

おしゃべり・かわら版

2020年
3月号
発行日/2020年3月2日
Vol.216

おしえて!おしえて!

大豆粉を使ったレシピ

大豆粉を使った料理レシピがありましたらおしえてください。

〔宇都宮センター
組合員さん〕

上履きを白くする方法

小学校で使っている布製の上履きですが、たわしでこすって洗ってもあまりきれいになりません。汚れを落として白くする方法はありますか。

〔小山センター
しまうまさん〕

手荒れを防ぐ方法

冬は特に手洗いをまめにするため、手が荒れてしまいます。手荒れを防ぐ方法はあるですか。

〔壬生センター
アーリオさん〕

冷え性対策

冷え性で困っています。何かよい対策があればおしえてください。

〔足利センター
組合員さん〕

フリーズドライスープの使いみち

二人暮らしなので5個入りのフリーズドライのスープが、中途半端に余ってしまいます。何かよい使い方をおしえてください。

〔日光センター
組合員さん〕

おしえてあげちゃいます!



※「キャベツを使い切る方法」(2020年1月号に掲載)は2ページで紹介しています。

牛肉を使ったレシピ (2020年1月号に掲載)

カレー、肉じゃが、肉豆腐に牛肉を使うとおいしいです。また、軽く塩・こしょうをしてフライパンで焼き、手作りのタレで食べたりもします。タレは、同量のしょうゆ・みりん・酒を合わせ、そこにお好みでおろしにんにくやおろししょうがを入れ、肉を焼いた後のフライパン(または電子レンジ)に入れて、ひと煮立ちさせてから使います。

(芳賀センター T.Hさん)

- 赤身は焼いてから塩やわさび、タレ、大根おろし等、いろいろお好みで付けて食べるとおいしいです。
- すじ肉はカレーに使ったり、大根やこんにゃくと一緒に煮込んで食べます。圧力鍋にかけてやわらかくした後、冷凍保存もできます。
- バラ肉は、千切りにしたしょうがと、かき醤油と水にお好みで砂糖を入れて、しぐれ煮がおすすです。
- 牛肩は薄くなるようたたいてから、茹でた人参やうずらの卵、ブロッコリーの芯等を巻きます。お肉が少量の時は、代わりに油揚げを開いて使ってもよいです。つなぎ目を下にして焼き、タレをかけるだけでもよいですし、軽く煮てもよいと思います。他には、牛肉とささがきごぼうを、甘めの味付けで煮込み、ご飯に混ぜて食べるとおいしいです。炊き込みご飯にして食べるのもよいです。また、たまご、しめじ、干しいたけ等のきのこ油揚げ、人参、こんにゃくと一緒に煮込んで炊くと見た目もよくなります。
- すき焼き鍋に玉ねぎを入れて煮込むとうま煮になります。肉じゃがのお肉を牛肉にしてもよいです。

(小山センター 組合員さん)

子どもにも食べやすいドレッシングのレシピ (2020年1月号に掲載)

茹で卵を細かくしてカレー粉とマヨネーズ等で和えて、ドレッシング代わりにするのはいかがですか。生野菜もよいのですが体が冷える場合もあるので、大きい海苔を半分か1/4に切り、その上にチーズ、ハム、カニかま、プルーン等をのせて巻いた物につけて食べると、ビタミンやミネラルも摂れ、身体は冷えが少なくなります。手で食べるというのも子どもにはおいしく感じるようです。

(小山センター 組合員さん)

子どもが丸飲みせずに噛んで食事をする方法 (2020年1月号に掲載)

調理をする時、具材を大きく切るとよく噛んでくれます。おやつにも、おせんべいやラスク等ちょっとかたい物を時々あげるとよいと思いますよ。

(壬生センター たこさん)

子どもの年齢にもよりますが、常にやわらかい食事ばかりではなく、ブロッコリーをかために茹でたり、きんぴら(ごぼう、人参、レンコン等)を楊枝に刺して「これだけは食べるときれいになるよ」と楽しく食べさせます。また、ごぼうを味付けして、から揚げにして食べさせたり、スナップエンドウ豆等の青物を飾りに散らして食べさせるのもよいです。

(小山センター 組合員さん)

