

☆ 実演ありのせっけん学習会

日時：2011年2月7日（月）10：30～12：30

場所：生活クラブ生協（本部）

今度の粒状せっけんは手間いらずで、優れもの！

お問合せ：本部地域課 048-839-4881 締め切り2/4(金)

☆ 第4回 ナビパーティ

日時：2月8日(火) 10時～2時（この間出入り自由）

場所：くらぶルーム 暖 2階

参加費：無料

\* 簡単おやつ作り \*

\* こねこね石鹸でバラの花作り \*

\* 入園・入学グッズ作りのお手伝いします \*

どなたでもお気軽に  
ご参加ください  
お問い合わせは  
安島まで 833-8616

☆くらぶルーム暖からのお願い

昨年の暮れに、暖の近所の方から、騒音についての注意を受けました。  
その前の年にも、同様の注意を受けております。

おしゃべりは楽しいものですが、特に、庭の声は周囲にも直接響きます。  
室内での会話も含めて、みなさんのご配慮をお願いします。

# チラシまきにご協力ください!

浦和東支部委員会より、「お試し4点セット 980円キャンペーンチラシ」3枚を、お届けしました。

それぞれ、

◎お友達に渡しても OK!

◎ご近所のポストに入れても OK!

## 「彩のかがやき」炊き方のポイント

### ◇ 計量

今年のお米は、記録的猛暑の影響で白い部分がありますが、味に遜色はありませんので、どうぞ安心してご賞味ください。

計量カップで正しく計りましょう。

また、おいしく食べるコツとして、毎回食べきる量を炊くようにしてください。

### ◇ 洗米(とぎ)

お米をとぐ際に割れやすい傾向があるため、いつもよりやさしくといでください。

### ◇ 水の量

釜を平らなところに置き、基準量よりちやよ少なめにしてください。

### ◇ 浸漬(水に浸す)

1時間を目安に、お米に水を吸わせてください。

### ◇ 蒸らし

炊き上がり後、10分くらい蒸らしてください。

### ◇ ほぐし

蒸らしが終わったら、ご飯を軽めにほぐして余分な水分をとばしてください。



### 2Rを促進するための請願&署名活動

おかげさまで、浦和地区は1,588名分が集まりました。  
御協力ありがとうございました。

発行：浦和東支部委員会

今回の支部運営委員会は、2月4日(金)10時～くらぶルーム暖

編集：東浦和地区