

webでも玉川ニュースが見られます

生活クラブのweb→地域の生協→23区南→活動・とりくみ→情報ボックス→まち広報紙→玉川ニュース

まち・玉川 2020年8月3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 8月号

7月1日現在組合員人数 1,905人【世帯利用 6月実績 32,082円】

せっけんで手を洗いましょう

新型コロナウイルス予防で1日に何度も手を洗う日々。

せっかく使うなら良いせっけんを使いませんか？

生活クラブの固型せっけんは1日に何度使っても

安心なせっけんです。おすすめ理由をご紹介します。



きちんと落とせる

成分は純せっけん98%。流水による手洗いでしっかりウイルスや細菌を手からはがします。

<厚生労働省 HP より抜粋> 令和2年7月10日時点版

「新型コロナウイルス感染予防のための手洗いや身の回りのものの消毒・除菌には石けんと流水による手洗いをすることが最も重要です。手指に付着しているウイルス量は、流水による15秒の手洗いだけで1/100に、石けんで10秒もみ洗いし流水で15秒すぐと1/10,000に減らすことができます。」

ハンドクリームいらず

生活クラブの固型せっけんで手を洗った後は、手がガサガサにならずハンドクリームの必要がありません。

環境に優しい

最近、新型コロナウイルスには界面活性剤が有効という情報がでました。でも、合成界面活性剤は排水されたあと生分解されにくく環境には悪影響です。

生活クラブのせっけんは合成界面活性剤ではないので排水後、せっけんカスになり、小魚が食べ河川や海の生態系を変えません。

コスパがいい

3個で税込み242円。1個が81円。4人家族の我が家では洗面所に置くと1ヶ月使えます

(せっけん受けに水がついていない状態)。

小さくなったら新しいものと合体させます。

ハンドソープよりもリーズナブルです。

他にも使える

酸化防止剤無添加、無香料。手を洗うだけでなく、マスク洗いにもおすすめ。

浴室では身体や顔に、キッチンでは食器やシンク、ふきん洗いに。洗濯物の手洗いに。赤ちゃんやペットの用品にも安心して使えます。

ふきんも食器も黄ばみすっきり!!



せっけんを使った消費材はまだあります



他にもせっけんを使った消費材があります

※さらに詳しい情報や他の消費材についてはカタログやWEBで検索してください。



ハンドソープ
細かい泡でしっかり洗えます。微香料。
300ml 512円



ボディシャンプー
身体にも髪にも使えます。
アワアワで気持ちの良いバスタイム♪
700ml 787円

携帯容器に詰め替えて外出先の手洗いにも。



せっけんシャンプー
地肌が痛みません。ゆすいだ後は、せっけんシャンプー用リンスを。香料使用。
500ml 451円



キッチン用液体せっけん
お鍋やお皿、キッチンでせっけんを使いたい方に。手あれが気になる冬場の洗い物におすすめです！
500ml 325円
泡ボトルに詰め替えると使いやすいです

食器洗いのコツ！



せっけんシャンプーのコツ



達人のワンポイント せっけんをつける前に
●油分は布やペーパーまたはスクレーパーでふき取る
●水やお湯でさっと濡らして酸の成分を流します。



洗濯機でもせっけんを使いたい方に



洗濯用粒状せっけん
1.6kg 578円 香料使用

洗濯用無添加せっけん
(針状)無香料
1.0kg 468円

せっけん洗濯のコツ！



洗濯用液体せっけん
ドラム式洗濯機でも使用できます。
671円

*価格はすべて税込

7月末日に世田谷地域協議会のメンバーで世田谷区長室を訪問し、公共施設や学校で、合成洗剤を使用するのではなく、人にやさしく安全なせっけんを使用するよう要望してきました。結果は次回この広報紙で報告します。

ぼくらのヒーロー せっけん仮面参上!

まち江戸川

カレーは簡単だしみんなが喜ぶけど...

ベトベトのお鍋を洗うのが面倒! スポンジが一発でダメになっちゃうし...

奥さん! そんなときこそせっけんですよ!

あなたはせっけん仮面!

濡らしたスポンジとせっけんをよ〜くこすりあわせて...

スポンジをもんでよく泡立てる!

本当にスツェリ落ちる! しかも洗った後スポンジが綺麗!

この快感が癖になりお鍋洗いが楽しくなるわ...さらば!

