

みなみ風



発行責任者：鶴島佳子/23 区南生活クラブ生活協同組合 発行日：2016 年 10 月 3 日

●〒156-0051 世田谷区宮坂 3-13-13 ●Tel:03-3426-9914 ●Fax:03-3426-9911 ●mail:block.23ku@s-club.coop

ごきげんスマイル

食の安全性と美味しさを伝えたい！

幼いころから生活クラブ育ちです。自宅に消費材が届き、班のお母さんたちが取りに来て賑やかにおしゃべり…。そんな様子を見ながら育ちました。実家を出て自活するようになり、近所のスーパーにも行くようになりましたが、お肉と調味料のおいしさの違いに驚いたのを覚えています。

その後、個配でお世話になるようになり、今は5歳の息子と2歳の娘の生活クラブ3世を育てています。まちの試食会のイベントに子どもを連れて参加した際、まちづくり委員にと熱心にお誘いいただきました。おいしい消費材をいただきながらお話を聞いて、出来ることがあるならとお受けしました。今はまだ特にお手伝いができているわけでもなく、申し訳ない思いもありますが、生活クラブならではの食の安全性、そして何ととっても美味しさを、私と同じ子育て世代のお友達に伝えていけたらと思っています。生活クラブ仲間ができると、お気に入りの消費材を教え合ったりできるのがまた嬉しい！！子どもたちへの食育という観点でも、食品の裏の表示を見て安全かどうかを判断できる知識をまず親が知り、伝えていく事が必要だと思います。

楽しく、おいしく、安全に、大切な想いや価値観を子どもに引き継いでいけるよう、輪がもっともっと広がることを願っています。

まち・きぬた 上田 佐保さん



私のお気に入り

パックだし みえぎょれん販売㈱



毎日の味噌汁は必ずコレ。だしをとったあとのパックだしを冷凍し、4パック分まとめてふりかけを作ります。細かく刻んで軽く炒め、みりんと醤油で味付け。最後にかつお細けずりとゴマをたっぷり入れれば、子どもたちも大好きなふりかけができます。

もくじ

石けん生活はじめよう!	2
大気汚染は松葉が知っている!	3
アースメイド野菜	4・5
【青い地球】	3
まちのページくまち・きぬた>	6
【私のまちのコミュニティ】【私のまちのおすすめ消費材レシピ】	
【事業所班探訪記】 水・緑・木地 千歳船橋店	
みんなの広場【投稿・今月のクイズ・川柳】	7
ナビ子が語る 生活クラブ用語 「キャラバン」って何?	
デポー通信	
お知らせ・理事だより・応募用紙	8

配送センター

世田谷センター 世田谷区桜新町 2-31-5 TEL:03-3426-9913 FAX:03-3420-1598	大田センター 大田区仲池上 1-19-12 TEL:03-5748-0661 FAX:03-5748-0314	ベイ東京センター 千葉県市川市田尻 1-10-9 TEL:047-393-6350 FAX:047-393-6353
--	---	--

生活クラブのお店

デポーせたがや 世田谷区宮坂 3-13-13 TEL:03-5426-5211 開所:10:30~19:30 日曜定休

23 区南組織概要 2016 年 8 月末現在

	配送	デポー
組合員数	15,413 人	2,069 人
加入者数	157 人	11 人
脱退者数	-96 人	-7 人
世帯当利用高	20,446 円	9,575 円
総利用高	314,033,194 円	19,733,392 円

配達についてのお問い合わせは下記へお願いします

- [世田谷区・渋谷区の個別配送] 03-3426-9550
- [大田区・目黒区・品川区・港区・中央区・江東区・江戸川区の組合員、世田谷区・渋谷区の班配送] 03-5426-5218(コールセンター)

23 区南のエリアは、世田谷区、渋谷区、目黒区、大田区、品川区、江東区(一部を除く)、江戸川区、港区(台場を除く)、中央区(一部を除く)

生活クラブは、組合員が **出資** **利用** **運営** をする生活協同組合です

エコ&ナチュラル 石けん生活はじめよう!

