

地域版

『フォ』


**東都生活協同組合**

発行 No.6  
 2025 年 6 月 23 日  
 発行:第 3 地域委員会  
 問い合わせ:足立センター  
 電話:03-5845-2781



ドゥ

【配付地域】

板橋区、北区、豊島区、文京区、千代田区、戸田市、川口市

※個人情報は東都生協の組合員活動のために使用します



**東都生協アプリ もうお使いですか？**  
 商品の注文や生協の情報収集、組合員活動、産地やメーカーとの交流などなど、これひとつで OK。二次元コードがお手元にはない場合は、ダウンロード用のアプリ(ios は App Store、Android は Google play)を開き、「東都生協」と検索してみてください。たべるんの顔と緑の「TOHTO」のロゴが目印です！

募集

第 3 地域委員会 主催

**2025 年度 第 1 回活動交流会**  
**～東都生協アプリの、組合員活動での活用術～**

今回の活動交流会は、各とーとフレンズの活動を共有し、後半は Web 推進室職員より 5 月から導入された「東都生協アプリ」の組合員活動での活用方法をお聞きします。質問やアプリのインストールなどもサポートします。

|     |                                                                                                                                                                         |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時  | 7 月 24 日(木)午後 2 時～4 時                                                                                                                                                   |
| 会場  | としま区民センター 5 階キッチンルーム                                                                                                                                                    |
| 定員  | 25 人                                                                                                                                                                    |
| 対象  | 組合員(第 3 地域所属のとーとフレンズメンバー優先)                                                                                                                                             |
| 参加費 | 100 円                                                                                                                                                                   |
| 持ち物 | とーとフレンズ活用のガイド、スマートフォン、マイカップ                                                                                                                                             |
| 申込先 | ① 二次元コード<br>または URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S787352863/">https://ws.formzu.net/dist/S787352863/</a><br>②電話 03-5845-2781 (足立センター)<br>※月～金午前 9 時～午後 4 時 |
| 締切  | 7 月 7 日(月)午後 4 時まで<br>※申込多数の場合は抽選し、7 月 11 日(金)までに全員に結果を連絡します。                                                                                                           |



募集

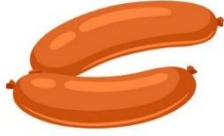
第 3 地域委員会主催

**夏休み親子優先企画～「鎌倉ハム」のウインナーを作ろう!!**

おいしいハムやウインナーを提供いただいている「株鎌倉ハムクラウン商会」から講師を迎え、羊腸を使った本格的なウインナー作りを学びます。

「無塩せき」の意味や製造工程のこだわり、製品への思いなどを伺いながら、原料の肉をこねるところから手作りしていきます。

子どもたちにとっては“作る楽しさ”や“食品への思い”を学ぶチャンスです！親子でウインナー作りに挑戦してみませんか？



|      |                                                                                                                                                                                                                        |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時   | 7 月 24 日(木) 午前 10 時～午後 0 時 30 分                                                                                                                                                                                        |
| 会場   | としま区民センター 5 階 キッチンルーム (豊島区東池袋 1-20-10)<br>JR 他各線「池袋駅」東口より徒歩 7 分                                                                                                                                                        |
| 講師   | 株式会社鎌倉ハムクラウン商会 営業部 内田正仁さん                                                                                                                                                                                              |
| 対象   | 組合員と同居家族(小学生以上)、保育なし<br>定員 20 名 (応募多数の場合は親子で申し込みの方優先で、抽選)                                                                                                                                                              |
| 参加費  | 大人(中学生以上) 400 円、小学生 300 円                                                                                                                                                                                              |
| 持ち物  | エプロン、三角巾、マスク、手拭き                                                                                                                                                                                                       |
| 申込み  | <b>【締切り】7 月 4 日(金) 午後 4 時</b><br>① 二次元コードまたは下記 URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S85224154/">https://ws.formzu.net/dist/S85224154/</a><br>② 足立センター(第 3 地域委員会事務局)へ電話<br>☎03-5845-2781 (受付※月～金午前 9 時～午後 4 時) |
| 抽選結果 | 7 月 14 日(月)までに全員に通知します。                                                                                                                                                                                                |




