



江戸川南北

9月号

2024年度テーマ
サステイナブルなまち活動
〜つなげようたすけあいの輪〜

☆発行責任者：まち江戸川運営委員会
☆2024年7月末 組合員数1,344人 (計画 1,338人) ☆利用高23,723円/世帯
☆TEL：03-5426-5218 (コールセンター) FAX：03-6457-2624

※写真はイメージです。試食内容は当日のお楽しみ♪

お申込みはp.8の通信欄 or Webから♪

お子さん連れ、ご家族での参加も◎

贈呈用に！自分へのご褒美に！冬ギフト大試食会

10/6
(日)
10:00-12:00

冬の贈り物を迷ってしまう方必見！おいしくて品質がよいと好評の「生活クラブの冬ギフト」を一緒に調理・試食しましょう！ご家族やお友だちを誘ってもOK！
牛肉ステーキに金華豚しゃぶしゃぶ、お刺身や和菓子などを試食予定です。

【会場】グリーンパレス4F 料理講習室 (松島1-38-1)
【参加費】1家族200円、まち江戸川の組合員以外1家族500円
【申込〆切】9月29日(日) 【持ち物】エプロン、三角巾、布巾



クリスマス & 正月用品 試食会

多忙な年末年始だからこそ、美味しいものを食べたくになりますよね。
この期限限定で注文できる特別なクリスマス&お正月メニュー☆簡単なのに贅沢！
ぜひ試食会に参加して、今年の年末年始のメニューを一足早く決めちゃいましょう！

どちらでも誰でも
両方でも参加OK！
10月20日の時間と会場は
決まり次第Webに掲載します

10/19
(土)
14:30-16:30

〈北東・北西ちいき〉
新消費材を先どり！
クリスマス正月の
華やか試食会



10/20
(日)
10:00-12:00
or
13:00-15:00

中・南ちいき
クリスマス&正月用品
試食会



【会場】グリーンパレス 4F 料理講習室
(松島1-38-1)

【会場】船堀3丁目付近 or
清新町コミュニティ会館

コチラは
共通です☆

【参加費】無料/まち江戸川の組合員以外1家族300円
【申込〆切】10月6日(日)
【持ち物】エプロン、三角巾、布巾

Follow Us

まち江戸川 SNS



LINE公式アカウント
月に1回イベント情報
を発信！委員とチャ
ットできます！



Instagram
イベントの情報発信と開催報告、
おすすめ消費材の紹介などを
おこなっています♪写真がたくさん！



@664yrdea

LINE ID検索

インスタまち江戸川 検索

フェイスブックまち江戸川 検索

船堀の古民家を活用 居場所づくりワークショップ

【江戸川古民家プロジェクト】江戸川地域協議会の第二期市民版地域福祉計画に基づいた「多世代の居場所づくり」に向け、船堀の古民家を活用した居場所づくりがスタートしました。自分たちの生活をさらに豊かにする場所があったらいいな、こんなことができたらいいなを一緒に形にしませんか。ワークショップでは、先駆事例の共有や意見交換を行います。

《生活クラブ運動グループ
江戸川地域協議会主催》

【日時】9月12日(木) 10:00~12:00

【会場】タワーホール船堀 406 会議室 (船堀 4-1-1)

【参加費】無料 【定員】25名

【託児】なし。お子さん連れOK!

【申込メ切】9月10日(火) 当日参加もOK!

♪切間近のため、お申込みは
p.8 通信欄をFAX
or Webからお願いします♪



バッタとなかよし☆生き物環境調査・水辺の調査

虫さがしや草花遊びができるよ。荒川でとれた魚のお話なども聞けるよ♪
遊ぶ前にはみんなで水辺のごみ拾い、荒川の水質調査をしよう!
ご家族でぜひご参加くださいね。

《生活クラブ運動グループ
江戸川地域協議会主催》

【日時】10月13日(日) 10:00~12:00

【会場】下平井水辺の楽校 (荒川河川敷の総武線架線下、右岸(西側))★

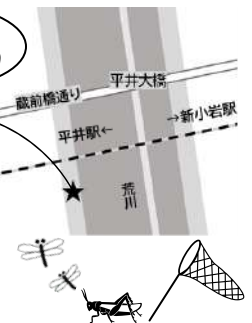
【参加費】無料 【定員】20名 【託児】なし。お子さんと一緒にどうぞ♡

【持ち物】飲み物、着替え、タオル、軍手、虫かご、虫取り網、レジャーシート

【服装】濡れてもいい長袖・長ズボン、帽子、運動靴または長靴(サンダル不可)

