

# ほくほく

## 2024年4月号

行田市 熊谷市 深谷市 寄居町 本庄市 上里町 神川町 美里町 秩父市 横瀬町 長瀬町 皆野町 小鹿野町

CO-OP コープみらい  
食卓を笑顔に、地域を豊かに。

We Support  
unicef

コープみらいはユニセフを応援しています

共催: 埼玉県ユニセフ協会・(福)長瀬町社会福祉協議会・埼玉北部ブロック委員会

### 楽しく歩いて 国際協力♡ 第18回ユニセフ・ラブウォークin長瀬 ~新緑の長瀬へLet's Go!~

野上→桜通り→岩畳→上長瀬までの約4キロのコースを歩きます \*小雨実施

日時: 4月21日(日) 9時45分～13時(予定)

集合: 多世代ふれ愛ベース長瀬(長瀬町大字本野上136-11) 9時20分受付開始

秩父鉄道「野上駅」より徒歩5分 \*駐車場に限りがあります

解散: 「埼玉県立自然の博物館」そば(秩父鉄道「上長瀬駅」まで徒歩5分)

募集: 100人(要申し込み・先着) コース全体をとおして参加できる方

参加費: 200円(全額ユニセフ募金となります)

持ち物: 飲み物

お申し込み: お電話で①～③をお伝えください

①「ユニセフ・ラブウォーク in 長瀬」参加希望

②代表者の氏名・住所・電話番号(日中連絡が取れる番号)

③参加者全員の氏名・年齢

締め切り: 4月13日(土)

<注意>

・岩畳は危険な場所もあるため歩きやすい靴でご参加ください

・集合場所のトイレは使用できませんので事前にお済ませください

募集中



橋の上ではいチーズ!



ネパールの水がめ 水を入れて重さを実感



ユニセフクイズ 途上国の子どもたちの現状を知ろう



岩畳



ポットホール



完歩証Get!

主催: 埼玉北部ブロック委員会

組合員活動上の託児の担い手

子ども好き 集まれ!

## 子育てサポーター 募集説明会&研修会

みらいひろばやブロック委員会の企画などで託児を担う子育てサポーター(有償ボランティア)を募集します。子育て応援に関心のある方は、ぜひご参加ください。受講後に、子育てサポーターとしてご登録いただけます。

\*現在ご登録いただいている方も説明会への参加をお願いします

日時: 4月26日(金) 10時～12時 受付開始 9時45分

会場: コーププラザ深谷(深谷市上柴町西1-23-4)

募集: 15人(要申し込み・先着) \*お電話にてお申し込みください \*お子さんも同席で参加できます

持ち物: 筆記用具、飲み物、組合員コードがわかるもの(ほぺたんカードなど)

受付期間: 4月8日(月)～4月25日(木)

空いている時間に協力できるし ひとりじゃないから安心!

参加費 無料



### みらいひろば

みらいひろばに行ってみよう!!

開催時間 10時～12時

参加費無料

コープ商品のおためし

当日参加OK!

コープ商品のおためしや 暮らしのこと・コープのこと 地域のことなど和気あいあいと 楽しくおしゃべりしています。 お気軽にご参加ください♪



みらいひろば本庄の様子

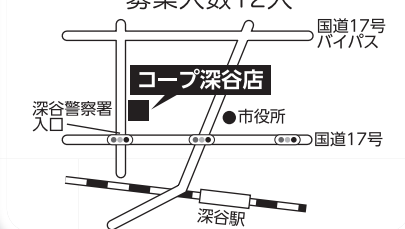
みらいひろば 行田  
行田市男女共同参画推進センター  
VIVAぎょうだ  
行田市佐間3-23-6  
4月17日(水) 5月21日(火)  
募集人数6人



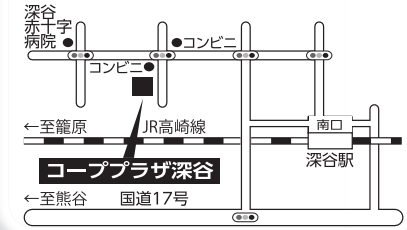
みらいひろば 熊谷  
コープ熊谷店  
コープルーム  
熊谷市肥塚1-1-40  
4月17日(水) 5月22日(水)  
募集人数12人



