ぷらす プラスミオ mio しずおか 版
1 月号
ユーコープの静岡県内イベント案内情報紙
発行者
生活協同組合ユーコープ　しずおか県本部
〒420-0031 静岡県静岡市葵区呉服町1-3-14 YS静岡呉服町ビル8階
TEL054-272-6812 FAX054-272-6971 http://www.ucoop.or.jp/
COOP ユーコープ
無料 ご自由にお持ちください　発行日：2016．1．4

コープでは、どなたでも参加できる、楽しい企画、お得な企画を、毎月開催しています。 ご家族で♪　お友だちと♪
もちろんおひとりでも、気軽にご参加いただけますよ！

コープで体験・学ぶ会
みかんの収穫体験

１１月２８日（土）快晴の空のもと、都田高部農場（浜松市）のみかん畑で、３８名が参加して、収穫体験と生産者の皆さんとの交流を行いました。

自分でとって食べるみかんは格別！すごく甘くてジューシーでした♪生産者の方のクイズを交えた説明で、子どもたちも楽しくみかんについて学べました。

コープで体験・学ぶ会
渡辺農園の長ねぎ収穫体験（富士宮市）

冬が最盛期の長ねぎ。コープの契約農家・渡辺農園の長ねぎ畑で、生産者から栽培についての話をお聞きしながら収穫を体験します。収穫後は長ねぎの豆知識も交えて楽しく試食・交流をします。

東部地区の店舗で地場野菜として扱っている長ねぎです

生産者の渡辺靖さん

■日時／１月３１日（日）10 時 30 分～12 時 30 分
■場所／渡辺農園（富士宮市杉田 656-2）現地集合
■参加費／無料
■募集／５０人　※応募者多数の場合抽選
■締切／１月１９日（火）正午
■申・問／しずおか県本部　☎0120-71-8107

親子で自然と遊ぼう
～森の資源でパンを焼く～（静岡市）

静岡市の日本平のふもとにある「遊木の森」で、里山の落ち葉や枝を使ってパンを焼くことを通じ、自然の恵みである資源の大切さを学びます。講師は環境教育の専門家「ＮＰＯ法人エコエデュ」スタッフです。

■日時／２月６日（土）10 時～13 時
※雨天の場合は２月１４日（日）に変更
■場所／しずおか里山体験学習施設・遊木の森
（静岡市駿河区平沢　平沢観音の奥）現地集合
■参加費／１人５００円（おとな・子ども共通）
■募集／親子１５組
※応募者多数の場合抽選

昨年の「里山ハイキング」

■締切／１月１９日（火）正午
■申・問／しずおか県本部　☎0120-71-8107

エリア企画

※静岡県内９エリアの各エリアコーディネーターが、毎月楽しい企画を開催しています。どのエリアの企画にも参加できます。

食べ知るコープ
あったか❤鍋パーティー

東部１エリア　＜伊東市・下田市＞

寒いこの時期に、お鍋で役立つおいしいコープ商品を紹介します♪あつあつのお鍋を食べながら、みんなで楽しくお話しして温まりましょう❤お赤飯やおこわなど、レトルトご飯の食べ比べもありますよ。

■日時・会場／時間は共通：10 時 30 分～12 時
　２月１２日（金）伊東市観光会館（伊東市）
　２月１６日（火）ベイステージ下田（下田市）
■募集／各２０人　※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料
　※一時保育あり
■締切／２月１日（月）正午

季節のスイーツ講座
～キャラメルロールケーキ～

東部２エリア　＜駿東郡清水町＞

学びあい・つたえあい講師の杉崎先生を講師に迎え、クリームたっぷり「キャラメルロールケーキ」を作ります。お菓子作りのコツをじっくり学んだあとは、試食しながらティータイム♪ひとり１/２ロールをお持ち帰りです❤

■日時／２月２日（火）10 時～12 時
■会場／清水町地域交流センター（駿東郡清水町）
■募集／１０人　※応募者多数の場合抽選
■参加費／５００円（材料費）
　※一時保育あり
■締切／１月１９日（火）正午

チョコっとカフェ　ｉｎ　三園平店・富士中央店

東部３エリア　＜富士市・富士宮市＞

バレンタイン直前、店内特設カフェでホッと一息♪ドリップコーヒーの試飲と「大人のファミリーチョコレート」を使った「チョコっと、チョコがけおやつ♪」をご用意します。お申込みは不要、お買い物のついでに、気軽にお立ち寄りください♪

