

おしゃべり・かわら版

2019年
10月号
発行日/2019年9月30日
Vol.211

おしえて!おしえて!

子どもがよろこぶ ピーマン料理

上の娘はピーマンが好きですが、下の息子は食べません。子どもが食べられるピーマンを使った料理をおしえてください。

〔宇都宮センター〕
M.Mさん

ハーブを使った料理

バジル、レモングラス、クミン、ローズマリー等を育てているので、ハーブを使ったレシピをおしえてください。

〔日光センター〕
O.Aさん

残った餃子の皮の 利用方法

我が家は餃子が好きで手作りしていますが、皮が残ってしまいます。何か利用方法はありますか。

〔壬生センター〕
まめこさん

作り置きや 手早くできる朝食レシピ

朝早く出かけるので、作り置きや手早く用意できる朝食レシピをおしえてください。

〔小山センター〕
組合員さん

フォーに合う おかずのレシピ

ミールキットでフォーを頼みましたが、おかずに悩みました。生春巻き以外に合うおかずをおしえてください。

〔芳賀センター〕
H.Bさん

おしえてあげちゃいます!

ナンプラーを使ったレシピ (2019年8月号に掲載)

- ・サラダ油でにんにくと青菜(小松菜、ターサイ、空芯菜等)を炒め、仕上げにナンプラーで味付けします。
- ・春雨サラダの味付けに使います。茹でた春雨ともやし、きゅうり、にんじん、炒めた鶏ひき肉を、ナンプラー・レモン汁・ごま油で和えます。

(芳賀センター 金造さん)

- ・ナンプラーは魚を原料にしたしょうゆなので、肉料理の味付けやスープ、チャーハンの仕上げ等、色々な料理に使えます。少しくせがあるので、ねぎや生姜、にんにく等、香りの強いものを組み合わせるとよいと思います。
- ・ナンプラー・砂糖・レモン汁を合わせた物は、茹でた野菜と和えたり、春雨サラダの味付けに使ってもおいしいです。

(西那須野センター S.Hさん)

牛乳を使った料理やおやつレシピ (2019年8月号に掲載)

<ミルクくずもち>

材 料：片栗粉30g、砂糖20g、水150ml、牛乳100ml、きな粉15~20g
 作り方：片栗粉、砂糖、水、牛乳を鍋に入れ、混ぜながら火にかけ、透き通ってくるまで火を通せばミルクくずもちのできあがりです。きな粉を入れた皿にスプーンですくい取り、きな粉をまぶします。暑い時は冷たくしてもおいしいです。子どもが小さい頃、手軽に作れるのでよく作りました。牛乳、きな粉で栄養バランスもいいですね。

(西那須野センター T.Tさん)

<スープ>

- ・玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、ベーコンやソーセージを薄く切り、ひたひたの水とコンソメで火を通します。ある程度煮えたら好みの量の牛乳を入れます。多めの方がおいしいです。バターをひと片入れて、塩・こしょうで味をととのえます。牛乳はふきこぼれやすいので注意してください。
- ・牛乳と砂糖を温め、ゼラチンを入れてミルクゼリーをよく作ります。

(芳賀センター T.Hさん)

<ミルクプリン>

材 料：牛乳200mlに対してゼラチン1包、砂糖、バニラエッセンス1~2滴
 作り方：牛乳を温めて砂糖とバニラエッセンスを入れます。ゼラチンを入れよく溶かし、粗熱を取って器に入れ冷蔵庫で冷やし固めます。砂糖を少なくして好みのジャムを添えてもよいです。器の底にジャムを入れてから流し入れて固めても、見た目がきれいに仕上がります。

<コーンポタージュ>

クリームコーン缶、牛乳、塩・こしょう、お好みでコンソメを入れてミキサーにかけます。鍋に移して火を通します。つめたく冷やしてもおいしいです。

(日光センター S.Kさん)

ローリエの作り方と使い方 (2019年8月号に掲載)

保護者のための昼食会で、席順表として葉に番号が書かれていました。手作りが嬉しくて、今でもしおりとして使っています。リースとか作る楽しみもあります。

(芳賀センター O.Aさん)

ブロッコリーを使ったレシピ (2019年8月号に掲載)