【申込メ切】10月6日(日)

※天候により
中止の場合あり



その香り、本当に「いいにおい」? 香害学習会第2弾

昨年度、好評だった香害学習会の第2弾! 「香害」って何? 化学物質過敏症とは?

生活クラブ組合員歴40年、「香害ゼロプロジェクト」のメンバー 野さんに「香害」について教えてもらいましょう。生活クラブのせっけんを使ったせっけん生活のアイデアも聞けちゃいます☆

「香害」という言葉を聞いたことのない方、ぜひお越しください!!!

《講師》野啓子さん

〈当日は、換気により配慮して準備する予定です。ご無理のない範囲で..今まさに苦しんでいる方のお声もぜひ伺いたいです。〉

【日時】10月31日(木) 10:00~12:00

【会場】コミュニティプラザ一之江 4F 集会室第1・2 (一之江 7-35-22)

【参加費】無料 【定員】40名

【託児】あり。エココロ加入者無料/

エココロ未加入者はお子さん1人につき500円(当日エココロ加入で無料)

【申込メ切】10月20日(日) 【託児申込メ切】10月20日(日)



参加しなくちゃ、もったいない

23区南生活クラブ 30周年記念マルシェ

会場：パークシティ武蔵小山ザ・モール
(東急目黒線「武蔵小山」駅東口駅前広場)

入場無料

テーマ

『たべてはじめるSDGs』

9/7(土)・8(日)
11:00-17:00

《7日》生産者交流デー! 試食や体験多数☆
《8日》運動グループ活躍デー!



丹精込めて育てられた貴重な国産鶏種、 「丹精國鶏」に迫る！鶏肉学習会

国産鶏種は国内で開発・改良された鶏のこと。自給率はわずか1~2%。
生産者は鶏が快適に、大きく育つように、きめ細やかな管理をしています。
生産者に、直接お話を聞ける絶好のチャンス！丸鶏1羽を目の前でさばきます。
簡単調理でおいしい、鶏肉の試食があります。

《23区南生活クラブ利用対策会議主催》

【日時】10月26日(土) 10:30~14:00

【会場】生活クラブ館 地下スペース (世田谷区宮坂 3-13-13)

【参加費】200円 【定員】30名

【持ち物】皿(お弁当箱)、箸、エプロン、三角巾、布巾、飲み物

【託児】あり。エコロ加入者無料/

エコロ未加入者はお子さん1人につき1600円(当日エコロ加入で無料)

【託児定員】5名 ※託児は10:15~12:15

【申込メ切】10月1日(火) 【託児申込メ切】9月24日(火)



詳細・お申込みは▼
【利用対策会議主催
イベントWebページ】



食べたらわかる！生活クラブの豚肉を 見る・聞く・味わう、生産者交流会

「塩コショウだけでおいしい！」と絶対的支持のある、生活クラブの豚肉。
巷でも有名なブランド豚「日本の米育ち平田牧場三元豚・金華豚」の生産者が来場します。
市販の豚肉との違いを聞きながら、半身からどの部位がどのくらいとれるのか見て確かめ、
一緒に調理し味わいましょう！

《23区南生活クラブ利用対策会議主催》

【日時】10月30日(水) 10:30~14:00

【会場】生活クラブ大田センター3F (大田区仲池上 1-19-12)

【参加費】200円 【定員】60名

【持ち物】ご飯ものを試食するための皿、箸、エプロン、三角巾、布巾、飲み物

【託児】あり。エコロ加入者無料/

エコロ未加入者はお子さん1人につき1600円(当日エコロ加入で無料)

【託児定員】5名 ※託児は10:15~12:45

【申込メ切】10月18日(金) 【託児申込メ切】10月18日(金)



食べたらわかる！ 豆腐のおいしさのヒミツ



"食べるカタログ"冊子とは別の、
1枚のカタログに掲載！
eくらぶはログインしてから
「豆腐」と検索してみてください♪

産地直送の
国産大豆
(Non-GMO)

凝固剤は
『天然にがり』
だけ

消泡剤を
使用しない

予約も
できるよ!



