

イベント情報&お知らせ

# 県央ブロックニュース

生活クラブ茨城  
県央ブロック  
運営委員会発行  
水戸センター  
TEL291-8280  
2019年8月26日  
No.661

県央B7月末組合員数	
水戸	: 939
ひたちなか	: 491
笠間	: 100
那珂	: 97
東海	: 44
その他	: 66
合計	1,737名

本紙は1ヶ月間保管してください。

## お友だちに、お気に入りの消費材を プレゼントしてみませんか？

あなたのお気に入りの消費材を、お友だちに  
プレゼントしたら …♡  
上限 300円 (300円以下は実費) を  
利用金額から還元します！

\*消費材を注文して、お友だちにお渡しするまでを、お願いします\*

「自分の好きな消費材を、お友だちにプレゼントしたい！！」という  
組合員の声を受けての企画です。ぜひ、お申し込みください！！



あなたがお友だちに贈りたい消費材は  
どんな消費材でしょう♡



無料サンプルもプレゼントできます

❖ サンプルの品目については  
水戸センターまでお問い合わせください❖

水戸センター TEL029-291-8280

❖ 紹介を出してくれたあなたには  
“動物ビスケット”をプレゼント❖

500円お試し4点セット  
好評につき継続中

- ①卵(10個パック)
- ②豚肉ローススライス(160g)
- ③飲むヨーグルト(500ml)
- ④ポークウィンナー(100g)

問い合わせ・申し込み：水戸センター TEL 029-291-8280 FAX 029-291-8281



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。



生活クラブ茨城 HP は  
こちらから

消費委員会より

「生活クラブで生活」してみませんか？

「予約共同購入」ってどういうこと？

組合員の注文をまとめて生産者に発注する生協の仕組みです。

「予約」することで、

- 生産者が効率よく生産、出荷できて物流にかかるコストなどを抑えられる

- 生協は営利を目的としない団体

だからわたしたちは品質の高い消費材を適正価格で継続して利用することができます。

おおぜいの組合員がその消費材を利用し続けることで生産者も安心して消費材を作り続けられます。

つまりお互いが支えあっているのです

生活クラブの消費材は…

「食品添加物を極力使わない」、「遺伝子組み換え原材料を使わない」、「農薬をできるだけ減らす」、「精肉や卵はエサにもこれらのことを求める」、「環境負荷のかからない洗剤を使いたい」、などなど品質の確かなものを食べたい！使いたい！という組合員の要望に生産者が応えて一緒に作り上げてきました。

「何を買ったらいいかわからないわ…」  
という方は

まずは「よやくらぶ」を使って週 2,000 円以上の  
利用から始めてみませんか？

「よやくらぶ」には2種類あります  
 (注文し忘れても必ず届く安心システム)

★「ビジョンフードよやくらぶ」…卵、牛乳、米など  
 ちょっとお得な「予約価格」で購入できます。

☆「安心よやくらぶ」…必需品やお気に入り消費材など  
 毎日の必需品こそ予約しましょう！

詳しくは「よやくらぶ 予約のカタログ」をご覧ください

だいたい2,000 円で買えるセットの例です  
 参考にしてくださいね

例1) ぜ〜んぶ「よやくらぶ」

- ★鶏卵 10個パック 243円
- ★きぬ豆腐 180円
- ☆生乳 100%ヨーグルト 212円
- ☆豚ひき肉 240g×2 745円
- ☆豚肉切り落とし300g 555円
- ☆小粒カップ納豆 165円
- 合計 2,100円



例3) 非常食  
にもなるセット

- ☆信州たのめの里 森が育てた天然水 2L×6 598円
- いwash味付缶 260円
- 味噌汁 ほうれん草 465円
- 白粥 5袋 870円
- 合計 2193円

例2) ぜ〜んぶ「よやくらぶ」

- ★牛乳 900ml 237円
- ★鶏卵 10個パック 243円
- ★木綿豆腐 180円
- ☆豚ひき肉 240g×2 745円
- ☆豚肉切り落とし300g 555円
- ☆万能つゆ 500ml 398円
- 合計 2,358円

まるごと茨城 はたけの学校  
ごま日記



7月

8月 県央ブロック  
「チームごま」の  
メンバーは、現在  
16名になりました。

牛久取手の組合員と7月に  
種まきした苗が大きく育ち、  
8月上旬はみんなで草取りを。  
驚くべきはココの畑のパワー。  
土が違う。生育が他所と違う。  
ゴマにもヒトにも優しい畑です  
から、ぜひ一度、土日の朝、  
遊びに来てください。

収穫祭も予定してます。(Y.K.)

