



# 玉川ニュース 11月号

November

10月1日現在組合員人数 1,985人【世帯当購入額9月実績 34,251円】

## 生活クラブでクリスマス準備

クリスマス用品 2020年クリスマス用品 TOP10 ランキングより

### 1 骨付きモモ照り焼き

丹精國鶏の骨付きモモ肉をジューシーに焼き上げました。レンジでチンするだけ。200g。



### 2 シャンメリー（ピーチ味）

ジュースなので子どもにも人気！



### 4 牛肉ローストビーフ用ランプ・ウチモモブロック500g

生活クラブの牛肉で作るローストビーフは格別！



### 3 鶏肉丸どり

おうちで丸鶏を焼こう！大きいので冷凍庫にスペースを空けておくことをお忘れなく！



### 5 無塩せき生ハム70g

「日本の米育ち三元豚」の生ハム。もちもち食感です



### 6 ローストチキン（半身）

丹精國鶏の半身を揚げてオープンでロースト。塩、こしょう、バターだけで調味しています。鶏肉のおいしさがよくわかります。冷凍。レンジでチン。700g。



### 8 シングルベルかまぼこ

合成着色料不使用。黄色かぼちゃ、緑ほうれん草、赤紅麹、黒イカすみ。



### 7 カニ爪クリーミーフライ

フライもいつもより豪華版で★



### 9 かに甲羅クリームグラタン

テーブルに賑やかさを加える甲羅の中に入ったグラタン。



### 10 ミニシュトーレン

ラムとシナモンが香る優しい味のシュトーレン。約13cm。





# 生活クラブでお正月準備

## 1 伊達巻

食品添加物なしの安心安全な伊達巻が手軽に食べられます。



## 2 正月丹波黒豆煮豆

消泡剤を使わず人の手でアクを取っています。程よい甘さの黒豆は大人気です。



## 4 ぐちかまぼこ・白

添加物の心配がないぐちかまぼこでこの値段はすごい！



## 3 栗きんとん

無漂白、無着色の栗を使用。程よい甘さとくせのない味が家族に大人気。



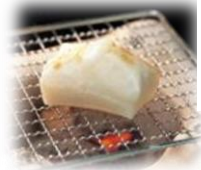
## 5 生そば240g

国産のそば粉と小麦粉を使用。5割そば。2人分。



## 6 切りもち500g

市販の切り餅より美味しい！コシが違います！



## 8 ぐちかまぼこ・紅麴

紅麴抽出物(天然の着色料)で赤色を実現しました。



## 9 おせち・たつくり

国産のカタクチイワシを使用。ビートグラニュー糖・醤油・水あめで照りよく仕上げています。コスパよし。



## 7 梅寿なると巻セット

おめでたい「梅」の絵柄と「寿」の文字をあしらいました。紅麴色素とかぼちゃペーストで色を付けています。長さ約11cm。



## 10 鏡もち(小)

ちゃんと味も美味しい鏡もち。鏡開きでおしるこなどに入れるのが楽しみです。



8品!

# 1時間でクリスマスパーティ準備

忙しいけれど、美味しいクリスマスの食卓の準備がしたい方に。

1時間でパパッとオードブルからデザートまでの準備ができちゃいます。(元佐浩子)



## オードブル りんごとカマンベール

切れてる(6等分)カマンベール  
チーズの上りにんごの  
6等分くし形を  
薄切りにして重ね、  
ピックを刺す。  
クルミを乗せても!



オードブル カニカママヨのセロリポート  
セロリを4センチに切り、かに  
風味スティックかまぼこをく  
ずして乗せ、  
マヨネーズを  
トッピングする。



オードブル キウイの生ハム巻き  
キウイを縦 1/6(大きければ  
1/8) に切って生ハムを  
巻く。



### 手際のいい作業の順番

- ① デザート作り
- ② ローストチキンとアヒージョ
- ③ ②を温めている間に  
オードブルの準備
- ④ スープとパンを温める

## スープ 海老のビスクスープ (冷凍)

鍋で温める。



## アヒージョ 牡蠣のアヒージョ

スキレット(ない場合は小鍋)にオリ  
ーブオイル、ニンニク、ベーコン  
をじんわり加熱してから牡蠣、ブ  
ロックリー、赤唐辛子を加える。  
赤と黄色のパプリカを入れても  
good。子ども用にはシーフード  
ミックスがおすすめ。(牡蠣を油に  
入れるとはねやすいので油は少なめに)

