発行日：2026年7月2日　発行責任者：まち江戸川運営委員会/23区南生活クラブ生活協同組合

まち江戸川広報紙
2026年 7 月号

わくわく！たのしい！をシェア♪
～つながる、ひろがる仲間づくり～

■コールセンター　TEL 03-5426-5218
■江東センター　FAX 03-6457-2624

5月末現在　◆組合員数 1,320人（計画 1,354人）　◆世帯当利用高 18,695円（計画 18,736円）

江戸川南北

7月はシャボン玉月間



シャボン玉月間とは…全国の『せっけん運動ネットワーク』に参加する団体が、「安全性や環境影響に不安のある合成洗剤の使用をやめて、せっけんを使いましょう」をコンセプトに、1984年から毎年7月を中心に行なってきた全国統一活動。
せっけんの使用を広く地域へ呼びかけ、次世代にきれいな水と豊かな自然を残すため、環境にやさしい暮らしの提案を広める取組みです。

せっけん情報局

p.7 では せっけん＆他消費材で作ることができる、家じゅうのお掃除に使えるアイテムの作り方をご紹介!!
夏こそ湿度と高温で汚れがゆるみ、大掃除に最適の時期なのですよ ♥



↑あまり入れすぎると肌荒れの原因になるので注意！お好みのアロマオイルを数滴入れてもgood★

おさそい

子育てひろば

どなたでも参加OK！

カラダにいいせっけん洗濯術☆

**せっけんクリーニングで有名な白栄舎・茂木孝夫さん直伝！ 自宅でできる洗濯術『せっけん洗濯』を学びませんか？ 実演つきで、せっけんファンはもちろん、初めての方にも必見☆
ナチュラルクリーニングのコツをプロから教わりましょう♪**





7/30（木）10:00-12:30

講師：(有)白栄舎クリーニング代表取締役 茂木孝夫さん

【会　場】グリーンパレス 4F 料理講習室（松島1-38-1）
【参加費】無料／組合員以外は大人300円
【申込〆切】7月19日(日)

お申込みは p.8 通信欄 or Webから♪

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♪
@664yrdea　LINE ID検索

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！
インスタ まち江戸川　検索

Facebook
フェイスブック まち江戸川　検索

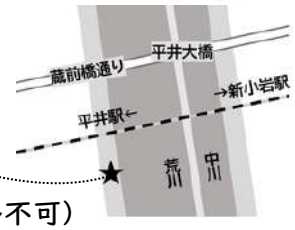
おさそい

予定変更になってもOK！ 気になる方は ぜひ p.8 通信欄 or Webからお申込みを♪

干潟で遊ぼう☆生きもの環境調査・水辺の調査



干潟で魚やカニ探し、虫とりや草花あそびをしよう♪ 遊ぶ前にはみんなで
水辺のごみ拾い、荒川の水質調査を行います。ご家族でぜひご参加くださいね。



【日　時】7月12日(日)10:00～12:00 ※荒天中止
【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
【服　装】濡れてもいい長袖・長ズボン、帽子、運動靴 or 長靴(サンダル不可)
【持ち物】飲み物、軍手、着替え、履き替え、タオル、虫かご、虫取り網、レジャーシート
【申込〆切】7月5日(日)　【託児】なし。お子さんと一緒にどうぞ♡

後援：江戸川地域協議会
講師：下平井水辺の楽校

まち江戸川　PC&スマホ勉強会☆

2026年度は、偶数月にPC&スマホ勉強会を定期開催☆ 一緒におしゃべりしながら楽しく学びましょう♪
夏休みも学びのチャンス！ 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！ 時間内出入り自由☆ お気軽にご参加ください♪　講師：まち委員

【日　時】8月18日(火)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　【持ち物】飲み物、実践したい方はPC
【申込〆切】8月16日(日)　【託児】なし。お子さん連れOK！