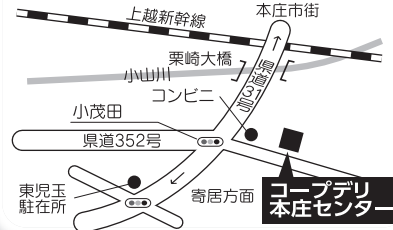
みらいひろば 深谷  
コープ深谷店  
コープルーム  
深谷市栄町3-23  
4月17日(水) 5月20日(月)  
募集人数12人



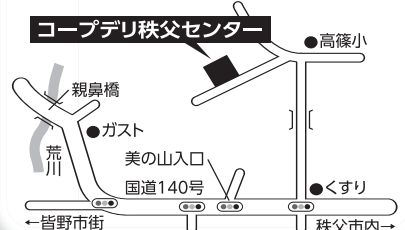
みらいひろば プラザ深谷  
コーププラザ深谷  
深谷市上柴町西1-23-4  
4月16日(火) 5月17日(金)  
募集人数10人



みらいひろば 本庄  
コープデリ本庄センター  
児玉郡美里町大字小茂田875  
4月17日(水) 5月23日(木)  
募集人数7人



みらいひろば 秩父  
コープデリ秩父センター  
秩父市山田200-5  
4月24日(水) 5月21日(火)  
募集人数8人



掲載しているイベント等は、諸事情により変更・中止する場合があります。

お問い合わせ・お申し込み コーププラザ深谷 ☎048-572-8886 10時～16時(日祝休)

\*準備の都合上、お申し込み後(当日も含みます)キャンセルされる場合はお電話でコーププラザ深谷まで必ず連絡をお願いします

\*お預かりした個人情報はお申し込みいただいた企画のお問い合わせの対応やご連絡のために使用し、そのほかの目的には一切利用しません

Instagram Follow Me!  
やってます! みてね♡  
COOPMIRAI\_HOKUBU  
埼玉北部ブロック委員会



# コープみらいプラザまつりin深谷

～みんながHappy♪プラザへGo!～

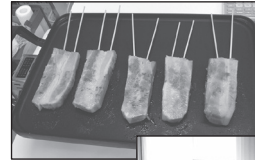
2/18(日)

## 開催報告



大人気!  
(農)埼玉産直センター  
の新鮮野菜販売♪

まつりといえば  
フランクフルトや  
厚焼きベーコン!



焼き菓子や  
手作り小物も

温かいとん汁や  
手作りのお豆腐も



カフェでほっと一息



今年は飲食コーナーやステージが復活!地域の団体、コープみらいの職員と協力して13のブースを出展♪約200人が来場し、子どもから大人までお楽しみいただきました。カフェコーナーでは、売り上げの全額(6,014円)を「令和6年 能登半島地震緊急支援募金」に寄付しました。多くの方々のご来館とご協力ありがとうございました。

小島深谷市長のご挨拶



ストレッチ&ヨガでリフレッシュ!



ボールピング



「野菜の花をあてるゲーム」  
どれかな?



かなな削り  
初体験!



栄一翁をさがせ!のゴール  
全部見つかったかな?

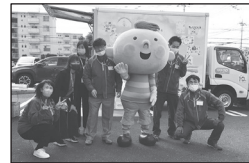


大型絵本&  
パネルシアター



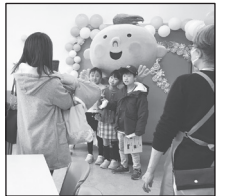
子どもたちの  
かわいいチアダンス

ラッピングトラックで  
交通安全教室



ほべたんもきたよ!

