

例年になく早い桜の見頃が訪れ、すっかり葉桜になってもまだまだ寒暖の差が厳しい日が続きます。そんな季節の移り変わりの中、生活クラブに大勢の仲間が増えました。私たちが自信を持って利用する消費材の良さを改めて見直し、もっともっと発信していきたいですね。新年度がスタートし慌ただしい時期だからこそ、丁寧に毎日を過ごしていきましょう。

本紙は、1ヶ月間保管してください。



1,500名を達成したのは、今から約4年前。歩みは遅くとも着実に一步一步前進し、2018年4月5日、県央ブロック組合員人数**1,610名**を達成することができました!!  
3月に放映された“カンブリア宮殿”はご覧になりましたか? 組合員のみなさんが積み上げてきたものが、今の生活クラブを作っているということが実感できたのではないのでしょうか。  
消費材は、組合員みんなで作った“宝物”です。これからも“大きな財産”として消費材を未来に残していくためにも、県央ブロック組合員全員の方で仲間づくりを進めていきましょう!

県央ブロック事務局長 中島友保

カンブリア宮殿を・・・  
見逃したあなた  
もう一度、見たいあなたへ

みんなでワイワイ・・・

## 水戸センターDVD 上映会

4/27 (金)

【午前の部】10:00～

【午後の部】13:30～

※ブロックニュース 4P目のイベントカレンダーよりお申し込みください。

おうちでゆっくり・・・

## DVDをお貸しします!!

★貸出ルールや期間につきましては、水戸センターまでご連絡ください。



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。



### 3月31日に行われた「GMナタネ自生調査ツアー@鹿島」に参加してきました。

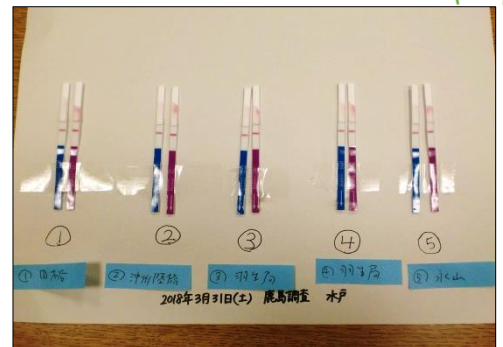
3月31日に行われた「GMナタネ自生調査ツアー@鹿島」に参加してきました。

水戸センター出発後、鹿島港公園に向かいました。道中ナタネを発見したので車を道に寄せて検体を撮影、採取しました。鹿島港公園で牛久センターから出発したメンバーと合流し、昼食後検体の簡易検査（農薬を使っても枯れない「バスタ」と「ラウンドアップ」の調査）をしました。

水戸センター組の5検体は全て陰性でした。牛久センター組は2検体に疑いがあったので、そのうちの1検体を2次検査にかけることになりました。

今回のGMナタネ自生調査ツアーに参加して改めて遺伝子組み換え作物の危険性と拡大の恐ろしさを知りました。そして鹿島港の飼料団地のNON-GMに対する意識の向上、抑止力のために自分たちがGM調査ツアーを続け監視することの大切さを感じました。

消費材のナタネ油の国産ナタネ混合率も10%→30%に増えました。共同購入することでGM植物の拡大の抑制・縮小につながり、また自分たちも安心して油を使い続けられますね。



### バイオ消費材紹介コーナー



「バイオサポ」：食べ物と食べ方を通してより健やかに、いきいきと暮らすことを目指す生活クラブ独自の活動。モットーは「知識はきちんと、実践はゆるやかに」。

#### その4 「卵は1日1個まで」って

コレステロールを気にする人の中には、卵は1日1個まで。と思っている人もいますが、卵の摂取量と脳卒中などの疾患との関連は認められていません。良質なたんぱく源で微量栄養素もバランスよく取れる卵をもっと利用したいですね。

☆黄身の色が濃いイコール「おいしそう」とか「質がよさそう」と思われていますが、必ずしもそうではありません。黄身の色を濃くするための添加物入りのえさを食べさせていることもあるんです。生活クラブの鶏は、米の配合が多い餌を食べているから黄身の色はほんのりレモン色。でも鶏の生育環境やえさの内容もすべて明らかです。配達された卵は採卵日が記入されています。新鮮さが実感できますね。