孫の話ですが、離乳後から常備菜を時々食べさせているので参考になればと思います。子どもの口の中を見ると、小さな前歯と奥歯はまだ生え揃っていません。固形物は歯ぐきで噛んで食べています。小学校入学前位までは、噛みやすい食事することを心掛けています。慣れてくると大人と同様にしがちですが、まだまだやわらかくなるようによく煮て、小さくカットしたりつぶして食べさせたり、消化のよい物や薄味に調理した物を食べさせるとよいです。お肉や麺類は、はさみで切って小さくしたり短くしています。外食の時、つけ麺等の味が濃い物は、まず麺を別の器に分けて切って、汁は水で薄めてから食べさせるとよいです。小さい時から濃い味に馴染んでしまうと、なかなか薄味に戻りにくくなってしまいます。年齢が上がるごとに噛めて、噛み切りもできるようになるので、徐々に大きさやかたさ等変えていくとよいです。また、食べる時に一緒にモグモグ、ムシャムシャと口を動かすことを楽しむようにしてはいかがでしょうか。

(小山センター はしゅうさん)

ブロッコリーの茎を使ったレシピ (2020年1月号に掲載)

かたい外側部分をそぎ落として、拍子木切りにし、ブロッコリーと一緒に茹でてサラダに混ぜてもよいし、冷凍してストックしておき、ある程度たまったら千切りにしてきんぴらにしたり、野菜炒めに入れたり、味噌汁に入れたり、いろいろ使えます。

(宇都宮センター ムーミンさん)

ブロッコリーを小房に切った後、茎の皮を切り取ります。まな板に置き、垂直にザックリ皮を切り落とすと楽です。4つ割りの太さで一口大に切って、全部同じに茹でてマヨネーズで食べます。生ハムで巻いて食べるのもよいです。

(西那須野センター まり子さん)

茹でた茎をさいの目に切り、サラダのトッピングにします。また、茹でた茎と人参を薄切りにし、肉で巻きフライパンで焼きます。切った面がきれいなので、切り口を上にして盛り付けてできあがりです。他にも、茎や玉ねぎ等を油、またはバターで炒めて、水を適量入れブイヨンで煮てやわらかくし、ミキサーにかけて牛乳を加え、塩・こしょうで味をととのえてポタージュにして食べます。お好みで生クリームを入れてもよいです。

(小山センター N.Mさん)

茎の周りの皮を剥き、アスパラ位の太さで5cm程度に切ります。ブロッコリーの房の部分と一緒に茹でます。茎とベーコンをにんにくと少量の油で炒めて、塩・こしょうで味付けするとペペロンチーノ風の炒め物になります。また、茎を2、3本まとめて薄切りの豚肉で巻き、にんにくと油で焼きます。味付けは、砂糖としょうゆで甘辛くします。人参を茎と同じ大きさで下茹でして一緒に巻くと彩りもよいです。

(宇都宮センター プリンさん)

味噌汁の具にすると、手間がかからずおいしく召し上がれます。4等分にし、やわらかい方から薄くスライスし、切っていてかたくなったらそこまでにします。他の具材と一緒に煮ても違和感がないので、かさ増しにピッタリです。

(壬生センター A.Yさん)

昨年9月号2ページに、野菜のくずで作る栄養たっぷりの「ベジプロス」が載っていました。それを読んで以来、大根の皮、人参の皮、ブロッコリーの茎等の野菜くずをきれいに洗って冷凍庫に入れておき、ある程度の量になったら鍋でやわらかく煮てミキサーにかけます。それに牛乳を入れて味付けをしてスープにしたり、カレーを作る時にに入れて、とてもおいしく食べています。我が家はあまり野菜くずは出ません。

(西那須野センター S.Hさん)

野菜炒めや味噌炒め、酢豚等に使います。また、星や三角や花びら切り等の飾り切りにして上に散らすと彩りにもよいです。春巻きの具としてチーズ、ちくわ、ハム等と一緒に使ったりもします。他にもいろいろな具材とよく合いますよ。

(小山センター 組合員さん)

足の臭いを取る方法 (2020年1月号に掲載)

我が家では、桶にうがい薬を薄めて入れ、そこに足をひたして消毒をしています。足もサラサラして臭いも取れます。

(西那須野センター I.Mさん)