<パスタ>

ブロッコリーを小房に分けて、電子レンジで加熱します。それを5mm程にザクザク切ります。オリーブオイルでにんにく、唐辛子、ベーコン、えのきを炒め、茹でたスパゲッティを入れ塩で味付けして、ペペロンチーノを作ります。そこにブロッコリーを和えてできあがりです。ほぐしたたらこを入れるとさらにおいしいです。

(宇都宮センター ももさん)

<卵とじ>

少し硬めにゆでたブロッコリーを、丼物を作る要領で卵とじにします。丼物ではないので、煮汁は少なめでよいです。

(芳賀センター T.Hさん)

<天ぷら>

ブロッコリーの房の部分1口大に切り、洗ってペーパータオルで水気をとって小麦粉をよくつけ、天ぷらの衣をつけて油で揚げます。塩をつけて食べてもおいしいです。

<茎のきんぴら>

ブロッコリーの茎の外側の皮は硬いのでむきます。ごぼう、にんじん、ブロッコリーの茎は千切りにします。にんじんとブロッコリーだけでも大丈夫です。ごぼう以外は火が通りやすいので後から炒めます。味付けはお好みでどうぞ。

<味噌汁>

お好みの野菜とブロッコリーで味噌汁を作ります。ブロッコリーと油揚げだけでもおいしいです。

(足利センター S.Tさん)

ブロッコリーは茹でて食べやすい大きさに切っておきます。フライパンにバターを入れて溶いた卵を入れ、ブロッコリー、CO・OPサラダフレックを入れさっとかき混ぜ、塩としょうゆを適量かけたらできあがりです。

(芳賀センター ひまわりさん)

ブロッコリーの栄養分は水溶性なので、なるべく蒸しましょう。蒸した物を小房に分け、塩昆布で和えるだけでおいしいと思います。とても簡単です。ぜひお試しください。その他、カレーに入れたり、冬場に作るシチューの中に入れてもおいしいです。生のままのブロッコリーを細かく切り、ハンバーグの材料に入れてもおいしいです。

(西那須野センター I.Lさん)

クリームチーズのレシピ (2019年8月号に掲載)

<とっても簡単チーズケーキ>

材 料：クリームチーズ200g、生クリーム200ml、卵3個、砂糖70g、小麦粉大さじ3
 作り方：18cm型にクッキングシートを敷いておきます。ミキサーに材料を全部入れて混ぜます。型に移し、オーブン170℃で45分焼きます。

<クリームチーズのナッツチョコディップ>

ミックスナッツ、ドライフルーツ、チョコレートを食べやすい大きさに切ってクリームチーズに混ぜます。食パン、クラッカー、ビスケット等にのせて食べます。ナッツのかりかり、チーズの塩味、チョコの甘さがマッチしておいしいです。

(足利センター K.Tさん)

菊芋の調理法 (2019年6月号に掲載)

菊芋を1~2mm程度の千切りにして、バターで炒め、塩・こしょうで味付けしてください。とても簡単です。ぜひお試しください。中央に卵を落としてもおいしいです。

(西那須野センター T.Mさん)

生食でも食べられるので漬物にします。焼いたり、丸ごと揚げても食べられます。

(宇都宮センター A.Yさん)



楽しく！おいしく！便利に！



おしゃべり交流会 ～皆さんからのレシピをご紹介します～

2月～3月に各地域で*「おしゃべり交流会」を開催し、今年も多くの方がご参加くださいました。各ブロックの試食を囲みながら、楽しいおしゃべりの時間を過ごしていただけたようです。今回は、皆さんのおしゃべりの中からいただいたレシピをご紹介します。各ブロックの試食レシピについては、2019年8月号に掲載しております。

*おしゃべり交流会とは
地域の身近な会場で開催し、組合員さんだけでなく、どなたでも参加できるおしゃべりの場です。試食やおしゃべりの中から、様々なくらしの交流や情報交換ができます。

