

玉川ニュース10月号

9月1日現在組合員人数 1,768人【世帯利用8月実績 22,389円（計画比 103.4%）】



冬ギフト試食会

家族にも、大切なあの人にも、
安心して食べてもらえる！
生活クラブの冬ギフトをご紹介します

10月30日(火)11:00~13:30
深沢区民センター(世田谷区深沢 4-33-11)
参加無料

スーパーの鶏肉と
生活クラブの鶏肉…
何が違うの？食べ
比べてもあります！

丹精國鶏のローストチキン 鰹炭火焼たたき
国産100%のチキンナゲット フライドチキン
日本の米育ち金華豚ステーキ フルーツインゼリー
ナッツチョコなど試食予定

お申込みは8ページ→

丸子川の水質調査をしよう！

玉川南ちいき

国分寺崖線からの湧水が何か所も流れ込んでいる丸子川の水質調査を毎年行っています。丸子川を歩いてみることで、環境の変化を感じることも出来ます。川の水調査セット（パックテスト）を使って検査をします。ぜひ参加しませんか！

日時：**10月15日（月）10:00～12:00** 雨天の時は17日になります。
（17日も雨の場合は22日か23日になります）

集合場所：上野毛自然公園 丸子川側

締切日：10月12日（金）締切期日に間に合わない方はFaxかWebでお申込みください。

参加費：無料

- ★ 歩きやすい服装でお出かけください。
- ★ 中止等の連絡を申込者に直接連絡をいたします。必ず連絡がつく電話番号をお書きください。



クリスマス・正月用品展示試食会

玉川南ちいき

クリスマス・お正月用品のサンプルを試食しましょう。市販品と何が違うのか、一緒に調理して、味を確かめて注文しましょう。定番のかまぼこ・黒豆・伊達巻以外にピッツア・ディナーフランク・飲茶セット・刺身など用意します。鶏肉とエビの料理も提案します。お友達も誘ってご一緒にお越しください。

日時：**11月6日（火）10:30～12:30**

場所：奥沢地区会館（奥沢7-36-9） 九品仏駅下車、浄真寺山門脇です。

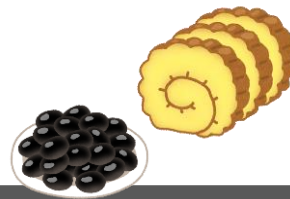
日時：**11月9日（金）10:30～12:30**

場所：等々力地区会館（等々力3-25-16） 等々力児童館と同じ建物です

参加費：無料

持ち物：エプロン、試食用お皿とお箸（等々力地区会館のみ）

*託児はありませんが、お子さんも一緒にどうぞ。



クリスマス・正月用品展示試食会

玉川西ちいき

クリスマス・お正月の定番品をはじめ、新規取り組み品の試食をしてお気に入りを見つけませんか？市販品とはひと味違うのにリーズナブルなお値段で、安全な生活クラブの消費材でクリスマス・お正月を迎えましょう！お友だちを誘ってお出かけください。

日時：**11月7日（水）11:00～13:00**

場所：生活クラブ世田谷センター（桜新町2-31-5）

参加費：無料 持ち物：エプロン

*託児はありませんが、お子さん連れでお越しください。



このページのお申込みは8ページ→



～食べ物だけでなく洗剤にも目を向けてみよう！～
 アスケー石鹸(株)さんに教えていただいたせっけんの
 使い方を紹介します、せっけんを楽しく使いましょう♪

これから毎月せっけんの使い方を
 リレー形式でお伝えします。

「固型せっけん」

洗濯にも台所にもオールマイティな無添加の固型せっけん。防災品のアイテムにも。

- 洗濯用としては、洗濯前に洗濯物の汚れのひどい部分を濡らして固型せっけんをこすり付け洗濯機に投入すると、汚れが落ちやすくなります。靴下の真っ黒汚れは、濡らして固型せっけんをこすりつけ力強くもむように洗ってください。
- キッチンではスポンジを濡らし表面を固型せっけんでこすってよく泡立ててから使います。液体せっけんより洗浄力があり、汚れものに強くスッキリと洗い上がります。流水で一枚ずつすすいでください。汚れものに強いからといっても、汚れのひどいものや油汚れは、紙やウエスでふき取るか、セスキ水※を食器等に直接スプレーし、少しおいてから固型せっけんで洗うと簡単に汚れがおとせます（キッチン用液体も同様）。