おさそい

回転備蓄のすすめ! お気に入りをストックしよう☆

9月は防災月間! 日常的に使いながら使った分だけ買い足して備蓄する「回転備蓄」で、
いつでも起こりうる災害に備えましょう。自然災害はいつも突然やってきます。
日頃から食べ慣れた味があれば安心感につながります。生活クラブの防災用品を試食して、
お気に入りを見つけましょう☆



【日時】9月27日(金) 10:00~12:00

【会場】グリーンパレス 4F 料理講習室 (松島 1-38-1)

【参加費】300円/まち江戸川の組合員以外 | 家族 500円

【託見】なし。お子さんと一緒にどうぞ♡ 【定員】30名

【持ち物】エプロン、三角巾、布巾

【申込メ切】9月15日(日)



※イメージ写真です。
内容は当日の
お楽しみ♪

開催報告

7月25日(木) 気分はパティシエ☆myオリジナルパフェづくり♪

@葛西区民館

夏休み中ということもあり、親子参加が多く、満員御礼の盛大な会となりました。ビュッフェ形式で盛り付けられるよう、消費材の下ごしらえを分担するところからスタート☆

- ・果物(デラウェア、すいか、バナナ)を洗う&切る
- ・十穀シリアル、コーンフレーク、ドライフルーツ、英字ビスケット、みかん缶、つぶあんをお皿に出す
- ・星とハートのスイートポテトを温める
- ・やわらか絹豆腐と白玉粉を捏ねて丸めて茹でて白玉団子を作る
- ・きぬ豆腐とはちみつ、レモン果汁をブレンダーに入れて豆腐クリームを作る
- ・材料がのったそれぞれのお皿を(慎重に☺)運ぶ



やわらか
絹豆腐



など、子どもたちも大人のフォローのもとドキドキしながら包丁作業や加熱調理をして、特別な体験ができた様子。はじめましてのメンバー同士でも自然と輪が生まれていました。その後はヨーグルトとバニラアイスも用意し、いよいよ盛り付け! 量は各自で調整し、多すぎる子、少なめな子といろいろいるなかオリジナルパフェが完成♪「このアイスおいしい」「これ、僕がカットしたんだよ!」と子どもたちからも笑顔が溢れていましたよ。組合員には消費材の紹介やイベントのお知らせをしました。新規組合員やゲストの参加もあり、消費材をいろいろお試してできるとてもよい会になりました。



見てー!
自分で
作ったよ!



7月8日(月) 江戸川古民家プロジェクト「くじらハウス(板橋)」見学会

猛烈な暑さが続く7月、板橋にある「くじらハウス」を見学しました。

閑静な住宅地にある一軒家で、誰もがふらっと立ち寄り集える場所を目指してNPO法人ACTあやとりが運営しています。

「くじらハウス」は毎週月曜日と木曜日の週に2回開いています。こども食堂やお茶会、絵手紙、認知症が心配な方や介護中の方が参加する認知症カフェ、玄米サークル、玄米おにぎりのランチが食べられるくじらランチなどの催しが定期的に行われ、レンタルスペースとしても活用されているそうです。

設立に至るまでのお話からこれまでの経緯を詳しく教えていただき、また一層古民家での居場所づくりに向けてイメージが膨らみました。

7月22日(月) キャラバン@江戸川たすけあいワーカーズもも

生活クラブの子育て広場「ぶらんこ江戸川」のあるたすけあいワーカーズももの敷地内で5月から行っていた月1回のキャラバン、3回目。連日の暑さで外は危険だと判断し、もものカフェ内でキャラバンを行いました。



イベントに何度か参加してくれていた方が、お話を聞きたいと来てくれました。調理イベントに参加した際に、調理後の洗い物でせっけんを使用していたのを見て、環境にまで配慮している生活クラブの姿勢に感動したとのことでした。温州みかんジュースを試飲しながら、カタログを見て生活クラブのこだわりを紹介。健康は食事からですよね🌟と話が盛り上がり、加入に繋がりました！

