



～秋の仲間づくり報告～69名の仲間が増えました

9月～11月の3ヶ月間で牛久ブロック内では新たに69名の仲間が増えました!!

今秋は地域内でのイベント参加やテレビ放映などの広報活動で「生活クラブ」をアピールしてきました。そして今年は「紹介活動」にチカラを入れています!! お友達に生活クラブを紹介する時に使えるミニサンプル品

などセンターに準備しているので、「あの人に紹介してみようかな?」と思った時には配達担当やセンターにお気軽にお問い合わせください!!

組合員一人一人の「紹介する気持ち」「口コミ」を大事にしてみんなで仲間づくりをすすめていきましょう!



「ホームページ」&「eくらぶ」便利に使いやすくなります

2019年2月、生活クラブのホームページ&eくらぶ(インターネット注文)が大幅に変わります。

@新ホームページ

- ☆スマホ対応でより見やすい画面になります。
- ☆組合員ページが充実します。

@新eくらぶ(消費材注文サイト)

- ☆注文画面がカタログ様デザインとなります。
- ☆マイページがさらに充実します。↓主な内容
 - ・レシピページ新設。そこから直接注文できます。
 - ・アレルギー登録ができます。
 - ・クチコミページ新設。

新eくらぶは、現在登録している方も新たに登録する必要があります。登録の方全員にお知らせのメールが配信されますので、指示に従って変更してください。

生活クラブでは提携する生産者と共に、「食 Food)」や「エネルギー(Energy)」、そして「福祉(Care)」のしくみを自分たちでつくりだす「FEC自給ネットワーク」づくりをすすめています。

エネルギーの分野では、エネルギーの使用を「減らす」、自然エネルギーを「つくる」、自然エネルギーを「使う」を柱に、持続可能なエネルギーの生産・流通に取り組んでいます。

原発のない未来にしたい。食べ物と同じように原料やつくり方がわかる電気を選びたい。その思いから、生活クラブは生産者や発電方法がわかる「生活クラブでんき」を共同購入しています。どんな電気を選ぶかで未来は大きく変えられます。あなたもはじめてみませんか?



「生活クラブでんき」への切り替えは簡単で安心です。オール電化、エコキュートでも切り替えできます!

ご興味がある方は生活クラブ牛久センターまでお問い合わせください。牛久センター 森川 直人

配達担当職員のルートーク【新人紹介】

8月27日に入協させていただきました後藤宇輝と申します。出身は福島県いわき市です。生活クラブに入る前は、生協コープふくしまで働いておりました。入協してから3か月が経ちましたが、生活クラブの消費材のレベルの高さに感動し、コープにはなかったいろいろなイベントに参加させていただき、毎日充実した日々を送らせて頂いております。まだまだ分からないことだらけで、ミスが多くご迷惑をおかけしておりますが、今後一生懸命働かせて頂きますのでみなさまどうぞよろしくお願いいたします。牛久センター 後藤 宇輝

11月末現在 組合員数	班	個配	共済	法人	合計
牛久ブロック	843	1,715	36	2	2,596
つくば	449	945			1,394
土浦(含かすみがうら)	212	338			550
阿見	45	105			150
牛久	72	325			397
エリア外	65	2			67
牛久ブロック世帯当たり利用高【44～47週】(4週)					
班	21,903円	個配	23,527円	合計	22,984円



丸エビ倶楽部 げんき米・野菜を食べよう！

げんき米(1号ゆめひたち、2号コシヒカリ)は丸エビ倶楽部と一緒に取り組んできた特別栽培米です。ネオニコチノイド系農薬は使わず、4成分まで！そんな身体にも環境にも優しいお米です。是非みんなで食べていき



ましょー♪また、丸エビ倶楽部こだわりの農産品 2~3種類のアイテムを3月まで1週間おきに取り組んでいます。『まるごと茨城』のカタログに載っていてOCRやeくらぶで注文できます。チェックしてみてください。

丸エビ倶楽部 1月の取り組み

企画週(配達)	げんき米 注文週	農産物注文週	農産物
1週 1/7~1/11	12/17~12/21	12/24~12/28	カブ・水菜・チンゲン菜(ペカ菜・娃娃菜・タアサイ・南瓜)
3週 1/21~1/25	12/24~12/28	1/7~1/11	さつまいも・いちご(ペカ菜・娃娃菜・タアサイ・南瓜)

報告

嘉倉豆腐生産者交流会 11/9

嘉倉さんのお豆腐は、国産大豆100%(遺伝子組み換えではない)です。目の前で、1丁に使われる大豆の量の多さを見ることができ、味のおいしさ、濃さに納得しました。



お豆腐を使った試食メニューも充実しており、お手製がほんもどき、油あげのミニピザ、豆腐パン、五目豆腐等、まねしたくなるものばかり。タンパク質豊富なお豆腐をぜひ利用してみませんか？ (牛久 町田奈穂子)

