

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



生活クラブ共済 ハグみ保障表		共済掛金(月額) 1,000円
加入年齢	0歳～満64歳	申込時の年齢ではなく、 契約発効日における年齢
満期年齢	男性67歳/ 女性70歳	左記年齢の満期日まで 同一保障
病气入院・ 事故(ケガ) 入院	日額 3,000円	1日目から保障 1共済期間45日分 日帰り入院も対象
手術 (種類に 応じて)	2.5万・5万・10万円	支払対象手術を 受けた場合、 日帰り手術も対象
事故(ケガ) 通院	日額 2,000円	事故日から90日以内 1日目から保障。 1共済期間10日分
退院後 サポート金	13,000円	退院後の生活復帰に 一律保障
産後 サポート金	1万円	健康保険の 対象とならない 出産の方に嬉しい保障
出産 祝い金	5,000円	生活クラブ共済ハグみ より「おめでとう」 夫婦で加入していれば パパもママも請求可能
病气死亡 (重度障害)	50万円	死亡保障を抑えた 生活重視型
事故死亡 (重度障害)	100万円	



目次	2	特集：ハグみちゃんフェス	ハグみちゃんフェス：詳しくは2ページ
	3	ミニ特集：エコロ制度 / プレママ応援&ほっとカフェ 活動ファイル：シャボン玉フォーラム in ひょうご	
	4	ミニ特集：JFSA からのお知らせ	
	5	ひと：理事長新年あいさつ ブロック活動ファイル：柏 千葉	
	6	千葉グループからのお知らせ：風の村 はぐくみの杜を支える会 千葉県からのお知らせ	
	7	活動ファイル：韓国の協同組合訪問 こんにちは！赤ちゃん♪せっけんプレゼント	
	8	今月の食卓：Bioサポ食材セット 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年度の地域集会を1～2月に開催します。1月初めに配布される2025年度方針案ダイジェストをもとに、2025年度方針案の説明と意見交換を行います。

② 1月25日(土)、千葉市幕張公民館とオンライン併用で学習会「世界の難民・日本の難民(仮)」をNPO法人地球市民交流基金 EARTHIAN (アーシアン) と共同で開催します。

③ 今年、開所10周年を迎えるくらしと家計の相談室。これを記念して、1月21日(火)に千葉市生涯学習センターで記念シンポジウムを開催します。

10月の組織報告 総供給高 765,927,811円

総組合員数 43,963人 (班 4,197人 個別 21,600人 デポー 11,822人 その他 6,344人)

ハグみちゃんフェス

11月10日、JR本八幡駅に近い京葉ガスコミュニティで、ハグみちゃんフェスを開催。日曜日ということもあり、子育てファミリー中心に24組61人（大人37人・子ども24人）が参加しました。

ハグみちゃんは、生活クラブ独自の共済「ハグくみ」のキャラクター。ハグくみは「私たちにとって必要な保障が欲しい」と組合員が組合員のために作った共済です。2024年9月の制度改定で、より保障が良くなったのをもっと知ってもらいたい！と、親子で楽しめるイベントを企画しました。



会場は広々と明るく靴を脱いでくつろげるスペースもあり、各ブースを回りながら、イラストの色塗りをしてバッジをつくれたり、パンを食べたり、おしゃべりしたりとゆったりと過ごしていました。共済単独イベントは初チャレンジでしたが、ハグくみの意義や内容の良さが伝わり、当日の共済加入は8件。前向きに加入を考えた方も数名いました。

共済は組合員同士のたすけあい。ハグくみは、加入数が増えるごとに組合員の声で良くしていけるのが最大の特長です。これからもさまざまな場面で良さを伝えて共感を広げ、みんなの支え合いを充実させていきたいと思いました。

たすけあい委員長 田端知江

★あそびコーナー

- ・世界にたったひとつのハグみちゃん缶バッジをつくろう
- … いろんなハグみちゃんができたよ



- ・ハグみちゃん登場（着ぐるみ）
- … みんなのアイドル♡
- ・クイズラリー&消費材プレゼント
- … 自然にハグくみの良さや改定ポイントが分かった！
- ・モンスターパンチプレゼント
- … 大きい風船のヨーヨーは楽しい～！

