



# みなみ風

発行責任者：谷野あかね/23 区南生活クラブ生活協同組合 発行日：2023 年 2 月 27 日

## 生産者紹介



### 株式会社カニヤ 「動物ビスケット」



製造 新海 辰也さん

動物ビスケットの生産者、株式会社カニヤの新海です。生活クラブとは 30 年以上にわたってお付き合いいただいております。当時から、安心して食べられるお菓子づくりにこだわっていた弊社に声がかかったと伝え聞いております。現在ではカンパン、ビスケット、クッキーをお取り扱いいただいております。

市販されているビスケットの大半は外国産の小麦で、さらに香料を使用しています。しかし、動物ビスケットの主原料には国産の小麦を使用し、香料は使用せずオイルスプレー（油がけ）も行わずに、しつこくない甘さに焼き上げております。小麦本来の香ばしい風味を味わっていただけます。

カニヤの動物ビスケットを子どもの頃食べて育ち、大人になってお子さんと一緒に食べたり、ケーキ作り（タルトの台にして）に励んだり、代々引き継いでいただいております。

素材本来の風味を活かした安心安全なお菓子づくりをこれからも続けてまいります。お菓子を通じて、くつろぎのひと時におともできれば幸いです。



## これおいしいよ♪

### 動物ビスケット



#### 自然な味

2歳の娘が形を確認しながら、楽しく美味しく食べてます。市販のビスケットは添加物がたくさん入っていて食べさせたくなかったので、こちらで安全で安価で手に入り助かります。

(eくらぶクチコミ:たこすけさん)

#### 美味しい

大人の私が気に入って食べています。甘すぎずオイリーでもなく、とても美味しいです。

(eくらぶクチコミ:腹ペコさん)

150g  
147 円

### 国産小麦と大豆のザクザククッキー



80g  
200 円

#### おいしい!!!ありそうでない味!

ザクザク食感が食べごたえもあり、とにかくおいしいです!食べるほどにハマります。まとめ買いしてもすぐなくなってしまうほどファンです。ほんのり黒糖やメープルシロップのような甘味があるのですが、麦芽エキスの味なのかな? シンプルだけど、なかなかないクオリティで大好きです。

(eくらぶクチコミ:腹ペコさん)

(価格は配送・税込価格)

## 消費材

生活クラブの目的は、自分たちの生活をみんなでよりよくしていくこと。そのため、取扱う食品や生活用品を、利益を得ることが目的の「商品」ではないという意味を込めて「消費材」と呼んでいます

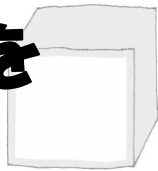
## —もくじ—

- 1 ページ 生産者紹介
- 2・3 ページ 消費材 StepUp 点検
- 4・5 ページ 生活にかかせないことは自分で選択・行動
- 6 ページ イベント情報
- 7 ページ 申込用紙/モニター感想
- 8 ページ みなみ風編集会議

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



# 消費材<sup>※1</sup> Step Up 点検を 行いました！



「消費材 Step Up 点検」とは、組合員自らが生産現場を訪問し、製造環境や製造工程を確認し生活クラブの「自主基準<sup>※2</sup>」への到達点をチェックするという、生活クラブならではのユニークな活動です。生活クラブでは組合員と生産者が対等の立場に立ち、互いに協力し合って、消費材がよりよいものとなるよう努力しています。

※1 消費材 生活クラブでは、取り扱う食品や生活用品を“消費材”と呼んでいます。消費材を通じて、生活の中にある課題の解決を目指しています。

※2 自主基準 生活クラブでは、「生活クラブの消費材 10 原則」に基づき、農業・漁業・畜産・加工食品・生活用品・容器包装など、分野ごとに組合員と提携生産者と話し合い、それぞれの消費材について独自の自主基準を定めています。

