

2025年度 東都生協 とーとフレンズ一覧（広げていく活動）

2025年5月20日現在

地域	名称	活動内容・計画	主な活動地域
1	とーとバレエの会	講師に谷恵子先生をお迎えして、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、姿勢や体の動かし方を学び健康に導きます。	第1地域
1	バラの会	産地メーカー訪問や学習会などを通じて、組合員同士、または生産者やメーカーと繋がる場を作る活動をします。	第1地域
1	とーと清新フレンズ	産地・メーカー訪問、学習会、試食会、サロン開催	第1地域
1	荒川トートフレンズ	東都生協商品の販売促進 生産者との交流	第1地域
1	ASUKA	産地・メーカーとの交流会	第1地域
1	とーふれヨガの会	ヨガを通して 身体のリフレッシュ お互いが好きな東都の食材を教え合ったり 食したりして 身体のリフレッシュ 将来的には 工場や産地の見学会に参加・開催出来たら	第1地域
1	水元金町とーとフレンズ	メンバー同士の情報交換 試食会 産地訪問などの企画開催	第1地域
2	食とくらしの学習会	定期的にサロンを開催する。サロン開催時に時々試食会や講習会を開催する。	全地域
2	芽具味の会	定期的にサロンを開き生協の商品を広めたり、組合員と交流する。	第2地域
2	七竹サークル	書道 月に3回、1回につき2時間「こみゅにていぷらざ八潮」にて開催	第2地域
2	ひまわり	◇定期的に学習会や産地訪問を企画し、東都生協の商品知識や取り組みに対する理解を深める。 ◇メンバー同士で暮らしを豊かにするための情報交換を行う。	第2地域 第8地域
2	ばなな・くらぶ	国際産直応援隊、食をグローバルに紹介試食、東都取扱い商品を楽しむ	その他
2	食と健康	食育と健康とくらしの学習会	第2地域
2	アールグレイ	生協商品を検証するサークル	第2地域
3	スッキリンパとーと	東都人材バンクの松谷佳子先生指導のもと、リンパ体操及び気功を学びます。	第3地域

地域	名称	活動内容・計画	主な活動地域
3	とーと本郷	東都生協の産直や商品について学び、興味や関心のあることで繋がりあい、よりよい暮らし、平和な未来、豊かな社会を実現するために自主的に活動する	第3地域
3	グループ小石川トート	サロン、学習会、物づくり、試食会、茶話会、産地・メーカー訪問	第3地域
3	とーと千駄木	・ブロック活動の時と同様の活動形態 ・フレンズミーティングは委員会と置き換える 半期で企画、フレンズサロンを催したい ・産地訪問も企画したい	文京区内
3	ペパーミント	手芸を中心に活動します。（クラフトバンド・水引・毛糸編み・クイリング・折り紙、等…） フレンズサロンは月1回開催し、誰でも気軽に立ち寄れる場にしたいです。東都人材バンクも活用していきます。	第3地域
3	東都田端三人組	東都の商品について話し合う	第3地域
3	アップル	東都の安全な材料から作るランチとおやつを中心に、料理教室を開催。	第3地域
3	MOA	活動を通じて地域の方たちとの交流を深め、東都生協や東都の商品の良さを伝える	第3地域
4	にんじん畑	○学習会 ○試食会 ○産地、メーカー訪問 ○手作り教室 ○まち歩き ○メンバー交流	第4地域
4	光が丘ML	学習会、講習会、産地訪問、メーカー訪問など	第4地域
4	健康を考える会	健康に関する事を行う。体を動かす(リンパ体操 笑いヨガなど)	第4地域
4	下石神井F	生協活動や教育、人生全般について語り合う	全地域
4	くらしと食とリンパの会	基本月2回の活動で、リンパマッサージを中心に脳トレ、筋トレに取り組み健康な体作りを自発的に行う。組合員同士の交流を深め、暮らしや食の安全を考える取り組みをする。	第4地域
4	タガラビー	人材バンクの先生にお願いする 産地やメーカーなど交流な訪問や学習会や試食会などする フレンズサロンなどで組合員や地域の人と交流する	第4地域
5	陽なたぼっこ西荻	今までのブロック委員のつながりを大切に、東都生協をもっと知る会。それぞれの知識を持ち寄り、より良い生活を目指す。環境、作物、食べ物、添加物の知識を深める会。	第5地域

