2021年2月

ブロックニュース

牛久ブロックの風

発行日：　2021年2月22日
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
生活クラブ茨城牛久センター
☎029-872-7521

2020年度　牛久ブロック　組合員数						【期首　2,618】
1月末現在　組合員数	班	個配	共済	でんき	法人	合計
牛久ブロック	793↓	1,885↑	64↑	2→	2→	2,746↑
つくば	435↓	1,046↑				1,481↑
土浦（含かすみがうら）	190→	373↑				563↑
阿見	39→	115↓				154↓
牛久	65→	349↑				414↑
エリア外	64→	2→				66↑

世帯当たり利用高【53～3週】(4週)	
合計	19,355円
班	18,656円
個配	19,651円

生活クラブ茨城HP　　生活クラブ茨城witter

牛久センター　展示会

完全予約制!!

普段カタログでしか見ることができない物を、直接手にして確認することができます。購入されたものの調整や修理、家にあるアクセサリーの修理やリメイクもできますのでぜひご来場ください。

日時：3月20日（土）10：00～16：00
　　3月21日（日）10：00～15：00
会場：牛久センター　2F　＆　倉庫

今回も、コロナウイルス感染対策のため、完全予約制での開催です。配布のチラシについている予約申込書に希望時間を記入して配達便やファックスでお申し込みください。
ご不明な点は、牛久センターまでお問い合わせください。

わたげモニター募集

生活クラブ茨城の機関紙【わたげ】は、組合員が作った組合員の機関紙です。より良い紙面づくりのため、新たにモニターを募集します。
配布済みのチラシやホームページでご確認ください

👇詳しくは生活クラブ茨城HPでご確認ください👆

今年も募集！

シャボン玉月間“ポスター”

6月のシャボン玉月間のポスターを募集します

今年のキャッチコピー
見直そう！せっけんパワー
変えよう！私と地球の未来

AT○4NEN

あと4年 未来を守れるのは今

オンライン署名にご協力お願いします

生活クラブでは、気候変動や自然エネルギー推進などの問題に取り組む若者やNPO団体が呼びかける「あと4年、未来を守れるのは今」キャンペーンに賛同し、署名活動に取り組みます。

生活クラブ連合ホームページで内容をご確認の上、賛同される方は「オンライン署名」にご協力お願いします。

https://seikatsuclub.coop/activity/eco/ato4nen-campaign.html

生活クラブの食材宅配サービスは、「2021年オリコン顧客満足度調査」の「食材宅配サービス首都圏／近畿」において、第1位を獲得いたしました。
（生活クラブ連合会HPより）

「住み慣れたまちで自分らしく暮らすお手伝いをします」

生活クラブ牛久センター１階の相談室で、ケアマネージャーに介護に関する相談をすることが出来ます。電話にてお申込みください。

◆牛久市・つくば市在住の方を対象の訪問介護事業を行っています◆

随時「ヘルパー」登録して一緒に働く人を募集しています！＜資格取得助成制度あり＞

※毎月ヘルパーミーティング＆研修を開催して、働きやすい環境を目指しています。

生活クラブ ・ケアステーション牛久　TEL: 029-８８６-６５６２

オンラインお茶会「エッコロ」つかいこなし術

報告

＜１月29日（金）参加者１１名＞

今回参加された方々は、エッコロケア経験のある方ばかりでしたので「出産後の組合員さん宅の掃除・洗濯・料理」「通院の付添い」「引っ越しの手伝い」「子ども通院時の他の兄弟姉妹の託児」「病気時の犬の散歩」「組合員活動時の託児」などのケアの体験談を共有することができました。

県央ブロックの組合員の参加もあり、オンラインならではの交流をすることができました。

たすけあいホットラインスタッフからはケア依頼を受けて、ケア者が見つからないかもしれない案件でも、探してみると見つかることも多いとのことなので、困った時は気軽に電話してみるといいですね（＾＾）

