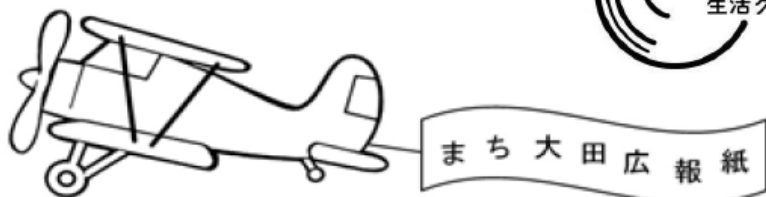


# ゆめひこう

2023年 9月号



発行：23区南生活クラブ生協  
まち大田  
TEL：5426-5218  
(コールセンター)  
FAX：5748-0314 (事務局)  
2023年9月4日発行

まち大田組織概要(7月末日現在)  
組合員数 3,076人  
(班：233人/班数59 個配：2,843人)

お待たせしました！9/23(土)  
豚肉生産者交流会 開催決定♪



## おいしさも食料自給率もお米でアップ！

生活クラブと平田牧場が提携して、今年で44年。おいしい豚肉を届けるための試行錯誤をとともに重ねてきました。トウモロコシや大豆の油かす、大麦などをブレンドした豚の飼料に、平田牧場では飼料用のお米をプラス。それぞれの配合割合は、肉質のいい豚になるようにと研究してたどり着いた独自のものです。遺伝子組み換えや収穫後の農薬散布の心配がない植物性中心の飼料を、豚の成長に合わせてあたえています。こうして育った豚の脂身は、米や大麦のでんぷんによって独特の甘みと旨みが加わり、舌先でさらりととろける食感になるのです。さらにおいしい豚肉をめざし、飼料の最適な配合バランスを見つけるための模索は今も続いています。

まだ注文したことのない方はもちろん、生活クラブの豚肉のファンの方も、この貴重な機会に生産者と交流し一緒に知識を深めましょう♪ 豚肉の試食もお楽しみに！

詳しくは2ページをご覧ください →

☆ 生活展に出展します ☆

10月1日(日)に4年ぶりの通常開催となる『第50回 大田区 生活展』に、生活クラブ・まち大田も主催の1団体として参加します！会場では、消費者団体の展示や講座、物販、ステージやスタンプラリーなど、大人も子どもも楽しめる催しがいっぱいです。

消費材がもらえちゃうかも♪ご家族で遊びにいらしてください。

催しの内容や消費者講座の申し込み方法はWebページをごらんください！

『大田区 生活展』で検索 🔍

当日のお手伝いも大募集します！

詳しくは2ページをご覧ください → 1



## 豚肉生産者交流会(オンライン&ランチ会)@大田

**9/23(土)**

10:00~13:00

まち大田  
運営委員会

生活クラブの豚肉が美味しい理由を、生産者さんから直接伺える貴重な機会です。ゲストの方も大歓迎。豚肉の試食もお楽しみに！大田の視聴会場にて、他の参加者と一緒にオンラインで生産者と交流します。

場所：消費者生活センター2F調理室（大田区蒲田5-13-26）  
定員：20名(×切後当落結果を全員へメールにて連絡)  
参加申込×切：9月15日(金) 参加費：無料  
託児：組合員無料、未加入者・ゲスト500円 定員：5名  
託児申込×切：9/15  
持ち物：飲み物 お子さん連れOK！

## 第50回 大田区生活展に出展します！

**10/1(日)**

9:30~15:30

まち大田  
運営委員会

『第50回 大田区生活展』当日のお手伝いを大募集します！  
(2時間1500円+交通費)複数選択OK！  
①9:30-11:30 ②11:30-13:30 ③13:30-15:30  
※①は準備、③は片付けを含みます。

場所：消費者生活センター（大田区蒲田5-13-26）  
定員：なし(×切後当落結果を全員へメールにて連絡)  
申込×切：9月18日(月)  
持ち物：なし ※お子さん連れでのお手伝いはできません

## ～台湾式官足法～

## 脚もみde全身セルフケア講座第3弾！

**10/27  
(金)**

10:00~12:00

センターエリア  
ちいき

2

吉野洋子先生から脚もみを一緒に学び、体も心もぽっかぽかになりましょう。先生のお話もとても勉強になりますよ。

場所：大田センター（大田区仲池上1-19-12）  
定員：17名(×切後当落結果を全員へメールにて連絡)  
申込×切：10月20日(金) 参加費：無料  
持ち物：白湯500ml、手ぬぐいやタオル、ヨガマット又はバスタオル  
※ゆるいズボンでお越しください。  
※食事は1時間前にお済ませください。  
お子さん連れ大歓迎！