手は何回か洗えますが足はなかなか洗えません。ストレスを溜めたり、人前で話をしなくてはいけない場合等に汗をかきます。汗が悪臭の原因になるので、会議が終わったら靴下を取り替えるとよいみたいです。あとは、石鹸の臭いが気にならないければ、靴下をはいて固形石鹸をそのままかかと辺りに塗ってください。石鹸なら簡単に洗って落とせるのでよいと思います。

(小山センター 組合員さん)

私も子どもの足の臭いで悩んでいたところ「薬用石鹸がいいよ」とおしえてもらい、ボディソープから変えたら、お風呂上りは臭わなくなりましたよ。

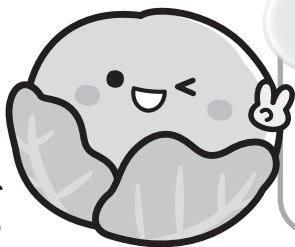
(壬生センター アーリオさん)



楽しく! おいしく! 便利に!



キャベツを使い切る方法



おしえて!おしえて!



キャベツを使い切れず捨ててしまっています。どうしたら使い切れるのでしょうか。

芳賀センター 組合員さん(2020年1月号に掲載)

おしえてあげちゃいます!



MEMO

キャベツには疲れた胃腸を修復するビタミンUや、ビタミンK、ビタミンCが多く含まれる他、カリウムや食物繊維も豊富です。生でもよし、さっと茹でて炒めても煮てもおいしくいただけます。これから出回る春キャベツは葉がやわらかいので生食に向いています。経済的で栄養たっぷりのキャベツを上手に活用して、おいしく使い切りましょう。

キャベツの保存法

- 1個丸ごとのキャベツは、芯をくりぬいて空いた穴に濡らしたキッチンペーパーを詰め、全体を濡らしたキッチンペーパーで包み、ラップやポリ袋で冷蔵保存します。上から葉を1枚ずつはがして使うと、2~3週間位日持ちします。
- 1/2や1/4にカットしたキャベツの場合は芯を取って、濡らしたキッチンペーパーで包み、ラップやポリ袋で冷蔵保存すると1週間位日持ちします。
- 使いやすい大きさにカットしたキャベツをジッパー付き保存袋等に入れておくのもすぐに使えて便利です。冷蔵では3日程度、冷凍保存の場合は1ヵ月を目安に使い切るようにします。冷凍したキャベツは解凍するとべしゃっとなってしまう生食には向かないので、凍ったままスープや炒め物に使います。

今の季節はロールキャベツをよく作りますが、ロールキャベツを鍋に並べて、隙間にざく切りしたキャベツをたくさん入れて一緒に煮ます。人参とかセロリ、じゃがいも等と一緒に煮るとたくさん野菜が食べられます。また、千切りキャベツをたくさん作り、コールスローサラダにするとよいです。

(宇都宮センター ムーミンさん)

キャベツをピーラーで千切りにします。ねぎの千切り、豚肉、もやしと一緒にキャベツ鍋にして食べると、あっという間に半玉位使ってしまう。芯の部分も薄く切れるので、ピーラーで切るのがおすすめです。市販の寄せ鍋味がおいしいです。

(西那須野センター I.Mさん)

- 丸のままのキャベツを4~6等分に切ります。この時バラバラにならないよう、ある程度芯をつけておきます。大きめの厚手の鍋に水を入れ、ブイヨンを入れて煮ます。お好みでベーコン、ツナ缶等を入れます。スイートコーン等を入れてもよいです。煮えたら、大きいままお皿に盛り付けます。ケチャップ味にしてもおいしいですよ。
- コールスローは、キャベツ300g位を千切りにして塩でもみます。20分位してよくしぼり、マヨネーズ大さじ3・酢小さじ2・砂糖小さじ1/2・こしょうで和えます。肉料理等に添えます。
- 野菜炒め、焼そば、インスタントラーメンに、人参等と一緒にたっぷり入れるとよいですね。

(小山センター N.Mさん)

この時期、外の皮はととも甘い。寒いとストレスが入り甘くなります。茹でて餃子の具に入れてはいかがですか。芯も入れて大丈夫ですよ。また、茹でた物にかつお節をかけたたり、もみ海苔をたくさんかけて食べます。ごまを振ってもよいです。他にキムチと和えてもポン酢をかけても納豆と和えてもおいしいです。ロールキャベツを作るときは、余ったキャベツを巻いた物も鍋の隅に並べて煮込みます。トマト味でもよいし、ホワイトソースを使った白いロールキャベツもおすすめです。

