

提出は牛乳以外の配達便またはFAXで。WEBからも申し込み可能です。  
(FAX宛先: 生活クラブ生協 ベイ東京センター 047-393-6353)



お名前 (ふりがな)	組合員コード	電話番号
住所	E-mail アドレス	

↓参加希望の項目に○をつけてください。(詳細は本紙 2~4 ページをご覧ください。)

印	日時	イベント名	託児✓切	申込✓切
	11/10(日)	<input type="checkbox"/> まちクリスマステーブルコーディネートとケーキ試食会	/	当日 OK
	11/11(月)	<input type="checkbox"/> 3ちいき共催 クリスマス・正月用品試食会	/	当日 OK
	11/24(日)	<input type="checkbox"/> 地域協議会 子ども食堂プレゼント☆クリスマスリース作り	/	※P2 参照
	11/29(金)	ワインのタベ第2弾☆3種の鍋&代理人・コミュ学習会	11/21(木)	当日 OK
	12/2(月)	タイヘイ生産者交流会	11/25(月)	11/25(月)
	11/14(木)	子育てママのおしゃべり会♪秋のスイーツを楽しもう!	/	当日 OK
	12/9(月)	子育てママのおしゃべり会♪米粉のガトーショコラ作り♪	/	当日 OK
	12/17(火)	台湾式足もみ健康法! 官足法講座&軽食付き交流会	12/10(火)	12/10(火)
<b>まちのお手伝いに参加できます。興味があります。</b> <input type="checkbox"/> ちいき委員 <input type="checkbox"/> 消費委員 (お結びの会) <input type="checkbox"/> 託児ケア <input type="checkbox"/> チラシ配り <input type="checkbox"/> キャラバンの手伝い <input type="checkbox"/> 企画の講師 <input type="checkbox"/> コミュニティリーダーに興味がある <input type="checkbox"/> 広報紙南北印刷のお手伝い (ベイ東京センターにて) 11/26・27・28のいずれか1日のみ詳細未定※交通費補助あり <input type="checkbox"/> タイヘイ生産者交流会の準備の手伝い			随時募集	
託児申込	お子様のお名前 (ふりがな)		エッコロ→加入・未加入 託児経験→あり・なし	
	(年齢 歳)			

- 託児を希望された方には、主催者から連絡しますので、携帯電話番号とメールアドレスを記入してください。連絡がつかない場合は託児をお受けできません。
- エッコロたすけあい制度加入者は託児無料。未加入者は子供一人につき500円 (当日加入は無料)。
- 定員が決まっているイベントや託児を依頼したときのキャンセル連絡は、前日午前中までに必ずお願いします。
- いずれのイベントもお断りする場合のみご連絡いたします。
- ご記入いただいた個人情報は、まち活動の範囲に限り使用致します。

【通信欄】 ご意見・ご質問など ご感想やせっけん情報局へのおたよりも大募集!