帰りにキャラバン当日加入の「ごま油、ミニホットケーキミックス」をプレゼント☆スマホで簡単にWEB加入が出来たので、4週間続くお得な割引や今だけの加入プレゼントが後日ご自宅に届きます♪



お友だちに生活クラブを教えたいけど難しい説明は無理！なら、キャラバンやイベントにお友だちを連れてきてください！私たちまち委員が生活クラブの魅力をお伝えします♡お友だちを連れてくるだけで、あなたにプレゼントもありますよ♪ ぜひ、お友だちを誘ってイベントやキャラバンに遊びに来てくださいね！

7月30日(火) 皆でフリフリ！バター作り 北東ちいき子育てひろば @篠崎コミュニティホール

大人10人、子ども19人の参加がありました。夏休みということでお子さんの参加が多く、初めて会う子どもたちもワイワイ楽しそうにフリフリしていました。

生クリーム(乳脂肪分42%以上が◎)をペットボトルに入れるだけという簡単さに驚きましたが、フリフリするのはとても大変でした。

思っていたより一生懸命振らないとバターにならず、「疲れた～」という子もいましたが「固まってきた～！」と喜びの声がだんだん聞こえて完成しました。



出来立てのバターを国産六穀クラッカーとチーズクラッカーに乗せて試食して、頑張って作ったフレッシュバターにみんな「おいしいね！」と食べていました。夏休みの過ごし方や水遊びスポットなど区内のおすすめの遊び場所の情報交換も行われ、賑やかな子育てひろばでした。

みなさんは、水産加工品や冷凍食品などを扱う大企業として有名な「マルハニチロ」が、生活クラブにもたくさんの消費材を届けていることをご存知でしたか? 私はまち委員になるまでは疑っていました(笑)先日まち品川が、テーマ消費材の「おさかなソーセージ」の生産者交流会を開催するとのことで、思い切って参加してみました。生活クラブの担当約8年目(●●●●●●●●●●)さんは、入社当時コンビニ商品の開発担当だったので、生活クラブ担当になった時は消費材の価格設定の考え方や原材料の違いにとっても驚いたそう。また、マルハニチロの官能検査では消費材が一番美味しいという声を聞くそうですよ☆ 交流会ではこういうお話を聴けるのが面白いですね♪

「おさかなソーセージ」は、2008年に組合員と開発してできた食品添加物や化学調味料を使わない魚肉ソーセージで、MSC認証の無リン冷凍すり身を使っています。現在の食品表示法ではすり身自体が1つの原料とみなされ添加物の表示は免除されるため、リン酸塩が使われているか否かはわからない場合が多いそうですが、消費材なら安心できるなど思いました。



★「おさかなソーセージは大小で味が違う気がする、材料や作り方は異なるのか?」→「同じです。よく言われます(笑)大きさにより噛む時の歯ごたえなどで味が違うように感じるようです。」

★「フィルムを開けると水分が出てくる」→「食品添加物を使っていないので、保管中の温度変化などによりすり身由来の水分が出てくる場合があります。」

これらはよくある質問だそうです。直接生産者から回答を聴けて私も納得でした。

試食は電子レンジでチンした「おさかなソーセージチップス」(魚のイラスト)

お魚の味がギュッととなった香ばしいスナックになっていて衝撃でした!



また、マルハニチロの他の消費材について…市販のパン粉はカラーパン粉という着色されたパン粉を使っているのがりキツネ色になるけれども、消費材の味輝(ミキ)のパン粉は白いままなので、クリームコロッケを揚げた時に色が濃くならなくてもOK、包材に記された通りに揚げてください、とのことでした。これには私も参加者もビックリ!

