

# 第6ブロック(北部)委員会ニュース 第56号

澁川・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 TEL0120-24-5312 TEL 0120-52-9638 Fax0277-54-1270  
 ✉masashi\_kogure@coopdeli.coop

もぐもぐ(澁川商品委員会)

## 澁川料理教室

《野菜とたっぷり召し上がれ》

栄養士の先生による講話も聞けます。託児付きです。お子さんを預けてゆっくり調理をお楽しみ下さい。どなたでも参加OKです。

☆Menu☆ 鶏肉と野菜のポシェ 白菜とツナのおかか和え  
 ・冬のポテトサラダ ・いちごのパイ

〈日時〉 3月11日(水) 10:00～12:30

澁川市中央公民館 3F 調理室

(住所: 澁川市澁川908-21 TEL 0279-22-4321)

〈材料費〉 1人あたり600円程度(食材により多少高くなることもあります)  
 〈持ち物〉 エプロン・三角布・筆記用具 〈託児付き〉 6ヶ月以上  
 〈募集人数〉 24名(応募者多数の場合は抽選、結果は3/6(木)迄に連絡します)  
 〈申込方法〉 参加申込書をFaxまたはメールで総合企画室まで  
 Fax: 0277-54-1270 ✉masashi\_kogure@coopdeli.coop  
 〈申込締切〉 2月28日(金)・〈お問い合わせ〉 Tel 0120-52-9638

★ Faxで「お申し込みの場合、以下に必要事項をご記入の上送信して下さい。

参加申込書 Fax 0277-54-1270		第6北部ブロック	担当: 小暮
企画名	澁川料理教室	実施日	3月11日(水)
名前	フリガナ	フリガナ	
託児が必要の方 (6ヶ月以上)	フリガナ	フリガナ	男・女(オ) 男・女(メ)
住所		電話	当日連絡がつかず番号
Fax番号(受信確認を希望する場合のみ)			

※ 個人情報は、組合員活動のご案内以外には使用しません。

## 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。

### 春のけ-き寿司

日時 3月9日(月) 10:00～  
 場所 中丸条町保健センター

エプロン  
三角巾を  
持って来てください

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

※ お問い合わせ 080-3715-6680 橋爪

「もぐもぐ」(澁川) 3/9 申し込み

氏名: \_\_\_\_\_

住所: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_

### 炊飯器で作る簡単メニュー

日時 3月10日(火) 10:00～  
 場所 長野原町保健センター

エプロン  
三角巾を  
持って来てください

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

※ お問い合わせ 080-3715-6680 橋爪

「もぐもぐ」(吾妻) 3/10 申し込み

氏名: \_\_\_\_\_

住所: \_\_\_\_\_

TEL: \_\_\_\_\_

## シニア料理教室を行いました。

1月29日(水) 澁川中央公民館にて、シニア料理教室を参加者19名で行いました。「何れもくく南産」という事で、生毒芋(花しょうがい)、ほろ水ん草のシママネズ和え、そば蒸ししょうがのしりしり、ケチャソースの代わりにキャベツを敷いて、シウマイ蒸し料理が出たこと、たんぽぽと野菜を食べることが出来ました。そば粉とそば、たろみも簡単においしく出来ました。優しいお味で、子供と一緒に作れ、お料理が参加者に好評と感想いただきました。



## 認知症サポーター養成講座!

認知症への理解を深めませんか? 参加者にはサポーターの証のオレンジリングを差し上げます。

3月9日(月) 9:30～11:30

ツインプラザ視聴覚室

参加無料 定員30名

お申込みはたんぽぽクラブ綿貫まで

090-7216-5857

留守電かショートメールにてお名前と年齢をお聞かせください。



## \*\* Cafe あじさい \*\*

北毛介護支援センター(澁川 2659、旧いとう食堂)内に高齢者の居場所「Cafe あじさい」がオープンしました。第3週の水曜日 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、お茶のみ場所として気軽にお立ち寄りください。2月は 19日(水) 10:00～12:00 です。お待ちしております(人^人)

～編集後記～ 日々の食事は家族の健康を考えていますね。しかし我が家は先日、  
 ①お母さんもお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ②お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ③お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ④お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑤お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑥お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑦お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑧お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑨お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母) ⑩お母さんお外で食べるのがいい。おいしい料理作ります。(母)