

一緒に楽しく活動しませんか？ 北西、南央、南部、西部ブロック ブロック委員募集

～ブロック委員とは？～

コープと地域とのつながりづくりやコープのファンづくりを進める取り組みを、組合員同士で相談しながら進めているのがブロック委員会。そのメンバーがブロック委員です。社会貢献活動や様々な企画や学習会などを通し、組合員の参加の場を広げることが役割です。コープが好きな方、企画や広報をしてみたい方、人とかがわることが好きな方、大歓迎です！

活動内容：企画・学習会の計画・運営、ブロックニュースの作成、地域のイベントに参加、毎月2回の定例会議、スキルアップ研修など(月10日前後の活動をしています)

活動地域：北西→ひたちなか市、大洗町、那珂市、常陸大宮市、城里町、大子町

南央→石岡市、小美玉市、かすみがうら市、土浦市、阿見町、美浦村

南部→取手市、牛久市、龍ケ崎市、稲敷市、利根町、河内町

西部→筑西市、古河市、結城市、下妻市、坂東市、八千代町、境町、五霞町

応募要件：上記活動地域内に居住の組合員で、自家用車で活動地域内を移動できる方。iPadやスマホ(LINE)の操作ができる方。

活動手当：月4万円(交通費は別途支給) ※雇用契約ではなく有償ボランティア

任期：1年

まずは、お電話下さい。追って面接日についてご相談させていただきます。

お申し込み・お問い合わせは総合企画室へ ☎0120-160-231 (月～金 9:00～17:30)



令和5年度 いばらき 食べきりレシピ コンテスト 作品募集

食材をムダにせずに
食べきるレシピ募集！

賞・副賞

環境保全茨城県民会議議長賞
賞状、副賞(クオカード又はアマゾンギフトカード3万円分)

1名

優秀賞

賞状、副賞(クオカード又はアマゾンギフトカード1万円分)

3名

佳作

賞状、副賞(クオカード又はアマゾンギフトカード5千円分)

5名

応募締め切り

令和5年 10/13(金)

<募集内容>

食材を無駄にせずに、おいしく食べきることを目的とした次のような料理のレシピを募集します。

- ①野菜や果物の皮、葉、芯、種や、魚のあら、骨等これまで捨ててしまっていた部分を料理の具材として使用したひと皿
- ②残った食材や残り物を活用し作り替えたひと皿

主催 環境保全茨城県民会議

後援 茨城県、茨城県生活協同組合連合会

茨城県消費者団体連絡会

茨城県生活学校連絡会

応募方法 Webサイトの応募フォームに必要事項を入力し、完成品(盛り付け後)の写真データとともに送信してください。

問い合わせ

〒310-8555 水戸市笠原町978-6

茨城県県民生活環境部環境政策課内

TEL 029-301-6118 (月～木 9時～17時)

eメール info@ecodane.jp

URL https://www.ecodane.jp/



第18回いばらきコープくらしの助け合いの会 全体交流会「30年のつどい」

ご案内

くらしの助け合いの会は今年で発足30周年となります。約4年ぶりに実会場にて、第18回全体交流会「30年のつどい」を開催いたします。

今回は、「楽しく交流しながら、助け合いの会への理解と交流を深める」ことをテーマに、発足30周年を記念したセレモニーと下館の「歌声喫茶やまぼうし」による演奏会を予定しております。

日時：2023年10月6日(金) 10:30～13:30予定(受付10:00～)

会場：四季文化館みの～れ「風のホール」(小美玉市部室1069)

参加費：500円(昼食として軽食を生協で用意いたします。)

※午前中は助け合いの会30周年のセレモニー、昼食をはさみ午後は演奏会を予定しております。

託児：託児はありません

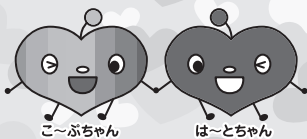
参加申し込み：9月21日(木)までにお電話または
右記の二次元コードにてお申込みください。

お問い合わせ いばらきコープ総合企画室

☎0120-160-231

(月～金9:00～17:30)

※締切：9月21日(木)



カムカムレシピコンテスト募集

よく噛むことは、歯や口の病気予防、脳の活性化、肥満予防、だ液による免疫作用などたくさんの効果があります。健康な歯で、よく噛み、味わって食べることが大切です。

「歯科保健と食育の在り方に関する検討会(平成21年7月・厚生労働省)」において、ひとくち30回以上噛むことを目標としたキャッチフレーズ「噛ミング30(カミングサンマル)」が提唱されました。

茨城県歯科医師会では、8020・6424運動の一環として、「噛ミング30」の普及を図り、歯科保健からの食育を推進するため、「噛むかむレシピコンテスト」を開催し、「噛む大切さ」を啓発・普及するため、おいしくて噛む回数の増えるレシピを広く募集しています。

募集要項、応募方法などについて詳しくは下記ホームページをご参照ください。

<https://www.ibasikai.or.jp/kamukamu/>

●主催 茨城県歯科医師会

●募集期間 令和5年10月1日から令和6年1月12日(必着)

●募集テーマ食材 「こんにやく」

●【注意事項】 応募レシピを一人分食べ終えるのにかった時間、噛んだ回数を必ず記入してください。応募レシピは他のコンテストなどで未発表のものに限ります。応募書類・写真等は返却しません。

●応募・問い合わせ先 茨城県歯科医師会事務局

(〒310-0911 水戸市見和2丁目292番地の1 TEL:029-252-2561)

●応募資格 県内にお住まいの方、または、通勤・通学している方。

●選考 「小学生以下の部」、「中学生・高校生の部」、「一般の部」に分けて選考を行います。

●賞の表彰 噛むかむレシピ賞(12作品選出の予定)に選ばれた方には、賞状、みがこーモンぬいぐるみ、商品券(高校生以下は図書カード)を贈呈します。令和6年3月24日(日)に開催する歯科医学会において表彰します。(予定)

茨城発!! シルバーリハビリ 体操指導士 3級養成講習会 受講生募集!!

茨城県では高齢者が元気で長生きできるよう、介護予防を推進するボランティア「シルバーリハビリ体操指導士」を養成しています！

コース	日 時(5日間9:30～15:45)
241	9月26日(火)・29日(金)・10月3日(火)・6日(金)・10日(火)
242	10月2日(月)・5日(木)・12日(木)・16日(月)・19日(木)

他11月にも2コース開催予定あり

会場：茨城県立健康プラザ(水戸市笠原町993-2)

対象者：概ね50歳以上の県民で、常勤の職に就いておらず、受講後にボランティア活動ができる方

受講料：無料

申し込み・問い合わせ：

茨城県立健康プラザ 介護予防推進部

TEL:029-243-4217



講習会の詳細は
こちらから

ブロック企画のお知らせ / どどこでも参加OK!

各ブロックニュースでご案内している様々な企画をいばらきコープのHPにも掲載しております。

オンラインやハイブリッド(オンライン参加)による企画は、県内どこにお住まいでもご参加いただけます。ぜひ楽しく有意義な時間をお過ごしください！

詳細は右のQRまたは下記URLからご覧ください▶▶
<https://ibaraki.coopnet.or.jp/event/ev/>

楽しい企画が
盛りだくさん!

