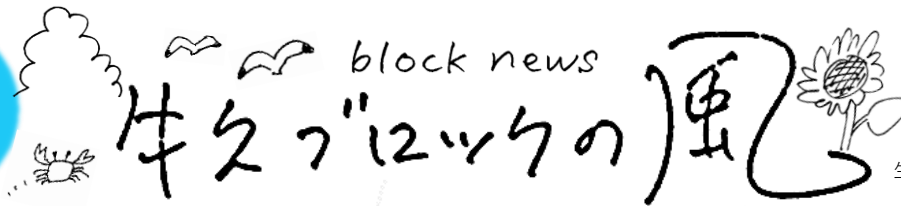


2024
8月



発行日：2024年8月26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

2024年度 牛久ブロック 組合員数							【期首 2,893】			世帯当たり利用 7月1回～5回(5週)	
7月末 現在	組合員数	班	個配	共済	でんぎ	法人	合計	班			
牛久ブロック	699↓	2055↓	118↑		3→	5→	2,880↓		27,	112円	
つくば	390→	1,145↓					1,546↓	個配	24, 593円		
土浦 (含かすみがうら)	161→	427↑					588↑	全体	25, 231円		
牛久	63→	358↑				421↑					
阿見	38↓	124→				162↓					
エリア外	47→	1→				48→					

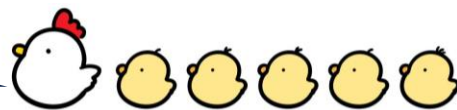


生活クラブをもっと知ろう！ 9月は生産者に会える機会がいっぱいあります 会いに来ませんか！？

生活クラブの消費材は、組合員の「こんなものがあったら嬉しいな～」の声に対して、生産者の「作りますので、食べてくださいね！」という、【つくる約束・食べる約束】で成り立っています。そして、大きな特徴として、生産者交流会が行われます♪生産者交流会は、消費材を作っている生産者から直接話を聞ける貴重な時間です。びっくりするような裏話や、ふむふむと納得するような細かい話を聞きながら、ひとつひとつの消費材はこんなに大切に丁寧に作られてるんだ！と実感すること間違いなしです。9月10月は牛久ブロックだけでも5つの生産者交流会、県南ブロックと県央ブロックも合わせると8つの生産者交流会が行われます！それぞれ美味しい試食もありの嬉しい企画ばかりです。4面のイベントカレンダーや別で配布されるチラシなどを見てくださいね。牛久ブロックでの鶏肉の食肉学習会については3面にも載っています。どの交流会も紙でのお申し込み、センターへ電話、又は、ホームページからお申し込みください☆彡

- ★9/7 平牧工房(豚加工肉)
- ★9/9 精華堂あられ総本舗(あられ、おかき)
- ★9/13 全農チキンフーズ(鶏肉)
- ★9/18 北海道チクレン(牛肉)
- ★9/20 エスケー石鹸(せっけん、洗剤)
- ★9/21 平田牧場(豚肉)
- ★9/27 会田共同養鶏組合(鶏卵)
- ★10/7 プレス・オールターナティブ(輸入ナッツ類、ドライフルーツなど)

お待ちしております♡



開催報告

ビオサポチーム♪



夏休みが始まり…毎日の【こどものごはん】どうしよう🍀ということで、7月のビオサポ企画は親子でクッキング。4月のビオサポキッチンの参加者の「そうめんがいつもマンネリで…」の声にお応えして、テーマは「そうめん」。確かに、麺つゆでいつもの薬味で…になりがちです。そこで、トッピングと麺つゆのアレンジ！麺をゆでるのも火を使うのを最小限にして、こどもがメインで準備しました。親子で会話しながら一緒に作って一緒に食べることを大切にしたい、そんなビオサポチームの想いにかなった、素敵な企画になりました。『出汁』のお話もして、たくさんのトッピングと3種類の「つゆ」でおなかいっぱいになりました(*^^)v この夏、「え～またそうめん？」って言われませんように…。



牛久センター屋根のソーラーパネルの紹介をしました！



パネルは全部で68枚
太陽光出力:32.64kW

PPA（電力購入契約）という仕組みで設置されました。

生活クラブエネルギー事業連合（PPA事業者）が、太陽光発電設備を無償で設置し、発電した電気を牛久センター（生活クラブ茨城）が購入します。

＼PPAのメリット／

- ・初期費用がかからずに太陽光発電を設置でき、メンテナンス費用もかかりません。
- ・自然エネルギーなので、CO₂の削減にもなります。
- ・利用する電気は、輸入燃料代に左右されることがありません。

せっけんコーナー ～みんなでせっけんを使おう～



赤ちゃんせっけんプレゼントの応募者から、せっけんを使った感想です。

用途によって使い分けなくても、食器洗いにも洗濯にもせっけんが使えるので、洗剤の種類が減らせ。環境にも健康にも優しい気持ちになれて、何だかスッキリしています。

たすけあい福祉委員会

困ったことがあったら
まずはお電話して下さい。



たすけあいホットライン
070-3937-5004
平日（月）～（金）9時～17時

生活クラブ・ケアステーション牛久
029-874-8510

- ♥生活クラブ牛久センター1階の相談室で、ケアマネ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。
- ♥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！
週1日のお仕事からでOK！ダブルワークOK！
※資格取得助成制度あり

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。

たすけあいカフェを開こう！

今年度は2年に1度のエッコロ改正意見集約の年です!!

