



## 江戸川南北 6月号 申込・通信欄



江戸川イベント一覧

提出は牛乳便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 江東センター 03-6457-2624)

お名前(ふりがな)	組員コード	電話番号
住所	E-mail アドレス	

↓希望の項目にチェックをつけてください。

	申込
<p><b>↓まちのお手伝いに参加できます。興味があります。</b></p> <p><input type="checkbox"/>まち委員 <input type="checkbox"/>ちいき委員 <input type="checkbox"/>消費委員(お結びの会)  <input type="checkbox"/>チラン配り <input type="checkbox"/>キャラバンの手伝い <input type="checkbox"/>企画の講師  <input type="checkbox"/>コミュニティに興味がある  <input type="checkbox"/>サークルに興味がある <input type="checkbox"/>託児ケア者として登録する</p>	随時募集

りんご酢レシピ 応募欄 ※詳細は6ページをご覧ください。

[通信欄] ご意見・ご質問など

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**お知らせ** 江戸川南北5月号でお知らせした「お友だち紹介キャンペーン」は現在、新規での利用申込を当面の間受付を停止していることから、中止とします。



# 江戸川南北

6月号



☆発行責任者:まち江戸川運営委員長 杉田 麻衣子  
 ☆2020年4月末 組員数 1274人(計画 1286人) ☆利用高 31103円/世帯  
 ☆TEL:03-5426-5218(コールセンター) FAX:03-6457-2624  
 ☆Facebook <http://www.facebook.com/machiedogawa>

2020年度テーマ  
 知って深めて好きになる!  
 ~消費材がつなぐ未来への懸け橋~

皆さん!!!もう登録はお済ですか??

まち江戸川は広報紙以外にも

**公式LINE、Facebook、メルマガ**

で情報を発信しています♪

Facebook

まち江戸川公式LINE

メルマガ



<http://www.facebook.com/machiedogawa>



<https://lin.ee/kGd7iSO>



<https://tokyo.seikatsuclub.coop/member/mail-magazine.html>

QRコードを読み取ると、それぞれのページに飛びます♪

詳しい説明は2ページをご覧ください



組員の皆さん、フォロー・登録よろしくお祈いします♪

いろいろな疑問をQ&A方式で見よう!!!

Q1:公式LINE

では、どんな情報を発信しているの?

A1 : まち委員のおすすめ消費材やレシピ、広報

紙では伝えきれなかった**タイムリーなお得情報**を発信しています。

例えば、5月にはZOOMでのイベントを案内し開催しました♪

Q2:どんな情報が

Facebookやメルマガで見られるの??

A2 : Facebookで5月に**P袋の回収の**

**仕方の動画**を配信しましたが、文字で見ると動画が分かりやすいと好評でした。

これからおすすめ夏ギフトについても配信していきます♪レシピや生活クラブのイベント案内、お役立ち情報満載のメルマガもお楽しみに♪

Q3:LINE公式

アカウントでまち委員に直接疑問点などを聴けるって本当??

A3 : はい♪本当です!**LINE公式**

**アカウントのチャット**に連絡をすること

で、他の組員には見えずにまち委員と直接チャットができます。

配送センターが江東センターに変わり、現在電話がつながりにくい状態なので、ちょっとした疑問や質問、おすすめメニューなど、まち委員が分かる範囲でお答えします♪

コミュニケーションを取りましょう♪



今後、**OCR(注文用紙)**で、2020年度まち江戸川テーマ消費材

「**純りんご酢**」が網掛けされます☆

取扱い頻度は少なめですが、見つけやすくなりますよ♪



ビジョンフードよやくらぶ登録状況

(4月末現在)



4月期首組員 1259人

	登録人数(人員率)	前月より...
米	375人(29.8%)	-1人
牛乳	509人(40.4%)	+2人
鶏卵	620人(49.2%)	+4人

「**つくり続ける**」には「**食べる約束**」が必要です!

将来にわたって安定的に食べ続けられる「ビジョン(展望)」作りを目指し、様々な加工食品の原料にもなり、家庭で消費する基本の食材、「**米・牛乳・鶏卵・畜肉・青果物**」を生活クラブではビジョンフードと呼んでいます。国内自給力の向上や生態系の維持など、食の安全性を追求し、次世代へ安心して健康に暮らしていく社会を残しましょう。



みんなの

## 純りんご酢レシピ大募集

2020年度まち江戸川テーマ消費材の『純りんご酢』を使った、みなさんのオススメレシピを教えてください！お手軽ドリンクレシピから手の込んだ料理まで、どんなものでもOK！



応募者の中から抽選で5名の方に

純りんご酢を1本プレゼント！

- ★応募〆切：2020年8月31日
- ★応募方法：①8ページ広報紙通信欄に記入してOCR（注文用紙）と一緒に提出  
②まち江戸川公式LINEへの返信（お名前以外の個人情報は不要）
- ★当選発表：当選者へのプレゼントのお渡しにかえさせていただきます

