

# イベント情報&お知らせ

# 県央ブロックニュース

県央B4月組合員数	
水戸	: 894
ひたちなか	: 464
笠間	: 123
那珂	: 99
東海	: 70
日立	: 68
その他	: 121
合計	1,839

《問い合わせ・申し込み》 水戸センター TEL029-291-8280 FAX 029-291-8281



## 県央ブロック 夏の展示即売会



7月4日(土) 10時~16時・5日(日) 10時~15時 開催

毎年恒例、夏の展示即売会を開催します。今年はちょっと趣向を凝らして、家族みんなで楽しめる企画を用意しました。企画への参加、来場どちらも大歓迎です。

### 7月4日(土) 10時~12時「ライフプラン講座」

みなさんの暮らしに役立つ情報を「NPO 法人 Wco.FP の会」の講師を招いてわかりやすく解説していただきます。今回のテーマなど詳細は後日配布のチラシをご覧ください。

### 7月5日(日) 10時~15時

#### \*「地域くらぶマルシェ」

前回大好評だったので第2弾を開催します。活動内容が多彩な「地域くらぶ」が出店して展示即売会を盛り上げてくれます。5月29日(金)までまだまだ出店募集中なので、「地域くらぶ」のみなさん! ぜひ出店にご協力ください。※出店についての詳細は水戸センターまでお問い合わせください。

#### \*丸エビ倶楽部のお野菜販売

毎回多くの丸エビ倶楽部野菜ファンの方が購入してくれます。新鮮な野菜をお手頃価格で購入できるチャンスです。

#### \*「大好き!消費材」お勧めブース

詳細は2面「消費材のコーナー」をご覧ください。



生活クラブ茨城  
ホームページ



ブロックニュースのカラー版や生活クラブ茨城についての情報が載っているのでぜひ見てくださいね! 特にトップページにある



この↑↑↑バナーをクリックすれば、簡単に知りたいことに辿り着けます。

生活クラブ  
茨城 X



農産物の欠品情報・消費材情報・各地で開催するイベント等についてつづやっています。  
フォロー&チェック  
よろしくお願ひします。

## スタッフ参加してくれる組合員さんを募集!

今年の水戸センター「夏の展示即売会」は、7/4(土)と5(日)です。

水戸センターを会場として年に3回開催される展示即売会は、普段カタログの写真でしか見ることができない「季節品消費材」を、実際に「見て触れて確かめる」ことができる貴重な機会です。

そこで今年度は思いきって、

### 「大好き!消費材」お勧めブースを出店します

Q:「大好き!消費材」お勧めブースって、なんですか?

A:展示即売会の会場で、消費材を紹介販売する3ブースを設けます。

Q:紹介販売する消費材は、どれですか?

A:今回は①牛乳の試飲(無料)とアイスクリームの販売

②テイクアウト「チキンナゲットサンド」を調理室で作って販売

③「せっけん類」使い方の説明と販売

といったおなじみの人気消費材で、これらの材料はブロック運営委員会が用意します。

Q:生産者が来るのですか?

A:いいえ、生産者ではなく私たち組合員が消費材の紹介販売をします。

Q:4日と5日の両日ないとダメですか?