## パン 石窯ライ麦ロール (冷凍)

解凍しておきオーブントースターで  
焼く。 <べつかいのバター屋さん>と  
がベストコンビ♪



## メイン ローストチキン (冷凍)

ジャガイモ、ニンジン、芽キャベツをレン  
ジで火を通す。

天津むき甘栗も一緒にローストチキン  
(半身)(ゆっくり解凍しておく)を野菜の上に  
乗せてオープン or フライパン(アルミホイル  
で蓋)で温める。



## デザート ブッシュドノエル

プレートにロールケーキを2本つなげて置き、端  
を一切れ斜めに切って枝を落とした後のように上  
に乗せる。生チョコスプレッドを室温にして全体  
に塗り、チョコットキノコを飾る。フォークで木  
の幹の感じに筋を入れる。





ご都合の合う会場にお越しください。

まち  
玉川

## オンライン離乳食講座

毎日の離乳食作り、簡単で美味しく、手際良く作るためのコツを学びましょう！  
すくすくカタログにある消費材などの情報交換をして、コロナの中でも  
スッキリとした気持ちで過ごしませんか？

日時：**11月8日**(月) 10:00～12:00 申込み〆切：11/3(水)

場所：各自自宅からオンライン (zoom)

申込みは生活クラブ 23 区南の Web から→ [Q 23 区南生活クラブ イベント](#)



## ～知っておきませんかお葬式～

玉川  
南

## 葬儀学習会 in 公益社用賀会館

葬儀のこと知っていますか？調べたことがありますか？

誰に聞いたらよいかわかりませんよね。

何をどうすればよいか慌てないように事前に知っておきましょう。

生活クラブで葬儀もできます。どんなことができるのか聞いてみましょう。

学習会終了後に公益社用賀会館施設内の見学もできます。

日時：**11月15日**(月) 10:00～12:00 申込み〆切：11/12(金)

10時にはスタートしますので10分前には着席お願いいたします。

場所：公益社 用賀会館 2階会席室 (瀬田 3-6-8)

講師：手塚光彦氏 (生活クラブ総合サービス)

吉村節子氏 (葬祭ワーカーズ)

公益社様

定員：20名

参加費：無料

\* 託児はありませんがお子さん連れ OK です



# 都会のまんなかで「大平農園 405年目つなぐ」 オンライン上映会

まち  
玉川



## オンライン上映会

パク・2021年作品(77分)  
企画・撮影・編集 ● 森信潤子

日時：12月4日(土) 13:30~15:30

申込み〆切：11/27 場所：各ご自宅からオンライン(zoom)

定員：先着100名 参加費：無料

主催：生活クラブ運動グループ世田谷地域協議会

「生活クラブ運動グループ世田谷地域協議会」は、まち・せたがや、まち・からきた、まち・きぬた、まち・玉川と、世田谷区で活動する生活クラブ運動グループが集まったまちづくりの組織です。

世田谷区等々力で400年続く大平農園は、農薬禍に遭った先代が“土づくりは堆肥づくり”と始めた有機農業の伝承地です。多くの人に関わって農園が続けられ、生活クラブの組合員も古くからつながっています。自然が循環するやさしい農法、ていねいに農作物を育て自然と向き合う人々、そして直面する課題、、、大都市に暮らす私たちに、いま、必要なことはなんでしょうか？ぜひ、ご家族でご覧になってください。



申込みは生活クラブ23区南のWebから→

🔍 23区南生活クラブ イベント



## お正月の箸袋を作ろう！

玉川  
西

千代紙でコマや扇などを折り、それをアクセントにしたお正月にふさわしい箸袋を作りませんか？材料はこちらで用意します。

日時：12月8日(水) 13:30~15:00 申込み〆切：12/3(金)

場所：二子玉川地区会館料理講習室(玉川4-4-5)

持ち物：マスク、飲み物

参加費：無料

定員：10名

\*託児はありませんがお子さん連れOKです



※社会状況により、会場の使用ができなくなったら企画は中止になります。

# お気に入りの消費材教えて!



## 冷凍ホールカーネルコーン

北海道の昼夜の寒暖の差の大きい十勝平野地区で、契約栽培により生産された、とても甘味のあるスイートコーンを冷凍加工したものです。

きれいな黄色の大きくて、しっかりした実です。  
茹でたてのトウモロコシの実のように美味しいです。  
もちろん、炒飯に入れたり、炊き込みご飯も彩りが良くなります。  
野菜スープ、コーンスープ、サラダ(ポテトサラダもいいです)に入れたり、つけ合わせにするとコーンの黄色がきれいです。  
ホールコーンを使うと楽しい食卓になります。  
350gで324円(税込)は安いと思います。(Sさん)



ホットケーキの素に牛乳を入れて混ぜ、小さなコーヒーカップか湯飲み茶碗に、ホールカーネルを入れてレンジでチンするとコーン入りの蒸しパンができます。子どものおやつ、大人も小腹が空いた時にいいですよ。

**お豆腐リレー**



まちのテーマ消費材の「豆腐」について話をリレー形式でお伝えします。!!



