web でも玉川ニュースが見られます
まち・玉川　2026 年 10 月 5 日発行
23 区南生活クラブ生協　https://tokyo.seikatsuclub.coop/23ku-minami
発行責任者／森川明子　コールセンター電話 03-5426-5218

玉川ニュース 10 月号

2026 年 October

8 月末組合員数 1,986 人（計画 2,036 人）／　世帯当利用高 18,983 円（計画比 101.7%）

冬ギフトの季節！ご参加ください！！







＊西ちいき　冬ギフト展示・試食会！

冬ギフトの中からおすすめのサンプルを用意しました。形態を見ていただき試食をして生活クラブの消費材の良さを実感し、何を送るかの参考にしてください。ご自分へのご褒美にもぜひ！当日参加も可能です。
取り組み品一例・・・・のりバラエティー詰め合わせ、日本の米育ち金華豚ハンバーグセット、焼津のまぐろ食べ比べセット、戻りかつおとびんながまぐろ 、ふんわり米粉のバウムクーヘン、ナッツチョコ詰め合わせ

日時:10 月 18 日(日)　13:30~15:00
場所:二子玉川地区会館合併室　玉川 4-4-5
申込締切:10 月 14 日(水)　落選者に連絡
参加費:無料　定員 20 名　持ち物:エプロン
＊託児はありませんがお子さん連れ OK

＊東ちいき　冬ギフト試食会！

おすすめの冬ギフトをたくさん集めて試食会を開催します。大切な方へ生活クラブの安心安全な消費材のギフトを贈ってみてはいかがですか。自分へのご褒美にもおすすめ！
［当日の試食メニュー］カシスとぶどうの酢、南高黄熟蜜梅ドリンク、焼きおやき 5 種セット、ブルーベリーソース、季節のジャムバラエティーセット、クッキー詰め合わせ、趣味のおかき、コロコロおかきセット、恋香桃ゼリー、トリュフアソート、ナッツチョコ詰め合わせ

日時:10 月 20 日(火)　10:00~11:30
場所:深沢区民センター料理講習室
深沢 4-33-11　参加費:無料　定員 20 名
申込締切:10 月 13 日(火)　全員に連絡
持ち物:エプロン、手拭き
＊託児はありませんがお子さん連れ OK

＊南ちいき　大切な方に贈る＊冬ギフト展示・試食会

冬ギフトサンプルを取り寄せます。荷姿を確かめ、試食して何を贈るか考えましょう。お知り合いに贈ったり、自宅配送でご自分に、ご家族に贈ることもできます。
平牧の豚丼、ロースハムセット、北海道の海鮮丼セット、いくらと秋鮭ほぐし身、トリュフアソート、無茶々園ジュースセットなど試食しましょう。

日時:10 月 25 日(日)10:30~12:30
場所:奥沢地区会館　調理室　奥沢 7-35-4
九品仏駅下車　浄真寺山門脇
九品仏まちづくりセンターと同じ建物
申込締切:10 月 16 日(金)　全員に連絡
参加費:無料　　定員:10 名
持ち物:飲み物　エプロン　布巾
＊託児はありませんがお子さん連れ OK

●冬ギフト申込スケジュール●

この期間だけのご注文になります。お忘れなく！

	カタログ配布	提出	お届け
全国宅配早期企画	39 週(9/28~10/2)	41 週(10/12~10/16)	① 12/1~14(農産物は別) ② 12/16~23
全国宅配本企画	41(10/12~10/16)	43 週(10/26~10/30)	① 12/1~14(農産物は別) ② 12/16~23
組合員受取品	41 週(10/12~10/16)	42 週(10/19~10/23)	46 週(11/16~11/20) 47 週(11/23~11/27)

まち・玉川

ケチャップの消費材 StepUp 点検と 事前学習会

コーミ株式会社ケチャップの消費材 StepUp 点検を行います。点検に出かける前に資料を確認しながら点検する内容を決めるのが事前学習会です。何を点検するか皆さんで決めましょう！！　参加お待ちしています。