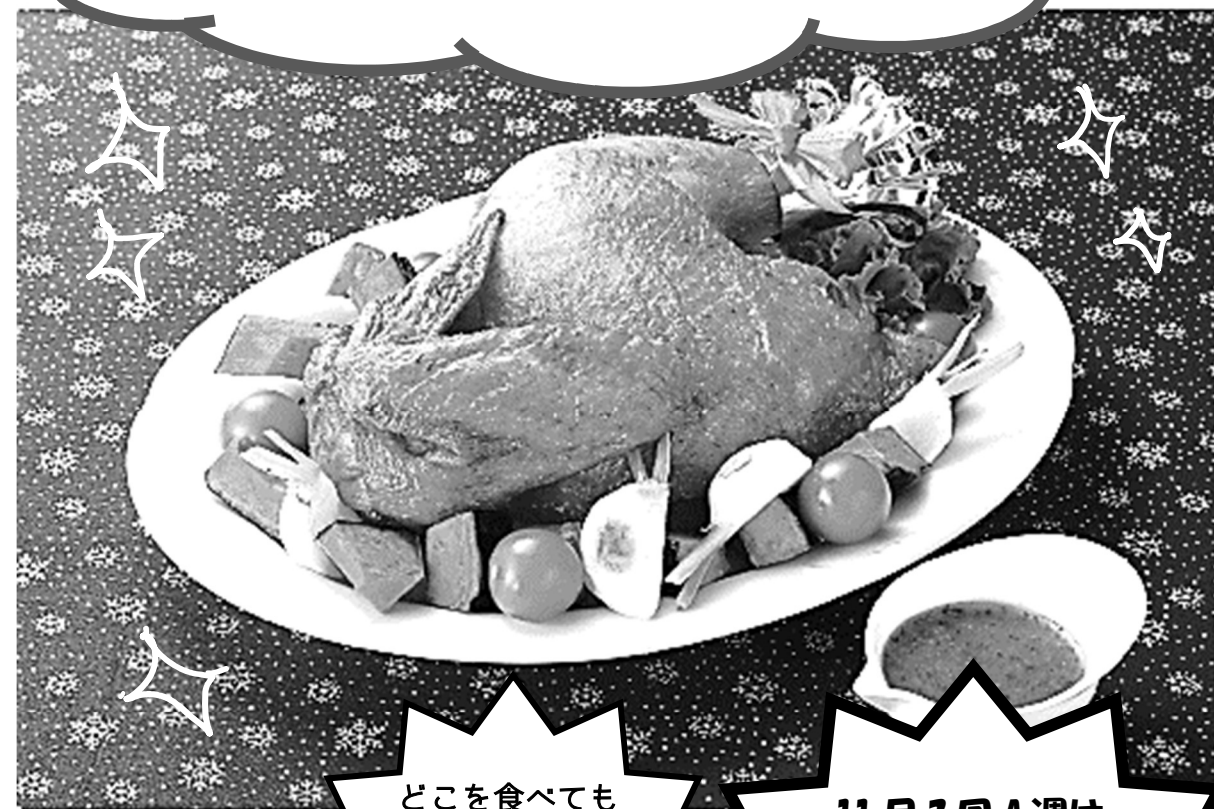
☆発行責任者: まち江戸川運営委員長 庄司 瞳  
 ☆2019年9月末 組合員数 1294人 (計画 1315人) ☆利用高 18,330円/世帯  
 ☆TEL: 03-5426-5218 (コールセンター) FAX: 047-393-6353  
 ☆Facebook <http://www.facebook.com/machiedogawa>

2019年度テーマ

広げよう! 育てよう! 生活クラブの輪  
~拡大・継続利用・組合員活動~

今年の冬のイベントの主役は・・・

## ローストチキンにおまかせ!



解凍して  
温める  
だけ!

どこを食べても  
しっかり味が  
ついていて、  
丹精國鶏と  
バター旨みが  
ぎっしり!

11月3回A週は  
早期価格で  
**1675円!**  
その次は12月2回D週よ

# クリスマスイベント☆はじまりますよ

## クリスマステーブルコーディネートとクリスマスケーキ試食会

素敵なテーブルコーディネートで、クリスマスケーキ5種、シュトーレン、ピザなどを試食し、お気に入りの一品を見つけましょう♪

時間内、出入り自由です！ご家族みなさんでお気軽にご参加ください！

【持ちもの】マイ皿、マイ箸、マイカップ持参

【日時】11月10日 ㊦ 10:00 ~ 11:30

【場所】タワーホール船堀 403 会議室

【参加費】無料 (江戸川区船堀 4-1-1)

☆当日参加 OK

☆託児はありませんが、お子さん連れ大歓迎♪

ケーキ5種は、  
Xmas フルーツロールケーキ、  
生チョコレートケーキ、  
あまおう苺のタルト、  
栗のモンブランタルト、  
バイクドチーズケーキです♪



