

4

毎月第3週に発行 2025年6月16日週 発行
新宿区・中野区・杉並区・三鷹市・調布市・狛江市の皆さんへ

ブロックニュース

連続企画★知りたい！冷凍食品の活用術



困った時やお弁当に大活躍の冷凍食品！
実はもっと美味しい食べ方があったかも？！



【第一回】冷凍ギョーザの美味しい焼き方・食べ方を学ぼう！

日時：7月9日(水) 10:30～12:30(受付10:15～)

講師：株式会社 ヨコミゾ（取扱商品:香港ギョーザ、香港ニラまんじゅう等）

【第二回】冷凍食品のおいしさの秘密を知ろう！

日時：7月25日(金) 10:30～12:30(受付10:15～)

講師：株式会社 ニチレイフーズ（取扱商品:co-opパラッと炒めた本格炒飯等）

会場：コーププラザ新中野 4階（中野区中央5-6-2）

※東京メトロ丸の内線 新中野駅1、2出口より徒歩3分

募集人数：20名（お子さんの同伴不可）

参加費：無料

持ち物：エプロン、三角巾、お箸、筆記用具、水分補給用の飲み物

申込方法：右の二次元コードよりお申込みください(要コープリンク登録)

※二次元コードが読み取れない場合はお問い合わせ先へご連絡ください

※両日ご参加いただける方のみ申込み可能

締め切り：6月30日（月）24時

※定員を超えた場合は抽選とし、当選者にのみ7月2日(水)迄にメールでご連絡します

※④ページの「企画やみらいひろばに参加される方へのお願い」もご確認ください

■主催：東京4ブロック委員会



ここをクリック→

●お問い合わせ●

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（9:00～17:00 土・日・祝休業）



みらいひろば

「みらいひろば」は地域のみなさんの集いの場です。
月一回、お住まいの近くの会場1か所に参加できます。
ぜひお近くの会場を覗いてみてくださいね。



みらいひろば		日時	場所	内容
新宿区	大久保	7月 7日(月) 10:00～11:30	新宿区立大久保地域センター 3階調理室 (大久保2-12-7)	豆腐白玉の冷たいデザート作り 持ち物：エプロン・三角巾・マスク
	高田馬場	7月 9日(水) 10:00～11:30	新宿消費生活センター分館 3階 調理室 (高田馬場1-32-10)	
杉並区	阿佐谷	7月25日(金) 10:30～12:00	阿佐谷地域区民センター 2階 第1集会室(阿佐谷北1-1-1)	はっか油で虫除けスプレー作り 持ち物:マイカップ、ゴミ袋、100mlアルコール対応スプレーボトル
	高井戸	7月31日(木) 10:30～12:00	高井戸地域区民センター 3階 第7集会室 (高井戸東3-7-5)	
三鷹市	下連雀	7月11日(金) 10:30～12:00	コープ下連雀店 コーブルーム（会議室） (下連雀7-16-22) 持ち物：ジャム等の空瓶	保冷剤でおしゃれ消臭ポットを作ろう
	牟礼	7月 9日(水) 10:30～12:00	コープ牟礼店 コーブルーム（会議室） (牟礼5-3-1)	平和について学ぼう
中野区	野方	7月17日(木) 10:30～12:00	野方区民活動センター 3階洋室C・調理室 (野方5-3-1)	ガラススタイルのコースター作り 持ち物：ボンド
	新中野	7月8日(火) 10:30～12:00	コーププラザ新中野4階 会議室C (中央5-6-2)	
調布市	たづくり	7月11日(金) 10:00～11:30	調布市文化会館たづくり 11階 1103学習室 (小島町2-33-1)	ビーズを使った簡単小物作り
	国領	7月17日(木) 10:00～11:30	調布市市民プラザあくろす3F 会議室2 (国領町2-5-15)	

※「みらいひろばに参加される」場合は

④ページの「参加される方へのお願い」をご確認ください

★参加は月に1回、1会場のみです

★会場の収容人数等により、ご参加いただけない場合があります

★商品の販売・勧誘等はありません

★共通の持ち物：筆記用具、飲み物

（各会場の持ち物もお確かめください）

※同伴の際にはお子さんから目を離さないようご注意ください。

2回目以降はお子さんを別室にて託児している会場もあります。

- ・申込み不要
- ・参加費無料
- ・お子さん連れ歓迎♪



お問 合 せ Tel：03-3382-5665 コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部

0歳～3歳の親子の部屋

親子交流ひろば

ほっぺルーム

＊参加費無料

ほっぺルームではお友達と一緒におもちゃで遊んだり、子育ての情報交換や友達作りもできます。みんなで楽しくおしゃべりしませんか♡

★ちぎり絵★にチャレンジ!!

