

2025  
2月



発行日：2025年2月17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 組員員数							【期首 2,893】		世帯当たり利用 1月1回～4回(4週)	
1月末 現在	組員員数	班	個配	共済	でんぎ	法人	合計	全体	19,896円	
牛久ブロック	761↑	1,997↓	117→	3→	5→	2,883↑				
つくば	410↑	1,123↓				1,533↓				
土浦(含かすみがうら)	188↑	404↓				592↓				
牛久	72→	351↑				423↑				
阿見	43↑	118↑				161↑				
エリア外	48→	1→				49→				

## 2025年度 牛久ブロック総会 開催のお知らせ

牛久ブロック総会 代議員募集!

日時：**5月9日(金)** 1000～1200  
(1200～1300 交流会開催予定)

開催場所：牛久センター

★参加希望の方は、牛久センターへご連絡いただくか、運営メンバーへお声かけください

2025年がスタートし、2月も半ばになりました。今年も生活クラブ茨城・牛久ブロックでは、組員の皆さんと共に前を向いて進んでいきたいと思えます。同じ消費材を食べ、よりよい社会を目指していくための仲間作りも一人一人の組員の力が大きいです。今年もブロックの活動にどんどん参加してくださいね。

運営メンバーと一緒に活動しようかなと思う方も、牛久センターへ連絡してくださいね。いつでも大歓迎です。

そして、今年も5月にブロックの方針を決める“ブロック総会”を開催します。

ブロック総会では、50名ほどの代議員と、一年間のブロックの方針を決定していきます。代議員をこれから募集したいと思います。初めての方も、お気軽にご参加ください。ブロック総会後には交流会も開催予定ですので、お茶会に参加する気分でどうぞ♪

(右の写真は、昨年の交流会の様子です。)

消費材を使ったスイーツバイキング)



## 「地域くらぶ」って知ってますか!?

### 「地域くらぶ」をつくろう! 「地域くらぶ」に参加しよう!

最近、生活クラブの組員になった方も多いため、 “地域くらぶ” って聞いたことが無い! という方もいると思います💡 “地域くらぶ” は、生活クラブを通して

地域でつながる一番身近な集まりで、様々なテーマで集う場を作ること組員活動が豊かに助けられるようサポートします。まずは3月の地域くらぶ報告会に参加して、どのような地域くらぶがあるか報告を聞いてみませんか。



日時：**3月12日(水)** 10:00～12:00  
場所：牛久センターorオンライン

★牛久センターでは、鶏肉の試食会も行います

こちらからも申し込みできます→



地域くらぶ報告会の開催&お誘い



困ったことがあったら  
まずはお電話して下さい。

## 住宅ローンに付帯している火災保険の確認をして下さい！！

住宅ローンに付帯している火災保険は、  
建物火災があった際にローン会社に  
補償金が支払われます。  
**あなたはもらえません！**  
そして家財の補償が含まれていない  
場合があります。

住宅ローンが払い終わった時点で、保険期間が  
終了していないかも確認してください。十分な  
保険金額の設定・地震や様々な災害や事故に対  
する幅広い補償が付いてますか？火災保険は予  
期せぬ災害から家族と財産を守る重要な備えで  
す。十分な補償を確保し、安心して暮らせる環  
境を整えましょう。

<補償の見積もりを相談して下さい>  
CO・OP火災共済コールセンター 0120-6031-43  
月～土(祝日営業)9:00～18:00(年末年始を除く)



地震



火事

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。

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OK！ダブルワークOK！  
※資格取得助成制度あり

## 環境委員会

～せっけんに関するお悩み相談コラム～  
by『はあもにい』

おしえて！せっけんキング！！

固型石けんで洗顔もクレンジングもOK  
～よく泡立ててこすらないように～

市販の『肌にやさしい・無添加・ナチュラル』とうたっていても添加物はどうか？成分表を見てください。  
生活クラブの固型せっけんはエドト酸塩(酸化防止剤)が添加されていないので、時間がたつと黄変したりしますが洗浄力が落ちるわけではありませんから、使用上問題ありません。(中身は同じでも個包装のため酸化しにくいのが浴用せっけん)

せっけんキング：  
生活クラブ2016  
『生活クラブの生活提  
案9 せっけん生活は  
じめませんか？』より



法律上 固型せっけんは  
洗濯用と分類されているが  
万能じゃ

脱炭素、脱原発につなげよう



## 12/18「生活クラブでんき学習会」開催報告

生活クラブエネルギー事業連合の講師の方を迎え、各センターにてオンライン学習会を行いました。その中で、生活クラブでんきは「幸せな電気」というキーワードが特に印象に残りました。庄内では生活クラブでんきの基金が地域活性化に役立っていることなど、コンセントの先にある活動を知ること、無機質な電気のイメージが少し変わった気がします。生活に欠かせない電気。食と同じように、安心安全にこだわって選ぶ大切さも実感しました。牛久ブロックでは13名の参加者があり、茶話会では原発について思うところや各家庭の電気事情など、活発な意見交換ができました！

「せっけん運動ネットワーク」7月のシャボン玉月間に向けて、ポスター原画(A3カラー)を募集中！  
今年のテーマは「考えよう！流した水のその先を～せっけんを使って地球を元気に～」ご応募お待ちしております♪  
3/6(木) 締め切り(センター必着)

## お試し「飲むにんじんキャロットジュース」!

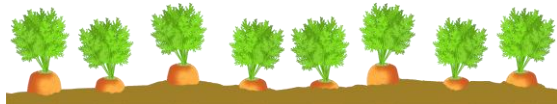
「飲むにんじん キャロットジュース」は、丸エビ倶楽部でとれた人参の濃縮汁が原料となっています。今回生活クラブ茨城では地元で作られたキャロットジュースの良さを知ってもらうために、「お試し」規格4本を取り組みます。

通常カタログでは、20本入りのため注文を躊躇している方、是非飲んでみて下さい!

