



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  
 連絡先：生活クラブ茨城 牛久センター TEL：029-872-7521/FAX029-872-7523  
 HP：http://ibaraki.seikatsuclub.coop/

## 生活クラブをお友達におしえちゃおう～♪

6月6日～配布のカタログと一緒に届けられたミニサンプルプレゼントのチラシ、ごらんになりましたか？  
 今なら「丸大豆しょう油・ケチャップ・温州みかんジュース」の3点セットをあなたのお友達・お知り合いに  
 プレゼントできます。

5月は、みなさんから昨年の**4倍多く**お友達を紹介していただきました(≧▽≦)あなたもこの機会にドンドン  
 おいしいおすそ分けをしてみませんか。キャンペーン終了は6月末まで！お早めにご紹介くださいね。

いいもの・ほんものを手に取って

## 展示会

7月 9日(土) 10:00～16:00  
 7月 10日(日) 10:00～15:00

プレゼントにぴったりのお手軽な小物  
 から定番のものまで、厳選した11生  
 産者が皆様をお待ちしています。もち  
 ろん見るだけでも大丈夫ですよ。是非  
 遊びに来てね。キャラバン(消費材の  
 お試し販売)や飲み物販売も～

### ☆展示会学習会☆

6月22日(水) 10:00～13:00  
 会場：土浦市三中地区公民館  
 (土浦市中村南四丁目8番14号)  
 ・モーハウス 授乳服、体に優しい下着  
 ・プラントイ 自然を守る木のおもちゃ

FMうしくうれしく放送

**【こんにちは生活クラブです】放送中！**

放送スケジュール 13:00～13:20〔再放送 同日20:00～〕

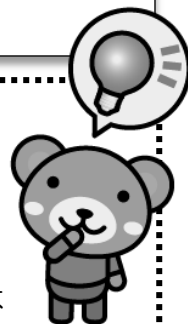
6月24日(金)「生活クラブの遺伝子組み換え対策」

7月 8日(金)「生活クラブの循環型農業」

7月22日(金)「生活クラブのたすけあい」

## 生活クラブの電気の 共同購入スタート

今年の10月から生活クラブの自然エネルギーに  
 よる電気の共同購入がスタート。電気の共同購入は  
 パスチャライズド牛乳などの消費材と同様に、電気の原料・生  
 産方法・生産者を明らかにして適正価格で取り組みます。まず  
 は、6月から配布された黄色い登録申込書を提出して下さい。  
 詳しいことは「電気の共同購入」学習会で！  
**6月28日(火)10時～牛久センターです。**  
 いろいろな質問も受け付けます。ぜひご参加下さい。



【仲間づくり】 2016年5月末日現在 (人) 期首 2,208人

【利用】 世帯当り 13-17週

	班	個配	合計	班	個配	合計
牛久ブロック	995	1,222	2,232	23,440	26,512	25,118
まちつくば(旧つくば北・南・荃崎)	547	636	1,183	22,673	25,090	23,962
まち土浦(土浦市・かすみがうら市)	239	249	488	25,585	27,243	26,416
まち阿見準備会	51	74	125	36,245	30,812	33,029
まち牛久準備会	96	262	358	29,888	28,151	28,624
エリア外/法人・共済	78		78		5週	

## たすけあい

注：各イベント申し込み方法 ①毎月初め発行のイベントカレンダー申込書

②牛久センター電話 029-872-7521

③生活クラブ茨城 HP <http://ibaraki.seikatsuclub.coop/event/2016/12/post-377.html>

## 共済夏のキャンペーンスタート!!

6月27日から夏のキャンペーンがスタートします。もうひとつの消費材であり、非営利で皆のたすけあいがCO・OP共済・ハグくみです。



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。保障が更に充実した今年、あなたのもしもに備えて経済保障と仲間の安心を満たす共済に参加するチャンス到来です。

キャンペーン期間中に共済に加入された方にはジュース3本セットのプレゼントがあります。キャンペーンは9月2日までですのでお早目に。またアンケート回答者へは素敵なプレゼントも！詳細は牛久センターまで♪