まち・江戸川の広報紙より

羊毛フェルトソープ (せっけん) を作ろう!

固型せっけんを自分で考えたデザインのフェルトで包みます。
フェルト部分がスポンジの役割をして柔らかな泡立ちを楽しみながら
固型せっけんと同じに使えます。

お部屋やクローゼットに飾っておくだけでも芳香剤としても使えます。
動物やお花、マーブル模様など好きな模様をつけてオリジナルな
ソープに仕上げます。

小学以上ならひとりで作れます。親子参加も歓迎。

材料、針、羊毛フェルト用マットはこちらで準備しますが
針、マットをお持ちの方はご持参ください。



日時：8月28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)

講師：フジモトマリ

(羊毛フェルト教室 ShopTeyneyFelt 講師、羊毛フェルト作家)

定員:10名。申し込みの多い時は抽選とし、落選者のみお知らせします

申し込み締め切り：8月17日(月)

参加費:500円。ゲスト700円

持ち物:マスク、飲み物、ハンドタオル

*材料準備の都合がありますので必ず申し込みをお願いします。

*託児はありません。針を使う企画なのでご配慮の上お申し込みください。

*お子さんの参加は必ず保護者と一緒をお願いします。



カラーで見たい方はWEB版の玉川ニュース8月号をご覧ください→

家中すっきり!! シンプルせっけん生活を極めよう

せっけんについて、もっと知りたい、語りたいたいというあなたへ
まち・玉川消費材リサーチチーム

日時：9月23日(水) 10:00~12:30

場所：深沢区民センター料理講習室(世田谷区深沢4-33-11)

※託児はありませんがお子さん連れOK

※申込〆切：9月16日(水)

