

イベント情報&お知らせ

県央ブロックニュース

生活クラブ茨城
県央ブロック
運営委員会発行
水戸センター
Tel.291-8280
2017年11月13日
No.55

県央B10月末組合員数	
水戸	: 836
ひたちなか	: 559
笠間	: 101
その他	: 53
合計	1,549名

朝晩はめっきり寒くなり、温かいものが恋しい季節ですね！ お鍋やおでんなど、生活クラブの食材を使った美味しい夕ごはんで、ご家族を温めてあげましょう♡ 生活クラブのカタログには、クリスマスやお正月の食材の早期割引が載っています！ お得な情報をお見逃しなく！！

本紙は、1ヶ月間保管してください。

お友達紹介キャンペーン実施中！！

11月30日までの
期間限定で、お友達も
あなたも嬉しい♡
プレゼント♡実施中！

好きなプレゼントを
選ぶのね♡

県央ブロック限定の
豪華プレゼント♪
(内容は水戸センター
にお問合せ下さい)

「500円お試しセット」やお試しサンプルも
使えます。
お友達に生活クラブを
知ってもらおう！

生活クラブって、
とっても
こだわりのある
生協なのね♡
納得！

加入を検討中のお友達には
無料サンプルもご用意！



イベントには組合員でない方も参加できます。どうぞお気軽にご参加ください。
 イベント当日の様子は、後日生活クラブ茨城HPの「イベント報告」でご覧になれます。
 生活クラブ茨城HPではカラー版の県央ブロックニュースが毎月配信されています。



「エビ学習会」に参加しました

消費材で人気のインドネシア産粗放養殖ブラックタイガー「エコシュリンプ」。これからは「ベトナム産粗放養殖ブラックタイガー」も仲間入りします。今回は「エビ」についてとことんお話を伺いました。

「土と水は子孫からの預かりもの。汚染したり破壊してはならない」という思いのもと、環境に負荷をかけず持続的に養殖ができる【粗放養殖】で育った健康で美味しいブラックタイガー。人工飼料や抗生物質を与えず、河川からの潮の満ち引きに合わせて取排水を行う養殖池でのびのびと育った健康なえびは、**抜群のプリプリ感**があります。旨みや食感を損なわないバラ1回凍結で鮮度保持をし、保水剤や黒変防止剤は使用しません。だから**エビ本来の甘み**が味わえます。

☆食べ比べてみました☆

- ・市販のブラックタイガー…水っぽい エビの味が薄い 食感は柔らかすぎ
- ・市販の天然ホワイトタイガー…とても薬臭い エビの味はしない 食感はほとんど弾力がない
- ・エコシュリンプ…エビの味がしっかり感じられ、エビにも弾力がある
 茹でただけでも十分美味しく食べられる

今回はただ茹でただけで食べ比べて見ました。その際の茹で汁の匂いの差にびっくりしました。市販のエビの茹で汁は臭いこと臭いこと！ それに比べてエコシュリンプの茹で汁はエビの匂いはあるけれど、臭さではなく飲めると思いました。

大月豆腐 工場見学会

～お持ちかえり豆乳付き～

日時：11月24日(金) 11時～12時

場所：大月食品(水戸市赤塚)

集合場所：水戸センター 10:15

JR 赤塚駅北口ミオス入り口前 10:45

参加費：無料

申込み締切り：11月22日(水)

お申し込み、問い合わせは水戸センターまで

ビオサポキッチン

牛肉料理 & フルーツカッティング

日時：12月1日(金) 10:00～12:30

場所：水戸センター

参加費：1000円

- *ローストビーフ2種類とハッシュドビーフを作ります。作り置きでき、豪華に見えるメニューです
- *フルーツカッティングでパーティーのテーブルも華やかに🍎🍷



消費材紹介コーナー



そば

おびなた 生産者交流会より

「おびなた」は長野県戸隠高原に工場があり、栽培・製粉・製麺を一貫して行っています。標高1000m、昼夜の温度差が大きく、夏でも霧に覆われる戸隠はそばの栽培に適しています。【そば】はタンパク質、ビタミンやミネラルなど健康維持に必要な成分を豊富に含んでいます。赤ワインにも含まれる【ルチン】は穀物では唯一【そば】に含まれ、ビタミンCと一緒に摂取するとシワ・シミ予防に効果があります。挽きたて 打ちたたて 茹でたてが美味しいお蕎麦。乾麺も、届いたら早めに食べてそば粉の風味を楽しんで下さい。

