

イベントNO.202403010

主催：コープ委員会盾津東

対面企画

■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
2月17日(土)



簡単に糖質&カロリーOFF!  
大豆ミート商品の試食をしてみよう!

## からだに思いやりご飯を作ろう♪ 第2弾

第2弾の今回は「からだに思いやり」カタログの色々な大豆ミート商品や低糖質商品を中心に試食してみたいと思います。  
また前回につづき糖質をおさえた商品で「ぼた餅」を作ります。「春分の日」に開催できるので、  
お家で簡単に作れることをお伝えします♪ ※試食の持ち帰りはできません。その場で試食していただきます。

- 日時** 3月20日(水) 10:30~12:15
  - 会場** 東大阪市リージョンセンターくすのきプラザ 5F料理教室  
【住所】東大阪市岩田町四丁目3番22号 希来里施設棟
  - 駐車場** あり(有料) **募集人数** 抽選20人 **対象** 組合員とご家族
  - 参加費** 1人につき500円 ※おつりのないようご準備ください。
  - 子どものお世話** なし
  - 持ち物** エプロン・三角巾・タオル・マスク(調理中着用をお願いします)・筆記用具・飲み物
  - 申込方法** インターネットのみ
- ※当落結果は、2月24日(土)までにメールにてお知らせします。  
※申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。  
※当選メールが届きましたら、参加確認のため必ずご返信をお願いします。



※イラスト・写真はイメージです

## やお柏原エリア

イベントNO.202402029

主催：コープ委員会柏原

対面企画

■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
2月10日(土)



焼きたてのおいしいパンを試食しよう

## パンのおいしい食べ方を教えてもらおう!

ブラウンサーブロールの試食

- 日時** 2月27日(火) 10:00~12:00
  - 会場** 柏原市立市民プラザ アゼリア 6F 【住所】柏原市上市1-2-2
  - 駐車場** あり(有料) **募集人数** 抽選20人 **対象** 大人のみ
  - 参加費** 無料
  - 子どものお世話** なし **持ち物** お皿、マグカップ、筆記用具
  - 備考** キャンセルが出た場合は落選者に連絡させていただきます。  
ご希望の方は申し込み時に備考欄へご記入ください。
  - 申込方法** 電話・インターネット
- ※当落結果は、2月20日(火)までにメール・電話にてお知らせします。  
※申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。



イベントNO.202402028

主催：コープ委員会やお北

対面企画

■お申し込みはこちらから  
■受付締切日  
2月10日(土)



さかなをもっと美味しく!もっと食べよう!  
コープ商品でバランスの良い食事

## 冷凍魚の基本知識と美味しい食べ方をまなぶ

- ①冷凍漬魚について解凍の方法やフライパンでの美味しい焼き方
- ②コープ商品を使った20分のできるクッキング(冷凍漬魚 白和え、みそ汁、雑穀ごはん)

- 日時** 2月28日(水) 10:00~12:30
  - 会場** 八尾市生涯学習センターかがやき 料理教室 【住所】八尾市旭ヶ丘5丁目85-16
  - 駐車場** あり(有料) **募集人数** 抽選25人
  - 参加費** 500円 ※おつりのないようご準備ください。 **子どものお世話** なし
  - 持ち物** エプロン、バンダナ、手拭き、マスク
  - ※すべらない靴、袖口の狭い服装をご用意ください。  
※手指の怪我をされている方はキッチン用手袋をご用意ください。
  - 備考** 申込の際、備考欄にどのような冷凍魚を生協で  
ご購入しているのかご記入ください。
  - 申込方法** インターネットのみ
- ※当落結果は、2月19日(月)までにメールにてお知らせします。  
※申し込み時に連絡のつくメールアドレスをお知らせください。  
※「@izumi.coop」からのメールが受信できるようにお願いします。



※写真はイメージです