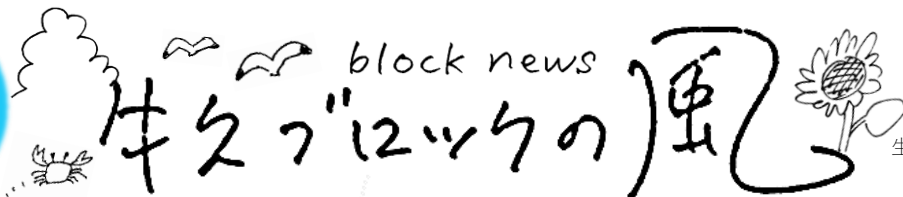


2026
7&8月



発行日：2026年7月20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 6月1回～4回(4週)	
6月末 現在 組合員数	班	個配	共済	でんき	法人	合計				
牛久ブロック	726↓	1,966↓	140↑	3→	6→	2,841↓			班	21,006円
つくば	393↑	1,115↓				1,508↓			個配	20,715円
土浦(含かすみがうら)	186↓	379↓				565↓			全体	20,794円
牛久	68↓	361↑				429↑				
阿見	39→	110↓				149↓				
エリア外	40→	1→				41→				

お友だち紹介キャンペーン スタート！

7月と8月は…

紹介したあなたにもお友だちにも万能つゆが
もらえる お友だち紹介キャンペーン開催中！
冷たい麺のつけ汁にも、お手軽料理にも、幅
広く活躍する万能つゆ。お友だちにおススメしながら一緒に
味わってください。申込みはHPから出来ます！
(別途チラシも配布されます)



申し込みはこちら→



★地域くらぶ紹介★

7月3日に地域くらぶ「はればれバド部」スタート！
4人で立ち上げましたが、初回は20代から幅広い世代
の9名が参加 ✨ 初心者から久しぶりにラケットを握る
人まで、みんなで楽しく体を動かしました。食べものと
同じように、運動でも心と体を整えたいという思いで
活動しています。月1回、桜総合体育館や近隣の体育館
で活動予定です。一緒にバドミントンを楽しみたい方、
お気軽にご参加ください！ 🏸



新運営メンバー紹介！

運営委員に2人の新メンバー登場です♡

4月に土浦へ引っ越してきました。前のブロックで
の運営が楽しく、牛久でも活動することにしました。
最近はお煙の土づくりに夢中で、引っ越してまだ3か月
ですが、すでにこんがり日焼けしています(笑)
皆さんと楽しく活動していきたいです！よろしくお願いします！(土浦 軽部由佳)

石川紗央里です。小1、3歳、1歳の子供がいます。環境、農業、福祉など
色々なことに興味があるので、イベントや生活と自治などで勉強できて助
かっています。生活クラブの良さをたくさんの人に伝えることができるよう
頑張ります。よろしくお願いします。
(つくば 石川紗央里)



共済『夏のキャンペーン』

あなたの家族にピッタリの安心保障を一緒に考えます！
今が見直しのチャンス☆



キャンペーン期間中に共済加入された方には、ちょっとしたプレゼントがあります♪



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。

共済なるほどクイズキャンペーン中！！

6/29(月)～8/2(日)

正解した人の中から抽選で400名に消費材プレゼント！



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

組合員同士の
たすけあい制度

エツコ回

8/8(土)～8/16(日)
はお休みです！



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

個人賠償責任保険に 加入していますか？

個人またはその家族が、日常生活で誤って他人にケガをさせたり、他人のモノを壊してしまったりして、法律上の損害賠償責任を負った場合の損害を補償する保険が個人賠償責任保険です。



- ・こどもが他人の車にキズをつけた
- ・買い物途中、店内に陳列してある商品を落として破損させてしまった
- ・自転車であつて人に衝突し、相手にケガをさせた
- ・飼犬が他人に噛みついて、ケガをさせてしまった

CO・OP共済「たすけあい」の特約として加入できます。
1世帯の1人が加入すれば同居の親族、別居の未婚の子まで保障されます。

環境委員会

7月はシャボン玉月間

★センターにポスター掲示を行っています。また、自治体の首長メッセージを寄せてもらう依頼とともに行政へせっけんの使用や環境問題への取り組みを働きかけました。今年は、新たに、つくば市と土浦市からメッセージをいただきました。

6/23(火) つくば市長と面談しました。

一人ひとりの暮らしの中の小さな行動が積み重なり、地域全体では大量の化学物質の排出につながっていることを意識して、できることから始めていくことが大切。
PRTR制度基準を問うのではなく、積極的に減らす活動をもっと展開するように、市が率先して使用してアピールして欲しい旨のお話をしました。

7/28(火) 土浦市長と面談。土浦の組合員と環境委員会メンバーで訪問。



“シャボン玉月間”は、せっけん運動ネットワークの呼びかけで、1984年から毎年7月を中心に行われている全国統一活動です。

豚肉学習会を開催しました！

豚肉YEAR

牛久センターでは「豚肉YEAR」の取り組みとして、6月18日に「豚肉学習会」を開催しました。平田牧場の高山さんを牛久センターに迎え、生産者から直接お話を伺いながら、生活クラブの豚肉について学びました。

学習会では、飼料価格や資材価格の高騰など畜産を取り巻く現状や、豚の健康を第一に考えた飼育へのこだわりについてお話しいただきました。また、生活クラブならではの「一頭買い」の仕組みについても学び、日頃利用している豚肉が生産者との提携によって支えられていることを改めて知る機会となりました。