23 区南の石けん利用率は 25%。
とても低い。石けん使わないの
は、もったいない!

食べ物と同じように、毎日使うものも身体と環境にやさしいものを選びましょう。
生活クラブは合成洗剤をいっさい扱わず、石けん類の取り組みをしています。

市販品の多くは合成界面活性剤を使った合成洗剤で、排水されたあと生分解されにくく、水中の生き物に影響します。添加されている蛍光増白剤や合成香料などは、肌の弱い方には刺激になります。
石けんは汚れ落ちがよく、排水されたあと水と炭酸ガスに分解され、環境に負荷をかけません。
また肌への刺激が少なく、赤ちゃんの衣類の洗濯には最適です。



～石けん生活 基本の「基」～

固型せっけん→

酸化防止剤無添加・無香料なので、浴室や台所、掃除や洗濯にも、用途を選ばず使えます。食器洗いには、水を含ませたスポンジにこすりつけてから、よく泡立てて使います。



←キッチン用液体せっけん

敏感肌の方も安心の無添加・無香料なので、食器だけでなく、ウールやおしゃれ着の洗濯にも使えます。詰め替え用もあります。

洗濯用粒状せっけん→

洗濯機に入れるときには、洗濯槽へパラパラとふりかけるように入れて使います。合成洗剤に含まれる金属封鎖剤、蛍光増白剤、ゼオライトも不使用。柔軟剤を使用しなくてもふんわり仕上がります。



←洗濯用液体せっけん

溶かす手間を省いた液体タイプ。ドラム式をはじめ全自動洗濯機にも使いやすい洗浄剤です。詰め替え用もあります。

洗濯用無添加せっけん(針状)→

せっけん分 99.8%。アルカリ剤も香料も無添加です。ウールなどのデリケートな衣類用に、敏感肌の方の洗濯におすすめです。



衣類の洗濯では、すすぎのときに「洗濯せっけん用仕上げ用リンス」を使うと、アルカリ分が中和され、においと黄ばみの防止になります。



生活クラブ連合会
石けんの使い方動画 QR コード

～New セスキ炭酸ソーダ 登場 !!～

☆セスキ炭酸ソーダの得意技

「セスキ炭酸ソーダ」は、弱アルカリ性で、換気扇などにつく油污れやキッチンの汚れ、皮脂や汗ジミ、手垢などをスッキリと落とします。

水に溶かしてスプレーボトルに詰めておくと、毎日のちょっとしたお掃除に便利に使えます。ガス台の油はねやドアノブの手垢汚れなど、気になる部分にスプレーして、濡らした布で拭き取るだけでお手入れ完了です。

また、皮脂や垢汚れが気になるバスタブやバスグッズなどには、汚れが気になる場所にスプレーしてスポンジでこするとすっきりとれます。毎日のお掃除に役立つ、ナチュラルクリーニングの強力な助っ人が新登場です。



毎日の掃除、洗濯に！ 用途に合わせて使いましょう！

	重曹	セスキ炭酸ソーダ	炭酸塩
アルカリの強弱 (水溶液の pH)	ごく弱いアルカリ pH8. 2	弱いアルカリ pH9. 8	アルカリ pH11. 2
水への溶けやすさ	やや溶けにくい △	非常に溶けやすい ◎	溶けやすい ○
油污れの落ちやすさ	△	◎	◎
洗濯	×	◎	◎
研磨力(クレンザー)	◎	×	×
消臭効果	◎	◎	◎
入浴剤	◎	◎	◎

参考：石鹸百科 <http://www.live-science.com/>

大気汚染は松葉が知っている!