■日時・会場／
　①１月２３日（土）10 時～17 時
　　ユーコープ三園平店（富士宮市）
　　富士宮「虹のまつり」の会場で
　②２月１０日（水）10 時～12 時
　　ユーコープ富士中央店（富士市）店内で

※各会場ともに試食品がなくなり次第、終了となります。

―１７年間のご利用に感謝してー
富士宮・虹のまつり

日時／１月２３日（土）１０時～１７時
会場／ユーコープ三園平店（富士宮市）

レシート「ミニ抽選会」に特別賞が！
協賛の特別価格商品も用意します！

バザーや子どもコーナーも！
パンケーキを作ろう！
昔ながらの遊びで楽しもう！

授産所の皆さんも参加します。

楽しい催しがいっぱいです♪
試食もたくさんあるよ！

■問／ユーコープ三園平店　☎0544-25-0707

エリアつうしん　＜三島・伊豆中・沼津・駿東＞東部２エリア

「魚のさばき方講習会」を開催しました♪

初めてのチャレンジにちょっとドキドキ！

魚の豆知識や楽しいトークを交えながら、プロのみごとな包丁さばきに皆さんほれぼれ♪

11 月 13 日
ユーコープ新沢田店（沼津市）

さっそくアジを三枚おろしに。１尾目は思うようにさばけなかった方も、２尾目はとても上手にさばいていました。

自分でさばいた魚の味は最高！

さばいたアジはお刺身と塩焼きに。店長も加わって、楽しく試食とおしゃべりを楽しみました♪

昨年１０月から
新メンバーでスタート☆
３月には「食べ知るコープ」
を２会場で計画中です！

お楽しみに～♪

東部２エリアコーディネーター

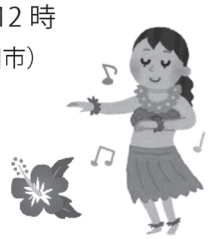
◆参加のお申込みは、しずおか県本部　☎0120-71-8107　（月～金　9時30分～17時）
＜締切を過ぎても、定員に達していない場合は、申込みをお受けできます。お問合わせください＞

ＡＬＯＨＡ♪　エリア初上陸
癒しのハワイアンフラで、冬でも常夏気分に！

中部３エリア　＜島田市＞

ハワイアンフラ講師・小川ひとみさんをお迎えします。初心者でも簡単にできる振り付けで、最後に一曲を皆さんで踊りましょう♪ハワイアンフラの衣装「パウスカート」も用意してお待ちしています。気分は常夏の島❤癒しのティータイムもあります。

■日時／２月１７日（水）10時～12時
■会場／しまだ楽習センター（島田市）
■募集／１５人
※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料　※一時保育あり
■締切／２月５日（金）正午



家事が楽しくなる！
かんたん☆キッチン収納術

中部１エリア　＜静岡市＞

他のエリアでも大好評！収納術シリーズ第１弾♪整理収納アドバイザーから使いやすいキッチンの収納のコツを学びましょう☆かんたん整理収納で、お家も気持ちもスッキリ♪寒い季節に温かい飲み物でホッと一息できるティータイムもお楽しみに❤

■日時／２月８日（月）10時～12時
■会場／ユーコープ水道店
■募集／２０人
※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料　※一時保育あり
■締切／１月２８日（木）正午

「使い勝手がよくなる キッチン整理収納術」を開催しました

中部２エリア＜焼津市＞

12/4 大村公民館で開催。整理収納アドバイザー・望月先生のゆっくり丁寧なトークの世界に、いつの間にか引き込まれ、皆さん熱心に聞き入りました。

整理収納前と後の写真も見ながら、とても分かりやすい講習でした。参加者からは、次のステップも聴きたい！という声がたくさんありました。

コープの企画の「一時保育」は無料です。

お預かりできるお子さんは６ヶ月の赤ちゃんから。
事前にお申込みが必要です。

お子さんの年齢・人数に合わせてヘルパーを用意していますので、キャンセルの場合は、必ずご連絡をお願いいたします。

＜写真撮影について＞

開催の様子をｍｉｏやホームページでお知らせするために写真撮影をします。またマスメディアの取材が入る場合もあります。撮影を辞退されたい方は、当日スタッフにお申し出ください。