組合員のお友達とエッコロをテーマにぜひ話し合ってください♪
1回の開催につき開催費用等1,000円を上限に給付します。



ぜひ声をお寄せ
ください！

※詳しくはエッコロガイドを参照してください。生活クラブ茨城のホームページから閲覧できます。紙のガイドが欲しい方は、配達担当または牛久センターに連絡してください。

きりとり

【エッコロへのご意見・提出用紙】

締め切り：9/27（金）

氏名

組合員コード

お住いの地域

《ご意見》



第2回 「問題解決を通して社会を変える」



社名の「プレス」は発信、「オールターナティブ」は今までのやり方でないもうひとつの、という意味。生活クラブもオールターナティブな提案を社会へ発信し続けているので共通項がありますね。出会いは1987年、お互いの活動に共感し、提携品目は今では30品目以上に拡大しています。

海外で諸問題を抱える国や地域に寄り添い、その問題を解決するひとつの方法として「フェアトレード」事業を進めています。私たちは消費材を利用することで、社会の問題解決や生産現場も応援していますが、それは海外にもつながっています。生産者の山崎さんは学生時代のアルバイトから今日に至っているそうです。彼女が関わった海外の生産者の話を聞いて、消費材の利用が「困った！」の声を応援できることがわかりうれしくなりました。

当日は、ヨーグルトフルーツのミニロール、すっきりとした味わいの烏龍茶、バニラアイスにほうじ茶ラテのパウダーをかけたり、と消費材の活用を教わりました。

10月7日(月)にはワンコインランチで山崎さんをお招きして生産者交流会を開催します。ピックアップ消費材はメープルシロップ。どのようにして生産者とつながったのかやメープルシロップを使った食べ方提案など楽しく学べる会にしたいと思っています。

『ヨーグルトと食べるドライフルーツ』のヨーグルト漬け

材料(2人分)…ヨーグルト400g
a ヨーグルトと食べるドライフルーツ50g

作り方…ヨーグルトにaを混ぜ、冷蔵庫で一晩おく(約8時間)

- *ドライフルーツがヨーグルトの水分を吸って、プルプルに。
- *ヨーグルトにフルーツの甘みがうつるので、砂糖はなくてOK!



作りやすい分量
ヨーグルト1個に
ドライフルーツ半分



インスタ見てね→



BIOSAPO_USHIKU

生活クラブ 「食肉学習会」 生産者の話を直接聞いて、知って利用しよう!



①鶏肉学習会 by 全農チキンフーズ <丸鶏の解体実演&試食♪>

9月13日(金)
午前10時~13時
牛久センター実参加のみ
参加費300円

生活クラブの鶏肉、国産鶏種の「丹精國鶏」について学びます。国産鶏種とは? 「丹精國鶏」とは? 生産者による鶏肉丸体の解体実演もあります! 解体した鶏肉も焼いて試食したり、ムネ肉料理、レバーの美味しい食べ方も紹介します。

Webから申し込みはコチラ



②鶏卵学習会 by 会田共同養鶏組合 <健康な親鶏の卵! 安心のヒミツは?>

9月27日(金)
午前10時~13時
牛久センター実参加のみ
参加費300円

親鶏のエサや飼育環境など、一般とはどこが違うのか? 生活クラブの卵について一緒に学びましょう。新米のげんき米で卵かけごはんを食べよう♪ 温泉卵、その他卵料理の試食もあります。

