

# 東京3ブロックニュース



問い合わせ先：コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部 03-3382-5665 受付時間/9時~17時（土日祝休み）

<p>誰でも参加できる地域の集いの場 「みらいひろば」は、新しい発見や学び、地域の方との出会いの場として親しまれています。 感染予防対策を徹底し、みなさまのご参加をお待ちしています。</p>		
<p><b>みらいひろば</b> ・参加は月に1人1回まで 定数を超えた場合は抽選になることがあります。 ・落選の方のみ 5月7日(火)までにお電話いたします。連絡がなければそのままご参加ください。 【電話】：4月26日(金)17:00 【二次元コード】：4月28日(日)24:00 ・申し込み締め切りは上記の通りです。・当面の間、みらいひろばは参加申し込みをお願いします。</p>		
<p><b>5月</b></p>		
<p><b>港区 芝浦</b> 港区男女平等参画センター (リーブラ)2階 料理室 芝浦1-16-1 みなとパーク芝浦内</p>	<p><b>品川区 きゅりあん</b> 大井町きゅりあん 4階 調理講習室 東大井5-18-1</p>	<p><b>目黒区 自由が丘</b> 緑が丘文化会館 3階 第9研修室(調理実習室) 緑が丘2-14-23 ※前回とお部屋が異なります。</p>
<p>5月9日(木) 10:30-11:45 ワクワク♥コルクコースター作り(予定)</p>	<p>5月10日(金) 10:30-11:45 メガネ(マスク)ストラップ作り(予定)</p>	<p>5月15日(水) 10:30-11:45 デザインペーパーで"使える"小物作り(予定)</p>
定員20名	定員25名	定員15名
<p><b>大田区 蒲田</b> 大田区消費者生活センター 2階 講座室 蒲田5-13-26-101</p>	<p><b>世田谷区 三茶</b> 太子堂区民センター 2階 第4会議室 太子堂1-14-20 ※前回と場所が異なります。</p>	<p><b>世田谷区 祖師谷</b> 祖師谷地区会館 1階 第2会議室 祖師谷3-30-30</p>
<p>5月20日(月) 10:30-11:45 メガネ(マスク)ストラップ作り(予定)</p>	<p>5月8日(水) 10:30-11:45 毛糸で作るペットボトルキャップ マーカー(予定)</p>	<p>5月9日(木) 10:30-11:45 毛糸で作るペットボトルキャップ マーカー(予定)</p>
定員15名	定員20名	定員10名
<p><b>渋谷区 代々木の杜</b> 渋谷区地域交流センター 代々木の杜1階 交流室B 代々木2-35-1</p>	<p><b>渋谷区 YCC</b> 代々木八幡区民施設 YCC代々木八幡コミュニティセン ター2階 スタジオ3 代々木5-1-15</p>	<p>港区芝浦 ワクワク♥ コルク コースター作り 作品例</p>
<p>5月21日(火)10:30-11:45 メガネ(マスク)ストラップ作り(予定)</p>	<p>5月21日(火)13:30-14:45 メガネ(マスク)ストラップ作り(予定)</p>	
<p>小田急線「南新宿駅」徒歩3分 JR・都営地下鉄大江戸線「代々木駅」徒歩5分</p>	<p>小田急線「代々木八幡駅」徒歩5分 東京メトロ千代田線「代々木公園駅」徒歩5分</p>	
定員15名	定員15名	
<p>■みらいひろば参加申し込み方法■電話または二次元コードからお申し込みください。 &lt;電話&gt; 上部記載の【参加とネットワーク推進部】まで ①~⑤を伝えてください。大人2名までお申し込みできます。 ①「東京3ブロック 5月〇日 みらいひろば〇〇」 ②お名前 ③お住まいの区 ④当日つながる電話番号 ⑤お子さん同伴の場合はお名前 *二次元コードが読み取れない方は二次元コード下のURLから、または【参加とネットワーク推進部】の電話番号からご連絡ください。</p>		
<p>&lt;二次元コード&gt; <a href="https://krs.bz/coopmirai/m/t19">ここをクリック</a> 右のコードを読み取り、表示された フォームに入力をお願いします。 https://krs.bz/coopmirai/m/t19</p>		
<p>&lt;みらいひろばに参加される方へのお願い&gt; ・みらいひろばでは活動の様子や風景を撮影し、その写真や動画を広報のためにSNS等に掲載させていただく場合があります。・みらいひろばはお近くの会場にご参加ください。(参加費無料、商品販売・勧誘はありません。)・当日はゴミ袋、筆記用具、必要な方は飲み物をお持ちください。・当面の間、託児はできません。みらいひろばはお子さん同伴可です。・内容は変更になる場合があります。・ご参加の日は事前にご自宅で検温をお願いします。37.5度以上の発熱(4日以内)、倦怠感などの症状がある場合や、体調に不安がある場合は、ご参加をお控えいただきますようお願いいたします。・今後、不測の事態によって、開催を見送る可能性があります。詳しくは上部記載の参加とネットワーク推進部にお問い合わせください。・準備の都合上、欠席される方は上部記載の参加とネットワーク推進部にご連絡ください。・お預かりした個人情報は、お申し込み受付、その他ご連絡が必要な場合に使用させていただきます。その他の目的には一切使用しません。・このニュースは当日まで保管ください。</p>		

## 2024年度 東京3ブロック委員会紹介



◀退任ブロック委員3名のうち2名と新任ブロック委員2名も一緒に記念の1枚

▼新任ブロック委員と委員長のスリーショット



私たち東京3ブロック委員会は、大田区・品川区・渋谷区・世田谷区・港区・目黒区で活動しています。  
今年度は新たに2名のブロック委員を迎え、20人のメンバーで活動していきます。  
昨年度オンラインでは「コーヒーのいいいれかた教室」「フルグラ製造工程見学(夏休み親子企画)」、実開催では「三浦市春キャベツ産地交流会」「失敗しない簡単らっきょう漬け」「ユニセフハウス見学会」「しながわ防災体験館に行ってみよう!」など、様々な角度から皆さまのお役に立てる企画を開催し、大変好評でした。今年度もご期待ください!

