

2026
5月



block news

牛久ブロックの便り

発行日：2026年5月18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

2026年度 牛久ブロック 組合員数							【期首 2,843】			世帯当たり利用 4月1回～4回(4週)	
4月末 現在	組合員数	班	個配	共済	でんき	法人	合計	班	個配	全体	
牛久ブロック	731↓	1,965↓	138↑	3→	6→	2,851↑				25,090円	
つくば	392↓	1,126↑				1,518↑					
土浦 (含かすみがうら)	188→	380↑				568↑				25,214円	
牛久	70→	357↑				427↑					
阿見	39→	111→				150→					
エリア外	40→	1→				41→				25,180円	

～2026ブロック総会開催！～

4月24日(金) 牛久センターにて第19回牛久ブロック総会を開催しました。代議員34名中19名の参加があり、すべての議案について可決されました。活発な意見交換も行われ、一人一人が生活クラブのことを考えていることが分かる総会でした。

昨年度つくばで組織が結成され、その集まりが1年続き、4月4日には自主的なおまつりが開催されました。

土浦では、定期的な集まりがこれまでもありましたが、6月より、牛久でもカフェを定点として集まりがスタートする予定です。阿見やかすみがうらにも広がるよう、組合員の力で繋いで、その繋がりを太いものにしていきますか。2026年度も宜しくお願いいたします！

今年も総会の後は、おやつを食べながらの交流会でした♪



【2026年度運営メンバー】

つくば：及川里英、北原ゆり子、征矢優香子、高塚仁美、高野さち子、多田理絵

土浦：荒井敦子

【ブロック推薦理事】

及川里英、北原ゆり子、征矢優香子、高塚仁美、多田理絵

【ブロック推薦監事】

馬場香菜子、藤田美貴子



注目!

お友だち紹介Wキャンペーン、今年もスタート♪ぜひこの機会にお友だちに生活クラブを紹介してください！

2026.5. ●
生活クラブ生協・茨城
牛久センター：029-872-7521
取手センター：0297-86-6900
水戸センター：029-291-8280

茨城 5月～6月 紹介Wキャンペーン

お友だちに教えてあげて!

食品の原材料表示の / (←スラッシュ) 以降は添加物だよ!



生活クラブが許容する
食品添加物の品目数は
93品目
国の基準の約10分の1

包材の裏を見て!

生活クラブのウイナーには
添加物が入っていない!

日本で使用が認められている食品添加物は約1,500種類あります。このうち天然香料・一般飲食物を除くと833品目です
*2025年3月末現在

紹介してくれたあなたにもシューリーバリー百ポークウイナープレゼント
添加物が入っていないことを確認して味わって味わおう!

運営委員より

新年度がスタートして、ブロック総会も無事に終わりました。

今年の運営委員は7人になってしまい寂しい限りですが・・・引き続き生活クラブの美味しさと安心と運動性と楽しさを(まだまだ良いところはありますが)伝えていけるよう、活動続けていきたいと思ひます。しかし、新しい仲間が来てくれたらもっと楽しいのにな～という思ひは切実。食ふこと好きな人、わいわいお料理するのが楽しい人、人と集まることが好きな人、環境活動に関心がある人、自分の得意を生かしたい人、どんな角度からでも良いので、一緒に活動して行きませんか～。まずは、生活クラブのイベントの参加からお待ちしています♪4面イベントカレンダーも見てくださいね!

（運営委員 R）

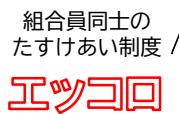
生活クラブ・ケアステーション牛久 029-874-8510

- ◆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できます。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



今年度は2年に1度の
エコロの改正意見集約の年です
4ページに意見・要望欄がありますので
切り取って提出お願いします



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して下さい

予告：ライフプラン講座「元気な時に考えておきたいお葬式」

人生最後のイベント「お葬式」について考える講座です。
最近の葬儀事情や費用、お墓についても紹介します。お葬式は突然やってきます。あらかじめ契約するときのポイントや、かかる費用の内訳などを知っておくと、いざという時に役に立ちます。元気な時に一度は笑って聞いておくことをおすすめします。



日時：6月3日(水)10時～11時半
場所：牛久センター2階会議室
参加費：無料

※別途配布されているチラシを確認の上、牛久センターに申し込んでください。

きずなBOX

牛久センターに設置しています

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。



環境委員会

Rびん回収率UPキャンペーン 始まります！

6月26日(金)まで

皆さんが生活クラブに返却したRびん（リユースびん）は、きれいに洗浄・選別された後、再び生産者のもとへ届けられ

リユースされています。

もったいないから
リサイクルには
出さないで～

持続可能な社会を
目指そう！



どんな容器よりCO2を出しません
リユースびん（20回使用）のCO2
排出量は、PETボトルの約3分の1！

軽量&丈夫に設計されています
扱いやすく、35～50回リユースできる！
運搬時の環境負荷負も減らせます。

くつ下や
衾まわりの
下洗いにも
おススメです★



今回のプレゼントは、
台所、洗面所、お風呂で使える
「固型せっけん3個入り」
100名に当たります！！

もちろん、中身の調味料やジュースは美味しいもの揃い！
Rびんの消費材あまり注文したことないわ、という方も、
ぜひこの機会に手に取ってみてください♪



1本から応募できます！
何本でも当選確率は変わらないので
使い終わったらすぐに返却しましょう



赤ちゃん誕生 おめでとう

赤ちゃんの肌にも環境にも
やさしい、せっけんセット
プレゼント実施中！

せっけん生活
はじめよう♪



平田牧場生産者交流会



日本の米育ち

三元豚



金華豚

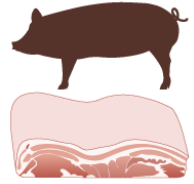
日時：6月18日 10時～13時半

場所：牛久センター

参加費：300円

持ち物：筆記用具・エプロン・タオル

申込〆切：6月8日(託児申込〆切同日)



生活クラブと生産者との絆の深さを知って、豚肉の美味しさの秘密を知ろう!!

