

ゆめひこう

2022年 12月号

発行：23区南生活クラブ まち大田
TEL：5426-5218 (コールセンター)
FAX：5748-0314 (事務局)
発行責任者：まち運営委員長
沖田 くみ子
2022年12月5日発行 生活クラブ



まち大田組織概要(10月末日現在)
組合員数 3,091人
(班：246人/班数64 個配：2,845人)



新米とたまごの学習会

* 学習会の詳細は2頁の
企画欄で確認ください



生活クラブのお米ここがおススメ！

- * 生産者と消費者で協力してつくりあげた「共同開発米」
- * 種もみの消毒は薬品ではなく「温湯消毒」
- * 丁寧な代かきで雑草の種を深く埋め込む
- 雑草対策で減農薬
- * 地域の酪農・畜産生産者と協力して有機肥料を活用します

<https://youtu.be/rchn3C6rIAk>

食をつむぐ人たち <お米篇> (YouTubeにリンクします)



毎日食べるご飯が産地を救う

よやくらぶ



定期的にお米やたまごが届く「よやくらぶ」は継続的に食べる約束によって通常価格よりおトクな値段に。私たちには、安定して供給してもらうことができ、生産者には安定収入につながることで若手の就農の励みになるうれしいシステムです。



(よやくらぶにリンクします)

防災企画マイ・タイムライン教室

12/12(月)

10:00～12:00

蒲田ちいき

マイ・タイムラインとは、事前に「いつ」「誰が」「何をするか」を整理しておく避難行動計画です。いざという時に落ち着いて行動できるよう、お住いの地域の特性を踏まえたマイ・タイムラインの作成や風水害の備えを一緒に学びましょう！

場所：消費者生活センターグループ活動室（大田区蒲田5-13-26）
定員：15名（×切後当落結果を全員へメールにて連絡）
申込×切：12月1日（木）締め切り後の申し込みはコールセンターへお問い合わせください 参加費：無料 託児はありませんがお子さん連れOK

12/16(金)

10:30～12:30

クッキングLabo
(消費委員会)

12月クッキングLabo(消費委員会)～新米と卵の学習会～
毎月開催している消費委員会、別名クッキングLabo（ラボ）では12月は新米と卵の学習をして消費材を応援！おにぎりとおいしいゆで卵の作り方とお米の炊き方もご紹介します。材料の準備がありますので必ずお申込みください。×切後も空きがあればご案内可能です。

場所：生活クラブ大田センター3F(大田区仲池上1-19-12)
定員：20名（×切後当落結果を全員へメールにて連絡）
申込×切：12月9日（金）
参加費：無料

1/12(木)

10:00～12:00

リバーサイドちいき

普段の生活から防災を意識して暮らそう ～子ども連れでの避難&回転備蓄～

講師 だっことおんぶの専門家 柳川友紀さん
災害時の幼児との避難は、だっこやおんぶが力を発揮します。身近にあるものを使用し、実践しながらお話を聞きましょう。また、災害に備えて、お勧めの回転備蓄消費材を紹介します。試食あり。お子様連れはもちろん、単身の参加も大歓迎！

場所：大田消費者生活センター講座室&調理室(大田区蒲田5-13-26)
定員：15名（×切後当落結果を全員へメールにて連絡）
申込×切：1月9日（月） 参加費：無料

1/28(土)

10:00～12:00

大森ちいき

東京直下72時間ツアーを体験しよう！！

日本で唯一の防災公園で地震発生後72時間の生存力をつける体験学習ツアーに参加します。
なぜ72時間3日間が大切なのかタブレットを使って防災クイズにチャレンジしてみましょう。

場所：東京都江東区有明3-8-35 東京臨海広域防災公園
(国際展示場駅10:00集合) (そなエリア東京)
定員：会場15名 (×切後当落結果を全員へメールにて連絡)
申込×切：1月18日（水） 参加費：無料

まち大田イベント一覧へ移動、参加したいイベントを選んで、お申込みはこちらから♪
検索欄【大田 23区南イベント】で検索も可



エコメッセの講師をお招きし金継ぎ体験&交流会を開催しました。
芸術の秋も深まり、各テーブルで美しく器が甦る過程を楽しみました。
乾かすのには1週間、また思い出の器が戻っていくのは嬉しいですね。
好評を得ましたので、ぜひまた企画したいです。



