



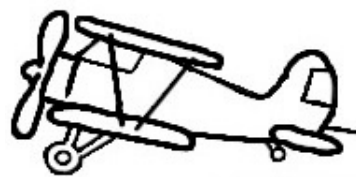
ゆめひろ

2025年6月30日発行

発行：23区南生活クラブ生協まち大田

TEL：03-5426-5218（コールセンター）

FAX：03-5748-0314（事務局）



まち大田広報紙

2025年 7月号

まち大田概要（5月末日現在）
組合員数 3,080人
（班：245人/72班 個配：2,835人）

コーディネーター
・ケア者は必読！



7月1日からエコロ助け合い制度が すこーしだけ変わります！

エコロとは？

組合員同士のたすけあいと地域福祉の推進のための生活クラブ独自のしくみ

この度、少しだけ制度を見直して、より利用しやすくなりました。

◎コーディネーターとは…エコロ依頼者とケア者をつなぐ役割

コーディネートが成立したら、800円 → 1200円

不成立でも、500円 → 600円

◎ケア者とは…まちやちいきの企画や会議時に託児をする役割

ケアするお子さん1名に対して、最大2名のケア者がつくことができるようになりました。

月齢の小さなお子さんや活発なお子さんのケアも、安心感が高まりますね。

ケアの申請がwebでできるようになりました。

この、“コーディネーター”や“ケア者”は、人と関わるのが好き！子どもと触れ合いたい！

そんな組合員さんならばどなたでも登録することが可能です。詳しく知りたい方は、

6ページ通信欄に記入をして提出してください！

その他、日常の困りごとやちょっとしたお願い事などを

ご近所の組合員に頼みたいときは、エコロのケアが使えます。

頼める組合員がいない。そんな時は、コールセンターへお電話して
依頼内容をお伝えください。

コーディネーターからご連絡がいく仕組みになっています。



※家族間（親子・兄弟姉妹）の依頼や、サークル活動内での依頼にはエコロは使えません。

※専門的な看護や介護などには対応できません。

※一般的に高額な料金が発生するような事例には使えません。

（例えば…七五三の着付けをお願いしたい、交通費がかかる送迎、など）



7月15日(火) 10:00-15:30 大田センターへ行ってみよう まち運営委員会

組合員のみならず、大田センターへいらしたことはありますか？！
毎月1回のお楽しみ！まち委員提案のコーナーや様々な試食をご用意して、まち委員が元気いっぱい
お迎えします。生活クラブのことが気になっているお友だちがいたら、消費材を味わうチャンスです♪
大田センター内の探検もできちゃうかも？！
ご家族やお友だちと一緒に遊びに来てくださいね。

場所：生活クラブ大田センター（仲池上1-19-12）

参加費：無料

※託児はありませんがお子さん連れOKです。

※当日開催時間内に直接会場へお越しください。

今年度、お友達が紹介で加入したら
紹介した人加入した人両方に、
まち大田からとんかつソースを
差し上げます！（後日配達便にて）
※プレゼントは変わることがあります



