コルザ

1 月号　2024 No. 462

サステイナブルなひと、生活クラブ

生活クラブ 虹の街

生活クラブ虹の街は生活クラブ千葉の通称です

コルザはフランス語で「菜の花」 生活クラブ虹の街の機関紙です

①千倉の海を背景に！　②さかな博士のクイズ大会。勉強になりました。絵も上手だったよ！　③あじの開きのつくり方を、プロから教えてもらったよ。　④初めてだったけど、上手にできたよ！ 開いたあじは干物にしてくれて、おうちに届きました。おいしかった！！　詳しくは 7 ページ

目 次

2　活動ファイル：牛肉学習会
3　ひと：理事長新年あいさつ　　牛肉レシピ
4　**特 集：生活クラブの終活**
6　千葉グループからのお知せ：風の村　はぐくみの杜を支える会　UWN ちば
7　活動ファイル：海の学校　　千葉県からのお知らせ　こんにちは！赤ちゃん♪せっけんプレゼント
8　ブロック活動ファイル：佐倉　松戸　　1 月のデポー

理事会だより（11 月議事抜粋）

組合員の皆さんに 11 月理事会の報告をします。

11 月理事会は実出席とオンライン出席の併用で開催しました。

① 2024 年 2 月に GMO フリーゾーン全国集会 in 熊本が開催されます。虹の街からも環境・平和委員会の理事 2 名が参加します。

② 2023 年度の地域集会は 2024 年 1 ～ 2 月に開催します。2024 年度方針案及びブロック重点政策について、説明と意見交換を中心に行います。

③ 13 次中期計画に基づき、ワーカーズ・コレクティブ（W.Co）運動推進プロジェクトを立ち上げます。千葉において W.Co 運動を推進し、地域に W.Co を広げていけるように、W.Co 千葉県連合会と共に支援のあり方について検討します。

10 月の組織報告　総供給高　724,891,310 円

総組合員数　43,908 人（班 4,192 人　個別 21,734 人　デポー 11,821 人　その他 6,161 人）

＊ 12 月号掲載の 9 月の組織報告が間違っていました。お詫びして訂正させていただきます。

総組合員数　43,865 人（班 4,185 人　個別 21,758 人　デポー 11,778 人　その他 6,144 人）

★本紙は、古紙再生紙・ベジタブルインキ・見やすく読みまちがえにくいユニバーサルデザインフォントを使用しています。

牛肉学習会

昨年 11 月 1 日、北海道チクレン農業協同組合連合会の尊保卓之さんを講師に招き、消費委員会主催の牛肉学習会を蘇我コミュニティセンター調理実習室で開催。40 人が参加しました。

生活クラブの牛肉

一般的な黒毛和牛ではなく、低脂肪・高タンパクでヘルシーな赤身肉です。その多くが乳牛用のホルスタインの雄を肉牛として育てています。誕生後、雄は育成農家で 7 カ月まで、その後、素牛として肥育農家で 20 カ月まで育てられます。飼料は主に北海道産の牧草などを中心に、とうもろこしや大豆かす・飼料用米も配合し、NON-GMO（非遺伝子組み換え）で PHF（収穫後農薬不使用）です。肉骨粉や発がん性が疑われている成長ホルモン剤は一切使用していません。

健康に育ち、出荷された牛は北海道チクレンミート北見の食肉センターに運ばれて枝肉に解体されます。１日冷蔵し隣接する北見工場で部位別にされ、千葉県の工場で精肉に加工され生活クラブの配送センターへ。１頭ずつ耳標の個体識別番号により生産・加工・出荷まで一貫して徹底管理され組合員の元に届きます。

薬漬けの牛肉？

一般的に豪州や米国の輸入牛肉は主に高カロリーな穀物主体（GM）で抗生物質も添加された配合飼料を与え、牛の素性も不透明で、日本で不認可の成長ホルモン剤を使用するなど、効率優先の生産です。

