

まち・玉川 2020年5月11日発行  
 23区南生活クラブ生協 <http://tokyo.seikatsuclub.coop/23ku-minami>  
 発行責任者/大坪千鶴 コールセンター電話 03-5426-5218



# 玉川ニュース 5 May 月号

4月1日現在組合員人数 1,824人【世帯利用 3月実績 28,241円】

## 夏ギフト TOP10 ランキング

昨年度注文の多かった順位  
 自分へのご褒美にも

### 全国宅配ギフト (贈答用)

#### 1 フルーツインゼリー

似た様なものをデパートで探してもありません。たっぷりの果物のコンポートにゼリーが少し添えられています。(佐野)



#### 2 日本の米育ち金華豚しゃぶしゃぶセット

地方に住む息子一家に普段は生活クラブのお肉などを送れませんが、ギフトの時は直送してもらえるので◎(元佐)



#### 3 平田牧場豚肉みそ漬&豚肉塩こうじ漬



#### 4 アイスバラエティセット



#### 5 うなぎの蒲焼きカット (静岡産) 5枚入



#### 6 平田牧場豚肉みそ漬8枚入り

学校が夏休みになるのでお昼ご飯にさっと焼いて食べることができるように送っています。お弁当のおかずの一品になりますよ!(西尾)



#### 7 さくらんぼ(紅秀峰)山形県産



#### 8 桃(山梨県一宮産)

北海道のいとこに送っています。北海道では作っていないのではと思い送っています。(西尾)



#### 9 平田牧場ディナーセット



#### 10 日本の米育ち金華豚・三元豚合盛りしゃぶしゃぶセット

帰省先に送って、皆で夏のしゃぶしゃぶ。とっても良いです。(菅田)



### 組合員受け取り (自宅用)

#### 1 フルーツインゼリー



#### 2 島原手延べそうめん



#### 3 信州りんごジュースストレート



#### 4 讃岐手延べ夏うどん(つゆ付き)



#### 5 水ようかんと栗かのこ

夏中冷蔵庫に常備しておくで突然の来客でも安心です。(元佐)



#### 6 京小町米菓3種詰合せ

こんなにおいしいお菓かってなかなかないですね。(元佐)



#### 7 平田牧場豚肉みそ漬&豚肉塩こうじ漬



#### 8 レーズン&クランベリー(夏)



#### 8 日本の米育ち金華豚しゃぶしゃぶセット



#### 10 わらび餅ギフト3種詰合せ

ずっしり入って、美味しくて、味もバラエティに富んでいます。(大坪)



夏ギフトの季節がやってきました。生活クラブのギフトは全国各地にそのおいしさを届けられると、毎年心待ちにしている組合員がおおぜいいます。たくさんあって何を注文しようか迷う方に去年注文の多かったランキングとまち運営委員会メンバーのおすすめギフトをご紹介します。

## あなたが贈られて嬉しいのはどのギフト？



●平田牧場糸巻きロースハムセット・・・暑いとき火の前に立たなくてもパーティー料理を作れます。(元佐)



●桃（山梨県一宮産）  
桃が好きなのでいつもいどこに送りながら自分にも欲しいなあ～と思ってます。(西尾)



### 子育て世代

●恋香桃ゼリー  
お友だちがリピートして、自宅用にも贈答用にも使っていると聞き、ぜひ、試してみたいです。(大坪)



●牛肉ステーキとバターセット4枚入  
暑気払いにステーキ。最高です。(菅田)



CHEF

●うなぎの蒲焼きカット（静岡産）5枚入・・・調理が簡単。冷凍庫に入れおいても場所を取らない。なんとと言っても元気が出る！（佐野）



## ランキング以外にもおいしいものがたくさん！

●奥和の干物詰め合わせ・・・  
他の料理をしながら片手間に焼くだけで美味しいもう一品が完成。(元佐)



●からし明太子  
子どもも大人も大好き。添加物なしの、安心してこんなに美味しいからし明太子はなかなかありません。(大坪)



●平田牧場バーベキューセット  
お盆の時に集まってBBQをして楽しむためにその時の材料に！（西尾）



●南高黄熟蜜梅ドリンク  
黄熟した梅の味とかおりがお気に入り。(菅田)



●カシスとぶどうの酢  
ポリフェノールたっぷり。お水で4～5倍に薄めて飲みます。牛乳に混ぜて夏は毎日飲んでます。ヨーグルトドリンクの様にさっぱり飲めます。温州みかんジュースと混ぜてもおいしいです。(佐野)



夏ギフト配送  
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！

全国宅配ギフト			組合員受け取り		
一期	カタログ配布	20週 5/18～5/22	カタログ配布	21週 5/25～5/29	
	提出	22週 6/1～6/5	提出	22週 6/1～6/5	
	宅配	7/1～7/13(農産物は別)	配達	25週 6/22～6/26	
二期	宅配	8/1～8/7	配達	26週 6/29～7/3	