A:ブースの出店は7/5(日)10:00~15:00だけになります。

~~~~~  
\*①~③の消費材で、どれかひとつでも「私のお気に入り♡」があった人、ぜひスタッフとして参加してほしい!です。スタッフ参加者には、県央ブロック規定の活動費補助が出ます。

\*各ブース、2人以上配置の予定です。

\*お問い合わせ・参加希望は水戸センター(029-291-8280)まで。調整準備のため、参加希望の方はお早めにご連絡ください。

いいモノ買って、参加して…夏の展示即売会を一緒に盛り上げましょう!

## ファイバーリサイクル実行委員会より

洋服やバッグなどを捨ててしまうその前に

ファイバーリサイクル活動に提供できるか確認しましょう

★2026年度第1回のファイバーリサイクル活動お知らせ★

衣類提供期間:6月8日(月)~6月12日(金)

提供方法:各自水戸センターに持ち込むか、エコロを利用して代わりに持ち込んでもらう

衣類仕分けの日時:6月17日(水)10:00~12:00(JFSAスタッフ来所)

仕分け場所:水戸センター倉庫

◆仕分け作業へのお誘い◆

集まった衣類を種類別に仕分けします。ご都合のつく時間の参加でOK。申し込み不要です。

どんなものが提供できるのか迷ったらぜひ一度衣類の仕分けにご参加ください。



回収可能な衣類等の詳細は、後日配布のチラシをご覧ください。



# 7. 千薬膳教室

## 薬膳調理実習 in 日立

五月晴れの爽やかな朝、田植えが終わったばかりの田んぼや新緑の木々を眺めながら、小一時間車を走らせ、きれいな青い海のすぐそば、日立市会瀬交流センターに到着。今年の3月からお仲間になった、日立市の組合員やゲストのみなさんと薬膳調理実習を行いました。もちろん、生活クラブの消費材を使って。

### ～初夏の五味五色ランチ～

- ◎鯉のたたきとアスパラガスのポン酢だれ添え
- ◎豚肉と緑茶、枸杞の実、松の実入り水餃子
- ◎じゃがいもとむき枝豆の牡蠣味炒め
- ◎チンゲン菜、椎茸、卵のとりがらだしスープ
- ◎白六穀入りごはん



### ～使用した食材(5月にお勧めの食材)～

- 気をもてるもの：米、じゃがいも、椎茸
- 血を増やすもの：鯉、豚肉、卵
- 気を巡らせるもの：セロリ、大葉、にんにく、ねぎ、しょうが、小麦粉、ポン酢
- 潤いを与えるもの：枸杞の実、松の実、
- 熱を冷ますもの：緑茶、アスパラガス、枝豆、白六穀(ハト麦、あわなど)



緑茶は、有機わたらい一番茶上煎茶を使用。水餃子の皮にはお水の変わりにお茶を使い、茶葉は刻んで具に加えました。お茶は、身体の熱を冷ます作用があります。生活クラブの茶葉は食べても安心。卵焼きのアクセントなど、ぜひご利用下さい。もちろん、お茶を飲むだけで効果は得られます。

春の新生活の疲れが出始める5月。気血を十分に補い、巡らせることで5月病を予防します。気温が上がっていきますので、身体に潤いを与え、余分な熱を取り除きます。また、梅雨時期には胃腸の動きがおちるので、今のうちに生姜や大葉などで胃腸を整えておきましょう。

国際中医薬膳師 薬剤師 佐野安希子

### 運営委員会より:環境だより

連載

「生活クラブでんき」に加入した組合員さんに  
加入のきっかけなどを伺いました。

興味のある方は、水戸センターにお問い合わせください

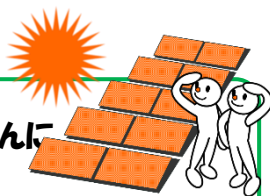
環境汚染や地球温暖化が心配される毎日ですが、個人の力では何もできないと思っていました。

でも、生活クラブでんきに加入することで、地球の未来を守ることに少しは役立つかもしれない、と希望を感じています。

それから「再生可能エネルギーは世界中で幅広く利用できるため、奪い合う必要がなく、紛争につながりにくい」ということも知りました。

再生可能エネルギーが平和につながるなんて！とても嬉しいことです。

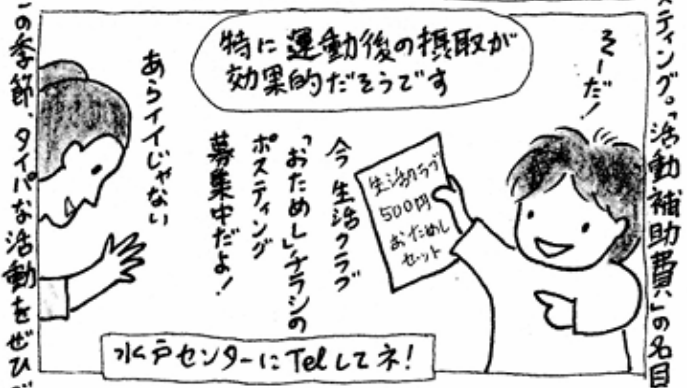
ひたちなか市 S.T.



### せっけん類 プレゼント中

生活クラブ茨城では、石けんの良さを知ってもらおうと、妊婦さん、1歳未満のお子さんのいる方対象に、「固型せっけん・洗濯用液体せっけん・台所用液体せっけんオレンジ」をプレゼント中。是非この機会使ってみませんか？お申し込みは下の二次元コードまたは水戸センターまでお電話ください。





## 地域クラブ「オーガニック給食」 推進準備室@ひたちなか」より

「夢見る給食」上映会についてお知らせです

(1) 上映会開催への想い  
「生活と自治」で紹介されていた「夢見る給食」の記事を読んで、ぜひ観てみたい! と思い、桜川市内で子ども食堂を運営している会が主催した上映会に足を運びました。「ぜひ、ひたちなか市でも上映したい!」と強く思い、本映画上映会を企画しました。

(2) 映画『夢見る給食』とは?  
いま、全国でどんどん「オーガニック給食」が広がっています。6年間で体重が約2倍になると言われている小学生の子供たち。育ち盛りの彼らに、オーガニック食品を使った給食を提供することに力を入れる人々に密着し、オーガニック給食の素晴らしさを伝えています。  
持続可能な社会のために、地域農業振興のために、子どもたちのミライのために、夢みる市民、夢みる市長、夢みる公務員、夢みる農家たちの活躍を描くハッピードキュメンタリー映画です。監督は全国で上映会が爆発的に続く『夢みる小学校』のオオタヴィン氏。

(3) 上映会詳細  
日時：2026年6月21日(日)  
場所：ワークプラザ勝田 2F 視聴覚室  
上映会数：当日3回 ①10時〜 ②13時〜 ③16時〜  
人数：各30名  
参加費：無料  
申込方法：<https://forms.gle/Qg3TBeMbFe43qxrX6>



上映会参加  
応募フォーム

**たすけあいホットライン**  
☎070-3937-5004  
月曜日〜金曜日  
午前9時〜午後5時

エコロについて、生活クラブについて、身の回りのちょっと困ったわ! などがあったらお気軽にお電話ください。