※セスキ水の作り方
 水 500ml に、セスキ炭酸ソーダ 小さじ 1（約 5g）を溶かしスプレーボトルに入れて使う。床や窓に吹きかけておそうじにも使えます。

「キッチン用液体せっけん」

おしゃれ着洗いやお風呂洗いにも使えます

- スポンジを使ってしっかりと泡立てて、ためすぎは避け、食器を数枚洗ったら流水で一枚ずつすすぎましょう。（汚れを包んでいた泡が食器に戻ってしまう前に流水ですすぐのが大切）
- おしゃれ着洗い（ウールやシルク等）としては、手洗いであらかじめ溶かしてから使用します。水温は低いほうが縮みを防止できます。汚れの気になる箇所はせっけん液をつけて部分洗いをします。洗濯物を桶にいれて全体を押しのようにして洗い、洗ったあとにはせっけん水を排水しせっけんをのこさないように3回ほどよくすすいでください。最後のすすぎの際に洗濯用リンスを数滴いれてから洗濯物を入れてすすぐと、より仕上がりがよくなります。

まち・玉川のテーマ消費材

「キッチン用液体せっけん」「固型せっけん」利用報告

(2018年8月1745人中)

キッチン用
 液体せっけん 利用数 **138** 個 取り組み人数 **101** 名 (5.7%)
 固型せっけん 利用数 **114** 個 取り組み人数 **87** 名 (5.0%)



自然界に存在する原料から作られたせっけんは、速やかにせっけんカスとなり、水環境にも負担が少なく、手肌にもやさしいです。まちやちいきの企画ではキッチン用液体せっけん・固型せっけんをお試しできますよ！是非参加してお試しください。

おすすめ
消費材

～いつもの注文にあと一品プラスお願いします～

「焼伊勢のり」 みえぎょれん販売株式会社



色・味・香りがよいのりです。これからの秋の行楽シーズン、海苔巻きや、おにぎりに是非使ってみてください。

消費材メッセージ委員会便り

黒磯米 生産者を迎える交流会～生産者にしめ縄作りを教わろう！～

黒磯米の生産者さんからお米の話聞きましよう。しめ縄作りも体験できます。

黒磯からきてくれる生産者さんに会える年に1回のチャンスです！

日時：11月15日(木) 10:30～13:00

場所：生活クラブ館地下スペース1・2

(世田谷区宮坂3-13-13/小田急線「経堂」駅徒歩3分)

定員：40名

参加費：生活クラブ組員 100円/ゲスト(生活クラブ組員ではない方) 200円

申込〆切：11月8日(木) 23区南生活クラブ生協のwebイベントページから申し込んでください。

持ち物：しめ縄をいれる袋 託児：ありませんが、お子さん連れokです。

主催：23区南生活クラブ生協消費材メッセージ委員会

問い合わせ：電話 03-3426-9914 23区南生活クラブ生協



お気に入りの消費材教えて！

わくわく大試食会で
まち・玉川担当の生
産者さんです。



「梅びしお」360円(税抜) 180g (有) 王隠堂農園

これ一瓶でメニューがグッと広がりますよ♪

<梅やっこ>豆腐の上面を少しすくい取り梅びしおを乗せる。

<蒸し鶏の梅和え>さっと茹での三つ葉を一緒に。

<梅きゅう>乱切りのキュウリにまぶす。<梅タコ>やく<梅長芋>も good!

