



牛久ブロック組合員数 2,400人に!!

生活クラブ牛久ブロックの仲間が、1月末で2,400人になりました!!

「おいしい&安全な食生活から、生活を豊かにしたい!」メンバーが
またまた増えました! やったー♡
健康作りの第一歩は食生活です! みなさまの「おいしい宣伝」が仲間を
増やします! これからも仲間をどんどんふやして行きましょう!!



2018年度 活動方針

意見交換会に参加しよう!

2018年 3月7日(水) 10:00~12:00 牛久センター

2017年度ももうあと少しとなりました。理事会では今年度やってきた活動の振り返りを行い、2018年度には、どのように活動していくかの「活動方針(案)」を作成しました。牛久ブロックではこの方針(案)に対して、組合員どうして意見交換を行い、その意見を反映させてブロックの活動方針をつくり、茨城単協の来年度方針として総代会にて決定していきたいと思っております。

生活クラブは組合員が作ってきた生協です。これまで多くの組合員が運営に参加してきました。生活クラブに加入している組合員はだれでも意見を言い、運営に参加することができます。

意見交換会には組合員の方はどなたでも参加できますが、今年の総代のみなさん、ブロック総会の代議員のみなさんはできるだけご参加ください。今年度新たに始まった「地域くらぶ」メンバーのみなさんのご参加もお待ちしております。

2017年度総代のみなさんには「方針策定資料」を配布していますので、その資料をお持ちください。その他のみなさんには当日資料をご用意します。



困ったことがあったらまずはお電話を!

たすけあいホットライン

070-3937-5004

平日(月)~(金)、9時~17時

12月末現在 組合員数	班	個配	共済	法人	合計
牛久ブロック	891	1,483	25	2	2,401
つくば	467	820			1,287
土浦(含かすみがうら)	234	282			516
阿見	46	93			139
牛久	77	287			364
エリア外	67	1			68
牛久ブロック世帯当たり利用高【52~04週】(4週)					
班	19,209円	個配	21,970円	合計	20,924円

集まろう〔地域くらぶ〕交流会！

今年度スタートした地域くらぶは、現在牛久ブロックで 50 くらぶとなりました。

【班の集まり】【趣味の仲間での集まり】や【自分たちが伝えたいことを広げる活動】等、本当にいろいろな集まる場が広がっています。次年度も、さらに多くの地域くらぶが楽しく活動できるように、牛久ブロックが応援します。

交流会を兼ねて地域くらぶの活動報告交流会を開催します。地域くらぶの活動を紹介しあったり、やりた
いことや情報交換などを行います、代表、またはメンバーの方どなたでもいいのでぜひご参加ください。
また、地域くらぶに入っていないや、地域くらぶを作ってみようと思っている方の参加も大歓迎です。みん
なで集い、楽しく交流したいと思いますのでお気軽にご参加ください、お待ちしております

日時：2018年3月16日(金)10:00~12:00

会場：生活クラブ 牛久センター

※デザートバイキング付き

申込方法：配布済みのチラシの申込書、イベントカレンダー HP から申し込むことができます。



生活クラブ共済ハグくみ&CO・OP 共済たすけあい

『冬のキャンペーン』3/9 (金) まで！

※詳しいご相談は、配達担当または牛久センターまでお問い合わせください！

卒業・入学・就職など新生活が
始まる時期は、
保障の見直しのチャンスです♪



※期間中に加入された方に、
“ちょっとうれしいチョコレート詰め合
わせセット”のプレゼントがあります。

☆ライフプラン講座を開催しました☆

1/24(水) 40代から考えるセカンドライフ～退職後の生活設計～

人生90年の時代。老後や余生ではなく「幸せな第2の人生設計」が必要です。

どこで？誰と？どんな風に？暮らすのか。

定年後の働き方は？何歳までどんな働き方をするのか。

ライフイベント表を作り、資産運用・支出計画・

年金受給表などを学びました。

..... 報告

1/29(月)・2/17(土)