《参考》

中華ふう生めん→かんすい(独特の風味、食感、色を出す為に使われるアルカリ剤で、蛋白質に作用し麺に伸縮性、弾力、風味が出る) 不使用

※※これからの予定※※ 日東珈琲生産者交流会

日時：1月15日(月)
10時～12時

美味しいコーヒーの入れ方を教わります。

コーヒーにぴったりのチョコレートの試食もあります



「第44回 庄内交流会(2017 1/23～26)」に行ってきました！ その②

生活クラブの食糧基地・庄内(山形県)に行き、何度も耳にした言葉があります。『皆さんの食生活が変わり、米離れが進んでいる』特に、漬け物を扱っている生産者からは『米を食べないから漬け物も食べなくなった。昔に比べると半分だ・・・』と嘆きの声も。「赤かぶ漬」は、庄内の伝統野菜として数百年間保存されてきた赤かぶを、塩・砂糖・酢だけで漬け込み、合成添加物は一切使用していない漬け物です。赤い色は表皮のアントシアニンという色素で、酢と会うことで真っ赤に発色し、中まで染まります。しゃきとした歯ごたえと甘酸っぱさが魅力ですね。きれいな赤色の漬け汁はポン酢と混ぜて、ゆでた切干大根と和えれば、さわやかな風味のサラダに変身！ 生産者の「月山(がっさん)農場」も「月山パイロットファーム」も①有機栽培で原料の赤かぶを生産し、②漬け物加工は合成無添加で、③地域内資源循環を実行して加工の残渣を減らす取組をしています。 <<ひたちなか/吉敷>>



ファイバーリサイクル交流会報告(10月26日開催)

～パキスタン、アル・カールアカデミー ムザヒル校長先生をお迎えして～

ムザヒル先生が麻薬や盗みが多い地域に無料学校を開いて30年が経ちました。今では7校、4000人の子どもが学んでいます。学校は善悪を学び子どもらしく遊べる所。無料学校で教育を受けた人々が家庭や地域を少しずつ良い方向へ変えてきているそうです。

スラム街の子どもたちは児童労働が当たり前で、一家の稼ぎ手です。1日の半分は働き、あとの半分で学校へ通う子どもたち。しかしまだ通えない子どもも多くいます。

生活クラブ茨城が衣類支援を始めて5年。良い状態の衣類の提供に感謝されました。

古着はカラチ(パキスタン)に輸出され販売されます。その売り上げが、教材、給食、教師の給料になります。学校運営には、1年間に120t以上の古着が必要とのこと。カラチで高く売れるものを特に必要としているそうです。

女性下着(ガードル、ブラジャーは中古も可)、男性下着(半袖、ランニング、ブリーフ他 トランクスは中古も可)、子供下着(おむつ、おむつかバーは中古も可)、子供用夏服(女の子用は120cmまで)、男性用(半袖、長袖)、ハンカチ(中古も可)、バッグ類、毛布 などがが必要です。

《10/26回収状況》 525.6kg回収。16.7kg廃棄(汚れ、回収品目外) 508.9kgをJAFSAへ
提供者 86人

☆次回は2月に衣類回収、仕分けを予定しています

水戸センター冬の展示会

1年間がんばったあなたへ

自分へのプレゼント

【上質な一品】見て 触れて 素材を確かめてください

12月9日(土) 10時～16時、
10日(日) 10時～15時

◎新鮮野菜のマルシェも同時開催します



GMOフリーゾーン宣言 していますか？

* 遺伝子組み換え食品を買いたくない・食べたくない・作物を栽培して欲しくないと思う人はGMOフリーゾーンサポーター宣言を！*

登録された方には3つ折りパンフレット「遺伝子組み換えてなあに？」をお届けします。遺伝子組み換え原材料を使用している、表示しなくてよい食品や、遺伝子組み換え作物の問題点も分かりやすく、また他にはない生活クラブ独自のGMO対策の取組みが分かるパンフレットです。まだ登録されていない方はぜひこの機会に！！登録用紙は、配達職員・ワーカーまたは、水戸センターまで



ハーモニーひたちなか より

市政ふれあい講座

「自立と協働のまちづくりについて」

日時：1月15日(月) 10時～12時

(11時～12時 茶話会)

場所：男女共同参画センター(ひたちなか市笹野町)

申込先：男女共同参画センター (TEL 029-354-0167)

茨城県 消費生活展

開催期間：

12月15日(金)
～26日(火)

場所：茨城県庁

☆生活クラブ茨城はパネル展示をしています

「地域くらぶ」からのお知らせ

会員募集中!!