## ホットライン事業説明会開催

日時：6月25日 13:00～ 場所：牛久センター

この秋の稼働を目指し、事業担当者の募集説明会を開催します。

詳しくは、6月13日～配布の「たすけあい通信 2016 vol.1」をご覧ください。

♪ライフプラン講座 ～オプション講座～♪

## 保険証券を読む！

日時：2016年6月25日(土) 10:00～12:30

場所：生活クラブ牛久センター 2階大会議室

参加費：無料

参加ご希望の方は6月22日(水)までに牛久センターに配達便/FAXで提出して下さい

※託児希望の方はお早めにご連絡をお願いします

## 環境

(7月18日 海の日)  
環境を考える2つのイベント

ドキュメンタリー映画上映会

主催 まち牛久準備会

## 遺伝子組み換えルーレット

私たちの生命のギャンブル

7月18日(海の日) 13:30～16:00

牛久市中央生涯学習センター 2F 視聴覚室

① 13:40～上映

② 遺伝子組み換え作物ミニ学習会/GM ナタネ自生調査活動報告

①のみ  
②のみの  
参加もOK!

牛久ブロックたすけあい委員会

## エコロとたすけあいについて～ エコロコーディネーター 会議を開催しました

牛久ブロックたすけあい委員会では、エコロコーディネーターを含むたすけあいに興味がある組合員の皆様と身近なたすけあいの具体的な仕組みを作っ

ていきたいと考えています。その一環として、6月3日金曜日に、エコロとたすけあいについて、コーディネーターの研修がありました。



当日は、地域のたすけあいをさらに進めるための話し合いが活発に行われ、大いに盛り上がりました。

今回エコロコーディネーターの方だけでなく、エコロコーディネーターに興味のある方も参加してくれました。また、ホットライン事業の開設も着々と準備が進んでいます。

たすけあいやまちづくりに興味のある方が増えていくといいなと思います。

今後、ライフプラン講座や親子企画等も予定されていますので、たくさんのご参加をお待ちしています。

まち牛久 町田奈穂子

主催 まち土浦

## 泳げる霞ヶ浦 市民フェスティバル

に参加します

7月18日(海の日) 10:00～16:00

- ・こねこねせっけん
- ・せっけん紹介
- ・飲料販売

あそびに来てね!



5月16日

## お豆腐クッキング

コンテストの入賞者を講師に、4つのメニューをみんなで作ってみました！

作ってる間も試食の間もいろんな話をしながらワイワイ♪とても楽しい会になりました！

5月27日

ウェルカムパーティー  
& 夏ギフト試食会

参加者は11名。新規取組の夏ギフト「冷菓冷んやり柿」や、今気になるピオサボ食材セットも用意してみんなでわいわいと準備やおしゃべりに花が咲いた2時間でした。

## 参加者の声

大豆は畑の肉、小学校5年生のころ授業で担任の松本先生から聞きました。昔々から食べていた、たんぱく源、私は今73歳になるまで大分昔の話ですね。もちろん、豆腐は一番に消化が良いと思います。朝一番に豆腐の味噌汁、すぐに食べられる冷ややっこ、ご馳走のすき焼きいろいろ。わたしも生きている間はキッチンに立ち料理をして食べていきたいとつくづく思います。なぜって周囲で、腰の骨折、股関節の骨折、他にもカルシウムが足りない、他貧血も聞きます。

私のお気に入りには八方だし（厚削り、昆布、干しシイタケ）の煮物です。それに豆腐クッキングに出した五目豆腐も入ります。和風も定量を食べれば塩分も気にする必要はないと思います。



五目豆腐

（まち土浦）鈴木玲子

子どもが生まれてから市販の調味料などの添加物が気になり、気を付けるようになりました。

生活クラブと出会ってこんなに安心して買い物ができる事は然り、お菓子も安心して与えられ冷凍食品も使えないとあきらめ手作りを心がけていたけれど、安心して使える。これは子を持つ親としてはどれだけありがたいことかと。忙しい日々の中で添加物を気にして料理をすることがどれだけストレスだったか今となれば分かります。今は冷凍食品にも甘え、お菓子も与えられ安心して生活できることをこらから感謝しています。

夏ギフトの試食会では人にあげるものだからこそ自分が美味しい！と思えるものをあげたいと思っていましたので参加させてもらいました。このような企画はあげる方ももらう方もとてもうれしいことだと思いましたので、ぜひまた企画していただきたいと思います。

（まち土浦）矢口麻耶

## 実験田 田植え報告

2016年度週末限定イベント、田植えに行ってきました。たくさんの親子連れが泥んこになって田植えをして、にぎわいました。天気は良かったものの風が強く、お昼ごはんは近くの集会所を借りて、みんなで食べました。

