

梅雨の晴れ間に せっけんで お洗濯♪

すっきりきれいな洗い上がりで、香りも自然な残り方。生活クラブで、ナチュラルクリーニング  
しましょう！

本紙は、1ヶ月間保存してください。

## 7・8月はシャボン玉月間

～せっけんライフはじめませんか？～  
石けんは無添加・肌にやさしい・環境にやさしい



夏のおススメ

酸素系漂白剤・・・台所のフキン、50℃のお湯に溶かして  
つけ置き、黄ばみもキレイに  
セスキソーダ（炭酸塩と重曹同量でも）・・・子どもの制服、  
セスキを溶かしてつけ置き押し洗い、  
汗もサッパリ（クリーニング代節約）

《ロコミ情報》（ひそかに大人気）

華麗な石けん（エコーレア）・・・汗をかき匂いの気になる  
この季節、お年頃・加齢臭の気になる  
人におススメ！！

### 【薬用石けん米国では禁止に？】

生活と自治7月号より

「抗菌作用があるとされるトリクロサンなどの19の成分を含む薬用石けんやハンドソープなどの製品を1年後に販売禁止に」という声明を、米国食品医療品局が発表しました。

「エスケー石鹼」が、以前から人体や環境へのリスクを指摘されてたトリクロサンの殺菌効果を自社検査したところ、無添加石けんを使用した場合と比べ殺菌効果を確認できなかったということです。



今年度のポスターは、県南ブロック組合員の作品が採用されました!!  
(水戸センター入口に掲示中)



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。



## パン生産者のシルキーウエーブに行きました

6月に水戸市内原にあるシルキーウエーブの工房に伺いました。

お店の前に広がる畑が収穫間近でした。完全無農薬の畑には雑草も生えていますが、刈り取る際に麦の穂だけが収穫できると話すのは店主のお母様でした。

この麦を使いパンを作っているため、シルキーウエーブの小麦粉にはグルテンが添加されていません。市販のパンは時間がたっても柔らかいですよね。それはグルテンの量の違い。その他にもいろいろなが入っています。フワフワのパンは口の中ですぐにつぶれてしまい中身がつかまっています。それに比べシルキーウエーブのパンは見た目よりもずっしりとつかまっていて、同じ容積のパンよりも3割増ほど容量があります。腹もちが良いのも納得ですね！

油脂も入っていないので、着いたらすぐにカットして冷凍保存してください。美味しく食べるコツは温める程度にさっと焼いてほしいとご主人。噛めば噛むほど、小麦粉の味わい深い山形パンです。

## ビオサポキッチン

### 夏休み親子企画

### 親子でおにぎり🍙

長い夏休みの一日を生活クラブで楽しく過ごしませんか？ おにぎりの具は、お子さんの大好きなものから大人美味しいもの、変わり種も用意します♡

同時に“お豆腐まつり冷奴大会”もします！トッピングは、簡単なのに美味しい目先の変わったものが、たくさん出ます♡

参加お待ちしております。

日時：8月3日（木）受付開始9:45

場所：水戸センター

参加費：一家族 500円

持ち物：エプロン、お手拭き、三角巾、マスク

申込締切：7/21（金）



## 消費材紹介コーナー



美味しく食べて自給率アップ！

国産 100%なたね油 600g 815円(税込)

国産なたねの産地が広がり、たくさん供給できるようになりました。油を搾ったあとの、油粕は、野菜を作る肥料などに利用されています。

国産ブレンドなたね油（1,650g 税込 1,104円）は、国産なたね 5%使用。95%が海外の提携産地のなたねを使用しています。ぜひ、「国産 100%なたね油」を利用して、国内産地をもっともっと広げましょう！国産 100%でこの価格は、とってもお得ですよ！！

## 組合員主催イベントコーナー

### 子どもキッチン

親子・家族でお料理しませんか？

子どもが主体となり、年齢にあわせてお料理作りを体験して頂きます。レシピは

『一汁二菜』 楽しく・美味しくお料理しませんか!!