他にも、缶詰コーンやミックスベジタブル、工場の火災によって原材料や包材が変わった話などを聴いてとても興味深く、生産者交流会って最高だな!とあらためて思いました。

おさかなソーセージのために無リンのすりみをわざわざ仕入れているので、供給数が減らないよう、みなさんで食べて支えていきましょう♡

生活クラブのイベントは、(限定されていない限り)どのブロックやまち主催でも参加できます。

まち江戸川のイベントに他の区のお友だちを誘ってもOK☆ お気軽にご参加くださいね♪ (委員O)

北西ちいき委員

♡お気に入り消費材
★ひとこと

性教育に関する子育てひろばを企画中です! 決まり次第Webに掲載するのでぜひご参加くださいね♪



65年前、1歳の誕生日、父に抱かれて

♡庄内遊YOU米 玄米
★玄米食べてうん十年おかげですくすく育ちました。



♡はちみつ梅干、黒豆納豆(カップ)
★夏休み中はエッコロたすけあい制度*のおかげで助かりました!

プラス、まち委員(●●●●●●●●●●)です。よろしくお願いします!

*エッコロたすけあい制度
組合員どうしのたすけあいと地域福祉の推進のため生活クラブ独自のしくみ。

生活クラブでんき契約キャンペーン

〈対象期間：2024年4月1日～
2025年3月31日〉

まち江戸川の組合員
先着11名限定!

期間中ご契約の方に
『那須山麓米 5kg』
または
2,000円分の消費材
をプレゼント♡



今が
オトク!



生活クラブ東京にご加入後、3か月以内に
生活クラブでんきに切り替えた方に、共同購入代金から
1,000円を値引きします!

生活クラブ東京企画!
キャンペーン期間：2025年3月末まで

東京都内にお住まいのお友だちをご紹介ください!
ご紹介いただいたお友だちのご契約にかかわらず、
紹介を提出いただいた方に
『国産ブレンドなたね油丸缶』をプレゼント!



生活クラブは『予約』をする生協です。『**予約**』は組合員と生産者の『**食べる約束**』

いつも購入しているものを 便利な定期お届け よやくらぶ に変えれば、
生産者への応援メッセージになります。食の未来のためのチャレンジにつながります!

よやくらぶ の消費材*は通常価格よりも **オトク!**

まち江戸川ではどれだけ利用しているか、目標までどのくらいか 毎月確認していきます♪

*生活クラブでは取り扱う品物を、実際に使う人の立場にたった「材」という思いを込めて「商品」ではなく「消費材」と呼んでいます。

To Live a Sustainable Lifestyle...

予約 「継続的に 食べます!!」	計画的な 安定生産	安心・安全・ おいしい 消費材
------------------------	--------------	-----------------------

イベント当日に米・牛乳・鶏卵・野菜のいずれかが予約で

おさかなソーセージ をプレゼント♡

★食品添加物や化学調味料などは不使用★



生活クラブの
ポークウイナー
【生活クラブ生協連合会】



▼7月予約登録状況 (7月末組合員1344人中)▼



	今年度目標	予約人数	目標まで...
米	391人	338人	あと53人
牛乳	517人	464人	あと53人
鶏卵	629人	600人	あと29人



テーマ
消費材



	予約人数	前月比	今年度 増えた人数	人員率
ポークウイナー	46人	102.2%	15人	3.4%
ポークウイナーボリュームパック	24人	126.3%	4人	1.8%



生活クラブのせっけんは **す・べ・て**



合成界面活性剤不使用、蛍光増白剤不使用、酸化防止剤無添加、防腐剤無添加、着色料無添加

せっけんは、汚れ落ち・泡切れがよく、手肌と環境にやさしい洗浄剤です。組合員に人気の液体&固型せっけんは、掃除・洗濯・食器洗いなどいろいろな場面で使えて、保管スペースも最小限に。

キッチン用液体せっけん



◀ 税込382円 (9月1回 現在)

詰替用は
税込264円 (9月1回 現在) ▶

【全成分】水、脂肪酸カリウム、
グリセリン、クエン酸ナトリウム、
クエン酸



スポンジに付けるとすぐに
泡立つので、**食器洗い、
お風呂掃除**に良し◎!
**ウールやおしゃれ着の
手洗い**にも使えます。
泡式ポンプボトルに入れて
使用でき、クリーミーな
泡が簡単に作れます。

液体せっけんの使い心地
を確認したい方は、調理
イベントにご参加ください。
委員が持参しているので
お試しできますよ♪
手荒れしにくく
おススメです!