【エッコロ】
たすけあいホットライン
０７０-３９３７-５００４
平日（月）～（金）9時～17時
困ったことがあったらまずはお電話を！

オンラインお茶会・オンライン生産者交流会・オンラインライフプラン講座など、今、生活クラブでは「ＺＯＯＭ」システムを使用してイベントを開催しています。

パソコン・タブレット・スマホは持っているけどやり方がわからない。参加する前に練習したい。など、お困りの方はたすけあいホットラインにお電話ください。

報告　オンラインカジノヤ生産者交流会　参加した組合員からの感想

納豆の材料、製造方法など、今まで気にしないで食べていましたが納豆菌のすごさにびっくりしました。なんとなく身体に良さそうなイメージで食べた方がいいのかな？くらいでしたが、もっと食べようと思いました。

交流会のあと、市販の納豆をみてきました。材料はほとんどが大豆と納豆菌でしたが、国産とか、アメリカ産、カナダ産など（一応遺伝子組み換えでないって書いてありました）いろいろありました。たれが付いているのがほとんどで、そのたれはやっぱり色々添加物でいっぱいでした。（荒井）

いつもおいしくいただいている三つ折りパックの経木が国産赤松だということ、檜の木箱で熟成させているという贅沢さに感動しました。普段当たり前と思って食べているカジノヤさんの納豆ですが、たまに市販の納豆を食べるとその違いがはっきりわかります。改めておいしい理由が分かりました。
生産者から直に話が聞ける機会はとても貴重だと思いました。（戸田）

交流会に参加すると新しい学びがあるので毎日の食事作り、健康面を気遣うなど意識が高まります。安心安全なものを口にしたい、添加物をできるだけ避けたいという気持ちで生活クラブを周囲に広めていきたいです。
生産者の声を聞けるのが何より貴重で、より安心して消費材を購入できます。
（高塚）

納豆おすすめの食べ方

☆生産者より
*トマト＋オリーブオイル＋塩
*キムチ・アボガド
*納豆汁・納豆＋ネギ、＋チーズ

☆組合員より
*カレーやラーメンにトッピング
*タレ（しょうゆ）の代わりに「調理用合わせ酢」
*納豆汁・納豆＋ネギ、＋チーズ
*ひきわり納豆、キャベツ、米粉、顆粒だし、水でお好み焼き
*納豆チーズトースト

オンライン生産者交流会第３弾

予告

㈱オルター・トレード・ジャパン生産者交流会

日時:3 月 5 日(金) 10:15～11:45(終了予定)

「バランゴンバナナ」や「エコシュリンプ」でお馴染みの
(株)オルター・トレード・ジャパンの生産者交流会です！現地での生産の様子や、市販品との違い、美味しさの秘密を教えます。パソコンやタブレット、スマホからでも 参加できます。気軽にご参加ください。

申し込み→

シリーズ　消費材

バランゴンバナナ

　ほんのりとした酸味とコクのある味わいで、特有の香りが特徴です。栽培期間中、化学合成農薬や化学肥料は使用していません！

　生活クラブは、フィリピンの生産者たちの暮らしづくりを応援しています。

<冬のおすすめ保存方法>

新聞紙や厚手のタオルなどで包み、さらに包み込んだバナナをビニール袋に入れます。その後、比較的暖かい、人が出入りするリビングなどで保存してください。

エコシュリンプ(インドネシア産)
ファーマーズシュリンプ(ベトナム産)

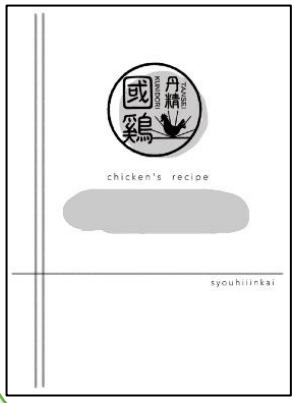
　生活クラブのエビは自然環境を活かした「粗放養殖」で自然発生したプランクトンなどを食べて育ったブラックタイガーです。