地域	名称	活動内容・計画	主な活動地域
5	とーとフレンズ 杉並東	テーマを決めてそのテーマに沿って学習会、試食会、メーカー・産地訪問を企画する	第5地域
5	とーとフレンズ 下高井戸	登録メンバー以外の組合員や地域住民に「メーカー・産地との交流会」「メーカー・産地交流訪問」「学習会」「試食会」などを広報し、企画する。	第5地域
5	若返りを楽しむ会	歌で楽しむ（歌物まねも聴いて楽しむ）、ダンスを楽しむ、ファッションを楽しむ、ドレスで撮影会	全地域
6	すきるあっぷ	組合員が中心になり、地域に根ざした国際交流や支援を目標にして、学習活動を行っています。講師による学習会、自主的研修会等の他に絵手紙通信も行い、世界につながります。	第6地域又は小田急線沿線
6	経堂フレンズ	旧経堂ブロックで企画していた活動を引き継ぐ。月1回のヨガ公募企画、年数回学習会、年1回バスを使って産地訪問or工場見学	全地域
6	船橋東	今まで一緒に活動してきた仲間とのつながりを大切に、産地訪問や学習会などを開催し地域に発信したい。	第6地域
6	三宿太子堂クラブ	いままでやってきたブロック活動に準じた企画。例えば、試食会、学習会、産地訪問。	第6地域
6	のげヴェール	・試食会・ヨガ等カルチャー・学習会	野毛、玉堤、等々力、中町、深沢、駒沢
6	桜丘フレンズ	産地訪問 メーカー訪問 メーカー交流会 試食会.学習会	第6地域
6	ひだまり	試食会、産地訪問、メーカー学習会など食についての幅広い活動 お花やアロマ、平和などの文化活動	第6地域
6	岡本フレンズ	簡単な体操などの健康推進、手芸、料理などの講習、産地やメーカーの学習や訪問などの交流	第6地域

地域	名称	活動内容・計画	主な活動地域
6	ヨッキーの会	メンバーで 月1回から2ヶ月に1回のペースで集まり試食品の感想を述べあったり 企画を開催 する内容相談と企画を実施します	第6地域 田園 都市線沿線、 大井町線沿線
6	世田谷区古文書研究会	主に日本の近世の各種文書を講読しながら、その時代の動き、背景を探っていくことを目的とし た、世田谷区近辺の古文書愛好家をメンバーとする集まりです。 本会は創立以来30年以上の歴史があり、世田谷区の古文書に限らず、広く全国各地の古文書 を取り上げ、戦国時代、江戸時代、明治初期に至るまでの歴史、生活、風俗等を学習しております	第2地域 第5地域 第6地域 第7地域
7	MORINOMI	東都人材バンクの先生やそれ以外の先生をお呼びして リンパマッサージやお菓子作り、試食会などを企画していきたいと思います。	調布市内、 京王線沿線
7	北ブロッコリークラブ	年に5～6回定例会を開催 試食会、学習会、産地訪問等を企画したい。	第7地域
7	オーロラ	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。	第7地域
7	こどもきっちん	・子ども自身が社会へ興味を抱くような工夫をし、活動を補佐する。 ・子どもの料理体験、農作業体験を中心に、企画・学習を通して食と農の楽しさ、大切さを 伝える。 ・料理教室、料理研究	全地域
8	こだまちゃんの手ごねパン	白神こだま酵母と国産小麦粉を使って手ごねでパンを作ります。砂糖、塩やパンの中身のフィリ ングもできる限り国産材料を使用して作ります。	第8地域
8	こだわりの会	旧水を感じる会・諏訪永山聖ブロック同様健康・自然保護・平和のための情報提供活動	第8地域 借り られる会場の 地域

地域	名称	活動内容・計画	主な活動地域
8	いなぎ組合員の会	中央文化センターホールで映画会の上映 講演会などの企画	第7地域 第8地域 第9地域
9	フラワー会	プリザーブドフラワーアレンジメント作成。技術向上を目指すとともに、良好な人間関係を築き、様々な情報共有をしていく。	第9地域
9	はなこカフェ	産地訪問 試食会 講習会 エクササイズ	第9地域
9	健康食研究会	東都生協の有機栽培の野菜や穀物を使い、健康に良いオリジナルで、バラエティーに富んだ家庭料理を考え、食卓を楽しくし、しかもクイックにできる内容を紹介致します。	全地域