| 募集 第5地域委員会 主催                                                                                                             |                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 産地体感・身体と心に美味しいグリーンリーフ訪問                                                                                                   |                                                                                                                                                                  |
| 群馬県利根郡にあるグリーンリーフ株式会社では、漬物・有機蒟蒻・冷凍有機野菜・ミールキットを製造しています。自社農場での野菜収穫体験と野菜加工工場・こんにやく工場の見学をお楽しみください。<br>*昼食弁当：1200円（グリーンリーフ商品入り） |                                                                                                                                                                  |
| 日時                                                                                                                        | 8月2日(土) 午前7時30分集合<br>午前7時45分出発／午後4時解散(予定)                                                                                                                        |
| 集合場所                                                                                                                      | JR中央線・総武線 中野駅前(北口)<br>(詳細は当選者へ連絡します)                                                                                                                             |
| 定員                                                                                                                        | 20人(スタッフを含めます)                                                                                                                                                   |
| 対象                                                                                                                        | 組合員・家族(お子さんは3歳以上)                                                                                                                                                |
| 参加費                                                                                                                       | 無料(昼食有料：フォーム内確認を)                                                                                                                                                |
| 持ち物                                                                                                                       | 当選者にご連絡いたします                                                                                                                                                     |
| 申込先                                                                                                                       | ①二次元コード<br>または下記URLから<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S40194488/">https://ws.formzu.net/dist/S40194488/</a><br>②電話 03-5384-7501(杉並センター)<br>※月～金 午前9時～午後4時 |
| 締切                                                                                                                        | 7月4日(金) 午後4時まで<br>※申込多数の場合は抽選し、7月10日(木)までに全員に結果を連絡します                                                                                                            |

| 募集 第9地域委員会 主催                                                                                 |                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 夏休みの思い出に♪ グリーンリーフ訪問！<br>～収穫体験と工場見学 【親子参加歓迎企画】                                                 |                                                                                                                                                                  |
| 群馬県利根郡にあるグリーンリーフ株式会社では、漬物・有機蒟蒻・冷凍有機野菜・ミールキットを製造しています。自社農場での野菜収穫体験と野菜加工工場・こんにやく工場の見学をお楽しみください。 |                                                                                                                                                                  |
| 日時                                                                                            | 8月8日(金) ※帰着時間は予定<br>①立川：午前7時～午後5時<br>②東村山：午前7時30分～午後4時半                                                                                                          |
| 集合場所                                                                                          | ①JR立川駅 北口付近 ②西武線東村山駅 東口付近(詳細は当選者へ連絡)                                                                                                                             |
| 定員                                                                                            | 20人(スタッフを含めます)                                                                                                                                                   |
| 対象                                                                                            | 組合員・家族(お子さんは3歳以上)                                                                                                                                                |
| 参加費                                                                                           | 無料(昼食有料：フォーム内確認を)                                                                                                                                                |
| 持ち物                                                                                           | 当選者にご連絡いたします。                                                                                                                                                    |
| 申込先                                                                                           | ①二次元コード<br>または下記URLから<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S21892116/">https://ws.formzu.net/dist/S21892116/</a><br>②電話 042-460-6861(小平センター)<br>※月～金 午前9時～午後4時 |
| 締切                                                                                            | 7月4日(金) 午後4時まで<br>※申込多数の場合は抽選し、7月9日(水)までに全員に結果を連絡します                                                                                                             |

| 募集中 【登録制】                                                                           |                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 「仲間づくりボランティア」<br>登録＆参加しませんか？                                                        |                                                                                                                       |
| 東都生協では「仲間づくり」(＝組合員を増やす活動)を進めています。皆さんもちょっとした時間に参加してみませんか？参加方法は2つあります。                |                                                                                                                       |
| <b>【イベント参加】</b><br>地域のおまつりや各種イベントに出店する際の職員のお手伝い(1回2時間以上の立ち仕事) 試食・試飲券配りや産直青果の販売手伝いなど |                                                                                                                       |
| <b>【とーとちよいボラ】</b><br>ガレージなどをイベント開催のためにスペースを提供(情報提供)したり、試食品やチラシを配布したり、空いた時間のお手伝い     |                                                                                                                       |
| 参加資格                                                                                | 東都生協組合員                                                                                                               |
| 交通費                                                                                 | 往復の交通費支給                                                                                                              |
| 特典                                                                                  | 仲間づくりポイント付与                                                                                                           |
| 申し込み                                                                                | 下記のURLまたは右上の二次元コードから<br><a href="https://www.tohto-coop.or.jp/volunteer/">https://www.tohto-coop.or.jp/volunteer/</a> |
| 問い合わせ                                                                               | 共同購入事業部 組合員活動推進グループ<br>03(5374)4756(月～金/午前9時～午後4時)<br>またはメール：kumikatsu@tohto.coop                                     |

## あなたの声で生協をよりよく！

～通常総代会に向けて～

「総代」のこと知っていますか？



### 総代は「組合員の代表」です

生協は組合員みんなが出資して利用し運営する組織です。しかし組合員全員が集まるのは難しいので、代表＝「総代」が通常総代会で1年間の事業や活動などの重要な方針を決めます。

### 総代の任期は約1年 年5回会議があります

2025年度総代は今秋から

- ・10月頃 総代オリエンテーション
- ・11月、3月、6月 総代会議
- ・2026年6月 第52回通常総代会

※出席時の交通費は実費支給されます。  
動画「総代について」をご覧ください ⇒

組合員本人(今年7/20以前に加入)が立候補できます



◆お問い合わせは、第3地域委員会事務局へ  
Eメール：[dai3@tohto.coop](mailto:dai3@tohto.coop) 電話：03-5845-2781