※この通信欄を配達便で提出する場合は、通い袋（注文書などを提出するときに入れる透明の袋）に入れてください。通い袋が配達されていない場合、配達員にわかるように提出してください。

江戸川南北9月号参加申込・通信欄

提出は牛乳便以外の配達便またはFAXで。(FAX 宛先：生活クラブ生協 江東センター03-6457-2624)

●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いたします。●まち委員から直接連絡することがあります。

お名前(ふりがな)		組員コード	電話番号
住所		メールアドレス	

↓参加希望の方は○をつけ参加人数をご記入ください。

印	日時	イベント名	参加人数 (大人・子ども)	ご希望の方は 託児人数	申込〆切
	9/12(木)	船堀の古民家を活用 居場所づくりワークショップ	・	—	9/10(火)
	9/27(金)	回転備蓄のすすめ! お気に入りをストックしよう☆ <small>《お結びの会》</small>	・	—	9/15(日)
	10/6(日)	贈呈用に! 自分へのご褒美に! 冬ギフト大試食会	・	—	9/29(日)
	10/13(日)	バッタとなかよし☆生き物環境調査・水辺の調査	・	—	10/6(日)
	10/19(土)	新消費材を先どり! クリスマス正月の華やか試食会 <small>《北東・北西ちいき》</small>	・	—	10/6(日)
	10/20(日)	中・南ちいき クリスマス&正月用品試食会 <small>《中・南ちいき》</small>	・	—	10/6(日)
	10/31(木)	その香り、本当に「いいにおい」? 香害学習会第2弾	・	—	10/20(日)

↓まちのお手伝いに参加できます。興味があります。

まち委員 ちいき委員 メルマガ委員 イベント講師 託児ケア者 古民家プロジェクト
えどがわ学校給食向上委員会 消費委員会(お結びの会) コミュニティ テーマサークル
生活クラブでんきについて詳しく知りたい チラシポスティング キャラバンのお手伝い

♥
随時募集
♥

【感想・質問など】

※定員のあるイベントで申込み多数の場合は抽選となります。結果は申し込みされた方全員へ、〆切日以降に主催者から連絡します。連絡が来ない方はお問い合わせください。
 ※託児をご希望の方は必ず連絡のとれる連絡先をご記入ください。人数や年齢の確認、持ち物等について委員より連絡します。
 ※まち江戸川では香害*の問題に取り組んでいます。イベントに参加または託児をする際は、他の方へのご配慮をお願いします。
 *香害：化粧品や香水、合成洗剤、柔軟仕上げ剤などに含まれる合成香料(化学物質)のにおいによって、不快感や健康への影響が生じること。香料が原因となって「化学物質過敏症」を発症する人もいるといわれている。



← イベント
Web申し込み
【23区南生活クラブ
まち江戸川主催】

編集後記
夏休みは新生酪農場前のアイスクリームショップ@千葉県睦沢町に行きました。ソフトクリームが絶品で遠くでも行く価値あり☆子どももこの日は特別に1個ずつペロリ♡お客さんも次々と!そこで初めて生活クラブのラッピングトラックに会い大興奮の私でした(笑) 8/24からは経堂駅近くの生活クラブ館(世田谷区宮坂3-13-13)でもパスチャライズド牛乳を使用したソフトクリームの販売が始まったそうですよ! テイクアウトで430円だそうです☆(大貝)

まち江戸川の組員が江戸川区在住の方を紹介した場合に限ります

★お誘いキャンペーン★
イベントにお友だちを連れてくると
・消費材キーホルダー(牛乳)
・サステナブルフェス!手ぬぐい
・固型せっけん
からお好きなものを
あなたにひとつプレゼント♪

★紹介キャンペーン★
生活クラブを紹介したお友だちが加入すると
紹介してくれたあなたに 委員おすすめの
『米菓』1袋をプレゼント♪
(例:米ごのみせんべい、ちょこっと揚げなど)
イベント当日に加入すると
お友だちには『ミニトマトケチャップ』
『ミニホットケーキミックス』をプレゼント♡



期間限定でさらに特典があることも!