10/28 「性教育～いのち、人権を守る教育」第1回

10月28日に助産師黒田康子さんを講師に招いて行われました。
プライベートゾーンを伝える絵本「だいじだいじどーこだ？」の読み聞かせに始まり、オムツ交換やトイレトレーニング時に出来るプライバシーや羞恥心に配慮した言葉かけなど、体験談も交えてわかりやすく紹介されました。子どもが成長したとき、あるいは幼児期においても預け先等で性的暴力にあう可能性があることや、加害者にもなる可能性があることを子どもに携わる人は意識する必要があると指摘されました。同意の概念や、意思表示の大切さと共に「性暴力は魂の殺人です」との言葉が印象的でした。日本において学校の性教育は政治的判断で外されている状況であることも報告があり、大人の都合ではなく、子どもの知る権利を妨げることなく、自分自身を守ることにつながる「性教育」は適切に行われるべきだと感じました。本学習会はシリーズで企画されており、あと2回行われます。

11/1 華やか！クリスマス・正月用品試食会

蒲田ちいき ❀ 🍷 クリスマスお正月用品試食会開催しました 🍷
完成品のローストビーフを注文したつもりが、まさかの生肉！？ 😲
急遽ピオサポレシピのローストビーフのバルサミコソース添えを参加者の皆さんと作ることに
なりました。腕と手際の良い方ばかりで、素晴らしいプレートランチが出来上がりました。どの
消費材も大好評でした！生活クラブの消費材で美味しいクリスマス・お正月が間違いなしですね♡

- 〈本日のラインナップ〉
- 🍷 ローストビーフ
 - 🍷 スモークサーモン
 - 🍷 バスクチーズケーキ
 - 🍷 伊達巻
 - 🍷 丹波の黒豆
 - 🍷 ニシンの昆布巻
 - 🍷 オードブルかまぼこ



11/3 華やか！クリスマス・正月用品deウエルカムパーティー

☆センターエリアちいき☆クリスマスお正月用品ウエルカムパーティー 開催報告

@大田センター

西馬込・南馬込の地域限定新規組合員3名、1ゲスト家族、
を迎えたクリスマス・お正月用品deウエルカムパーティーは
参加者総出でミニおせち重を詰めました。

定番の伊達巻、かまぼこは市販品との違いを説明し、
また和洋中パーティセットは内容の豪華さには
リーズナブルなので、皆さん驚いていました。

ゲストの方は添加物の心配のないおせちを探していたので、
当日加入をしてくださいました 🍷



11/5 「ゲノム編集」の何が問題？

会場参加15名 オンライン参加7名での開催となりました。

副題を～「ゲノム編集」を正しく理解するために～としまして、食糧危機を救う新技術などと、よい面ばかりがメディアで取り上げられています。不可侵かと思われる生命の遺伝子に人の手を加える倫理的側面の問題、動物虐待的側面、また小学校の教材に無料提供し広報を予定していることなど、問題が多々ある技術だと知りました。

私たちが避けている遺伝子組み換え技術とほとんど変わらないのですが「ゲノム編集」と名称を変えて社会に浸透し始めています。一例として来年4月から市販品の「遺伝子組み換えでない」という表示がなくなってしまう、非遺伝子組み換え食品を選べない事態になってしまうそうです。

これらに対し私たちにできることも示唆していただきましたので今後も注視していきたいです。

11/8 整体師が伝える自宅で出来るセルフケア

ご参加の皆さま、ありがとうございました。

自分自身で手軽に取り組めるケア方法だけでなく、女性ならではの身体の特徴や取り扱いについてもお話いただき、とても勉強になりました。また、個別に抱っこ紐についてアドバイスをしてもらい、それぞれが充実した時間を過ごしました。

次回子育て広場は、ゆめひこう1月号でご確認ください。助産師による性教育シリーズ3回目です。



11/9シャボン玉石けん運動区長メッセージ面談報告

学校の石けん使用状況など、学校に関することはすべて担当部署が違うのでとお答えを聞けませんでした。

石けんの環境への負荷の低さを訴えましたが、国が売ってよいと認めている合成洗剤を区として特定して使用を控えるようには言えないそうです。

石けん推進の区の条例ができたら・・・と思いました。

区の環境対策課との面談に協力してもらった区議の庄嶋たかひろさんには活動内容に興味を持っていただきましたので、今後学務課への今回聞けなかった石けん利用状況などに加え、まちカフェで取り組んでいる有機給食についての聞き取りなどの活動にも協力していただきたいです。

パン粉レシピ
大募集中♡

テーマ食材 ～パン粉レシピ～

☆パン粉de肉まん☆



【材料(4個分)】

パン粉 80g(2カップ)
牛乳 105g
砂糖 大さじ1
お弁当用シューマイ 4個

*生パン粉でもできます。
その場合砂糖は入れず、
牛乳も半量です。

【作り方】

- ① ボウルにパン粉、牛乳、砂糖を入れてよくこねます。4分割しシューマイが包めるサイズに均等な厚みに丸く伸ばします。
- ② シューマイを真ん中にのせ包みます。
- ③ ラップで包み電子レンジで2分ほど加熱して出来上がりです。(M.A.さん)



生活クラブ生協が運営する「ビオサボレシビ」には、毎日の献立のヒントとなるレシピが6,000以上!