🐾 わんこの会 🐾

～動物の殺処分ゼロを目指して～

人と動物が幸せに暮らせる社会
命を捨てるのも人 救えるのも人です

🐾 第1回 🐾 わんこの会 🐾

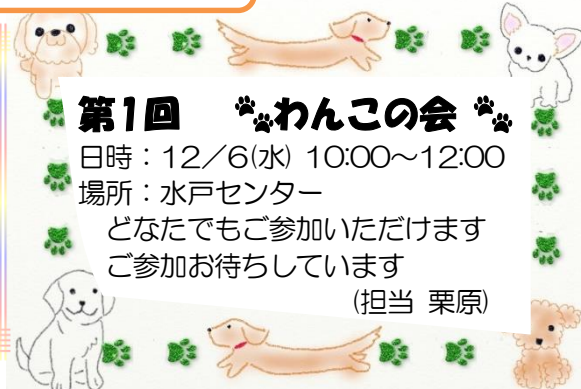
日時：12/6(水) 10:00～12:00

場所：水戸センター

どなたでもご参加いただけます

ご参加お待ちしております

(担当 栗原)



ライフプラン講座第3弾

主婦が働く時の 社会保険と税金

10/23 に台風のため中止となった講座を下記の日程で再企画しましたので、ぜひご参加ください。

日時：12月18日(月)10時～12時

場所：水戸センター

参加費：100円(お茶菓子代)

持ち物：筆記用具、電卓

申込み締切り：12月8日(金)



☆愛くるしいハグみちゃんがやってきます☆

12月9日、10日の水戸センター展示会にやってきます。ハグみちゃんとの写真を「生活クラブ共済連」WEBページ「ハグみちゃんとの思い出写真大募集！」に投稿すると、「ハグみちゃんみ～つけた！」にアップされますよ♪

☆ひのきの卵をペイントして

ハグみちゃんを作ろう！☆ 募集中

ハグみちゃん家族は5人。誰を作ってもOKです。作品には組合員番号と名前を書いて、配達日に出してください。

素敵な賞品をゲットしてくださいね！木の卵希望の方は、センターに電話かFAXで申し込んでください。

木の卵1個100円(1人2個まで) 代金引き換え
作品のセンター提出締切り 11月24日

～エコロ制度改正に向けての意見を募集します～

生活クラブ茨城独自のたすけあい制度「エコロ」は、2002年のスタート以来、毎年組合員の声を集めて制度改正をしています。今年も皆さんの意見を募集します。意見は下の「イベント参加申込書」に記入し、11月28日(火)までに、配達時又はFAXで出してください。お待ちしております。

たすけあいカフェ

困った時にご近所をお願いしたいと思っても、そこまで頼んでいいのかしら？なんて思うこと多いと思います。エコロやこれからの福祉、たすけあいをテーマに集まってみませんか？

たまには身近な人たちとゆっくりお茶をしながらざっくばらんに話してみませんか？

後日案内のちらしが配布されます。
(12月～2月末)

介護福祉について考えませんか？

～超高齢化社会、地域福祉に向けて～

日時：11月28日(火)

12月21日(木)

時間：10時～12時

場所：牛久センター

少子高齢化社会に入り、公的介護制度では追いつかないほど介護を必要とする人たちが増えています。

これから介護施設ばかりでなく在宅介護も増えると予測される中、生活クラブでも介護福祉について考えて行こうと企画しました。関心のある方は是非参加してみてください。

詳しくは水戸センターまでお問い合わせください。

折り返し詳細についてお電話いたします。

エコロに関する相談、お問合せは

「たすけあいホットライン」

☎070-3937-5004 までどうぞ！

月曜日～金曜日

午前9時～午後5時まで



イベント参加申込書

組合員氏名[] 電話番号[]
配達コース or 班コード[]

参加希望イベント名

エコロへの意見記入欄

※複数のイベントに参加希望の方は、

・右のQRコードからホームページに進み申し込む

・直接センターへ電話で申し込む

・この申込書を必要枚数コピーして申し込む 以上のいずれかの方法でお申し込みください。

※託児、乗り合わせの申し込みはホームページまたは各イベントチラシからお願いします。

※ご記入いただきました個人情報については、本目的以外に使用致しません。

