こうとう 井戸端会議

23区南生活クラブ生協
5月号 No.323
発行日：2026年5月4日
発行責任者 まち江東運営委員会

3月末 組合員数：計 1,424人（加入8人　脱退 -18人　移動0人）　利用高：世帯当 19,401円　総利用額27,820,980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

2026年度活動テーマ：「食を選ぶことは、未来を選ぶこと。江東から広げる、持続可能なくらし」

湾岸ちいき

手軽に腸活！　塩麹と出汁麹作り

安心の食材と昔ながらの調味料で、古くから受け継がれてきた日本のぬくもりを感じる食卓を作りませんか？　美味しいもので手軽に幸せになる。和洋中と様々な料理に合い、離乳食から使える麹。日本の健康のリアルな数値、発酵の歴史、真の腸活と免疫と精神について、専門の医療職が楽しくお伝えします。食卓を守る者の知恵と選択が日本の未来を左右する。ぜひ一緒に学びましょう。

日　　時：5月14日（木）10:00～11:45
場　　所：グランチャ東雲 4階 調理室
（東京都江東区東雲1-9-46）
定　　員：16名
参 加 費：500円（お友達、ゲストは無料）
持 ち 物：エプロン、お手拭き、各300gずつ持ち帰り用の入れ物（ガラス瓶、保存容器、密閉できる袋など）、スリッパ、メモ、筆記用具
申 込 締 切：5月11日（月）
※託児はありませんがお子さん連れOK

東ちいき



納得して選ぶ！　夏ギフト試食会

生活クラブのギフトは、味も質も自信をもっておすすめできるものばかり。けれども、「カタログだけで決めるのは少し不安」と感じることはありませんか？　そんな方に、試食して納得して選べる機会をご用意しました。
まち江東のテーマ消費材「パスチャライズド牛乳」を使ったデザートも登場します。
素材の良さを改めて実感しに、ぜひいらしてください。



日　　時：5月16日（土）11:30～13:30
場　　所：江東区総合区民センター　7階 調理室
（東京都江東区大島4-5-1）
定　　員：20名
参 加 費：無料
持 ち 物：なし
申 込 締 切：裏面申込欄からのお申込みのみ、**5月11日（月）締切**に延長します！



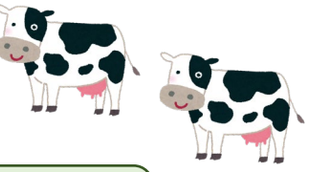
※託児はありませんがお子さん連れOK

★★★今後のイベント予定★★★

■5月17日（日）第38回江東こどもまつり出展　@木場公園
■6月 7日（日）第19回江東区環境フェア 出展　@えこっくる江東

お手伝いできる方大募集！
裏面の通信欄からご応募ください

みんなで飲んで支えよう！2026年度まち江東テーマ消費材：
新生酪農「パスチャライズド牛乳」「ノンホモ牛乳」



買ってMILK！　違いを楽しむ「あおのフタ」と「みどりのフタ」

生活クラブの牛乳ならではの楽しみといえば、やっぱり「みどりのフタ」のノンホモ牛乳。そう、脂肪分が分離してクリームが浮く方の牛乳です。配達日に飲まずにグッと我慢して翌日、そのまた翌日まで待つとそのクリームが濃厚になっていきます。市販されているクロテッドクリームよりも少し柔らかめのクリームをそっとすくいとって、スコーンにつけて食べると絶品です☆

脂肪分均質化処理（パスチャライズド）をしている「あおのフタ」と、ノンホモ牛乳「みどりのフタ」を、それぞれ予約して毎週楽しみに飲んでいます。

牛乳の利用が落ちています！
みんなで **よやくらぶ**
で予約して支えましょう！

牛乳 /ノンホモ牛乳　900mL
通常価格：税込340円
予約価格：税込289円

51円お得！





ビジョンフード

わが家の「行列のできる牛乳屋さん」



わが家には子どもが4人いるのですが、子ども達が小さい頃は、ノンホモ牛乳を開けると、クリームをひと口ずつもらうために列になって並んでいて、とても可愛らしい姿でした。でも、クリームの部分を食べすぎると、残りの牛乳があっさりしすぎてしまうと気づいたようで、いつの間にか控えるようになりました。毎日飲んでいると、「夏と冬で濃さが違う！！」ということにも気づいたようで、自然と食育にもつながっていました。