国産牛肉（生活クラブを除く）の国内でのシェアは 34.3％、穀物主体（GM）で肥育された牛や牧草主体などさまざまで、抗生物質が投与されているのが一般的です。

国内シェア 0.2％の生活クラブの牛肉は薬剤耐性菌が牛肉に残留する恐れがある抗生物質は治療目的以外に投与しません。安全にこだわることで他の牛肉とのおいしさの違いが現れるのです。

1年間で1世帯3パック食べよう！

「年々牛肉の消費量は下がり、2019 年には組合員が食べずに残った量は出荷した頭数の 33％、約 360 トンの牛肉が一般食肉業者に安く売られました。これでは生産が続けられません。コロナで一時利用が伸びましたが、今再び利用が下がってきています。１年間で１回でも牛肉を利用したことがある組合員の割合はこれまで 25％でしたが今年度は 20％まで下がってしまいました。１年で１世帯当たり３パックを食べれば生産者はつくり続けることができます」と尊保さん。

高たんぱく・低カロリーな赤身肉を食卓に

おいしさをストレートに味わうにはステーキや焼肉、旨味がしみ出る煮込み料理、無塩せきのコンビーフを使ったポテトサラダもおすすめです。赤身の牛肉からは、健康や美容に欠かせない良質なたんぱく質や吸収率が高いヘム鉄を手軽に摂取できます。高齢者でも高校生と同じくらいのたんぱく質が必要と言われています。

写真上：生活クラブの牛肉・市販の牛肉について学ぶ参加者
写真下：おいしいステーキの焼き方を説明

気候危機や目まぐるしい社会情勢の変化に加え食料自給率の低い日本。いくらお金を出しても食べるものが買えないという日がいつ来てもおかしくない状況です。

ある生産農家のお母さんは、「いつか一泊でもいいからお父さんと旅行をするのが夢」だそうです。

１日も休まず子牛を大切に育み、おいしい赤身肉をつくることが使命だとするチクレンに対して、私たちには食べ続けるという使命があり、それを守り続けることでお互いを支え合うことができるのだと実感しました。

消費委員　江口千尋

コンビーフのポテトサラダをつくって試食しました。
つくり方は、3 ページ

ひと

この4月で理事長就任5年目を迎える福住理事長に、新年を迎えるにあたり話を聞きました。

福住洋美さん（2005年加入）

「日本の農業を守ろう」というメッセージを消費材を通して発信したい

2023年はどんな年でしたか。

組合員を増やすことを常に考えていた一年でした。ブロックの事務局長と理事が参加して拡大について話し合う組織・拡大会議を新たにつくり、活動の共有や組合員をどう増やすかを共に考えました。

コロナ禍後、徐々に対面企画が復活し、一番の目玉は何といっても5年ぶりにリアル開催した虹いろフェスタ。ブロック毎に消費材を選びブースを担当し、事前に生産者と交流。「生産者とのリアルの交流会はやっぱりいいな」と誰もが思ったのではないでしょうか。

また、視察では、9月に行ったドイツ・デンマークは驚くことばかりでした。再生可能エネルギー（再エネ）で豊かな暮らしをしているのを目の当たりにし、羨ましかったと同時に、再エネ中心の社会は夢じゃないんだと実感。エネルギー政策提案運動に取り組む上でいろんな気づきを与えてくれました。生活クラブでんきを利用する組合員も増やしたいですね。

2024年はどんな年になるといいと思いますか。

「生活クラブを道具として自分の暮らしをよくする」とよく言われます。やり甲斐や手応えが感じられるような組合員活動ができるといいと思います。そして、組合員活動に関わる仲間を増やしていきたいです。

それから、食の安全保障はとても大事な問題だと気づくキッカケになるような学習会やイベントがやれるといいですね。失われたコロナ禍の時間を取り戻すべく活動を活発にしていきましょう。

