

2017年
12
月号

ブロックニュース

牛久ブロックの

風

発行日 2017年11月20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 Fax029-872-7523
http://ibaraki.seikatsuclub.coop/



冬の展示会&生き活きマルシェ

日時 12月2日(土) 10:00~16:00
12月3日(日) 10:00~15:00

会場 生活クラブ 牛久センター

冬の展示会

生き活きマルシェ

ゼエム(紳士服)・パラマウント(靴)
東京真珠(アクセサリ)・ファーレ(婦人服)
アイメイト(メガネ)・RHS(家電)
アフロディーテ(バッグ)・ブロッサム(バッグ)
カムスポイント(傘、風呂敷)・着物リメイクなかの
プラントイ(木のおもちゃ)山基物産(布団)・
カタログハウスソロー(ペレット・ストーブ)

1日目: 12/2
丸えび倶楽部(農産物・げんき米)・ペシュ(パン)..
歩(クッキー)・ハートケアひたちなか(ジャム)..
塩屋(しじみ・魚)・嘉倉豆腐店(豆腐、油あげ)..
せっけんの街(再生油せっけん/使用済み食用油回収)
(喫茶コーナー) (共済・仲間づくりコーナー)

当日は取り扱い品について丁寧に説明やアドバイスを聞くこともできます。
実際に見て・ふれて・確かめて納得して購入できると毎回好評です!
ご家族、お友だちとお誘いあわせのうえ、お越しください。



2日目: 12/3
フードバンク茨城(フードバンク ※不要食品回収)
新聞バッグの会(新聞バッグ紹介・作り講座)
(喫茶コーナー) (共済・仲間づくりコーナー)
茨城独自生産者のペシュのパン、げんき米、嘉倉さんの油揚げなどの試食があります。販売もありますので、展示会と一緒にマルシェもお楽しみください。生産者さんに会える機会、消費材への思いを聞いてみませんか?

たすけあいカフェを開こう!

12月~2月末までに開くことができます。

- ・地域でお友達、知り合い等、3人以上集まれば、開けます。(宗教、営業目的では開催できません。)
- ・事前に申込書を必ず提出、終わったら報告書を提出します。
- ・1回1,000円の開催補助があります。 ※詳しくは別紙ちらしをご覧ください

エコロ制度改正に向けて意見を募集しています

組合員のみなさんの意見や要望をブロックで提案～意見集約、改正案策定へ向けて議論を進めますので、エコロの仕組みについて考えてみてください。各地で開催する「たすけあいカフェ」に参加して、みなさんの意見をお聞かせください。

9月末現在 組合員数	班	個配	共済	法人	合計
牛久ブロック	898	1,436	22	2	2,358
つくば	480	794			1,274
土浦(含かすみがうら)	229	271			500
阿見	46	90			136
牛久	77	280			357
エリア外	66	1			67
牛久ブロック世帯当たり利用高【39~42週】(4週)					
班	19,143円	個配	22,178円	合計	21,010円

福祉事業 立ち上げへ向けて

生活クラブ茨城では「たすけあい政策」の中で、「年をとっても住み慣れた地域で、自分らしく暮らしたい」を実現する仕組づくりをめざす方針を掲げ、専門性を備えた福祉事業の立ち上げを目指しています。

11月18日には生活クラブ運動グループ協議会主催で「福祉学習会」を開催し、現在の福祉制度の問題を共有しました。

そしてさらに自分たちの将来に必要なしくみはどのようなものか、年をとっても自宅で暮らし続けるにはどうすればいいか、など事業化に向けて具体的に話し合いをすすめていくため、以下の「福祉事業準備会」を開催します。

日時：① 11月28日(火) ② 12月21日(木)

どちらも牛久センター10時～12時まで

福祉事業に関心のある方、福祉の資格をお持ちの方、福祉で働いている方など、ぜひお集まりください。

一緒に生活クラブ茨城の福祉事業を考えませんか。

2017年度登録版・エッコロ 「ケア者登録」登録用紙の 提出をお願いします！

10月の「牛久ブロックの風」と同時に配布しました「ケア者登録用紙」の提出はお済でしょうか。

- ❖話を聞いてから登録したい
- ❖できるって、どのくらいできればいいの？
- ❖できるって書いたら断れないの？
- ❖疑問が解決してから登録したい。

そんな方へ

エッコロ「ケア者登録」について説明会を開催します！

日時：12月6日(水) 10時～12時

場所：牛久センター 2階会議室

※詳しくは別紙ちらしをご覧くださいの上、お申込みください。

たすけあい基金2017年度応募受付中

申請〆切：12月15日(金)

※詳しくは、たすけあい委員会へお問い合わせください。

たすけあいホットライン

070-3937-5004

平日(月)～(金)、9時～17時

地域くらすの活動

スクエアステップにチャレンジ!