8月

淡いピンクの  
かわいいお花

8月



ごま畑 見に来てね

「省エネセミナー」に参加して(7月16日開催)

冷蔵庫やエアコンなどの家電品をイラストにしたカードを使って、自宅で使用している家電品の使用電力量(〇〇W)を知っているかを問うゲームが楽しかった。この後に生活クラブエナジーの船水香さんから、1人当たり1Kw(10A削減の契約変更)節電して、これを100万人が実行すれば、100万Kwになり、原発1基分の発電量に相当することや、冷蔵庫やテレビ、エアコンなどの消費電力削減の変遷の説明もありました。また、地球温暖化の原因となるCO2削減のための節電方法として、毎日の暮らしの中で①家族みんなが同じ部屋で過ごす、②エアコンの設定温度の見直し、③夏場のすだれの設置、などの提案もありました。

私は、契約を50Aから30Aへ削減するに当たり「消費電力チェッカー」を購入して(1,000円から2,000円位で購入ができます)冷蔵庫(10年間使用)などの家電品の使用電力(起動時、安定時)を測り、冷蔵庫は省エネ品を購入しました。エアコンは取り扱い説明書を読み込み、節電最高レベルに変更してこの猛暑の中を乗り切っています。

みなさんも生活クラブエナジーのHPを読み込み、生活クラブエナジーを知って、仲間になりませんか？  
環境委員 仲沢

福祉事業準備チームより

福祉事業準備チームでは、「ケア」に必要なこと、知りたいことを皆さんと一緒に考えていきたいと考えています。

今年度は、「知っておくときと役に立つ 自分らしく生きるために」をテーマにした講座を開催します

7月17日は第1回目として「傾聴ってなんだろう?」と題して、傾聴(心の通う聴き方)を学びました。

私たちが求める福祉や介護ってなんだろう? それはきっと普通の暮らし方の中にあたり、延長だったり…

傾聴(心の通う聴き方)を学ぶ

話し手の方に、とことん語りたいたく語ってもらい、聴き手は、丁寧に聴くことに集中し、理解・共感をもってそれを受け止めます。

大切なのは・・・

- ・それを言いたくなるその人の思いに共感
- ・自分の人間性で聴く
- ・話し手の言葉を(ほどよく)繰り返す
- ・あるがままの相手を受け止める、大事に思う
- ・話し手の意見や考えを大切にす
- ・共感したい思いを持ち、理解する努力



話し手が「聴いてもらってよかった」と思えば、それで◎!!

参加者のアンケートから・・・

- ・非言語も含めたトータルコミュニケーションは参考になった。
- ・参加者の話も聞けて良かった。
- ・自分の生活に「聴くモード」取り入れていきたい。

次回は、9/19(木)に第2回講座「生前整理」を行います!

エコロ事例集

使いやすいエコロを目指して毎月事例を紹介しします

班で荷受けをしています。最後に保冷箱を確認したら、牛乳の忘れ物が・・・夜少し遅い時間でしたので、ためらいながらもメールしてみると返事がありません。

そこで、一晩我が家の冷蔵庫でお泊りすることに。翌日「すみません!すっかり忘れてしまって・・・」と取りにいらっしまったので、「エコロを出してくれば大丈夫!」と、用紙をお渡ししました。

誰でもうっかり忘れはあることです。このように、受け取りができなくて預かってもらったり、配達してもらった時に、「理由を問わず」年に3回までエコロが使えることは安心ですね。(ガイド事由25)

水戸市 小泉

エコロや日頃困ったときの相談窓口

「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

県央ブロック

「地域くらぶ」紹介

「ジェンダー・フリー地域くらぶ(生活クラブ生協茨城)」は、ひたちなか市「ハーモニーひたちなか(男女共同参画推進12団体)」の登録会員です

ハーモニー写真展に

参加しませんか

男女が家庭、職場、地域などで性別にこだわることなくいきいきと活動する姿、男女共同参画をイメージする写真を募集しています。

応募いただいた写真はひたちなか市「ハーモニーフェスタ2019(※)」の会場と男女共同参画センターで展示します。

※「ハーモニーフェスタ2019」

11月2日(土)ひたちなか市総合体育館 サブアリーナにて開催予定

<応募・問い合わせ>(締切り:9/30)