8月29日(金) 10:00-13:00 わくわく手作り！ウィンナー探検隊 消費委員会 ～（株）平牧工房生産者交流会～

生ソーセージの作り方を教わりみんなで作ってその場で茹でて食べます♪
当日は、生産者のハムやソーセージを使ったサンドイッチで交流しましょう

生産者：（株）平牧工房

場所：生活クラブ大田センター（仲池上1-19-12）

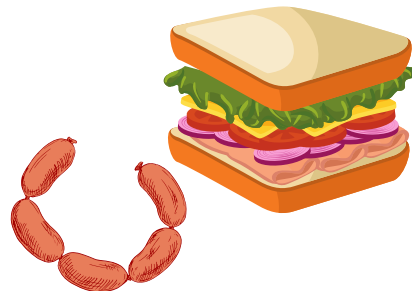
定員：30名

参加費：200円

持ち物：手拭きタオル

参加申込締切：8月8日（金）

※託児はありませんがお子さん連れOKです。



9月6日(土) 13:00-15:00 「子どもも楽しい！秋野菜のプランター 大森ちいき 栽培講座＆ピンチョス作り」

講師に小林宙さん（全国の伝統的な野菜の種“固定種”を販売する鶴頸種苗流通プロモーション代表）を
お迎えし「ミニプランターにブロッコリー（予定）を各自で植えて、栽培方法をプロから教えてもら
います。持ち帰っておうちで育ててみてください。ほかにも「野菜の葉っぱ比ベクイズ」「消費材を
使ったピンチョス作り」など、お子様でも楽しめる内容を予定しています。固定種の種のお土産もあり
ます！

場所：消費者生活センター 第4会議室（蒲田5-13-26）

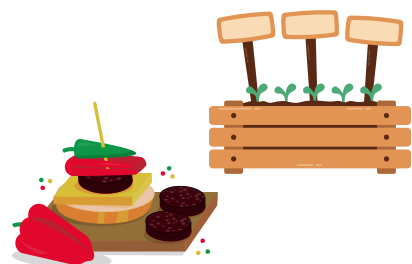
定員：12組30名

参加費：200円

持ち物：園芸用手袋、スコップ

参加申込締切：8月22日（金）

※託児はありませんがお子さん連れOKです。



※どの企画も締め切り日以後にお申込みいただいた場合は、ご参加いただけません。
※申し込みされた方全員へ、締め切り日以降に主催者から連絡します。

企画開催のご報告

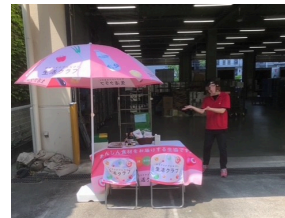
4/26 ヒトナミプチマルシェに出展します！

土曜日のランチ営業中での出展でしたが、にぎわった店内でミカンジュースとケチャップの試食をしていただき、生活クラブのことをお伝えでき、加入につながりました。



5/15 大田センターへ行ってみよう！

さわやかなお天気の中、ご近所の方々の散歩道に面したところで、事務局スタッフとまち委員と一緒に、試飲・試食の案内を楽しみました。ご近所の方々には、生活クラブの消費材はここから配達しているんですよ、とお伝えしたら、驚かれていました！地域の方々に根付く場所になることを目標に定期開催を目指しますので、おみかけの際はぜひ立ち止まってくださいね♪



5/30 金継ぎ体験&夏ギフト消費材トーク

初めて金継ぎと夏ギフトの試食を同日開催しました。傷を隠さず輝きを施す金継ぎは、不完全さを受け入れる強さと優しさを感じさせます。金継ぎサークルや子育てサークル設立希望の声もあり、関心のある方や運営協力者は通信欄へご連絡ください。循環する社会を。生活クラブの集いからみんなで歩みたいのです。参加者は14名（内スタッフ5名講師含む）でした。



5/30 ミニ講座からだの話+夏ギフトの試食（軽食）

参加者12名、スタッフ4名（講師含む）の16名が集まりました。からだの話では、私達の体の健康を維持する為に重要な役割を果たしているリンパについて学びました。試食では、卵サンドの軽食と一緒に夏ギフト（果実酢の牛乳割りや炭酸割りと生チョコ、数種類のお焼き）を味わいながら交流を深めました。

「改めて、生活クラブの消費材の素晴らしさ、おいしさを感じた」「若い世代の参加があって良かった」「体がスッキリした」「リンパの話がよかった」「ストレッチやってみます」などの感想をいただきました。



6/1 「グルテンフリーってなーに？」米粉の肉まん作り

発酵いらず、アレルギーの出にくいグルテンフリーの米粉の皮を作り、まちのおすすめ消費材のひき肉で肉まんをつくりました。蒸し時間におまにかねのおやつタイム。自己紹介、おすすめ消費材、気になっていること、加入のきっかけなどを話していただきました。お子さん連れの若い家族連れが多く、それぞれに話が盛り上がり、にぎやかで楽しく開催できました。やはり土日の開催をのぞむ声が多く、次回の参考にしたいと思います。大人12名、子供10名(内ゲスト3組)、スタッフ3名が参加しました。