主婦が働く時の社会保険と税金

パート収入「103万円の壁」「130万円の壁」

所得税と住民税の算出方法。厚生年金と国民年金。

医療保険と労働保険。など、女性が働く時に知って

おきたい知識をわかりやすく学ぶことができ、参加者

それぞれの事情に合った疑問・質問にも講師の方に詳しく

答えていただきました。



予告

3月21日(水・祝)

小学生向けライフプラン講座

「マネーゲーム～こどもの金銭教育～」

会場：土浦“たまごはうす”

おこづかいはどこから来るの？お金を稼ぐ
ってどういうこと？グループで体験しなが
ら学んでいきます。

※詳しくは、別紙チラシでご確認ください

1月30日

報告

米生産者協議会

年に2回開催される丸エビ倶楽部との米生産者協議会が、丸エビ倶楽部の事務所で開催されました。

生活クラブからは、2017年9月～12月までの各ブロックの活動報告をしました。牛久ブロックは目標袋数をゆめひたち2,884袋、コシヒカリ4,609袋 計7,493袋としています。これを達成するためにこまめに組合員への呼びかけをし、進捗状況を毎月確認しながらげんき米の利用者の輪を広げていく活動を展開していることを報告しました。

丸エビ倶楽部からは、登録制度の下で、責任を持ってさらに安全性の高い米作りを目指すことが出来る。これからも作り続け食べ支える関係作りを構築したいと要望がありました。国の政策に翻弄されることなく、米作りをしたいという生産者の思いと安心で安全なお米を食べ続け、環境に負荷のかからない農業を茨城の地で守りたいとの私たちの思いをこれからも発展させていきたいと思ひます。

🍷 🍷

3月19日は生産者交流会を開催します。

今年にはげんき米生産者全員が来てくださいます。

田んぼへ行けない方はぜひ牛久センターへ！

生産者の人柄に触れると毎日食べているげんき米がさらに味わい深くなるはず。みんな来て盛り上げてね！！生産者も組合員に会えるのを楽しみにしています。

🍷 🍷



ビオサポ講習会

報告

今回の市販品との比較実験は「だし」。昆布、かつお、煮干しそれぞれにお湯と少しの真塩を入れカップに注ぎます。どのだしが入っているかわからない状況で飲み

比べをしました。どのだしもとてもよい風味がしてそれだけで美味しいものでした。

次に生活クラブの和風顆粒だしと市販品の顆粒だしの飲み比べ。飲んでびっくり！市販の顆粒だしの口の中に広がる強すぎる風味は、後になっても口の中に残り本来のだしの持つ風味とは異なるものでした。

忙しい毎日で少し手を抜きたいな～、ちょっとお安いものにしよかしら？と思いがちですが、取り過ぎによる味覚障害、頭痛、緑内障が疑われる化学調味料の使用より、美味しく、安心な生活クラブの「だし」を利用しようと思ひました。

次回は親子ビオサポ学習会。お子さんと一緒に食生活を振り返る時間を体験しませんか？



連合消費委員会便り

まぐろ缶詰取り組み中止について

2月13日の委員会で「まぐろ缶詰の材料不足による取組休止と代替品対応」の報告確認がありました。最終取組予定週は9週～11週ですが、在庫がなくなり次第、欠品対応となります。在庫を切らしている方はお早目にご注文ください。代替品の取り扱いは6月より取組開始となります。

甘夏シロップ漬け

材料：甘夏みかん お好みの数
グラニュー糖 甘夏の重さんの半量を目安に

下準備：ボウルに50℃のお湯を準備し、きれいに洗った甘夏みかんを1分間漬ける。

※「50℃洗い」という方法。えぐみや苦みを和らげる。

- 作り方：1. 甘夏ミカンは7mm程度の厚さの半月切りかくし切りにする。種は取り除く。
2. 鍋にミカンが全部入る程度のお湯を沸かし、甘夏ミカンをそっと入れる。
3. そのまま蓋をせず、白い綿の部分が透明になるまで（15分程度）茹でる。
4. 火を止め、触れてもやけどをしないくらいまで放置。
5. 清潔な容器に、甘夏ミカンとグラニュー糖を交互に重ね、室温で置いておく。砂糖が溶けたら冷蔵庫で保存。