## (株)オルタフーズ 白神酵母食パン 6枚切り をチェック！

(株)オルタフーズは、生活クラブグループの共同出資で設立された会社です。国産小麦を使った定番の食パンからおやつ系のパン、中華まんじゅうや冷凍菓子といった消費材まで取り扱っています。今回は(株)オルタフーズの消費材の点検を、消費材メッセージ委員会<sup>※3</sup>主催で行いました。

※3 消費材メッセージ委員会 生活クラブの品物（消費材）や生産者について学習し、生産者交流会などを通して継続した消費材利用のための活動を行う組合員の集まりです。

3ヶ月前～

Step 1  
消費材の選定  
・申込み

組合員に人気の高い(株)オルタフーズの「白神酵母食パン6枚切り」を選定しました。



1ヶ月前～

Step 2  
事前学習会

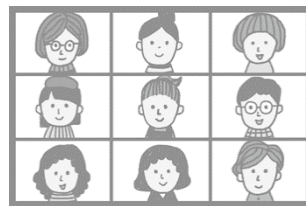
オンラインで事前学習会を行いました。学習会の中で、点検ポイントを確認します。

委員が特に点検したい項目は

- ・原材料の安全性や使用理由
- ・衛生管理
- ・労働環境

でした。具体的な質問事項をまとめ生産者に提出しました。

オンラインでわいわい♪



7月6日(水)

Step 3  
点検当日

点検もオンラインで行いました。生産者が準備してくれたスライドや動画を見ながら、点検ポイントを確認しました。

工場内を掃除している様子



確認できたこと(一部)



- ・小麦粉の残留農薬検査を適宜行っていること、**残留農薬なし**の確認をしました。
- ・サクツとした口当たりになるようショートニングを使用していますが、**トランス脂肪酸を極力排除**した提携生産者のショートニングであることを確認しました。
- ・白神酵母は神奈川の組合員と開発した消費材に使用した経験があり評判がよかったため、**食パンにもチャレンジ**したという経緯がわかりました。
- ・酢をカビが生えにくくする目的で使用していることがわかりました。
- ・清掃は時間をかけ湯洗いで行なっていることがわかりました。

Step 4  
点検後

1~2ヶ月後

今回の点検でわかったことや、今後取り組んでほしいことなどを文書にして組合員から生産者へ伝え、生産者からも所感をもらいお互いの意見交換をします。  
こうして、消費材をよりよくする活動を組合員自らが行っていきます！



お知らせ

「白神酵母食パン6枚切り」のStep Up点検を行った後、社会状況の影響で原材料の小麦はもちろんのこと、「白神こだま酵母」も大幅な価格改定となることがわかりました。供給価格の値上げ幅を最低限に抑えるため、やむを得ず原材料の「白神こだま酵母」を「イースト」に変更することになりました。(2022年10月からの供給分より)

「イースト」というと、食品添加物の「イーストフード」と混同しがちですが、(株)オルタフーズでは食品添加物ではなく生の「イースト」を利用しています。原材料にはできる限り生活クラブの消費材を使っているパンです。  
今後とも引き続きご利用ください。



生活クラブの  
食パン値引きキャンペーン！

5円引き

生活クラブの食パンは国産小麦100%！イーストフードや乳化剤など不要な添加物は使わず、厳選した原材料でつくっています。まだ利用したことのない方は、このチャンスにぜひお試しください！

799

【特別】国産小麦食パン(6枚スライス)  
(株)オルタフーズ

800

【特別】角食パン天然酵母6枚  
(有)ザクセン



440g  
通常 360円のところ  
**355円(税抜き)**

3/6-3/10 注文  
3/13-3/17 配達



360g  
通常 260円のところ  
**255円(税抜き)**

3/13-3/17 注文  
3/20-3/24 配達

選んだ理由を  
聞いてみました！

まち品川のテーマ消費材

パックだし



みえぎょれん販売(株)  
税込 570円(8g×15袋)