エリアつうしん　＜静岡清水・葵・駿河＞中部１エリア

「親子で楽しむ♪英語ｄｅクリスマス」を開催しました♪

12/8 ユーコープ城北店で開催。８組の募集に２１組のお申込みがあり、皆さんに参加していただけるようにと、急きょ時間を短縮して２回に分け、楽しく開催しました。

クリスマスに合わせた英語プログラムのゲームやバルーン遊び、絵本やクリスマスソングに、小さなお子さんたちも自然に英語とふれあいました♪

ハワイアンフラ♪

季節に合わせた企画で楽しんでいただいています♪

北海道海の幸講習会

ハロウインパーティー♪

２０１６年も元気な皆さんのご参加をお待ちしています！

中部１エリアコーディネーター

◆参加のお申込みは、しずおか県本部　☎0120-71-8107　（月～金　9時30分～17時）
＜締切を過ぎても、定員に達していない場合は、申込みをお受けできます。お問合わせください＞

缶を開けたらそのまま使える 食べ知る「ドライパック活用法」

西部３エリア　＜浜松市＞

CO・OPおなじみの大豆やひじき、ミックスビーンズのおいしさの秘密を再発見！手軽さが人気のドライパックを使って、炊き込みご飯や、サラダ、大豆できな粉チョコなど、簡単メニューもご紹介します♪

■日時・会場／時間は共通：10時30分～12時
２月２２日（月）ユーコープ富塚店（浜松市中区）
２月２５日（木）ユーコープさんじの店（浜松市南区）
■募集／各１５人
※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料
※一時保育あり
■締切／２月９日（火）正午

エリコとたしなむ☆「お茶会」 ～おいしい煎れ方レッスン付～

西部１エリア　＜袋井市＞

生活に活きるシリーズ第２弾！「CO・OP静岡の深むし茶」の製造メーカー・丸善製茶㈱の講師と袋井のお茶生産者の方をお招きし、おいしいお茶の煎れ方レッスン♪お茶だけでなく、コープのおいしいお菓子もたしなむ楽しいお茶会です♪

■日時／２月８日（月）10時30分～12時
■会場／ユーコープ袋井田町店（袋井市）
■募集／１５人
※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料　※一時保育あり
■締切／１月２５日（月）正午

おうちでできる健康ＵＰ！ 簡単、体のゆがみチェック！

西部２エリア　＜浜松市＞

なんとなくの不調は、体のゆがみが原因かも？
カイロプラクティックの先生をお招きし、体のゆがみからくる体調変化のお話しを聞き、自分の体のカルテを作ります。まずはゆがみをチェックして、セルフケアの方法を学びましょう！

■日時・会場／時間は共通：10時～12時
２月１９日（金）浜北文化センター（浜松市浜北区）
２月２５日（木）ユーコープ小豆餅店（浜松市中区）
■募集／各２０人
※応募者多数の場合抽選
■参加費／無料　※一時保育あり
■締切／２月８日（月）正午

ユーコープふれんず企画　レク楽のひろば

「パネルシアターをつくろう！」（浜松市）

子どもからシルバー世代まで楽しめる不思議な布で広がる物語「パネルシアター」を創ってみませんか。作品は持ち帰れます。

■日時／１月２３日（土）13時～17時
■会場／ユーコープ小豆餅店（浜松市中区）
■参加費／１，０００円　※子ども無料
（クラフト材料費・保険料等に充当）
■持ち物／筆記用具　※汚れてもいい服装で。
■申・問／レク楽の会（服部）☎090－2774－4239
※前日までにお申込みください。

※ユーコープふれんず企画：組合員チームの自主開催企画です。

エリアつうしん　＜東遠・袋井・磐田＞西部１エリア

いつも楽しい♪　西部１エリアです！

11/6・12・13
エリコと食べる
「ポークパティー」

店長やおうちCO-OPセンター長も参加して楽しく開催しました

「エリコ小劇場♪」で商品紹介

ユーコープ緑ケ丘店、国府台店、袋井田町店の３店舗で開催。ホットプレートで、茶美豚（チャーミーポーク）ともやしの蒸しゃぶ、あつあつ肉まん、肉だんご、店舗手作りカツサンド等々、さらに職員おすすめ年末商品のデザートまで、たっぷりの試食に皆さん大満足でした♪　（写真はユーコープ国府台店）