Webから申し込みはコチラ



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) 2024年	イベント名/内容	開催場所や方式	主催/共催
9月5日(木) 10:00~11:30	組合員カフェ (次回は10月3日(木)) お気軽に遊びに来てください♪生活クラブのことお喋りしましょう☆ 終了後、ランチ交流会あり🍴 申し込みは、牛久センターまで ☎(029)872-7521	牛久センター	運営委員会
9月5日(木) 12:30~15:00	ブロック運営委員会 メンバー募集中♪ お問い合わせは牛久センターまで(☎同上)	牛久センター	運営委員会
9月7日(土) 10:00~12:30	「豚加工肉学習会」~平牧工房生産者交流会~ ベーコンやソーセージ、ハムなど78品目もある平牧工房の消費材。生産者の こだわりを聞いて学びましょう♪ (参加費 無料)	取手センター	県南ブロック 消費委員会
9月9日(月) 10:00~12:00	「精華堂霰総本舗・生産者交流会~」 国内産有機米を使ってこだわりのおせんべいやあられを作っている生産者で す。美味しさの秘訣やこだわりを聞いて、味わいましょう♪(参加費 300円)	つくば市小野川 交流センター	地域くらぶ 「拡大大カフェ」
9月12日(木) 10:00~13:00	第5回ワンコインランチの会「鶏卵」 生活クラブの卵でおいしいレシピはたくさんありますよね♡ 今回はいろいろ 作ってみましょう! (参加費 500円)	つくば市松代 交流センター	地域くらぶ 「ワンコイン ランチの会」
9月13日(金) 10:00~13:00	「鶏肉学習会」~全農チキンフーズ生産者交流会~ (参加費 300円) 生活クラブの消費材の鶏肉の生産者が牛久センターへ来ます! 丸鶏の解体実演や試食など、今から楽しみにお待ちください!	牛久センター	牛久ブロック 消費委員会
9月16日(月) ①10:00~11:50 ②14:00~15:30 ③15:40~16:10	「平和のつどい・牛久 2024」 ①DVD上映「ドキュメント石垣島」「琉球弧を戦場にすな」 ②上映「ミサイル基地がやってきた 島で生きる」 ③講演&質疑 湯本雅典監督	牛久市中央生涯 学習センター 大講座室	地域くらぶ 「平和のつどい ・牛久」
9月18日(水) 10:00~12:00	ライブプラン講座 「元気な時に考えておきたいエンディング」 講師:生活クラブFPの会 藤井智子さん (参加費 無料)	土浦市 四中地区公民館	地域くらぶ 「土浦がらす」
9月18日(水) 10:00~13:00	「牛肉学習会」~北海道チクレン生産者交流会~ (参加費 無料) 生活クラブの牛肉の深い話を聞いたり、生産者直伝の絶対に失敗しないス テーキの焼き方も教わりましょう♪	友部公民館 (笠間市)	県央ブロック 消費委員会
9月20日(金) 18:00~19:00	「アスケー石鹸・生産者交流会」 (参加費 無料) せっけんについて学びます!合成洗剤との違い、使い方、環境への影響、香香 のことなど、基本的な大切なことを知る機会です♪	牛久センター	牛久ブロック
9月21日(土) 10:00~12:30	「豚肉学習会」~平田牧場生産者交流会~ (参加費 無料) 数年ぶりに山形から茨城に平田牧場生産者が来訪!恒例の豚肉解体ショーも 復活して、行われます。この機会に豚肉のこと学びましょう♪	取手センター	県南ブロック 消費委員会
9月23日(月) ①10:00~11:50 ②14:00~15:20 ③15:30~16:00	「平和のつどい・牛久 2024」 ①平和川柳・平和の詩 朗読 ほか ②講演「重慶大爆撃と無差別爆撃の連鎖~空爆の映像からみる日本の加害 の歴史~」 ③質疑	牛久市中央生涯 学習センター 大講座室	地域くらぶ 「平和のつどい ・牛久」
9月27日(金) 10:00~13:00	「鶏卵学習会」~会田共同養鶏組合生産者交流会~ (参加費 無料) 健康に育った親鶏から生まれた美味しい卵のヒミツ。エサや飼育環境など、一 般とはどこが違うのか、生活クラブの卵について学びましょう♪	牛久センター	牛久ブロック 消費委員会
10月7日(月) 10:00~13:00	第6回ワンコインランチの会 「プレス・オールターナティブ生産者交流会」 (参加費 500円)	つくば市 松代交流 センター	地域くらぶ 「ワンコイン ランチの会」

【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、無いものがありますので、ご
確認してお申し込みください。

<運営委員会より>

これまで運営委員会は、午前(組合員カフェ)、
午後の2部制で行ってきましたが、9月よりリ
ニューアル。午後のはがっつり「運営委員会」と
し、午前は運営委員会の下、カフェチームが
「組合員カフェ」を引き継ぎます。
「組合員カフェ」はこれまでのように組合員活
動についてお喋りする機会、情報交換の場とし
ていきますので、皆さん、お気軽にご参加くだ
さい♪

お知らせ



牛久ブロックInstagram



生活クラブ茨城
HP



生活クラブ茨城
X (旧Twitter)



生活クラブ茨城
Instagram

牛久ブロックの組合員にとって
身近な情報や消費材の話など、
お知らせしたいと思います♪
フォローしてくださいね☆