10月19日

スクエアステップは高齢者の転倒予防、介護予防、認知機能向上、体力づくりに役立つエクササイズです。

今回は、地域くらすの“スクエアステップの会”が指導し、地域くらすの“小町サロン”が体験する、という、新たな交流になりました。



牛久センターに小町サロンメンバー9人が集まりスクエアステップにチャレンジしました。

上村インストラクターの指導のもと、四角に線引きされた独特のマットに左右一歩ずつ、一つとばし、斜めに前進する・・・

難易度が上がるに従い足の運びがもつれ、踏むべき四角に足が収まらず参加者の笑いが溢れます。最後は氷川きよしの歌に合わせてステップを踏みボケ防止、転倒防止のステップをみんなで楽しみました。

(つくば 高野さち子)





大好評！



クリスマス正月用品試食会

クリスマス・お正月用用品を使って気軽なパーティーを地域クラブ中心に開催中。「利用してみたいけど、どんな味かしら？」と参加して下さった組合員さん。ローストビーフとローストチキンに「これはおいしい、便利ね。ローストチキンはちょっと塩味が強いかな～」と、話がはずんでいる様子が伝わってきています。

今年の重点品目は生活クラブのお肉とエビです。ちょっとお高いけどエサにもこだわっているお肉やエビ。

年末年始の食卓を消費材で！！

パンの種類が増えます！

私たちのパンが出来て8年！

いよいよ山形パンと角食パン以外の品目豊富化に取り組みます！！原材料は変えずに

「ハイジの白パン」（白い丸パン）、バターロール、バケットなどなど、これから生産者と意見を交わしながら開発を進めていきます。どんなパンが出来るかお楽しみにー♡

秋場 美絵子

クリスマス正月用品試食会開催補助のご案内
クリスマス正月用品プレゼントで試食会を開く企画は大好評のため予定数を終了しましたが、これから「自分たちも試食会を開きたい」とお考えの方に、2,000円を補助します。開催条件は、第一弾と同じ（3名以上、12月8日までの開催）

この機会にお友達と消費材パーティーを開きませんか？ご希望の方は、牛久センターまでお問い合わせください。



げんき米を食べよう

17RYの活動が終わり、18RYの活動が始まっています。まずは予約者キャンペーンを実施、10名の新規予約者につながりました。予約登録だけでなく、月2回単協独自品としてでも注文できます。新米のおいしいこの季節、ぜひげんき米を味わってみませんか。

「げんき米を食べてみたいけど今週は取り組みないな～。」「げんき米を食べ終わったけど、次の予約米が届くまでにはまだ間があるな～でもスーパーのお米は食べたくないんだけど。。。」「などと思ったら、ぜひセンターに電話してみてください。げんき米がセンターにある場合があります。

11月8日

鶏肉学習会に参加しました！

報告

バイオサポ講習会

10月16日

牛久センターで開催された鶏肉学習会に参加しました。生産者の方のお話を聞いて、丹精に大切に育てられている鶏肉ということがわかりました。国産鶏種を守り、遺伝子組み換えでない餌と飼料米を食べて育てられた生活クラブの鶏肉を多くの組合員で利用し食べ続けていきたいと思いました。

生産者の方に丸体の解体も見せていただき、一羽の鶏から取れる肉の量を目の当たりに拝見しました。最近ではレバーの利用が落ち込み、年間で15トンを廃棄している話も伺いました。

これからの季節、鶏肉料理が食卓に登場します。鶏肉の加工品も増え利用しやすくなりました。

時々身体に良いレバーも食卓に

のせる工夫もしたいと思います。(つくば 古賀ひろ美)