バイオサポーター養成講座 11/28

生活クラブの健康な食デザイン 連合の小山さん、猪狩さんを講師にお招きして開催しました。



参加者は5名、バイオサポーターに参加の意思表示をしたメンバーです。

栄養素の基礎と生活クラブの消費材について、献立バランスガイドを使って献立のバランス判断などを学びました。

次回は、1月25日に子育て養成講座をメンバーの研修と組合員の学習会として開催します。ぜひ、ご参加ください！

牛久センターマルシェ 12/8

出店販売:丸エビ倶楽部・塩屋・凡・米澤製油(生産者交流会同時開催)

販売:歩・とんぼ舎さくら・嘉倉豆腐店・ペシユ

展示会と同時に開催した「マルシェ」には寒空の下、たくさんの方々に足を運んでいただきました。無農薬のゴマで胡麻和え、シジミなど魚介類たっぷりのチャウダー。ブルーなどのジャムや、ゆずシロップのお湯割りにほっこり。種類豊富なクッキーには目移りしてしまいました。



旬のみずみずしいお野菜や豆腐、淹れたての森のコーヒーも購入できて、皆さん満足して帰られたことと思います。出店生産者さんと直接お話ができて、カタログだけでは伝わらない消費材の素晴らしさや思いを知ることができた素敵な一日でした。(土浦 山領 久子)

ハイム化粧品交流会報告 11/14

良品を安価で提供することを目指す、ハイム化粧品の生産者交流会。説明を聞きながら、実際に消費材を使ってみて、高品質なのに良心的な価格設定であることに参加者一同驚きました。価格の8割が広告費ともいわれる一般の化粧品とは違い、広告に予算を割かないことで実現した低価格だとか。肌に低刺激の処方を目指し、成分表示も割合まで明記する姿勢は立派です。しかも、隠れた名品多し。要注目です。



(S.H)

1月以降のイベントはイベントカレンダーで確認してね

せっけんで換気扇洗い 11/30

参加者9名、それぞれ汚れた換気扇を持参して、いざ針状せっけんで勝負!勝負! みごと針状せっけんの威力は発揮され、ギトギト油汚れは落ちました。

ポイントはお風呂よりちょっと熱いくらいのお湯にせっけんを20gくらいよく溶かして泡立てて45ℓゴミ袋やバケツを

利用して円筒形の換気扇をしっかりと漬けることでした。また重曹、クエン酸のお役立ち情報も聞けた上に、ホットケーキミックス、みかんジュース、さつまいも、紅玉を使って焼いたケーキがおいしかったこと! もっとみんなでせっけんを使いましょう!! (牛久 中村 弘美)

環境

1/14(月)~3/8(金)

共済「冬のキャンペーン」が始まります♪

もしもに備えて経済保障と仲間の安心を満たす共済に、この機会にぜひご参加ください。

生活クラブの組合員がたすけあう《ハグくみ》全国の生協の仲間がたすけあう《CO・OP 共済》適切な掛け金で必要な保障を得られるとともに、仲間の力が大きければ大きい程保障も大きくなります。



キャンペーン期間中に共済加入された方には、ちょっとうれしいプレゼントがあります♪

加入者プレゼント

ハグくみ加入(茨城のみ)を対象に、出産祝いとして「モーハウスプラ」プレゼント

<年末年始休業>

12/22(土)~1/6(日)

たすけあいホットライン

070-3937-5004(月)~(金)、9時~17時

困ったことがあったらまずはお電話を！

生活クラブ生協・福祉事業

居宅介護支援&訪問介護事業

◆正規職員募集中◆

- ・居宅介護事業：介護支援専門員(常勤2名)
- ・訪問介護事業：サービス提供責任者(常勤1名)
- ・介護職員(常勤1名) ☆あわせて非常勤職員複数名募集☆

※これから資格をとって働きたい方を対象に、受講料全額補助(条件有)制度があります。

連絡先：たすけあい推進室

029-874-8510

【エコロ改正に向けて、組合員の方のご意見募集】

※提出の際は、必ず、お名前・電話番号・行政区を記入してください。無記名は受付できません。

生活クラブ 牛久センター行

エコロ改正に向けてのご意見

提出締め切り
1月18日(金)

組合員名

電話番号

行政区

ご意見：

予告 「たすけあいカフェ」を開催します

(牛久ブロックたすけあい委員会主催)

- ① 1/22(火)10時~12時 牛久センター「エコロの改正」について話し合い、エコロについて理解を深めます。
- ② 2/19(火)10時~12時 牛久センター「エコロ・ケア」について、ざっくばらんに話し合います。