【23区南ブロック企画】

**ビギナーさん、ようこそ！
なんでも聞いてすっきり！
オンラインおしゃべり会**

＜開催時間 20～21時＞

生活クラブを始めて、お困りごとや分からないこと、知りたいことはありませんか。

配達時いつも受け取れるわけじゃないし、夜遅くだと電話も通じない、どうしよう。という、ちょっとしたお悩みにベテラン組合員が答えるおしゃべり会を、月に一度 Zoom開催します。ぜひご参加ください。



日程の確認と
申し込みはこちら

【煮込みハンバーグ】（4人前）

（ハンバーグ種）

豚肉ひき肉 480g

玉ねぎ 1個

パン粉 一掴み

牛乳 大さじ2

卵 1個

真塩 小さじ1/2

胡椒 好みで

ナツメグ（あれば） 1-2振り

（ソース）

しめじなどのキノコ 1パック

人参 小さめ1本

（他の好みの野菜でもOK）

ケチャップ 大さじ3

とんかつソース 大さじ2

ローリエ（あれば） 1枚

- ①ボールにパン粉と牛乳を入れてふやかしておく
- ②玉ねぎをみじん切りにして1のボールに加える
- ③ひき肉、卵、調味料も加えてよく練って8等分にする
- ④フライパンに油をしいて中火で温めハンバーグ種を焼く。
焼いている間にキノコをほぐし、人参を5mm厚さの輪切りにする。
- ⑤両面に焼き色がついたらソースの材料をすべて加えて蓋をして中弱火で煮込む。
15-20分ほどで程よくとろみがつけば出来上がり。

※辛口が好みならとんかつソースの代わりにウスターソースを使用してもよい

※きのこや野菜が多い時はケチャップとソースの量を増やす

豚ひき肉のおすすめレシピ



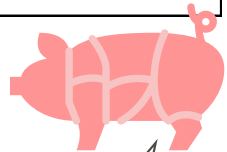
<豚肉ひき肉480g>

予約価格：818円（税抜）

予約注文番号：800623

※毎週または隔週のお届け

※通常注文価格より30円オトク



予約して食べよう！

よやくらぶ

* 通常よりもオトクな予約価格

* 自動で手間なく注文・お届け

* 生産者のつくるチカラに

* よやくらぶだけの品目も！



2024年度まち会計報告

まち大田のサークル活動



初めて参加される方・問い合わせは6ページ通信欄へ、氏名・連絡先・内容をご記入の上、配達便にてご提出ください。こちらからご連絡いたします。都合により急遽中止となる場合もございます。

・ヨガサークルニャーナ (ñāna) 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) ※場所変更の場合は申込者にお伝えします。

場所：トミンタワー集会室 (多摩川2-24-26) ※エントランス入り右奥です

日時：7/20 (日) 8/17 (日) 9/21 (日) 10:30~11:45

・手作りサークル 参加費：材料実費

好きなデザインのブローチを作ります！動物・植物何でもビーズブローチに仕上げます。

場所：大田区消費者生活センター (蒲田5-13-26)

日時：7/25 (金) 8/22 (金) 10:00~12:00

・ちくちくの会 参加費：700円 非組合員900円 (材料費・ランチ代込み)

手縫い仕事をいたします。

場所：大田区消費者生活センター2F調理室 (蒲田5-13-26)

日時：7/9 (水) 8/13 (水) 10:00~14:30 持ち物：裁縫道具

*7月8日に経堂にある生活クラブのお店・デポーツアーを予定しています。

蒲田駅西口集合：交通費・昼食費実費 (詳細は申込者に連絡します)