## 水辺の調査@せせらぎ公園

**10/29**  
**(日)**

14:00~16:00

まち大田  
運営委員会

緑豊かなせせらぎ公園で自然観察と湧水の水質調査を行います。広い芝生の上で午後のお茶会も行います。どうぞお気軽にご参加ください。

場所：せせらぎ公園（田園調布1-53-10）  
定員：15名（×切後当落結果を全員へメールにて連絡）  
申込×切：10月20日（金） 参加費：無料  
持ち物：筆記用具 飲み物  
お子さん連れ大歓迎！小雨決行します（詳細はメール連絡します）

## 9月~10月キャラバン重点拡大活動を行います！

みかんジュースの試飲、おすすめ消費材の試食も用意しますのでお友達を連れて、又はお気軽に是非お立ち寄りください。お友達（大田区在住）をお連れの方はささやかな消費材プレゼントを差し上げます。

また、その方が加入された場合は双方に1000円相当の消費材をプレゼント！

東雪谷・南雪谷地域  
9月の予定

★キャラバンお手伝いも大募集します 複数日OK！  
ご希望の日時を書いてゆめひこう通信欄からお申込みください  
2時間1500円+交通費

毎週水曜日10:30~12:30 @東調布公園機関車近く(南雪谷5-13-1)

毎週木曜日14:30~16:30 @東雪谷2丁目公園付近

(東急池上線石川台駅徒歩1分 サツスポーツクラブ雪ヶ谷向かい)



**SEIKATSU  
CLUB  
DENKI**

好評につき期間延長！『ご契約が確定された』

まち大田組合員には  
庄内遊YOU米 5キロをプレゼント☆  
環境にやさしい生活クラブエナジーの  
webサイトはこちらから →



23年度まち大田拡大計画は加入380人脱退255人純増125人です

7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
-1/11	12/125	24/36	-25/-25	0/0	3,076/3,148

利用高 7月

利用高 (円)	前年比 (%)	計画比 (%)	利用人数 (人)	世帯 当たり(円)	実績世帯 当たり(円)
70,719,406	100.5	100.2	2,666	22,983	26,526



ビジョンフード実績

6月の利用数量  
生乳100%ヨーグルト  
1,120(先月比-208)

	23年度	目標	6月実績	目標まで あと(人)
米		877	806	71
牛乳		1267	1,219	48
たまご		1597	1,544	53

## 開催企画の ご報告

7/10 (月) リバーサイドちいき  
ライフプラン講座 ゆるやかな老い支度～老後資金2000万円必要なの?～

講師に寺田 滋子氏をお迎えしました。老後の生活について、年金、資産、住まいについて、幅広い内容でした。講座後、消費材の試食（バターチキンカレーと豆カレーの食べ比べ）をしながら、お話にも花が咲き、有意義な会となりました。



～台湾式官足法～脚もみde全身セルフケア講座 2ちいきで開催がありました

7/14 (金)  
センターエリアちいき 第2弾!

スタッフ含め14名(お子さん1名)の参加でした。今回もリピーターや初参加の方々ととても賑やかでした。

いつも足裏にクリームやオイルを塗りますが、先生は小野田製油のごま油がお気に入りとのこと、ご自宅でもクレンジングや頭皮マッサージに使っているそうです。官足法の説明の合間に消費材の話も出来、組合員同士の交流も深まりました。

次回は10/27(金)です。ご参加お待ちしております。

7/20 (木) in蒲田ちいき

スタッフ含め13名(お子様も2人含む)が参加されました。

足つぼの一連の流れの中で、参加者から身体の不調な部分など自然とお話が出てきました。先生から丁寧に解説して頂き、試すこともできました。つぼを押さえるときに使うオイルは、小野田製油所のごま油が一番!だそうです。参加者からは、顔にも使えるよ!など、消費材の話でも共有できて、楽しい会となりました。

7/8 (土) まち大田運営委員会  
庄内遊YOU米生産者交流会  
(オンライン+試食) @大田

組合員のご家族もいらしてスタッフ含め14名とにぎやかな開催でした

新規の組合員は少なかったのですが、参加された方々は庄内遊YOU米生産者と長年利用しているスタッフ組合員の、熱い消費材への思いを感じられる会となりました。試食で使った味噌や野菜などもぜひ利用したいという感想でした!





