



～ゴスペル クリスマスコンサートを開催しました！～

開催日時：2025年12月13日（土）10:00～12:00

開催場所：県西生涯学習センター レッスン室

参加者：25名

今年も県西地区で主に活動されている「GRASS HOPPER」の皆さんをお招きし、皆さんお馴染みのクリスマスソングや、迫力あるゴスペルソングなどの歌声を披露していただきました。リズムにのって口ずさんだり、素敵な歌声に感動され涙ぐむ方もいらっしゃり、クリスマス気分に浸っていただき、素敵なひとときをお届けできました。

又、お楽しみ抽選会でも、可愛いサンタくじを引いて、各賞でコープのお勧め商品をお持ち帰りいただき、楽しんでいただけました。又、全員に参加賞とコープ共済パンフレットを配布し、コープをもっと知っていただく良い機会となり、交流も深まりました。

【参加者からの感想】一部ご紹介

★せわしないこの時期に、ほっとできるひと時でした。

パワフルな歌声に元気をいただきました。

★ゴスペルをこんな近くで聞いたのは初めてでした。とても楽しく、心の底から、そして体中で音楽を表現しているグラスホッパーさんに感動しました。

★10年近くコープを利用していますが、今回、初めて参加して良かったと思いました。今後は色々なキャンペーンに参加したいと思いました。

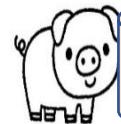


『つながる力で能登を笑顔に』特産品を買って食べて応援しよう！

◆3月7日(土)～15(日) いばらきコープ全店で開催

◆いばらきコープ独自企画のため商品がなくなり次第終了となります

2024年1月1日の震災から2年、記録的大雨による災害から1年半が経った能登・石川。復興が進んでいない地域があります。昨年9月に組合員理事と役員が現地の様子を視察してきました。その時の写真や感じたことも展示します。そして、能登の皆さんからのメッセージ「忘れないで！」この言葉を受けて、『特産品を買って食べて応援！』として想いを届けましょう。



コープの冷凍挽肉 パラバラミンチの美味しさご紹介



パラバラミンチは、使いたい時・使いたい分 手軽に使える人気の冷凍挽肉です。冷凍庫に保存しておけるので、いろんなお料理に使える優れものです。

★脂肪の美味しさにこだわった、コクとうまみのある挽肉。チャック付袋。

ハンバーグ・餃子・オムレツ・そぼろ丼・パスタ・スープ・煮物など多種多様にアレンジできます。



【おすすめレシピご紹介】

★「キャベツのとろ旨チーズ焼き」★

<材料>	キャベツ	200g
	豚挽肉	200g
	とろけるチーズ	60g
	ケチャップ	大さじ2
	ソース	大さじ2
	にんにく	小2（チューブ）
	黒コショウ	少々



- <作り方>
- ①キャベツを大きめのザク切りにし、レンジ500wで5分加熱する。
 - ②ボウルに、豚挽肉と全ての調味料を入れて混ぜ合わせます。600wで2分加熱します。
取り出して良く混ぜる。
 - ③耐熱容器に加熱済みのキャベツの上に→②→とろけるチーズを交互に重ねます。
 - ④ラップをかけてレンジ600wで3分～4分ほど加熱します。