ミルクがもっと好きになる日。新生酪農生産者交流会

講師：新生酪農㈱

生活クラブの牛乳は、どのように作られているの？市販の牛乳と何が違うの？
生産者から直接、そのヒミツについてお話を伺います。
お話のあとは、牛乳を使ったアイスクリームを手作り☆できたてのおいしさを、
ぜひ味わってみてください。牛乳がもっと身近に感じられる1日になるはずです♪





【日　時】9月14日(月)10:00～12:30
【会　場】グリーンパレス 4F 料理講習室（松島1-38-1）
【参加費】無料/まち江戸川以外の組合員は大人300円/ 組合員以外は大人500円/中学生以下は無料
【申込〆切】8月30日(日)　【持ち物】飲み物、筆記用具　【託児】なし。お子さん連れOK！

一杯のコーヒーができるまで☆日東珈琲生産者交流会

講師：日東珈琲株式会社
まち江戸川の組合員限定
お子さん連れNG

栽培期間中は化学合成された肥料や農薬を使わず、生産者や栽培方法が明らかな
「森のコーヒー」。直営店でおいしい一杯をいただきながら、気候変動の影響や
コーヒーづくりへのこだわりについてお話を伺いましょう♪





【日　時】11月30日(月)10:00～11:30
【会　場】カフェーパウリスタ銀座店（中央区銀座8−9−16長崎センタービル）
【参加費】無料；現地までの交通費は各自でご負担ください。
【持ち物】筆記用具 【定員】15名　〈集合時間〉9:45
【申込〆切】11月15日(日)　〈集合場所〉カフェーパウリスタ銀座店前

予告

11月2日(月) AM～ @グリーンパレス（松島1-38-1）

どうしてはちみつは国産だけじゃないの？
はちみつの生産者
㈱スリーエイトとの交流会



お結びの会

お結びの会 (消費委員会) では消費材の美味しく楽しく便利な活用法を研究し、組合員に広く伝えることを目的として活動しています。随時メンバー募集中♥

おさそい

組み合わせは無限大☆オリジナルミニパフェづくり

豆腐を使った団子を作ったり、果物を切ったり、材料の準備から一緒に行います。
色々な消費材を自由に盛り付けて自分だけのミニパフェを作りましょう♪
食べたことのない消費材に出会うチャンスです。





【日　時】7月24日(金)14:30～16:30
【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／中学生以下無料
【持ち物】エプロン、三角巾、布巾、飲み物、ある方は高さ6cmくらいのカップなど
【申込〆切】7月12日(日)　【託児】なし。お子さんと一緒にどうぞ。

予告



9月 候補日

2㊌、7㊊、8㊋、
11㊎、17㊍、30㊌

@東部区民館
(東瑞江1-17-1)

回転備蓄消費材の試食など

自然災害はいつも突然やってきて私たちの暮らしをおびやかします。そんな時にも、日頃から食べ慣れた“いつもの”消費材があれば安心感につながります。
あなたが備えているいつもの食材は何ですか？
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、地震や風水害等、いつでも起こり得る災害に備えましょう！
日程は決まり次第、WebやSNSでご案内します。

えどがわ学校給食向上委員会より



学校給食についてのアンケートにご協力をお願いします

私たちは、学校給食において「何を食べるか」だけでなく、「**どのように食べるか**」も大切だと考えています。

コロナ禍以降、多くの小・中学校でアルコール消毒や黙食、前を向いて食べるスタイルが続いています。更には、共働き家庭の増加や部活動・習い事などの影響により、家で一人で食事をする子どもたちが増えていると感じています。
学校では、友だちと一緒に食べる経験を通して、人との関わりを育んでほしいと私たちは考えています。もちろん、「一人で食べたい子どもへの配慮になる」「食事に集中できる」「給食の時間を短縮できる」といった意見もあります。

