2023年9月

# キャチャ・キャチャ



発行日: 2023年9月18日 発行元: 生活クラブ茨城

**☎**029-872-7521

Ц	ツ	1	_	ユ	_	人	•

2023 年度   牛久ブロック   組合員数   8月末 現在   組合員数   班   個配   共済			【期首 2,872】 世帯当たり利用   でんき   法人   合計 7月1回~4回			10~40			
	牛久ブロック	728↓	2049 ↓	106 ↑	3→	4→	2,890↓	班	(4週)
	つくば 土浦(含かすみがうら)	393↑ 169↓	1,158↓ 417↑				1,551↓ 586↓		19,236円
	牛久 甲見	63↑ 41↓	354↓ 119↑				417↓ 160↑	個配	18,433円
	エリア外	62↓	119 1				63↓	計	18,643円





### 秋の仲間づくり活動 をしましょう

### ☆10 月より紹介Wプレゼントキャンペーンもスタートします☆

「生活クラブ2030行動宣言」"いっしょに未来をつくる"生活クラブのSDGs。 生活クラブの様々な取り組み・・・私たちが好きな消費材を使うことや活動に参加することで、 できていることがたくさんあるんです。1人が飲む牛乳、1人が食べる豚肉、1人が使うRびん は少しだけど・・・牛久ブロックの組合員、生活クラブ茨城の組合員みんなだとそれが大きな力にな ります。

でも、コロナが落ち着き(実は増えてたりするけど)、物価上昇もあり、ここのところ少し元気が

なくなってきているみたいです。組合員の数も少しずつ減ってきて・ 2023年度末、このままでは…() <)

秋は仲間づくりのチャンス!みんなで仲間を増やしたいんです。

「一緒に集まって、一緒に食べる」ができるようになった今、

大好きな消費材を教えてあげましょう。"いっしょに未来をつくる" 仲間を増やしていきましょう。

●紹介 W キャンペーン● 10月・11月に実施します 詳細は別途配布されますの で、ご確認ください。 お友達にも自分にもプレゼン トがあります♪

いよいよ



40周年のつどい」 40周年テーマ ~出会い・つながり・創造する未来

★9月23日(土)10時~11時半

生活クラブ茨城40周年記念イベントを牛久・水戸・ 取手3つのセンターをつないで開催します♪ 40周年記念ビデオの上映・タイムカプセル企画、 その後は各センターでのお楽しみ企画となります。 タイムカプセルのメッセージもお寄せください!当 日持ち込も大歓迎です。







生活クラブ茨城 Instagram

### 生活クラブ茨城40周年 ែ



生活クラス茨城ホームページ→

### はあもにい配達ワーカー 急募!

生活クラブの配達のお仕事です。週半日1回からOK。 ご自分のライフスタイルに合わせてお仕事できます。

体験・見学もできます。

お気軽にお問い合わせください。 事務局:畑 ☎029-874-2650



### 生活クラブ・ケアステーション牛久

TEL: 029-874-8510

◆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◆ 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。お電話にて申込みしてください。 随時「ヘルパー」登録して一緒に働く人を募集しています! 週1件1時間のお仕事からでOK!ダブルワークOK! ※資格取得助成制度あり ゙ エッコロガイドは、生活クラブ茨城の ホームページからダウンロードできます

【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!



牛久センターに「きずな BOX」を設置しています。生活クラブの消費材でなくても、未開封で賞味期限が 2 か月以上ある食品を提供してください。寄付された食品は生活困窮者自立支援のために利用されます。

### 【ファイバーリサイクル活動】

7月の衣料回収報告です。提供人数82名・回収量670kgでした。活動に参加された皆さま、ありがとうございました。

パキスタンのスラム街の子ども達へ の海を越えた子育て支援です。今後 も継続して古着等を集めていきます。 多くの方のご参加をお願い致します。



### 【CO・OP共済】加入されている方へ

共済マイページ登録をおすすめします!