## 企画中止のお知らせ

- 「お弁当用ってどんなかな？」 5/20 (水) 10:00~13:00 深沢区民センター料理講習室
  - ☆ キラキラ夏ギフト おうちでもいかが〜☆彡 5/26 (火) 10:30~12:30 奥沢地区会館
  - せっけん学習会〜地球にもあなたにも優しいせっけんのおすすめ (お掃除編)〜 5/27 (水) 10:00~11:45 深沢区民センター料理講習室
  - 鬼無里ご飯の素セットを使ってみよう！ 5/29 (金) 10:30~13:30 二子玉川地区会館
- ちいき委員で企画し、皆様のご参加をお待ちしていましたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため5月31日まで区の施設が休館と決まり、会場使用が不可となりました。残念ですが、開催できませんでした。収束した際にまた企画でお待ちしています。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、で当たり前だと思っていた日常が少し変わってきました。今のところ生活クラブの消費材は変わりなく届きます。いつもと違う日常の中で生活クラブと付き合うアイデアを寄せていただきました。

## 配達



### 「置き配」を利用する

配達職員と対面ではなく、玄関先に置いておく取り決めをする。→ご希望の方は担当職員が03-5426-5218へお知らせください。

### 配達が無事に続くよう応援する

頑張っている配達員に声掛け（メモやインターフォン越しでもいいですね。）

## 節約

### 生活の先行きがわからず、生活費の引き締めを始めた

- ・先に注文する予算を設定
- ・web 注文を始めた→web 注文だと、合計金額が出るので、予算に合わせて買うのに便利
- ・豚肉はブロック肉がお得
- ・上手に在庫管理をしてダブらないで注文する

生活クラブインターネット注文 **くらぶ**



## 子ども

### 子どもが家にいて朝昼晩ご飯を作るのが大変

簡単に作れる食材を注文してお昼は子どもに皆の分を作ってもら（温めるだけのミートソースなど簡単なものからスタート）段々子どもに消費材を選ばせ、注文させ作ってもらうように仕向ける。兄妹順番で。文句は言わない決まり。ピオサボ食材セットを利用するのもいいですね。

### 子どもが暇

ピッキング袋の底を切る、注文書記入などのお手伝いをしてくれたら、好きな消費材を一品注文してもよいルール。

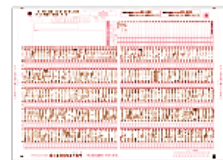


## 新規加入

この機会に生活クラブを始めた方々もいらっしゃいます。

### 注文の際のコツはありますか？

- ・3ヶ月までは食費の70~80%から始める
- ・4ヶ月目から90~95%に移行する
- はじめから、全て生活クラブでまかなうのは難しいと思うので、少しずつ増やしていく。
- ・お肉を1週間使いまわし、残りを冷凍しておく、とても便利。
- ・非常用の食材は特別に非常用を積んでおくのではなく普段のものを少し多めにストックして使ったら補充しておく。
- ・すべてが毎週取り組みがあるわけではないので、お気に入りには早めにプールしておく。



他にも配達、節約、子育て、新規加入者向けに関するアイデアを募集します。

4ページの通信欄からお寄せください。



お酢は料理に利用するだけでなく、洗濯の柔軟剤やせっけんシャンプーのリンス代わりに利用できます。

またキッチンのシンク磨きや水周りのお掃除にも向いていて水垢もとれます。

生活クラブの食酢は、木桶による酢酸発酵の酒粕の酢の重厚な風味と純米酢の華やかな風味が特徴です。コンセプトとしては、和・洋・

中何にでも合い、尚且つお手頃な価格ということで開発されました。

生産者のお話では、値段を安く設定し過ぎたため良い酢だということを理解されず、食用は純米酢で食酢は掃除用というような使い分けをする人が多いとのこと、私もそうでした。

でもそれはとてももったいないとのこと、食酢は加熱料理に向いているので、純米酢との使い分けは火を通すかどうかで分けると良いそうです。(猪又圭子)

### 3月の利用実績

3月期首組員人数 1,813人

#### まちのテーマ消費材

食酢は2週おきに取り組みがあります。今後の注文週は

**5月3回(5/11~5/16)**  
**6月1回(6/1~6/6)**

6桁番号ですので、OCRでは記入欄に間違えないように書いてください。

**160円(税込173円)**

#### Vビジョーフード 登録状況

登録人数(達成率)※

米	471人	<b>26.0%</b>	あと117人	前月 +11人
牛乳	723人	<b>39.9%</b>	あと117人	前月 +4人
鶏卵	896人	<b>49.4%</b>	あと72人	前月 +11人

※目標数に対する達成率(6,11,3月を点検月)

Vビジョーフードに登録するとどんないいことがあるの？

よやく=食べる約束→安心して生産→食べ続けられる！

## まち・玉川5月号 申込用紙&通信欄



**FAX**..... **03-5748-0314**(下記にご記入のうえファックスください)



**配達便** (下記に記入のうえ次回の配達便で職員にお渡しください)

**まち・玉川**

お名前	お電話
ご住所	メールアドレス

ご意見・ご要望・などお気軽にどうぞ 配達、節約、子育て、新規加入者向けに関するアイディアも募集中です。