(小山センター 組合員さん)

お好み焼きをすると、4人分でキャベツ半玉位が使えます。あと、キャベツを粗く千切りし、人参やウインナーを加え、キャベツたっぷりのコンソメスープを作っています。

(芳賀センター T.Hさん)

キャベツのステーキ

昔観た映画に出てきた料理です。試しに作ったところ、芯までおいしくいただきました。あえてフォークとナイフでいただきます。子どもにも好評です。キャベツがすっぽり入る、深いフライパンで作るとよいと思います。私は厚手の鍋で作りました。

<材料>

- キャベツ 1個
- サラダ油 大さじ1
- バター 10g位
- 塩・こしょう 少々
- 酒または白ワイン 少々

(ソース)

- ウスターソース 大さじ2
- ケチャップ 大さじ2強
- 酒または白ワイン 大さじ1
- しょうゆ 大さじ1
- 水 50ml
- バター 10g位

<作り方>

- ① 丸のままのキャベツを縦に半分に切ります。芯はそのまますべておきます。
- ② 深いフライパンにサラダ油とバターを入れて火にかけ、バターが溶けたらキャベツの外側を下にして入れ、塩・こしょうをし、やや強めの火で転がしながらこんがり焼きます。この時、酒か白ワインを少し注ぎます。
- ③ 焦げ目が付いたら裏返し、ふたをして弱めの中火で8~12分程焼きます。途中でもう一度裏返して全面にこんがり焼き色をつけお皿にのせます。
- ④ ソースの材料を火にかけ、煮立ったら③にかけて、お皿の上で切り分けず。

(壬生センター シュークリームさん)

組合員さんからのおすすめ

あつ!これおいしい



ミックスキャロット

娘は『ミックスキャロット』をいつもお弁当と一緒に学校へ持って行きます。パッケージに記載されているじゃんけんを使って友達と遊んでいます。おいしい! 楽しい! 最高です。あと『ミックスキャロット』を飲んでいるとクラスの子に「それ知ってる。おいしいよね」と声をかけられるそうです。

(芳賀センター N.Mさん)

「ミックスキャロット・125ml×12」は「注文番号095784」「ミックスキャロット・200ml×12」は「注文番号095790」で2020年5月4回まで毎週注文できます。



カカオ70%ラムレーズンチョコレート

とてもおいしいです。この『カカオ70%』シリーズは、ビスクケットがついていたり、いろいろあってどれもおいしいので、つい買ってしまいます。

(芳賀センター 組合員さん)

3月4回(注文番号785)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

家族のような担当になりたい

私がよく料理を知っている組合員さんから年末に「お正月にチャーシューとローストビーフが作りたい」と言われ、作り方をお伝えしました。年始にお会いした時に「おしえてもらった料理作ったよ。おいしかった」と言っていたくれました。「チャーシューは肉がほぐれてしまった」とおっしゃっていたので「最初に焼き目を付けるとほぐれちゃいますよ」とお伝えしました。「またやってみる」とのことでした。また、昨年夏頃からひとり暮らしになってしまった組合員さんがいらっしゃいます。「週1回しか来ないけど、何かあったら何でも言ってください」とお伝えしていました。ある日配達の際に「忙しいところ申し訳ないけど」と言われ「どうかしましたか」と伺うと「前は夫がやってくれたんだけど、一人になっていろいろ大変でね」とのことです。時計の電池交換や時間設定、電球の交換等、高いところのお手伝いをしてきました。組合員さんには「本当に助かる。ありがとう」と言っていたいただきました。これからも何でも話ができる家族のような担当でありたいと思います。



芳賀センター
小瀧琢篤 担当

便利にご利用いただくために

毎週配達時にお会いする80代の組合員さんがいらっしゃいます。息子さんは遠方で暮らしていて、ご主人を亡くされてからはひとり暮らしをされています。元々宇都宮出身の方ではないため知り合いが少ないようで、お会いするたびにいろいろなお話をさせていただいています。

ある日配達に何うと「先週の冷蔵品の袋が重くてね、やっとの思いで冷蔵庫まで運んだら、その後筋肉痛で大変だったのよ。なんとか軽くできないかしら」と話していただきました。この組合員さんには普段から食料品や日用品等たくさんの商品をお届けしているの、運ぶだけでも大変だろうなと思いましたが、そこで、その場で商品をいくつかに分けて、組合員さんが持てるだけの量と一緒に見てもらい、次週から多い時は小分けにしてお渡しするお約束をすると、組合員さんは安心された様子でした。