好きな消費材は何ですか。

毎日食べている納豆です。そのものの味が好きですが、トッピングによっていかようにも味変して、おかずにもお酒のつまみにもなるからです。定番の食べ方は、タレをかけた後に酢をかける。少量ではなくむしろ「酢だく」で、そして和からしと万能ねぎを加えます。

万能ねぎ以外にキムチ・オクラ・みょうが・わかめ・漬物・チーズなど、あるもので楽しんでいます。

今月の消費材　牛肉レシピ　…ビオサポマイスター提案のレシピ集…

ビーフかつ

材料（4人分）　牛肉ランプ or モモステーキ用 4枚（150g/1枚）　真塩・胡椒各少々　小麦粉適量　卵2個　パン粉 150g　いんげん・レタス等　レモン・丸大豆醤油・ねり和からし各適量

❶ 牛肉は必ず室温に戻す。包丁の刃元を使い、肉の両面に細かく切り目を入れ、筋を切る。

❷ ❶ に塩・胡椒をし、小麦粉・溶き卵・パン粉の順に衣をつけ、高温（180℃位）で返しながら 40 秒ほど揚げ、油を切る。なかがレア位がおいしい！

❸ 皿に盛り、レタス・茹でたいんげんを添え、好みでレモンを絞り、醤油・からしで。

牛肉の鍋ロースト

材料　牛肉ブロック 600g　海水塩・胡椒各適量　ギリシャ産エキストラバージンオリーブオイル大さじ3　A：丸大豆醤油 1/3 カップ　にんにく2片（すりおろす）

❶ 肉に塩・胡椒をすり込む。

❷ 熱した鍋にオイル・肉を入れて転がしながら全面を強火で焼き、焼き色がついたら中火弱にして蓋をしながら時々転がして 5 ～ 8 分焼く。蓋をしたまま粗熱を取る。＊焼き加減は、肉を押してみて弾むような弾力があるくらいに。

❸ ボウルに A を合わせ、焼いた肉をつけておく。液がしみるように時々転がす。肉をスライスして、好みの野菜を盛り付ける。

プルコギ

材料（4人分）　牛肉（薄切り）250g　玉ねぎ大 1/2 個　人参 1/2 本　ピーマン2個　もやし 1/2 袋　にら 1/2 束　えのきだけ（しめじ･椎茸など）1/2 袋　A：にんにく 1 片（おろす）　丸大豆醤油大さじ 3　酒大さじ2　コチュジャン・はちみつ・ごま油各大さじ1　すりごま大さじ2

❶ 人参は5cm の千切り、にらは5cm に切り、きのこは石づきを取り、玉ねぎは薄切り、ピーマンは千切り、もやしは洗って水気を切る。

❷ A を合わせ、牛肉にもみ込んでおく。1時間位。

❸ フライパンで❷を炒め、八分目ぐらい火が通ったら野菜を加えて炒めてできあがり。

// ビオサポレシピから //

コンビーフのポテトサラダ

材料（4人分）　写真：2ページ下

馬鈴薯 4 個（500g）　新玉ねぎ 1/2 個（100g）　無塩せきコンビーフ缶 1 缶（95g）　レタス適量　A：マヨネーズ 大さじ 6　真塩 ひとつまみ　ブラックペッパー 少々　パセリ（みじん切り）適量

❶ 馬鈴薯は洗って皮ごと鍋に入れ、たっぷりの水を加えて強火にかける。沸騰したら弱火にして 20 分ほどゆでる。ザルにあげて熱いうちに皮を剥き、フォークなどで軽くつぶして粗熱をとる。