## 北西・中・南ちいき共催☆ クリスマス・正月用品試食会

たくさんの種類の試食を準備。お気に入りの一品が見つかりますように！

各ちいき委員のおススメは、北西…穀付き牡蠣のコキール 中…あまおう苺のタルト  
南…海鮮太巻きです♪

【持ちもの】エプロン、三角巾、布巾、台布巾

【日時】11月11日 ㊦ 10:00 ~ 13:00

【場所】清新町コミュニティ会館 料理講習室

【参加費】無料 (江戸川区清新町 1-2-2)

☆当日参加 OK

☆託児はありませんが、お子さん連れ大歓迎♪



## 子ども食堂プレゼント☆ クリスマスリースづくり

江戸川地域協議会が子ども食堂を始めて3年半が経過し、実行委員、地域協議会メンバーの親睦を兼ねて企画しました♪子ども食堂について気になっている方も、ぜひどうぞ！リースづくりのあとはティータイムでお菓子を食べながらおしゃべりも！

【日時】11月24日 ㊦ 13:30~15:30

【場所】スペース葛西 (江戸川区東葛西 6-5-19)

【参加費】1人 500円 葛西駅地下鉄博物館側1分

【参加申込】申し込み先着順 30人 →→→→→

☆託児はありません。一緒にご参加ください。

☆子どもみの参加は NG



問合せおよび参加申込み  
江戸川生活者ネットワーク  
☎5607-5975  
✉soreyuke@net.email.ne.jp

まち大会開催に向け、今年度の振り返りと来年度の活動計画を立てるため  
みなさんのご意見を参考にしたいので、アンケートにご協力をお願いします。

\*今年度、まちの企画に参加されましたか？

・はい →参加された方は、どんな企画に参加されましたか？

例) 夏ギフト試食会、耳つぼなど

・いいえ →理由をおしえてください。

例) 都合が合わない、興味のある企画がない、子どもがいるからなど

\*企画で改善した方がよい点やまち委員に望むことはありますか？

例) 日曜日の企画を増やしてほしいなど

\*来年度参加したい企画はありますか？

例) 親子で参加できる企画、料理講習会、試食会、ゲノム編集学習会、生産者交流会など

\*LINE 公式アカウントを開設しました。ご存知ですか？ ・はい ・いいえ

ご意見、発信してほしい情報、要望、質問など

\*まち江戸川限定スタンプカードをはじめました。ご存知ですか？ ・はい ・いいえ

ご意見、要望、質問など

\*まちの企画を考えたり、運営をおこなうまち委員に興味はありますか？または内容が知りたいですか？

・はい ・いいえ

\*まち委員へメッセージやご要望をご自由にお書きください。

## 食器洗い機には せっけん使っているの？



食器洗い機には  
せっけんって  
どうやって使うの？  
使えないの？

生活クラブに  
専用の洗浄剤の  
消費材があるよ

あ、みんなに  
三

実はせっけん  
食器洗い機は  
相性が悪いんだ

①せっけんは泡が命！  
濃度が薄いと失活して  
効果がないため、  
大量の水で洗う食洗機  
には大量のせっけんが  
必要  
→せっけんといえども  
環境に負担

②逆に、もっこもこの  
せっけんの泡が  
食洗器の高圧の  
水の勢いを邪魔する

③

④

というわけで生活クラブの  
食洗機用洗浄剤は  
過炭酸ナトリウムと  
アルカリ剤でできている  
酸素の力で  
ピッカピカ！

確かに  
落ちてる

せっけんの特性を  
よく理解し、  
使い分けると  
またせっけん道...