きばるの甘夏だからこそできる簡単
に出来て美味しい“甘夏スイーツ”

そのままでもケーキの材料にも。シロップは、紅茶に入れるとおいしいよ

- 〈長く保存する場合〉 砂糖は甘夏と同量とし、煮沸した容器で保存する。
- 〈苦みが気になる場合〉 ピーラーで外皮をむいてから調理しても。崩れやすいので注意。
- 〈残ったゆで汁活用法〉 オレンジオイルの力で汚れがよく落ちます。レンジ周りや洗い物に。

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
3月7日(水) 10:00~12:00	ブロック来年度活動方針学習会	生活クラブ牛久センター /牛久市猪子 992-676	無料 牛久ブロック
3月13日(火) 10:00~12:30	マダム永井 “失敗しないシュークリーム” 失敗なしで美味しいシュークリーム♡ いろいろなクリームも必見です!	土浦市二中地区公民館 /土浦市木田余 1675 番地	500円 NPO みんなの たまご
3月14日(水) 10:30~12:00	3月の“たまごはうすに集まろう!” DVD上映会 小川仙月氏講演会「原発はなぜ危険か?」 東海第二原発を動かしてはいけない7つの理由	たまごはうす /茨城県土浦市並木 1 丁目 2-25	たまごはうすにカ ンパ100円程度/ 地域くらぶ てとて未来の会
3月15日(木) 13:30~16:00	311を忘れない 「土壌汚染はどうなっているでしょうか」東日本土 壌バクテリア測定PJ報告つくば市民測定所藤田氏 「福島被災地の現状報告と保養について」 桜川市鈴木さん	牛久市中央生涯学習セ ンター 視聴覚室 /牛久市柏田町 1606-1	無料 地域くらぶ チームさくら台
3月16日(金) 10:00~12:00	地域くらぶ交流会 生活クラブの「地域くらぶ」メンバーの活動報告& 交流茶話会	生活クラブ牛久センタ ー/牛久市猪子町 92-676	無料 牛久ブロック
3月17日(土) 10:00~15:00	県南ブロックミニ展示会 真珠、バック、スーツ、婦人服、メガネ、浄水器、バルミュ ーダトースター等	生活クラブ取手センタ ー/取手市ゆめみ野 2-2-10	取手ブロック
3月19日(月) 10:00~13:00	丸エビ倶楽部交流会 ～げんき米生産者全員来るよ～ 米づくりの一年、 農薬の話、げんき米と一緒に食べよう!!	生活クラブ牛久センタ ー/牛久市猪子 992-676	300円 牛久ブロック
3月21日(水祝) 13:30~16:00	ドキュメンタリー映画上映とミニ学習会 「種子 みんなのもの?それとも企業の所有 物?」 種子法廃止の対策は? 日本の種子、農業、そし て食のあり方を問い直そう。	牛久市中央生涯学習セ ンター 視聴覚室 /牛久市柏田町 1606-1	無料 地域くらぶ チームさくら台
3月21日(水祝) 10:00~12:00	ライフプラン講座～子どものマネーゲーム～	たまごはうす/茨城県 土浦市並木 1-2-25	無料 牛久ブロック
3月23日(金) 10:30~17:00	10:45～明るいエネルギーの映画「日本と再生」 13:00～小川仙月氏講演 「東海第2原発の現状について」 14:00～明るいエネルギーの映画「日本と再生」	牛久市エスカードホー ル(牛久駅ビル4階)	500円 地域くらぶ チームさくら台
3月28日(水) 10:00~15:00	新生活準備(新入園、入学)講座～絵本袋 etc.作成 お好きな時間に来て下さいね。お子さんは託児しま す。その間に一緒にいろいろ作りましょう!	たまごはうす /茨城県土浦市並木 1-2-25	200円 NPO みんなの たまご
3月31日(土) 9:00~15:00	GM ナタネ調査ツアー@鹿島 (遺伝子組み換えナ タネの調査会です)	生活クラブ牛久センタ ー9時集合	無料 昼食実費

.....き.....り.....と.....り.....

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	