10/16 エリコと学ぶ☆「認知症サポーター養成講座」

20代から70代まで、幅広い年代の方々が熱心に受講。関心の高さが伺えました。
（ユーコープ袋井田町店）

お楽しみに♪

２/29(月）国府台店・3/7(月）緑ヶ丘店
エリコのおすすめ♥「店頭試食会」
時間等、詳しくは次号ぷらすmio２月号でお知らせします。
お買い物のついでに、ぜひお立ち寄りください！

元気が取り柄のエリコ4人組が、皆さんをお待ちしています♪

西部１エリアコーディネーター

―静岡大学・ユーコープ連携講座

「アンチエイジングは どこまで可能になったか？」（浜松市）

寿命はどのように決まるか？健康に生きるためには？私たちにとって身近な、かつ永遠の課題。
今、まさに老化と死の機構が現代生物学で解明され始め、人類は老化を科学的にコントロールできる段階にきました。今回の講座では、食の問題にもふれつつ現代生物学の知見を紹介しながらこの問題を考えます。

■講師／丑丸（うしまる） 敬史（たかし）氏（静岡大学理学部生物化学科教授）

■日時／１月２３日（土）10 時 30~12 時

■会場／静岡大学・浜松キャンパス
付属図書館浜松分館（S-Port）３階大会議室

■募集／８０名
※お申込みの先着順

■申・問／しずおか県本部　☎0120-71-8107

出前「終活支援セミナー」承ります！

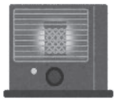
「終活ってなんだろう？」
人には聞きにくい葬儀の基本の「きほん」や最近耳にするエンディングノートのことなど、楽しくおしゃべりしながら学べるセミナーはいかがですか。エリア企画でも好評です。終活・葬祭カウンセラーが様々な疑問にお応えします。

■会場／コープの店舗コミュニティルーム・
ご自宅・ご近所の集会室など、どこでも。

■人数／５人以上で開催。　※無料です。

■申・問／㈱コープライフサービス
☎0120-878-940

「灯油の配達」



2015年11月~2016年3月

配達はコープの灯油協力業者からお届けします。１缶から注文できる「個別配達」と、３缶以上で注文する「共同購入」が選択できます。ホームタンク給油の場合は１回につき別途２００円（税別）です。代金の支払いは、現金でお願いします。

＜個別配達＞
- １缶からお届けします。お届け日は個別にご相談できます。
- 個別配達サービス料をいただきます。
  配達地域により、１回につき２００円（税別）から。
- 配達は１階までのお届けです。
（２階以上は１階あがるごとにプラス１００円です。）

＜共同購入＞
- １回の配達３缶以上を、月２回、指定曜日にお届けします。
- 配達料は無料です。
- 配達は１階までのお届けです。
- おひとりでも、上記の条件であれば「共同購入」扱いになります。

● **新規に配達を希望される方は登録が必要です。**
お申込みは、しずおか県本部にお電話いただくか、店舗サービスカウンターで登録用紙を受け取り、ご提出ください。
※昨年利用された方は、登録の必要はありません。

＜配達要相談の地域＞
函南町・長泉町・東伊豆町・松崎町・河津町・西伊豆町
伊豆市の一部・沼津市の一部・ 静岡市清水区の一部・
浜松市南区・北区・天竜区・西区・袋井市・磐田市

＜配達できない地域＞
静岡市葵区・駿河区全域・川根本町・掛川市・菊川市

■申・問／しずおか県本部　☎0120-71-8107

ユーコープ　ふれあい♪子育てひろば　１月の予定

毎月ユーコープ７店舗のコミュニティルームを会場に、10 時~12 時まで開催しています。プレママや未就園児の親子が気軽に集まって、おしゃべりや情報交換をしています。出入りは自由です。
どうぞ、お好きな時間にお立ち寄りください♪