詳しくは、  
「飲むにんじんキャロットジュース」の  
取り組みチラシをご覧ください。



いつもは20本  
お試しは4本です!



申し込み：2月24日～28日  
配達日：3月17日～21日



／ 畑から採れた人参をパクリ

取り組みに先立ち、提携生産者・菅谷庄一さんの畑を訪ね、色々とお話を聞いてきました。

菅谷さんは、小美玉7ヘクタール・銚田4ヘクタール・北海道2.4ヘクタールの畑で2024年度は1年間に250トンの人参を栽培しています。以前は品種をオレンジにしていたが現在はライム(2～3月まで割れない品種で大きく甘い)に切り替え栽培しています。ニンジンジュースは大きすぎるもの小さすぎるものなどB級品も無駄なく使えます。また、糖度によって値段が変わってくるため、大小とり混ぜてジュースにする事で糖度を調整できる事もあり生産者にとっては、とても有難いそうです。「飲むにんじん」というだけあって、とても濃厚で料理にも活用できます。

### にんじん&りんごゼリー

材料：飲むにんじんキャロットジュース 1本  
りんごジュース 1本  
ゼラチン 大1 (固めが好きなら大2)

- ① りんごジュースとゼラチンを耐熱ボールに入れて1分レンジでチン! (ゼラチンが溶ければOK)
- ② キャロットジュースと混ぜて冷やす
- ③ 固まれば、できあがり



インスタ見てね→



BIOSAPO.USHIKU

## 熊本の生産者グループ「きばる」消費地交流会



年始1月8日、たくさんの消費地と熊本をネットでもすすんでの交流会でした。最初の事務局高倉さんの作ってくれた「きばる」の紹介動画は非常に分かりやすく、心がこもっていました。なかなか会えない生産者の生の声が聞けて、減農薬でつくる大変さを、改めて感じました。近年の気候変動や野生動物による食害に対してどう対処していくかなどのお話もでて、現地での空気感が良かったです。きばると言えば甘夏ですが、しらぬい・スイートスプリング・グレープフルーツも栽培しています。甘夏だけでなく、食べて応援しましょう!!

# 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) 2024年	イベント名/内容	開催場所や方式	主催/共催
2月21日(金) 10:00~13:00	ワンコインランチの会 「バジブロス&アール・エッチ・エス生産者交流会」 (参加費:500円)	つくば市松代交流センター	地域クラブ「ワンコインランチの会」
2月27日(木) 10:00~11:30	組合員カフェ (次回は3月27日(木)) 2月は、脱プラの第一歩で蜜蝋ラップ作りをします♪ どなたでも参加可◎子連れももちろんOK! 終了後、ランチ交流会にも参加可! 申し込みは、 <a href="mailto:yk06221982@gmail.com">yk06221982@gmail.com</a> までメールか、牛久センターまでお電話ください。 ☎(029)872-7521	牛久センター	運営委員会
2月27日(木) 12:30~15:00	運営委員会 メンバー募集中♪ お問合せは牛久センターまで(☎同上)	牛久センター	運営委員会
3月8日(土) 11:00~14:00	つくばで楽しむ生活クラブ“春のおいしい! フェス” ※2月10日~配布の案内ちらしをご覧ください! 出店者も募集中!	つくばセンター広場	地域クラブ「拡大カフェ」
3月12日(水) 10:00~12:00	地域クラブ報告会 ※1面記事もご覧ください	牛久センター or オンライン	運営委員会
3月15日(土) 10:00~16:00 3月16日(日) 10:00~15:00	春の展示即売会	牛久センター	運営委員会
3月20日(木) 10:00~12:00	親子企画「バスボムを作ろう」	牛久センター	運営委員会
5月8日(木) 10:00~12:00 (12:00~交流会)	2025年度牛久ブロック総会	牛久センター	運営委員会

## = 組合員カフェのご案内 ☕ =

組合員カフェは、毎月1回、牛久センターにて、誰でも参加OK! で、お茶とおやつ付きの何でも話せるお喋りの場です。ちょっとした企画も盛り込んで一緒に楽しむ時間になりました♪

- ★ 2月27日(木)・・・蜜蝋ラップ作り
- ★ 3月27日(木)・・・おやつを試食会
- ★ 5月8日(木)・・・未定 (調理か手仕事のワークショップ)

※時間は、10時~11時半

申し込みは、[yk06221982@gmail.com](mailto:yk06221982@gmail.com)までメールか、牛久センターへお電話 (☎029-872-7521) ください。もちろんお子様連れも大歓迎です。気軽に遊びにきてくださいね。その日のランチの申し込みも同時に可能です。ランチ希望の方は、その旨も併せてお知らせください♪ (お申込みは開催日の2日前までに!)

## 【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、ご確認ください。お申し込みください。

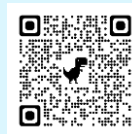
Welcome



## <運営委員より>

年明けになると次年度方針を考え始めます。次年度はどんなことで組合員活動を盛り上げるか、イベントに参加した組合員の声を拾い上げながら作っていきますよ。年度末は地域クラブ報告会(3/12)展示会(3/15/16)がありますので、ぜひ参加して下さい♪

(運営委員S)



牛久ブロック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☆彡



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