◆カルピスを使って

■ 2層のカルピスデザート

ゼリーとプリンのような感じです。孫がこのデザートが好きで、よく作っていました。半分がオレンジ色、半分が白色の2層になります。

【材料】

カルピス(原液)	350ml
生クリーム	1パック
卵黄	2個分
ゼラチン	5g×5本

- 【作り方】
- ① ゼラチンを200mlの水でよくふやかしておきます。
 - ② 生クリームと卵黄を混ぜておきます。
 - ③ カルピスを500mlの水で薄めて、沸騰させ火を止めます。そこに①を入れてよく溶かし、②を加えらによく混ぜます。
 - ④ 容器に入れて冷蔵庫で冷やし固めると、2層に分離したきれいなデザートのできあがりです。
- ※カルピス(薄めたもの)を沸騰させずに混ぜてしまうと分離しませんので、必ず沸騰させてください。

◆さつまいもを使って

■ まるごとさつまいもの中華スープ

【材料】

さつまいも(べにはるか)	2本
牛乳	適量
中華だし	小さじ2

【作り方】
さつまいもを茹でてお湯を捨て、熱いうちにそのまま鍋の中で皮の付いた状態のままつぶします。牛乳をとろみがつく位に入れて、中華だしを溶かしてスープとして食べます。皮があっておいしいです。皮が気になる方は、フードプロセッサーやミキサーにかけて、こしてスープにするとよいです。

組合員さんからのおすすめ

あっ!これおいしい



CO・OPたまごスープ

この頃『たまごスープ』にはまっていて、毎朝主人と一緒に飲むのが日課になっています。アレンジレシピで、スープの中に茹でたそうめんを入れて食べてもおいしいですよ。

(日光センター 組合員さん)

「たまごスープ5食」は「注文番号078089」「たまごスープ10食」は「注文番号088329」で2019年11月4回まで毎週注文できます。

※上記の予定は、現在企画予定が判明している企画回をご案内しております。これ以降の取り扱いにつきましては、コープデリ宅配センターまでお問い合わせください。

◆さば缶を使って

■ さば味噌コロッケ

【材料】
さばの味噌煮缶、じゃがいも、小麦粉、卵、パン粉、油

【作り方】
じゃがいもを茹でてつぶし、そこにさばの味噌煮缶を混ぜて成形し、小麦粉・卵・パン粉で衣をつけて、油で揚げたらできあがりです。

■ 揚げさばのあんかけ

【材料】
さばの水煮缶、片栗粉、油

【作り方】
さばの水煮は汁気を切ります。汁は使うので別にとっておきます。さばに片栗粉をまぶして揚げます。取っておいた汁は火にかけて、水で溶いた片栗粉を入れてとろみがついたら、揚げたさばにかけます。料亭の味のようにおいしいです。

■ さば缶の炊き込みご飯

【材料】
さばの水煮缶、大根、しょうが、米

【作り方】
大根を1cmの角切りにします。しょうがはおろします。炊飯器に米と、さばの水煮は汁ごと入れ、切った大根とおろしたしょうがを入れます。水を分量まで入れて炊けばできあがりです。

◆ごぼうを使って

■ 母のきんぴらごぼう

母が作ってくれた思い出の味です。

【材料】
ごぼう、にんじん、ひき肉、しらたき、ごま

【作り方】
多めのひき肉を最初に炒め、そこにしらたき、にんじん、ごぼうを加え火が通ったら味付けをし、最後にごまを入れてできあがりです。

■ ピリ辛さがきごぼう

【材料】
CO-OP国産さがきごぼう(冷凍)、ひき肉、にんにく、豆板醤

【作り方】
ひき肉と冷凍のままのさがきごぼうをにんにくや豆板醤で炒め、甘辛く味付けします。ご飯のおかずには合いますが、パンには喜んで食べてもおいしいです。

■ アレンジきんぴらごぼう

【材料】
きんぴらごぼう、サラダチキン、ごま油

【作り方】
きんぴらごぼうにサラダチキンをほぐして入れ、ご飯やパンと一緒に食べます。ごま油を足してアクセントにしてもおいしいです。

■ 冷凍さがきごぼうの卵とし

【材料】
CO-OP国産さがきごぼう(冷凍)、にんじん、お好みの肉、卵

【作り方】
冷凍のままのさがきごぼうと、食べやすく切ったにんじんと肉を炒め、お好みの味付けをし、卵でとじてできあがりです。

■ 栄養いっぱいごぼうサラダ

【材料】
CO-OPごぼうサラダ、レタス、豆腐、ひじき

【作り方】
ごぼうサラダにレタス、豆腐、ひじきを混ぜて、栄養を摂れるようにアレンジしてできあがりです。

CO・OP減塩ちくわ3本(90g)

