



江戸川南北

おさそい

新年度もどうぞよろしくお願いいたします♡
一緒にイベント内容を考えたり、広報について考えたりする
仲間を大募集中です♪少しでも興味のある方は本紙8ページの
通信欄またはまち江戸川の「LINE」へご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
4月	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

まち会議

ゆるっと座談会

PC
スマホ勉強会

GM調査
映像鑑賞

子ども食堂
マルシェ

5月

まち会議

ふれあい
まつり

HM
クッキング

夏ギフト
試食会

まち江戸川
イベントカレンダー
詳細は p.4

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、
おススメ消費材の紹介などを
おこなっています♪写真がたくさん!

Facebook



@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

まち江戸川 第24回まち大会 開催報告

2026年3月20日(金・祝)にタワーホール船堀にて、実出席と書面議決書の併用でまち大会を開催しました。代議員45人中、出席45人(内書面議決書18人)で、すべての議案が承認されました。主な質問と意見、回答を報告いたします。

※下記p.番号は、代議員に配付したまち大会議案書のページ番号です。

第1号議案 2025年度まち活動総括(案)、活動報告、事業実績、中間決算報告

《質問》

①p.2「新しい仲間を増やす活動」：方針にあった純増30名の拡大は達成見込みなのでしょうか？見通しを教えてください。

【回答】2月末時点の実績が、計画より-28名となっています。3月もチラシのポスティングや「子育てひろばぶんこ江戸川」でキャラバンなどを行いました。加入は伸び悩んでいる状態です。

②p.10「まちづくり活動」香害：参加型のパネル展について、活動の詳細をお願いします。

【回答】12月にタワーホール船堀で行いました。議案書作成後に江戸川区総合文化センターでの展示を企画しました。3月30日まで開催中なのでぜひ足を運んでみてください。展示スペースや、長期展示ができるスペースの情報を募集中です。

③p.16「中間決算報告」：まち運営活動費の表記で、まち運営委員活動費の内訳を教えてください。会議出席の活動費内訳を入れたほうがわかりやすいのではないですか？また、中間決算報告書の予算と決算に大きな数字の違いがあるので補足説明をお願いします。

紙面でご確認ください

予算と中間決算との差については、まち運営委員が少なく自転車利用なので会議費・活動費・交通費などが予算を下回ったためと考えられます。

《意見》時間の都合により意見交換は行いませんでした。

10:20 代議員45人中、出席45人(実出席26人・書面議決書19人) | 拍手多数 承認

第2号議案 2026年度まち活動方針(案)、活動計画(案)、事業計画(案)、予算(案)

《質問》p.21「予算(案)」拡大活動費が大分増えていますが、詳細の説明をお願いします。

【回答】江戸川区でのチラシポスティングは反応率が良いそうなので、予算をつけています。Instagram広告も継続して行っています。まいぷれ掲載料は、フリーペーパー「子育てちゃんねる」の発行が年2回から3回に変わるため、1回分予算が増えています。チラシを挟むことができるため、チラシ挟み込み代を見込んで増やしています。こども食堂マルシェや、まいぷれのやさしいマルシェ、区民まつりなどの外部出展を増やしていきたいと計画しています。23区南ブロックから拡大活動の補助があるので、年度末に戻ってくる前提で予算を組んでいます。

《意見》

①質問回答の補足です。WEB加入が増えていて、顔の見えない関係が増えている中、リアルで会い、顔を見て話して魅力を伝えることで、脱退加入を防ぐことができると思います。外部イベントへの出展が増えることはいいことだと思います。ぜひ積極的に活動してほしいです。支出が増えることに関しては賛成です。また、次の年度はまち委員を増やしていくことが重要だと思いますが、完璧を目指さず、気軽に活動できる体制づくりをしてほしいです。

【回答】無理をせず、活動していきます。

②

《意見》

②まち委員3名で頑張っていると思います。WEBは若い方にアピールする場ではあると思うのですが、「江戸川たすけあいワーカーズもも」内でのキャラバンでは、まち委員や職員の方が直接コミュニケーションを取ってくれることで、当日加入も増え、顔の見える関係になり、より身近になってよい機会が持っているといます。これからも運動グループの場所を活用して活動を広げてくれたらと思っています。