しかし、学校給食法第2条(学校給食の目標)では、「**学校生活を豊かにし、明るい社交性及び協同の精神を養うこと**」が目標の一つとして掲げられています。前を向いて黙って食べる現在の給食のあり方は、この目標に照らしてどのように考えられるのでしょうか。

子どもたちにとって望ましい給食時間のあり方について、皆さまの声をお聞かせください。

【対象】**小・中学校に通うお子さんの保護者の方**　【回答〆切】2026年**7月31日(金)**
【回答方法】右記の二次元コードを読み取り、Googleフォームよりご回答ください
※お子さんごとに回答をお願いします

食べるものを選ぶように、でんきも選ぶ。

生活クラブの「共同購入」を、エネルギーにも。
あなたも参加しませんか？

生活クラブでんき

- でんきも共同購入！生活クラブの **消費材のひとつです**
- 他国に頼らない **再生可能** なエネルギー
- Web申込み、**クレジットカード払い** ができます



生活クラブは「自分たちが本当に食べたいもの」を企業や行政に任せきりにせず、自分たちの手でつくってきました。食べもののように原料にこだわり、未来を壊さないものを選びたい。そんな思いから生まれたのが、生活クラブでんきです。これからの暮らしのために、でんきの選び方を見直してみませんか。

生活クラブでんきに切り替えよう！

スイッチング キャンペーン

期間中に新規ご契約で **必ずもらえる＆抽選で当たるプレゼント**

8/31(月)まで！
詳細はこちら→



まぐろ油漬缶
または
消費材柄エコバック
※23区南組合員限定

&



①タラーメン
②象潟うどん
③生活クラブでんきステッカー
④生活クラブでんきマグネット

さらに！
でんきの生産者を訪ねる**ツアー参加権**が、抽選で当たる！
※エントリー必須！

おさそい

作って学べるワークショップや、地球やエネルギーのひみつがわかる体験ブースが大集合！
気候変動や未来のエネルギーについて、楽しく学べます。夏休みの自由研究にもぴったり♪



EXCITING NEWS

あなたの近くにも、生活クラブの組合員がいます！
困ったとき、すぐそばに手を差し伸べてくれる人がいたら…。
誰かの力になれたら…。
そんな「お互いさま」の関係を、地域の中で築いてみませんか？