工夫がいっぱいのパックだし。8g×15袋は家族4人が毎日1杯のお味噌汁を飲むのにちょうどよい量。飲み続けても飽きないように、原材料の「煮干し：かつお節：昆布：椎茸=6：2：1：1」は味噌汁に最適な比率！  
何より難しい手順は一切なし。水に入れて数分煮だすだけで気軽においしい本格的なおだしが取れる。忙しいかたにこそおすすめです。



12月

ビジョンフード  
どれだけ食べたかな？

米は2022年11月~2022年12月  
牛乳・鶏卵は2022年4月~2022年12月

	米(kg)	牛乳(l)	鶏卵(kg)
実績	78,215	464,662	240,691
1年間の 目標利用重量	488,722	671,554	332,765
	16.0%	69.2%	72.3%

家庭で消費する基本の食材である牛乳・鶏卵・お米・肉類・青果物を「ビジョンフード」と呼んでいます。  
23区南生活クラブでは、米は新米が出る11月からの1年ごとに、牛乳・鶏卵は年度ごとに利用量の目標を決めています。目標値は前年度の実績、今年度加入する組合員数の予測より計算しています。2022年11月からの米は前回目標と同値としました。

# 生活にかかせないコトは・・・

## Choice! Action! 自分でちゃんと選びます! できることから行動します!



生活クラブ連合会  
生活クラブでんき

### 食

農業や添加物など食への不安に対し「市販品に問題があるならメーカーを批判するだけでなく生産者を探して自分たちで必要なものを作る」という思いから始まった生活クラブ生協の共同購入。扱う品は、消費者の視点から「商品」ではなく「消費材」と呼んでいます。

また消費材は、ただ安心安全なだけではありません。長年の「食べる」と「つくる」の関係があってこそ。いま値上げの影響から、食べることをやめて生産を途絶えさせてしまったら、品質を維持することも同じような生産基盤も二度とつくれません。

**Choice** お気に入り消費材は「よやくらぶ」を上手に利用!  
買い忘れなし、優先して届く、計画生産を支える  
便利なくみ。

### 牛乳

牛乳離れ、エサ代・燃料費高騰!  
今、牛乳が大ピンチ!  
組合員が望んだこだわりの牛乳を  
飲み続けたいから、今こそ利用する  
ことが必要です!



生活クラブ連合会 活動レポート

### まち ちいき コミュニティ

**Action** 企画などに参加しよう!  
まちの広報紙や SNS は身近な情報源!  
家族で参加できる企画がほとんどです。  
気軽に申し込んでみよう!

生協は自分たちの暮らしを豊かにするためのもの。全体で取り組む共同購入とはちがいが、行政区などで分けて、組合員が自主的に活動する生活クラブの基礎組織が「まち」です。23 区南エリアには 12 の「まち」があります。まちの中をより小さな単位に分けたのが「ちいき」「コミュニティ」です。

まち・ちいきには委員会があります。消費材の試食会など思い通りの企画を運営し、ベテランの組合員から新規加入者まで世代を超えた出会いや結びつきの場を生み出しています。

コミュニティは、ご近所で知り合いを作り、日頃からつながり合えることが目的です。まずは組合員どうして挨拶したり、茶話会をしておくことで、ちょっとしたお願いごとができたり、災害時にたすけあえたりします。



【動画】生活クラブ発!  
未来につなぐコミュニティ

みなみ風では 6~7 ページに企画情報、8 ページにまちの地図を掲載しています。コミュニティについては二次元コードから動画を見てね!

