

『フォ』

発行 No.3
2024年5月6日
発行:第7地域委員会
問い合わせ:調布センター
電話:042-480-7201

セブン
ラッキー7

配付地域:調布市、狛江市、小金井市、府中市、三鷹市、武蔵野市
※個人情報 は 東都生協の組合員活動のために使用します

第7地域 登録

「とーとフレンズ」の紹介



2024.5.6 現在

オーロラ (旧 東部南ブロック)

活動範囲	第7地域
活動区分	組合員や地域住民に開かれた活動
内容	新川中原コミュニティーセンターを利用して、つどい、交流し、今、出来ること(何かを作る等)をやっていきたい。
登録人数	組合員4名



第7地域 登録状況
「このゆびとまれ」7名
「活動アシスト」4名

↑ 登録・問合せはこちらから! 2024.5.6 現在

一緒に活動する仲間
を見つけたい!

これまでの経験を生
かして活動したい!

募集 第9地域委員会 主催

賢く買うコツ教えます!さんぼんすぎの読み方②

毎週届く東都生協カタログ「さんぼんすぎ」を参考にカタログの見方、生産者を買う支える技、リサイクル推進など、生産者、消費者、東都生協が「三方よし」となる利用方法を商品部職員より学びます。

日時	5月31日(金)10:00~12:00
会場と定員	会場:東村山サンパルネ 2階 会議室 (住所:東村山市野口町1丁目46番地 ワンズプラザ内)西武線東村山駅西口 徒歩1分 定員:20名
対象	組合員及びその家族 (ゲスト参加可)
参加費	100円(試食品あります)
保育	なし※お子さんとご一緒にどうぞ
申込	①小平センターに電話 ②右の二次元コードまたは 下のURLの申込フォーム  https://ws.formzu.net/dist/S96034177/
申込締切	5月17日(金)17時まで(5月24日(金)迄に当落をハガキで連絡します)
問合せ	小平センター:042-460-6861 (月~金/9:00~17:00)

募集 第1地域 とーとバレエの会

とーとバレエの会 フレンズサロン

日時①	5月20日(月)10:30~12:00
日時②	6月24日(月)10:30~12:00
会場	江戸川区船堀コミュニティ会館 (都営新宿線「船堀駅」徒歩5分)
内容	講師に東都人材バンクの谷恵子さんを迎えて、バレエのストレッチ、バーレッスンを中心に練習します。 大人に理解しやすい、解剖学に基づいた丁寧な説明で、姿勢や身体の動かし方を学び、健康に導きます。
対象	どなたでも。子ども同伴もOK。
持ち物	飲み物・バレエシューズ(室内履き、または靴下等)・動きやすい服・バスタオル(ヨガマット) ・参加費:1,200円/1回
締切	開催日3日前の金曜日17時
申込	とーとバレエの会メールアドレス: totoballetnokai@gmail.com
問合せ	とーとバレエの会へメールか、足立センター第1地域委員会事務局へ。 電話 03-5845-2781(月~金9時-16時)

募集中

【登録制】

「仲間づくりボランティア」 登録＆参加しませんか？

東都生協では職員が地域まつりや各種イベントに出店して「仲間づくり」(＝新規組合員を増やす活動)を進めています。

お手伝いできることがあれば協力したい！という方を募集しています。



下記二次元コードまたは URL から登録すると「申込完了メール」が届きます。職員と一緒に楽しく「仲間づくり」を進めてみませんか？

登録資格	東都生協の組合員で、1回につき2時間以上の参加ができる方
活動内容	試食・試飲券を配りながら東都生協のブースへのご案内。産直青果物等の販売のお手伝い。 
交通費	往復の交通費支給 
特典	フルーツセット1箱の試供品付き
申込み	下記のURLまたは、二次元コードより https://www.tohto-coop.or.jp/volunteer/
問合せ	共同購入事業部 組合員活動推進グループ (月～金/9:00～16:00) TEL 03(5374)4756 mail kumikatsu@tohto.coop

いつでも・どこでも～リモート de 活動！

あなたのライフスタイルにあわせて東都生協と関わってみませんか。

何ができるの？



書いてみよう！

- ・生産者カード
- ・ひと声生協
- ・スマ注やネット注文での商品レビュー

「組合員」「産地・メーカー」「東都生協」の新しい関係を作っていこう！

インターネットに挑戦！

- ・SNS #東都生協ごちそうさま
- ・東都生協公式 YouTube チャンネル(*)



仲間と見たり、投稿したり、意見交換したりしてもいいですね。

(*)動画はデータ使用量が大きくなるため Wi-Fi 環境での利用をおすすめします。

平和な日本のために 憲法について知ろう①

Q1 1947年に国民が定め、「平和主義」を定めた国家の基本法とは何でしょう？

- ①日本国憲法 ②サンフランシスコ平和条約
③日米安全保障条約

Q2 日本国憲法の三原則は「国民主権」「基本的人権の尊重」あと1つはなんでしょう？

- ①天皇君主制 ②平和主義 ③個人主義

Q3 日本国民が永久の平和を願い、戦争と武力行使の放棄をうたうのは第何条でしょう？

- ①第1条 ②第9条 ③第26条

「国民に保障する基本的人権は、侵すことのできない永久の権利であること」「国の最高法規であり、どのような法律も反してはいけない」「この憲法を守る義務は、天皇・国務大臣・国会議員・裁判官その他の公務員など国の政治を行う権力者にあること」が、日本国憲法の第十章に定められています。

【答え】 Q1 ① Q2 ② Q3 ②



平和な日本のために 憲法について知ろう②

大切に守られてきた「日本国憲法」。1947年に施行されてから77年、わたしたちの国の憲法について、あらためて学びましょう。



【立憲主義】国家の権力を憲法で制限し、憲法に基づいた政治を行うという考え方をいいます。

【日本国憲法の三原則】

「国民主権」「基本的人権の尊重」「平和主義」

日本国憲法の基本的な考え方です。戦争をしないこと、権力を分立する政治のしくみと、人権を保障する民主政治の原則を取り入れることで、立憲主義の憲法を実現しています。



基本的人権を国家が保障するよう定めた、日本国憲法のうちの大切な条文の一つです。

日本国憲法 第三章 第十三条

すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。