



トゥインクル

6月号

◆発行責任者:まち・からきた運営委員長 山口育恵 ◆問い合わせ:個別配送 03-3426-9550/班配送 03-5426-5218(コールセンター)
◆5月1日現在からきた組合員人数: 2894人(班配194人 個配1840人 デポ-860人)

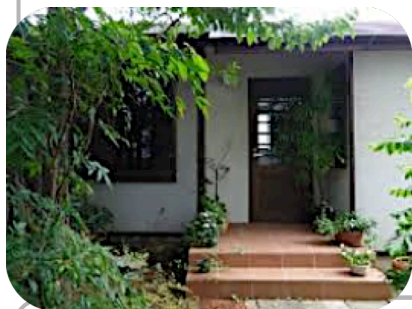
ご参加ください！ Join Us ☺

新企画

「どうしたらこの気持ち伝わるの？」

～共感的コミュニケーションを学ぼう～

家族や友人と、いくら話しても分かり合えず、モヤモヤしたことはありませんか？
アメリカから世界に広がりつつあるNVC (Nonviolent Communication) の手法を通して、
自分と相手の心の奥底にある大切なものを、共に尊重しながらつながりを育むレッスンを
します。講師は西東万理さんです。
会場は、昭和初期から残る、お庭も美しい素敵な建物です。



日時：5月31日(木) 10:00～13:00

場所：地域共生のいえ「在林館」

(世田谷区羽根木2-34-4/京王井の頭線「東松原」駅徒歩3分)

★参加費：組合員無料、ゲスト500円

★参加申込〆切：5月29日(火)

※ お子さん連れの参加はできません。軽食付き。

親子スキンタッチ教室



日時：6月18日(月) 10:30～11:30

場所：生活クラブ館 地下スペース (宮坂3-13-13/小田急線「経堂」駅徒歩3分)

家庭にある、スプーン、歯ブラシ、ドライヤーを使って行う、手軽でとても気持ちの良い健康法です。

軽く撫でたりトントンたたいたり、楽しくて気持ち良くて、子どももニコリ笑顔になります。親子のスキンシップにもぴったりです！ご参加お待ちしております♪

※持ち物：バスタオル、ティースプーン、歯ブラシ(未使用)、ドライヤー(ご持参できる方)

★参加費：500円

★定員：8組

★参加申込〆切：6月14日(木)

まちづくり委員会からお知らせ

発見！価値あるくらしフェア

日時：6月30日（土）

場所：生活クラブ館地下スペース1・2

（世田谷区宮坂3-13-13／小田急線「経堂」駅徒歩3分）

講演会の他、地下スペース入口にブースを展示。

消費材だけじゃない！生活クラブのいいこと色々わかるコーナーが盛りだくさんです。

お子さんが楽しめるワークショップもあります。ご家族で楽しめます！

★10:00～16:00 《ブース展示（申込不要）》

「あなたの価値観でえらぶ電気・相談コーナー」

「憧れのせっけんシンプルライフ・ワークショップ」

「お財布にやさしい～家族の保障・相談、ワークショップ」

「風車の町の消費材・試食」

「松葉のダイオキシンの調査アピール」

★10:30～12:30：くらしの見直し講演会

「増税時代到来！60才までに知っておきたい手取りが増えるワザ」

★13:30～15:30：エネルギー講演会

「生活の中でエネルギーと向き合う」

～省エネと自然エネルギーを選んで未来を変える！～

※講演会は事前予約制です。生活クラブHPなどから申込できます。

電気の共同購入キャンペーン

自然エネルギーの生活クラブでんきを選ぼう！

6月～8月の期間中に(株)生活クラブエナジーと契約すると、

1,000円OFF！

原発に頼らない、太陽光、風力、バイオマスなどの自然エネルギーの電気を、直接契約した発電所から皆さんのお宅に届けます。

契約切り替えは超カンタンで無料！6月に配布されるチラシに必要事項を記入し、配達便で提出するだけ。

わかりやすい「でんき LifeBOOK」はこちら→ <http://seikatsuclub.coop/eco/nonukes.html>

問合わせ：(株)生活クラブエナジーコールセンター 0120-112-075

（受付時間/月～金 9：30～17：30）





ビジョンフードよやくらぶ 実績 (3月末)

6月末目標人数

お米 759人
牛乳 948人
鶏卵 1,049人

目標まであと

20人
20人
達成!

ビジョンフードとは？

米・牛乳・鶏卵・畜肉・青果物を「ビジョンフード」と呼びます。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。



6月
実施

パンキャンペーン

6月は食パンが
キャンペーン価格です！
まだ食べたことのない方、
この機会にぜひお試しを！！

6月2回23週 (6/4~8 申込)	オルタフード	【特別価格】白神酵母食パン6枚 スライス	275円→265円 (税抜)
6月2回23週 (6/4~8 申込)	オルタフード	【特別価格】白神酵母食パン6枚 《予約》	275円→265円 (税抜)
6月3回24週 (6/11~15 申込)	ザクセン	【特別価格】角食パン天然酵母 6枚(ザクセン)	240円→230円 (税抜)
6月3回24週 (6/11~15 申込)	ザクセン	【特別価格】角食パン天然酵母 6枚《予約》	240円→230円 (税抜)