★まなびコーナー

ミニライフプラン講座
新NISA～ほんとのとこ、どうなの？



生活クラブFPの会の藤井智子さんを招き、2部制で講座を開催。参加者は、これからNISAを始めた方から始めたばかりという方で、NISAとiDeCoの違いや新NISAとは？など特長やしくみ・ポイントなど基本を学び投資や運用が身近になり、将来のために今できることを考えるきっかけとなったのではないのでしょうか。1部は6人、2部は7人が参加し、「とてもわかりやすかった」「まずは口座を開設して始めてみます」などの声が寄せられました。

★相談コーナー

- ・保障の見直し個別相談
- … ご夫婦で相談、大事です
- ・エッコロ制度や生活クラブの子育て応援をまるっと紹介
- … エッコロコーディネーターと直接相談できて良かった



★販売コーナー

スワンベーカーリーのパン・手作り焼き菓子・淹れたてコーヒー・りんごジュースなど



*生活クラブ共済ケアサービス：お金の保障だけでなく直接的なサポートが受けられる仕組みをめざしています。ハグくみ加入者の給付金請求がある時、ケア（食事作りや掃除、通院の付添など）を利用額10,000円まで無料で受けられるサービスです。お住まいのエリアに生活クラブ千葉グループの生活支援事業所がある場合に限りです。生活支援事業所はエッコロ制度で利用できる事業所と同じ

◆当日のハグくみ加入者の声

・ケガ通院の給付金と退院後サポート金が良い。もっと早く入っておけば良かった！

・特に手術給付金と退院後サポート金の手厚さ、生活クラブ共済ケアサービス*+エッコロ制度にも共感しました。

◆インターネット加入もできます





**エコロ制度
プレママ応援&ほっとカフェ
つながる安心をエコロ制度で!**

「エコロ制度知っていますか?」と聞くと、「知っているけど使ったことがない」という方が大半。「病気の時しか使えないんでしょ」「何とか一人でできるから大丈夫」など対象外だと思っている方も少なくありません。自分で何とかする!も大切ですが、少しサポートがあると助かる時ってありませんか。「頼まれたら助ける」と思っている人も実は多いのです。コロナ禍で人との距離がより遠くなりました。今一度人と人がつながり、身近な地域で顔の見える・たすけあえる関係性をつくるのが大切と考え、2024年7月のエコロ制度改定で新たなしくみが2つできました。多くの方が活用し、おたがいさまのたすけあいの良さやつながる安心を感じてもらえたらと思います。

エコロ制度は、月100円の掛金で組合員活動や地域のたすけあいを支えるしくみです。エコロ制度ガイドブックはこちらから



…… プレママ応援セット ……

利用した人に聞いてみました

Q. 何で知りましたか・申請は簡単でしたか?

A. 改定エコロ制度ガイドブックを見て知り、2次元コードで気軽にできました。

Q. 感想を聞かせてください。

A. エコロ制度は知っていましたが私が使うものではないと思っていました。初めて利用して、みんなが気軽にエコロ制度を使うようになったら、人の温かさを身近に感じられると思いました。お茶は今回がきっかけで毎日飲んでいます。とてもおいしくて温かいお茶はホッとします。木のおも



ちゃは生まれてくる子にとって初めてのおもちゃ。安心でかわいいプレゼントに嬉しくなりました♪

あなたもやってみませんか
…… ほっとカフェ ……

開催した人に聞いてみました

Q. 開催しようと思ったきっかけは?

A. 元々グループの集まりが定期的であり、ほっとカフェ募集のちらしを見て、私たちも開催できるかもと思い、申し込みました。

Q. どのようなことが話題に?

A. エコロのガイドブックを確認したり、健康や洗剤の話・孫の話なども。「これ、おいしいわよ!」と消費材について話すのも楽しいです。昔の班会みたいですね。

Q. 開催を考えている組合員に向けて一言

A. 集まりさえすれば、いいことがあります。さらに食べ物や健康などの価値観が似ていると楽しいですし、盛り上がりますよ。



エコロ制度ガイドブックを手に入!