～なぜ市販のハムってきれいなピンク色なの？～
まず、実験。市販のきれいなピンク色のハムとウインナー、そして生活クラブのハムとウインナーを、亜硝酸テスターを使って、発色剤（亜硝酸ナリウム）が含まれているかのテストをしました。市販のハムとウインナーは、亜硝酸Naが入っていることが一目瞭然でした！市販のきれいなピンクのハムやウインナーは、発色剤を使ってきれいなピンク色にしているのですね。亜硝酸Naは、肉や魚のアミンと反応して発がん物質に変化するという問題点があります。きれいなピンクのハムは食べたくない。その後、栄養、献立の話、サプリの話などを聞いて、バイオサポセットの試食。

盛りだくさんで、頭も心もお腹もいっぱい^^

(つくば 大竹 公子)

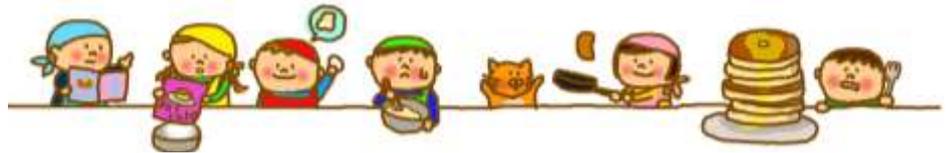
イベント情報

どなたでも参加できます。お友達と一緒に、ぜひご参加下さい♪

※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	イベント名 / 内容	会場 / 参加費	主催/備考
11月23日 (祝・木) 10:00~15:10	DVD 視聴会&クリスマス用品試食会 10:00~11:40 上映会 12:00~13:00 クリスマス用品試食会 13:30~15:10 上映会 映画は、お砂糖の話	たまごはうす/ 300円	地域くらぶまち 土浦・NPO みんなのたまご
11月26日(日) 11月27日(月) 11月28日(火) 10:00~14:00	おさがり市 in たまごはうす 新生児~160、マタニティもあります。50円、100円とお得です!	たまごはうす〔土浦市並木 1-2-25〕 /	NPO みんなのたまご
11月28日(火)	福祉事業説明会	牛久センター/無料	理事会
11月29日(水) 10:00~14:30	おうちマルシェ Vol.9~ママたちのハンドメイドショップ 1DAY OPEN 生活クラブも出店します	組合員宅〔牛久市東狸穴町 1136-10〕	組合員
12月2日(土) 10:00~16:00 12月3日(日) 10:00~15:00	展示会 実際に手にとって、価値を確認できます & マルシェ 茨城単協独自品の逸品を購入できます	牛久センター/	展示会実行委員会 ※1P
12月6日(水) 10:00~13:00	マダム永井~年末年始のパーティー料理~ 八方だして筑前煮&中華鍋でスモークチキン	土浦市二中地区公民館/500円	NPO みんなのたまご
12月6日(水) 10:00~12:00	エコロ ケア者登録者説明会	牛久センター/無料	牛久ブロックたすけあい委員会 ※2P
12月7日(木) 10:00~13:30	ワンコインランチ お正月に手作りの伊達巻はいかが?	並木交流センター /500円	地域くらぶワンコインランチの会
12月8日(金) 10:00~12:00	げんき応援基金 公開審査会	牛久センター/	市民ファンド茨城
12月11日(月) 10:00~13:00	クリスマス正月用品試食会	土浦市四中地区公民館/100円	まち土浦
12月17日(日) 13:00~15:00	マダム永井~フロランタン~ オシャレな焼き菓子で日曜日の午後の素敵なひとときを♡	土浦市二中地区公民館/500円	NPO みんなのたまご
12月18日(月) 10:00~12:00	小町サロン スクエアステップ	牛久センター/	地域くらぶ小町さろん
12月21日(木) 10:00~12:00	福祉事業説明会	牛久センター/無料	理事会



牛久ブロック イベント参加申込書

※ご記入いただきました個人情報は、ご案内の目的以外には使用いたしません

イベント名		開催日	
組合員名		電話番号	
一緒に参加のお友達	組合員/員外		組合員/員外
託児申込み ※開催日の1週間前まで	名前 _____ 男・女 _____ 歳 _____ ヶ月	名前 _____ 男・女 _____ 歳 _____ ヶ月	