



☆発行責任者:まち江戸川運営委員長 庄司 瞳

☆2019年4月末 組合員数 1260人(計画 1274人) ☆利用高 18,192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~

地域限定  
コース  
導入拡大

### アイスクリームキャラバン

船堀 1~7 丁目のお友だちを  
お誘いください!!

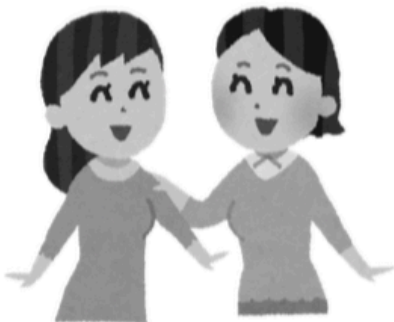


〜きてね!〜  
船堀 3丁目 8番  
コンビニ付近にて  
キャラバンをします!

日時

6/5,6,7,12,17,18,19,  
20,21,24,25,26,27

16:00 ~ 17:30



今だけ!

紹介した&された方、両方にうれしい PRESENT

お友だちを紹介してくれた方(江戸川全域対象)

→万能つゆ・かつお細けずり小袋パック

キャラバン当日加入者の方→万能つゆ・ひやむぎ

預かり加入者 11名(5/27 現在)配送開始まであと 14人

目指せ 25人!あなたの力を貸してください!

美味しくて安心・安全な消費材をこの先もずっと食べていくには、作ってくれる生産者と大勢の食べる仲間が必要です。まち江戸川はまだ 1,260人(2019.4 月末現在)。共同購入の仲間を増やし、サステイナブルな生活クラブを目指すには、組合員の力が必要です。地域限定コース導入拡大は、ちいきを限定して、短期間に配達コースを一つ作る拡大の手法です。お手伝いをお願いします。

ご参加ください

小中学生親子集まれ!

## 読書感想文教室&お弁当づくり 3・2・1 弁当箱法

～夏休みの宿題にぴったり!今年、はやめに読書感想文を完成させませんか!～  
年齢に合わせたお弁当箱の適切な大きさや食材の量を栄養士が伝授!  
子どもたちが作文教室中に消費材でお弁当を作り、  
仕上げは親子で詰めましょう。



- 日時 7月24日(水)10:00～12:30 (受付9:50～)
- 場所 清新町コミュニティ会館(江戸川区清新町1丁目2番2号)  
読書感想文教室→集会室第2 弁当箱法→料理講習室

- 参加費 大人100円、親子200円  
お子さん1人追加につき+100円  
※大人のみの参加はOKですが、お子さんだけの参加は不可です

- 持ち物 筆記用具、原稿用紙、本(読んでみてくださいね)  
あれば辞書、エプロン、三角巾、お弁当箱

- 定員 25人 ●申込メ切 7月19日(金)
- 託児 エッコロ加入者無料(ゲスト500円)  
※小学生未満のお子さんは託児をご利用ください



### 予告

次号の広報紙、または近日中に23区南WEBイベントページにて  
詳細が決まり次第ご案内します。

### 夏休み企画 自然エネルギー工作

日時 7月28日(日)  
場所 東部区民館 集会室くすのき  
(江戸川区東瑞江1丁目17-1)



ソーラークッカーを作ってみましょう  
夏休みにピッタリ♡楽々ランチメニューの  
試食もあり!ぜひ家族でご参加下さい♪

### 新生酪農 ミルク教室

日時 8月19日(月)  
場所 グリーンパレス料理講習室  
(江戸川区松島1丁目38-1)



新生酪農さんにお話を伺ったあとに  
アイスクリームを作りましょう!  
ぜひ親子でご参加ください♪

4/23㊦ お結びの会（消費委員会）～バナナジャム～

balanゴンバナナを使ってジャムを作り、パンケーキに添えて休日の朝食にぴったりなプレートができあがりしました。驚くほど短時間で手軽にでき、果物そのものの甘さがとても好評でした。



①バナナ(4～5本(正味約 500g))は皮をむき、フォークでつぶしてレモン汁(大さじ 1(他の柑橘類に代替可))をかける。

②①とビートグラニュー糖(バナナの正味量 30%)と水(1/2 カップ)を鍋に入れ、アクがあれば取りながら時々かき混ぜて中火で12～13分煮る。

③殺菌消毒をした保存瓶に入れて冷ます。  
※翌日以降、味がなじんでさらにおいしく！変化を楽しめるのも手作りならではの♪ 冷蔵で保管してください。



＼お結びの会（消費委員会）メンバー募集！／  
みんなで楽しくおしゃべりしながら作って食べて一緒に消費材を使いこなしませんか？

次回！6月17日㊦ 葛西区民館（江戸川区中葛西3-10-1）  
テーマは豆腐！ハンバーグとティラミスを作ります♡  
（時間：10:00～12:30 託児：あり）