活動ファイル

シャボン玉フォーラム in ひょうご

9月28~29日、せっけん運動ネットワーク主催で、グリーンコープ生活協同組合ひょうごが受け入れ団体となり、神戸ポートオアシスを会場に開催され、会場・オンライン参加は、合計350人。「知ってお?!せっけんので守れるもん あるんやで!」~安全で豊かな環境を、未来の子どもたちへ~をテーマに学習しました。



「水惑星の花崗岩のものがたり」京都大学教授 奥地拓生さんの講演は、「陸地は岩石の海に浮かぶ氷山と考え、軽いので浮かびあがる。この軽い岩石・花崗岩(御影石)の表面のミネラル分で水が

磨かれ、兵庫の六甲山をはじめ日本の水のおいしさの要となっている。花崗岩は陸のプレートの境界付近でつくられるため日本には多く存在し、宇宙には存在しない。国会議事堂・墓石など日本列島に住む私たちは花崗岩の存在が身近にあり、水もおいしくする素晴らしい賜物」ということを知ることができました。

個別報告の4団体のうちBMW技術*協会(生物活性水BMそら)は、家畜の糞尿をたい肥資源にリサイクル。生活クラブでは、生活クラブたまご農場・飯能の洗卵設備で導入しています。合成洗剤・消臭剤の代わりに、家庭でも使用可能な生物活性水も興味深かったです。

神戸三宮のホテルでの交流会の活動報告では、市原ブロックの取り組みを紹介。御宿町の役場・公共施設・海岸トイレにエスケー石鹸の製品を置き、行政として合成洗剤からせっけんに切り替えら

れました。いくつかの生協から、自分のところでも参考にしたいと質問されました。



2日目のオプションツアーは、平池水上太陽光発電所見学。グリーンコープも、生活クラブと同様な考えで発電所を建設しています。自治会と契約した農業用ため池に5,040枚のパネルを設置し、エネルギーをつくるだけでなく、一部日陰になるため水温の低下で池の水質向上・地域住民との交流も生まれ、再生可能エネルギーの力を再確認できました。

環境・平和委員会 深町知子

* BMW技術: 自然界のすべての生き物は死んで土に還り、重要な働きをしているのは小さなバクテリア(B)。バクテリアを活性化させるために欠かせないのが豊富なミネラル(M)とよい水(W)であることを基本としたもの

(NPO) 日本ファイバーリサイクル連帯協議会

事務局：千葉市中央区都町 3-14-10

tel & fax : 043-234-1206

(9:00 ~ 19:00 木曜定休)

e-mail: jfsa@f3.dion.ne.jp


 検
索
日本ファイバー
リサイクル

JFSA の古着ショップ 駐車場有

10:30 ~ 19:00 (千葉のみ木曜定休)

 千葉店：千葉市中央区都町 3-14-10
Instagram jfsa_usedclothing

 柏店：柏市大室 176-1
Instagram kapre.usedclothing

定期総会に、アル・カイルアカデミーとオンラインで

第 88 回コンテナ送り出しを完了



配達便やデポーでの回収を含め、いつも JFSA の活動にご協力いただきありがとうございます。

2024 年度 (10 月よりスタート) では、パキスタンへ 3 回、タイへ 3 回のコンテナ送り出しを予定しています。11 月 21 日には 2024 度 1 回目のパキスタンへの送り出し (23 トン) を無事行うことができました。次回は年内にタイへの送り出し準備をすすめています。送り出し作業のようすは JFSA の SNS をぜひご覧ください。

衣類等中古品マーケットのようすと JFSA の対応

中古品のマーケットは世界中に存在しますが、輸出先としているパキスタンとタイでは需要や価格等、ようすが大きく異なります。また両国のマーケットは隣国への中継地としての役割も持っています。JFSA はタイのマーケットの調査を経てぬいぐるみとアク