【回答】p.13のカウンター加入は「もも」での拡大活動で加入された方です。活発な活動と声掛けをしていただいたおかげで、先週のキャラバン時の当日加入も含め、今年度20名の加入に至りました。今月カウンター登録を行った好日荘でも、来年度は加入を増やしていきたいです。

③テーマサークルの補助金をいただいて助かっています。毎月ヨガをすることで、お年寄りが心も体も元気を保っています。この場を借りて、ありがとうございます。

【回答】今年度、まち委員とちいき委員が「リラックスヨガ」に初めて参加させていただきました。とても楽しい時間でした。参考資料p.11にはまち江戸川のテーマサークルも掲載していますので、ご確認ください。新規サークルの立ち上げも募集しています。

「ほっとけ〜き」はメンバーがそろっての活動が困難になったため、今年度で活動終了となりました。

10:53 代議員45人中、出席45人(実出席27人・書面議決書18人) | 賛成44人(議長除く)・反対0人 可決

第3号議案 2026年度まち運営委員選出(案)

10:58 代議員45人中、出席45人(実出席27人・書面議決書18人) | 拍手多数 承認

第4号議案 23区南生活クラブ生活協同組合役員候補者推薦について

11:01 代議員45人中、出席45人(実出席27人・書面議決書18人) | 拍手多数 承認

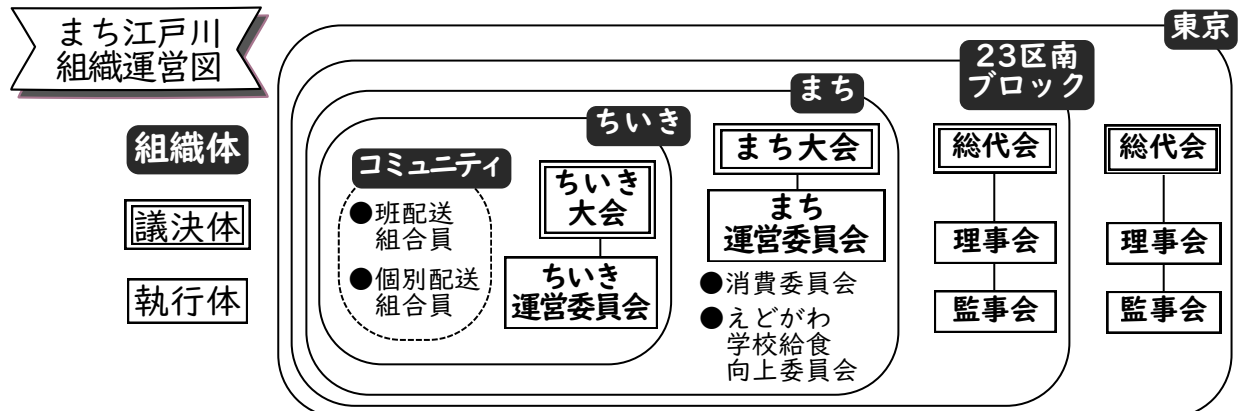
※上記報告には専門用語が含まれています。ご不明な点がございましたら、本紙p.8 通信欄 or まち江戸川のLINEでお尋ねください。まち大会の議事録はまちで保管しています。ご覧になりたい方もお問い合わせください。



2025年度決算報告は「江戸川南北」6月号に掲載予定です。

2025年度も活動へのご協力ありがとうございました。

2026年度も楽しく、美味しく、私たちの生活クラブ(LOVE)を広めていきましょう！
ご協力よろしくお願いたします♡



ちょっと聞いて!花より団子☆ 新生活ゆるっと座談会

生活クラブの美味しいお菓子と 代理人:伊藤ひとみさん
飲み物でゆるっとおしゃべり会☆ 本西みつえさん
私たち組合員の声を議会に届けることを担う生活クラブ独自の『代理人運動』。コミュニティリーダーでもある代理人と「代理人とは?」「コミュニティとは?」普段の生活での困りごとやくらしの疑問など、ざっくばらんにお話ししましょう♪