4/24㊦ オルター・トレード・ジャパン  
生産者交流会



20名近くの参加者が集まりました。市販のバナナには多くの農薬が使われている事、農薬散布が現地の人や環境に多大なる影響を与えていることを映像を通して実感しました。心が苦しくなる場面もありましたが、目を背けることなく皆真剣に見つめ、学んでいました。安心、安全な balanゴンバナナは、生産者の生活や環境を守ることも出来ます。まずは継続して食べていき、その輪を広げていく事で応援に繋がるのだと改めて感じた会でした。

5/17㊦ 夏ギフト試食会  
&アロマ講座



和みサロン明里の押野いずみさんによるアロマジェル作りを開催。変化する香りや内側を見つめる癒しの時間になり大好評でした♪  
夏ギフト試食会は参加者みんなで開封、調理、飾り付けをやりました。美味しい！ギフト購入したい！という声が多く聞かれました

## まち江戸川のテーマサークル

詳細が知りたい方は6ページの通信欄にご記入・切り取りの上

配達便でお出してください



### ギャザリングヨガ

日時 第2・4日曜日 10:00～12:00

会場 船堀コミュニティ会館

参加費 800円

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物



体調に合わせたヨガを通し自分に向き合います。

### 国際交流ワールドワイド

年代、語学レベル問わず、国際交流と英会話を気軽に楽しむサークルを立ち上げました。2カ月に1回程度、江戸川区内の施設にて活動をおこなう予定です。区内に住む外国人との交流、世界の料理を楽しむ、国際交流について語り意見交換するなどの活動を予定しています。

**ABC** まだ立ち上げたばかりで、活動の日程が決まっていません。ご興味のある方はお気軽にお問合せください!

### リラックスヨガ

日時 第2・第4金曜日 10:00～12:00

場所 新川さくら館多目的室


又は、船堀6丁目会館

毎日、子育てや家事に忙しい女性に、自分の心や身体を理解して自分自身のケアにつなげることを目的とする「クリパルヨガ」で、リラックスしてゆったりと自分と向き合う時間を過ごして欲しいと

思います。運動不足を解消したい方、一緒にいかがですか?

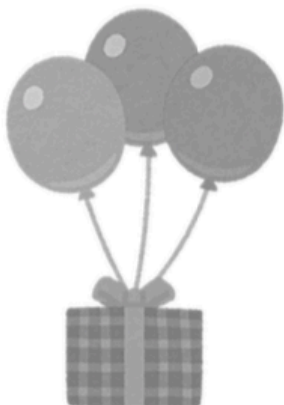


### ブルームーン

リコーダーのアンサンブル演奏を楽しむサークルです。月平均2回、北葛西コミュニティ会館音楽室で練習をおこなっています。12月にクリスマスコンサート開催予定。メンバー募集中。



## eくらぶ登録キャンペーン



eくらぶが新しくなりました!  
紙のカタログと同じ内容がスマホの画面で見られるようになり、いつでもどこでも注文しやすくなりました。

5月13日～7月31日までに登録してくれた方には、  
抽選でレシピ本を100名にプレゼント!

こちらから登録してください!→



2019年度のテーマ消費材は… **万 能 つ ゆ** に決定!

夏ギフト試食会で試食した感想を聞きました

味が濃すぎず  
さっぱり!

そうめん  
によく合っている

美味しいから  
使ってみたい

うどんやそばのつゆだけでなく、煮物にもOK。何にでも使える汎用性の高いつゆです。500mlのタイプは毎週取扱があり、よやくらぶ登録もできます。



500ml 398円(税込430円)  
900ml 580円(税込626円)

## 消費材試食レポート

2019年度はおかず系の消費材をまち会議で試食し、レポートします。

是非お試しください♡

### お弁当用牛肉カレーコロック

カレーの食欲をそそる香り、サクツとした食感! 玉ねぎの甘みがあって、子どもでも食べられる辛さ。お弁当にもおススメ。



### 豚挽肉入りいももち

おやつや、おかずのちょい足しに◎ もちっとした食感、とろみのついた肉餡がほどよい薄味でバクバク食べられる美味しさ。オーブントースターや魚焼きグリルで焼いても食べられます!



### ビジョンフード登録状況(4月末現在)

	登録人数(人員率)	目標まであと…
米	361人(28.5%)	43人
牛乳	499人(39.4%)	75人
鶏卵	615人(48.6%)	73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。



# 江戸川南北 6月号 参加申込・通信欄



江戸川イベント  
一覧QRコード

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 ペイ東京センター 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 ページをご覧ください。)

印	日時	イベント名	託児	申込メ切
	7/24(水)	小中学生親子集まれ! 読書感想文教室&お弁当づくり 3・2・1 弁当箱法 ～夏休みの宿題にぴったり!今年、はやめに読書感想文 を完成させませんか!??～	○	7/19(金)
	まちのお手伝いに参加できます。興味があります。 <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"/> チラン配り <input type="checkbox"/> キャラバンのお手伝い <input type="checkbox"/> 企画の講師		随時募集	
託児申込	お子様のお名前(ふりがな)  (年齢 歳)		エッコロ→加入・未加入 託児経験→あり・なし	

## 【通信欄】ご意見・ご質問など

↓詳細が知りたいテーマサークルにチェックしてください

- ギャザリングヨガ
- リラックスヨガ
- 国際交流ワールドワイド
- ブルームーン



- 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。