※「たすけあいカフェ」を開こう！

地域でお友達、知り合い等、3人以上集まれば、開催できます。

1回 1,000 円の開催補助があります。

<2018年7月~2019年2月末>

GMOフリーゾーン宣言に登録しましょう！

GMOフリーゾーン運動は、遺伝子組み換え作物を栽培しない、取り扱わない地域を広げる運動です。イタリアで始まったこの運動は世界に広まり、生活クラブでも組合員、一般の方、茨城の生産者などを対象にGMOフリーゾーン登録運動を行っています。

遺伝子組み換え作物を栽培してほしくない、遺伝子組み換え食品を食べたくないと思う方は、ぜひGMOフリーゾーン登録しましょう。

生活クラブ茨城のHPから用紙をプリントアウトしてセンターに提出するかブロックの風のイベント参加申し込み書のイベント欄に「GMOフリーゾーン登録します」と記入して出してください。OKです。

農地、山林をお持ちの方は面積も登録して下さい





牛久ブロック イベントカレンダー

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 (曜)	イベント名/内容	会場	参加費	主催/共催
12月21日(金) 10:00~12:00	牛久センター大掃除~組合員スペースをきれいに! 持ち物=マスク・軍手 軽食付き	牛久センター	無料	B運営委員会
1月16日(水) 10:30~12:00	冬のアロマ~スプレー・バスポム・クリーム・リードディフューザー・消臭剤	たまごはうす	300円+ 材料費実費	地) みおちゃんのおうち
1月17日(木) 13:30~16:00	記録DVD「いのちをつなぐ種を考える講演会」 上映学習会 60年後、日本の土が死ぬ! 種は企業のものではない。どうなる農業県茨城。	牛久市中央生涯学習センター視聴覚室	無料	地) チームさくら台
1月17日(木) 11:00~13:00	ワンコインランチ 5周年お祝いパーティー	つくば市 並木交流センター	500円	地)ワンコインランチの会
1月17日(木) 10:30~14:00	クラフト教室 (いろいろ作れます!)	たまごはうす	300円+ 材料費実費	NPO みんなのたまご
1月22日(火) 10:00~12:00	たすけあいカフェ「エコロ改正意見について」 お茶を飲みながら、ざっくばらんにお話ししましょう♪	牛久センター	無料	Bたすけあい委員会
1月23日(水) 10:00~13:00	マダム永井~バレンタイン「チーズマーブルブラウニー」&甘夏デザート	土浦市二中地区公民館	500円	地) ながいくらぶ
1月24日(木) 10:30~14:00	クラフト教室 (いろいろ作れます!)	たまごはうす	300円+ 材料費実費	NPO みんなのたまご
1月25日(金) 10:00~13:00	ビオサポ 子育て支援講座 ~生活クラブの管理栄養士のお話と試食~	牛久センター	500円	B消費委員会
1月26日(土) 10:00~13:00	ワンコインランチ~“きばる”の甘夏みかんを使って~まるごとマーマレード・超美味ピール	つくば市 松代交流センター	500円	地)ワンコインランチの会
1月28日(月) 10:00~12:00	ハイム化粧品交流会 要望に応じて、2回目を開催	牛久センター	無料	B消費委員会
1月30日(水) 10:30~12:00	DVD視聴会「狙われた水の真実」	たまごはうす	消費材実費	地) てとて未来の会
1月31日(木) 10:30~14:00	クラフト教室 (いろいろ作れます!)	たまごはうす	300円+ 材料費実費	NPO みんなのたまご
2月2日(土)	ビオサポ de 子育て「こどものごはんどうしてる?」	たまごはうす	500円	B消費委員会
2月8日(金)	ビオサポ de 子育て「こどものごはんどうしてる?」	たまごはうす	500円	B消費委員会
2月8日(金)	ライフプラン基礎講座「初めて学ぶ医療保険」	牛久センター	無料	Bたすけあい
2月9日(土) 10:00~16:00	甲状腺エコー検査@つくば	筑波銀行本部ビル	2,000円	協力:てとて
2月10日(日) 14:00~16:00	山崎久隆講演会「東海第2原発、20年延長の危険」 決定的に再稼働が危険であることを知らせ続けよう。	牛久市中央生涯学習センター大講座室	資料代 300円	協力:環境学習同好会
2月15日(金)	ライフプラン基礎講座「初めて学ぶ生命保険」	牛久センター	無料	Bたすけあい
2月16日(土)	ビオサポ de 子育て「こどものごはんどうしてる?」	たまごはうす	500円	B消費委員会
2月19日(火)	たすけあいカフェ「エコロケア」	牛久センター	無料	Bたすけあい

-----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、ご案内の目的以外には使用いたしません

生活クラブ茨城
HP からの申し込み
はこちらから



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