4.16 (木) 10:00~12:00

【会場】ふなぼり古民家 好日荘(こうじつそう)
(船堀6-11-25)

【参加費】無料

【申込メ切】4月12日(日)



まち江戸川 PC&スマホ勉強会☆

2026年度はPC&スマホ勉強会を定期開催! 新年度の始まりにスキルアップを目指して、一緒におしゃべりしながら楽しく学びましょう♪ 初心者でも、初歩的な質問でも大歓迎! LINE、Word、Excel、Canvaなど… 事前に質問を送っていただいてもOK! PC持参もOK! お気軽にご参加ください♪

4.20 (月) 10:00~12:00

【会場】小松川市民ファーム
(東小松川3-35-13-204)

【参加費】無料

【申込メ切】4月19日(日)



『遺伝子組み換えってなあに?』 GMナタネの自生調査

遺伝子組み換え作物(GMO)ってなんだろう? 市場に当たり前にならぶGM食品。私たちの身近な食べ物にも使われているかもしれません。GMOの実態を追ったドキュメンタリー映像を鑑賞したあと、江戸川区内で自生しているナタネ(菜の花)がGMナタネかどうかを、検査紙を使って確認します。私たちに何ができるのか、いっしょに考えてみませんか?

4.24 (金) 10:00~12:30

【会場】ふなぼり古民家 好日荘(こうじつそう)
(船堀6-11-25)

【参加費】無料

【申込メ切】4月19日(日)



お手伝い募集

生活クラブの魅力を伝えるお手伝いをしてくれる組合員を大募集☆ 活動費(消費材)あり。一緒に消費材の好きなお話して楽しい時間を過ごしませんか? ご都合の良い時間帯でOKです!

第2回かさいこども食堂マルシェ

4.26 (日) 10:00~14:00

【会場】滝野公園(中葛西3-22-1)

【申込メ切】4月19日(日)

清新町・臨海町ふれあいまつり

5.10 (日) 9:00~15:00

【会場】清新町緑道の一部(清新町2-10-1)

【申込メ切】4月26日(日)

お結びの会 HMでなに作る? おかずからおやつまで☆

国産小麦100%&かぼちゃのやさしい風味で甘さ控えめの生活クラブのホットケーキミックスに、こだわりの牛乳・鶏卵を使って、安心お手軽調理♪ コロコロ焼けば、ひとくちサイズで食べやすい! キッチンで眠っているたこ焼き器、活用してみませんか?



5.11 (月) 10:00~12:00

【会場】葛西区民館 3F 講座講習室
(中葛西3-10-1)

【参加費】大人300円/

まち江戸川の組合員以外は大人500円

【申込メ切】4月26日(日)

気軽に体験♪ 夏ギフトおためし会

贈り物選びは“味”で決めよう! 人気の夏ギフトを実際に味わえる試食会です。甘酒や南高梅干し、金華豚ハンバーグ、花山うどん、おかしなど、バラエティ豊かにご用意しています。おしゃべりしながら、大切な方にぴったりの一品を見つけてませんか?



5.19 (火) 10:00~12:00

【会場】東部フレンドホール 3F 料理講習室
(瑞江2-5-7)

【参加費】大人300円/

まち江戸川の組合員以外は大人500円

【申込メ切】5月3日(日)

開催報告

ちいき大会報告

ちいき大会は年に一度、原則全員出席での開催。各ちいきに所属する組合員(11月末時点)の30分の1の参加(出席+委任状)で成立します。

北西ちいき

組合員351人のうち、99人(出席5人+委任状94人)の参加で大会は成立し、すべての議案が承認されました。次年度は、年金、終活に関するイベントの希望、ゴミ削減のためのコンポスト利用の講習会の開催を提案する声がありました。

2/14
(土)



北東ちいき

組合員337人のうち、68人(出席3人+委任状65人)の参加で大会は成立し、すべての議案が承認されました。次年度もこんにやくや梅干し作りのイベントを希望する声がありました。エコロの制度を知らなかった方もいて、たくさん意見交換ができました。

2/1
(日)