新しいコミュニティが4つできました☆

●鹿骨 コミュニティ
（鹿骨1-6丁目・新堀1.2丁目・谷河内1丁目・春江町1丁目）

●西葛西3丁目 コミュニティ
（西葛西3丁目）

●西葛西 コミュニティ
（西葛西6-8丁目）

●江戸川下 コミュニティ
（江戸川4-6丁目・中葛西1.2丁目・西瑞江5丁目・春江町4.5丁目）

動画：生活クラブ発！
未来につなぐコミュニティ
公開中♪

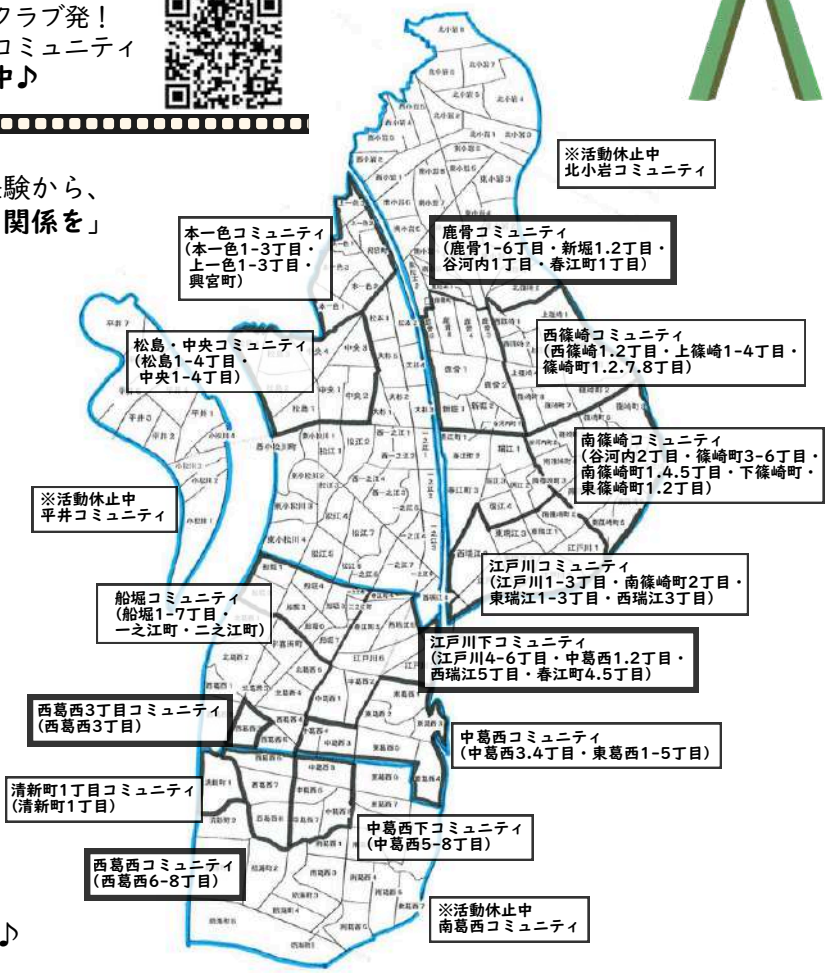
生活クラブでは、東日本大震災の経験から、
「歩いて行ける距離に、顔の見える関係を」
を大切にしてきました。

いざという時に助け合える関係は、
日頃からのつながりがあってこそ。
平時に築いた関係性が、災害時や
困った時の支えになります。

地域のリーダーを中心に、まずは
ゆるやかにつながるところから
始めてみませんか？

新規コミュニティエリアに
お住まいの組合員のみなさんには、
7月の個人引落通知書とあわせて
お手紙をお届けする予定です。
今後、イベントなどの情報を
お知らせしていきますので、
ぜひご参加ください☆

また、他の地域にお住まいで
コミュニティリーダーをやって
みたい方や、休止中のコミュニティ
再開に関心のある方も大歓迎です。
p.8通信欄でお問い合わせください♪



