

10月末 組合員数：計 1,462人（加入 18人 脱退 -14人 移動 -1人） 利用高：世帯当 22,509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

2025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！」

湾岸ちいき・南ちいき合同企画

湾岸・南ちいき限定

## 今から間に合う！クリスマス・正月試食会

いつもの慌ただしい師走、解凍して食べられる高級なローストビーフやレンチンできるエビピラフなどのクリスマス料理、そして、お正月にも利用できるいつもの消費材の試食ができます。この機会にぜひいらしてください。



**日 時**：12月14日（日）14:00～16:00  
**場 所**：グランチャ東雲 5階 和室1  
（東京都江東区東雲1-9-46）  
**定 員**：まち江東（湾岸ちいき・南ちいき）の  
組合員とゲストの方限定 16名  
（木場・東陽・塩浜・枝川・潮見・辰巳・豊洲・東雲・有明在住の方）

**参 加 費**：無料  
**持 ち 物**：なし  
**申 込 締 切**：12月11日（木）

締切間近！

※託児はありませんがお子さん連れOK

コミュニティ企画

コミュニティ  
リーダー  
連絡会

## 知ろう！考えよう！ 江東区の災害対策とたすけあい

防災計画課の職員をお呼びして、江東区の地域特性や想定される災害、防災対策などをお話いただき、いざという時に役立つ情報をお伝えします。お話後は、生活クラブの様々な防災用品を試食して、コミュニティ活動や日頃からの組合員同士のたすけあいについて一緒に考えてみましょう。（冬木・深川・富岡・門前仲町・永代・福住・佐賀と大島7～9丁目コミュニティ回転備蓄消費材受取りと図上訓練同時開催）

**日 時**：1月28日（水）10:00～12:00  
**場 所**：総合区民センター第3研修室  
（東京都江東区大島4-5-1）

**定 員**：30名  
**参 加 費**：無料  
**持 ち 物**：飲み物  
**申 込 締 切**：1月18日（日）

※託児はありませんがお子さん連れOK



## みんなで食べて支えよう！2025年度まち江東テーマ消費材：「豚肉ひき肉 480g」



ゆで卵をひき肉と豆腐を使った肉だねで包んだら、あとはオーブンに入れて焼き上がりを楽しみに待つだけ。  
平田牧場のお肉のうまみをたっぷり味わえて、子どもも大人もみんな大満足の一品です。

**豚肉ひき肉 480g**  
通常価格：税込916円  
予約価格：税込883円

33円お得！



## クリスマスディナーにもピッタリ♪ おすすめレシピ 平田牧場の豚ひき肉をたっぷり使った卵入りミートローフ

**【材料】**  
豚肉ひき肉 ……………480g  
玉ねぎ ……………1個  
鶏卵（つなぎ用） ……2個  
鶏卵（ゆで玉子用） ……3個  
豆腐（絹） ……………半丁  
塩・胡椒 ……………少々

**【作り方】**  
1. ゆで玉子を作る。  
2. 玉ねぎをみじん切りにする。  
3. 豚肉ひき肉、玉ねぎ、卵（つなぎ用）、豆腐をよく混ぜる。  
4. 塩・胡椒で味を整える。  
5. 肉だねの半量を型に入れ、ゆで卵を中央に並べ、残りの肉だねをかぶせて形成する。  
6. オーブンで焼く。（200℃、45分）  
7. 竹串で刺してみて、肉汁が濁っていなかったらできあがり。



豚肉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！



# ★ 活 動 報 告 ★

## まち企画

### 10/18～19 区民まつり出展

区民まつりに、初めて生活クラブが出展しました。  
みかんジュースの試飲をおすすめしながら、みかんのぬいぐるみやせっけんマンの仮装でハロウィン気分も盛り上がりました！ 笑顔あふれる雰囲気の中で、生活クラブの魅力を楽しく伝え、多くの方に関心をもっていただきました。



## 南ちいき企画

### 10/25 アフタヌーンティーの楽しみ方

南ちいきの定番となった紅茶企画の第3回目のテーマはアフタヌーンティー。それぞれお気に入りのティーカップを持参して、豪華に盛り付けられた美味しいお菓子を紅茶と一緒に味わいながら、アフタヌーンティーの歴史やマナーなどについて学びました。講師の先生も、生活クラブの牛乳を使ったミルクティーの美味しさに驚いていました。



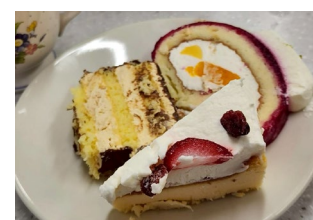
## ♪ 募 集 中 ♪

メルマガの作成など、まちの活動に協力してくれ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。

## 東ちいき企画

### 10/26 ランチで楽しむクリスマス・お正月試食会

豪華なクリスマス・お正月用品を、みんなで楽しく試食しました。ミートローフや丸鶏は見た目にも華やかで大人気。ケーキは3種類を食べ比べましたが、チョコレートケーキが一番人気でした。鰻笹ちまきも美味しかったです♪  
表面に、ミートローフのレシピも掲載していますので、ぜひ試してみてください。



## 生活クラブでんき

脱原発、脱炭素のために切り替えよう！！



今年度中にご契約いただいた方に、

3点  
プレゼント

10TH ANNIVERSARY

まち江東組合員限定

①洗濯用無添加せっけん（針状）1kg 無香料

②ごま油500g

③国産ブレンドなたね油丸缶600g



詳細とお申込みは、（株）生活クラブエナジーのWEBサイトから➡

### 11月 まち江東 まち運営委員会 会議報告

11/6 Zoom会議 出席6人（以下は主な討議報告事項）  
ちいき大会について／拡大チラシとその配布先／ブランドグッズの発注 など

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

## まち江東行き

12/14 クリスマス・正月試食会 参加申込	大人 名、子ども 名
1/28 災害対策とたすけあい参加申込	大人 名、子ども 名
まち委員に興味がある	興味があること：
ちいき委員に興味がある	興味があること：
広報紙・メルマガ作成に協力したい	

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。

