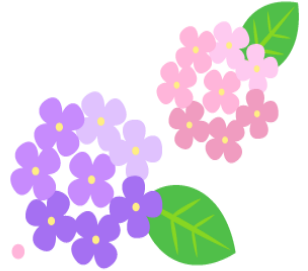




# 6月号 ブロックニュース

2019.6.17  
運営委員会発行

生活クラブ茨城 県南ブロック 取手センター0297-86-6800



2019年5月末 組合員数：1,460名（前月比+18名）、利用高：3,610万円（計画比101.1%）

## 拡大活動まっしぐら！

つくばみらいの飯野です。只今、春の拡大キャンペーン真っ最中です。最近メディアに取り上げられることが多くなり、知名度がどんどん上がっている生活クラブですが、なによりも組合員のみなさまの口コミや紹介が新規加入の鍵となっています。

特に守谷、つくばみらいは人口が増えているエリアであり、県南ブロックとしても重点エリアにしています。

守谷では守谷助産院の「カンガルーポケット」や郵便局でのキャラバン。つくばみらいでは「ドコモショップみらい平店」でキャラバンを行っていますので、お近くにお住まいの方や通りがかった際は、ぜひブースに遊びに来てくださいね ^\_^

もちろん、他のエリアでも大歓迎ですのでよろしくお願いします。

【飯野舞】

## 紹介キャンペーンも継続中！

### 紹介するお友達には

国産ブルーベリーソースミニサンプル  
動物ビスケット  
ティッシュペーパースリム5箱1組  
**プレゼント**

### あなたには

動物ビスケット  
ティッシュペーパースリム5箱1組  
**プレゼント**

### さらにお友達が 加入されたら

お二人に万能つゆ 500ml  
**プレゼント**

## 夏の展示会 7/6(土)・7/7(日)

### 夏の展示会&マルシェ

※マルシェの生産者は7/6だけの参加ですが、消費材の購入は7/7もできます。

#### 展示会生産者

ゼエム・パラマウント・アイメイト・ファール  
東京真珠・山甚物産・ブロッサム・ブラントイ  
アフロディーテ・RHS・モーハウス・彩生舎

#### マルシェ～単協独自生産者

クレッセント・歩・花嫁わた  
せっけんの街(予定)・カタログハウスソロー(予定)

フードドライブ活動（詳細は4面を見てね♪）

展示会の時にぜひ協力を！

眠っているレトルト食品・缶詰などお持ちください！

It's coming soon

6/10 東京真珠と彩生舎（アロマ）の学習会を開催しました。真珠の見極め方や糸替えのタイミングなどとても参考になりました。アロマは厳しい品質基準をクリアしたものを取り扱っていることやカタログではわからない多くの香りを知ることができとても癒されました。

【宇治田裕子】



## 消費材試してみました「丹精國鶏 鶏肉モモ」

生活クラブの「丹精國鶏」と、市販のクリスピーとコンビニのからあげの食べ比べをしました。丹精國鶏はモモ肉を塩コショウで焼きました。



からあげはクリスピーより味付けが薄かったですが、どちらもスパイスが強く鶏肉そのもののうま味は感じられませんでした。それらに比べて丹精國鶏は肉質も良くうま味もありとてもおいしかったです。

遺伝子組み換えでないトウモロコシや大豆かす、飼料用米を食べ、開放型鶏舎で抗生物質・抗菌剤を与えずに飼育された「丹精國鶏」。一般より長い55日以上の飼育なんですよ！

【松浦留理子】

### フログ・インスタグラムで話題！

### 「シンプルライフ研究家マキさんのレシピ」

## 温州みかんジュースのゼリー

生活クラブの組合員でシンプルライフ研究家のマキさんをご存知ですか？

マキさんがインスタグラムで紹介しているレシピを実際に作りご紹介します ^\_^

ホーロー容器は直火にかけられるので洗い物が減ります。我が家でも作ってみると子どもたちに好評で、次男（2歳）はお手伝いをしながら食べていました。

みなさんもぜひ、お試しください！ 【飯野舞】

### 材料

粒入り温州みかんジュース 2缶  
クリスタルゼラチン 大さじ2  
素精糖 大さじ3



### 作り方

材料をホーロー容器に入れ、火にかけ、混ぜます。ホーロー容器のまま冷蔵庫へ入れ、冷やし固まれば完成です。



## バイオサボ通信 Vol.4 「タンパク質」について

植物性・動物性を4：1のバランス良く。タンパク質、100gの成分は。かつお 25.8g  
めばちまぐろ 22.8g 鮭（生） 22.3g  
あじ（焼） 27.5g さば（焼） 25.8g  
まいわし（焼） 25.8g 豚ひき肉 18.6g  
鶏肉胸皮無 22.3g 豆腐（木綿） 6.6g  
油揚げ 18.6g 卵 12.4g 納豆 16.5g  
牛乳 3.3g