持ち物：水分補給用飲み物

新中野会場

7月11日(金) 10:30～12:00 (受付 10:20～)

コーププラザ新中野 1階託児室 (中野区中央5-6-2)
※東京メトロ丸の内線 新中野駅 出口1, 出口2より徒歩3分

＊画像はイメージです

国領会場

7月16日(水) 10:30～12:00 (受付 10:20～)

調布市市民プラザあくろす3階 保育室
(調布市国領町2-5-15) ※京王線 国領駅 徒歩1分

ここをクリック↓

定員：3歳以下のお子さんを持つ親子各10組
※お申込み多数の場合は抽選になります
申込方法：ご希望の会場の二次元コードよりお申込みください
※申込みは、1会場のみです

ここをクリック↓

新中野

締め切り：7月1日(火) 24:00

※当落通知は 7月4日(金)までにメールにてご連絡します
また、コープリンクの「企画連絡」からも当落をご確認いただけます
メールが届かない場合には、迷惑メールのフォルダなどをご確認ください

国領

主催 東京4ブロック委員会

ハンド
メイド
カフェ

月に一度、自分のための時間
手作りを楽しんでみませんか？

『保冷剤とハッカ油で
おしゃれな虫よけ』作り

永福

7/17(木) 10:00-11:30

永福和泉地域区民センター
3階 第5集会室 (杉並区和泉 3-8-18)
京王井の頭線「永福駅」北口より徒歩5分

狛江

7/14(月) 10:00-11:30

調布市市民プラザあくろす
3階 会議室2 (調布市国領 2-5-15)
京王線「国領駅」より徒歩1分

7～10月ごろまで
狛江会場がかわります

※ 画像はイメージです

持ち物：飲み物(水分補給用)、筆記用具

参加費無料

お子さん同伴不可

参加希望の方は電話にて、ご希望の会場とお日にちを添えて
「ハンドメイドカフェ参加」と参加とネットワーク推進部までお申込みください
落選の場合のみ開催日3日前までにご連絡します
連絡がない場合は当選ですのでそのまま会場へお越しください
＊申込締め切りは各会場開催日の1週間前です

お申込み
お問い合わせ

Tel: 03-3382-5665 コープみらい東京都本部 参加とネットワーク推進部
(9:00～17:00 土・日・祝休)

新宿発

バスで行く大人の社会科見学

タカキベーカリーつくば工場

コープデリで人気のタカキベーカリー 添加物をできるだけ使用しない安全・安心なパン
作りに取り組んでいる工程を見学し、アレンジレシピなど学びましょう

主催：杉並区みらいひろば阿佐谷・高井戸

日時：7月17日(木)

8時15分集合(時間厳守) 16時頃帰着予定

※帰着時間は道路状況により前後する場合があります

集合：新宿センタービル付近予定(新宿区西新宿 1-25-1) ※下記参照

見学先：(株)タカキベーカリーつくば工場(茨城県つくば市緑ヶ原 1-1-1)

定員：18名(大人限定)

参加費：無料(昼食代500円を当日お支払いください)

持ち物：飲み物、筆記用具、マスク

申込方法：右記二次元コードよりお申し込みください
(要コープリンク登録)

【当日スケジュール予定】

8:30 新宿センタービル前出発
(守谷 SA トイレ休憩)

10:15 タカキベーカリー到着
見学開始・学習会・昼食

13:50 タカキベーカリー出発

16:00 新宿到着解散予定

※二次元コードで申込みできない場合は参加とネットワーク推進部までご連絡ください

締め切り：7月1日(火) 24:00

※定員を超えた場合は杉並区お住まいの方を優先に抽選とし、当落結果は7月7日(月)
までに、全員にメールでお知らせします

※工場内は階段の昇降を含む移動があるため、動きやすい服装・靴でお願いします

※「企画やみらいひろばに参加される方へのお願い」もご確認ください

～当日の集合場所～
新宿センタービル付近 ※地上です

企画や「みらいひろば」に参加される方へのお願い

- ＊ご参加の日には事前にご自宅で検温を行い、
発熱等の症状がある場合は参加をお控えください
- ＊天候や不測の事態によって、みらいひろばや企画
をやむを得ず急遽中止などの判断を行う場合が
あります
- ＊お預かりした個人情報は、お申し込み受付、資料
などの送付、その他ご連絡が必要な場合のみ使用
します

●お問い合わせ● 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 (9:00～17:00 土・日・祝 休業)

④