**Action** 地域のことを知ろう!  
私の住んでいるところはどんな地域かな?  
まちやちいきの企画で、みんなで話したり  
代理人に聞いたりしよう!

### 政治

生産者とともに作ってきた食の安全…しかし本当に安心できる「暮らし」を考えたとき“学校給食は?”“農業や添加物の規制は?”“水や空気は安全?”など共同購入では解決できないことがあります。

そこで暮らしの安全や豊かさを実現するために区政・都政に提案する活動があります。さらに提案を確実に反映させるためパートナーとなる議員(わたしたちの代理人)とともに解決策を見いだす活動ができます。

「代理人運動」という生活クラブがはじめた社会運動です

### 環境



### エネルギー

**Choice** 「原発はいらない!」の意思表示、「再生可能エネルギーへの転換」の実現のため生活クラブでんきを契約。

エネルギーを他国に頼らず自給する暮らしと地域づくりをめざして、生活クラブでんき(電気の共同購入)を始めました。コンセントに挿せば当たり前のように届く電気ですが、生活クラブでんきは「どんな人がどんな想いでつくっているのか」が分かるのが魅力のひとつです。

生活クラブでんきの発電所は、生活クラブ組合員の出資によって建設された風車や、原子力に頼りたくない地域の人たちをはじめた市民発電所、復興の力になるべく福島県で設立された電力会社です。電気をつけるときに、きれいな景色が頭に浮かんだり、自分が知っている生産者のつくった電気が家に届いたりするのはうれしいし、温かい感じがしませんか。ものを買うことは、それをつくる人を応援していることと同じ。生活クラブを選んだように、電気も選ぼう!

### せっけん

身のまわりの生活用品も、人にも環境にもやさしいものにこだわり合成洗剤は扱いません。せっけんのおすすめポイントは 2 点!

- ①きちんと汚れを落としながら、手肌に優しい
- ②生分解にすぐれ、環境を汚さない(せっけんカスは魚の餌になる)

### Choice



まずは固型せっけんから・・・  
洗濯に、お風呂に、キッチンに 3 個入り  
276 円(税込・配送価格)でコスパもいい!



肌トラブルがなくなって喜んでいる組合員はたくさんいます

### ごみの削減

**Choice & Action** Rびん入り消費材を購入 & 返却  
びん容器は、プラスチック容器より品質保持にも優れています!

ごみ削減のひとつとして、消費材には繰り返し使える「リユースびん」を採用しています。リユースびんには、調味料などに使われる規格を統一した「Rびん」や牛乳びんがあります。びんを洗い配達時などに返すだけで CO<sub>2</sub> や家庭ごみ(自治体回収)の削減など、環境にやさしい行動につながります。



