

2021年4月

ブロックニュース

牛久ブロックの風

発行日：2021年4月12日
発行元：生活クラブ茨城牛久
ブロック運営委員会
編集：広報チーム
生活クラブ茨城牛久センター
☎029-872-7521

2020年度 牛久ブロック 組合員数		【期首 2,618】						世帯当たり利用高 【8~12週】(5週)	
3月末現在	組合員数	班	個配	共済	でんき	法入	合計	班	25,719円
牛久ブロック	780↓	1,880↓	67↑	3↑	2→	2,732↓	1,479↓		
つくば	428↓	1,051→					554↓		
土浦（含かすみがうら）	187↓	367↓					152↓		
阿見	40→	112↓					413↓		
牛久	65→	348↓					62↓		
エリア外	60↓	2→							



生活クラブ
茨城 HP

生活クラブ
茨城 Twitter

委員会参加メンバー募集！

牛久ブロックでは、2021年度の委員会メンバーを募集します。

いろんなアイデアを出し合う、楽しい委員会活動と一緒に作っていきましょう！

委員会名	活動内容
ブロック運営委員会(第一部)	組合員活動を通じた仲間づくり楽しい組合員活動のアイデアを出し合う
ブロック消費委員会	消費材を通して“集う・学ぶ・体験する・発信する”組み立てづくり
ブロックたすけあい福祉委員会	エッコロ、共済、フードバンク、地域のたすけあいなどを話し合う
ブロック環境委員会 (2021年度新規立ち上げを目指します)	せっけん・グリーンシステム・エネルギー・NON-GMOなど 環境問題のテーマで話し合う

- センターでの実参加かオンライン、どちらも選べます。(交通費 or 通信費支給)
- 委員会は、基本2時間の開催です。

※詳しい案内は、配布の募集チラシをご覧ください。



生活クラブグループ全体で取り組む

「未来へつなげる♪エネルギーアクション！」に参加しよう！

現在の日本のエネルギー基本計画では2030年には、電源構成比の22~20%を原子力発電にするとしています。福島第一原発事故の放射能汚染により命やふるさとを奪われた大勢の人々がいて、廃炉の見通しも立たない今まで、さらに原発を再稼働させようとする計画には疑問です。また日本の再生可能エネルギーの構成比率の目標は22~24%と、主要国の40~74%と比較してもかなり消極的です。

私たちは、署名活動や国への意見提出を通じて、エネルギー基本計画に再生可能エネルギー、脱炭素、脱原発の推進を盛り込むように、働きかけを行ないます。

国のエネルギー基本計画に対する意見書を提出します

- 2030年エネルギー基本計画で再生可能エネルギー電力目標を60%以上、2050年度は100%とすること。
- 巨大なリスクを抱える原子力発電は即刻廃止し、石炭火力発電は段階的に縮小し2050年までに廃止すること。
- 脱炭素社会に向けて、再生可能エネルギー主力電源化の実現にむけた推進と政策転換を早急にすすめること。

未来へつなげる

エネルギーアクションフォーラム

日時 4月17日(土) 14:00~16:30

オンライン

「再生可能エネルギー100%の未来を作る」

基調講演及びパネラーによるトーク

参加申し込みは牛久センターまで

署名活動のご協力を！

4/12～署名用紙と活動パンフレットが配布されます。まずは署名にご協力ください。

オンライン署名はこちらから→

署名は紙かオンライン化どちらか

1つにしましょう。5/31まで

またみなさんの自治体6月市議会に国へ意見書を提出するよう要請活動に取り組みましょう。意見書のひな形等はセンターからお取り寄せください。



【エッコロ】

たすけあいホットライン

070-3937-5004

平日(月)～(金)、

9時～17時

困ったことが
あつたらまずは
お電話を！



生活クラブ・ケアステーション牛久

TEL: 029-886-6562

牛久市・つくば市在住の方を対象の訪問介護事業を行っています。生活クラブ牛久センター1階の相談室で、ケアマネージャーに介護に関する相談をすることができます。電話にてお申込みください。

★随时「ヘルパー」登録して一緒に働く人を募集しています！
<資格取得助成制度あります>



オンラインを活用して ライフプラン講座を企画開催できます!!