ヨロシク！

三

酸素系漂白剤って、うまく使えばすごい効果なんですよ☆身体や環境にも安全♪  
せっけん情報局では、せっけんに関する疑問質問、あなたの知ってる情報などを大募集！  
通信欄より送ってくださいね☆

## メルマガ登録キャンペーン

11/1~12/31 に新しくメルマガ登録してくれた方に

抽選でプレゼントが当たります！

登録するとイベントや消費材について、タイムリーな情報が定期的に届きます。  
直近のイベント案内が届くから、申込がラクになりますよ。



☆登録はこちらから→

## 醤油の魅力とあなたのお好みのつゆを見つけよう！ タイハイ生産者交流会

伝統の木桶で蔵にすみついた微生物の力によって、約1年かけて発酵・熟成させている生活クラブの醤油の魅力にせまりましょう！生産者のお話を聞くと消費材がもっと好きになりますよ♪

【持ちもの】筆記用具、水分補給の飲みもの

【日時】12月2日(月) 10:00~12:30 ※受付 9:40~

最初から聞いてほしいので遅れないようにご参加ください！

【場所】葛西区民館 講座講習室  
(江戸川区中葛西3丁目10-1)

【参加費】無料

【参加申込メ切】11/25(日) (託児メ切も)

【託児】あり エッコロ加入者無料  
未加入者・ゲスト 500円

※このイベントは、スタンプ2つ付与！

※スタンプカードはまち江戸川の組合員限定

- ★生産者・タイハイさんのおはなし
- ★「万能つゆ」を使ったレシピ案内
- ★レシピの中から一品実演
- ★お楽しみ試食



### お手伝い大募集！

12/2(月)9:00~10:00 葛西区民館講座講習室にて  
タイハイ生産者交流会開催準備のお手伝いを一緒にしてくれる方を募集します！  
10:00からは、そのまま交流会にご参加ください。  
☆主な準備内容・・・机、イスを並べる・ホワイトボードにタイムスケジュールを  
記載、試食用食器・箸を洗って拭くなど  
☆お手伝いの方、は交通費(実費)を当日精算します。スタンプ1つ付与！

## ♪LaLaLa 子育てママのおしゃべり会 秋のスイーツを楽しもう！

初参加の方、赤ちゃん連れ、ママだけ参加OK。年齢問わず。おやつ教室の先生による秋に美味しいカボチャ、さつまいもを使った子供(1歳児~)と一緒に食べれるスイーツを楽しみながら、ゆるくおしゃべりしましょう。育児やママの疑問、話してスッキリ！お待ちしております。

【持ち物】マイ水筒、お子さん用軽食、替えオムツなど。余裕があれば、試食スプーン、フォーク、マイ食器。

【日時】11月14日(木)

10:00~12:30 (受付 9:50~)

【場所】松江区民プラザ(松江図書館3階)和室  
(江戸川区松江2-1-10)

※近くにコインパーキング、バス停有り。

【参加費】組合員・ゲスト 100円

☆託児なし。お子さんと一緒にどうぞ。  
☆当日参加OK

## ♪LaLaLa 子どもと食べたい 米粉のガトーショコラ作り♪

子育てママのおしゃべり会にプラスして、クリスマス企画！子どもと一緒に簡単に作れる米粉のガトーショコラを作ります。

【持ち物】マイ水筒、エプロン、お子さん用の水筒、軽い軽食(おにぎり)、替えオムツなど

【日時】12月9日(月)

10:00~13:00 (受付 9:50~)

【場所】グリーンパレス4階調理室  
(江戸川区松島1-38-1)

