

## 春…出会いとスタートの季節です

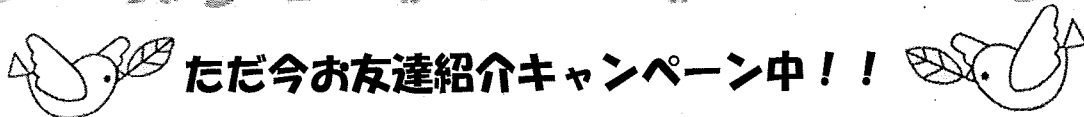
家族の入園、入学や転勤、ご自身も新しい環境になった方も多い事でしょう。

気になっていた事、やってみたかった事にチャレンジしてみるもよし、新しい生活習慣を取り入れ始めるのもよし。新しい何かを始めてみましょう♪

おすすめは、洗剤をせっけんに変えてみる(せっけんハミガキ、針状せっけん…)、調味料を変えてみる(しょうゆ、海水塩、素精糖、みりん…)、お豆腐を生活クラブ消費材に変えてみる!

これはいいワ♥♥となったら、ぜひお友達にも教えてあげて下さいね~。

本紙は、1ヶ月間、保存してください。



春は、出会いの季節です。新しく出会ったお友達にケチャップなどサンプルを気軽にプレゼントしてみましょう! 紹介したお友達が加入されたら、あなたにはハミガキを! また次の機会に、という時もチーズクラッカーをプレゼント!

加入されたお友達には、大豆の旨味がギュッと詰まった木綿豆腐・なたね油で揚げた油あげ・味わいさっぱり加糖ヨーグルトをプレゼント!!

2015年度は、168名の仲間が増えました。今年度も1人1人の美味しい!で笑顔の輪を広げましょう。(o^-^o)

そ・こ・で。。

### 春のポスティング企画第1弾

春、暖かくなって体を動かしたい? 夏に向けてダイエット? などなど、キレイなお花を楽しみながらウォーキングがてら一緒にポスティングをしませんか・・・?

体を動かした後は、栄養バランスのとれたおいしいランチを食べながらおしゃべり、なんてどうでしょう? ぜひご参加ください!!

☆今回は“黄色いりんご”のランチ(650円)に500円分の補助が付きます。

☆当日時間が無くてランチ無しの方にも500円の補助が付きます。

4/25(月)水戸センター10時集合・1時間チラシまき(センター周辺)  
その後、ランチタイム(黄色いリンゴのランチ650円)

参加申し込みは、4面のイベント参加申込書に記入後、配達便かファックスで水戸センターまでお願いします。

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。  
×切を過ぎた場合には、水戸センターまで電話またはFAXでお申込み下さい。  
申込みはコピーや、紙にお名前、電話番号、参加したいイベントを書いて提出でもOK!

申込は裏面の  
申込用紙にて

### ブロック総会のご案内

私達の「まち」のこと、「ブロック」のこと、あ〜だったら良いのに・・・とか、みんなで一緒に考えてみませんか？ ブロック総会に出席してみようかなあと思う方は、4面の「イベント参加申込書」で申し込むか、直接水戸センターまでご連絡ください。  
また、託児が必要な方はその旨も一緒にお伝えください。

日 時：5月16日(月)  
10時～12時

場 所：水戸センター



コラボ企画  
です!



### 今年もやります!

### 遺伝子組み換えナタネ自生調査 & 調査報告会

あなたの周りに遺伝子組み換えナタネが生えているかも?  
気になるナタネを見つけたら、写真を撮って抜き取り、水戸センターに送って下さい。  
5/16のブロック総会の後、遺伝子組み換えナタネかどうか検査してみましょう!

☆ナタネ採取の詳細は、生活クラブ茨城HPの「自生ナタネ調査とは」をご覧ください。



### 展示会実行委員会メンバー&スタッフ大募集!!

春の展示会の季節がやってきました。  
そこで委員会メンバー、当日スタッフを募集します。  
委員会メンバーは展示会の開催内容を考えていきます。当日スタッフは、生産者ブースで生産者の方と、楽しくおしゃべりしながら販売のお手伝いをします。小さいお子さんがいらっしゃる場合は託児があります。  
募集内容の詳細については、水戸センターまでお問い合わせください。

日 時：7月16日(土) 10時～16時  
17日(日) 10時～15時 場 所：水戸センター

☆当日スタッフを募集しています。16日、17日の両日、一日のみ、時間帯も10時～16時(17日は10時～15時)、午前のみ、午後のみなど、ご自身の都合に合わせて選べます。

### 2015年度最後の衣類回収が終わりました!

提供者・・・72人  
回収量・・・403kg (うち廃棄32kg)



今回も多くの方に参加していただきました。仕分け作業にも9人の参加がありました。自分が出した衣類がどのようにしてパキスタンに渡ることなのか? JFSAとの衣類の有効利用を知るきっかけになりました。来年度も衣類回収やJFSAとの交流、リサイクル市など計画したいと考えています。お楽しみに!!