・ひたちなか市男女共同参画センター

TEL 029-354-0167



# イベントカレンダー&申込書



※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
9月2日(月) 10時~12時	<b>ナチュラルクリーニング・キッチン編</b> 名人と一緒にスコーン作り。そのあと達人からキッチン周りのラクラクお掃除術を実際に片付けながら伝授	限定 5名	水戸センター 300円	環境委員会
9月7日(土) 10時~16時	<b>消費税増税前に~展示販売会&amp;マルシェ~</b> 上質な一品を探しに来てください。豪華景品が当たるガラポンもやります!	無	水戸センター 無料	展示会 実行委員会
9月11日(水) 10時~12時	<b>ライフプラン講座「子育て世代の家計の管理」</b> 何かと出費がかさむ子育て中の方、家計の賢い管理方法を学びませんか?	限定 5名	水戸センター 無料	たすけあい・ 福祉委員会
9月13日(金) 10時~12:30	<b>一緒に学ぼう!「ゲノム編集食品とは? 何が問題か?」</b> ※会場: つくばカーサ(土浦市中村西根 12-1)	要 相談	※ 無料	環境委員会
9月14日(土) 10時~	<b>まるごと茨城 たんぼの学校「げんき米 稲刈り」</b> 稲刈り後は羽釜で炊いた新米のげんき米と豚汁で生産者と一緒に収穫祭!	無	茨城町 駒場地区	単協 消費委員会
9月18日(水) 10時~12:30	<b>生活クラブ丸大豆醤油のおいしさ実感!~タイハイ生産者交流会~</b> あなたが使っている醤油は丸大豆? 脱脂大豆?	限定 5名	水戸センター 500円	拡大 戦略会議
9月19日(木) 10時~12時	<b>生前整理</b> 「自分の大事なこと、ものは何か」を改めて考える機会にしましょう。ものを通して気持ちの整理をし「自分らしく生きる」きっかけに	要 相談	水戸センター 200円	福祉事業 準備チーム
9月24日(火) 10時~12:30	<b>フチパンで豚肉サンド</b> 色々な使い方ができる「食事系」のプチパンと豚ブロック肉で、簡単だけど栄養満点なサンドイッチを作ります	限定 5名	水戸センター 500円	消費委員会
10月4日(金) 10時~12:30	<b>豚肉生産者交流会~平田牧場~</b> ☆☆試食多数☆☆ 生活クラブ自慢の豚肉の美味しさを徹底説明!	限定 5名	水戸センター 500円	消費委員会
10月16日(水) 10時~12:30	<b>第2回ウェルカムパーティー~生活クラブへようこそ~</b> 7~9月加入の方対象。組合員でないお友達を連れて行きたい方、前回参加できなかった方も大歓迎! 消費材を使った料理の試食あります	限定 5名	水戸センター 無料	運営委員会
10月25日(金) 10時~12:30	<b>家庭で作る餃子の次に美味しい生活クラブの餃子!!~美勢商事生産者交流会~</b> 取り扱いのある餃子のほとんどが試食できます	限定 5名	水戸センター 500円	消費委員会
10月31日(木) 10時~12:30	<b>みえぎょれん販売生産者交流会(仮称)</b> 一度食べたらリピーターになる「伊勢のり」。出汁に使う煮干しはどれでも同じ? 答えは交流会で	限定 5名	水戸センター 500円	消費委員会

## 《託児のルール》

- ☆参加をキャンセルする場合必ず前日の17時までにお電話ください。当日のキャンセルは午前8時30分までです。
- ☆当日お子さんとケア者の顔合わせがありますので、託児のある方は**必ずイベント開始15分前までに来てください。**
- ☆ケア者(組合員)はエコロで見つけます。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。
- ☆水戸センターでの託児は限定5人です。限定数を超えた場合主催者から事前に連絡をしますので、「たすけあいホットライン(TEL 070-3937-5004)」で、個人宅での託児ケア者を探してください。

## キリトリ

水戸センター行き

イベント参加申込書 ※ご記入いただきました個人情報は、本目的以外に使用致しません。

### 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、下記のいずれかの方法で申し込んでください。

- ・右のQRコードから申し込む
- ・直接センターに電話して申し込む
- ・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。