参考資料：佐藤和子著

「食品成分カレンダー」健康は育てるもの  
【下川 寿代】

## まるごと茨城

まるごと茨城・「こだわりごまづくり」がスタートしました。生活クラブ・丸エビ倶楽部・米澤製油が生産者となり、組合員に「こだわり金ごま」を供給します。みなさん！新たな挑戦として「こだわりごまづくり」に挑戦してみませんか？ 県南ブロックでは「こだわりごまチーム」として活動を行います。種を守る自給圏づくりに挑戦しよう！

## 7/4(水)13～15時 取手センター大掃除 ご協力をお願いします！

お手伝いいただいた方には、組合員活動費の還元と交通費が出ます。エプロン・マスク・雑巾持参でお願いします！







## 地域くらぶ 紹介コーナー

生活クラブを通して地域でつながる一番身近な集まりが**地域くらぶ**。さまざまなテーマ（食・子育て・環境・健康・趣味 etc.）で楽しい活動の場を広げませんか！

連絡先や、詳しく知りたい方は

取手センター ☎0297-86-6800 まで連絡してね。

### 薔薇の会

班員さんは勿論、個配の人達も交えての薔薇の様な華やかな集りです。

食材の試食・お勧めの消費材・調理方法等について、多岐にわたり情報交換をして会の交流を深めております。

【山村敏子】

### ニットカフェ

気の合う仲間と、編み物をしながらお薦め消費材でお茶したり、生活クラブのイベントにも参加したりと、楽しいクラブ活動しています。

【井上文子】

### ぶらりパン屋さん巡り

班のパン好きな皆さんで街のパン屋さん巡りをしたり、スーパーでパンを買って生活クラブのパンと食べ比べしたり、時には消費委員会で探しているもう一つのパン屋さん探しもしています！

【野口しのぶ】

## 5/18 子どもの夢づくりフェスタに参加して

5月18日（土）10時から、利根町役場にて「子どもの夢づくりフェスタ」が開催されました。そこへ参加し、玄関前で牛乳、ジュース、豚肉やウインナーなどの試食を行いました。お天気でしたが、参加者は少なく、少し残念な思いがしました。それでもフェスタの参加者と生活クラブのアピールをすることができ有意義な時間を過ごせました。

7月6日（土）も予定していますので、時間のある方は牛乳・ジュース・豚肉の試食を予定していますので、ぜひ参加お願い致します。

【利根：石井敏子、西山富美子】

## 地域活動基金活動助成団体報告会 5/17に開催されました

2018年度、県南ブロックでは運営委員会呼びかけのもと、4団体に地域活動基金の助成を行いました。そして今回、無事に報告会が終了しました。

それぞれの団体から活動の報告があり「地域くらぶ、まちづくり団体、ボランティア活動」に活用されたことと思います。

またこれからは何らかの形で生活クラブ取手センターのイベントや、お友達紹介などにも協力して頂ければ幸いです。センターでのイベントにも参加して下さいと嬉しいです。

【千秋弘子】

2019年度の助成も行いますので、今後のわたげや、配付チラシをご覧ください。

エコロガイド もう一度見直してください

## たすけあい ホットライン

# 070-3937-5004

平日(月)～(金) 9～17時

そして、電話くださーい

## 5/31 夏ギフト試食会に参加して

夏ギフト試食会では、丹精國鶏彩り詰め合わせ・島原手延べそうめん・水ようかんと栗かのこ・水出し煎茶・げんき米、などを中心に10名程度でワイワイとお話しながら調理・試食しました。