❷ 新玉ねぎは薄切りにして 5 分ほど水にさらし、水気をきる。

❸ ❶にコンビーフの半量、❷・A を加えて混ぜ合わせる。器に盛り、残りのコンビーフを軽くほぐしてのせる。好みでレタスを添える。

＊馬鈴薯のサイズや品種により、火の入る時間が若干異なります。竹串などを刺してみてすっと通るようならゆであがり。

これからの人生をより豊かに

相談できるって安心

生活クラブの終活

元気なうちに準備できる

もしもの時も私らしく

生活クラブ葬の成り立ち

お葬式は昭和前半まで地域共同体のなかで住民が関わり執り行いましたが、その後地域機能が薄れていくと葬儀社中心となり、準備や施行もお任せとなりました。参列の減少や手伝いの機会がなくなり、お葬式のことがよく分からない・相談相手もいないなど困る人が増えてきました。

2005 年にお葬式の調査等を行い、必要な機能を検討する葬儀事業研究会を設置。「故人の思いを生かし、納得のいく送り方がしたい」「葬儀でわからないことや必要なことを教え合い、 助け合う機能がほしい」という組合員の声に、2006 年から「生活クラブのお葬式（生活クラブ葬）」がスタートしました。組合員が必要な内容を話し合ってできた、３つの基本プランです。

生活クラブ葬　３つの基本プラン

プラン名	料金（税込）	オプション	合計（税込）
シンプル（直葬）	220,000 円	式場 祭壇 返礼品 霊柩車 火葬場 料理等	250,000 ～ 450,000 円
ワンデー（告別式）	374,000 円		650,000 ～ 1,100,000 円
スタンダード（通夜・告別式）	418,000 円		800,000 ～ 1,300,000 円

生活クラブ葬 生前予約でより安心を

2023 年 10 月から開始

存命中にお葬式の場所や人数、演出などを決めておくことで、もしもの時に慌てずに、葬儀を行うことができます。組合員やご家族の意向を尊重し、相談の上プランシート・見積りを作成、納得した上で予約をするしくみです。生前予約の利用は無料です。

相談 ▶ プラン提案 ▶ プラン・見積りの確認や変更 家族や友人と共有 ▶ 予約完了 ▶ お葬式

提携式場について

安心して葬儀を執り行えるよう首都圏各地域の優良葬儀社と提携しています。
提携式場以外にも、要望に応じた利用可能な会場探しや式場のご案内もできます。

県内の提携式場（現在 63 会場）

- セクト　千葉市 3 会場
- 虹のホール　鴨川市他 9 会場
- プレア　成田市他 4 会場
- 昭和セレモニー　市川市他 10 会場
- ライフケア　柏市他 35 会場
- アビコセレモア
- ティア野田

詳細・地図はこちら→

相談できる人がいる

下記問い合わせ先では、専門の知識を持った生活クラブの職員が対応します。気軽に相談してください。

心細さに寄り添う

お葬式を行う際、希望に応じて葬儀社との打ち合わせに W.Co 葬祭さぽーと千葉が同席し、装具など選択のためのアドバイスをします。

エコロジー棺・返礼品

環境に配慮したエコロジー棺や消費材の返礼品を用意しています。（ライフケアは対象外）

価格などを点検

価格設定を明らかにし、専門スタッフが家族の希望に沿って、見積書・請求書の点検を行います。

葬儀後の手続きも

ファイナンシャルプランナー（有資格者）が諸手続きの案内や相談にのります。

事前相談～緊急時、いつでも電話で葬儀関連の相談ができます。

生活クラブ終活サポート事業部　0120-098-325　生活クラブ終活　検索

生活クラブの終活

11月1日、JR市川駅から徒歩2分の昭和セレモニーシティホール市川で、「LaLaLa♪終活フェア」を開催しました。生活クラブ虹の街・W.Co葬祭さぽーと千葉・生活クラブスピリッツ・生活クラブ共済連の4団体が「終活にお悩みを持つ組合員の方一人ひとりに寄り添い、お困りごとを解決する」をめざし、フェアに向けて1年近く準備を重ねました。当日は、事前の申し込みで43人・当委員会メンバーやエッコロコーディネーター・各ブースお手伝いのスタッフも合わせ60人が参加しました。