生活クラブ連合会  
グリーンシステム

### リユースびん

傷がつかないように洗って乾燥させて返却するだけ。洗浄から瓶詰めまでの安全で衛生的な工程が確立されています。リユースするほどにコストも下がります。



### 自治体のびん回収

いろいろなびんがあるので粉々にして再生します。回収には莫大な税金が使われ、再生にも新しいびんの製造にもエネルギーが必要です。

VS



# イベント情報

参加申込みは、7 ページを提出  
または Web サイトから申込みできます→



新型コロナ感染予防のため企画内容を変更する場合があります。会場ではマスク等感染対策にご協力ください。

No.	日時・場所	内容	その他
①	<b>3月10日(金)</b> 14:00~15:30 生活クラブ館 (世田谷区宮坂 3-13-13) <u>Zoom 参加もできます</u>	<b>【東日本大震災 被災地との交流会】</b> <b>東日本大震災から 12 年 その先にあるもの</b> 主催：生活クラブ東京 環境政策委員会  東日本大震災から 12 年が経過しようとしています。津波による大きな被害を受けながらも地域の中で、ひととひとをつなぐ様々な取組みを進めるコミュニティスペースすみねこの八木純子さんから、被災地での今の状況と、まちづくりの取組みについて伺います。	申込〆切：3/8(水) 申込は二次元コードを読み取り、生活クラブ東京 Web ページから 
②	<b>3月18日(土)</b> 13:00~15:00 生活クラブ館屋上	<b>屋上オープンデイ</b> <b>「摘み草をしながら春の息吹を感じよう」</b>  生活クラブ館の屋上には開放的な自然園があります！ 田んぼや実のなる木や野草があります。季節の移り変わりを感じる企画は毎月第 3 土曜日の屋上オープンデイ。今回は芽吹き始めた野草を探してみましょう！ 雨天中止 お子さん連れ OK。	申込〆切：3/10(金) 持ち物：軍手、マスク、飲み物、筆記用具
③	<b>3月27日(月)</b> 14:00~16:00 デポーセタがや店内 (世田谷区宮坂 3-13-13)	<b>まちづくりカフェ ～エコな暮らし応援します！～</b>  毎月第 4 月曜日 14 時~16 時に定期開催。これまでのでんきの相談はもちろん、せっけんの使い方、R (リユース) びんの返却などなんでもご相談ください。 あなたのエコな暮らしを応援します！ 参加申込不要 お子さん連れ OK。	
④	<b>4月14日(金)</b> <b>15日(土)</b> 10:30~17:30 生活クラブ館地下スペース	<b>デポー展示即売会</b> 生産者：ワーカーズ・コレクティブ・ベストファイブ あなただけのオーダーメイドスーツ、ワイシャツを作りませんか！ ジャケット、スカート、ブラウスもオーダーメイドできます。スーツ予約 1,000 円引き (先着 15 名まで)。身に着けるものなど、カタログにない品も展示即売をします。 お子さん連れ OK。	
⑤	<b>4月15日(土)</b> 10:30~16:00 生活クラブ館地下スペース サンクンガーデンなど	<b>デポー周年まつり</b>  楽しい福引、まちづくりコーナー、消費材を使った地域のお店も出店予定。 ぜひ！ お買い物に来てね！ お子さん連れ OK。	
⑥	<b>4月~7月</b> 第1日曜日 10:30~12:00 予定 埼玉研有会の畑 (埼玉県和光市)	<b>まめっこ 2023 都市農業を体験しよう</b>  生産者の畑を借りて、枝豆などの収穫体験をします。 種植えから収穫までぜひ体験してみてください。 4月2日、6月4日、7月2日を予定していますが、変更になる可能性もあります。参加希望者には別途詳細を連絡します。	申込〆切：3/24(金) お子さん連れ OK!

## 3月31日まで生活クラブでんきスイッチング(切り替え)キャンペーン実施中!

生活クラブでんきへのスイッチングは脱原発、高コストでもある資源輸入から脱却して、CO2 も減らすことにつながります。未来を考え、環境負荷に配慮した選りすぐりの再生可能エネルギー電力率約 90%の生活クラブのでんきを選びましょう!!

期間中にスイッチングした方、お友だちに紹介した方はシックで使いやすい「リネンクロス 1 枚」を、さらに組合員になって 3 ヶ月以内の方なら、秋田にかほの「タラーメン 1 袋」をプレゼント♪



## 野菜予約 キャンペーン 実施中!



3 月末時点で「予約・あっぱれはればれ野菜おまかせ 4 点セット」を予約している組合員の中から抽選で 100 名に「パックだし」をプレゼント♪

予約はいつでも申込可能!

注文番号 803581 (毎週)

(隔週取組みもあります)



## 「23 区みなみ advertise アンバサダー」募集!

Instagram で生活クラブのことを情報発信してくださるアンバサダー (大使) を募集します。

アンバサダー期間：2023 年 4 月~2024 年 3 月予定。1 ヶ月間の投稿数に応じてプレゼントあり。定員 10 人。応募多数の場合抽選。

応募〆切：3月31日(金)

みなみ風 2023年3月号 申込用紙

配達便で各センターへ提出、デポーター組合員はレジで提出。または23区南生活クラブ事務局にFAX 03-3426-9911 してください。

■氏名： (ふりがな： )		■TEL：	
■住所：		■メールアドレス：	
■まち名：	■班・個配・デポーター (いずれかに○を)	■組合員コード： (配達明細表などに記載)	
■お友だちを紹介してください			
お友だち紹介で缶ジュースセット (りんご・みかん・歌茶) プレゼント!			
お友だちの氏名	住所	電話番号	
イベント申込			
参加希望に○	内容	参加人数	
	3/18 屋上オープンデイ	大人 人	子ども 人
	まめっこ 2023	大人 人	子ども 人
	「23 区みなみ advertise アンバサダー」募集!		