## 充填豆腐で湯豆腐

【充填豆腐の簡単温め方】

- ① 鍋にお湯を沸かす。沸いたらパックのまま投入。
- ② 5分間ぐつぐつ。煮たらあげてパックから取り出す。  
お豆腐の中まで温かいです!



9月の注文数  
275個

出来立てに近い味になるそうですよ♪  
温めた野菜あんかけや麻婆餡をかけてもいいですね♪



やわらか絹とうふ (2個セット)  
共生食品(株) 150g×2 153円(税込)

## <今月のおすすめ薬味>



ポン酢しょうゆ (ゆず)  
タイハイ(株) 360ml 461円(税込)



## ビジョンフードを予約しましょう

ビジョンフード登録状況（よやくらぶ）9月実績

21年度	目標人数	9月実績	あと何人
お米	506	494	12
牛乳	833	810	23
鶏卵	1019	1011	8

米、牛乳、卵を利用している方は予約に切り替えてみませんか？通常価格よりもお得になります！

要らない時はお休みすることも簡単にできます。

（今なら）

### マヨネーズプレゼント！

今、ビジョンフードの米、牛乳、鶏卵を新たに予約した方にまち・玉川からマヨネーズをプレゼントします。  
（11月末まで）



予約はコールセンターまで 03-5426-5218

### まち・玉川組合員→まち・玉川在住の方への 限定10組プレゼントは終了しました!!

今後のプレゼント新規加入者には…

【問い合わせ時に】

☆豚肉または餃子一袋（10個入り）

☆ホットケーキミックス

またはトマトケチャップ

【加入したら】

☆国産なたね油缶 600g

さらにWEB加入だと、

☆万能つゆ 500ml(11月いっぱい)

紹介して下さったあなたには…

【問い合わせ時に】

☆ブルーベリーソース 40g

【加入したら】

☆スバグティ 1.6mm450g

これからも生活クラブのことを話して、仲間を増やしていきましょう♪♪  
イベントと一緒に参加されるのも生活クラブをお知らせするきっかけにしてくださいね♪

## 生活クラブでんきに切り替えませんか？

生活クラブでんきを契約された方には  
ご希望の生活クラブのお米(3,000円以内)を  
プレゼントします(まち・玉川限定)

あと限定  
**14人**



生活クラブエナジー  
申込みページ↑



生活クラブでんきの  
イメージキャラクター  
「でんきくん」

## 新しいまち委員の紹介

9月からまち委員になりました、玉川西ちいきの関口江利子です。

最近のお気に入り消費材は、白だしと豆腐。

これで加入ゲットしました（笑）

担当を持たずに委員のみなさんのサポートを何でもさせていただきます！

10月に、ずっとやりたかった上用賀4丁目コミュニティを立ち上げました。

10月7日には世田谷区でも震度4の大きな地震があったばかり。

そんな時に「大丈夫？」と声をかけあえる関係をつくりたいです。

## 消費材リサーチチームメンバー募集♪

生活クラブの消費材が大好きな方、消費材についてのいろいろなお話をしませんか？興味のある方まずご連絡ください。



11月のテーマは  
「生活クラブでんき」。  
オンラインで開催します。

（参加のご希望は8ページ通信欄に記入の上ご提出ください）

# だれでもできる! 空びん返して膜プラ

## ♻️びん回収率UPキャンペーン

キャンペーン期間 **11月26日(金)まで**

抽選で  
**888名様に  
プレゼント!**  
軽くて使いやすい!  
「木製なめらか  
スプーン  
2本組」



木製なめらか  
スプーン2本組

キャンペーン  
応募フォーム↓



### まち・玉川の Facebook と Instagram

facebook



Instagram



生活クラブ まち玉川

検索

machi\_tamagawa

検索

あなたのSNSでも「#まち玉川」を使って  
盛り上げてくださいね!

## まち・玉川11月号

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



企画申込み

↓希望の欄に○印

まち・玉川

11/15 (土)	～知っておきませんかお葬式～葬儀学習会 in 公益社会館
12/8 (水)	お正月の箸袋を作ろう!
生活クラブでんきに興味がある	
消費材リサーチチームに興味がある	
幼稚園・保育園・育児サークルでチラシを配布できる。希望枚数( )枚	
まちやちいきでイベントの講師をしてみたい	
まち委員やちいき委員に興味がある	
お名前	
お電話	
ご住所	
メールアドレス	
コロナ禍なので急遽中止になる場合もあります。日中連絡が取れる番号をお願い致します。	

### 通信欄

ご感想や意見も自由にお書きください。いただいたご意見は広報紙に掲載させていただくこともあります。  
お名前の掲載 可・不可 (どちらかに○をつけてください)