これからも組合員さんのお困りごとをなくし、便利にご利用していただけるお手伝いをしていきたいです。



宇都宮センター
川村直樹 担当

2月度 理事会だより

●1月度まとめ

とちぎコープ全体の総事業高は22億31万円で、経常剰余金は6990万円でした。
763人の新しい組合員さんをお迎えしました。

●2020年度「基本方針」について確認されました。

●「とちぎコープ福祉政策」「ユニバーサル就労支援方針」について確認されました。

●第31回通常総代会「総代選挙管理委員」の選出について確認されました。

●理事協議会報告

昨年10月から11月に開催された「ママカフェ」の取り組みについて報告がされました。全体で27会場、524名(大人249名、子供275名)の方々に参加していただきました。サロン等にも積極的に参加している方もいて、お子さんも慣れている子が多かった一方で、近くに友達もいなく、3ヶ月のお子さんと普段二人きりで、外出するのが怖いと家に閉じこもって

るという方もいました。先輩お母さんから、いろいろな子育てサロンの情報をおしえてもらい、とても有意義な時間になったようでした。笑顔でお帰りになる姿に、子育て中の若いお母さんにとって、ちょっとお子さんと離れてゆっくりでき、同じ立場のお母さん達と情報交換し子育ての悩みを共有できる、そんな場が必要とされていると感じました。

●栃木県生協連報告

- 2019年度第3回定例理事会を開催。
- 第5回役員・幹部職員定期学習会「主権者と生きる・講師：池上 洋通氏」を開催。
- 食の安全ネットワーク世話人会「食品の安全に対する不安にどう対処すべきか」学習会を実施。その他会員報告、県の報告等を実施。
- 県委託事業「とちぎ消費者カレッジ」今年度開催終了。12会場計1537名の学生参加。
- 12/24日本生協連とコープデリグループからの台風19号募

- 金「1億179万8247円」を義援金として栃木県に贈呈。
- 台風19号被災者へのボランティアを継続。長期化する避難所へ炊き出しも実施。
- 日生協主催 大規模災害対策交流会で、台風15号・19号の被災地報告と、今後の危機管理等について交流。

1月度の経営状況について

●1月度(単月)		●2019年度累計(4月度~1月度)	
	実績		実績
総事業高	22億31万円		228億1049万円
事業総剰余金	5億7465万円		56億412万円
事業経費合計	5億1068万円		53億4106万円
経常剰余金	6990万円		3億7238万円
組合員数	26万509人		平均出資金 2万9570円

●商品検査レポート 1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	
1月度検査数	1,881	56	9	1	0	2	10	28	165	15	0	24	99	51	80	2	22	110	2,555	
2019年度検査品目累計	16,804	709	180	156	0	64	125	407	1,682	127	0	258	973	424	669	104	34	4,107	26,823	

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。



3月号

寄せられた「声」が広がります!

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

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!