講演・お話し・学び

生活クラブスピリッツ終活サポート事業部の手塚光彦さんの講演は、「知って納得！生活クラブ葬」。もしもの時の葬儀の段取りや死亡後の手続きに不安を感じる組合員に寄り添う生活クラブ葬の特徴や新しく始まる「生活クラブ葬生前予約」についても説明がありました。（写真上）

生活クラブ千葉オリジナルの葬儀「風の旅」で葬儀のサポートをするワーカーズの熊澤聡子さん・内山とも子さんからは、具体的な寄り添うサポートについてのお話しや生活クラブ風の村で管理栄養士として働く木下利枝子さんの「健康を守る食セミナー」（下記）で、元気にすごすコツも学びました。

体験＆学ブース

骨の健康度測定・血管年齢計・野菜摂取度測定・エコロジー棺の入館体験（写真中）・事前予約の葬儀・相続の個別相談・遺品事前整理相談（写真下）などがあり、終活・健康・暮らしに関する情報を実際に見て・聞いて・体験する熱心な参加者の姿が印象的でした。

参加者アンケートからも満足度が高く、これからの人生を健康により豊かに過ごすためのヒントがたくさん得られたのではないかと思います。

たすけあい委員　古川由美子

健康を守る食セミナー
食べる楽しさが生きる力を生む

消費材「美食百彩」の開発者でもある風の村の木下利枝子さんの「WELL BEINGな食」と題したシニア世代の食のミニ講座。

『WELL BEINGとは、一言でいうと「いい感じ」ということで、健やかで心地良い状態の「いい感じ」を保つために必要なことは、栄養バランスの良い食事・適度な運動・充分な休息と睡眠に加え、笑う・楽しむことも重要なポイントです。野菜の摂取量やたんぱく質をしっかりとることは基本として、旬のものを食べて季節を感じたり、誰かと楽しく食事したりすることで、免疫力はより高まります。そして、大事なのは、こうしなきゃいけないと縛られるのではなく、楽しく笑っていけるような食生活を送ることです』とアドバイス。

講座の後半には、消費材の「美食百彩」の紹介があり、

「上あごと舌でつぶすことができる柔らかさになっているので、シニア世代だけでなく噛む練習をしているお子さんにもおすすめです。何かリクエストなどがあればご意見ください」と木下さん。

まだまだ開発中とのことなので、今後の「美食百彩」も楽しみですね。

たすけあい委員　藤原あゆみ

① 粒状のこんにゃくを固めてあるので、やわらかく・食べやすく・味もしみやすい

②

③

美食百彩は、現在32品目。
おいしく食べて健やか応援！

①柔らかこんにゃくの煮物
②切り昆布と大豆の煮物
③そのまま使えるまめミックス　など

くらしの見直し講演会（講演＆みんなで話そう）
介護保険だけで安心ですか
2024年2月1日（木）10：00～12：30
会場：全7会場　お近くの場所でご参加ください。
参加費無料

千葉グループからのお知らせ

生活クラブ千葉グループは、県内の生活クラブ関連 10 団体の総合力で地域をより住みよく暮らしやすくするために社会問題の解決とコミュニティの再生に寄与します。

←各団体の HP へ

生活クラブ風の村　事業本部：佐倉市山崎 529-1
tel：043-312-0833　fax：043-312-0208
https://kazenomura.jp/
e-mail：info@kazenomura.jp

子どもから大人まで地域を支える認知症サポーター

2025 年には高齢者の 5 人に 1 人が認知症になるとも言われています。そんななかで昨年、認知症の人も認知症でない人もお互いに支えあいながら生きていく環境を国民全体でつくっていくことをめざした「認知症基本法」が制定されました。

8 つの基本的施策のなかには「認知症の人への国民の理解の増進」があり、認知症の人だけでなく家族も含め周囲の人が認知症に対する理解を深めることが求められています。
医療や介護だけでなく地域社会で支えていくことが認知症の方や家族が希望をもって暮らすことには不可欠です。