日時：8月22日(火) 10時~13時

会費：子供 500円 大人 700円

(料理を食べる場合、会費を頂きます。材料代・資料代)

場所：坂本自宅サロン（水戸市千波町）

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル

申し込み・問い合わせ：水戸センターまでお願いします。

締め切り：8月18日(金)

その他気になることなどございましたら気軽にご連絡くださいませ。



愛するワンコのために！  
奥が深いシャンプーの話♥  
～わんちゃん編～

毎回、大好評のナチュラルクリーニング講座。  
今回は「ペットのシャンプー」がテーマです！  
ワンコもせっけんで洗うとふわふわに♡  
せっけんの達人にワンコシャンプーのこつを  
聞いちゃいましょう。

日 時：8月8日（火）10:00～12:00  
場 所：水戸センター  
参加費：200円（生活クラブのドッグフード  
試食プレゼント♪）  
持ち物：ご自宅で使っている犬用シャンプー  
（あれば結構です）

8/26（土）  
東海アクションに  
参加しよう！！

「東海第二原発の延長はしないで欲しい」そんな想いで、手を取り  
合って原発の建物を取り囲もう！という呼びかけに、生活クラブも参加します。  
お友達、ご家族誘い合って参加しよう！！  
\* 詳細は後日発行致します。

たくさんの衣類が集まりました！  
衣類回収 次回は10月です！

7月も多くの衣類提供がありました。  
新規登録者・・・20名  
衣類提供者・・・79名  
衣類回収量・・・427.6kg（そのうちスカート  
やトレーナーなど回収品目外が12.7kgあったため、JFSAには415.5kg提供しました。）  
仕分け参加者・・・8名

ご協力ありがとうございました！

JFSAでは20トンのコンテナで年4回、パキスタンに船輸送することを目標としています。登録して衣類提供する人が増えると、パキスタンの教育支援の輪が大きく大きく広がります。ご都合のつく方は仕分け作業に参加すると、一目瞭然。  
どなたでも参加できますので、お申込みください！

「地域くらぶ」からのお知らせ

マンドリンアンサンブルわをん  
第2回コンサートのご案内

日 時：8月20日（日）13:30 開場 14:00 開演  
会 場： 那珂湊総合福祉センター しあわせプラザ  
入場無料

ポピュラーからクラシックまで、元気な曲からマンドリンの音色の美しさを堪能できる曲まで、幅広いレパートリーをお楽しみいただけます。ぜひお出かけ下さい♪

マンドリンアンサンブル  
わをん  
第2回コンサート

- ・ 銀河鉄道 999
- ・ 天城越え
- ・ サウスポー
- ・ 「カヴァレリア・ルスティカーナ」 間奏曲
- ・ 交響曲第5番ハ短調「運命」第4楽章 他

【出演】  
有坂 加奈子 (1\* Mandolin)  
岡野 健太郎 (2\* Mandolin)  
魚津 真喜子 (Mandolin)  
魚津 信一 (Guitar)

2017.8.20（日）

開場 13:30  
開演 14:00

入場無料

那珂湊 総合福祉センター  
しあわせプラザ



【後援】水戸市／ひたちなか市／東海村／一般社団法人日本マンドリン連盟



## ただ今 夏のたすけあい共済キャンペーン開催中で～す🐶

9月3日までの期間中、「ハグくみ」、「co-op 共済たすけあい」、「あいぷらす」に加入した方には、1件に1つ「新生酪農のバター」のプレゼントがあります。生活クラブの牛乳から作られたおすすめ消費材です🍷 ご検討中の方、詳しく聞きたい方は水戸センターか配達担当者にお声掛けくださいね！



“ハグくみぬり絵コンテスト”にたくさんの応募ありがとうございました。審査の結果6名が入賞し、7月15日の展示会で表彰式を行いました。

夏休み期間中、応募してくれた皆さんの作品をセンターに展示します。お越しの際にはぜひご覧になってくださいね。その後、応募者全員に参加賞と共にぬり絵はお返しします。



エコロでお困りの時は・・・

「たすけあいホットライン」へ  
お問い合わせください

毎週月曜～金曜までの朝9時から夕方5時対応  
電話 070-3937-5004



山に海に川に、楽しい夏休みをお過ごしください。暴飲暴食を避け、健康的な日々を送りましょう。

8/12～8/20の間  
「たすけあいホットライン」は  
お休みになります。



## 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

※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、送迎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。