

8月末 組合員数：計 1,400人 (加入11人 脱退 -12人 移動-1人) 利用高：世帯当 24,223円

事務局/江東センター TEL：03-5426-5218 (コールセンター) FAX：03-6457-2624

2024年度活動テーマ：「食べることはつながること 人をつなごう 未来へつなごう！」

北ちいき企画

締切間近！

食べて納得！ 冬ギフト試食会

お世話になった方に特別なギフトを贈りませんか。カタログだけではわからない魅力を、実際に食べて実感してください。きっと、誰かにそのおいしさを伝えたいはずですよ。
組合員以外の方のご参加も大歓迎ですので、ぜひ、お誘いあわせの上、ご参加ください。
冬ギフトは、全国配送のほか、お得な組合員受取もあります。自分へのご褒美や、手土産などにも、ぜひ活用してください。

日時：10月14日(月祝)
14:00~16:00
場所：Be ACTO亀戸 まちのピング
定員：16名
参加費：200円
持ち物：エプロン、手拭き
申込締切：10月1日(火)



東ちいき企画

<クリスマス・お正月用品試食会> 食べたいな、頼んでみようかな、が すべて集合！

待ち遠しいクリスマス、年末年始。まだ先だし何を注文したらよいか迷うあなた、もう毎年注文する食材は決めているあなたも、一緒に試食しませんか？ 素敵な出会いがきっとあるはずですよ。

日時：10月20日(日)
11:00~13:00
場所：パルシティ江東 調理室
(扇橋3丁目)
定員：20名
参加費：無料、組合員外500円
持ち物：飲み物
申込締切：10月13日(日)



湾岸ちいき企画

料理で手軽に健康に！ 塩麴出汁麹づくりワークショップ

栄養価が高く、さまざまな料理に使える麹。生活クラブの消費材を使い、シンプルな材料で簡単に作れる塩麴と出汁麴のワークショップを開催します。実際に麴を作るだけでなく活用方法も交えてお教えします。
生活クラブの組合員も、そうでない方もお誘い合わせの上お気軽にご参加ください。

日時：10月24日(木)
10:00~12:00
場所：グランチャ東雲 調理室
定員：30名
参加費：500円
持ち物：エプロン、お手拭き、ジップロック(M) 2枚、筆記用具
申込締切：10月14日(月)



湾岸ちいき企画

生活クラブの野菜をつかった サラダキムチづくりワークショップ

生活クラブの野菜は化学合成農薬や化学肥料をできるだけ使わずつくり、「アースメイド野菜」と呼ばれています。その野菜と麴を使って、体にもやさしく野菜のうまみをいかした美味しいキムチをつくるワークショップを行います。塩麴と出汁麴のワークショップと同じく阿部千鶴さんを講師に招いての開催。生活クラブの組合員も、そうでない方もお誘いあわせの上、お気軽にご参加ください。

日時：11月14日(木)
10:00~12:00
場所：グランチャ東雲 調理室
定員：30名
参加費：500円
持ち物：エプロン、お手拭き、チャック付袋(M) 2枚、筆記用具
申込締切：11月4日(月)

まち企画

農業のスペシャリストから聞く ~オーガニック給食の今

講師：齋藤敏之さん (農林運動全国運動会 常任委員
(一社) 農産物検査センター代表理事)

お米はどうしてなくなったの？ 日本の農業の実態は？ 国産自給率を上げ、安心して暮らせる食環境を作っていきましょう！ 各地で有機給食を実現するために様々な問題をどのように克服しているのかを聞いて、有機給食の価値を再確認し、私たちができることは何かを考えましょう。

日時：11月16日(土)
14:00~16:00
場所：江東総合区民センター サブプレホール
定員：70名
参加費：無料
持ち物：筆記用具、飲み物
申込締切：11月1日(金) 当日OK
託児：1歳以上3名まで 10/25締切 組合員無料、組合員外1600円

まち江東・まち渋谷合同企画

木桶で醸した酢 ・私市醸造見学会

日本の食文化を伝え、豊かな味覚を育む、創業100年の私市醸造を見学してみませんか？ 酒粕と杉の香りから生まれる香りとともに、豊かな暮らしを味わいたいと思いを企画しました！

日時：11月19日(火)
10:00~13:00 (現地滞在時間)
場所：私市醸造株式会社
鎌ヶ谷市東道野辺6-7-45
定員：20名
参加費：無料
持ち物：筆記用具、飲み物
申込締切：10月29日(火)

まち江東・まち渋谷の組合員は交通費一部補助あり。当日の詳細は当選者に連絡します。

ランチ付

東ちいき企画

ジャパンビューティプロダクツの スキンケア&メイク講座

お肌のための無添加化粧品を提供しているジャパンビューティプロダクツさんから、実際に試しながらスキンケアやメイク法を教えてください。自分に似合うメイクをみつけて、もっと自然に、自分らしく、美しく……。

日時：11月24日(日) 10:00~12:00
場所：江東区総合区民センター 第3研修室
定員：10名
参加費：無料、組合員外500円
持ち物：飲み物、鏡
(化粧ポーチに入るサイズがあれば)
申込締切：11月10日(日)



食の工房もぐ

トマトケチャップの ひみつを知らう

海外からの輸入がほとんどであるトマトピューレ。でもコーミのトマトケチャップは国産トマト100%使用で、余計なものはいれないこだわりの風味です！ そんなトマトケチャップのひみつを勉強しませんか？ 学んだあとには、トマトケチャップを使って調理をし、皆でいただきます。

