



# 玉川ニュース 9月号



8月1日現在組合員人数 2,004人【世帯当購入額 7月実績 23,968円】

リサーチチームって  
何してるの？

生活クラブの消費材が  
大好きな人 集まれ〜ッ!

## リサーチチームへのお誘い

生活クラブの消費材が好きなメンバーで集まる<リサーチ・チーム>。

月に一度集まって、消費材についていろいろおしゃべりしたり、知識を深めたり、新しい使い方を伝授しあったりしています。生活クラブに入ったばかりでもベテランでもOK。ただいま30代~70代まで幅広い年齢構成で活動しています。

参加は都合の良い時でOK。1回だけ参加してみたい方でも、お子様連れでもOKですよ♪是非お気軽にお出かけください♪お待ちしております。

- ・第1or第2月曜、または土日(だいたい10:00~12:00くらい)
- ・深沢地区センターやZoomなどで活動しています
- ・参加費無料
- ・Lineでおすすめ消費材の情報交換しています

### <今年度の活動内容>

- 4月 トマトケチャップ レシピ情報交換
- 5月 桜新町駅前マルシェに参加 🍅🍅🍅🍅🍅
- 6月 平田牧場の豚肉 デモンストレーションとメンバー発表
- 7月 ノンホモ牛乳 サンモッツアチーズとフライパンピザの実習  
30分で作る4人5000円のおうちご飯のレシピ作成
- 8月 親子企画「牛乳からピザを作ろう」のアシスタントを担当サンモッツア作り
- 9月 「麴から2種類の調味料を作る」実習予定

リサーチチームで作成したトマトケチャップレシピが好評でした

他にも豆腐、牛乳、電気、フルーツ、甘夏、お弁当など月ごとにテーマを決めて活動しています。



興味のある方は4ページの通信欄からお申し込みください。  
こちらからご連絡いたします。

## もしもにそなえる応急救護 ～乳幼児から大人まで～

玉川消防署から、乳幼児～大人への心肺蘇生や AED の使い方を教わります。また、代理人の金井えり子さんから世田谷区の防災対策、代理人候補の関口江利子さんから回転備蓄や在宅避難について話を聞きます。

AED の使い方は機種によって微妙に違います。ご自宅マンションやよく行く施設に設置してある AED の写真をお持ち頂ければ、消防署の職員がお教えます。

当日参加 OK ですが、できるだけ WEB でお申込みください。

日時：**9月12日**（月）13:30～15:30 当日参加 OK

場所：二子玉川地区会館（世田谷区玉川 4-4-5）

定員：10 名（心肺蘇生・AED 体験）

持ち物：マスク、飲み物、動きやすい服装

参加費：無料

託児はありませんがお子さん連れ OK

※代理人運動：生活クラブの事業としては難しい分野の課題を、組合員（市民）の代表＝代理人を議会へ送り出すことで解決することを目的として、1977 年から始まった活動です



参加申し込みは2次元コードからお願いします。→



## 牛乳からサンモツアチーズを作ろう

ノンホモ牛乳からモツアレラに似たサンモツアチーズをみんなで作りましょう。

出来たチーズは分けてお持ち帰り頂けます。

日時：**9月19日**（月・祝）9:30～12:30 申込〆切 9/9(金)

場所：奥沢地区会館料理実習室（世田谷区奥沢 7-35-4）九品仏駅下車 浄真寺近く

定員：12 名

持ち物：エプロン 持ち帰り用容器

参加費：無料

託児はありませんがお子さん連れ OK→

人数制限がありますのでお申し込み必須です。

※火を使うのでお子さまは十分お気をつけください。

※締め切り日以後にお申込みいただいた場合は、ご参加いただけません。

※申込み多数の場合は抽選となります。結果は申し込みされた方全員へ主催者から連絡します

4 ページの通信欄よりお申し込みください。



ケチャップリレー



今年度の  
テーマ消費材  
トマトケチャップ  
のレシピ

お弁当にも👍

## 豚肉3種のケチャップ絡め

約20分



リサーチチーム:IM

①豚肉(モモブロックは一口大、モモスライス  
は端から丸める、バラスライスははまぐす)に片  
栗粉をしっかりとまぶす。お肉が美味しいので  
塩・コショウしなくて大丈夫。

②油で揚げ、ケチャップ、りんご酢、砂糖少し  
多め、水少々入れ煮詰めてからめる。  
スライス肉には新玉ねぎのみじん切りをいれボリ  
ューム感と食味の味変を。天ぷらやフライのついでに揚げてお弁当に(この時は少し煮込めばOK)



まち・玉川 7月のケチャップの注文数 292個



## 生活クラブでんき

に切り替えた方にききました

Q 生活クラブでんきに切り替えようと思ったのは  
なぜですか？

A 食生活をヴィーガンにしたのをきっかけに、自分  
自身の生活が知らず知らずのうちにかけている環  
境負荷について考え、火力発電に依存する生活を  
改めたかったから。

Q 生活クラブでんきに切り替えてよかったですか？

A 良かったです！エアコンを使う罪悪感が減りまし  
た。生活全般について節電を意識するようになりました。

まち・玉川限定

## 生活クラブでんき契約プレゼント

(2023年3月末まで)

生活クラブでんきに申し  
込んでプレゼントを  
もらっちゃおう！



なたね油  
1650g



ごま油  
500g

合計 2500 円  
相当の油  
2種類  
プレゼント！

## 7月20日「教えてくださいCO・OP共済♥」報告

ジュニアコースは19歳まで契約すれば補償期間が30歳まで、個人賠償責任保険が月額140円で補償額最高3億円♥一世帯の1人が加入すれば共済契約者の配偶者や配偶者の同居の親族及び別居の未婚の子が補償の対象になる！などなど知らない事が多くとっても良い企画でした。皆さん共済のチラシは捨てずに見てください。気になったら電話をかけて下さい。コープ共済センター 0120-50-9431

<企画後のアンケートより>一部を抜粋しています。

分かっているようでよく分かっていない共済のこと再確認できてよかったです。/コロナのこと、自転車のこと等など都民共済、国民共済のチラシまで持って来ていただき、違いを教えていただきありがとうございます。/都民共済・国民共済との比較もでき、改めてCO・OP共済の優位性を知ることができました。/今プラチナ85は入院は出るが通院がないという事を最近知りました。70歳くらいからケガもあるのでぜひケガの保障がついてくれるとも思います。/ハグくみが70歳で終わり、もう少し年齢上げてくださいますか？/CO・OP共済たくさんの人に知ってほしいと思いました。/自分が入っている保険を見直すきっかけができ、とても勉強になります。お話が分かりやすかったです。/コロナの話はガツンと来ました。/ジュニアコースの優位性(19歳までに加入すれば30歳までカバーできる)が良く分かった。/広く知らせたいことは、いろいろな方法で知らせないと組合員にまで伝わらないこともあるので方法をよく考えて欲しい。(今回のリニューアルについてなど)/65歳以上の保障について変換時、詳しい説明を聞く機会が少ないので考えて欲しい。「センターに問い合わせできます」などと表記するとか/コープ共済が最初の頃からすると保障が充実されてきました。65歳以上「ずっとあい終身医療」に入っていますがケガなどついていません。保障の充実を考えて欲しい。たすけあい共済なのに金額は高すぎると思います。