これからの予定は〔6/25草取り〕  
〔7/9草取り及び生き物調査〕  
是非ご家族で参加しましょう。  
（まち牛久）柏倉美也子

げんき米が  
ピンチです！

週次展開導入に伴い、生活スタイルに合わせたげんき米登録ができにくい状況になっています。そのせいもあり？15年産のお米の利用が落ちていきます。特に、コシヒカリは未だ82.6%。このままだと生産者との約束を守ることができません。そこで、

お知らせ



## 豆腐生産者定期協議会開催

5月20日、今年度の協議会が牛久センターで開催されました。生産者との協議の中で、今年度は見学会を計画する事が決まりました。

## 30週（7/25～7/29）に特別取組み

を企画します。みなさん、ぜひこの機会に注文してください！！詳しくは近く配布のチラシをご覧ください。

## 5/18 街なかカフェ

つくば市研究学園駅前

研究学園にあるレンタルスペースを借りて、生活クラブの説明会を開催。

いつもと違う場所でスタッフはまごつきましたが、来場者の方はカフェでゆったりと楽しめ、生活クラブの説明もじっくり聞けたようで加入も2名につながりました。

秋は11月下旬に開催予定です。



報告

## 5/29 ミルク祭り

つくばセンター ペDESTリアンデッキ

当日は、ミルク宅配便、まちつくば、牛久ブロックの他、「nu:」さんのハンドクラフトや「たのし家」さん、なども出店しました。ミルク

「おいしい!」と飲んでいて印象的で、試食の「ウインナー」にケチャップをつけて、たくさん食べてくれました。



また、アイスクリームやヨーグルトの販売で、増粘剤やウインナーに使われる添加物の話をすると、すこし気になっているという方も見受けられました。

魅力的な生活クラブの「500円お試し」(ホットケーキミックス、卵、豚肉スライス、ウインナーセット)を申し込む方が数名いらっしゃいました。

今回のミルク祭りで感じたことは、「気にはしてるけど・・・」というところで、一歩踏み込めていない方が多かったな。という印象です。これだけ色々なものがあふれている中で、「最適な選択」というを決めるのは難しいことだと思いますが、まずはいろいろ調べて試してもらうことが一番だなと感じました。

## 5/29 ペシュキャラバン

牛久市ひたち野東 パン工房ペシュ駐車場

2回目のペシュキャラバンは、ちょっと暑いくらいの晴天の中、風船を飾って11時にスタート。ペシュを訪れる方に牛乳を試飲してもらいました。



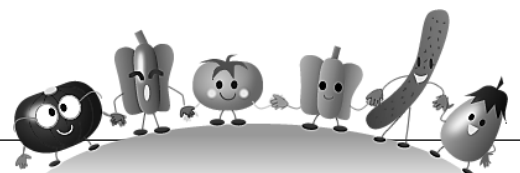
日曜日の午前中とあって、ご家族連れを中心に切れ目なく来店。買い物後にゆっくり話をしながら試飲したり、お試し販売の消費材を買っていかれたり、今回もいろんな出会いがありました。

次回は6月26日(日) 10:00~12:00

## 牛久センター便り



### 農産物の傷みと管理について



ここ最近、気温もぐんぐん上がり夏日となる日も出てきました。近頃のこの暑さが、以前に比べて違うことは組合員のみなさんも感じてはいるのでしょうか?ここ最近、農産物の腐れや傷みの発生が増えてきています。その対策として、生活クラブでは、生産者⇒デリバリセンター(埼玉県戸田市)⇒牛久センター⇒組合員と、みなさんの手元に届くまでのどこの部分で腐れや傷みが発生しているかを検証しています。その中で、重要になってくるのは、『農産物に〇〇が発生していた』というみなさんからのセンターへの連絡です。『面倒くさくて・・・』という声も聞かれますが、いつ・どの時点で発見したか、配達時の受取方法や温度管理は?そのことを明確にしていくことで、発生原因を突き止めていくことができます。

消費材は、まだ未完成のモノです。これまでも、組合員と生産者の力で作り上げ、これからもその部分は変わりません。みんなの力で、安心・安全を作っていきます!

**PS** 冬場以外、農産物は予冷状態でお届けしています。温度差での傷みを防ぐため、荷受け先での農産物の温度管理についても宜しくお願いします。ストッカーやクーラーボックス等の準備をぜひ、ご検討ください。