～松葉のダイオキシン調査 2016.3 から～



松葉の介

23 区南生活クラブでは、廃プラスチック焼却による大気への影響を調べるため、2007 年から定期的に松葉のダイオキシン類、重金属類の濃度を測定してきました。複数の地点で採取した、新芽から半年以上の松葉（クロマツ）に含まれる濃度を分析することにより、長期的かつ地域的な平均濃度と発生源の影響が分かります。

2016 年 2 月に行なった調査では 6 行政区 315 地点から松葉を採取し、環境総合研究所を通してカナダの分析機関に送りました。今回はダイオキシン類と 12 種類の重金属類に加え、2 種類の有害化学物質（PBDEs、PAHs）の分析も行ないました。

☆調査結果☆

7 月 30 日に、(株)環境総合研究所顧問の池田こみち先生を招き、調査結果について報告会を行ないました。

ダイオキシン類

2013 年の調査結果と比べ、濃度が高くなったのは江東区臨海部だけでした。特に世田谷区では大幅に低下していました。前回よりは減ったものの**江東区、江戸川区など東部エリアでは相変わらず数値が高い**という結果が出ました。

重金属類

植物の必須元素であるマンガンと銅・ニッケルを除いた合計濃度は、大田区京浜島で高く、次いで新江東清掃工場周辺、江東区臨海部と続いています。特に**水銀は臨海部で高くなっています**。

※ダイオキシン類などの濃度マップを掲載した「松葉のダイオキシン調査報告リーフレット」が、今後、組合員に配布されます。

未規制有害化学物質

PBDEs（ポリ臭素化ジフェニルエーテル）

難燃剤として日用品に使用されています。日本では毒性の弱い「デカ - BDE(10 臭素化)」しか使用していないとされていますが、今回の分析では**毒性が強いとされる 4 臭素化化合物なども含まれていました**。低臭素化化合物はラットの実験では脳神経機能障害を引き起こしています。

PAHs（多環芳香族炭化水素類）

様々な石油製品や化学薬品（虫よけ、殺菌剤など）に含まれます。測定した 18 種類の PAHs のうち、毒性の強いものが**江東・江戸川エリアで高くなりましたが、最も発がん性が高いとされているベンゾ(a)ピレンの値は大田・品川エリアで非常に高くなりました**。

燃やすプラスチックが減れば、 空気中の有害物質は減る?

プラスチックには加工するために可塑性や難燃剤、着色剤など様々な化学物質が使われており、猛毒のダイオキシン類、重金属類の発生源は、おもに廃プラスチックの混合焼却を行なっている清掃工場からです。

焼却ごみへの廃プラスチック混入率は 2014 年度には 19～20%にまで増加しており、可燃ごみへの金属やガラス類の混入も 2%にのぼっているそうです。ごみを燃やすことで有害化学物質が大気中に放出されます。

今回の調査では、特に臨海部ではダイオキシン、重金属類、PAHs の濃度が高いことがわかり、複合汚染が心配

されます。世田谷区ではダイオキシン濃度が大幅に低下していました。清掃工場の停止と関係があるのでしょうか。

松が取り込んだ有害物質は、私たちが毎日吸っている空気の中に含まれているものです。ごみ焼却は、健康に直接関係する大きな問題です。

自分たちの出すごみに責任を持ち、安易にごみを出す生活を見直すとともに、行政に対しても意見を伝えていく事が大切です。



7/30 の報告会の様子



青い地球

いいお天気ですね～

「今日もきれいな青空ですね」「朝晩ずいぶん涼しくなりました」「空気が乾いているから肌がつっぱっちゃって。洗濯物がすぐに乾くのはうれしいけど」。そんなお天気をめぐるおしゃべりが、私は好きです。

暑いと言っは文句を言い、寒いと言っは文句を言っはただと周りは笑いますが、自然の移ろいに寄り添うというのでしょうか…。風や緑のにおいやリズムを大地と共有しているような、