なぜ認知症になるのか、認知症の症状にはどんなものがあるのか、どのように対応するのがいいのかなどについての一定のカリキュラムを受講し学んだ方を「認知症サポーター」として認定する取り組みが「認知症サポーター養成講座」です。修了者には認知症サポーターである証の認定証やオレンジリングが授与されます。

この取り組みは大人を対象としたものだけでなく、小学生や中学生などの学生を対象としても行われ、千葉市でも風の村と地域包括支援センターとが連携して毎年中学 1 年生への「ジュニア認知症サポーター養成講座」を開催しています。近年では高齢者と同居していない生徒が多く、講座のなかでの気づきや疑問はとても素直でいつも感心させられます。

↑講座修了者へのオレンジリング

先日講座を行った中学校の校長先生から「認知症の地域の方が日課のように学校周辺の落ち葉や枯れ葉を掃除してくださり大変助かっている」というお話がありました。さまざまな世代の認知症サポーターがさりげない見守りや声掛けを行うことで、認知症の方も安心して暮らせる地域になっていることを実感し、正しい知識・理解の大切さを感じたエピソードでした。

風の村いなげ施設長　外口　恵

UWN ちば　住所：千葉市花見川区幕張本郷 2-5-1 タカソープラザ 405
tel / fax：043-372-9790
https：//uwnchiba.net/
e-mail：info@uwnchiba.net

「ユニバーサル就労」を全国に広めよう
～各地域に訪問調査を実施～

「ユニバーサル就労」は全国に徐々に広がり、各地域で独自の展開を見せています。一方で、その取り組み内容が十分に把握されていないため、東北福祉大学の先生方と共に「ユニバーサル就労」の実態調査や手引き作成に向けた研究事業を行っています。

全国の各団体に伺い、日頃の活動状況の聞き取りを通して、働きづらい方々に丁寧に寄り添っていたり地元の支援者と密に連携していたりなど、多くの気付きと刺激も得ています。

各地のユニバーサル就労の取り組み団体

自治体	センター名
陸前高田市	陸前高田市ユニバーサル就労支援センター
富士市	富士市ユニバーサル就労支援センター
奈良県	社会福祉法人協同福祉会ユニバーサル就労支援室
神奈川県	社会福祉法人中心会ユニバーサル就労支援事務局
栃木県	NPO 法人ユニバーサル就労ネットワーク栃木
栃木県	社会福祉法人ふれあいコープユニバーサル就労
千葉県	社会福祉法人生活クラブ（風の村）ユニバーサル就労推進課
千葉県	NPO 法人ユニバーサル就労ネットワークちば

はぐくみの杜を支える会　住所：君津市糠田 64 番地
tel & fax：0439-32-2270
https://hagukumisasaeru64.wixsite.com/home
e-mail: hagukumi-sasaerukai @aroma.ocn.ne.jp

支える会の活動も 10 年です

社会的養護のもとで育つ子どもたちへの温かい眼差しをいつもありがとうございます。5 月の会員募集には、新規で 105 人・275 口の申し込みがありました。

はぐくみの杜かしわでは、開設に向けて寄付していただいた物品が子どもたちの暮らしや遊びに大いに役立っています。また、お米の寄付活動で届けていただいているお米も、8 月下旬からかしわにも届き、各ホームの食卓に並んでいます。本当にありがとうございます。

はぐくみの杜君津が開所して 10 年。巣立った子のなかには自分の家庭を持つ若者も出てきました。支える会はこれからも子どもたち・スタッフをそっと支えていきます。

今年度は 3 人が巣立つ予定で、うち 2 人が進学希望です。自立に向けては「はばたき基金」から支援していきます。子どもたちが夢や希望を持ち続けられるよう、基金へのご協力をよろしくお願いいたします。