『減塩ちくわ』をこよなく愛用しています。約1年の開発を要したとのことですが、リン酸塩とアミノ酸は不使用、そして塩分カットと本当に良い商品に仕上げてもらい感謝しています。このような製品を待っていました。

(日光センター 組合員さん)

毎週ヴィ・ナチュラルで取り扱いを予定しております。

★ 声をお寄せください! 「ためしてみました」「こんな食べ方あります」など、3ページ下段の用紙でお寄せください。

ほっ、ほっ、ほっとな話

元気に育ちますように

植物を育てるのが好きな組合員さんがいらっしゃいます。5月上旬に鉢植えのソテツをご注文いただきお届けしましたが、しばらく経ったある日、その組合員さんから「この前生協で買ったソテツが枯れそうなんだけど」と、ご相談を受けました。見ると、気温の低い日が続いたせいか葉が茶色く枯れかかっており、組合員さんも半分諦めている様子でした。私は植物に詳しくはありませんが、何かできることはないかとインターネットで情報を調べ、印刷した参考資料を「枯れ対策、成功するかわかりませんが、いかがですか」とお見せしたところ「やってみます」と言っただけでした。1週間後、その組合員さんが「資料を見て色々やってみたら、新しい芽が出てきたよ。ありがとう」とおっしゃるので見てみると、茶色く枯れた部分を切り落とした葉の根元から小さな芽が何本か出ていました。思わず「元気に育ちますように」とお祈りすると、笑っていらっしゃいました。その後配達にお伺いした時には「これ以上大きくなったら玄関に置けなくなっちゃうかも」と組合員さんがびっくりされるほど、新しい葉がスクスクと育ってきていました。「いやー、元気いっぱいですね」と組合員さんと一緒に喜びました。お役に立てて、とても嬉しく思いました。



西那須野センター
八木沢孝 担当

つながる想い

普段より料理の味付けについて話をする組合員さんがいらっしゃいます。その組合員さんは『つくね串(たれ付き)』を気に入って購入していただいているのですが、添付のたれを使わなくても、つくね自体の味がしっかりついているので、もっと味付けを控えめにしたいと話されていました。そこで*こえのポストにあげさせていただきましたが、回答では多くの方から支持を得ている商品のため、現状では見直しは難しいということでした。一方、こえのポストを読んだ日光センターの*ブロックのみなさんが声をもとに交流をし、組合員さんのために、たれも使い玉ねぎを足して卵とじの丼にするというアレンジレシピを考えてくださいました。組合員さんへブロックからの手紙を渡すと「あの時の話から色々な人が考えてくれるんですね」と喜んでいただきました。その後、組合員さんが「卵とじの丼を作ってみるわ」とつくね串を購入していただきました。私もつくね串を購入しアレンジレシピを考え、担当者ニュースにて紹介させていただきました。カットトマト1缶、水、コンソメ、白菜、つくね串を煮込み、ご飯とチーズを入れればリゾット風にもなるというものです。組合員さんのために何ができるか、改めて考える機会となりました。またブロックのみなさんと共に考え行動できたことにも、とてもやりがいを感じました。



日光センター
阿久津智寿 担当

※こえのポスト：おいしい、便利、ちょっとお困りのこと、ちょっと生協に聞いてみたいこと等を書いて生協に伝えます。
※ブロック：組合員さんにとっていごちの良い生協になるために、組合員さんの声を読んで交流したり、おしゃべりの場を開催する等の活動を行っています。

9月度 理事会だより

- 8月度まとめ
とちぎコープ全体の総事業高は22億4195万円で、経常剰余金は1989万円でした。793人の新しい組合員さんをお迎えしました。
- 上期活動のまとめと下期課題について確認されました。
- 理事協議会報告
2019年8月7日に芳賀ブロックにて夏休み親子学習会が開催されました。「親子でおいしく食べて考えよう～SDGsってなあに？」をテーマとし、9家族が参加しました。前半の学習会では、SDGsの目標の中から、コープの取り組みを学び、私たちにできることについてワークショップと発表を行いました。後半は、4つのプロジェクトに関連した商品を親子で調理し、試食・交流会を行いました。参加されたお子さんからは「水筒を持ち歩くことで、プラスチックごみを減らしたい」保護者からは「SDGsについて子どもたちと一緒に学べてよかったです」「子どもと一緒に参加できたことで、ごみの分別リサイクル等、できることから進んで子ども達と取り組