私も青い地球のひとりなんだと、ちょっとスキップしたくなるような明るい気持ちになります。

心配なのは、季節の変わり目が微妙にずれていると感じること。高い建物は格好いいけれど、山や海の空気の流れを止めてしまっているのかも。同じ果物や野菜、魚を一年中おいしく食べられるのは、どこか、だれかに無理をさせているのかも。青い地球のひとりでいたいから、「いいお天気ですね～」この一言を今日も交わしています。

(まち江戸川 佐藤 麻美)

生活クラブの青果物を アースメイド野菜 (earth 地球・大地 + made) と名づけました

生産者と一緒に土づくりから始める。それが生活クラブの野菜です。合成化学農薬や化学肥料はできるだけ使いません。
「いつ だれが どこで どのように作ったか」という栽培履歴を明らかにすることを基本とします。
新鮮・安心・おいしい。そんなサステイナブル（持続可能）な作物づくりに各産地で取り組んでいます。

栽培方法が分かりやすいようにアースメイド野菜を4つのカテゴリーに分けました。どのカテゴリーの野菜も安心・安全に栽培され、栽培履歴が明らかな野菜です。新たに定めた3つの基準に沿った野菜と従来通りの基準の標準野菜、それぞれ特徴があります。

と名づけました

今年もあります!!

「都市近郊産“はればれ”セット」
11月4回~12月2回の4回連続企画
生活クラブ東京 カタログをチェック!

化学合成農薬と化学肥料を
使用しないで育てた

あっぱれ

提携産地※1

「あっぱれ」育ち野菜は6品目
小松菜 250g、ほうれん草 200g、
人参 (500g・800g)、里芋 500g、大根 1本、
長ネギ 350g



化学合成農薬と化学肥料を
減らして育てた

はればれ

提携産地と指定産地※2

「はればれ」育ち野菜は11品目
玉ねぎ (700g・1.5kg・3kg)、キャベツ 1個、
馬鈴薯 (700g・1.5kg・3kg)、トマト 500g、大根 1本、
ミニトマト (150g・300g)、ブロッコリー 1個、長ネギ 350g、
かぼちゃ (1個・1/2)、レタス 1個、白菜 1/2



※1 提携産地

農薬の使用を減らすなど土
づくりに力を入れ、環境や安
全性に配慮した農業を行なっ
ています。生活クラブの組合
員が産地見学をしたり、交流
できる産地です。徹底した情
報公開と対話を進め、規格を
決めるなど、生活クラブとと
もに持続可能な農業に取り組
んでいます。

※2 指定産地

組合員との交流はありま
せんが、栽培方法は確認でき
る産地です。

「要改善農薬※3」を
使用しないで栽培。
地域特性のある物や
新農法にこだわった、
特徴のある

たぐいまれ

提携産地と指定産地

「たぐいまれ」野菜は3品目
小松菜 200g (新黒水菜小松菜)、
人参 800g (黒田五寸)、
長ねぎ 700g (あじばわー)



標準野菜

提携産地と指定産地

「あっぱれ」「はればれ」「たぐいまれ」
以外の野菜。
生活クラブの自主基準に基づいて栽培。



あっぱれ、はればれ、たぐいまれ、それぞれの基準ごと、各産地から
同一農法、同一鮮度（収穫後3日目までに配達）の野菜が届きます。

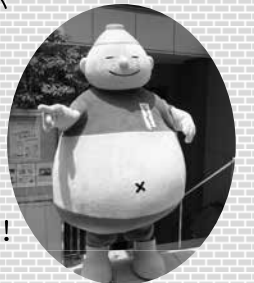
「やっぱりお米が好き」 の途中報告♪



人と人、組合員と生産者をむすぶ「おむすびプロジェクト」が
スタートして半年!

どれだけみんなごはんを食べているのかな?という
「1日1回ごはんを食べようアンケート」にも
多くの方にご参加いただきありがとうございます。
お米を1kg 食べると、どでっさんは10m進みます。
黒磯まで 180km!

みんなでお米を食べて、どでっさんを黒磯に連れて行こう!