### Welcome party

日時：5月25日(金) 10:00~12:30  
 参加費：無料（ランチ付き）

生活クラブの消費材紹介、美味しい食べ方、夏ギフトの試食  
 ☆生活クラブに加入したばかりの方向けのイベントですが、組合員でないお友達と一緒に参加はできます  
 生活クラブを知らないお友達をぜひ誘って下さい！

### ◆ブロック総会のお知らせ◆

5月24日(木) 10時~12時 水戸センターにて県央ブロック総会を行います。

今年度からは、ブロック全体の組合員の中から35名の代議員を選出します。代議員に立候補される方は、4/27(金)までに事務局までご連絡下さい。

※総会終了後、軽食を取りながらの休憩を挟んで 午後は6/8(金)に行われる総代会の議案書読み合わせ会を行います。総代になる方はぜひご参加下さい。

## 展示会 & クラフト市 出店者大募集!

7月7日(土) 8日(日)

☆手作りの作品を販売するコーナーに出店してみませんか?



「素敵な夏を探しに行こう〜

夏の展示即売会」事前学習会

日時：6月7日(木) 10:00~12:00

参加費：無料

☆プロッサム(革製品)による「花のブローチ作り」

革手袋の布でブローチを作ります

※オーダー手袋の予約も受け付けます

## 人生90年時代の暮らし方

〜介護保険事業について話しましょう〜

2025年問題、団塊世代約800万人が新たに後期高齢者(75歳)となり超高齢者社会に突入します。「大丈夫、何とかなるわ!」と思いたいですが心配ですよ。

生活クラブ茨城では、来年秋の介護事業開始を目指し話し合いを始めます。私たちはどんな老後を送りたいか?自分たちが望む介護とは?どんな介護をしたいか?など一緒に考えてみませんか。同時に、介護現場での働き方についても意見交換できたらと思います。

介護事業に関心のある方、介護現場にお勤めの方、介護経験のある方、どなたでも参加できます。

日時：4月26日(木) 10時~12時

場所：生活クラブ水戸センター2階会議室

自分たちにもできる

### 身近な 自然エネルギー

〜みんなで描こう ゆたかな未来〜

日時：6月23日(土) 13時~15時30分

場所：水戸センター

参加費：500円(資料代)

託児：無料(先着5名、要予約)



「生活と自治」にも登場して頂いている城南信用金庫の元理事長・吉原毅さんがなんと、水戸センターにやってくる!

元金融トップが語る

- ・金融機関がなぜ「脱原発」宣言?
- ・地域が豊かになる「自然エネルギー」
- ・営農型「ソーラーシェアリング」って?

♪みんなで自然エネルギーへの一歩を踏み出そう♪

### セーターを石鹸で手洗いしてみませんか?

セーターなどの冬物衣類をしまう季節になりました。クリーニングに出さなくても、無添加針状石けんや石けんシャンプーなどを使って手洗いすると、さっぱりきれいに仕上がります!この機会に手洗いを試してみませんか?

せっけんはうすの岡野さんに教えてもらいます!

日時：5月17日(木) 10:00~12:00

場所：水戸センター

参加費：¥200

持ち物：縮んでもいい古いセーター、洗面器

※セーター類は濡れたまま持ち帰るようになりますので、入れる袋などをご用意ください

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時まで対応



## 「地域くらぶ」からのお知らせ

水戸センターに

「地域くらぶの紹介コーナー」を作りました

水戸センターの2階廊下壁面に「地域くらぶの紹介コーナー」を作りました。県央の地域くらぶなら、どこでも貼り出し可能です。

A4サイズ1枚の大きさに、自由に自分たちの地域くらぶのアピールを書いて、センターまでお持ち下さいね。写真や絵などを入れた楽しい紹介をお待ちしてます♪

地域くらぶ「薬膳教室」新規メンバー募集

活動テーマ：薬膳の学習と懇談、試食

活動内容：以下の5回を予定。1回のみ参加も可。

・水戸市植物園薬用植物園見学&薬膳ランチ(5/9予定)

・季節の養生のお話とご蔵の働きを整える薬膳ランチ(年4回開催)