## バイオエナジー城南島工場見学 開催報告

2月下旬、ブロック委員有志で、株式会社地球クラブさんのコーディネートのもと、大田区にあるバイオエナジー株式会社の城南島工場へ見学に行きました。ここではメタン発酵技術を利用し、生ゴミから電気を作り出す、食品リサイクル法に則った事業が行われています。また、廃棄物処理の途中で出る廃プラスチック類は燃料に、発酵の際に出る汚泥はセメントへと、ここに運ばれてくるゴミのほぼ100%がリサイクルされていて、環境にやさしいエネルギーを作り出しています。  
家庭ゴミは分別が不十分で、現在は受け入れが難しいことを聞き、私たちひとりひとりが日頃のゴミの分別に気を配ることが、ゆくゆくはより多くのゴミを再生エネルギー化させることにつながることを学びました。





手書きPOPでご紹介

# ブロック委員おすすめ♪ コープ商品

みなさん、先月号のブロックニュースをご覧になってくださいましたか？ 瀬田店 40周年の告知をしましたが、その周年祭で私たちブロック委員がおすすめしたコープ商品が、POP となって店内に飾られていました。今回は、そのPOPをご紹介します♪ 店舗や宅配で見かけたら、ぜひお試しください。みなさんのお気に入りになるといいなあ…。みなさんも、お気に入りのコープ商品がありましたら、ぜひ私たちブロック委員に教えてください。みらいひるばや、企画でお会いできたときに教えてくださいと嬉しいです。



瀬田店イチ押し



CO-OP  
パラッと炒めた本格炒飯  
450g  
育ち盛りで、腹ペコで学校から帰ってくる見子が、カンタンに自分で用意して食べられるので、うちの冷凍庫に必ず置いてある常備食です♪



CO-OP  
たまごスープ 5食入  
ごはんを入れれば  
豆腐を入れれば、スープ天国!!



CO-OP  
ベーコンと野菜のスープ  
コンソメ仕立て 5食入  
コンソメと野菜のうま味が絶妙です。空腹時は特に体に染み渡るおいしさです。簡単に美しく食べられてうれしいです。親子で感動しています。

CO-OP  
コープヌードルシーフード  
72g(めん60g)  
我が家のおすすめローリンアストック♪  
コープヌードルの味の中で一番おいしいお味です！スライスチーズを入れて食べると、さらに美味しいです!!



CO-OP  
ミニワッフルドッグ(チーズ)  
6本入(240g)  
生地の甘さとチーズの塩味が絶妙のバランス!  
(自然解凍OKなのでお弁当の冷凍剤代わりに使えます)



CO-OP  
減塩即席みそ汁 合わせみそ  
12食  
ヘルシーで、手軽に飲めて、急な忙しい時間でも、美味しく、楽しめます♪ お試しあれ~



CO-OP  
国産素材の長期熟成生みそ  
750g  
コクがあっておいしい♡  
このお味噌で味がきります!!



CO-OP  
ブルーベリー&玄米黒酢  
500ml  
「黒酢」といっても酢は、はくなくとても飲みやすい。お水や牛乳で割って飲みまわがおすすめは、ソーダ割り!



CO-OP  
顆粒片栗粉 とろみちゃん  
120g  
少量の水ときか必要な時、とても重宝しています。詰めかえも、袋裏りにあるので、気に入っています。



CO-OP  
野菜たっぷり和風ドレッシング  
カロリーハーフ 500ml  
おいしくて野菜たっぷり  
りでカロリーハーフ♡



CO-OP  
コープ北海道十勝牛乳  
1000ml  
味が濃くておいしいです。  
十勝(10勝)と縁起もよいと我が家では人気です。



CO-OP  
ひじきドライパック  
(国産芽ひじき使用) 50g  
その子サラダに! スープに!  
炊き込みご飯に! 煮、物も色々!  
我が家のストック品です。



CO-OP  
大豆ドライパック 60g  
キーマカレーに混ぜたり、ミキサーにかけて大豆のペーストを作ったり。  
ついでに簡単お味噌汁のりに使ったり。



CO-OP  
くっつかないホイル  
25cmX10m  
オーブントースターで大活躍!!  
おもちもくっつかずキレイに焼けます。



CO-OP  
水切れがよく、ゆたかな泡立ち  
キッチンソフトスポンジ 1個  
とにかくもちがよいです。  
せんせん、アツアツせん。  
ぜひお試しください。



CO-OP  
国産ごぼう  
ドライパック 40g  
サラダにそのまま! 下準備ナシ!  
炊き込みごはん、  
きんぴらごぼうもすぐできる!



CO-OP  
北海道産スイートコーン  
ドライパック 50g  
ごはん、カレー、サラダ、  
なんにでもちがいはなし!  
試してみてください♡



CO-OP  
びよちサブレ 8枚  
びよこの形が可愛く  
口の中ではほろほろ!!



CO-OP  
フィッシュ&ナッツ (Ca, Mg)  
10gX8袋  
小腹の空いた時のおやつに。  
ビールのつまみに、寝る前に時。  
骨の丈夫さに寄り添って♡(にっこり)