災害時にも役立つネットワーク、
地域に築いていきましょう！ **お住まいの地域のコミュニティ活動へのご参加をお待ちしています**

開催報告　5月19日(火) 気軽に体験♪夏ギフトおためし会　@東部フレンドホール

今年度は「ご飯に合うおかず」をテーマにメニューを選定しました。
組合員9名で調理もテキパキ、試食内容はご飯がどんどんすすむ、盛りだくさんな時間でした。

★今回試食したおススメギフトと参加者の感想★









★**静岡県提携生産者お楽しみセット**：桜えびのかき揚げがおいしかった。
フライパンで焼いた真あじがふっくら肉厚！

★**小鯛ささ漬**：木樽は小さいけど中身はぎっしり！身が柔らかくおいしかった。

★**日本の米育ち金華豚ハンバーグセット**：肉がぎっしりつまっていて見た目より食べ応えあり！ギフトに最適 ✨

★**花山うどん(鬼ひも川・ひも川)詰合せ**：コシが強く、食べ応えあり！
鬼ひも川を１枚ずつばらして茹でたらとても太くなりびっくり！

★**羽黒の漬物詰合せ(夏)**：塩加減が良く、素材の味もしっかり✨

★**南高桜梅干し**：しっかりした塩味で香りも良い！吉野桜の塩漬けはお湯を入れて桜茶も楽しめました♪

★**果実の宝石箱(一口ゼリー詰合せ)**：表面のお砂糖がキラキラしていて、箱を開けたときに本当に宝石箱みたい。フルーツの味と香りがあって、幸福感の高いゼリー♪

★**コロコロおかきセット**：普段取扱いのないパンプキンおかきもあり、贅沢で美味しい。

★**爽やかハニービネガーセット**：前日に仕込んだハニービネガーのフルーツ漬けがとてもおいしかった✨
ドリンクベースは、炭酸で割ると甘さが程よくおいしい。

★**甘酒 日本国産 ２倍濃縮タイプ**：豆乳割りは麹の甘味が際立っておいしい。ノンアルコールで嬉しい。



『生活クラブGift』サイト
まだ間に合います！
夏ギフト全国宅配(後期)
Web注文の〆切は **7/5㊐19時！**

6月14日(日)「やさしいマルシェ」に出展　@総合レクリエーション公園



まいぷれ✱主催の「第8回やさしいマルシェ」に今年度も出展しました。ブースでは、スタンプラリーをきっかけに多くの来場者に立ち寄っていただくことができました。“コネコネ”マイせっけんも好評で、楽しみながら生活クラブの取り組みに触れていただく機会となりました。新たな仲間づくりへの期待が広がりました。これからも地域のみなさんとのつながりを大切にしながら、活動の輪を広げていきます。

✱まいぷれ江戸川区

江戸川区の活性化を目的とした、民間の情報媒体。
子育て支援施設等で配布しているフリーペーパー【子育てちゃんねる】と、Instagram・LINE・ウェブサイトで情報発信をするウェブ版があります。



まち江戸川では広告料を支払い広告を掲載、ウェブサイト内には**オリジナルページ**を作成しています。
組合員ではないお友だちに生活クラブやイベントを紹介・お誘いする際はぜひご活用ください☆
イベントでは委員が生活クラブの紹介をできるので安心してくださいね♪

まいぷれ江戸川区 生活クラブ　検索

『予約』は 組合員と生産者の『食べる約束』

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

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！

*生産クラブでは 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立った「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。

▼5月予約登録状況 (5月末まち江戸川組合員1320人中)▼

	2026年度目標	予約人数	目標まで…
米	464人	**472人**	達成☆
牛乳	525人	**438人**	あと87人
鶏卵	685人	**594人**	あと91人
豚肉	285人	**212人**	あと73人

テーマ消費材

予約・牛乳900ml	牛乳900ml	予約・ノンホモ牛乳	ノンホモ牛乳
2146本	87本	**404**本	30本

－まち江戸川の目標－
年度末までに **予約・牛乳** & **予約・ノンホモ牛乳** を **合計3200本**！

通常価格(税込)より **51円** オトク

おトクに飲むなら**よやくらぶ**☆通常340円⇒**予約289円**

イベント当日に**米・牛乳・鶏卵・野菜**のいずれか予約で
注ぎやすい牛乳キャップ と
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★



さらに！
9月14日の牛乳生産者交流会で
新規に**牛乳**を予約した方には
牛乳キーホルダーも**プレゼント♡**
★非売品★





生活クラブの牛乳は、生乳のおいしさを大切に、牛の飼育やエサ、製法にこだわり。
☆ゆったりとした**開放的な牛舎**で、牛のストレスを減らして飼育
☆**遺伝子組み換えでない＆収穫後に農薬が使われていない飼料**
☆**72℃15秒間のパスチャライズド製法**で、熱によるたんぱく質*の変性を低減
*免疫に関わる成分の「ラクトフェリン」「免疫グロブリン」など



せっけん情報局

3つのアイテムでピッカピカ

せっけんの種類や使い方で悩んだらまち委員に相談してみてくださいね♪私たちも悩んだり相談したり調べたり色々経験しています。



ジェル状せっけん…油汚れにgood
①洗濯用粒状せっけん　大さじ2
②ぬるま湯　180ml



蓋つきのビンに①と②を加え溶けるまでよく振り混ぜる♪(溶けにくい時は電子レンジで30秒あたためる)