セサリーを新たに受付品目に加え、多くの方々から回収に協力いただいています。現在は何をどちらの国へ輸出すべきかをパートナーの P & J カンパニーと協力して作成した輸出品目リストに沿って送り出しています。今後もマーケットの調査を継続し、リユース販売事業を通してアル・カイルの支援へつなげられるようすすめます。

アル・カイルアカデミーと洪水被災地支援の状況について

11 月 28 日に開催された JFSA の定期総会では、アル・カイルアカデミーのムザヒル校長とサード氏、タイを訪問中の P&J カンパニー代表カユーム氏をオンラインでつなぎ近況報告を行いました。

現在パキスタンでは仕事を得る上で「英語力」がとても重要であり、アル・カイルはアメリカの学生ボランティアの協力によりオンラインで生徒たちに英語の授業を行っています。

また通常 IT (情報技術) の専門学校の授業料は高く、スラムの子どもたちは通うことが難しいのですが、アル・カイルは IT 専門学校を新設し生徒たちが無料で IT を学べる機会をつくらうとしています。現在第 4 分校と IT 専門学校の建設をすすめており、両校は 2025 年 4 月に開校予定です。

最近稼働したセントラル・キッチンについては「現在は 4 人のスタッフが約 500 人分の給食をつくっていますが、今後はスタッフを増やしトレーニングすることで最大 2000 人分を目標にしています」との報告がありました。

パキスタンでは政治的・経済的そし



セントラルキッチン外観

て治安の面でも危険な状態が続いており、アル・カイルは教育活動に加えてスラム地域の住民に対する生活支援を継続しています。なぜなら子どもたちにとって家族の暮らしが安心できるものでなければ学校へ通い続けることが困難になるからです。アル・カイルでは収入を増加させるための支援として、ミシンや引き売り用のリヤカーを供与しています。専門のスタッフ 4 ~ 5 人が住民への聞き取り調査を行った結果、この活動により 87% 以上の家庭で家計の改善が見られました。

最後にカユーム氏から洪水被災地支援の報告がありました。元々アル・カイルの職員だったカユーム氏は現在も洪水被災地支援に関わり、定期的に



現地を訪問しています。フェーズ 1 で 20 軒の家の再建を終え、フェーズ 2 では 24 軒の家の再建を計画し、あと 3 軒で完了。また被災地の村の生活用水を確保するために別の村からの給水設備の支援も続けています。

JFSA では今年度 130 トンの回収を計画しています。皆さまのご協力をお願いします。ご質問・ご意見などはお気軽に JFSA 事務局へお寄せください。

ひと



この4月で理事長就任6年目を迎える、
コルザ編集委員長でもある福住さんに、
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）



産地と消費地、生産者と消費者がつながっていること
それが実感できるような発信を

2024年はどんな年
でしたか。
災害が多い年。1月1
日の能登半島地震は衝撃
がはしりました。未だ生
活に困難を抱えていらっ
しやる方が少なくないこ
とに胸が痛みます。

最近出会った推し
の消費材は何ですか。
おとうふ揚げ。実は練
り物が苦手です。どちら
かという了一次産品主義
です。なのですが、おと
うふ揚げはよく利用しま
す。レンジで加熱し、醬
油をかけ、削り節をまぶ
し、柚子胡椒を添えて食
べるのが定番。1歳3
カ月の孫も、もぐもぐい
くらでも食べてしまうほ
どです。

それから7月の遊佐の
豪雨災害です。9月に田
んぼに流れ込んだ木を取
り除く作業にボランティア
アとして携わりましたが、
産地の被害を目の当たり
にして自然のおそろし
さと自然相手の仕事の大変
さを痛感しました。生産
者を改めてリスペクトし
ました。自然には抗えな
い。自然といかに共生し

2025年はどんな年
になるといいと思いますか。
「生活クラブは本当に
社会にとつていいことし
ているよね。」と言われ
ます。「私も生活クラブ
をやつて」と自分事にな
る人を増やしたい。参
加のチャネルを増やせな
いかと思います。