お友達に教えたくない情報がたくさん！一緒に参加もOK。
託児を頼みたいかたは、早目に申込みお願いします。

学習会後に豚肉の試食もあります。
一度に6部位を食べられる機会はなかなかありません！
この機会にぜひご参加下さい♪



開催報告 ワンコインランチ 5/7(木)松代交流センター

『お疲れの日も消費材で簡単ご飯&牛乳もう一本』のテーマでワンコインランチを開催しました。
レトルトの麻婆豆腐ソースを使った豚ひき肉と野菜の炒め物は、味・彩りのバランスよい一品です。
豚肉とレタスと春雨のスープも簡単で美味。
これからの暑い季節に嬉しい牛乳出しコーヒーとヨーグルトのふるふるをデザートに…
疲れた日にも無理なく、消費材で美味しいご飯がいただけますね。

参加人数10名でした。



材料はこちら！

本日のメニュー

- ・豚肉と野菜の麻婆炒め(ひき肉)
- ・レタスとはるさめのスープ (切り落とし)
- ・豆腐とワカメの和えもの
- ・ヨーグルトのふるふる (マーメイド添え)
- ・牛乳出しコーヒー

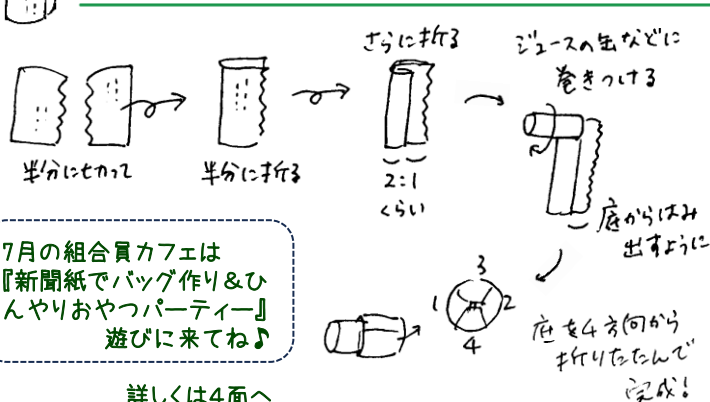
ビオサポのインスタもタみてね!



BIOSAPO.USHIKU

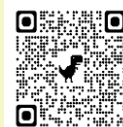
脱プラ!

新聞紙で育苗ポットを作ってみよう



7月の組合員カフェは『新聞紙でバッグ作り&ひんやりおやつパーティー』遊びに来てね♪

詳しくは4面へ



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ね☆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

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)2026年	イベント名/内容	開催場所や方式	主催/共催
5月23日(土) 14:00~16:30	満田夏花講演会「選ぼう明るい未来のエネルギー」	牛久市中央 生涯学習センター	地域くらぶ 「チームさくら台」
5月23日(土) 10:00~12:00	鶏肉学習会『丹精國鶏』ってなにもの?』 参加費:無料	牛久センター	消費委員会
5月26日(火) 10:00~12:00	総代学習会	牛久センター	運営委員会
6月1日(月) 10:30~11:30	組合員同士でお茶しましょう ※詳細は後日配布されるチラシをご覧ください♪	アトリエ&カフェ sisico.	運営委員会
6月4日(木) 10:00~12:00	組合員カフェ「米粉のフォカッチャを作ろう」 ※詳細は下記参照	牛久センター	組合員カフェ チーム
6月4日(木) 12:30~15:00	ブロック運営委員会 (次回は7月2日(木)) ブロックの活動を決める場です。メンバー募集中♪ お問合せは牛久センターまで(☎029-872-7521)	牛久センター	運営委員会
6月10日(水) 10:00~13:00	第43回通常総代会	土浦クラフトシ ビックセンター	理事会
6月11日(木) 10:00~12:00	小町サロンくきざき	牛久センター	地域くらぶ 「小町サロン くきざき」
6月18日(木) 10:00~13:00	豚肉学習会 参加費:300円	牛久センター	消費委員会
6月19日(金) 10:00~12:00	株式会社アール・エッチ・エス 生産者交流会	場所未定	地域くらぶ 「土浦がらす」
6月26日(金) 10:00~12:00	「魔法の煮洗い」 参加費:無料	土浦市三中地区 公民館	地域くらぶ 「土浦がらす」
7月6日(月) 10:00~12:00	組合員カフェ「新聞紙でバック作り&ひんやりおやつパーティ」 参加費:500円	牛久センター	組合員カフェ チーム
7月9日(木) 10:00~13:00	ワンコインランチの会「豚ブロック肉」 参加費:500円	つくば市内 交流センター (未定)	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し込みください。
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、ご確認ください。

= 組合員カフェのご案内 = ★時間：10時～11時半

組合員カフェは、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♪

★6月4日(木)・・・「米粉のフォカッチャを作ろう」 参加費800円(ランチ代込)

★7月6日(月)・・・「新聞紙でバック作り&ひんやりおやつパーティ」 参加費500円

★8月・・・・・・・お休み



お申込みは、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。

お子様連れも大歓迎です。託児の申し込みも併せてご連絡ください。(※開催日の一週間前まで)

きりとり✂

【エッコロへのご意見・提出用紙】

締め切り：7/31(金)

氏名

組合員コード

お住いの地域

《ご意見》