

トウインクル

8月号

◆発行：まち・からきた運営委員会

6月末現在からきた組合員人数：3,075人（班配：156人 個配：2,012人 テポー：907人）

◆問い合わせ：03-5426-5218（コールセンター）

「せっけん運動ネットワーク」寄稿文



「7月はシャボン玉月間」に寄せて

世田谷区長 保坂展人

世田谷区は、多摩川と、その流域に沿った国分寺崖線、等々力溪谷、馬事公苑など、豊かな水や緑に触れ合える住宅都市です。

私たちは、これらの自然環境を守るとともに次世代に引き継いでいく責務があり、一人ひとりが環境を意識し行動することが大切です。

本区では、世田谷区環境基本計画を策定し、自然の力と人の暮らしが豊かな未来をつくることを目指して環境行政に取り組んでいます。また、次期計画を策定中であり、地球環境、自然環境、生活環境を守り、将来にわたって良好な環境を保つ地域社会を引き続き目指していきます。

貴会の長年取り組まれている環境活動に心から敬意を表しますとともに、今後も皆様方の活動の益々のご発展を心より祈念申し上げます。

【前回大好評でした！腰かけてできるシニア・ヨガ】

日時：8月21日（水）10：00～11：30

開催場所：ねこの縁がわ みいの家（上祖師谷1-22-7）

講師：樽井明美さん 定員：10名

参加費：200円 申込締切：8月7日（水）

持ち物：水筒（水）、ヨガマットまたは大判のバスタオル

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っ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！

【お試し手芸部に参加しませんか】

日時：8月23日（金）10：00～13：00

開催場所：生活クラブ館 203会議室（世田谷区宮坂3-13-13）

申込締切：8月16日（金）持ち物：手芸用具 参加費：無料

定員：10名 ※当日、空きがあれば参加OK



前回のお試し手芸部では、吊るし飾り、ケア帽子作り、一筆縫いの雑巾作りなど、様々なものを作りたい人が集まりました。家にある素材を活用しながら、クオリティの高い作品作りを目指し、10月の雑居まつりへの参加を予定しています。おしゃべりしながら一緒に手芸しましょう。みなさんの参加をお待ちしております。
※ケア帽子：科学治療によるヘアロスの方も、そうでない方も使いやすい帽子

6/29 ライフプラン講座～子育て世代の教育費の報告とライフプラン講座の紹介

代田区民センターで開催し、5名の参加でした。参加者からは、教育費の情報をまとめて聞けて、具体的に分かりやすかったと好評でした。ライフプラン講座は、生活クラブはぐくみなどを担当する共済の普及のため、講師関連の負担なく開催できる講座です。5人以上集まれば、教育費の講座やエンディングプランやお葬式の講座、iDecoやNISAの講座などが開催できます。組合員のみなさま、家計講座など、今こそ受けたい講座を開催しませんか？まち委員が、講座開催の事務手続きをサポートしますよ！

※講師を調整するため、2ヶ月以上前に予定を立てます。講座の内容は、「NPO法人 FPの会 ライフプラン講座」で検索できます。



1	8/21(水)10:00~11:30 前回大好評でした！腰かけてできる シニア・ヨガ @みいの家(上祖師谷1-22-7)	
	定員:10名 参加費:200円 持ち物:水筒(水)、ヨガマットまたは大判のバスタオル、動きやすい服装でいらしてください 申込締切:8/7(水)	
2	8/23(金)10:00~13:00 お試し手芸部 @生活クラブ館2階 203会議室(世田谷区宮坂3-13-13)	
	定員:10名 参加費:無料 持ち物:手芸用具 申込締切:8/16(金) ※託児はありませんがお子さん連れOKです。	
3	裏千家「二人静」@みいの家(上祖師谷1-22-7)	月に1回水曜日 次回は 8月23日(水)9:00~11:00
	裏千家の講師を招き指導を仰ぎ、日本の伝統である茶道を通してコミュニケーションをはかります。	
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金曜日 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 8月7日(木)区庁舎の原爆関連の展示見学 憲法と平和についての学習会 9月3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
	ヨーガを通し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	毎週水曜日 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) 他	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、いろいろ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10月2日(水)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。	
12	小さな庭(親子サークル) @南烏山ふれあいの家(南烏山2-22-7)	年4回開催予定
	生活クラブ食材による昼食を食べながら、情報交換します。	

部員募集中

切り取り

2024.8 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 デポーのレジ

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	電話番号(必須)	
住所 (丁目までは必須)		
メールアドレス(必須)		