中ちいき

組合員357人のうち、92人(出席6人+委任状86人)の参加で大会は成立し、すべての議案が承認されました。活動報告(子育てひろば)の実績について質問があり、参加26名、当日加入1名との報告をしました。次年度の拡大活動として積極的なイベント出展の提案があり、まちが区民まつり等に協賛出展を検討していることを報告しました。

2/28
(土)

南ちいき

組合員294人のうち、82人(出席2人+委任状80人)の参加で大会は成立し、すべての議案が承認されました。お子さんに偏食があるため、いきなり消費材を購入するのはハードルが高く、子どもと一緒に調理して食べるイベントや試食の機会を望む意見がありました。

2/28
(土)

ちいき運営委員に新しい仲間が増えました

- 北東ちいき大会後に新たに1名の立候補があり、3月のまち会議で承認しました。
- 南ちいきでは、ちいき大会議案書送付後に1名の立候補があり、ちいき大会で承認しました。

★年度途中でも大歓迎！委員に興味のある方はぜひお気軽にお問い合わせください！

2月1日(日) 北東ちいき手仕事第3弾！ 毎年恒例 味噌作り♪ @小岩アーバンプラザ

今年は味噌作りセットも用意した結果、多くの参加があり、にぎやかに味噌作りを行いました。また大豆を煮ている間に味噌煮込みうどんを作りました。仙台みそを使い、手軽においしくできたので、参加者にも好評でした♡

(北東ちいき委員 Sさん)



2月14日(土) Let's グリグリ！ 冷え知らずの身体になろう！ @グリーンパレス《北西ちいき主催》

組合員でもある吉野洋子先生をお招きして脚もみの官足法の実践会を開催しました。桐素材のG棒かんそくぼうを使い、足裏から全身までくまなく揉んだり押ししたり。「足裏を揉む」と、字では優しく表現できますが、G棒で押してできた凹みに豆粒が入るくらいに、自分の体重をかけるほどに強く押すのです！

二人組になって揉み合う場面もありました。先生が巡回してお手本を示してくれましたが、あちらこちらで声にならない悲鳴が上がります。でも！びっくりなのは1歳のお子さんと初参加のママさん、先生に押されても「ちょびっと痛い感じ」と涼しい顔。先生曰く、百人に一人と言われる逸材だそうです。官足法は0歳からできるそうで、その場合は大人の指でやってあげるのだそうです。例の百人に一人の逸材のママさん、さっそくお子さんの足裏をもみもみ。

足の裏は、ふだんは日の目を見ない地味な部位ですが、いろんな臓器とつながって自分を支えてくれる縁の下の力持ち。揉んで痛いところがあったらそこが自分の弱いところ。「おしえてくれてありがとう」と感謝を込めて揉みましょう、と先生。その時にはスマイルを忘れず。官足法は苦行ではありません。感謝の場でもあるのだと、あらためておしえてもらった一日でした。

(北西ちいき委員 Kさん)



子どもたちも仲良くグリグリ

消費材の【ごま油】で揉むのがあす×♡



開催報告

2月21日(土) 食べる力を育てよう！ 離乳食講座

@おれんじハウス
中葛西保育園



消費材を使った給食を提供しているおれんじハウスを会場に、初めてコラボ企画を開催しました。今回は『妊娠中の方、0歳のお子さんがいるご家庭』が対象で、当日は非組合員3組を含む4組の参加でした。

まもなく一人目を出産される妊婦さんは広報文の「**味覚のベースができる幼少期に素材が活きた味を経験しておくことが『食べる力』につながるそう**」という一文が気になったと、ご夫婦で参加してくれました。少人数だからこそ、ゆっくり時間を取りながらひとりひとり、お子さんの食ベムラ、おやつについて、好き嫌いの悩みなどを話すことができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。



離乳食の試食には【あっぱれ育ち人参】と【きゅうり】を用意。初期・中期・後期にあわせたサイズを実際に見て、食べながら体験していきました。「もう後期だけど小さくしすぎてました！」と驚くママも。味付けしていない茹でただけの人参が「あまい！」という声があったので、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野菜の魅力をお伝えしました。私たちまち委員は乳児の子育てを終えた先輩として「食ベムラや好き嫌いがあっても、今日元気に過ごしていればOK!」とアドバイスをすると、悩んでいたお母さんの肩の力が抜けた様子でした。