ほべたんフォトスポット



## 開催報告

### 認知症サポーター養成講座～認知症の基本を知ろう～

2月29日(木)

本庄市市民活動交流センターはにぼんプラザ  
参加者17人 協力:本庄市

キャラバン・メイトの河田雅子さん、松本菜々瀬さんを講師に迎え開催しました。認知症サポーターとは認知症を正しく理解し、認知症の人やそのご家族を温かく見守る応援者です。認知症について講師の体験も交えながら詳しく丁寧にわかりやすく教えていただきました。絵本「ばあばは、だいじょうぶ」の読み聞かせもしていただき、優しい語り口調に会場は穏やかな空気に包まれました。認知症の人と接した経験を持つ参加者も多く、講師との意見交換も活発におこなわれ、有意義な講座となりました。

「丁寧に説明で内容がよく理解できた」「認知症予防を心掛けたい」「絵本の読み聞かせでは心を揺さぶられた」などの感想が寄せられ、講義終了後に渡された「埼玉県 認知症サポーター証」をみなさん大切に持ち帰りました。認知症の人は「困った人」ではなく「困っている人」という言葉が印象的でした。



#### 生活習慣の改善で認知症を予防しましょう!

認知症の人は増加傾向にあり、全国の中学生の人数321万人に対し、認知症の人数はその倍以上の700万人とされています。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。

#### ☆認知症を予防する6つのポイント☆

- ・からだを動かそう
- ・楽しみを持って意欲的に毎日を過ごそう
- ・バランスの良い食事を
- ・人とのコミュニケーション
- ・脳の活性化トレーニング
- ・口の中を清潔に



絵本  
「ばあばは、だいじょうぶ」  
楠 章子作 いしいつとむ 絵  
童心社 発行

認知症の人への  
対応の心得「3つの「ない」」  
1 驚かせない  
2 急がせない  
3 自尊心を傷つけない

ブロック委員が

## 試してみた!この商品

忙しい春こそ美容と健康の  
スーパーフードを!



コープ熊谷店  
溝口副店長  
おすすめ



CO・OP 種ぬきデーツ  
(食物繊維、カリウム) 140g

自然な甘みで  
食べやすい

濃厚でクリーミーな甘みが特徴  
くるみとの相性バツグン!

空腹のときにも  
満足感がある

本体298円(税込:321.84円)参考価格

一つ一つが大きくて  
食べごたえあり!

CO・OP 食塩不使用くるみ  
95g

食塩不使用で  
いろいろと  
使えて便利

そのままでも、ケーキやお菓子  
お料理の材料としても  
使えて便利です

本体298円(税込:321.84円)参考価格



CO・OP アカシアはちみつ  
500g

普通のはちみつに  
比べて、  
さっぱりしてよい

淡い色合いと  
クセのないやわらかな甘みが  
特徴です

本体:730円(税込788.40円)参考価格

3つを合わせて食べると、おいさと栄養面の相性もバツグンです!

## 子育てひろば

出入り  
自由 参加費  
無料

～ひとりで子育てから、みんなで子育てへ～

子育て中の皆さんが、自由に集まって  
おしゃべりしたり、子どもを遊ばせたりできる場です。

手がた・足がたとり 手あそび 絵本の読み聞かせ

日時: 毎週水曜日 10時～12時  
(祝日は休みに なります)

会場: コーププラザ深谷 保育室  
(深谷市上柴町西1-23-4)

対象: 0歳～未就園児と  
その保護者

4月は  
こいのぼり  
工作です  
端午の節句を  
お祝い  
しましょう!

申し込み不要です。  
お気軽にご参加ください。

## コープみらいカルチャー深谷会場 春から始める♪子ども向け体験講座

\*3歳から小学生 \*体験は1講座1回限り

### ★子どもモダンバレエ&ダンス

バレエを基本に、自由な表現を取り入れた  
新しいタイプのダンスです。

日時: 4月20日(土)  
10時50分～11時50分

体験受講料: 1,535円

### ★チアダンス&バトン

バトンやポンポンを持って、曲に合わせて楽しく踊り、  
リズム感を養います。

日時: 4月27日(土)  
11時15分～12時15分

体験受講料: 1,727円

〈お問い合わせ・お申し込み〉  
コープみらいカルチャー深谷会場  
☎048-572-8886 10時～16時(日祝休)

## 編集後記

4月は新生活が始まる時期ですね。  
「はじめのいっぽ」を踏み出した方も

多いのではないのでしょうか。  
埼玉北部ブロック委員会も、新任6人を迎え  
13人で「はじめのいっぽ」を踏み出しました。  
楽しい企画やお知らせなど  
盛りだくさんにお届けできるよう頑張ります。  
(ブロック委員 C・S)

次回のほくほく5月号は4月29日発行です