契約内容の確認・共済金の請求・控除証明書の再発行などがおこなえるサービスです。 時間を気にせず 24 時間 365 日利用できて便利です。

詳細はホームーページをご覧ください。

※《新あいあい》《火災共済》マイカー共済は、利用対象外です。



生活クラブ茨城の組合員は、各種ライフプラン講座を受講することができます。 「FPの会」のホームーページで受講内容を確認して、牛久センターまたは配達担当 に相談してください。



環境委員会

### 10/2~12/1 まで、R びん回収率 UP キャンペーンが始まります。 (R びん: 「R」マークが刻印されたびん)



生活クラブの 500mlと 900mlのRびんは、『容器包装リサイクル法』の自主回収容器に認定を受けていて、認定を維持するためには回収率80%を維持する必要があります。また、びんをくり返し使用することで、プラスチックに頼らない"脱プラ"にもなります。皆さん、R びんはセンターに返却しましょう!!

対象の空びんを 3 本 1 口として、何口でも応募できます。抽選で選ばれた方に「ヨーグルトスプーン」をプレゼント!!さらに W チャンスの抽選で、図書カード3000円プレゼントもあります。今年から、注文用紙でも応募できるようになり、より簡単になりました。みなさん、びんを返してプレゼントに応募してくださいね。詳しくは配布されるチラシをご覧ください。



今年も冬ギフトが始まります。

大切な人へ・自分や家族に安心で安全な贈り物を届けませんか?

12 品の新規品も加わります。例えば「共同開発米詰め合わせセット」や「日本の米育ち金華豚ハンバーグと三元豚ポークシチューセット」など、通常にない組み合わせを試してみてはいかがですか。おせちセットは、忙しい方・おせち作りが大変になった方に人気です。

チラシ配布週	10月16日~10月20日(42週)
注文回収	10月30日~11月3日 (44週)
組合員受取	11月20日~11月25日(47週)40品目 全国宅配 197品目
	11月27日~12月2日 (48週)39品目

## ムム 年末年始特別企画 4人人人

生活クラブ特別企画の消費材で年末年始を 迎えませんか。

年末年始も安心安全を!環境に配慮したシンプルな外装です。早期注文する事で生産者が安定供給するための計画を立てやすく、生産現場や生活クラブの物流の円滑な運営が可能になります。ブロックで企画する「年末年始試食会」では、実際に届いたおせちの試食が出来ます。是非参加してみて下さい!

### クリスマスの人気品5選 骨付き モモ照り焼き 丹精國務の骨付きモモ内をにんに シーに焼き上げました。 2 無塩せき生ハム70g 消費材の豚モモ内を原料に作った 発色剤不使用の無塩セき生ハム 3 ジングルベル かまぼこ サンタとツリー絵柄が入ったかまぼ ローストチキン (半身) 丹精國際の半身を揚げてォー フンモロースト。 キャラメルショコラケーキ 国産の小麦粉、鶏卵、 牛乳を使用。 国室の小麦粉、鶏卵、 牛乳を使用。 大のより、鶏卵、 牛乳を使用。



### 開催報告

### ハイム化粧品生産者交流会 8/31

はじめの2時間は生産者から生協が扱うコスメとは?市販品との違い、掲載されている消費材の使い方など実技を含む学習会、そのあとの1時間は生産者と一緒にお昼を食べながらの交流会という、【ワンコラボ】をワンコインランチの会で開催しました。

子育て世代の組合員が多く、子育て中は忙しくて 自分のことは疎かになりがちだけど、やっぱりお 肌の健康も気になります。毎日のお手入れが簡単 手軽で安全な化粧品を使いたい、そんな思いに生

産者がいろいろと答えて くれました。質問もたく さん出て時間オーバー Σ(・ロ・;)

皆さん、9月のカタログ でどれにトライしてみる のかな?



