会公式サイト内にある仕組み(フレンドネーション)で、コープぐんまのオンライン募金受付ページを開設しました。



募金協力の他に、ハンド・イン・ハンドの公式サイト内では世界の現状を動画で見てもらったり、コープぐんまのページ内では「こどものころの絵本」をテーマに交流がはかれることに取り組めます。

募金は、コープぐんま各店舗の専用募金箱でも受け付けております。(今年は無人での募金活動となります。)



## もぐもぐ 参加者募集

お申込みお待ちしております。  
(お気軽にご参加下さい)



「もぐもぐ」ではコープ商品の紹介を中心に食べ比べや食育の学習などを行っていきます。簡単な調理の後、試食をして頂き、組合員さん同士楽しくおしゃべりしながらご意見を頂きたいと思っております。

### エコバック作り (材料費100円)

日時 1月14日(木) 10:00～  
場所 渋川市勤労福祉センター(第1会議室)

★お申込みは総合企画室(左上)まで、右記必要事項をFAX又はメールでお願いたします。

※ お問い合わせ 080-3715-6680 三原

「もぐもぐ」(渋川) 1/14申し込み

氏名: \_\_\_\_\_  
住所: \_\_\_\_\_  
TEL: \_\_\_\_\_

### こんにゃく作り

日時 1月13日(水) 10:00～  
場所 中元条町保健センター

エプロン  
三角巾を  
持ってきて下さい

★お申込みは総合企画室(左上)まで、右記必要事項をFAX又はメールでお願いたします。

※ お問い合わせ 080-3715-6680 三原

「もぐもぐ」(吾妻) 1/13申し込み

氏名: \_\_\_\_\_  
住所: \_\_\_\_\_  
TEL: \_\_\_\_\_

## もぐもぐ 味噌作りのお知らせ



もぐもぐでは、2月に味噌作りを行います。  
味噌作り3点セットの材料で味噌作りを体験しませんか?  
初めての方もぜひご参加下さい。

コロナ感染拡大の状況によってはもぐもぐの予定が変更になる場合もあります。ご了承ください。

★ハピデリ 1月4回のチラシで味噌作り3点セットがご注文出来ます。

お買い求めの上ご参加下さい。(本体価格 1,850円 税込み 1,998円)

1月4回の注文書提出は 1/11(月)～1/15(金)の週になります。

## Cafe 春春

北毛介護支援センター(渋川2659旧いとう食堂)内に高齢者の居場所Cafeあじさいを開設しました。第3の水曜日10:00～12:00はコープぐんまの日として活動しています。参加は時間内自由で無料です。コープのお菓子などを用意していますのでお茶飲みの場所としてお気軽にお立ち寄り下さい。

今日は12月16日です。マサカデですかクリスマスプレゼントを差し上げます。

～編集後記～ 今年も残すところあと1ヶ月になりました。コロナの影響もあり、いつも以上に家で過ごす時間が長い年だったと思います。冬本番になるとわが家では薪ストーブの活躍する時期になります。二人の娘は薪ストーブで作る焼き芋が大好きです。火でほっといもが収穫出来たので暖かい部屋でゆくり焼き芋を食べながらお家時間を楽しみます。今年もニュースを読んでいただきありがとうございます。来年もよろしくお願いたします。 by S

～12月のおすすめ～

北部ブロック委員会

### 「お手軽だし巻たまご」

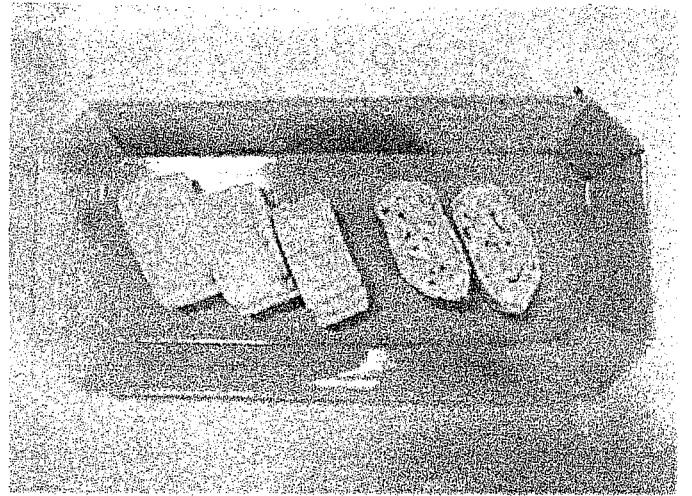
【調理時間約10～15分】

＜材料＞（2人分）

- ・豚汁（フリーズドライ） 1コ [5食入 348円]
- ・たまご 3コ [産直たまご 6個入 148円]
- ・ネギ（青い部分） 10cm程度

＜作り方＞

- ①豚汁フリーズドライを袋のまま細かく砕く。
- ②①を器に出し、大きじ3杯のお湯（熱湯）を入れ良くかき混ぜた後、1分程そのまま浸す。
- ③たまごと小口切りにしたネギを②に入れよく混ぜる。  
ポイント！！（ここでよく混ぜて味を均等にする事が大切）
- ④フライパンで油を熱し、③を焼いて出来上がり。



### 「お肉いらず豚汁焼きうどん」

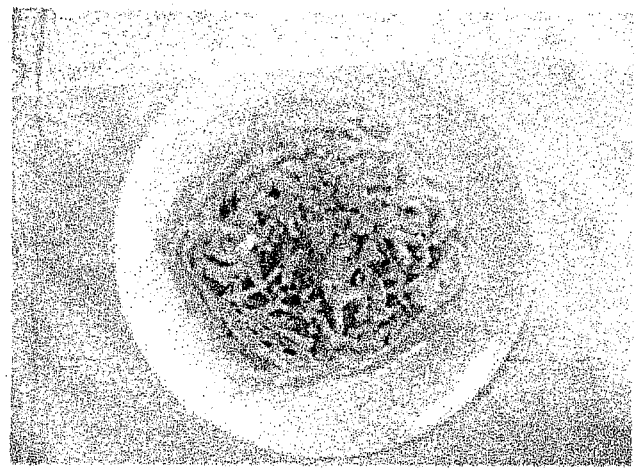
【調理時間約15分】

＜材料＞（1人分）

- ・豚汁（フリーズドライ） 1コ
- ・うどん 1玉  
[coop 特売品 3玉入り 78円]
- ・キャベツ 2枚
- ・もやし 1/3袋
- ・にんじん 1/4本 (25g)
- ・かつお節（お好みで）
- ・油（油の種類はお好みで） 少々

＜作り方＞

- ①豚汁フリーズドライを袋のまま細かく砕き、器に出し 大きじ3杯のお湯を（熱湯）入れよく混ぜ1分程そのまま浸す。
- ②キャベツ、ニンジン（にんじん）を千切りにしてもやしは、サッと洗う。
- ③熱したフライパンに油をひき、にんじん・キャベツ・もやしの順に炒めます。
- ④うどんの袋の端を少し切り、袋のまま電子レンジで1分程 温める。  
（サッと湯通ししても麺がほぐれやすくなる。）
- ⑤③の火が通ったら、うどんと①を加え、麺をほぐしながらよく炒める。
- ⑥かつお節を加えて出来上がり。



ブロック委員が考えて、作成しました。簡単に出来るのでぜひ作ってみてください。  
豚汁（フリーズドライ）は、2月4回までいつでも注文出来ます。（毎週買える保存版カタログ）  
県内のコ-7の店舗で豚汁（フリーズドライ）レシピの 注文コード 091529  
動画が流れています。お出かけの際はご覧下さい。 348円（5食入）