いただいた個人情報は組合員活動の目的にのみ使用します

23 区南主催の企画 注意事項

《事前》申し込み後、欠席する場合は、早めに連絡してください。(土日は連絡がつきません)  
 《当日》新型コロナウイルス感染予防のため企画が変更になる場合があります。詳しくは23区南Webサイトでご確認ください。  
 マスク、手洗い、消毒等、感染予防にご協力ください。  
 会場で主催者が撮影した画像および動画は、広報紙やWebに掲載する場合がありますのでご了承ください。  
 参加者が撮影した画像および動画は記録用とし、個人のSNSにアップする場合は、他の方の個人情報が特定されないよう、また、位置情報をOFFにするなどご配慮ください。企画により撮影不可の場合があります。



～みなみ風 1月号 モニター意見・感想～

生産者紹介 温州みかんジュース

- ・製造過程を知り、その細やかさに感銘を受け、お値段にも十分納得しました。これからもたくさん飲みたいと思います。
- ・無糖炭酸水は量も炭酸の程度も丁度良く重宝している。そのままはもちろん、シロップ割も美味しい。温州みかんジュースのエピソードを読み、ますます日本果実工業さんのファンになった。
- ・炭酸水一度飲んでみたくなりました。

生活クラブでは今なお放射能検査を実施しています

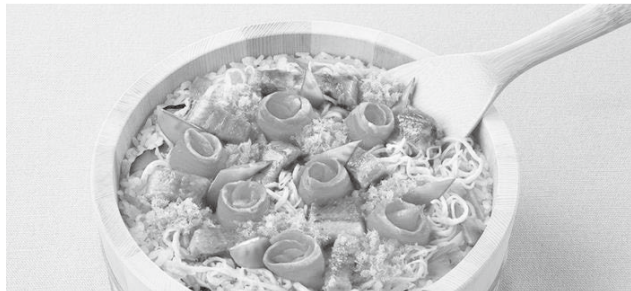
- ・生活クラブが放射能検査に厳しいのは知っていましたが、具体的な数値を見て、あらためて国の基準が甘いことを実感しました。我が家は生活クラブでんきを利用していますが、子ども達の未来のために、原発のない社会になることを願っています。

きばる

- ・きばるの歴史に触れ改めて感銘を受けました。

ビオサポレシビ

みんなが集まった時に 春爛漫ちらし寿司



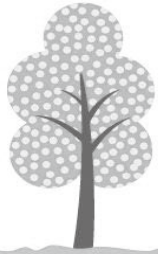
材料 4人分

- 8種の具材が入ったちらし寿司の素 1袋
- 温かいご飯 680g\* 鶏卵 3個 素精糖 小さじ2
- 国産ブレンドなたね油 小さじ1 絹さや 1/2袋(15g)
- 真塩 少々 きざみうなぎ(静岡産) 1袋
- 寿しでんぶ 1/2袋
- スモークサーモン・スライスバラ 1パック