＊基金の寄付募集は、1 月 15 日～配付のちらしをご覧ください。

活動ファイル

海の学校 開校

昨年 10 月 14 日、千葉県漁業協同組合連合会（県漁連）・東安房漁業協同組合の協力を得て、消費委員会が海の学校を開催しました。大人 22 人と子ども 19 人が参加しました。

海のこと いろいろ学んだよ！

座学会場の南房総市白浜コミュニティセンターでは、県漁連や漁協の方が千葉県漁連の紹介・漁業の現状や魚のことなどスライドを使ったり、ホワイトボードに図解しながら丁寧に説明してくれました。

その後、魚のかぶりものをつけた漁協の方が、子どもたちを対象に、おさかなクイズを出題。子どもたちは一生懸命考え・答えていました。クイズのあとには、子どもたちのリクエストに応えて、魚の絵を描くお絵描きコーナー。上手なイラストにみんなびっくり！なかにはレアな魚種のリクエストに頭をひねりながら応えてくれました。

昼食は、東安房漁協が用意してくださった新鮮な魚づくしの豪華なお弁当などで交流会をしました！

その後、漁港近くのカネタ水産に移動して、あじの開き体験。プロに教わりながら、大人も子どもも夢中でさばきました。（写真：表紙参照）

更に移動して、東安房漁協川口蓄養場で、あわび・伊勢えび・サザエの蓄養施設を見学。生きたあわびなどを見て生態を学びました。

久しぶりの海の学校でいろいろな体験をしました。ありがとうございました。

千葉の魚介をみんなで食べ続けましょう！

消費委員　太田愛香

虹の街は誰もが安心してくらせる地域づくりに取り組んでいます。その一環として、千葉県と協力して暮らしに関する情報をお知らせします。

チーバくん

飲酒運転は悪質危険な「犯罪」です。「それほど酔っていない」「すぐそこだから」という甘えが悲劇を招きます。職場や家庭などでも飲酒運転をしないよう、互いに声掛けをしましょう。また、飲酒運転をしている人や、しようとしている人を見たら、**110番通報**にご協力をお願いします。「飲酒運転は絶対しない、させない、許さない」を徹底し、**ハンドルキーパー**や**運転代行**を活用するなど、「飲酒」と「運転」を分離しましょう。

ハンドルキーパーとは、

車での外出先でお酒を飲む時に、飲酒をしないで、他の仲間を自宅や駅まで送る人のことを言います。

こんにちは！赤ちゃん♪ せっけんプレゼント

お誕生おめでとう！

せっけんを使うことで環境問題を考えるきっかけにしてほしいと、お母さんと赤ちゃんに、生活クラブのせっけんを贈ります。

長谷川 翠（みどり）ちゃん	2023.03
佐野 蒼介（そうすけ）ちゃん	2023.05
髙平 凱生（かい）ちゃん	2023.08
日置 仁翔（じんと）ちゃん	2023.09
金島 穂波（ほなみ）ちゃん	2023.09
小川　あん ちゃん	2023.10
植田　蓮（れん）ちゃん	2023.11

配達時またはデポーフロアに提出してください。

組合員氏名		組合員番号		申込締切
こんにちは！赤ちゃん♪せっけんプレゼント　申請書		（太枠の組合員氏名と番号を記入してください）		1歳の誕生日の前日までに申請してください。
赤ちゃんのなまえ	ふりがな	赤ちゃんの生年月	20　　年　　月生まれ	
『コルザ』に掲載してもよろしいですか。　（はい・いいえ）				

↑WEB からの申請はこちらから

＊いただいた個人情報は適切に管理し、虹の街の活動以外には使用しません。

コルサ
2024 1月号
編集：コルサ編集委員会
発行：生活クラブ生活協同組合千葉（生活クラブ虹の街）理事会
〒261-0011 千葉市美浜区真砂 5-21-12 tel：043-278-7671 fax：043-279-7490
https://chiba.seikatsuclub.coop/