とちぎコープのリサイクルの取り組み

今回は組合員さんからいただいたリサイクルに関する質問にお答えします。



- Q** リサイクル品として回収する物は、コープで買った物に限るのですか。以前はコープのみと書いてありましたが。
- A** 基本はとちぎコープで購入した物をお願いします。特にたまごパックは、材質の異なる物が混入するとリサイクルできなくなるため、とちぎコープで利用した生たまごのパックのみを回収します。また、シールが貼ってある物はきれいに剥がしてください。
- Q** 商品が1つでも大きな内袋に入ってきて来ます。形が横長のため使い勝手が悪いのですが。
- A** 内袋(商品を箱にセットするときを使用している袋)は、衛生面の配慮と、個人ごとに商品をセットするために使用しています。袋の形状は自動セットとなっているため変更は難しいです。内袋も回収しています。名前のラベルがついている場合はなるべく剥がして、空気を抜いてしぼる等、広がらないようにして出してください。
- Q** ペットボトルキャップは回収していますか。今では学校や役場でも回収を止めてしまったので捨てていました。
- A** ペットボトルキャップもペットボトルも、回収しています。ペットボトルはキャップを取ってラベルを剥がし、水でボトルの中をきれいにすすぎ、乾かして、つぶしてください。多い場合は内袋にまとめてお出してください。ペットボトルをつぶすと容積が減り、運搬時の環境負荷が小さくなります。ペットボトルキャップは内袋に入れ、こぼれないように袋の口をしぼってください。
※油類・ドレッシング・ラムネ・ソース・洗剤等のボトル、アルミ缶やスチール缶のキャップは回収できません。
- Q** 食材に利用する発泡トレイのリサイクルについて、コープの現状はどうなっていますか。
- A** 食品をのせたトレイ(白色・色付き・絵柄付き)もリサイクルしています。洗って乾燥させてお出してください。
- Q** 「ミールキット」をよく利用しています。「ミールキット」はどんな物が資源回収できるのでしょうか。なるべく何でもリサイクルしたいので、詳しく知りたいです。
- A** 以前は外箱も対象外でしたが、できるだけ環境負荷を少なくしたいことから、昨年11月4回からリサイクル回収が可能な容器に変更しました。現在は、ミールキットの外箱(透明容器とふた)はリサイクル回収をしています。それ以外の袋等の回収は実施していません。ただし発泡トレイは回収しています。
- Q** 加入して間もないのですが、牛乳パックやチラシを回収してくれるから、それだけでもすごく助かっています。
- A** 牛乳パックに限らず、飲料用紙パックも回収しています。内側が銀色(アルミ付き)のパックも回収しています。水で紙パックの中をきれいにすすいで切り開き、乾かして出してください。商品カタログもお届けしたものは全て回収していますが、OCR注文書やお届け明細書兼請求書は個人情報が含まれますので、紛れ込まないように注意してください。不要になった商品カタログは、こまめに出していただければ助かります。紙パックや商品カタログはひも等かけずに、そのまま重ねてお出ください。また、カタログが入っているビニール袋も回収しています。
※紙質が茶色の未ざらしの物・飲料用ではない紙パック(液体洗剤等)は、回収できません。

HOT!情報

第31回とちぎコープ通常総代会

- 開催日：6月11日(木)
- 場 所：ホテル東日本宇都宮
- 総代選挙公告期間：2月24日(月)～4月10日(金)まで

参加者募集
限定20家族
(多数の場合抽選)

生産者交流会

締め切り：5月1日(金)
午後6時まで

生産者の方と一緒に田植え、水の中の生き物観察、稲刈りを体験学習してみませんか？

- [日 時] 第1回目 5月17日(日)
- (雨天決行) 第2回目 8月2日(日)
- 第3回目 9月27日(日)

※午前9時30分から午後2時ごろ

- [開催場所] 那須山麓土の会代表 五月女さん宅(大田原市町島)
- [参加費] 一家族 年間3000円(保険が含まれます)
- [主 催] とちぎコープ生活協同組合
那須山麓土の会(森の水車米生産者グループ)



お申し込み とちぎコープ生活協同組合 総合企画室
電話：028-634-5117(月～金 午前9時～午後6時)

おしゃべり交流会 開催中!
開催中止となりました

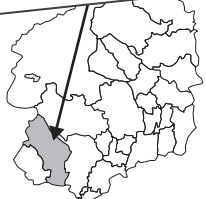
◎開催日時・会場等・・・
開催日程・会場等は、商品案内と一緒に届くチラシまたはホームページ・店舗ポスターをご覧ください。配達担当者・配送センターにお問い合わせください。

参加無料 無料保育あり
組合員さんでなくても参加できます。

かたくりの花まつり

無料年金相談
日時：2月21日(土)
午前10時～午後2時
開催中止となりました

栃木県の中山間地域紹介
～佐野市～



市の東部に位置し、『万葉集』にも詠まれた三疊山。その北斜面の中腹1.5ヘクタールに約150万株のカタクリが群生しています。毎年3月中旬から下旬にかけて可憐な紫色の花が咲き広がります。花の見頃の時期には臨時のお土産販売所等も設置されます。※まつり期間中は駐車場有料となります。開花状況は、佐野市観光協会ホームページをご覧ください。
<http://sano-kankokk.jp/information/kaboku-information/>



期間：3月13日(金)～3月29日(日)
会場：万葉自然公園かたくりの里(佐野市町谷町112-1)
主催：佐野スプリングフラワーフェスティバル実行委員会
電話：佐野市観光立市推進課0283-27-3011