\*ご飯 680g=米2合強のご飯

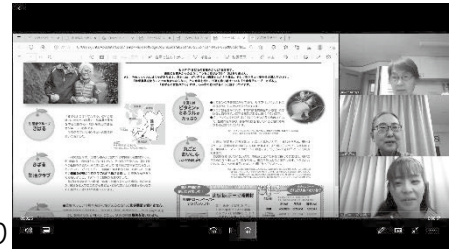
作り方

- ① 温かいご飯にちらし寿司の素を加え、切るように混ぜる。
- ② 錦糸卵を作る。ポウルに卵を割りほぐし素精糖を加えて混ぜる。フライパンになたね油を熱し、卵液を半量流して広げ、表面が乾いたらまな板の上に取り出す。同様にして残りの卵液も焼き、好みの長さで切ってせん切りにする。
- ③ 絹さやは筋を取り、さっと塩ゆでして斜め半分に切る。きざみうなぎは包材の表示通り温め別添のタレをかける。
- ④ 器に①を盛り、②を広げる。③、でんぶ、解凍したスモークサーモンをバランスよくのせる。(生活クラブカタログさん)



## 組合員 活動紹介

# みなみ風編集会議



編集会議

みなみ風編集会議は、みなみ風を編集し、印刷所の(株)創土社に送る原稿を作り上げるまでの作業をします。メンバーは、情報担当理事2人と組合員事務局1人です。

みなみ風の年度ごとの掲載内容は理事会で決め、それに沿って担当理事がページごとに執筆しています。23区南の様々な活動を伝えるために、必要に応じて生活クラブを運営する人にも登場してもらいます(生産者、運動グループ、まち委員、職員、エコロコーディネーターなど)。さらに、半年ごとに募集しているモニター組

合員からの意見・感想も、紙面づくりに欠かせません。

生活クラブの目的は「自分たちの暮らしをよりよくする」ことです。そのために、組合員の皆さんにこれだけは知っていてほしい!ということをおいかに正確に伝えるか、また、どのような切り口であれば読まれるのか、新規加入者も理解できるか、文字が多すぎないか、見やすいかなど、試行錯誤を重ね作成しています。ぜひ読んでいただき、感想を送っていただけたら嬉しいです!

Reopen  
after renovation

生活クラブのお店  
**デポーセタがや**  
リニューアル!

2023年5月に機能維持のため店内リニューアルを行います。それに向け新しいデポー組合員を増やし、デポーセタがやの利用を高めます。  
BIGな紹介プレゼントを考えています!  
ぜひぜひ知人友人の紹介をしてください。

生活クラブ応援団!

生活クラブの組合員がつくった  
社会福祉法人  
**悠遊** ゆうゆう  
悠遊を応援しよう!  
応援カンパにご協力ください

悠遊応援カンパ

注文番号: **140309** 一口: **500円**

配送組合員は、  
・注文書「6桁番号記入欄」に注文番号と口数を記入  
または、  
・eくらぶログイン後、注文番号と口数を入力

デポー組合員は、  
・デポー店舗にある「季節品注文書」に注文番号と口数を記入

2月号p6に掲載した「社会福祉法人・悠遊へのカンパ」期間に誤りがありました。  
誤: 2022年9月5日(36週)~2023年3月31日(13週)  
正: 2022年9月5日(36週)~2023年3月24日(12週) 注文×切訂正してお詫びします。

23区南組織概要 2023年1月末現在

	配送	デポー
組合員数	19,542人	2,368人
加入者数	147人	9人
脱退者数	-159人	-9人
世帯当利用高	18,086円	10,065円
総利用高	353,637,580円	23,823,957円

配達エリアは、港区、中央区、江東区の一部を除く

- 23区南事務局(世田谷区宮坂3-13-13)  
Tel:03-3426-9914 Fax:03-3426-9911  
mail:block.23ku@s-club.coop
- 生活クラブのお店 **デポーセタがや**  
Tel:03-5426-5211 10:30~19:00 日曜定休
- 大田センター(大田区仲池上1-19-12)
- 江東センター(江東区東雲2-9-51)
- 23区調布センター(調布市国領町3-4-3)

配送・集金についてのお問い合わせはコールセンターへ(月~金 9:00~19:00)

**03-5426-5218**

23区南生活クラブ公式 Web サイト

23区南生活クラブ公式 Facebook

デポーセタがや 月間カレンダー

デポーセタがや インスタグラム