

行事・組合員活動部からのご案内

申し込み
締切日

11月2日(土)

当落案内
発送日

11月11日 週

お申し込みはこちら

イベントの申し込みフォーム

(コープいしかわホームページからお申し込みできます)
コールセンター ☎ 0120-759-853



企画コード：111-Q

組合員活動部 主催



会場開催

12

つくる責任
つかう責任



みんな
どうしてる?

食品ロスをなくそう！ 野菜の使い切りクッキング♪

「食材使い切りレシピ集」
プレゼント!

ついつい買いすぎて余りがちなお野菜を使った料理教室を開催します♪
上手に食べて補充(ローリングストック)する方法も教えていただきます。
食品ロス削減にもつながりますよ☆

当日の調理予定メニュー♪

- ・大根もち
- ・ポターージュ
- ・にんじんマフィン



日時：11月20日(水) 10:00～12:00

定員：20名(応募者多数の場合は抽選)

会場：金沢勤労者プラザ3F 料理実習室
(金沢市北安江3丁目2-20)

参加費：300円(食材費)

保育：なし(お子さま連れでの参加はご遠慮ください)

駐車場：あり(有料200円程度)

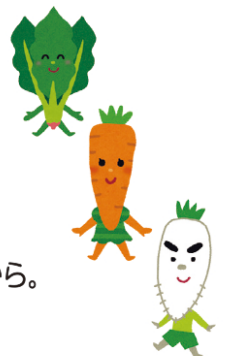
持ち物：エプロン、三角巾、マスク、

講師：認定特定非営利活動法人
いしかわフードバンクネット

手ふきタオル、筆記用具、飲み物

申込方法：右上の **イベントの申し込みフォーム** またはコールセンターから。

理事 青海 万里子氏



企画コード：111-R

組合員活動部 主催



会場開催

「私の食生活と健康」
企画

おいしく作って ヘルシークッキング



家庭で準備できる食材を使ってのレシピ紹介となります。
豊かな食生活と健康な毎日のための「ちょっとした工夫
を学び日々のメニューに活かしてみませんか？」

日時

11月29日(金) 10:00～13:00

会場

金沢勤労者プラザ3階 料理実習室 (金沢市北安江3丁目2-20)

駐車場：あり(有料200円程度)


定員：30名(応募者多数の場合は抽選)

参加費：500円(食材費)

保育：なし(お子さま連れでの参加はご遠慮ください)

持ち物：エプロン、三角巾、マスク、手ふきタオル、筆記用具、飲み物

申込方法：右上の **イベントの申し込みフォーム** またはコールセンターから。



おくその としこ
講師：奥蘭 壽子氏

家庭料理研究家。京都府出身。
繰り返し食べてもあきない家庭料理に魅せられ、
「料理は楽しくシンプルに」をモットーに、いら
ない手間を省いた簡単で美味しく健康にかなった
料理を提唱しています。
簡単で質の高い健康レシピを披露し、医学関係者
から高く評価されており、日々の家庭料理が健康
を支えることの大切さを発信しています。

申込締切
11月9日(土)

当落案内のお届け
11月18日 週