そのために、コルザも
うまく活用できたらいい
ですね。産地と消費地、
生産者と消費者がとな
がっていることが実感で
きるような発信を続け
たいです。



ブロック活動ファイル

柏

日東珈琲生産者交流会



9月10日、生活クラブ風の村・から風流（流山市東深井）にて、「森のコーヒー」や「ブルンジ紅茶」でお馴染みの（株）日東珈琲鶴見亮さんを招き、珈琲紅茶教室を開催。駅から遠いにもかかわらず27人の珈琲ファンが集結しました！

森のコーヒーは、農薬・化学肥料不使用で収穫も手作業で行っています。一般市場でも人気ですが、生活クラブでは共同購入の仕組みにより「適正価格」が守られています。

「自宅ではつい自己流となってしまうがち」と参加者は、興味津々で、鶴見さんの丁寧な実演を見てお話を聞き、おいしいコーヒーの淹れ方を学びました。生活クラブ自慢のスイーツと淹れたてのコーヒーで、とても幸せな時間を過ごしました。
エリアコーディネーター 山下佳乃

千葉

子育て・発達支援お話し会



9月25日、真砂コミュニティセンターで生活クラブ連合会発行の『生活と自治』に『子育ては「個」育て』を連載中の発達支援 Kids Sense 代表の茂木厚子さんを招き、「なぜ増え続けるの？不登校・発達障害～私たち大人にできることってなんだろう？～」を開催し、40人が参加しました。

日本と世界の教育・子どもの発達への理解や環境の違いなど知らないことばかりでした。学校や地域社会において適切な理解や支援が受けられず、厳しい状況におかれている子どもたちがいるということ。大人こそ学ばなければいけないのだと感じました。参加者からは「知れてよかった！もっと茂木先生のお話を聞きたい！」等の声があがりました。今後も子育てについて情報交換ができるような機会をつくっていきたいと思います。
エリアコーディネーター 山崎由利奈



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



お節介なご近所さん 実は在宅介護のレジェンド

介護保険が始まった当初、活躍したのは「訪問介護」いわゆる「ヘルパーさん」でした。

特に生活クラブの訪問介護事業所は、そもそも生活クラブ生協の「たすけあいネットワーク事業の有償ボランティアグループ」から発展しました。「ご利用者の会話や生活のなかに、合いの手をいれて楽しく暮らしを支えましょう」というコンセプトのもとに「あいので」「すくらむ」「ねこの手」等のグループが地域ごとに一つの介護保険事業所として各地域で展開していきました。業務的なユニフォームでなく、普段着でお節介なご近所さんが来るような生活に溶け込んだ介護をめざしていました。

当初、組合員からヘルパーに登録して活躍されていた方々のなかには、法人設立 25 年を超えて今でも輝いているレジェンドがいます。感謝です。

時代の流れのなかで、超高齢化社会に対応するため入居の為の介護施設などが増えましたが、同時に地域で暮らすことのできる医療と介護の連携も推進され、最期まで自宅で過ごすことができるようになりました。しかしながら少子化に伴う人口減少と介護職の人気の無さで、現場は深刻な人員不足となっています。以前は、家事援助が多かったサービス内容も、体に触れる援助が多く望まれるようになりました。お節介なご近所さんでは対応でき

なくなってきたのもヘルパーさんへのハードルが上がった要因かもしれません。でも、介護を勉強すると、体も頭も自分や家族の介護予防にもなるのだと、日々実感しています。いろいろ一石三鳥な職業だと思いませんか？

私は介護の仕事を 35 年続けています。人生の先輩方の側で生き方や価値観を見聞きし伴走しながら、人が生きていくことを日々学ばせていただいています。お給料いただきながら、こんなに学べる仕事はないと本気で思っています。生活クラブ風の村流山 施設長 梅津直美