【参加費】組合員・ゲスト 300円 お土産付

☆託児なし。お子さんと一緒にどうぞ。  
☆当日参加OK

米粉を使って、アレルギーっ子も食べられる、しっとり美味しい！ガトーショコラを作ります！沢山の参加お待ちしております。

## 台湾式足もみ健康法！官足法講座&軽食付き交流会

自分でできる痛いけど気持ちいい足もみ健康法。終わったあとは、全身すっきり軽くなりますよ。日ごろの疲れを癒やして年末年始を元気に過ごしましょう！

【持ちもの】ゆるいスポン（パジャマのようなもの）、てぬぐいサイズのタオル、  
白湯 500ml

【日時】12月17日（火） 10:30～13:00

【場所】船堀コミュニティ会館 和室1・2（江戸川区船堀1丁目3-1）

【参加費】組合員・ゲスト 300円

【参加申込メ切】12/10（火）（託児メ切も）

【託児】あり エッコロ加入者無料 未加入者・ゲスト 500円

※お食事は、講座開始1時間前までに済ませてください

## ワインの夕べ第2弾☆ 3種の鍋を囲もう！シメは雑炊！ 代理人運動&コミュニティミニ学習会

前回大好評でした夜の企画第2弾です。食べて学べるお得な企画！  
週末の夜を有意義に過ごしましょう☆

【持ちもの】エプロン、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、水分補給の飲みもの

【日時】11月29日（金） 17:00～20:00

【場所】グリーンパレス 料理講習室  
（江戸川区松島1-38-1）

【参加費】大人 300円/子ども 100円

【参加申込メ切】当日参加 OK 託児は 11/21(木) までに申込

【託児】学習会中託児あり

エコロ加入者無料 未加入者・ゲスト 500円  
（託児せず学習会子ども同伴も OK!）

### 予告！

1月中旬に「参鶏湯スープ  
づくりと韓国のおはなし」  
「託児ケア者交流会と  
パンづくり」を予定して  
います。お楽しみに♪

### ☆特別企画☆

江戸川限定（2019年10月～2020年3月  
まで）まち江戸川のイベントに  
お友だちを連れてきてくれた方に、  
固型せっけんプレゼント！  
お友だちにはミニサンプルプレゼント

あなたの住んでるエリアに  
コミュニティはありますか？  
ないならあなたがリーダーに  
なって作ってみませんか？試食会や  
お茶会を開いたり、防災訓練や  
緊急時のマニュアル作りなど、  
内容はあなた次第・  
可能性は無限大！

## ☆消費材レポート☆



星とハートのスイートポテト：  
ホクホク優しい甘さ、かわいい  
見た目でお弁当やおやつに  
good！子ども大喜び♡  
すぐ温められる冷凍食品なので  
常備オススメです。

### 焼海女のり：

漁場で摘み採った生海苔を  
そのまま乾燥しているのので、  
風味がとっても！豊か。  
ちょっとミネラルや彩りを  
補うのに最適。袋の上から揉  
んで細かくすると離乳食や  
嚥下食にも使い易いです。



23区南ブロック  
消費材メッセージ委員会から

世帯当たりの利用額が減少しています。生活クラブの安定した運営には、計画した利用額をしっかりと達成していく必要があります。  
まち江戸川では、通常の利用に1ヶ月につき組合員一人当たり606円(税抜)プラスして利用すると計画に追いつきます。ぜひご協力お願いします♪

例えば・・・

☆ ひと月に一度、豚ひき肉(税抜745円)

☆ 毎週、小粒カップ納豆(税抜165円)



どちらもよやくらぶ OK！

今月の消費材レポートは？



大貝友美子です！  
まち委員&消費材メッセージ  
委員1年目、1歳3歳の母、  
管理栄養士です。食べること  
大好きです。長男にアレルギー  
があり毎日お弁当ですが、  
消費材の加工食品に助けて  
もらっています♪胚芽精米  
と玄米派です☆

せが  
かうなら  
市販品を買うなら消費材を利用しよう！



### ビジョンフードよやくらぶ登録状況（9月末現在）

9月期首組合員 1289人中

	登録人数（人員率）	前月より・・・
米	378人(29.3%)	-1人
牛乳	520人(40.3%)	+7人
鶏卵	628人(48.7%)	+3人

ビジョンフードをおおぜいで食べることで、国内自給率の向上、生態系の保護、食の安全性を追求します。次世代の子どもたちが安心して、健康に暮らしていく社会をめざします。