



# 西部ブロックニュース

(古河市・下妻市・坂東市・結城市・筑西市・境町・八千代町・五霞町)

西部3月①

企画名：お試し太極拳

～初心者向け「お試し太極拳」体験会～

参加者募集！

2025年3月号

(3/3～3/7配布)

発行 いばらきコープ

西部ブロック委員会

お問い合わせ：総合企画室

0120-160-231

(月～金9:00～17:30)

普段運動不足気味のあなた！**やさしい太極拳**で心と体をほぐしてみませんか！  
今回、講師をお招きして、初めての方でも安心して参加できる体験会を開催します。皆さん奮ってご参加ください！

<補足>太極拳ってなに？

太極拳は、古来より中国に伝承された武術です。格闘技ではありません。カヤスピードを競うものでなく、ゆっくりとした動作で、能力や年齢に関わらず参加して練習できるエクササイズです。

●開催日時：4月21日(月) 10:00～11:30

●開催場所：ピアスパークしもつま休憩所1F(別館和室)

(下妻市長塚乙70-3)

●募集人数：20名 最少催行人数5名(応募者多数の場合抽選)

(抽選結果は全員に郵送でお知らせいたします。)

●参加費：100円 非組合員500円(参加費+試食代+保険代)

●託児：1人100円(6ヶ月以上)

・6ヶ月未満のお子様は一緒に参加できません

・申込時にお子様の名前と年齢をお知らせください

・お子様の飲み物をご持参ください

●持ち物：飲み物、動きやすい服装、タオル

●応募締切：3月26日(水) 締切厳守でお願いします



★申込方法とお問い合わせ

☎0120-160-231(総合企画室 月～金9:00～17:30)

【電話での申込】

以下の項目をお伝えください

① 西部3月①「お試し太極拳」

② お名前(同伴者全員)

③ 組合員コードor非組合員

④ 郵便番号・住所

④ ご連絡先(日中連絡のつく電話番号)

⑤ 託児申込ある方(お子様の名前・年齢)

【QRからの申込】

西部3月①

「お試し太極拳」

項目に沿って必要事項を

ご記入ください

非組合員の方は電話

申込となります

<http://bit.ly/3tgVKAA>



※お預かりした個人情報は、目的以外では使用いたしません

※当日、ご都合が悪くなった場合は080-5922-5116

までご連絡願います(西部ブロック委員会)



【いばらきコープのグリーンBOXってなに??】

いばらきの旬の野菜を毎月お届けする「地産地消」を形にしたものです。

グリーンBOXの産地は7つ。お届けする野菜の生産地、生産者も特定しています。

◇4つのキーワード◇

①顔が見える地元の産地 ②安心・安全、新鮮で本物の味

③交流の中から理解と信頼 ④登録制で計画生産



◇グリーンBOXの役割と魅力◇

①年間約70種類の野菜をお届け。色々な野菜を食べられる。

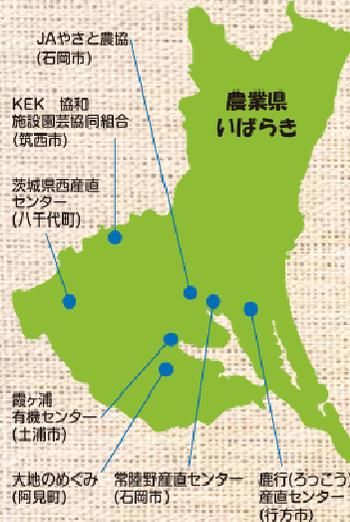
②季節・旬をお届け。

③農業、食、健康などへの理解を広げる。

④野菜を食べるための情報が満載。簡単レシピもありレパートリーが増える。



茨城ふるさと産直ネットワーク  
7つの産地



【7つの産地と主な生産品】

●JAやさと農業協同組合

(おかわかめ、葉にんにく、キャベツ、キウイフルーツなど)

●KEK 協和施設園芸協同組合

(フルーツマト、こだまスイカ、アールスメロン、きゅうりなど)

●茨城県西産直センター

(小松菜、人参、レタス、なす、かぼちゃ、菌床しいたけなど)

●鹿ヶ浦有機センター

(れんこん、ごぼう、長ねぎ、さつまいも、里芋、セロリなど)

●大地のめぐみ

(れんこん、とまと、メロンなど)

●常陸野産直センター

(れんこん、長ねぎ、さつまいも、ブルーベリー、巨峰、梨など)

●鹿行産直センター

(長いも、さつまいも、小松菜、チンゲン菜、じゃがいもなど)

グリーンBOXでは、野菜がどのように管理され栽培されているかを確認する取り組みの圃場確認や生産者と組合員の交流を図るため、オンライン交流会なども行っています♪