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



はばたき基金
詳しくはこちらから

精力的に活躍しています。子どもたちやスタッフからの「おいしかった」「また食べたい」「助かりました」の聲が励みになっています。

今年度は 2 人が巣立ち、就職の予定です。自立に向けては「はばたき基金」で支援していきます。社会人としての最初の一步を踏み出す力になるよう、基金へのご協力をよろしく願いいたします。基金の寄付募集は、1 月 20 日～配付のちらしをご覧ください。

はぐかしの活動も動き出しました

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 月に行った米寄付活動では 402 人から 550 袋、はぐくみの杜を支える会の会員募集には、新たに

83 人から 280 口の申込みがありました。米は市原と柏センターより毎週施設に届き、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。

はぐくみの杜かしわ（はぐかし）では、5 月から月 2 回の食事作りと月 1 回の環境整備のボランティアを開始、21 人が



虹の街は誰もが安心して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。

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。

活動ファイル

韓国の協同組合への訪問報告

10月2～5日、生活クラブ千葉グループの14人で、原州協同社会経済ネットワークと6つの協同組合を訪問しました。

目的は、1980年代以降続く、アジアの協同組合の人々と交流し、民衆の力による協同組合運動のあるべき姿について学び合うことです。コロナ禍で一時途絶えていた交流を再開する機会にもなりました。

原州は、1965年以降の民衆化運動と共に協同組合運動（地域の人々の衣食住の課題を協同の力で解決する運動）が盛んになった韓国中東部の都市で、近年世界的に注目されました。

原州協同社会経済ネットワークでは、運動の原点から現在までの変遷を学びました。



原州協同社会経済ネットワークにて

原州バルグム信用協同組合・江原医療福祉社会的協同組合・安山医療福祉社会的協同組合・生活困窮者を支援するカルゴリ社会協同組合・若者支援を行うギルト社会的協同組合・ハンサリム生活協同組合では、各団体の歴史やビジョン・取り組み等を学び交流しました。

訪問先の1つ、原州から始まり現在はソウルに連合会を置くハンサリム生

活協同組合は「生産と消費はひとつ」が理念。米利用活動やびんのリユース・GMO反対運動・社会的養護への支援など生活クラブと共通点が多いことに驚きました。

隣国に同じ思いを持つ仲間がいることを心強く感じ、多様な運動を学び視野が広がる貴重な経験となりました。

副理事長 田端知江



生活クラブ 2025年3月31日まで

冬限定！生活クラブのある暮らしをシェアしよう！

LET'S TRY! 紹介キャンペーン!

食べものが気になる、安全な食べ物を食べたいそんなお友だちにぜひ生活クラブを紹介しませんか？

紹介したあなたに！
今なら！チキンナゲット200gをプレゼント

化学調味料・添加物はつかっていません！

生活クラブの提携生産者の調味料で味付け

国産鶏種「丹精国鶏」を100%使っています

国産鶏種「丹精国鶏」とは？
日本の風土にあった性質で、日本人の好みに合った味わい、食料自給率にも貢献できる国産鶏種です。健康に育てることを大切に、飼育環境や生育期間、さらに飼料にもこだわっています。

組合員のおすすめクチコミ！
サクサクでおいしい！
トースターで温めるだけで、サクサクのおいしいチキンナゲットです。今まで他の市販品をいくつか試しましたが、こんなにサクサク衣の物はなかったで嬉しいです。安心素材でおいしくて、子どももパクパク食べてくれます。冷めてもサクサクでお弁当にピッタリです！

詳しくはこちら↓



をご覧ください。

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。

八木野 翠莉 (すいり) ちゃん	2024.04
滝口 夏帆 (かほ) ちゃん	2024.06
萩原 健 (けん) ちゃん	2024.07

2024年度のプレゼントは、

- ・固型せっけん1個
- ・台所用液体せっけん おれんじミニ 200ml
- ・絵本『せっけん生活 はじめませんか?』



配達時またはデポ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)				
赤ちゃんのなまえ	ふりがな	赤ちゃんの生年月		1歳の誕生日の前日までに申請してください。
		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