- んでいこうと思います」等、環境について関心を持っていたことができ、これからは様々な場からみえてくる組合員さんの声から、自分たちにできることを形にしていけるよう、日頃の声やブロック活動を積み上げていき、色々な問題について考え、行動していきたいと思っています。
- 栃木県生協連報告
・2019年度第1回常務理事会を開催。
・生協連創立50周年記念「講演会：維持可能な社会を求めて/講師：滋賀大学元学長 宮本 憲一氏」開催および若手職員の座談会「生協の未来」を下野新聞に掲載。
・くらし部会では、食育フェアおよびECOテックの出展計画等を実施。
・「栃木県食の安全安心推進会議」「関東農政局と栃木県消費者団体との意見交換会」に出席。
・7/25、NPO法人とちぎ消費者リンクは、適格消費者団体となって初の総会を開催。
・県の委託事業とちぎ消費者カレッジを、白鷗大学、足利大

- 学、宇都宮共和大学で開催。
- ・食の安全ネットワークでは、ゲノム編集食品について学習会を開催。
- ・災害対策交流会を開催。県危機管理課から県近年の災害発生事例を学び、事業継続等について交流。

8月度の経営状況について			
8月度(単月)	実績	2019年度累計(4月度～8月度)	
		実績	
総事業高	22億4195万円	112億7761万円	
事業総剰余金	5億4864万円	27億4987万円	
事業経費合計	5億3452万円	26億6869万円	
経常剰余金	1989万円	1億5667万円	
組合員数	25万8518人	平均出資金	2万9488円

●商品検査レポート 8月度の商品検査件数 (毎月下記の検査を実施しています。)

検査の種類	微生物や食品中に残留する化学物質等の検査											食品の品質を確認する検査			食品の表示を確認する検査			調査		合計
	検査の項目	微生物検査	残留農薬	動物用医薬品	食品添加物	硝酸濃度	汚染物質等	カビ毒	ヒスタミン	放射性物質	遺伝子(微生物)	官能検査	品温検査	品質	特定原材料	栄養成分	肉種・品種・産地判別	お申し出検査(左記以外)	施設衛生検査	
8月度検査数	1,494	94	36	14	0	2	12	43	134	11	0	24	92	54	102	8	0	573	2,693	
2019年度検査品目累計	7,689	346	82	66	0	2	69	217	759	57	0	132	499	201	369	29	0	3,118	13,635	

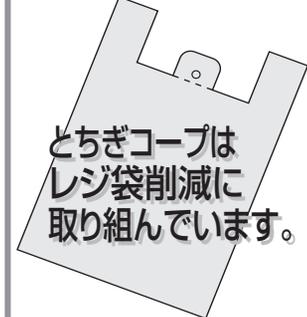
募金活動にご協力ください

●コープデリでの募金 ...OCR注文書・eフレンズから募金ができます。

募金の種類	6桁注文欄記入番号
「ふれあいコープ」福祉事業支援募金(寄付金)	2 8 6 5 6 7 - □
※東日本大震災復興支援募金	2 8 6 4 4 3 - □
※ユニセフ募金(一般募金)	2 8 6 4 0 1 - □
盲導犬育成支援募金	2 8 6 5 4 1 - □
くらし・平和活動支援募金	2 8 6 4 1 9 - □

*****募金の方法*****
募金は、OCR注文書の6桁コード注文欄に記入します。例えば盲導犬育成支援募金は、「286541」と書き込み、数量を1と記入すると100円、10と記入すると1,000円の募金になります。数量は2桁までご記入いただけます。また※の付いた募金は貯まったポイントでの募金も承っております。ポイント募金については配達担当者までお尋ねください。

●店舗での募金
レジで募金を受付しています。サービスカウンターやサッカー台(精算を終えた品物を袋に入れるための台)などに募金箱をご用意しております。



10月号

寄せられた“声”が広がります!