応募されたレシピは随時、広報紙やSNSにて紹介します。匿名希望の場合はその旨を応募の際に書き添えてください。

熱中症が気になる季節に！

## オススメ純りんご酢ドリンク

### 基本の水割り

純りんご酢：水＝大さじ1：200cc

アレジジは自由自在！

水をお好みの飲料に置き換えるだけ！



### さっぱり派のあなたに『炭酸割り』

＋炭酸（無糖・加糖お好みで）

さらに冷凍のフルーツをグラスに入れるとおしゃれなドリンクに♪



### 酸が苦手なマイルド派のあなたに『ミルク割り』

＋牛乳（または豆乳）

甘みが足りなければ、お好みではちみつ大さじ1を湯で溶かして加えても



### ほっこり派のあなたに『紅茶割り』

＋いつもの紅茶とお好きな砂糖

りんご酢はりんご果汁を発酵・熟成させたもので『カリウム・ペクチン（水溶性食物繊維）・クエン酸』など、りんご由来の栄養が他の食酢に比べて豊富に含まれています。

しかし一般的には、果汁が少ないものや発酵を早めるためにアルコールを加えたものが多く市販されています。

せっかく利用するなら国産りんご果汁100%の生活クラブの純りんご酢を選びませんか？



飲み過ぎると胃腸を痛める恐れがあります。1日15～30cc（大さじ1～2）を薄めてご利用ください。



## 「生活クラブでんき」を選びませんか？

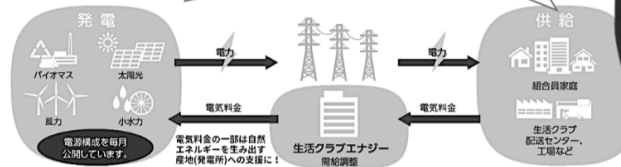
生活クラブでんきも消費材の一つです

生活クラブでは組合員と生産者がともに、安全で安心な食べものをつくってきました。原料やつくり方がわかるものを納めて利用したい。それは食べものも電気も同じです。コンセントの向こうの電源を自然エネルギーに変えれば、原発に頼らない持続可能な未来がつけれます。

### 生活クラブでんきは、どのように作られて供給されているの？

再生可能エネルギーの高い電気！  
電源構成などの情報公開を徹底

電気料金は使用料に応じて  
3段階に代わる制度を採用！



電源は自然エネルギーが基本！

自然エネルギーを中心とした電力の供給と自然エネルギー事業の開発・推進・省エネを進める電力会社

## 電気の共同購入キャンペーン

6/1～9/6に  
契約すると

LEDソーラー  
キーホルダーを  
全員にプレゼント！

お申込み・お問合せ (株)生活クラブエネルギーコールセンター ☎0120-112-075 (受付時間:月～金 9:30～17:30)

やっぱりせっけんなのね



## おすすめ夏ギフトを紹介します！

新型コロナウイルスの影響で夏ギフト試食会は中止となってしまいました。どんな内容が気になってた…という声にお応えして、おすすめの夏ギフトを紹介します！ぜひ購入時の参考にしてくださいね。

全国各地宅配後期のべ切は 7月1回(6/29~7/3) です。

### 【ラ・フランスゼリーとラ・フランスジュース】

ジュース 500ml×3本、ゼリー75g×8つのセット。

自然いっぱいの山形県大江町育ちの気品のあるラ・フランスを追熟させ贅沢に使ったストレートジュース。果実の持つ豊かな香りと甘さそのまま100%で濃厚だけれど後味さっぱりで、とても上品な味です♪

ゼリーは、気品のあるラ・フランスを優しく包んである爽やかなデザートです。ラ・フランスを甘く煮た果実がゴロッと入っていてスプーンもスツと通ります。つるんとした喉越しのゼリーとラ・フランスの果実で贅沢な時間を過ごせます♪



### 【国産煮魚詰合せ】

さばの味噌煮、みぞれ煮、いわしの柔らかか梅煮、さんまの柔らかか生姜煮が合わせて22枚！箱いっぱいたっぷり入っています。一切れずつ個包装なので、一人分から調理できて便利！湯せんかレンジで、お店のようなふくらと柔らか、味がしみた煮魚が楽しめます。暑くてあまりキッチンに立ちたくない夏に嬉しい贈り物です。身には骨があるので気になる方は注意が必要です。



### 【平田牧場バーベキューセット】

#### 豚肉塩だれ漬け

レモンの香りが爽やかでしっかりした味がついています。とてもスツキリした上品な脂身なのでそのまま食べても美味しいですが、野菜と一緒に炒めたり、そこに焼きそばを入れると塩焼きそばとしても美味しく頂けます。



#### 豚肩ローススライス肉

柔らかさもあがりながら歯ごたえもあるので、噛むほどに肉のうま味が出てきます。タレを付けず塩コショウでシンプルに食べるのがオススメです！



#### ディナーソーセージ(プレーン、チーズ)

大きくてとても食べごたえがあります。

化学調味料や保存料等の添加物が使われていないので、平田牧場の豚肉の美味しさが楽しめます。



### 【どら焼き詰合せ】

生クリーム、大納言、栗つぶ入りの3種のどら焼き詰合せです。すべて遺伝子組換えの疑いのない原料で作られており、**保存料を使用していない**ため、冷凍でのお届け。解凍すると、埼玉県産小麦100%使用の"ふくら"とした皮と餡がベストマッチ♡まるで出来立ての美味しさです！生クリームどら焼きは、暑い日には半解凍で食べるのがオススメ★



### 【のりバラエティー詰合せ】

千葉県漁連の、風味豊かでバラエティーに富んだ7種類の海苔が楽しめる詰合せです。伯方の塩と純正ごま油のみで仕上げたサラダ海苔、化学調味料を使用していない味のりなどは、なかなか食べられませんよ。ごはんのお供や子どものおやつ、おつまみに。年代や家族構成を問わないギフトです♪