黒磯キャラクター どでっさん

8/31 現在
45km



みなさん! 食べたお米
の量を教えてください。
初めてのアンケート参加
も大歓迎!
そんな方は今年の5月から
今まで食べたお米の総量
をおしえてくださいね。
毎月OCRでのアンケートに
参加して下さっている
方は今月もお忘れなく!!

こちらからどうぞ。



お楽しみ
いっぱい!

やっぱりお米が好き

~黒磯米生産者と一緒におむすび食べよう!~

「やっぱりお米が好き」イベント報告を行ないます!

お米アンケートに回答いただき、黒磯生産者との交流会に参加
された方には**もれなく**サンプル米をプレゼント♪
そしてさらに抽選で、各まちおすすめ消費材をプレゼントします。
このチャンスをお見逃しなく!

(お米アンケート未提出の方は、交流会のときに回答することもできます。)

イベント情報の詳細は8ページをご覧ください。

11月19日(土)
10:30~13:00

まちのページ

まち・きぬた

私のまちのコミュニティ

喜多見 8 丁目・9 丁目コミュニティ



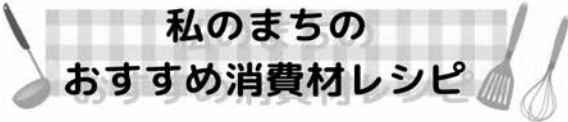
昨年の夏、喜多見エリアでコミュニティの説明会が開催されました。当日、説明会に参加したのは 2 名のみ。コミュニティの重要性はわかるけれど、いったい何をしたらよいのやら…。

後日の問い合わせで、緊急物資受渡し訓練にぎりぎり間に合うことを知り、取りあえず 2 名で始めることにしました。まずは訓練のお知らせチラシを 8 丁目と 9 丁目に住んでいる組合員宅にポストイン。配達便で返事のきた当日参加者、訓練日に都合が悪く後日取りに来る人など 14 名の参加申し込みがあり

ました。センターから受け取った物資を地区会館に移動し、参加者と会話しながら手渡しました。当日はまちから委員長が応援に来て下さり、組合員の質問に答えてくれました。その後、不参加の組合員のお宅にリーダー 2 名で手分けして物資をお届けしたので、災害時の事やコミュニティの事を対面で話せたのはよかったです。

今年度も緊急物資受渡し訓練に参加したいと思っています。
(栗田 くみ)

私のまちの おすすめ消費材レシピ



<材料>

- 鶏ムネ肉 1 枚
- 調味料を合わせる
 - 国産十割こうじみそ
 - みりん風醸造調味料
 - 酒 少々

これいいよ!!

作っておくとお弁当にも便利ですよ!

鶏ムネ肉の味噌漬

<作り方>

- ① 大きめのそぎ切りにした鶏ムネ肉に、調味料を絡めて 2~3 日冷蔵する。
- ② ①を、調味料は洗い流さずオープンにシートを敷いて焦がさないように焼く。温度は 220℃位。
(オープントースターで焼く場合は、焦げやすいので上にアルミホイルを被せて焼く)



まちのおすすめ消費材
「国産十割こうじみそ」
(カップ 500g・袋 750g)

★鶏のムネ肉にはイミダペプチドというアミノ酸の結合体がたくさん含まれています。これは最高の疲労回復物質です。夏の疲れが出やすいこの時期、食材としては最適です。お財布にも優しいので、ぜひ試してください。

(中村 祐子)



水・緑・木地 千歳船橋店

営業日・時間：月～日 11 時～18 時
定休日：祝祭日・盆と正月
住所：世田谷区千歳船橋 1-1-2-101
電話：03-3425-8883

「水・緑・木地」は特定非営利活動法人エコメッセが運営しているリユースショップで、千歳船橋店は世田谷区と目黒区の合同の第 1 号店になります。水と緑と環境を守るための資金作りとして始め、環境を守る基地にという想いから名付けられました。