コロナ禍でみんなで集まって講座を開催することが、まだ難しい状況ですが、オンラインを活用して、パソコン・タブレット・スマホで気軽にライフプラン講座を開催することができるようになりました。講師と都合が合えば、夜でも土日でも組合員が3人以上集まれれば、ライフプラン講座を企画開催できます。

開催希望の方は、配達職員または牛久センターにお電話にてご相談ください。



【ライフプラン講座・定番講座のご案内】

1	家族を守る保障 ～本当に必要な生命保険がわかる！
2	病気になった時の保障 ～医療費に備える
3	意外に知らない損害保険 ～住まいの保険と車の保険
4	子育て世代の家計管理
5	子育て世代の教育費
6	公的年金と自分年金
7	40代から考えるセカンドライフ～退職後の生活設計
8	プラチナ世代のライフプラン ～人生100年時代に備える
9	意外に知らない税金の話 ～所得税と住民税
10	元気な時に考えておきたいエンディング
11	元気な時に考えておきたいお葬式 ～いざという時にあわてないために！
12	もっと知りたい私たちの共済～もうひとつの消費財

今後のライフプラン講座予定

主催：牛久プロックたすけあい福祉委員会
開催方式：オンライン方式参加

6月1日（火） 10時30分～12時

子育て世代の家計管理（別冊：家計管理シート付）

7月5日（月） 10時30分～12時

我が家の保障～我が家に必要な生命保険と医療保険

9月28日（月） 10時30分～12時

元気な時に考えておきたいお葬式
～いざという時あわてないために！



★地域くらぶ紹介★ 「つくば生活ささえあいクラブ」

昨年からのコロナの影響で、それまでの生活を変えざるを得ない状況に急激に追い込まれてしまった人たちがあまりにも多いことを私はマスコミ報道などで知りました。ではつくば市内ではどうなんだろう？

そこでつくば・市民ネットワークがひらいた「生活相談会」の様子を見てみると、原因も状況もさまざまな深刻な相談がありました。

コロナ禍をきっかけに、これまでくすぶっていた困りごとが浮き上がってきたようで、ほってはおけない状況を目の当たりにしました。「とにかくしなくては！できることは何だろう？」考えたのは毎日の生活を支援する事でした。

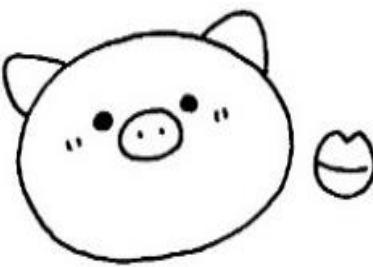
食べる事を支える、子どもの日常生活を守る、公助につながるまでの生活を何とか維持していくための助けをする。

私達には大きな支援はできません。でも小さな手助けが困りごとを解決する一歩になつたらいい。つくばの人たちは気持ちが優しい。それを信じて寄付金を集めたり日用品や食品をわけてもらう。その集める手間を私たちが担おうと、地域くらぶ「つくば生活ささえあいクラブ」を立ち上げました。すでに活動しいる他団体と協力し合って、困っている人の生活支援をしていきます。ぜひご協力をお願いします。（つくば市・瀬戸裕美子）



シリーズ消費材紹介

豚肉



生活クラブの豚肉は、日本の米育ち三元豚です。

三元豚は、3品種の豚を交配させて作り上げた平田牧場オリジナルの豚で、豚舎も広く自然の光や風が入り、ストレスを抱えにくい環境で約200日かけてのんびり育てています。

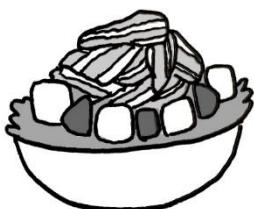
飼料には3割の米が配合されています。豚にコメを食べさせようと考えたきっかけは、約30年前の庄内交流会での組合員の言葉「田んぼが横にあって、なぜ米を食べさせないの?」という問い合わせからだったそうです。

「日本の米育ち豚」は独特の甘みと旨味があり、とても美味しいですね。他の豚肉は食べられない!という人も多いのではないでしょうか?そのおいしいお肉も、班購入のみだった頃は一頭買いという仕組みで、「部位バランス」により豚肉一頭分の枝肉を無駄なく消費していました。今はOCR注文書やネットで自分の好きな部位を注文できるので「部位バランス」が崩れがち。豚1頭の【命】を頂くわたしたちはいろいろな部位を食べていきたいですね。

しゃぶしゃぶサラダはいかが?

●材料 (4人分)

モモスライス 200g
絹豆腐 1丁
トマト 1個
きゅうり 1本
レタス 適量
ポン酢 適量



●作り方

1. モモスライスは食べやすい大きさに切り、サッとゆでる。
2. 絹豆腐は水を切り、2cm角に切る。
3. トマトは2cm角、きゅうりは千切りにする。
4. さらにちぎったレタスをしき、他の材料も入れたらポン酢をかけて完成!

お知らせ

田植え体験 5月15日(土)

今年はやります!



10年以上無農薬無化学肥料の茨城町の実験田で、田植え体験しませんか?