日時：11月29日(金) 10:30~13:30
場所：江東区総合区民センター 調理室
定員：20名
参加費：無料
持ち物：筆記用具、エプロン、手拭き
申込締切：11月15日(金)

ランチ付



～お世話になったあの方へ～
冬ギフトをお忘れなく！！



お世話になったあの方へ、1年間頑張った家族・自分へ、冬ギフトの注文をどうぞお忘れなく。
普段、eくらぶで注文している方も、配達便に入っているカタログを確認してみてくださいね。

	カタログ配布	提出	お届け
全国宅配 早期企画	40週(9/30～10/4)	42週(10/14～10/18)	①12/2～14(農産物は別) ②12/15～21
全国宅配 本企画	42週(10/14～10/18)	44週(10/28～11/1)	①12/2～14(農産物は別) ②12/15～21、12/29～30
組員 受取品	43週(10/21～10/25)	44週(10/28～11/1)	47週(11/18～11/22) 48週(11/25～11/29)

■8/31 食の工房 もぐ：もち米簡単料理 活動報告
参加者22人。子どもからシニア世代まで幅広い年代の方が参加し、電子レンジを使って、もち米の手軽な調理方法を伝える中で、もち米、豚肉、甘栗、あんこ、野菜などの消費材の良さを知ってもらうことができました。

■9/10西ちいき：初めてのピラティス講座日々の生活に運動習慣を
ピラティスを始める前に自分の体の重心の位置について確認してからレッスンを行いました。経験豊富な先生が一人一人に寄り添いながら指導して下さい、多くの方からまた企画して欲しいとお声を頂きました。最後に重心をどこに感じるか再度行い、左右どちらかによりがちだった方も、理想の「踵に6割、爪先先に4割」に近づけて身体が軽くなったとの感想も頂きました。是非また企画したいと思っておりますので、ご参加お待ちしております。



みんなで食べて支えよう！ 2024年度まち江東テーマ消費材
：純国産鶏種のたまご「鶏卵（10個パック）」「平飼いたまご6個」



鶏卵の利用が落ちていきます！
みんなで **よやくらぶ**
で予約して支えましょう！

鶏卵（10個パック）
通常価格：税込392円 予約価格：税込387円

平飼いたまご6個
通常価格：税込337円 予約価格：税込332円



「東雲・有明」地域限定拡大進行中！
11月までに20人増を目指して活動中です。
9月20日現在、6名加入、残り14名です！なんと、組員からの紹介加入ばかり♡♡引き続きご協力をお願いいたします。

東京未来コエス
～Design Our Future～

10.19(土)10:00～16:30 葛西臨海公園 汐風の広場
主催：公益社団法人東京青年会議所

子ども・ファミリー向けイベントに生活クラブが出演します！
キッチンカー、ワークショップ、マルシェなどお楽しみいっぱい。
ぜひ遊びにきてください♪

他出展者：FC 東京、本田技研工業株式会社、多摩美術大学、吉本興業株式会社、株式会社日本農業新聞、各国大使館など

脱原発、脱炭素のために **生活クラブでんき**

今年度中にご契約いただいた方に、
ご希望の消費材プレゼント！
(冷蔵、冷凍、生鮮食品などを除く。
税込3,000円まで)

まち江東
組員限定

詳細とお申込みは、WEBから簡単♪
(株)生活クラブエナジーのWEBサイトから

お知らせ
10月分の共同購入代金（10月26日引き落とし）と一緒にまち活動費750円（半期分）が引き落とされます。「まち」の仲間を増やすためのチラシ印刷代やポスティング代、試食会や生産者との交流会等のイベント費用などに使われます。どうぞご協力ください。

9月 まち江東 まち運営委員会 会議報告
9/12 Zoom会議 出席6人（以下は主な討議報告事項）
東雲・有明地域の地域限定拡大の進捗/生産者交流会・見学先の選定/政策提案活動「学校給食有機化」の講演会と今後の進め方 など

お友だちに広めよう！トマトケチャップ紹介大作戦

トマトケチャップ
消費材デビュー50周年！

東京都内の方をご紹介いただき、その方が加入してくれたら、トマトケチャップをプレゼントします！
あなたのお友達に、生活クラブを広めてください！

江東区、特に9～11月は東京・有明地域の加入拡大に力を入れています、もちろんほかの地域の方も大歓迎です♪

開催日時	内容	参加者	名	子ども	名
10/14	冬ギフト試食会	大人	名	子ども	名
10/20	クリスマス正月ギフト試食会	大人	名	子ども	名
10/24	塩麹出汁麴づくり	大人	名	子ども	名
11/14	キムチづくり	大人	名	子ども	名
11/16	オーガニック給食の今	大人	名	子ども	名
11/19	私市醸造見学会	大人	名		
11/24	ジャパンビューティプロダクツ	大人	名	子ども	名
11/29	トマトケチャップ	大人	名	子ども	名

まち江東行き

＜必要事項をご記入のうえFAX(03-6457-2624)または配達便（通い袋）でお返してください＞

ご意見・アイデアなど自由にお寄せください

←該当項目に ○をご記入ください。 今後のイベント情報は、決まり次第WEBでもお知らせします↓

お名前	電話番号 ※必ず記入
ご住所	メールアドレス



ご記入いただいた個人情報は、まちの活動の目的の範囲に限り使用いたします。