※定員15名 申込が多い場合、落選者のみご連絡します。

※参加費100円

※固型せっけんや洗濯用粒状せっけん(おためし程度)などのプレゼントがあります。



生活協同組合（生協）ってなに？

「協同組合」のひとつです。協同組合とは、*同じ目的をもった人が集まり、**組合員となって事業体を設立し共同で所有し、目的に向かって運営していく組織です。



*同じ目的

「安心な食材」「便利」
「生活向上」

**組合員

生協に加入すると「組合員」
になります

協同組合の組織のあり方

組合員は、事業や活動を行うため、お金（出資金）を出し合います。生協の事業はこの出資金により運営されています。



生協の
共同所有者に

みんなで
出資

生協

組合員は品物を買ったり、さまざまなサービスを受けたりします。

「こんなものがあつたらいい」など、取扱う品物やサービス、活動について、組合員がさまざまな意見を出し合い、運営します。



みんなで
運営



みんなで
利用



生活クラブでは…

- ・消費材開発
- ・生産者交流会
- ・消費材 ster up 点検
- ・学習会・試食会・環境活動
- ・まち活動
- ・総代会など

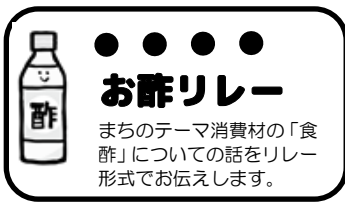
生活クラブでは…

- ・宅配
- ・店舗（デポー）
- ・生活クラブでんき
- ・共済（ハグくみ/たすけあい）
- ・エコ口たすけあい制度など



2 3 区南生活クラブ機関紙「みなみ風 7月号」にも詳しく掲載しています→





今月は食酢を使ったレシピをご紹介します

食酢を使ってフィリピン料理を作ってみよう！

＜チキンアドボ＞

●材料 2～3人分

鶏手羽元…500g

水…1 カップ

※玉ねぎ…1 個

※にんにく…1 片

※食酢…50ml

※醤油…50ml

※素精糖…小さじ1

※黒粒こしょう…小さじ1/2

※ローリエ…2 枚

ゆで卵…2～3個

●作り方

玉ねぎは大きめのくし切り、にんにくは薄切りにしておく。

1. 鍋に鶏手羽元、※の材料を入れて 30 分以上漬けておく（鶏手羽元の包装袋を利用しても）。

2. 水を加えて鍋に火をかけ、煮立ったらゆで卵を加え、蓋（または紙蓋）をして火を弱め、20 分くらい煮る。

3. 蓋をとって煮詰め、煮汁を少し残して火を止める。

☆手羽元の半量を豚肉にしても美味しいです。

☆食べる時はローリエ、黒粒こしょうをのぞいてください。

☆ごはんにかけても◎。（菅田澄子）

お酢は元気のスイッチ！

＜豚肉のホットサラダ＞

沸かしたドレッシングの中で豚肉しゃぶしゃぶ用を茹で、サラダの上にかけます。

●作り方 2人分

1. 水菜（3cmにカット）、セロリやミョウガ（千切り）を皿に盛る。

2. 小鍋にドレッシング（食酢大さじ2+醤油大さじ2+なたね油大さじ4）を沸かし、豚肉しゃぶしゃぶ用 150g を一枚ずつ入れて火を通し、サラダの上へ乗せ、大葉千切りと煎りゴマを振りかける。

3. 食べる直前に鍋に残っている熱いドレッシングを全体にかけて和える。

★ホタテに変えても good

レタスやセロリを使ってドレッシングを食酢+塩コショウ+オリーブオイルに変え、ホタテにさっと火を通す（半生）のもおすすめ♪（元佐浩子）



食酢の私市醸造(株)が NHK に登場しました！！

食酢の生産者【私市醸造(株)】が、NHKの「美と若さの新常識」(7/9の放送)に登場しました！！ご覧になった方、いらっしゃいますか？生活クラブのリターナブル瓶への充填工程や大きい木樽が並ぶ蔵が映りましたよ。

お酢を毎日大さじ一杯薄めて飲んだり 料理にちょい足しがおすすめとか。一般的に酢酸の効能は…

- ①血管を拡張して血流を良くする。
- ②脂肪細胞を減少させる
- ③カルシウムの吸収を助ける。

(酢を加えた煮魚・酢めの魚・手作りカッテージチーズなど)

とわれています。

伝統製法の私市のお酢。手放せませんね♪

【カルシウムの吸収を助けるドリンク】

コップ1杯の牛乳に、大さじ1の酢と
はちみつを入れたドリンクが紹介されました。

お試しください♪



牛乳

+



酢 大さじ1

+



はちみつ
大さじ1



私市醸造の Instagram より ↓



私市醸造のHP もあります♪ → → → →

私市醸造

検索

食をつむぐ人たちの 動画をご覧ください。

例年「生産者交流会」で生産者の話を聞いたり、工場見学に行くことができるのですが、今年は今のところ、新型コロナウイルス感染予防のため見合わせています。

生産者の動画がありますので、おうちにいながら生産者や産地の様子をご覧くださいませ。

お子さんの夏休みの自由研究にも使えますよ。



8月より (株)オルタフーズ のパン全品目が 国産小麦に なりました。



おワ
ンポ
イ
ン
ト
お
酢
情
報

花や木を生ける前に切り口に酢をつけると長持ちします

あっぱれはればれ 野菜おまかせ 4点セット

(登録者の方へ)

こんなところがいい



- あっぱれはればれ 4点セットは必ず届き欠品になりません。
- 今後の配達の野菜のリストが入っていますので、読んでください。
- 同じ野菜が続いて困ったときはお休みもできます。

カタログ回収に ご協力ください。

使用済みのカタログは回収してま
す。配達の事務局にお渡しください。



6月の利用実績

6月期首組合員人数 1,917人

まちのテーマ消費材 食酢



利用数 16本
 利用人数 15人

今後の注文週

8月3回
 (8月3日~8月8日)
 9月1回
 (8月24日~8月29日)

160円
 (173円税込)

Vビジョンフード 登録状況

登録人数(達成率)※

米	474人	24.7%	あと90人	前月	-10人
牛乳	768人	40.1%	あと20人	前月	+1人
鶏卵	948人	49.5%	目標より+11人	前月	+2人

※目標数に対する達成率(6,11,3月を点検月)

作ると食べるは「よやく」してこそ
 サステイナブル!

まち・玉川 8月号 申込用紙&通信欄

【イベントの申込み方法は、下の4つからお選びください】



メール(スマホ・携帯).....→



パソコン.....

23区南生活クラブ イベント

検索



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配達の事務局にお渡しください)

↓参加希望の欄に○印

○印	日付	企画名	まち・玉川
	8/28(金)	羊毛フェルトソープを作ろう 大人()人 子ども()人 【年齢()才()才】 針・マット持参できる方(針・マット) ←○つけお願いします	
	9/23(水)	シンプルせっけん生活を極めよう	

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