日時:10 月 26 日(月) 10:00 ～ 12:00

会場:奥沢地区会館　奥沢 7－35－4
九品仏浄真寺山門脇
九品仏まちづくりセンターと同じ建物



1/27(水)消費材 StepUp 点検を行います。こちらも予定してください。ただし事前学習会に参加しない方は点検には参加できません。

消費材 StepUp 点検とは
組合員と生産者が協力し、消費材のステップアップを図る生活クラブ独自の活動です。組合員自らが点検する内容を決め、生産者への質問や意見を通じて双方で確認し合い、よりよい消費材づくりに積極的に生かしていく活動です。

まち・玉川

クリスマス・正月用品試食会



クリスマス・正月用品のおすすめ品と定番品の他に新規取り組み品のサンプルを用意しました。少しずつ味を見て生活クラブの消費材の良さを実感し、ぜひ我が家の定番にしてください。

新規取り組み品・・・・骨付きローストチキン(ハーブ)、チーズ入りジューシーパリ旨ポークウインナー、宅配おせち祥瑞祝膳(和洋中三段重) など



日時:10 月 30 日(金) 13:30～15:00
場所:二子玉川地区会館　合併室　玉川 4-4-5
申込締切:10 月 23 日(金)　全員に連絡　参加費:無料　定員:20 名
持ち物:筆記用具　＊託児はありませんがお子さん連れ OK

防災まちあるき～広域避難場所(蘆花公園)に行ってみよう！

世田谷地域協議会

マンホールトイレなどを見学し、区の防災担当の方にお話を伺います。声を掛け合って命を守れるコミュニティづくりのため、みんなで見学してみましょう。

日時:11 月 6 日(金) 10:00～12:00

集合場所:　都立蘆花恒春園管理事務所前
10:00～10:40　マンホールトイレなど広域避難場所の見学
10:40～11:00　蘆花公園から粕谷区民センターまで防災まちあるき
11:00～12:00　烏山総合支所　防災担当係長大川さんから災害避難の課題について講話　意見交換や質問タイムもあります。
お気軽にご参加ください。

●予告●　美瀬商事生産者交流会　11 月 30 日(月)　深沢区民センター
市販品の餃子との違いについてやアレンジメニューなど　楽しく学べます　詳細は 11 月号に掲載

◆ご協力のお願い まち活動から生まれる新しい地域づくりに向けて ― 子どもの居場所アンケート

生活クラブでは、共同購入だけでなく、くらしをより良くするために、まちごとの活動を行っています。これまでも、組合員の「こんなものがあったらいいな」という声や、一人の当事者の思いをきっかけに、組合員の手による新しい仕組みや活動が生まれてきた実績があります。
近年、学校に行きづらさを抱える子どもや、家庭以外の安心できる居場所を必要とする子どもが 増えていると言われています。今回、組合員の関心ごとを発端に、地域にそのような子どもがいるのか、また料理や食育、農作業など生協らしい活動を含めつつ、地域で子どもが安心して過ごせる 場づくりの可能性を探るため、皆さんの声をお聞きしたいと思っています。無記名の短いアンケートですので、率直なご意見をいただければ幸いです。

【参加方法１】二次元コードから Google フォームで 10/23 までに回答 ➡ ➡ ➡

【参加方法２】以下の項目を記入または〇で囲み、配達便で 10/23 までに提出

１）あなたの年齢について （ 歳代）
２）身近な学校に行きづらさを抱える子どもについて （家族にいる・身近にいる・いない）
３）子どもの居場所の必要性について （現状で十分・もっと必要・不要・その他）
４）地域の子どもの居場所について （利用／関わっている・知っている・知らない・その他）
５）食・食育・農作業などを含めた居場所への関心について （関心がある・活動に参加したい
・食や農の体験を提供できる・自分の経験や専門性を生かしたい・今は関われないが必要性を感じる・関心がない・その他）
６）自由記述（各項目のその他の内容、ご意見、お気づきの点など）
（ ）