人数が多い場合は先着順になります。主催者から連絡いたします。

・小さなお話会〜生活と自治を読む〜 参加費：無料

7月号特集は「水」。マイクロプラスチックとPFASについて一緒にお話しませんか？

日時：7/30 (水) 13:30~15:30 生活と自治7月号を読みます。

8/27 (水) 13:30~15:30 生活と自治8月号を読みます。

場所：山本宅 (環境まちづくりNPOエコメッセ下丸子店隣り)

東急多摩川線下丸子駅から徒歩3分ほど。持ち物：生活と自治 *初参加大歓迎！

・エコライフ 参加費：無料

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。

場所：生活クラブ大田センター (仲池上1-19-12)

日時：7/28 (月) 13:00~ 出入り自由

・ヨガの森 参加費：1000円

全米ヨガアライアンスRYT200修了講師による心と身体をほぐすヨガです。初心者の方も安心です。

場所：スタジオフォレスト (中央2丁目 文化の森すぐ)

日時：7/10 (木) 7/24 (木) 14:45~16:00

持ち物：ヨガマット、水、汗拭きタオル (ヨガマットはレンタル可/300円)

『生活クラブまち大田』で公式アカウント検索

まち大田のSNS、フォローお願いします！



SEIKATSUCLUB.MACHIOOTA



25年度のまち大田拡大計画は 加入350人 脱退300人 純増50人 です！					
5月 新規組合員加入実績（計画/実績） と 利用高					
月末純増	4月からの 累計純増	加入	脱退	移動	組合員数
3/7	50/18	30/28	-27/-22	0/1	3,080
利用高		前年比（％）	利用人数（人）	世帯当たり（円）※	
73,523,293		83.3	2,616	23,926	

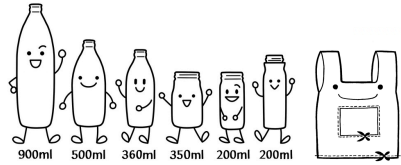


5月 ビジョンフード			
目標		実績	目標まであと！ （人）
米	963	1,072	達成！
牛乳	1,284	1,149	135
たまご	1,640	1,474	166
テーマ消費材 豚肉ひき肉	240	188	52

※今年度から世帯当たりの利用高を報告します。まちの今年度目標は25,401円です（まち大会第2号議案より）

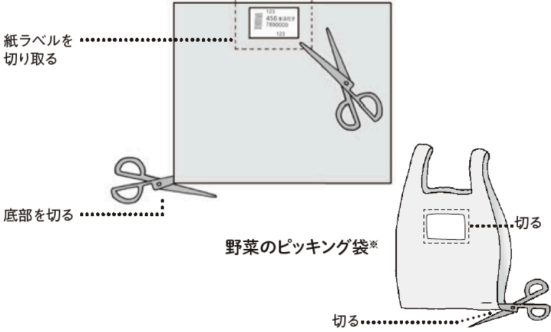
大田区のプラごみではなく生活クラブに返却を！

Rびん・P袋・卵パックの
返却をお願いします！



グリーンシステム | 生協の食材宅配 生活クラブ生協

「グリーンシステム」は、びんを回収・洗浄してリユース(再使用)・プラスチック類をリサイクルする生活クラブのしくみです。
※自治体の回収とは異なります。
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します！



まち大田広報紙 『ゆめひこう』7月号 通信欄
FAX 03（5748）0314 または 配達便で通い袋に入れて大田センターに提出してください

○	開催日	企画名	大人	子ども	託児希望	申込メ切
	8/29(金)	わくわく手作り！ウィナー探検隊 ～（株）平牧工房生産者交流会～	人	人	託児無	8/8(金)
	9/6(土)	「子どもも楽しい！秋野菜のプランター栽培講座 ＆ピンチョス作り」	人	人	託児無	8/22(金)

エコロコーディネーター・ケア者について詳しく知りたい	
----------------------------	--

氏名：_____ TEL：_____

☐加入1年未満 ☐3年未満 ☐3年以上

住所：_____

E-mail：_____

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