自分では購入しないけれど食べてみたいと思っていたのが「島原手延べそうめん」。「こしがあって美味しいね。」と義母も絶賛！

丹精國鶏詰め合わせはバリエーションが豊富で、レンジで簡単に調理できてお盆の忙しいときにぴったりだと感じました。【滝沢寛子】



センチュリー夏ギフト試食会



センター夏ギフト試食会

| 日時       |                 | イベント名／内容            | 会場                          | 参加費   |
|----------|-----------------|---------------------|-----------------------------|-------|
| 6/21 (金) | 10～12 時         | 月島食品生産者交流会          | 取手センター2 階                   | ——    |
|          | 13～17 時         | 守谷久保ヶ丘郵便局キャラバン      | 守谷久保ヶ丘郵便局<br>守谷市久保ヶ丘 1-19-4 | ——    |
| 6/23 (日) | 10～12 時         | まるごと茨城★田んぼ草取り＆生き物調査 | 詳細は配付済みのチラシで                | ——    |
| 6/25 (火) | 10～12 時         | ライフプラン講座「相続が変わる！」   | 取手センター2 階                   | ——    |
|          | 13:30～<br>15:30 | ピオサボクッキング           | 取手センター2 階                   | 300 円 |
| 7/6 (土)  | 10～15 時         | 子どもの夢づくりフェスタ        | 利根町役場<br>(北相馬郡利根町布川 841-1)  | ——    |
| 7/4 (水)  | 13～15 時         | 取手センター 夏の大掃除        | 取手センター                      | ——    |
| 7/6 (土)  | 10～16 時         | 夏の展示会＆マルシェ          | 取手センター                      | ——    |
| 7/7 (日)  | 10～15 時         | 夏の展示会               | 取手センター                      | ——    |
| 7/8 (月)  | 10～15 時         | 取手郵便局キャラバン          | 取手市西 2-37-1                 | ——    |
| 7/11 (木) | 10～12 時         | 庄内事前学習会・遊佐消費地交流会    | 牛久センター                      | ——    |
| 7/21 (日) | 10～12 時         | まるごと茨城★茄子の収穫＆袋詰め体験  | 詳細は今後配付されるチラシで              | ——    |
| 7/27 (土) | 10～12 時         | まるごと茨城★しじみ採り体験      | 詳細は今後配付されるチラシで              | ——    |

## フードドライブ活動

茨城単協で、フードドライブの活動を始めています。頂き物や、つい買い過ぎてしまった物など、開封しないまま保管されている食品を集め、それをフードバンクを通じて活用する活動です。



展示会の時にぜひ協力を！  
眠っているレトルト食品・缶詰  
などお持ちください！

取手センターの  
玄関前にあります

センター玄関前に「きずなBOX」を設置してあります！  
お家で余っている食材がありましたら、ご協力をお願いします。

缶詰・瓶詰・お米・レトルト食品・インスタント麺・乾  
麺・飲料・調味料・食用油・ふりかけ・お菓子などありま  
したらよろしくお願いします。

**それぞれ未開封で賞味期限が2ヶ月以上残っ  
ているものが対象です。**生活困窮者世帯や児童養護施設  
などへ届けています。あなたもできる食の支援です。

センターに届けることができない方は、  
取手センターにお電話ください。

## ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ イベント参加 申込書 ☆☆☆☆☆☆☆☆☆

|             |         |
|-------------|---------|
| 組員氏名        | 連絡先電話番号 |
|             |         |
| 一緒に参加の方のお名前 |         |
| 組員/員外       | 組員/員外   |

|       |   |  |   |  |
|-------|---|--|---|--|
| 開催日   | / |  | / |  |
| イベント名 | / |  | / |  |

|                 |           |   |    |               |
|-----------------|-----------|---|----|---------------|
| 託児申込み           | なまえ (男・女) | 歳 | ヶ月 | アレルギー (あり・なし) |
| ※開催時の<br>1週間前まで | なまえ (男・女) | 歳 | ヶ月 | アレルギー (あり・なし) |

申込みは配達便のほか  
右記の方法で♪

◆TEL 0297-86-6800  
◆FAX 0297-86-6880  
◆HP：組員メニュー イベント申込  
<https://ibaraki.seikatsuclub.coop/event/application.html>

イベント  
申込



\*ご記入いただきました個人情報は、適切に処理し、目的以外には使用しません。

\*託児のキャンセルは、必ず連絡ください。