★レンジフード、コンロ、洗面台、便器の汚れ、蛇口、換気扇、レンジフード、ブラインド
(塗りつけてぼろ布でこすりとり、乾拭き)

クエン酸水…アルカリ性の汚れにgood
①クエン酸　小さじ1
②水　200ml



①と②を混ぜてスプレーボトルに入れて使う

★(布につけて拭く)パソコン、電子レンジ、オーブントースター
★(汚れに吹きかけて拭き取る)キッチンのシンクや水垢、冷蔵庫、風呂場、トイレ、洗面所

重曹ペースト…酸性の汚れにgood
①重曹　1カップ
②水　1/3カップ



ビンに①と②を入れてよくかき混ぜる

★パソコンの手垢汚れ、電子レンジ、オーブントースター、冷蔵庫

せっけんと洗剤と環境負荷…ってなに？

まち江戸川



重曹ペーストを汚れになじませて拭き取った後、クエン酸水をつけて硬く絞った布で拭きあげれば、電子レンジもトースターもさっぱりピッカピカ✨
トイレの便器の内側はジェル状せっけん、外側はクエン酸水でお掃除！
⚠ジェル状せっけんは、塗装されているものは塗装が傷む場合があります。アルカリに弱い材質には使用しないでください。
⚠いずれの消費材もパッケージの注意書きをよく読んでからご使用ください。

※2019年広報紙より再掲

※この通信欄を配達便で提出する場合は、通いケース(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。通いケース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7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)	組合員コード	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
	7/12 (日)	干潟で遊ぼう☆生きもの環境調査・水辺の調査	・	—	7/5 (日)
	7/24 (金)	組み合わせは無限大☆オリジナルミニパフェづくり	・	—	7/12 (日)
	7/30 (木)	子育てひろば　カラダにいいせっけん洗濯術☆	・	—	7/19 (日)
	8/18 (火)	まち江戸川　PC&スマホ勉強会☆	・	—	8/16 (日)
	9/14 (月)	ミルクがもっと好きになる日。新生酪農生産者交流会	・	—	8/30 (日)
	11/30 (月)	一杯のコーヒーができるまで☆日東珈琲生産者交流会	・お子さんNG	—	11/15 (日)
	まち会議を見学したいです。(7月8日・8月3日・9月9日)		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。(7月15日)				

♥随時募集中♥　興味のある方は☑してください♪

□まち・ちいき委員　□消費委員会(お結びの会)　□えどがわ学校給食向上委員会　□メルマガ委員　□yoki好日荘
□託児ケア者　□イベント講師　**□コミュニティ**　□サークル　**□生活クラブでんき**　□ポスティング　□キャラバン

まち江戸川主催イベント
⇩Web申込み⇩

【感想・質問など】 Webからでも OK！イベントの申込みは受け付けられません。
タイトルに「通信欄」、設問1に「感想・質問など」を入力してください。

香害について悩んでいることや情報の共有も大歓迎！

※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。
※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。イベント参加時は、他の方へのご配慮をお願いします。

＊香害：化粧品や合成洗剤、柔軟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。香料が原因となり「化学物質過敏症」を発症する人もいるといわれている。

編集後記

昨年度からまち江戸川で取り組んでいる「香害パネル展」の活動の一環として、6月5日(無香料の日)に、パネル提供元である「過敏症・香害を正しく知る委員会」が衆議院第二議員会館で開催したパネル展のお手伝いをしてきました。国会議員・地方議員あわせて50人以上が来場し、多くの方が熱心に耳を傾けている姿が印象的でした。香りに関する困りごとは目に見えにくく、周囲に理解されにくいこともあります。しかし、誰もが安心して過ごせる環境づくりのためには、まず知ることが大切だと改めて感じました。これからも一人でも多くの方にこの問題を知っていただけるよう、活動を続けていきたいと思います。(大貝)

まち江戸川の組合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)**
- **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
【万能つゆ500ml】
もプレゼント♪