会費：各回2000円程度(食材費、教材費)

申込み先：029-291-8280

※イベントには組合員でない方も参加できます。お気軽にご参加ください。

注) 地：地域くらぶ

日時	イベント内容	託児	場所・参加費	主催・備考
4月26日(木) 10時~12時	<b>人生90年時代の暮らし方</b> 私たちはどんな老後を送りたいか?自分たちが望む介護とは?どんな介護をしたいか?など一緒に考えてみませんか。	要 相談	水戸センター 無料	たすけあい 委員会
4月27日(金)	<b>「カンフレリア宮殿」DVD上映会</b> 見逃した方も、もう一度見たい方もお気軽にいらしてください。組合員でない方も大歓迎 《午前の部》10時~ 《午後の部》13時30分~	無	水戸センター 無料	運営委員会
5月11日(金) 10時~12 時30分	<b>月山パイロットファーム生産者交流会</b> 庄内で収穫した野菜を漬け物に加工しています。庄内の循環型農業のお話も伺います。	有 5名	水戸センター 未定	消費委員会
5月12日(土) 10時~12時 30分	<b>失敗しないシフォンケーキ作り講習会</b> シフォンケーキを、失敗なくきれいに焼くコツを伝授。限定8名 持ち物：エプロン、お手拭きタオル <b>※申込〆切：4/30(月)</b>	無	水戸センター 300円	地「食べ比べ クラブ」
5月14日(月) 10時~12時 (出入り自由)	<b>Happy face お茶会 in ひたちなか</b> ひたちなかエリアで、会って話せるサロンのような場所にしていきたいと思い、まずはお茶会を開きます。お子さんと一緒にお気軽にご参加ください。		市毛コミセン 200円	地「Happy face mom' club」
5月14日(月) 10時~12時	<b>犬も人も幸せになるしつけ講座</b> 家族の一員として、社会の一員としてともに暮らしていくためのトレーニングのポイントをドッグトレーナーに教わります(犬は参加できません) ☆ドッグフードのお土産付き	無	水戸センター 300円	地「わんこの 会」
5月17日(木) 10時~12時	<b>セーターを石鹸で手洗いしてみませんか?</b> 無添加針状石けんや石けんシャンプーなどを使って、意外と簡単なセーター洗いを「せっけんはうす」の岡野さんが教えてください	要 相談	水戸センター 200円	環境委員会
5月23日(水) 10時~12時 30分	<b>げんき米生産者交流会</b> 八方だしを作った後のだしからで作った絶品佃煮、浅漬の素で季節の野菜の簡単お漬物、玄米のお石炊き方などを伝授。炊き立ての新米を味わい尽くします!	有 5名	水戸センター 未定	消費委員会
5月28日(月) 10時~13時	<b>季節を楽しむ紅茶教室</b> 季節に合わせた紅茶をセレクトして紅茶の美味しい淹れ方と、消費材で作るスイーツと食事を味わってみませんか?場所:坂本佳奥(組合員) 水戸市千波町 自宅サロン 〆切5/17(木) 申込・問合せ:直接、坂本佳奥(組合員)029-291-8280まで	無	左記 2000円 (材料費)	地 「GARDEN FLOWER」

### 《託児のルール》

☆参加をキャンセルする場合必ず前日の17時までにお願いします。当日のキャンセルは午前8時30分までです。

☆ケア者(組合員)はエッコロで見つけます。ケア者は専門家ではないので、お預かり中対応できなくなった場合はお子さんを保護者のところに連れて行くことがあります。

☆託児は5人までです。それ以上の申し込みがあった場合、「たすけあいホットライン」(TEL 070-3937-5004)に電話をしてケア者を探していただきます。



水戸センター行き

キリトリ

## イベント参加申込書

### 参加希望イベント名

お名前：	組合員コード：	電話番号：
〔託児希望〕 お子様のお名前：		(男・女 才 ヶ月)
お子様のお名前：		(男・女 才 ヶ月)
参加されるお友達のお名前：	電話番号：	
〔託児希望〕 お子様のお名前：		(男・女 才 ヶ月)

- ※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

※託児、乗り合わせの申し込みはホームページかこの申込書でお願いします。