ブロック活動ファイル

佐倉　（株）おびなた　工場見学

佐倉ブロックでは10月6日に、長野県戸隠にあるおびなたの工場見学をしました。一面の蕎麦畑や戸隠の山々に囲まれ、とても素敵なロケーションでした。製粉から製麺までを見て、現在でも、蕎麦の実を石臼でひいている理由・製粉製麺一貫工場にしている理由などたくさんのこだわりを聞くことができました。次々と製麺され、きれいにカットされていく蕎麦に、一同目が釘付けになりました。

工場見学の後の学習会では、戸隠とおびなたとの深い歴史を交えながら、蕎麦について理解を深めることができました。

運営委員　伯ヶ部（はかべ）莉枝

松戸　鶏肉を保温調理でSDGs

11月18日、デポー新松戸・地域交流スペース「けやき」にて「まちゼミ」を開催しました。新松戸商店会の一員として毎年テーマを決めて一般の方対象に気軽な学びの場を提供しています。

今回は、布団店とコラボして、生活クラブの鶏肉を使って鍋・フライパンを小座布団で包む保温調理を行いました。鶏肉は、鍋でクリームシチュー・フライパンでソテーに。鍋で炊飯もしました。保温中に鶏肉（丹精國鶏）・食品の安全性などについてお話ししました。燃料を節約し環境にも優しい保温調理への興味と共に食材もおいしいと盛り上がり、生活クラブを知ってもらう良いチャンスになりました。

運営委員　鈴木昭子

お休み
1月1～5日
14・21・28日
2月
4・11・18・25日

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

今月のトピックス

1/12・13　トリプルポイントデー
1/26・27　Wポイントデー

生産者来所！ 1～3月開催。試食・試飲もあります。
詳しくはデポーやHPなどでご確認ください。

生まぐろ入荷：1/12 木刈・1/27 おおたかの森

ポイントを貯めてクーポン券をゲット！

デポーカードの利用でポイントがつきます。
200円ごとに1ポイント 500ポイントで500円のクーポン券発行。デポーカードをお持ちの班・個別配送の方も対象です。

↑デポー情報

新規登録で200円引きクーポンプレゼント→

1月のデポー

黒豚入荷　1/11
平牧金華豚入荷　1/25
ほうきね牛入荷　1/20

手づくり味噌材料　予約受付中（申し込み締め切り 1/20）

イベント・入荷案内

せっけんの街の日　1/8 大津ヶ丘・園生は1/9
せっけんの街の品目 …… 5% off
みそウィーク　1/8～13　マルモ青木味噌とみそ各種紹介
冬あったか旨いものフェア 1/12・13 トリプルポイントデー
万能つゆ 500mlなど …… 5% off
しいたけウィーク　1/15～20　オーエスケー紹介。
各デポーのおすすめ品1品 …… 5% off

寒の市・鍋材料のフェア　1/19・20
開拓牛・三元豚のしゃぶしゃぶ用など …… 5% off
冷凍ゆでうどん …… 10% off
バレンタインウィーク　1/22～2/14
「歩」のクッキー入荷。　おすすめチョコ …… 5% off

あったかビタミンフェア　1/26・27 ダブルポイントデー
開拓牛煮込み用・鶏モモ・ムネ・ミネストローネなど
みえぎょれんウィーク 1/29～2/3
各デポーのおすすめ品1品 …… 5% off　5% off

コルサバックNo.

生活クラブ千葉のSNS
Facebook
Instagram

生活クラブのインターネット注文 えくらぶ
スマホで簡単に注文できます！ 注文用紙提出翌日のAM11：30まで注文ができます。

上映会&講演会　**原発をとめた裁判長**
そして原発をとめる農家たち
2024年2月2日（金）9：45～12：10
会場：モリシアホール（津田沼）
託児あり　参加費無料
詳細・申込はこちらから↑