　生活クラブのブラックタイガーは産地の自然環境を活かし、現地の人々の生活環境にも配慮した持続可能な養殖方法で生産されています。加工も保水剤や変色防止剤を使わず、品質保持のためにグレーズ（氷で表面に被膜をつくること）を厚めにかけた産地での１回冷凍で鮮度もバッチリです。

　高タンパクで低脂質、抗酸化作用や免疫力を高める働きがあるビタミンＥも含まれたブラックタイガーは今の季節にぴったり。みんなで食べてコロナに負けない体を作りましょう！

お話を聞いてみたい 生産者を教えてください

　生産者交流会は、消費材を作っている生産者と直接お話しできるイベントです。コロナ禍で今はオンライン中心の開催になっていますが、だからこそ普段なかなか呼ぶチャンスがなかった生産者と交流できるようになりました。これからもどんどん企画しますので、好きな消費材の「生産者」の話を聞いてみたいという方は、牛久センターまでご相談ください。



【お知らせ】

みなさんからいただいた、たくさんの鶏肉レシピをまとめたレシピ集が出来上がりました。お手元に届いたらご覧になって、美味しい鶏肉をたくさんいただきましょう。

牛久ブロックイベントカレンダー

※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）2021 年	イベント名/内容	開催方式	主催/共催
2 月 26 日(金) 10:30~11:30	オンラインでお茶会 「せっけん」	オンライン参加 申し込み→	運営委員会
3 月 5 日(金) 10:15~11:45	(株)オルタトレードジャパン　生産者交流会 バランゴンバナナとエコシュリンプでおなじみ	センター参加＆ オンライン ←申し込み	消費委員会
3 月 20 日(土) 3 月 21 日(日)	春の展示会	完全予約制	運営委員会
4 月 3 日(土) 10:30~11:30	オンラインでお茶会 「香害」	オンライン参加	運営委員会

他ブロックのイベント

日時（曜）2021 年	イベント名/内容	開催方式/申し込み	主催/共催
3 月 24 日(水) 10:00~11:30	「知っていますか？あっぱれはればれ野菜」 生産者と話そう！	オンライン参加/HP か電話で （取手センター0297-86-6800）	県南 ブロック

オンラインお茶会
2 回連続企画

（1）2 月 26 日（金）【せっけん】

（2）4 月 3 日（土）【香害】

せっけんに関するお茶会を 2 回連続で開催します。どちらも 1 時間と短い開催ですが、みんなでワイワイせっけんについてのお話をしましょう。もちろんどちらか片方の参加でも大丈夫。せっけんを使っている人も、使っていない人もぜひご参加ください。

“生活クラブ茨城単協環境委員会”が三つ折りパンフレットを作成しています。A4 裏表で内容も盛りだくさん！わかりやすくせっけんを紹介していますので、ぜひ一度ご覧ください。カラーのデータは生活クラブ茨城のホームページ環境ページの「生活クラブ茨城のせっけん運動」で確認できます。

https://ibaraki.seikatsuclub.coop/activity/energy/sekken.html

Voice

チラシまきウォーキングのすすめ

世界中にコロナが蔓延し、ほぼ毎日行っていたダンススタジオに通えなくなった。そこで運動不足解消に始めたのが公園ウォーキング。始めは楽しかった、公園の美しさを満喫できて。しかし、これも毎日では飽きる。

次なる手を考え始めた時に、チラシまきを頼まれた。これが私にドンピシャ！格好の運動不足解消法になった。毎回景色の違うウォーキングのよう。

庭に興味のある私には庭見物も兼ねて・・・

このウォーキングが組合員活動になるとは。

歩くうちに手元のチラシがさくさくと無くなる爽快感、全てまいた後の達成感など、チラシまきに付随するオマケが、色々あり過ぎ。

チラシまきを、組合員としての義務等と硬く考えず、視点を変えると楽しくなりませんか？　名付けて、

≪チラシまきウォーキング≫

おすすめです。　（土浦　北野 直子）