

# アピエ 7月号 河内版



いずみ市民生協グループは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

大阪いずみ市民生活協同組合 堺市堺区南花田口町2-2-15 TEL 0120-031-001 <https://www.izumi.coop/>  
配布期間: 宅配 6/27(月)~7/1(金) 店舗 6/27(月)~7/24(日)

**SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS**  
本紙面には関連するSDGsのアイコンを掲載しています

詳しくはこちら



## 南河内北エリア

イベントNo. 202207015

主催: コープ委員会松原南



### 鶏ハム、人参ナムル、その他のお惣菜も挟めまーす おうちでカンタンパン作り

「ママと子どもの広場MAHALO」の美川智子さんにおうちでできるパン作りを教えてください。1日目は生地作り、2日目は焼き工程を学びます。大人向けにすすめますので、自分だけでじっくり作ってみたいという方にピッタリ! 焼きあがったパンに鶏ハム・人参ナムルを挟んで、食べながら楽しく交流しましょう。

お申し込みはこちらから



受付締切日  
7月9日(土)

日時 **7月27日(水)** 13:00~14:30  
**7月28日(木)** 13:00~15:00

募集人数 **抽選20人** ※当落結果は、7月18日(月)までにメールにてお知らせします。

参加費 **無料** ※パン・鶏ハム・人参ナムルに必要な材料は各自でご準備いただけます。

対象 7月27日(水)・28日(木) **両日共に参加できる方**

準備物 ●オープン、またはオープントースターが必要です。  
●必要な材料・道具は、当選者にメールでお伝えしますので、当日までに各自でご準備ください。  
●当日はエプロンや三角巾など料理のできる服装でご参加ください。

備考 Zoomミーティングによる双方向形式で行います。

申込方法 インターネット受付のみ

注意事項 **強力粉、牛乳を使用しますので、アレルギーをお持ちの方はご注意ください。**



写真はイメージです。



イベントNo. 202207016

主催: コープ委員会藤井寺西



### 親子でピザ作りに挑戦しましょう! 夏休み親子ピザ教室

「ママと子どもの広場MAHALO」の美川智子さんに教えていただく、約70分でできるピザ作りです。夏休みにお子さんと一緒にピザの生地作りから、トッピング具材を切ったり、盛りつけたりを体験してみませんか。でき上がったピザを食べながら楽しく交流しましょう!

お申し込みはこちらから



受付締切日  
7月9日(土)

日時 **7月29日(金)** 10:00~12:00

募集人数 **抽選15組** ※当落結果は、7月18日(月)までにメールにてお知らせします。

参加費 **無料** ※ピザ作りに必要な材料は各自でご準備いただけます。

準備物 ●**オープンが必要です。オープントースターでは調理できません。**  
●必要な材料・道具は、当選者にメールでお伝えしますので、当日までに各自でご準備ください。  
●当日はエプロンや三角巾など料理のできる服装でご参加ください。

備考 Zoomミーティングによる双方向形式で行います。

申込方法 インターネット受付のみ

注意事項 **薄力粉、牛乳、バターを使用しますので、アレルギーをお持ちの方はご注意ください。**



写真はイメージです。

イベントNo. 202208009

主催: コープ委員会藤井寺東



みんなで笑って楽しいひとときを過ごしましょう!

### 「笑いヨガ」でわらっちゃおう パートII

「笑いヨガ」は誰にでもできる笑いの体操(笑いの健康法)です。「ストレスの軽減」「さまざまな痛みの緩和」「リラクゼーション効果」「血行がよくなり免疫力アップ」などの効果が期待できると言われています。お一人での参加でも、お子さんと一緒にご家族での参加でもOKですよ!

日時 **8月2日(火)** 10:00~11:30

募集人数 **抽選25人** ※当落結果は、7月25日(月)までにメールにてお知らせします。

参加費 **無料**

準備物 動きやすい服装でご参加ください。

備考 Zoomミーティングによる双方向形式で行います。

申込方法 インターネット受付のみ



お申し込みはこちらから



受付締切日  
7月16日(土)



講師 **かや かずこ 栢和子さん**

<NPO法人ラフターヨガジャパン・なにわ大阪笑いヨガクラブ(inあべの)>  
心理カウンセラーや笑いヨガティーチャーの資格を活かして、笑いヨガ講座の開催や介護施設での笑いヨガケアなど、ボランティア講師活動を行っています。

インターネットによる  
申込方法



紙面の各イベントの二次元コードを読み取る



いずみ市民生協アプリのホームから「イベント申し込みページ」へ進み、イベント一覧から選択

<https://event.izumi.coop/>

いずみ市民生協 イベント 検索

検索して「イベント申し込みページ」へ進み、イベント一覧から選択

各市町村からの情報は、イベント申し込みダイヤルではお申し込み・お問い合わせはできません。