お店の中は、小さなアクセサリから洋服、食器、家電、小家具と所狭しと並んでいます。まだまだ使えるきれいなものばかりです。食器やアクセサリ、ぬいぐるみなどは、手できれいに洗ってから並べているそうです。

どのようにお店を運営されているかお話を聞きました。買い取りはしていませんが、その分安い値段で販売しています。例えば、食器は 100 円位から、洋服なども 400 円位からです。総売り上げの約 2% が環境活動に使われます。ちなみに年商は 900 万円

位で、約 18 万円の環境活動費が生まれています。

おすすめのイベントは、11 月 20 日(日)から始まる着物フェアです！着物から小物まで 1,000 円位から販売します。その時には振袖セットなども並びそうです。

また、雨水貯留用品(レインバンク)の代理店になっています。防災やお庭の水やりなど興味がある方はご相談ください。気軽に「水・緑・木地」を利用しましょう。



(田村 良介・森本 祥江)

みんなの広場

★8月号の感想

デポーとワークを読んで思い出しました。20年位前、お米が不作で、横浜のデポーでしたが、そこでお手伝い2時間以上を何日間かしないとお米を売ってもらえませんでした。今はそんなことないと思いますが。

まち目黒 TSさん

生活クラブの基本、それは自主監査。自主監査って素晴らしい制度です。

まち大田 YKさん

あちらこちらで沢山の仲間が活躍されているのが嬉しく、仲間で居続ける励みになります。

まち江戸川 YKさん

添加物、遺伝子組み換え、洗剤の事を知るにつれ外食の回数が減ってきました。でも、みなみ風で紹介される生活クラブの消費材を積極的に使い、同じ思いを持っている(経営者の)お店があると思うと行ってみたいと思います。「カフェマメヒコ」行ってみたい。

まち品川 Y0さん

シャボン玉フォーラムの報告、興味深く読みました。家で石けんを使ってダウンコートが洗えるなんて驚きです。今年は出席できませんでしたが、次回は是非参加してみたいです。

まち品川 TNさん

★川柳

八月号のお題「新記録」
いつまでも
目指せ自分の
新記録

まち江戸川 YKさん



今月のお題は「祭り」

★今月のクイズ

「○○○○○野菜」と名付けました

8月号の答えは「自主監査」でした。

※ ご意見と一緒に、クイズおよび川柳をどんどん応募してください。

※ 8月号で応募を頂いた中から、抽選で4名の方に、「おさつチップス」をプレゼントしました。

デポー通信

デポーせたがや 地場生産者と援農

デポーせたがやでは、世田谷区内生産者の島田さん、中杉さん、野島さんの青果物を購入することができます。みなさん8年前デポー開店にあたって、それまでの生き物環境調査や農業体験企画に協力していただいていた女性農業者の方々に、もちろん生活クラブの組合員です。

中杉農園は農大近くの畑で、季節の野菜や花苗をたくさん栽培しています。野島さんは千歳台で、いちごと花苗。受粉はミツバチで、区内の養蜂家の方と提携して蜂蜜も取れるとか！

島田農園は千歳台に広い農地があり、春のタケノコ掘り、夏野菜の収穫、秋の芋掘りと、年に3回援農企画をさせていただいています。毎年恒例の5月はじめのタケノコ掘りで、組合員と家族100人超が竹林の中で、タケノコと格闘する姿は壮観です。この夏は長ネギの植付け、夏野菜の援農や出荷作業の手伝い、最後に粉砕機でチップ作業を手伝いました。

都市に残る田畑は、環境保全や食の生産を見て体感できる場として貴重な存在です。そこで、プチ「援農」ではありますが、農作業体験をさせていただくことは、参加する組合員や子どもたちにも貴重な体験となっています。

(担当理事：大下 智子)

