

Harmony

8 月末組合員数 班 107 人 個別 1,359 人 デポー328 人 合計 1,794 人(計画 1,777)
8 月利用高：27、113、823 円(世帯当 18、445 円)

2025 年
10 月号

年末年始も消費材にお任せ！

冬ギフトとクリスマス・正月用品には、この時期にしか登場しない

美味しさ格別な消費材がいろいろ！

まち委員から、私のイチオシ！をご紹介しますね。

もりこみおせち
三段重
これで三が日は
OKですね！



クリスマス・正月用品



日本の米育ち
金華豚焼豚
金華豚のうまみが凝縮！



ローストビーフ
(たれつき)
切るだけで本格的な
ローストビーフが楽しめます、しっとり柔らかか！

骨付きロースト
ハーブチキン
クリスマスに
欠かせないチキン！



冬ギフト



ラ・フランスゼリー
まるで果物そのものを
食べているような・・・

胡麻とうふ入り善哉
温めても冷たくても
程よい甘さです



ナッツチョコ詰め合わせ
家族が集まった時に
ぴったり！



ギフトカタログ冊子は、過去2回(2024年冬・2025年夏)のうち「全国宅配本企画」を1回以上利用した方、および生活クラブ加入3年以下の方にのみ配られます。上記以外の方にはダイジェスト版が配られます。



DID YOU KNOW?

生活クラブのギフトは『生活クラブGift』サイトからも注文できます！

専用の紙の注文書を使わずに、スマホやPCで注文でき、過去の注文履歴を確認できるので便利！
ユーザー登録をして、ぜひご利用ください。

『生活クラブGift』
サイトのご案内



『生活クラブGift』サイト

早期企画：10/6(月) 9時～
本企画：10/13(月)9時～



手作り蒟蒻と塩豚の会

11月は蒟蒻芋の収穫期！この時期だけの生芋から蒟蒻作りに挑戦しませんか？

手作り蒟蒻の美味しさは格別ですよ。

蒟蒻を仕込んだ後は「蒟蒻料理&美味しい塩豚」をご紹介します！

生活クラブの組合員もそうでない方（ゲスト）も

お誘いあわせの上、お気軽にご参加ください！

（ゲストの方には消費材ミニサンプルをプレゼントします）

11月10日（月）10時～13時
生活クラブ館 地下スペース1

（世田谷区宮坂3-13-13）

- ・定員：8名（まち・きぬたの組合員優先）
- ・参加費 無料
- ・持ち物 エプロン・三角巾・お手拭き・筆記用具・お皿拭き1枚
- ・申し込み締め切り 10月31日（金）



『簡単♪豚モモレシピNo.6』 《長芋の豚肉ロール焼き 梨ソース》

（材料 10 個分）

- ・豚肉モモスライス 5枚
- ・長芋 5cm×2
- ・塩 少々



梨ソース

- ・梨（豊水など） 1/4 個
- ・酒 大さじ 1
- ・醤油 大さじ 1
- ・はちみつ 小さじ 1～
- ・酢 小さじ 1
- ・白すりごま 大さじ 1



（作り方）

- ・豚肉を長さ半分に切る。長芋は皮を剥き 5mm 角の棒状に切り、10 等分する。梨は皮を剥きすりおろす。
- ・豚肉を縦に広げ、塩少々を振ったら長芋を手前に置いてクルクルと巻く。
- ・フライパンに油を引いて熱し、巻き終わりを下にして並べる。
- ・少しずつ転がして、全体に焼き色がつき中まで火が通るまで焼く。皿に取り出す。
- ・フライパンの余分な油を拭き取り、梨ソースの材料を全て入れて沸かす。軽く煮詰めて味を確認し、甘さなど調整する。
- ・皿に並べた豚肉の上にソースをかけたら完成。

せっけんは、分解性が早いので環境にやさしく、肌への刺激も少ないうえに、洗浄力は合成洗剤より強く、香害の原因である柔軟剤や消臭剤は不要なのです。でも使いこなす前にあきらめてしまう方も多くせっけん利用人員率は20%です。昨年開いた「カラダにいい洗濯術」で、プロのクリーニング屋さんが、教えてくださいました「せっけん洗濯のコツ」を少しご紹介しますので、ぜひお試しください！

せっけんを使ってみて困った点

- ・白い粉（せっけんカス）が衣類に付着する
- ・白い衣類の黄ばみ・黒ずみ
- ・ワイシャツのエリの黄ばみ落とし

せっけんの上手な使い方！

とにかく粒状せっけんをよく溶かして使うこと。

黄ばみ・黒ずみ・エリ汚れは、せっけんと酸素系漂白剤を60度のお湯で溶かして、1時間以上つけ置いてから洗う。

せっけんは溶かし込みが重要！ お湯の温度とつけ置き時間に注意！

せっけん洗濯には、粒状せっけんと酸素系漂白剤が最強です！

ぜひ、試してください！

家の中の汚れ落としには、セスキ炭酸ソーダ！

キッチンの油汚れなどが、よく落ちます！

年末のお掃除を楽にするために、毎日使いましょう！

セスキスプレー・・・スプレーボトルに水500ccセスキ炭酸ソーダ小さじ1杯



洗濯用粒状せっけん

洗濯用無添加せっけん
（針状）



セスキ炭酸ソーダ

酸素系漂白剤
消臭・消毒にも



万能選手の固型せっけん、
キッチン・洗面所・
お風呂場にひとつずつ

ビジョンフード 登録状況 8月末

目標	登録人数	目標まで	前月より
牛乳 609 人	578 人	あと 31 人	-7 人
鶏卵 766 人	730 人	あと 36 人	-2 人
豚肉 239 人	230 人	あと 9 人	+1 人

※お米の予約実績は基礎データに誤りが見つかったため今回は算出していません

テーマ消費材 予約状況 8月 (豚肉モモスライス 310g)

予約人数 34 人

人員率 2.3%

3 月 末 か ら + 8 人
前月比 92%

まち・きぬた 10 月号 申し込み用紙

参加したい企画・お手伝いに○をつけてください
提出は、配達便（牛乳便以外）、デポセタがやのレジ、
大田センターへ fax 5748-0314

* 申し込み人数が多くお断りする場合にお電話します。

* 日中、連絡の付く電話番号を書いてください。



まち・きぬたの公式ライン
登録はこちらから

お名前		お電話
ご住所		
Email:		班・個配・デポー
○印	企画・イベントなど	申し込み〆切
	手作り蒔蒔と塩豚の会 11/10(月)	10/31
	企画のお手伝いできます	随時
	キャラバンのお手伝いできます	随時
	お友だちを紹介します お友だちのお名前 連絡先	随時

まち活動費集金のお知らせ

まち活動費 750 円(半期)が、10 月の共同購入代金と同時に引き落とされます。

生活クラブでは、出資・利用・運営を組合員が行い、自分たちの求める消費材を生産者と共に作り、様々な問題にも取り組んでいます。まちでは、仲間を増やす活動や消費材の利用を高めるための活動などをまち活動費で行い、金額と予算はまち大会で決定しています。