きいて! きいて!
私はこうしています
...など、なんでもお気軽にお寄せください。

事業所名【 _____ センター・配達曜日() 】
【 _____ 店】(センター名・店名をご記入ください)
お名前 _____ ペンネーム可
お電話 (_____) - _____ 氏名掲載を希望しない()

※氏名掲載を希望されない方は、「氏名掲載を希望しない」に○をご記入ください。いただいた個人情報は、商品案内・機関誌・ホームページなどで生協名・氏名・メッセージの掲載に使用し、その他の目的には使用しません。氏名掲載を希望しない場合はインシヤル・ペンネームなどで掲載させていただきます。

かわら版編集委員会行

へえ〜、そうなんだ!



食品添加物について質問します。乳化剤、イーストフード、リン酸塩、亜硝酸ナトリウム、無塩せき、アミノ酸の長所と短所をおしえてください。
(組合員さんより)



食品添加物は加工食品を製造する時に食品素材以外に使用する物です。長所と短所をおしえてくださいとのことですが、大量にとれば、塩でも体にとって危ない物となります。それぞれの食品添加物の長所と短所という見方をするのは難しいので、今回はご質問いただいた食品添加物の役割をお答えします。また食品添加物に対するとちぎコープの考え方をご紹介いたします。

○乳化剤

水と油のように互いに混ざらない物を、均一に混ざりやすくする食品添加物です。マーガリン、バター、マヨネーズ等や洗剤、化粧品にも使われています。

○イーストフード

パンに使用される食品添加物で、パンを焼く際の膨張剤として使用されるイースト菌のえさとなります。パン生地を膨らませる力を強化させ、パンにふくらしたボリューム感を与えます。

○リン酸塩

食品の保水性を高めてジューシーな食感を出し、成形性を向上させて調理をしても型崩れさせない、結着剤と呼ばれる食品添加物です。ハンバーグ等の畜肉加工品や水産加工品、乳製品、飲料、農産加工品等に幅広く使用されています。

○亜硝酸ナトリウム

加工肉に色を発生させる発色剤です。ハムやソーセージ等に使われています。発色以外にも、ボツリヌス菌の発育を抑える効果があります。

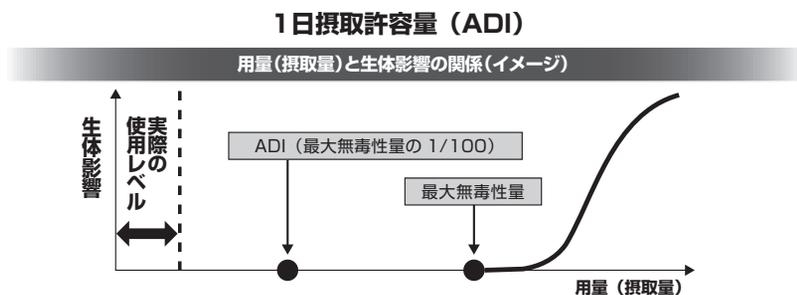
○アミノ酸

食品の嗜好性や味の品質を良くするための調味料と呼ばれる食品添加物のひとつです。昆布から抽出したグルタミン酸ナトリウム等の植物エキス等に多く含まれます。

◇無塩せきとは食品添加物の名称ではなく、製造工程のことです。ハムやソーセージ等には、発色剤に漬けこむ「塩せき」という製造工程があります。「無塩せき」とは発色剤を使用しないで製造した加工食品のことです。

【人が毎日摂ってもよい食品添加物の量について】

食品添加物の安全性は使用する、しないではなく「量」で判断します。人が毎日食べ続けても問題ないと考えられる食品添加物の量をADI(1日摂取許容量)と言います。ADIは、様々な動物実験等の安全性試験の結果から求められた、生涯食べ続けても問題のない最大量(最大無毒性量)に安全係数1/100を掛けた値です。これは人と実験動物では物質に対する感受性が違い、また人間でもそれぞれ差があるからです。そして実際に使用される量はADIよりも更に少ない量となります。