学習会後は、ロース・肩ロース・モモ・バラ・ヒレ・ひき肉の6部位を使った試食会を実施。簡単・時短レシピで部位ごとのおいしさを味わい、「部位によってこんなに違うんだ」「家でも作ってみたい」といった声が聞かれました。



食肉学習会・第5弾～平牧工房～ 9月12日(土)

豚加工肉の生産者・「平牧工房」の学習会を開催します！

食品添加物の話など、生産者から直接話を聞くことができるチャンスです。
詳細は決まり次第お知らせします。ぜひ、ご家族で参加してくださいね！



<開催報告> ワンコインランチ 7月9日

第2回のワンコインランチは、『豚ブロック肉・スライス肉を上手に使いこなそう』をテーマに開催しました。

「ももハム」は、ももブロック肉に塩をすり込んで12日間ねかせてから焼きます。たこ糸をまわし出来上がりは上等なハム。肉が熟成する12日間、待つ時間も楽しいものです。サラダに入れても、サンドイッチにも、もちろんそのままでも。。。

また、「豚肉とじゃが芋の塩糍煮」「ひき肉とライスパーパーで作るソーセージ」も大好評でした。

今回は阿見からの男性の参加もあって、楽しい一日でした。

参加者：10人（組合員4人、スタッフ6人）

ビオサポの
インスタもタみてね！



BIOSAPO.USHIKU

★スイッチングキャンペーン（6/1～8/31）単協独自プレゼント“太陽光モバイル充電器”

8/22（土）電気の集いを開催します。自然エネルギーアカデミーインストラクター（細川さん）のお話。

集いの後、実行委員会を立ち上げて映画『陽なたのファーマーズ』上映会を計画していきます。

★9月以降・・・せっけん未利用者へ、サンプル配布を計画中です。

エスケー石鯨さんから提供いただいたサンプルの利用希望をせっけん未利用者から募集します。

いつもせっけんを使用している方から、せっけん使用のコツやせっけん応援メッセージ募集します。

赤ちゃん誕生
おめでとう



せっけん生活
はじめよう♪

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！



出産予定～1歳までに
申し込んでね！



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
7月25日(土) 6:00~	はたけの学校「加工用トマトの収穫体験」 問い合わせ:事務局 久米 (TEL 080-2577-4729)	茨城町の圃場	単協 消費委員会
7月29日(水) 10:30~12:00	総代会報告会	牛久センター	運営委員会
7月30日(木) 10:00~13:00	ブロック運営委員会 (次回は9月3日(木)) ※時間が変更になりました!! メンバー募集中♪ お問い合わせは牛久センターまで(☎029-872-7521)	牛久センター	運営委員会
7月31日(金) 10:00~13:00	土浦・総代会報告会 ランチ付き♪(ランチ代300円)	土浦市三中地区 公民館	運営委員会
8月3日(月) 10:30~11:30	組合員同士でお茶しましょう🍵【牛久のカフェにて開催】 (次回は9月7日(月))	アトリエ&カフェ sisico.	運営委員会
8月6日(木) 10:00~12:00	せっけん学習会 親子で参加できるワークショップ、実験などあります!	つくば市松代 交流センター	まちつくば
8月20日(木) 10:00~13:00	第3回ワンコインランチの会 「【生活と自治】編集長牛島さんを囲んで」 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」
8月22日(土) 10:00~12:00	でんきのつどい&学習会 インストラクターを招いて学習会を開催します ※詳細は後日チラシ配布	牛久センター 水戸センター	単協 環境委員会
9月5日(土) 10:00~13:00	第4回ワンコインランチの会 参加費:500円 「魚のアラを使いこなす台所術一鯛の旨味を無駄なく引き出す」	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10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」
9月12日(土) 10:00~12:00	平牧工房 豚加工肉生産者交流会	牛久センター	消費委員会
9月5日(土)~ 9月27日(日)	「平和のつどい・牛久2026~戦争のない明日を~」 9/5(土)14:00~16:30「戦争と加害と撫順の奇跡」福島豊 講演会 9/13(日)10:30~12:00「失われた30年~日本における新自由主義~」学習会 9/13(日)14:00~16:30「日本はどこに向かっているのか?」布施祐仁 講演会 9/27(日)10:30~12:00「平和の朗読-川柳、詩」と「民謡」 9/27(日)14:00~16:30「黒川の女たち」映画上映	牛久市中央 生涯学習センター	地域くらぶ 「平和のつどい ・うしく」

【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。

= 組合員カフェのご案内 🍵 = ★牛久センターにて10時~12時半開催

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♪

★8月 お休み

★9月29日(火) . . (株)味輝 生産者交流会① 発酵に必要な酵母や麴の話进行こう!

★10月某日 (株)味輝 生産者交流会② ワークショップ開催予定☆



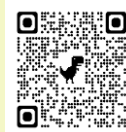
お申込みは、yk06221982@gmail.comまでメールか、牛久センターへお電話(☎029-872-7521)ください。

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)

運営委員より



先月まで午後スタートだった会議を、今月から午前スタートに変更しました。そして、子育て世代の新しいメンバー2人が加わり、わちゃわちゃ楽しく話し合っています。引き続き絶賛メンバー募集中なので、興味のある方は、まずはイベントから参加してくださいね。(つくば 北原ゆり子)



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☆



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