<梅ドレッシング>梅びしおをだしてゆるめてからサラダ油を少しずつ混ぜ乳化させる。

<梅紫蘇手巻き寿司>のり+酢飯+紫蘇+梅びしお

<鯛の薄造り梅肉巻き>鯛の薄造りに梅びしおをちょっと塗って、万能ねぎ、三つ葉を巻く。



【まち・玉川ビジョンフード 予約実績】

登録状況

米 28.9%

牛乳 40.6%

鶏卵 47.9%

よやくらぶにご登録ください！

予約することで安全なものの安定した生産を支えることができます。

しかも通常価格より5～40円お得です。お休みも簡単にできますよ。

予約をして食べて、生産者さんを応援しましょう！

ビジョンフード
よやくらぶ

クッキングスタジオ BELLE 受講報告

以前から気になっていた生活クラブの料理教室クッキングスタジオ BELLE に行ってきました。この日は～雑穀料理でお招きランチ～メニューは：ミラノ風カツレツ・雑穀トマトソース・紫もち麦のサラダタブレ・にんじんと押し麦のスープでした。コンシェルジュが丁寧に指導してくださるので分かり易く、調理・試食もできてとても楽しい時間でした。帰りに隣りにあるデポーで食材を買って帰れるのもいいですね。是非お友達を誘って参加してみてください。



問い合わせ：クッキングスタジオ BELLE
世田谷区宮坂 3 - 13 - 13
TEL 03 - 5426 - 5213

季節の レシピ

里芋で
あと一品

里芋中 8 コを柔らかくなるまで電子レンジで 4～5 分チンして皮を剥く。(大きさが L の時は 4 コを縦割りにする)
塩・こしょう、薄力粉をまぶしスライスベーコンを巻き終わりが下面にくるようにゆるく巻く。上からフライ返しで平らに押しつぶす(厚さ 1.5cm ほど)。フライパンでナスと両面焼きスタヂを添える。



2018 年度の緊急物資受け渡し訓練に参加ください！！ 今年の物資はラップと水 500ml です



10月27日(土)地域にできているコミュニティで緊急物資受渡訓練を実施します。今年は7月西日本豪雨、8月台風21号の直撃、そして9月6日北海道で起こった震度7の大地震、このところ関東でも頻繁に豪雨や地震が発生しています。

このような災害などがあった時に、地域の組合員やお隣りなどご近所さん
同士で助け合える仕組みが生活クラブの「コミュニティ」です。人とのつながりを大事に地域の再生に取り組みもうと町丁目を基本に区切り、20～40人を目安に形成しています。

現在まち玉川には、次の5つのコミュニティがあります。①瀬田1・2丁目、②中町5丁目、③玉川台1丁目・用賀4丁目、④奥沢1・3丁目、⑤東玉川1・2丁目。

上記のコミュニティと同じまちに住んでいるけど「コミュニティにまだ参加していないわ～」という方はぜひご参加ください。組合員でないご近所さんも一緒に参加できますよ～。参加者には緊急物資が配布されますが、数に限りがありますので参加者全員に配布されない場合もあります。また、新しくコミュニティを立ち上げたい！という方もどうぞ。同じ地域で暮らす仲間が集まって顔を合わせて連絡簿をつくったり防災の話しを聞くなどコミュニティごとに楽しく防災力を高めましょう！！ (お申込みは8ページ)



第6回

協同村まつり

まち・玉川から参加すると、
参加費がひとり 100 円引き
になります！（※要申し込み）



協同村 HP
ブログもみてね！



日時：10月28日（日）10:00～14:00
場所：協同村ひだまりファーム あきる野市戸倉 863
参加費：500 円（未就学児時無料）
持ち物：レジャーシート・マイ箸

★秋川のほとりで木々に囲まれ、自然豊かな協同村のおまつりに行きませんか？
アスケー石鯨や和髙スパイスなどおなじみの生産者はもちろん、秋の味覚の収穫、組合員のフリマや、手作りお菓子などを販売する地元の自然派団体の参加があります♪食べて作って楽しんで、秋の素敵な1日をご家族でお過ごし下さい♪



試食はもちろん、せんべい焼き・
かつおぶし削り・マイ箸づくり
など盛りだくさん！



日時：10月20日（土）11:00～14:00
場所：大田センター 大田区仲池上 1-19-12
電車：西馬込駅より徒歩 15 分、または送迎車あり。



わくわく大試食会のくわしい内容は、毎月発行の「大試食会実行委員会ニュース」をみてね。または、こちらからもどうぞ。 → → → → →
♪当日、お友だちが生活クラブに加入すると、あなたとお友だちにプレゼントがあります！
みんなで来てね♪