ナビ子が語る 生活クラブ用語



「キャラバン」って何？

みんながすぐに思い浮かべるのは、ラクダに荷物を積んで、砂漠に行く隊商のイメージよね。

生活クラブのキャラバンはちょっと違うの。生活クラブの展示即売車(キャラバンカー)に消費材(食材等)を積んで、公園や人の集まる場所に出向いて、生活クラブの事を地域の人にアピールする活動なの。トマトケチャップ、牛乳、ジュースなど生活クラブの消費材を実際に試食してもらい、そのおいしさと安全性を実感した上で、加入してもらうの。「知る人ぞ知る生活クラブだけど、まだ誰でも知ってる生協ではないから、この地道な活動が大事なのよ」って、ママが言うの。ちなみにママはアイスクリームキャラバンで加入したんですって。

生活クラブで 電気を共同購入しましょう!

2016年10月から、生活クラブで電気を共同購入できるようになりました。生活クラブの電気は自然エネルギー由来の電気を中心です。また、電気の価格や電源構成などの情報公開を徹底します。

自然エネルギー由来の電気を選ぶことは、「原発はいらない!」という意思表示でもあります。



生活クラブ風車 夢風

申込方法やお問い合わせは
03-5426-5218 まで
(生活クラブコールセンター：月～金曜日
9:00～19:00)

理事会だより

先日、住まいの排水溝点検のため半日の間、水を流すことができなかつた。一番困つたのがトイレだ。水は出るけど流せない。便利で快適な生活にどっぷり浸かつた者にとっては、たった半日でもつらいことだつた。

「さてよ、もし首都直下型の大震災が起こつたら…?! 排水できないだけじゃない、水も電気もガスも止まる～!」とばかりに、ペットボトルに水道水を充てん、缶詰などの回転備蓄品の点検、ローソクは、トイレトペーパーは、とウロウロ作業を始めてしまった。しかし、「そんなことより、地震のときに部屋にあふれた物や、床に張りめぐらされた電気コードにつまづかないように、まず掃除と整理整頓をなさい!」と娘に喝を入れられた。「ごもつとも!」
(理事 蔵方 弥生)



やっぱりお米が好き 黒磯米生産者と一緒 におむすび食べよう!



みんなが食べたお米の量で、
どでつとさんは、どこまで行けたかな?

お腹いっぱい、特典いっぱいの おたのしみイベント

特典1 アンケートに答えた参加者全員にお米プレゼント

特典2 さらに抽選でまちおススメ消費材が当たる!

日時 11月19日(土) 10:30～13:00

場所 生活クラブ館 スペース

11/15 まで Web から
でも申し込みめます。

おむすび FAN クラブ

ご飯を食べてるフォトコンテストの投票・結果発表も!

(入賞者には冬ギフトプレゼント。写真は11/15まで受け取ります)

来て 着て 聞いて なつとくの2日間 生活クラブ館展示会



10月15日(土)・16日(日)

10:30～16:00

ベビーからシニアまで

こだわりの品質ココにあり!



デポーせたがや秋まつり
10月15日(土)開催!

秋だ!まつりだ!
家族みんなで
楽しもう!

みなみ風 2016年10月号 応募用紙

牛乳便以外の配達便で各センターへ提出、デポー組合員はレジで提出。または23区南生活クラブ生協事務局に FAX 3426-9911 してください。みんなの広場は、23区南情報ボックス Web ページからも投稿できます。✂ 切り 10/21(金)

■氏名：(ふりがな)		■TEL
■住所：		■FAX
■まち名：	■班・個配・デポー (いづれかに○を)	■組合員コード (配達明細などに記載)：
■ p7 みんなの広場 ○みなみ風 10月号へのご意見ご感想を書いてください。		「みんなの広場」に氏名を掲載しても良い方は✓をしてください。□
○クイズの答え		クイズに応募される方は必ずご意見ご感想をお書きください!
○今月の川柳 お題「祭り」		
■参加の方は□に✓を入れてください。 □11/19 黒磯米生産者と一緒におむすび食べよう!		
■お友達を紹介してください。紹介して下さったあなたに素敵なプレゼントを差し上げます。		
○お友達の氏名	住所	TEL