からきたのおすすめ消費材トマトケチャップも使って、
かたつむりピザトースト作りませんか？

《レシピ》

材料：食パン、トマトケチャップ、ソーセージ、ピーマン、チーズ、ひじき(かたつむりの目に使うので黒ごまや海苔でもOK)

- ①ソーセージを飾り切りし、ピーマンと軽く炒めます。
- ②食パンにトマトケチャップを塗りトースターで焼きます。
- ③ピーマン、ソーセージ、チーズを飾ります。
- ④できあがり！



サークル紹介

赤ちゃん広場 ポレポレ

毎月一回烏山神社のそばでお昼をはさんでひろば活動をしています。
子育ての中でのちょっとした不安、地域の 情報、知りたいこと聞いてほしい話、
つまり井戸端トークの場です。
多くのことがWebでわかる今ですが、逆にリアルな人の繋がりは薄くなっているの
では？

たまにはこどもを遊ばせたまま、ゆっくりご飯をたべましょう！7人のおばさんス
タッフが美味しいお昼を用意してお待ちしています。

- ★日時：第三金曜10時～14時（出入り自由）
- ★場所：南烏山ふれあいの家（南烏山2-22-7）
- ★会費：400円（組合員は300円）



給田・南烏山地域のお知り合いを ご紹介ください

ただいま給田・南烏山地域で、新しい仲間25人（1コース分）を集めて
います。

7月導入にむけ、こちらのエリアにお友達やお知り合いがいらっしや
いましたら、ぜひご紹介ください！

この期間にご加入の方に、特別プレゼントをさしあげています！

さらに・・・

ご紹介者の方にもミニプレゼント！！

（りんごジャム・コーヒー・ケチャップ）

まち からきた 6月号 申込用紙

提出は①配達便 ②Fax:3420-1598(世田谷センター) ③デポーのレジ

※申込締切について記載がないものはすべて、前日までにお申し込みください。

※申込人数が多くお断りする場合のみ、こちらからお電話いたします。

※全ての企画が組合員以外のお友達もご参加いただけます。新規加入のお友達にはプレゼント進呈！

参加するものに○	5月25日(金) 11:00~12:00	ふるしきの使い方を学ぶ (夏ギフト試食会同時開催)	
	5月25日(金) 12:00~13:00	まちの縁がわ 山田さんちで夏ギフト試食会	
	5月30日(水) 13:00~15:00	デポカフェで夏ギフト試食会	お友達も ご一緒に
	5月31日(木) 10:00~13:00	「どうしたらこの気持ち伝わるの？」 ~共感的コミュニケーションを学ぼう~	
	6月1日(金) 10:30~12:30	烏山区民センターで夏ギフト試食会	
	6月18日(月) 10:30~11:30	親子スキンタッチ教室	

体験希望サークルに○	毎月第3金曜	赤ちゃん広場「ポレポレ」@南烏山ふれあいの家
	毎月3回 金曜AM	下北沢ヨーガ @代田区民センターほか
	毎月4回 水曜AM	からきたヨーガ @松原地区会館ほか
	毎週月曜PM	気功「健康を考える会」@クラブ館ほか
	毎月1回	からきた料理サークル @クッキングスタジオBELLEほか
	6月16日(土) 9:30~11:30	BABY Goodママヨガサークル@生活クラブ館203
	6月15日(金) 10:00~11:00	ドレミで遊ぼう♪~0~2歳ベビーリトミック~@生活クラブ館201
	毎月第3,4水曜AM	裏千家「二人静」 @まちの縁がわ 山田さんち

氏名	参加人数： 名	班配送 個別配送 デポー組合員
住所	電話	
メール	メッセージ	
託児申込	対象年齢:1歳以上 定員: 企画1回につき先着10名 持ち物: お子さんの飲み物、軽食、着替え。 料金: エッコロ加入者は無料(当日加入も可)、未加入者は1,000円。	
お子さんの名前:	(性別 ・ 歳)	エコロたすけあい制度 加入 ・ 未加入 ・ 不明

※ご記入いただいた個人情報は、まち活動の目的に限り使用します。

企画のお申込はWebからできます。

「23区南生活クラブ イベント」で検索、またはQRコードで→

まち・からきたのFacebookページもご覧ください↓

<https://www.facebook.com/karakitaseikatsuclub/>



まち活動報告

ちいきのお花見

参加10名。急に暖かくなったため、八重桜は見頃を過ぎてしまいましたが、たくさんの方が入れ替わり立ち代わり、楽しいひと時を過ごしました。

4/20(金)@羽根木組合員宅



手づくりお手玉ワークショップ

4/22(日) @まちの縁がわ 山田さんち

手づくりの良さを実感できました。企画初参加の方もいらっしゃいました。



「インクルーシブ事業組合」 ってなあに？

4/27(金) @まちの縁がわ 山田さんち

「インクルーシブ通信」を見ながら説明を受けました。ほぼ全員が、生活クラブにおける「インクルーシブ」の言葉の意味をわかっていませんでした。インクルファンドの理解が深まりました。

簡単着付け教室

5/9(水) @まちの縁がわ 山田さんち

「初めて聞くことが多く、役に立った」と参加者からの声。直前にも申込がありお断りしたので、また企画します。

「ほっと館」見学ツアー

5/15(火) @ほっと館

江戸川区にある高齢者共同住宅のほっと館を見学しました。
ほっと館のサイトはこちら→ <http://hotcommunity.main.jp/hotkan>