まち・玉川の担当生産者です↓

梅干し・柿 昔ながらの本物の梅干し

300 名の生産者 100 名の職員
で構成された地域の共同体と
して安心、安全、環境を守る環
境保全型農業を実践、持続し
ています。



(有)王隠堂農園

せっけん 自然にもカラダにもやさしい

せっけんが人にも環境にも優れたものであることを広め、環境を守る為に組合員と利用を増やす活動をしています



エスケー石鯨（株）

当日一緒にブースをもち上げるスタッフを **大募集** します！

まち・玉川の担当は「☆王隠堂農園☆」「☆アスケー石鯨☆」です。試食や体験だけでなく、より生産者の近くで、イベントを満喫できる当日スタッフになりませんか？

時間：9:30～12:00（前半）

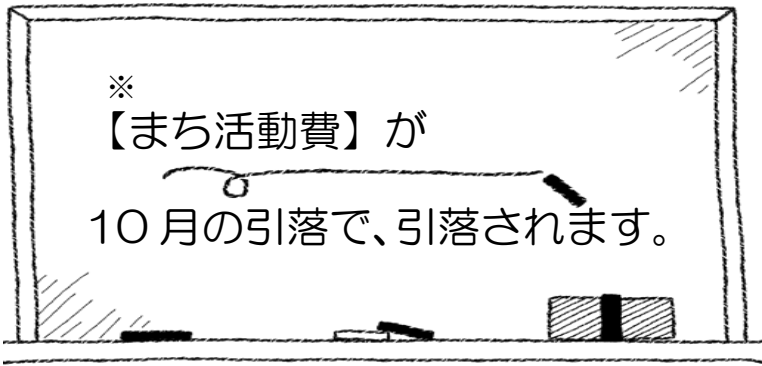
12:00～14:30（後半）

おてつだい以外の時間はご自由に試食会を回ってくださいね♪

★往復の交通費をお支払いします。

☆☆☆スタッフをしていただける方は8ページからお申込みください。☆☆☆
（応募多数の場合は抽選になります）





お知らせ
その1

※【まち活動費】ってなに？

生活クラブは、地域の組合員の自発的な活動によって成り立ちます。地域の組合員組織の単位が「まち」です。この「まち」の活動を支える経費を組合員全員で負担します。半年に一度、4月と10月に請求いたします。

お知らせ
その2

**9月3日から
カタログの回収が
はじまりました。**

(使用済みのカタログを配達の人に渡してください)

お知らせ
その3

生活クラブのお試しセットプレゼントちらしがOCRと一緒に届くので是非お友達に渡してご紹介してください





【イベントの申込み】

●HP（パソコン・スマホ・携帯）で申込み場合

23 区南生活クラブ イベント

検索

こちらのQRコードをお使いください。→



●FAX で申込み場合

下の申込用紙にご記入いただき FAX してください。

FAX 03-5748-0314

●配送便で申込み場合

下の申込用紙にご記入いただき、次回の配送便で配送員にお渡しください。

参加希望の欄に○をつけて配送便、または FAX で大田センターまでご連絡ください

○印	日付	企画名	
	10/15(月)	丸子川の水質調査をしよう！	大人（ ）人・子ども（ ）人
	10/20(土)	わくわく大試食会 当日スタッフ・9:30~12:00（前半）	※参加のみは「大試食会ニュース」またはウェブで申込んでください。抽選券プレゼント！
	10/20(土)	わくわく大試食会 当日スタッフ・12:00~14:30（後半）	
	10/27(土)	コミュニティの緊急物資受渡訓練	
	10/28(日)	協同村まつり	大人（ ）人・子ども（ ）人
	10/30(火)	冬ギフト試食会	
	11/6(火)	クリスマス・正月用品展示試食会	（玉川南）
	11/7(水)	クリスマス・正月用品展示試食会	（玉川西）
	11/9(金)	クリスマス・正月用品展示試食会	（玉川南）
お名前		お電話	
ご住所			

通信欄

ご記入いただいた個人情報は、生活クラブの目的の範囲に限り使用いたします。