ファイバーリサイクル活動実行委員会

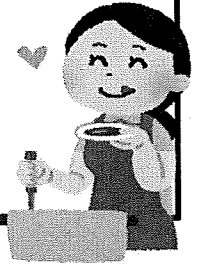
## 料理講習会&生産者交流会のお知らせ

2016年度の県央ブロックのテーマ消費材は豚肉と豚肉加工品です。4月から6月にかけて、生産者交流会や料理講習会（ビオサボキッチン）を開催しますので、ぜひぜひご参加ください。生産者交流会では、生産者から美味しさのワケをお聞きします。試食もたくさんありますよ♪

4/21（木） ビオサボキッチン（中華ちまき&クッキー） 参加費 800 円 託児あり  
 5/13（金） 平田牧場（豚肉生産者）生産者交流会 参加費無料 試食あり 託児あり  
 5/24（火） ビオサボキッチン（水ぎょうざ&プリン） 参加費 800 円 託児あり  
 6/11（土） 平牧工房（豚肉加工品生産者）生産者交流会 参加費無料 試食あり 託児応相談

いずれも場所は水戸センターです。開催時間は 10 時～13 時を予定しています。

★スタンプラリー★ 5/13～6/11 の 3 企画のうち 2 回以上の参加で消費材プレゼント♡ 連続参加を目指そう！



## 2016年産げんき米の予約登録受付中！

3/14～3/18の注文書と一緒に、2016年産げんき米登録用紙が配布されました。9月5回（9/26～）から配達されるお米をなぜ今登録するのでしょうか？ それはこの時期に食べる数量を確定させて生産者に生産依頼するためです。田んぼでは、生産者の方が田植えの準備を進めています。多くの組合員に参加して頂きたいので、締切りを延長して予約登録を受け付けます！登録用紙をご希望の方は水戸センターまでお問い合わせください。

げんき米は、茨城県の特別栽培認証米に指定されています。

- ★農薬の使用は県の慣行栽培の半分以下
- ★化学肥料不使用
- ★ネオニコチノイド系殺虫剤不使用

1号ゆめひたち 5kg 1,829円  
 2号コシヒカリ 5kg 2,140円  
 コシヒカリ玄米 10kg 4,336円  
 全て税抜き金額。  
 班組合員の4%還元はありません。



### げんき米生産体験田 田植え交流会

日時：5/14（土）10時～ 場所：茨城町駒場  
 16年間農薬を使っていない田んぼでの田植え体験です。  
 小さいお子さまも安心して入れます。

## 山形パンの取り組み開始！予約をおすすめします！

4月から県央ブロックでも、山形パンが利用できるようになりました。食事やおやつに加工しやすいシンプルなパンです。予約できるので、注文を忘れても安心。日々の食卓に美味しいパンをどうぞ。

予約登録は注文書に以下の6ケタ番号をご記入ください。配達週が選べます。

☆インターネット注文 eくらぶは、よやくらぶの登録と変更より登録してください。

配達週	予約コード
毎週	801561
A週	801564
B週	801565
C週	801566
D週	801567

配達サイクルはA～Dの4週間。A週を選ぶと、4週に一度、A週のときに配達されます。2週に一度注文する場合は、AとCまたはBとDに登録すると、隔週で届きます。毎週を選ぶと毎週配達されます。お休みすることもできます。

## 『知っておきたい年金の話～ねんきん定期便の読み方講座～』

毎年、お誕生月に送られてきている『ねんきん定期便』、きちんと確認していますか？  
 「知っておきたい年金の話～ねんきん定期便の読み方」講座を開催します。公的年金制度のポイントを理解して、自分の年金の履歴や金額をしっかりと確認しましょう！  
 年代を問わず一度は確認しておきたい内容です。  
 両日とも託児がありますので、お気軽に申し込んでくださいね。

水戸会場

\*とき：4/23（土）13:30～15:30

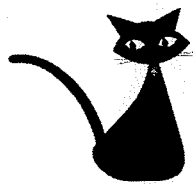
\*ところ：生活クラブ 水戸センター



ひたちなか会場

\*とき：5/26（木）10:00～12:00

\*ところ：市毛コミュニティセンター（ひたちなか市）（予定）



Yの独り言

消費材の「北海道産ミックスベジタブル」はそこらへんのファミレスの付け合わせのものとはわけが違うのよ。人参は全然水っぽくないし、コーンはめっちゃ甘味があるし！朝の忙しいときはこれをササッと炒めて溶き卵、ケチャップを投入してなんちゃってスクランブルエッグよ！！  
 彩もいいしね♡

### イベント参加申込書

組合員氏名[

] 電話番号[

]

↓参加希望されるところに☑をつけてください。

<input type="checkbox"/> 4/21(木)	<b>ビオサポキッチン</b> (中華ちまき&クッキー) (託児予約締切り 4/14)	<input type="checkbox"/> 4/23(土)	<b>ライフプラン講座</b> (知っておきたい年金の話) (託児予約締切り 4/15)
<input type="checkbox"/> 4/25(月)	<b>春のチラシまき</b> ランチ 有 ・ 無	<input type="checkbox"/> 5/13(金)	<b>平田牧場生産者交流会</b> (託児予約締切り 5/6)
<input type="checkbox"/> 5/16(月)	<b>ブロック総会</b> に出席します (託児予約締切り 5/9)	<input type="checkbox"/> 5/24(火)	<b>ビオサポキッチン</b> (水ぎょうざ&プリン) (託児予約締切り 5/17)
<input type="checkbox"/> 5/26(水)	<b>ライフプラン講座</b> (知っておきたい年金の話) (託児予約締切り 5/19)	<input type="checkbox"/> 6/11(土)	<b>平牧工房生産者交流会</b> 託児応相談(お問い合わせ下さい)

\* 託児希望：お子さんのお名前（ ） 年齢（ 才 ヲ月）  
 お子さんのアレルギー（有 ・ 無）

\* 会場までの送迎希望（有 ・ 無）

\* 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。