SEIKATSUCLUB.MACHIOOTA

まち大田のお得な情報を発信しています！

『生活クラブ まち大田』 で 公式アカウント検索

Instagram



Facebook



LINE



♪ 2023年度テーマ消費材  
生乳100%ヨーグルト レシピ♪



ビオサポレシピより！ヘルシー練乳パンナコッタ

生クリーム不使用、材料は4つ。とっても爽やか。

材料 4人分

プリン容器4個／【1個あたり98kcal】

牛乳150g  
練乳（加糖コンデンスミルク）大さじ3・60g  
ヨーグルト150g  
ゼラチン5g

作り方

- 1 プリン容器を水でぬらしてバットに並べる。鍋に牛乳・練乳を入れ攪拌しながら温め、沸く前に火をとめ、ゼラチンをふりまぜる。
- 2 とけたら鍋底を氷水等で冷やしはじめ、40度（指が入るくらい）でヨーグルトを混ぜ、とろみが出てくるので容器に流す。気泡ができたなら竹串でつぶす。
- 3 冷蔵庫で1～2時間冷やしてできあがり。フルーツをのせてどうぞ。

コツ・ポイント

- 温度がやや高いとヨーグルトは若干分離しますが、そのままかためても問題なく出来上がります。
- ゼラチン・ヨーグルトがないとき・・・『牛乳300g・練乳60g・片栗粉大さじ3』を牛乳もちの要領でゆるーくカスタード状にねって容器に流すと、子供受けする優しい甘さの練乳デザートが出来ます。

♪ ヨーグルトを使ったヘルシーデザート☆  
ぜひ お試しください ♪

生活クラブのリユース・リサイクル『グリーンシステム』にご協力を！！

牛乳びん・牛乳キャップ・カタログの入ったフィルム・消費材や予約野菜の入ったピッキング袋・Rびん・鶏卵パック・カタログ類は、生活クラブへ返却を、よろしくおねがいたします！

☆配達員さん&まち委員Mさんより☆

Rびんのラベルがきれいにはがせない時や、キャップが硬くて取れない時は、そのままの状態でも返却して下さってOKです！

持ち手のついたピッキング袋は、ついごみ袋として使いたくなりますが・・・  
底を開けた状態で、返却をお願いします！皆さんの小さな積み重ねが大切です！

## 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。  
また都合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(nāṇa) (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。

お子さんと一緒にどうぞ。(お子さん無料)

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: 9/17(第3日曜日) 10/15(第3日) 11/19(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

9月22日(金) 10:00~12:00 お好きなデザインのビーズブローチ、シープスキンのコサージュ、  
10月27日(金) 10:00~12:00 DNAのビーズ模型など

※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

9月13日(水) 10:00~14:30 2024年2月の大田区民フォーラムのための作品作り

10月11日(水) 10:00~14:30 お好みの布をお持ちください

参加費700円、非組合員900円(材料費・ランチ代込み) 持ち物:裁縫道具

### ◎小さな話し会~「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。初参加大歓迎!(3方向から換気を徹底しています)

9月27日(水) 13:30~15:30 「生活と自治9月号」を読みます。

10月25日(水) 13:30~15:30 「生活と自治10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3-12-6)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。

9月27日(水) 13:00~ 出入り自由



参加の際の  
マスクの着用は  
個人の判断でOK

## まち大田 広報紙『ゆめひこう』9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	申込み切
	9/23(土)	豚肉生産者交流会(オンライン&ランチ会)@大田	あり	9月15日(金)
	10/1(日)	生活展お手伝い 希望時間帯にも○をつける ①9:30-11:30 ②11:30-13:30 ③13:30-15:30	なし	9月18日(月)
	10/27(金)	~台湾式官足法~第3弾!	なし	10月20日(金)
	10/29(日)	水辺の調査@せせらぎ公園	なし	10月20日(金)
	9・10月	キャラバンお手伝い 月 日( ), 月 日( )	なし	ご希望日の 前の週の配達便

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や、きんとん雲・  
まち委員にご興味のある方はこちらへご記入下さい)



※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