



◆発行: まち・からきた運営委員会  
3月末現在からきた組合員人数: 3,055人(班配: 155人 個配: 2,003人 デポー: 897人)  
◆問い合わせ: 03-5426-5218(コールセンター)

## 夏ギフト～ゼリーとジャム試食会～



2024年5月15日(水)14:00～15:30 生活クラブ館 クッキングスタジオBELLE  
申込〆切: 5月8日(水) 参加費: 無料 定員: 15人 (デポーの奥です)

お友達に、親戚に、いつもがんばっている自分に、美味しい夏ギフトいかがですか?ゼリーとジャムの試食をしながら、楽しくお話ししましょう。消費材のこと、生活クラブのことも聞けます。ご参加お待ちしております。

## 身体をほぐして快適に! 腰かけてできるシニア・ヨガ

2024年6月12日(水)10:00～11:30  
生活クラブ館 201会議室(宮坂3-13-13)  
申込〆切: 6月5日(水) 参加費: 無料  
定員: 10人 持ち物: 水筒(水)、ヨガマットまたは大判のバスタオル(なければ持ってこなくて大丈夫です)、動きやすい服装でいらしてください

椅子に腰かけて行うので、膝や股関節に問題があつてヨガを諦めていた方も大丈夫です。

後半は床で横になってするエクササイズで心地よく終わります。

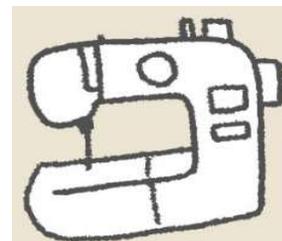
怪我の後のリハビリを考えている方も、ぜひいらしてください。しっかりほぐして体の不調を取り除いていき、快適に過ごしましょう!

## お試し手芸部 ～お片付け手芸はいかが?～

2024年6月25日(火)9:00～12:30  
生活クラブ館 202会議室(宮坂3-13-13)  
申込〆切: 6月18日(火) 参加費: 無料  
定員: 10人 ※託児はありませんがお子さん連れOKです。

まち・からきたで手芸やクラフトのサークルを構想中です。興味のある方は是非お申込みください。お家にある布・タオル・毛糸・アクセサリパーツなどを持ち寄り、何が作れそうか一緒に考えて作ってみましょう。家にある不用品を片付けつつ手仕事をしながら、多世代の交流を目指します。

タオルから→かわいいトートバッグ型雑巾づくり  
アクリル毛糸から→使いやすい、売れそうなアクリル束子づくりなど



## 【報告】みつばち・オーガニックフェスタ



3月30日(土)、31日(日)の2日間、烏山区民センター広場で行われた、「みつばち・オーガニックフェスタ」に出展して、生活クラブのアピールをしました。実家で加入していたという若い方が何人かいらして、生活クラブの良さを改めて知ってもらう機会になったり、遺伝子組換えのものを扱わないことを多くの方に伝えることもできました。3名の当日加入がありました。

## お知らせ

お知らせ: 6月29日(土)15時～16時30分、代田区民センター会議室で、子育て世代の教育費講座を開催予定です。※現在調整中なので、講座の内容が変更となる場合があります。詳細は来月号に掲載いたします。

まち・からきた 企画・サークルなどのご紹介 2024年5月

1	5月15日(水)14:00~15:30 夏ギフト~ゼリーとジャム試食会~ @生活クラブ館 キッキングスタジオBELLE(世田谷区宮坂3-13-13)	無料 定員:15名 申込締切:5月8日(水) ※託児はありませんがお子さん連れOKです。
2	6月12日(水)10:00~11:30 身体をほぐして快適に!腰かけてできるシニア・ヨガ @生活クラブ館 201会議室(宮坂3-13-13)	無料 定員:10名 申込締切:6月5日(水) 持ち物:水筒(水)、あればヨガマットまたは大判のバスタオル(なくても大丈夫です) 動きやすい服装でいらしてください。
3	6月25日(火)9:00~12:30 お試し手芸部~お片付け手芸はいかが? @生活クラブ館202会議室(世田谷区宮坂3-13-13)	無料 定員:10名 申込締切:6月18日(火) ※託児はありませんがお子さん連れOKです。
4	赤ちゃん広場「ポレポレ」@南烏山ふれあいの家(南烏山2-22-7)	毎月第3金曜 11:30~13:30 未就園児の親子の交流の場です。手づくりのランチを提供しています。お子さん用の食事はご持参ください。
5	生活と自治を読む会 @みいの家(上祖師谷1-22-7)	月に1回 次回は5月29日(水)13:30分~ 憲法と平和についての学習会 5月21日(火)13:30分~ 「生活と自治」を読みながら、地域や社会の問題を考え、交流を通じて学びあいます。
6	下北沢ヨーガ @生活クラブ館スペース 2、代田区民センター	月に3回金曜日 10:00~12:00 ヨーガを通じた心身の健康維持と、メンバー同士の交流を目的に活動しています。
7	からきた体操教室 @生活クラブ館スペース 1・2、経堂地区会館 他	毎週火曜日 9:00~10:30 & 10:30~12:00 健康な心身と健全な精神を維持し、地域の中で生き活きと暮らし続けることを目指します。
8	健康を考える会 @生活クラブ館スペース 1・2、経堂地区会館	毎週月曜日 14:00~15:30 年齢に関係なくできる運動・東洋医学をもとにして作られた気功「導引養生功」を練功し、心身を癒します。
9	からきた料理サークル @クッキングスタジオ BELLE(生活クラブ館)ほか	不定期に開催 消費材を使った料理を学び、楽しく語らう場を提供しています。Instagram(からきた料理サークル)もご覧ください。
10	コンポスト研究会 @千歳烏山近辺&zoom	参加希望者を募ってから日時を調整 生ごみをどう処理するか、いろんな方法について話し合ったり調べたりして、日々続けられる方法を探ります。
11	みやこわすれ(寄せ植え) @みいの家(上祖師谷1-22-7)	次回は3月22日(金)13時30分~の予定です。 寄せ植えづくりを楽しみながら、メンバー同士の交流をはかります。

切り取り

2024.5.まち・からきた <申し込み票>

※いただいた個人情報は生活クラブの活動の範囲に限り使用いたします

提出は ① 牛乳便以外の配達便 ② FAX:03-5748-0314 (大田センター) ③ デポへのレジ

参加希望の番号をご記入ください	まちの運営に興味のある方は○を お願いします→
小さな茶話会開催をご希望の方は、希望開催エリアをご記入ください	
新規サークル立ち上げをご希望の方は、希望内容をご記入ください。	
暮らしの困りごと、こうだったらいいな、ということなどありませんか? 区政への提言という形で代理人(区議会議員)に伝えることができます。気になっていることなどありましたらご記入ください。	
お友だちをぜひご紹介ください♪ 仲間を増やして「おいしい」の輪をひろげましょう! お友だちのお名前、ご住所、電話番号をご記入ください!	

申込者お名前(必須)	
組合員番号	
住所 (丁目までは必須)	
電話番号(必須)	
メールアドレス(必須)	