1本の牛乳で濃淡が味わえるのも、均質化されていない「ノンホモ牛乳」の楽しみ方の一つ。序盤はクリームを楽しみ、中盤はそのまま飲む、最後は料理に使う……。

新生酪農の美味しい牛乳をまだ利用したことがない方も、一回予約をやめてしまった方も、この機会に、断然お得な「よやくらぶ」でのご注文をお願いします！

みなさん、こんにちは！4月から消費材メッセージ委員になりました千葉さきえです。
消費材の魅力や利用方法などをお伝えしていきますので、よろしくお願いします！

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。➡

お世話になった方に、自分へのごほうびに、夏ギフトの注文をお忘れなく！

	カタログ配布	注文	お届け
全国宅配本企画	5月11日（5月2回）	5月25日（5月4回）	①7月1日～15日（農産物は別） ②8月1日～7日
全国宅配後期企画	6月15日（6月3回）	6月29日（7月1回）	7月21日～30日（予定）
組合員受取品	5月11日（5月2回）	5月18日（5月3回）	6月15日、22日（6月3回、4回）

夏ギフトの取組みが5月からスタート！

お世話になったあの方へ、頑張った家族・自分へのごほうびに、夏ギフトの注文をどうぞお忘れなく。普段、eくらぶを使って注文している方も、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。

2026年4月～6月中旬「豊洲・東雲・有明」を中心に、組合員を増やします。



生活クラブの消費材を一人で買える量には限りがありますが、仲間が増えれば、受注増、そして日々の安定的な生産と供給へとつながります。**「紹介」**は、私たちの、組合員としての大切な活動です。

この春、**豊洲・東雲・有明で20人の新しい組合員を増やす**活動を実施しています。タワーマンションにはたくさんの方が住んでいますが、チラシ配布ができないところも多く、生活クラブを知ってもらう機会が限られています。ひとりひとりの紹介が力になります。

先着20名にトマトケチャップとみかん缶をプレゼント！（紹介親にはケチャッププレゼント！）



※他地域の方の紹介も大歓迎です。

みんなで広げよう 生活クラブでんき

ソーラーシェアリング「ふぁそらん」をご存じですか？

「ふぁそらん」とは、農地の上部空間に設置した太陽光パネルを利用して電力を供給する営農型太陽光発電施設のこと。畑で作物を育てながら電気も生み出す、地域に根ざした取り組みです。千葉県八街市の「生活クラブ・虹と風のファーム」に開設されたふぁそらんを見学してきました。



こうした身近で持続可能なエネルギーを広げていくことが、危険な原子力発電に頼らない未来へとつながっていきます。ふぁそらんで発電された電気は、生活クラブでんきとして生活クラブの組合員家庭に届けられます。生活クラブでんきを、みんなの力で広げていきましょう。（東ちいき 組合員　ミワ ヨシコ）

よやくらぶ 感謝キャンペーン

「予約」は、消費材の安定した生産を支える大事な取り組みです。
よやくらぶの登録によって生産者を支えてくれているみなさんへの感謝を込めて、よやくらぶ利用の体験談を募集するキャンペーンを実施します。
「井戸端会議」に掲載された方には、お好きな消費材（税抜き1,000円以内）をプレゼントします！ QRコードからご応募ください。

タイトル：よやくらぶ感謝キャンペーン
設問1：予約している消費材
設問2：希望する消費材
設問3：ペンネーム
設問4：体験談（よやくらぶを利用し始めたきっかけや、よやくらぶのメリット、予約している消費材のおススメポイントなど自由にお書きください。

応募締切：5月31日（日）

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 税込3,000円まで）

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

♪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。

4月 まち江東 まち運営委員会 会議報告

4/10　実出席5人　オンライン1人(以下は主な討議報告事項)
まち委員・消費メッセージ委員承認、豊洲・東雲・有明拡大、環境フェア・子どもまつりの企画内容、豊洲スタイルマーケット、夏ギフト利用促進活動、テーマ商品材「牛乳」について 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）でお返しください＞

まち江東行き

	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：
	5/14　麹作りに参加する	大人　名　子ども　名（年齢：　　）
	5/16 夏ギフト試食会に参加する	大人　名　子ども　名（年齢：　　）
	5/17 こどもまつりのお手伝いができる	希望時間：
	6/7 環境フェアのお手伝いができる	希望時間：
	広報誌作成に協力したい	
	メルマガ作成に協力したい	

ご意見・アイディ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。