

10月末 組合員数：計 1,405人 (加入11人 脱退 -13人 移動0人) 利用高：世帯当24,082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 赤ちゃん主導のBLW離乳学習会

親も子ども楽しく食事ができたら嬉しいですよね。パーって出しちゃう・食べもので遊んじゃう・座ってくれない・好き嫌いが激しいなどで困っていることをみんなで話しませんか。ごっくん！(嚥下)のしくみを良く理解して、発達に沿った離乳の進め方を看護師の方から伺います。

日時：12月16日(月) 10:00~12:00
講師：元木美砂(街なかナース/産前産後ケア・子育て応援Labo主宰)
場所：江東区総合区民センター7階 第二和室
定員：10名
参加費：無料
持ち物：なし
申込締切：12月10日(火)



子育てひろば

「生活クラブ絵本を置いて、生活クラブの消費材の考え方を知ってもらおう！」12月20日まで募集

子育て世代へアプローチするために、産婦人科や助産院、小児科や薬局、保育施設などへの絵本置き活動をします。あなたの身近なところで置けそうなところがありましたら、裏面の通信欄に①施設名②希望する絵本の名前を書いて、通い袋に入れて配達便で提出してください。後日連絡をします。絵本受け取り後はその施設にお持ちください。なお、絵本の数に限りがありますので、ご了承ください。

- みんなよんでね！たべものからだ
- ちゃんと知ってる？食品添加物のはなし
- 牛さん ありがとう！えらぶ まる たべる
- 安心のとりに肉「はりま」
- お魚 食べてますか？うみのために
- せけん生活 はじめませんか？
- お茶にしませんか？茶葉をたのしむ
- りさとりた

中身の詳細は「生活クラブ絵本」で検索すると見られます。



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）」

■ 生活クラブたまごを味付けしないで食べてみて！

味をつけない卵のスフレオムレツと温泉卵を食べてみました。すると、なんと塩味を感じ、それがまた美味しく、卵自体のバランスが素晴らしいと気付かされました！



食品成分そのものにナトリウムがあるからそうですが、生活クラブたまごは餌そのものにこだわり、例えば、ビタミン剤などの栄養素を強化して入れたりしないから、本当の自然な美味しさが担保されているのだそうです。

あなたも試してみませんか？

ぜひ感想を裏面の通信欄からお知らせください！（担当：O・C）

豆知識～たまごの色や大きさ

☆殻の色は羽根の色なんです。茶色味の強いのはもみじ、薄ピンクはさくらという鶏の鶏種です。生活クラブの鶏は同じ餌を食べて、同じような環境で育てられているので、卵の栄養は変わりません。

☆卵の大きさは鶏の成熟によります。若い鶏の殻は小さくて硬め。成熟していくにつれて、大きく、薄くなっていきます。

「平飼いたまご6個」



鶏卵（10個パック）
通常価格：税込392円
予約価格：税込387円

よやくらぶで
予約して鶏卵を支えよう！



ビジョンフード



平飼いたまご6個
通常価格：税込337円
予約価格：税込332円

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！

まち江東の広報紙「井戸端会議」は
WEBでもご覧いただけます。➔



★★東雲・有明地域に住む組合員を増やそう!★★

11/15の期限までは16人で達成は出来なかったため月末まで延長に!! 加入きっかけは、組合員の紹介5人、キャラバン(街角アピール)5人、外部イベント2名、元組合員への声掛け3人、湾岸ちいき企画で1人、チラシなどを見ての問合せで1人。あと3人で達成です。皆さま引き続きご協力宜しくお願い致します。



活動報告

■10/24湾岸ちいき 料理で手軽に健康に!塩麴
出汁麴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麴。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した。生活クラブの調味料の安全について触れ、有意義な時間となりました。11月のキムチ作りのワークショップにもつかう、醤油麴を作ったので、ほとんどの方が11月も申し込んでいただきました。

■11/14湾岸ちいき 生活クラブの野菜をつかった
サラダキムチ作りワークショップ

生活クラブの人参と小ネギを使ったキムチ作り。講座の初めに生活クラブのアースメイド野菜に関して紹介していただきました。

■11/12北ちいき 地域の皆さんが自由に集える
子育て交流サロン

乳幼児の親子を対象に子育てひろばを開催しました。場所はJR亀戸駅東口からほど近い複合施設のカメイドクロックに隣接するマンション内。こどもルームもあるため時折親子で遊んでいる姿が見受けられます。企画のメインは、赤ちゃん向けのお話会。手遊びやからだ遊び、絵本を通して親子で楽しんでもらい、お茶とお菓子でホッとさせていただこうというものです。残念ながら今回は参加者を見つけることができませんでしたが、今後も看護師の方を呼び、BLW離乳食を定期的に開催していきます。

★お詫び★先月号でお知らせした藤原食品の見学は、本年度ブロック補助が全額出る事と定員5名と少ないため、委員研修になりました。お詫びいたします。

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、

まち江東
組合員限定

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。)

今年度の契約目標
まであと6件です!

税込3,000円まで)

詳細とお申込みは簡単♪

(株)生活クラブエナジーのWEBサイトから



12月から紹介キャンペーンが始まります! 先着50名にステッカーとSIGGボトルプレゼント。

松葉のダイオキシン環境調査2024・11

皆さまのご協力のおかげで採取した松葉がカナダの専門機関へ送られました!今回は初めて23区南すべての12まちで採取が出来、松葉採取170ポイント程になりました。分析結果は来年の春になりますので報告会、リーフレットを楽しみにお待ちください。カンパも含めまして厚く御礼申し上げます。



11月 まち江東 まち運営委員会 会議報告

11/13 Zoom会議 出席5人 (以下は主な討議報告事項)
地域拡大の場所 期間延長について/ 11月16日 政策提案運動と11月19日の生産者交流会のスケジュール確認/まち大会の場所決めなど話し合いました。

♪ 募集中 ♪ 広報紙『井戸端会議』の編集や、メルマガの作成に協力する方を随時募集しています! 興味がある方は、下の申込欄にお名前と連絡先を記入のうえお知らせください。協力内容に応じて、活動費(500~1000円程度)を支払います。

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

まち江東行き

12/16 子育てひろば	大人 名、子ども 名
まち委員に興味がある	興味あること:
ちいき委員に立候補したい	興味あること:
広報紙やメルマガに協力したい	
絵本置きに協力したい	

通信欄 ご意見・アイデアなど自由にお寄せください

←該当項目に

今後のイベント情報は、

○をご記入ください。

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、まちの活動の目的の範囲に限り使用いたします。