・アンケートは無記名です。返信連絡が必要な場合のみ個人情報をご記入ください。

生活クラブ でんき

でんきは選べる時代！ 私たちの選択が未来を変える！！
自然の力でずっと使える再生可能エネルギーで未来につなごう！

生 活 ク ラ ブ で ん き

★2026 年度の契約･紹介特典 通年:2027 年 3 月末まで

★契約特典 ①
23 区南生活クラブ組合員限定
どちらか選べるプレゼント
まぐろ油漬缶 又は消費材柄エコバッグ



★契約特典 ②
生活クラブ東京組合員限定
1.タラーメン 2.ステッカー 3.マグネット



★紹介特典★生活クラブでんき契約者限定
●都内在住のお友だちご紹介でお友だちの加入にかかわらず、タラーメンをプレゼント！

＜契約申込･お問い合わせ方法＞
① 株)生活クラブエナジーWeb サイトより契約
② 配達時やデポー(店舗)で申し込み書類を依頼
③ 専用カスタマーセンター 0120-112-075
月～金 9:30-17:30 土日、年末年始除く
④ 4 頁の通信欄より

♥さらに♥ まち・玉川からプレゼント！！
牛乳で飲むエスプレッソコーヒー、パパッとマカロニグラタンセット、生活クラブオリジナルエコバッグ









◆お友だちを紹介してみませんか？
嬉しい特典 いろいろ！
紹介方法を選べます！

① LINE かメールで
② Web から
③ 4 頁の通信欄から

牛乳通信



🎃 ハロウィン パーティの一品 にどうぞ！ 🎃

🎃 かぼちゃのミルク煮 🎃

かぼちゃを牛乳で煮るだけ

調味料を使わなくてもホクホク甘い！

●材料(4 人分) かぼちゃ･･･400g 牛乳･･･1 と 1/2 カップ(かぼちゃがひたひたに隠れるくらい)
●作り方 ①かぼちゃを食べやすい大きさに切り、鍋底に敷き詰めるように並べ入れる。ところどころ皮をむくと食べやすい。 ②牛乳を加えて中火にかけ、沸騰しそうになったら火を弱める。 ③落し蓋をして、焦げ付かないよう時々鍋をゆすりながら汁気がなくなるまで煮詰める。

まち活動費引き落とし

10 月 26 日（月）の共同購入代金引落の際、2024 年度下期のまち活動費も同時に集金します（850 円/6 か月）。生活クラブでは「まち」の活動を支える経費を組合員全員で負担します。仲間を増やすためのチラシやポスティング代、組合員の利用促進のための企画で使う消費材などに使われています。

ビジョンフード 登録状況

8 月実績

米 634 人･･･目標超過 18 人
牛乳 801 人･･･目標まであと 129 人
鶏卵 1,042 人･･･目標まであと 117 人

よやくらぶで手間なく届くように登録すると便利！OCR 用紙でテーマ消費材を網掛けしています。

eくらぶでの登録が便利
「よやくカタログ」も見られます

予約のカタログよやくらぶ 検索

Instagram

まち・玉川通信欄

↓希望の★を〇で囲んでください

提出は①牛乳以外の配達便
②fax:03-5748-0314(大田センター)
企画の申し込みは WEB からもできます ➡ ➡ ➡
「23 区南生活クラブ イベント」で検索

★ 10 月 18 日(日) 冬ギフト展示･試食会
★ 10 月 20 日(火) 冬ギフト試食会！
★ 10 月 25 日(日) 大切な方に贈る ＊冬ギフト展示･試食会
★ 10 月 26 日(月) ケチャップの 消費材 StepUp 点検 と 事前学習会
★ 10 月 30 日(金) クリスマス･正月用品試食会
★ 11 月 6 日(金) 防災まちあるき～広域避難場所(蘆花公園)に行ってみよう！
★ 生活クラブでんき ★ 申し込みたい ★ 話を聴きたい ★ 資料が欲しい
★ 子どもの居場所アンケート 二次元コードから Google フォーム、または配達便で回答ください
アンケートは無記名です 返信連絡が必要な場合のみ個人情報をご記入ください
★ お友だち紹介 下の欄にお友だちの連絡先をお書きください
♥ お友だちのお名前 ご住所 電話番号 ♥

ご自分のお名前 電話番号

◆牛乳を使ったレシピ、ご質問などをお書きください◆





いただいた個人情報は生活クラブの活動の範囲内に限り使用いたします。