2月28日(土) 私ってどんなタイプ？ 対人スキルを高めよう！ @北葛西コミュニティ会館

《中ちいき・南ちいき主催》

参加者全員に共通する「生活クラブの注文の仕方」をテーマに、タイプ別の体験をグループに分かれて行いました。

注文のタイミングやカタログの見方、消費材の使い方など、身近な話題から会話が広がり、参加者同士の交流も自然と生まれていました。話し合いの中で「私はこちらかも!」と別のタイプに移動する場面も見られました。



普段何気なく行っている注文にも、人それぞれの考え方やスタイルの違いがあることに気づき、「こんなに違いがあるとは思わなかった」

「とてもおもしろい!」といった声が多く聞かれ、会場は終始笑い声と笑顔に包まれていました。タイプの違いを知ることで、お互いの考え方を尊重し合うきっかけとなり、参加者同士の理解が深まる時間となりました。

また、「子ども向けの体験会も開催してほしい」との声もあり、家族間での違いを知る機会として、来年度の企画も検討していきたいと思います。

(中ちいき委員 Dさん)

3月9日(月) みんなで飲茶！ 簡単調理の点心パーティ☆

@グリーンパレス

お結びの会

久しぶりに参加したベテラン組合員や配達を休止していた方など、親子合わせて19名が集まり、新たな顔の見える関係づくりにつながる機会となりました。8種類の点心を食べ比べました。



- ・【餃子】は何もつけなくても味がしっかりしていて何個でも食べられる
- ・【野菜餃子】の甘さや【しそ餃子】のしその香りなど、違いを楽しめた
- ・【ほうれん草とコーンの肉焼売】は彩りがよくお弁当のおかずにもピッタリ
- ・【もちもち皮の水餃子】で作った具沢山のスープは子どもにも大好評！
生姜や【鶏ガラ塩ちゃんこ鍋の素】の出汁が効いていて美味しい。
特に【国産はるさめ】のもちもち食感が最高！
- ・【中華あんまん】はふっくらとした仕上がりでおやつにもぴったり！
「さっそくeくらぶで注文した」という声も聞かれ、点心の手軽さと素材のおいしさを実感できる楽しい会となりました。

(消費委員 Oさん、Nさん、Aさん)



『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消費材*を

オトクで便利な定期お届け **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。



*生活クラブでは取り扱う品物を、利潤追求が目的の「商品」ではなく、実際に使う人の立場にたった「もの=材」であるという思いを込めて「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★



▼ 2月予約登録状況 (2月末まち江戸川組合員1333人中) ▼



	2025年度目標	予約人数	目標まで…
米	450人	487人	達成☆
牛乳	552人	435人	あと117人
鶏卵	700人	598人	あと102人
豚肉	213人	213人	達成☆

◎純国産鶏種の卵

◎こだわりのエサ



一まち江戸川の目標
年度末までに
人員率**36.5%**!

	予約人数	前月比	2025年度 増えた人数	人員率
予約・鶏卵10個パック	476人	99%	9人	35.7%

2026年度まち江戸川のテーマ消費材は…

<生産者>新生酪農(株)

予約・牛乳900ml & 予約・ノンホモ牛乳900ml

『安心』『新鮮』『おいしい』72℃15秒間殺菌のパスチャライズド製法

★エサは遺伝子組み換えの混入を防ぐために分別した飼料や、収穫後の農薬は不使用の飼料を選択★ 国産の飼料用米やトウモロコシも与えています。

注文忘れを防げる / 価格がおトク / **よやくらぶ** がおすすめ♡数量変更やお休みが簡単!