定員を設け、感染対策をしてのイベントです。

5月15日(土曜日)

開催予定です。

詳細は別チラシで
ご確認くださいね~



eくらぶに登録しませんか?

eくらぶに登録すると、消費材の注文ができるだけじゃないんです。口座の登録・変更もできちゃうんです。

紙ベースの登録では、金融機関の登録印を押さないといけなかったり、押して提出しても登録完了まで2か月(場合によっては3か月)かかるてしまい、いつから引き落としになるのかしら? と心配に。でも、eくらぶで登録すると、登録月もしくは次の月には希望の口座からの引き落としが始まります。

「この口座の登録印は、これでいいのかなあ?」なんて迷うことありません。他にもできることがたくさんありますので、是非登録してみてください。

パソコンでも、スマホでも、どちらでもOK。



Let's Try!

報告

2020年度ビオサポチーム活動報告

今年度はコロナ禍の影響で活動自粛となり、なかなか活動を組立てることが出来ませんでした。センター利用ができるようになってから、参加できるメンバーで研修を数回行い、動画を撮る練習などをしたくらい。3月に次年度の活動についてメンバーで話しを持ちました。次年度はオンラインを使っての情報発信や、学習会など



を組立て、コロナ禍であっても活動をすすめていくことを決めました。チーム会議も毎月開くこと決めたので、興味ある人はぜひ参加してください。

直近の目標は、6月30日(水)にオンラインで「ビオサポキッチン」を開催することです。

そこへ向けて がんばるぞ!! (つくば 征矢 優香子)

牛久ブロックイベントカレンダー

※予定は変更の可能性があります。必ず直近のお知らせでもご確認ください。

日時（曜）2021年	イベント名/内容	開催方式	主催/共催
4月15日(木) 10:15~12:00	オンライン生産者交流会 「私市(キサイチ)醸造」食酢等の生産者	オンライン及び牛久センターで実参加(人数制限)	ブロック 消費委員会
4月17日(土) 14:00~16:30	未来へつなげる エネルギーアクションフォーラム	オンライン	連合会
4月19日(月) 11:00~	「生活クラブとSDGs 持続可能な暮らしとは?」 パネラー:シンプルライフ研究家マキさん他専門家	ライブ配信(サスフェス公式YouTubeチャンネル)	連合会(申し込みはいりません)
4月22日(木) 10:00~12:00	牛久ブロック総会	ブロック代議員による実参加&オンライン&書面議決	ブロック 運営委員会
5月11日(火) 10:30~11:30	オンラインお茶会 「お米」	オンライン参加	ブロック 運営委員会
5月15日(土) 午前予定	田んぼの学校 「田植え体験」 (茨城町 げんき米実験田)	定員80人/ 感染対策の上開催	単協 消費委員会
6月1日(火) 10:30~12:00	ライフプラン講座 子育て世代の家計管理 (別冊家計管理シート付)	オンライン	ブロックたすけ あい福祉委員会
6月11日(金) 10:00~13:00	総代会 (水戸市ヒロサワシティ会館 小ホール)	総代による 実参加&書面議決	単協理事会
6月14日(月) 午前予定	ビジョンフード学習会「豚肉」	センター＆オンライン	牛久ブロック 消費委員会
6月15日(火) 午前予定	ビジョンフード学習会「鶏肉」	センター＆オンライン	県央ブロック 消費委員会
6月30日(水) 午前予定	ビオサポキッチン オンライン	オンライン	ブロック 運営委員会

*イベント申し込み方法は3つ ①チラシの申込書を配達便で出す ②センターに電話を掛ける

③生活クラブ茨城HPで申し込む(オンライン視聴の方はこちらからお申し込みください) ⇒



夏ギフト

サンプルモニター募集!

毎年行ってきたギフト試食会が今年も開けないため、ギフトサンプルを食べてSNSにアップする「夏ギフトサンプルモニター」を10名募集します。サンプル代は半額補助があります。詳しくは、後日配布のチラシをご覧ください。

【試食サンプル】

◆平田牧場ディナーセット 5

◆日本のコメ育ち金華豚

しゃぶしゃぶ&戸隠そば詰め合わせ 5



ビオサポのコラム始めます!

“ビオサポ”とは、生命を意味する「BIO」と「美を」を掛け、生命力あふれる健康な食生活をサポートしていくという意味の

生活クラブの造語。消費材だからだもサイフも、そして環境や社会も健康にしよう!という欲張りな提案です。

そのビオサポについて学び、発信していこうと作ったのが「ビオサポチーム」。現在、メンバーは8名です。チーム研修を重ねながら、「こどものごはんどうしてる?」という会を開いたり、【食の安全を考える会】の野本健司氏の学習会を企画したり、すこしづつ活動の幅を広げてきました。そんな私たちの活動をこれから毎月発信していきますので、よろしくお願ひいたします!今、チームのロゴも考え中です。