【食品添加物に対するとちぎコープ(コープデリ連合会)の考え方】

- (1)必要のない食品添加物は使いません。使う場合は必要な量だけ使います。
- (2)提供する全ての商品について、使用する食品添加物を把握し管理します。
- (3)情報が十分でない物や懸念すべき情報がある物については、必要な範囲で自主基準を設定します。
- (4)素材を生かすことを大切に、保存料や着色料、調味料(アミノ酸)等を使用しない商品の開発と品揃えを進めます。

とちぎコープは1970年代の公害や環境問題を背景に、子どもに安全な物を食べさせたいという母親達の想いから生まれた組織です。2000年には食品衛生法の改正を求めて、20万筆以上の署名を国に提出し、自治体にも働きかけました。2003年には、現在の食品衛生法に改正され、それにより食品メーカーでは、食品添加物の使用基準や成分規格等が厳密に決められ、食の安全を科学的に管理する仕組みが成り立ちました。しかし国の評価が古い物や不十分な物がまだ残っていることもあるので、コープでは必要な範囲で自主基準を設けて管理しています。食品添加物が使用されているかどうかではなく、適切な量が使用されていることを消費者が知り、商品を選べる仕組みがあることが大切なのだと思います。そして便利な加工食品と素材から作る手作り料理とをバランスよく組み合わせることで、私達は食卓をもっと豊かにしていけるのではないのでしょうか。

HOT!情報



とちぎコープフェスタ

大販売会&試食会
in うつのみや



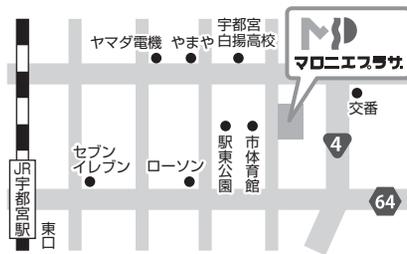
コープの商品や産直品の試食・販売を行います。
また、親子で楽しめるステージショーや体験企画等、盛りだくさんのイベントです。

日時：11/24(日) 10時~14時
会場：マロニエプラザ大展示場

魚や肉など冷蔵品や冷凍品の販売もあります。保冷バッグやエコバッグ等をお持ちください。



※駐車場には限りがございます。できるだけ、公共交通機関をご利用ください。なお当日は宇都宮駅東口より無料のシャトルバスを運行いたします。



栃木県宇都宮市元今泉6丁目1-37
JR宇都宮駅東口から徒歩約15分

第16回とちぎ協働まつり2019

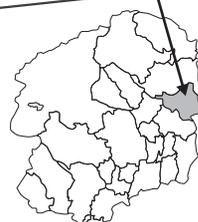
日時：10月27日(日)
午前10時~午後3時30分
会場：とちぎ山車会館前広場
(栃木市万町3-23)
テーマ：「とちぎに暮らす人」
「大切にしたいヒト・モノ・コト」
主催：とちぎ協働まつり2019実行委員会・栃木市

【問い合わせ】
とちぎ協働まつり2019実行委員会
とちぎ市民活動推進センターくら内
電話：0282-20-7131(水曜日休館)

無料年金相談

日時：10月26日(土) 午前10時~午後3時
場所：コープ越戸店

栃木県の中山間地域紹介



なかがわ元気フェスタ2019「いってみっぺ! くってみっぺ! やってみっぺ!」
~Yeah! Do More! (いやっどおーも!)~

那珂川町の「いいモノ」「うまいモノ」「いいコト」を発信します。会場の那珂川町小川総合福祉センターでは八溝そば、八溝ししまる、里山ほんもろこ、といった那珂川町の「うまいモノ」が味わえます。また、地元企業による販売会や多彩なステージイベント等、那珂川町の「いいモノ」「いいコト」が楽しめます。この機会に那珂川町の「いいコト」を探しにお越しください。(内容は変更になる場合がございます)

日時：11月9日(土)~11月10日(日) 午前10時から午後3時
会場：小川総合福祉センター(栃木県那須郡那珂川町小川1065)
主催：なかがわ元気フェスタ実行委員会
連絡先：なかがわ元気フェスタ実行委員会事務局(那珂川町役場企画財政課内) 電話：0287-92-1114

【お詫び】9月号に掲載の栃木市西方町の地図に誤りがございました。お詫びいたします。