食材セット っって時短だけじゃない・・・

2015年12月デビュー以来、使い切りのカット済み野菜・肉や魚介類など・提携生産者の調味料を使ったキットで、味つけに悩まずに済み、レシピもついているので誰でも気軽につくることができます。10～15分の調理でできあがり、豊富なラインナップでいろいろなメニューが楽しめます。

冷蔵タイプ

届いたらすぐ使える！

冷凍タイプ

冷凍庫に重ねて保管できストックに便利！

もっとビオサポ

気になる健康課題に寄りそう！

※1皿で、設定した栄養素の1日分の1/3相当がとれる

ビオサポ食材セットの工場



野菜のカット（おもに人の手で）や計量など衛生管理の行き届いた作業所で、人と機械との徹底した検品がされ、毎日20種類以上のセット作業が行われています

コルザ編集委員会で、調理・試食してみました

炊き込みチキンピラフ



調理時間：約10分 / 炊飯時間除く

届く材料：鶏肉モモ 玉ねぎ・ぶなしめじ・人参・ピーマン チキンスープ

用意するもの：米2合 水（炊飯用）適量 バター大さじ1

*ぜひ生活クラブのバターを！

感想&アレンジ提案

・鶏肉のうまみが効いていて、洋風スープでも味噌汁でも合います。
・忙しい時、米+ピラフセットで炊いている間に、スープと簡単なおかずを1品つくれば、満足できる感じです。
・味がしっかりしているので、0.5合米を足してもいけちゃいそう。

ビーフ&ビーンズ



調理時間：約10分

届く材料：牛肉ひき肉 玉ねぎ・舞茸 大豆 水煮 トマトソース

用意するもの：

オリーブオイル大さじ1 塩・こしょう各少々 水100ml 中濃ソース大さじ1

感想&アレンジ提案

・味が濃厚なので、ご飯がすすみます。
・追加でピーマンやパプリカを加えてもいいしそう。
・ビールのあつまみとしても Good!

豚肉と5種具材の豆乳鍋



調理時間：約15分

届く材料：豚肉切り落とし 白菜・長ねぎ・ぶなしめじ・水菜・人参 豆乳 白だし

用意するもの：水50ml

感想&アレンジ提案

・豆乳のやさしい味わいと、豚肉と野菜がしっかり入っているので栄養もとれる。
・朝ごはんにも体が温まって良さそう。



お休み

1月1～5日
12・19・26日
2月
2・9・16・23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		

1月6日新春 OPEN

今月のトピックス

1/17・18 **トリプルポイントデー**

1/31・2/1 **ダブルポイントデー**

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：1/25 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かます。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。

新規登録で200円引きクーポンプレゼント→



↑デポー情報



1月のデポー



牛豚合挽 10%増量パック入荷 1/6
黒豚入荷 1/9
金華豚入荷 1/16
ほうきね牛入荷 1/11・25

手づくり味噌材料 予約受付中 (お切 1/25)

せつげんの街の日 1/6 (大津ヶ丘・園生は1/7) せつげんの街の品目週替わりで豚肉加工品特別価格 1/8～

週替わりで開拓牛加工品 1/8～

開拓牛を食べよう! 1/13～18 全品

みそウィーク 1/13～18 マルモ青木味噌とみそ各種紹介 17・18各デポーおすすめ品1品

バレンタインウィーク 1/20～2/15 チョコレート各種を紹介 三元豚小間切大容量パック入荷 1/20・24・27・31

冷凍品お買い得 1/22 2パック以上の利用

あったカフェア 1/24・25

鍋材料を中心にあったかメニューを紹介

チョコレートウィーク 1/27～2/1

プレスオールターナティブのチョコレート4品

加工肉キャンペーン 1/27～2/1

3月まで毎月最終週は4品目

消費材キャンペーン 1/27～2/1

2月末まで週替わりでおすすめ消費材

イベント・入荷案内

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



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。

もうすぐママになるあなたへ

「プレママ応援セット」プレゼント

母子手帳交付～出産前までの組合員本人が対象。申請はこちらから→