12/7 桜づつみ店での開催のようす

不要になった子育て用品の交換コーナー(無料)もあります。

お買い物のついでに、のぞいてみませんか。

※桜づつみ店会場は、参加者多数につき、申し訳ありませんが先着２０組までとさせていただきます。

会　場		日程
桜づつみ店※（長泉町）	ねんねハイハイ組	１月１８日（月）
	よちよちあんよ組	１月２６日（火）
新沢田店	（沼津市）	１月１８日（月）
三園平店	（富士宮市）	１月２５日（月）
富士中央店	（富士市）	１月１２日（火）
八千代店	（静岡市清水区）	１月１８日（月）
下野東店	（静岡市清水区）	１月１２日（火）
小豆餅店	（浜松市中区）	１月２５日（月）

■問／しずおか県本部　☎0120-71-8107

台風１８号による被害に対する「産直産地への緊急支援募金」のご報告

台風１８号により甚大な被害を受けた産直産地を支援するため、９月２１日～１１月１日の期間、店舗とおうちＣＯ-ＯＰで緊急募金に取り組みました。

募金総額　２２２万4,５８３円　　組合員の皆さまの温かいご支援に、心よりお礼申し上げます。

お寄せいただいた募金は１１月１６日・１７日、商品部担当バイヤーが、被害に遭われた下記の産直産地の生産者４団体に、お見舞金としてお渡ししました。

ＪＡ常総ひかり	グリーン・プログラム 白菜	１８１万5,３８３円
株式会社ＴＫＦ	グリーン・プログラム ベビーリーフ	３４万円
のりす株式会社	グリーン・プログラム 小松菜	３４万円
あやめ生産組合	さつまいも・にんじん・ ユーコープセレクション 干し芋	３４万円
※ユーコープ、全日本海員生協、うらがＣＯ-ＯＰ、富士フイルム生協の４生協合計金額 ２８３万5,３８３円をお渡ししました。		

ＪＡ常総ひかり組合長草間様（写真右）にお渡ししました

東日本大震災の被災地に、お菓子などをお贈りしています

コープふくしま、みやぎ生協、いわて生協が行っている地域交流の場で活用していただくお菓子などを、静岡県内の９つのエリアが交代で、震災後より、毎月継続してお贈りしています。

今回はハロウィン柄のクッキーなどと「刺し子のキット」を選びました。楽しく手作りしていただければ嬉しいです。

11月は東部３エリアが担当

毎回どんなものが喜ばれるのか、エリアコーディネーターが知恵を絞ります。静岡の各地域の銘菓の他、手作りキットや脳トレパズル、大人のぬりえなどにメッセージを添えて。

贈るものを決めていく過程で被災地の皆さんに心を少し寄せることができれば❤

被爆・終戦70年「被爆・戦争体験を語り継ぐ」～映画「ひろしま」上映と交流のつどい～

１１月２１日、静岡県教育会館（静岡市）にて県生協連と共同開催。被爆から８年後の１９５３年に制作された映画「ひろしま」を参加者６９人が鑑賞。モノクロ映画ながら、そのリアルさに皆、圧倒されました。

「交流のつどい」では、静岡県原水爆被害者の会会長・川本司郎さんから被爆体験(右)・NPT再検討会議参加の報告や、ヒロシマ・ナガサキの旅の参加者の報告、春休み親子広島の旅に参加した越湖さん親子からの報告（下）などがありました。

映画といえども、実際の苦しみ悲しみが真に伝わってきました。

被爆された方の生のお声を聞き、現実にあったことであると再確認しました。

わが家のくらし見直し川柳　受賞者決定！

組合員が身近なライフプラン活動に参加する企画として１０月２０日まで募集した「わが家のくらし見直し川柳コンテスト」に７３人７５作品が寄せられ、ユーコープ賞６人とライフプラン賞３０人が決まりました。

選ばれた作品はコープ共済連に提供し、ライフプラン活動のお知らせなどで使用させていただきます。

＜お題＞「家族の保障」　～もしもの時に家族を守ってくれるもの～

夫より　たよりになります　愛プラス
（かながわ　ＫＭさん）

入院後　家族で加入　「あいぷらす」
（かながわ　めぐさん）

あたたかな　寄り添う保障に　咲く笑顔
（かながわ　すずらんさん）

共済に　入ってからは　病気せず
（しずおか　Ｂｕｈさん）

どっち先　ボケた者勝ち　老々介護
（かながわ　カモネギオバアさん）

カネよりも　近所仲良く　おつきあい
（かながわ　ちゃんまんさん）

※ライフプラン賞の作品は、ホームページをご覧ください。

ユーコープ　わが家のくらし見直し川柳　検索