### 作ってみませんか?

### 豚ひき肉とキャベツの重ね蒸し

<材料>

キャベツ 200g、豚ひき肉 240g 玉ねぎ 1/2 個、えのき 50g

- ① キャベツは 2 センチ大に切って耐熱容器に半量を広げておく。
- ② 玉ねぎはみじん切り、えのきは石づきを除き みじん切りにし、豚ひき肉と一緒に混ぜAを加 えてこねる。
- ③ キャベツを敷いた耐熱容器の上に②を敷き詰めていく。
- ④ 残りのキャベツを上に敷き詰めて、ラップなどをして電子レンジで10分程度加熱。(小さめのフライパンに敷き詰めて蒸し焼きも出来ます)
- ※熱の通り具合で追加加熱する。

食べる際はケチャップをつけて食べてもよいし、 中濃ソースなどつけてもよい。

### ◆ 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)2023年	イベント名/内容	開催場所や方式	主催/共催
9月23日(土) ①10:00~11:30 ②11:30~13:00	生活クラブ茨城 40周年イベント 「40周年のつどい」 ①全体会 ②ランチ会 ※詳細は別途配布のチラシをご覧ください	牛久センター &オンライン	40周年 プロジェクトチーム
9月28日(木) 10:00~11:30	組合員カフェ (次回は10月26日(木)) お気軽に遊びに来てください♪	牛久センター	ブロック運営委員会
9月28日(木) 12:30~15:00	ブロック運営委員会〜第2部〜	牛久センター &オンライン	ブロック運営委員会
9月30日(土) 10:00~12:00頃	食肉学習会第1弾 「鶏肉学習会」 ※詳細は後日配布のチラシをご覧ください	水戸センター &オンライン	県央ブロック
10月12日(木) 10:00~13:00	まちつくば主催・年末年始試食会〜クリスマス〜 ※11月にお正月試食会も企画します	小野川交流センター	まちつくば
10月13日(金) 10:00~13:00	クリスマス試食会&ベジブロス講習	土浦三中地区公民館	地域くらぶ 「土浦ぷらす」
10月18日(水) 10:00~12:00頃	くすもとベーカリーキャラバン(住所:つくば市小野崎1665) ◎国産小麦と天然酵母のパン屋さんです	くすもとベーカリー	ブロック運営委員会
10月21日(土) ①10:30~12:00 ②14:00~15:30	映画「君たちはまだ長いトンネルの中」上映会	茨城県県南生涯学習 センター中講座室 1	地域くらぶ 「てとて未来の会」
10月25日(水) 10:00~13:00	年末年始特別企画の試食会 クリスマス&お正月・おせち	牛久センター	ブロック消費委員会
11月5日(日) 上映13:00~ トーク 15:00~	ドキュメンタリー映画「教育と愛国」 再上映会&斉加尚代監督トーク	つくば国際会議場 中ホール	地域くらぶ「つくば生 活ささえあいクラブ」
11月25日(土) 10:00~16:00	展示即売会&地域くらぶ交流会 40周年スペシャル ※詳細は後日配布されるチラシをご覧ください ※展示即売会は26日もあります	牛久センター	ブロック運営委員会



### 【申し込み方法】

牛久センターに電話か、二次元コードがあるものは HP の申し込みフォームでお申込みください。申し込み用紙のあるものは、配達便でご提出ください。



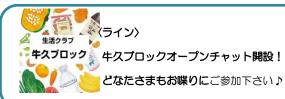
※託児があるもの、無いものありますので、ご確認してお申し込み下さい。







BIOSAPO\_USHIKU





### 〈運営委員会より〉●1部〈組合員カフェ〉報告●



今月は、会議室の委員会ではなく、ハイム化粧品の交流会が運営委員会1部の時間となりました。 生産者さんへの連絡後、打合せに参加、参加者名簿のチェック、場所や持ち物の確認、当日の託児 の手配・・・など、生産者交流会の企画をみんなで学ぶ場となりました。当日は参加の皆さんと同様にしっかり交流会も楽しみました♪

### ●2部報告●

1ページにもありますが、"秋の仲間作り"についてしっかり話し合いました。どんなことが出来るか、新しく取り入れられる活動は無いか。どんどん SNS を活用した活動の話題も出てきますが、やはり、組合員による紹介活動にまさるものは無いね、という結論になります。40周年イベントも続きますので、運営メンバー一同、これからも仲間作りを活動の中心に盛り上げていきたいと思います。皆さんのご参加もお待ちしています☆彡