#ご飯のお供コンテスト

まち大田のSさんがグランプリに輝きました!!おめでとうございます!!
～野菜の福神漬～

材料(茄子、きゅうり、大根、蓮根、生姜など)

千切り生姜に軽く塩をふり、10分ほど置き、軽く絞っておきます。

醤油150cc砂糖100g酢大さじ4を煮立てて沸騰したら火を止め野菜を入れて全体に絡まったら野菜はざるに、煮汁は鍋に戻すこの作業を3回繰り返します。出来上がりは味が染み食感もパリパリしていてご飯が進みます。



22年度まち大田拡大計画は加入380人脱退20人純増120人です 10月新規組合員加入実績(実績/目標)

月末純増	4月～累計純増	加入	脱退	移動	組合員数
30/22	34/120	42/51	-21/-21	1/0	3,091/3,196

ビジョンフード9月実績

9月のパン粉利用高
146(前月比+48)

項目	9月実績	人員率(%)	目標まであと(人)	前月差	まちの目標人数
米	839	27.3	41	-12	880
牛乳	1,214	39.6	60	8	1274
たまご	1,571	51.2	23	0	1594

利用高 10月 (10月月初組合員数 3,069人)

利用高(円)	前年比(%)	計画比(%)	利用人数(人)	計画世帯当たり(円)	実績世帯当(円)
71,230,242	97.7	96.7	2,646	24,704	26,920

まち大田のサークル活動

※ 初めて参加される方、問合せは下記通信欄へ氏名・連絡先・内容をご記入の上提出下さい。こちらから連絡いたします。
また新型コロナウイルスの影響により急遽中止となる場合がございます。

◎ヨガサークルニャーナ(nāna) (参加費：500円)

YOGA初心者でも大丈夫です。呼吸に合わせて少しずつ体をほぐしていきましょう。

10:30~11:45 場所：トミンタワー集会室(多摩川2-24-26)*エントランス入って右奥

今後の日程：12/18(第3日)、1/15(第3日)、2/19(第3日)

◎手作りサークル(材料費：実費) 場所：大田区立消費者生活センター

12月16日(金) 10:00~12:00 パラ のピースブローチ作り、ミニクリスマス作品展(一品持ち寄り)

1月27日(金) 10:00~12:00 ルートブリックの図案と色どりのピースブローチ作り

※材料準備のため、通信欄より申込をお願いします。

◎ちくちくの会 場所：大田区立消費者生活センター2F調理室

12月7日(水) 10:00~14:30 マフラー、ネックウォーマーなど

今回は手巻き鮎です。参加費1,000円、非組合員1,200円(材料費・ランチ代込み)

1月11日(水) 10:00~14:30 マフラー、ネックウォーマーなど

参加費700円、非組合員900円(材料費・ランチ代込み) 持ち物：毛糸、かぎ針、棒針



※参加の際は
飛沫感染防止
のためマスク
の着用をお願い
します!

◎小さなお話し会~「生活と自治」を読む~

参加者が持ち寄った本や通信誌、DVDの貸し借りなどで話題が広がります。特集や小さなコラムまで 皆でおしゃべりする時間が楽しいです。初心者大歓迎!(3方向から換気を徹底しています)

*12月21日(水) 13:30~15:00 「生活と自治12月号」を読みます。

*1月25日(水) 13:30~15:00 「生活と自治1月号」を読みます。

会場：山本宅：環境まちづくりNPOエコメッセ下丸子店(大田区下丸子3-12-5)の隣り。東急多摩川線の下丸子駅から徒歩3分ほど。お飲み物持参でお願いします。

◎エコライフ(参加費無料) 場所：大田センター

手仕事しながらお喋りしませんか?リメイクしたいものや毛糸など各自ご持参ください。

12月22日(木) 13:00~ 出入り自由

まち大田 広報紙『ゆめひこう』12月号 通信欄

参加申し込みはFAX(5748)0314または配達便で大田センターに提出して下さい。

○	開催日	企画名	託児×切	申込×切
	12/16(金)	12月クッキングLabo(消費委員会)~新米と卵の学習会~	なし	12/9(金)
	1/12(木)	普段の生活から防災を意識して暮らし ~子ども連れでの避難&回転備蓄~	なし	1/9(月)
	1/28(土)	東京直下72時間ツアーを体験しよう!!	なし	1/18(水)

名前：

加入1年未満 3年未満 3年以上

☎：

住所：

E-mail：

通信欄 (ご意見・サークルのお問合せなどはこちらへご記入下さい)
(キャラバンお手伝い希望の方は日時を書いてください)

※こちらにご記入頂いた個人情報は、まち活動の目的の範囲に限り使用いたします。

6 * 注文用紙・通信欄その他事務局への提出物は通い袋に入れ返却するカタログ類とは別にしてください!