牛乳900ml



通常価格
(税込)より
51円
オトク

通常340円⇒予約289円

ほんのりとした甘みとコクが人気の牛乳。生乳の豊かな栄養と味わいを最大限活かすために、72℃15秒間殺菌するパスチャライズド製法で製造。

ノンホモ牛乳900ml



通常価格
(税込)より
51円
オトク

通常340円⇒予約289円

パスチャライズド成分無調整牛乳を、脂肪分のホモジナイズ(均質化)処理をせずに製造。簡単にモツアレラチーズが作れます。静置しておくとお上にクリーム層ができるのが特徴。

低脂肪牛乳1000ml



通常価格
(税込)より
20円
オトク

通常314円⇒予約294円

さっぱりとほのかな甘みで飲みやすい低脂肪牛乳。脂肪分を約65%カットしていますが、他の主な栄養成分はパスチャライズド牛乳とほぼ変わりません。

牛乳200ml×2

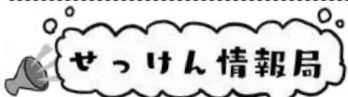


通常価格
(税込)より
6円
オトク

通常227円⇒予約221円

包材が変わりました。

クチコミでは、このサイズの瓶が、お子さんに人気だという声がありましたよ☆



★せっけんで洗濯した黒や紺の衣類に白い粉が残る場合の対処法★

- ①洗濯物を少なめにする
- ②石けんを適量入れる
- ③すすぎを十分に行う
- ④最後のすすぎにリンスを行う
- ⑤洗濯後はすぐに干す
- ⑥洗濯槽のお手入れ

【洗濯せっけん用仕上リンス】
【クエン酸】【食酢】のいずれかを洗濯機の柔軟剤投入口に入れるとgood♪



衣類に残る白い溶け残りのようなものは大部分が石けんカス。石けんカスとは、水の中に含まれるマグネシウムイオンやカルシウムイオンなどの金属イオンが石けん分と反応して出来るもの。

※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4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	申込メ切
	4/16 (木)	ちょっと聞いて！花より団子☆新生活ゆるっと座談会	・	—	4/12 (日)
	4/20 (月)	まち江戸川 PC&スマホ勉強会☆	・	—	4/19 (日)
	4/24 (金)	『遺伝子組み換えってなあに？』 GMナタネの自生調査	・	—	4/19 (日)
	4/26 (日)	第2回こども食堂マルシェに出展☆お手伝い募集	・	—	4/19 (日)
	5/10 (日)	清新町・臨海町ふれあいまつりに出展☆お手伝い募集	・	—	4/26 (日)
	5/11 (月)	HMでなに作る？おかずからおやつまで☆	・	—	4/26 (日)
	5/19 (火)	気軽に体験♪夏ギフトおためし会	・	—	5/3 (日)

まち会議を見学したいです。(4月13日・5月8日)

ご希望の方には後日詳細を連絡します。お子さん連れOK！

えどがわ学校給食向上委員会の定例会を見学したいです。

↓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 yoki好日荘
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】

まち江戸川主催
イベント
Web申込み



まち活動費の引き落としについてのお知らせ

まち活動費として、半年毎に800円が共同購入代金とともに引き落とされます。前期分の引き落とし日は4月27日です。まち活動費は主に、まちやちいきが主催する学習会やイベント、組員拡大に使用するチラシやサンプル、まち・ちいき委員やコミュニティの活動費など、まち江戸川の組員活動のために大切に使用しています。詳しい活動報告や会計報告、次年度活動提案は、年に一度のまち大会・ちいき大会(1~3月)で行いますので、ぜひご出席ください。

※定員のあるイベントは、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、メチ日以降に主催者から連絡します。連絡がない方は迷惑メールフォルダをご確認のうえ、コールセンター(03-5426-5218)にお問い合わせください。

※まち江戸川では香害の問題に取り組んでいます。イベントに参加する際は、他の方へのご配慮をお願いします。

編集後記

【カレーの壺】の生産者交流会に参加しました。短時間で簡単に作れるスリランカカレーは具材が変わると随分と味が変わり、どれもとても美味しかったです。夕々に自宅でも作ると大好評♪【ココナッツミルク缶】も【チャツネ】も美味いですよ♡(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に限りです

★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)
- ・みかん缶1缶
- ・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ススメの

『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』または

『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！生活クラブ連合会より【ジュシーバリ旨ポークウィンナー】もプレゼント♪

