

地域版

『フォ』


**東都生活協同組合**

発行 No.10  
 2025 年 8 月 25 日  
 発行:第 1 地域委員会  
 問い合わせ:足立センター  
 電話:03-5845-2781  
 (月～金)午前9時～午後4時

ツナグ

配付地域:足立区、荒川区、江戸川区、葛飾区、江東区、墨田区、台東区、草加市、八潮市、越谷市、三郷市、吉川市、松戸市、市川市、浦安市  
 ※個人情報東都生協の組合員活動のために使用します

募集

第 1 地域委員会主催

ツナグ・カフェ



9月25日(木) 午後1時～2時  
 江東区総合区民センター  
 7F 調理室

申込不要、出入り自由のカフェタイム。お茶とお菓子をを用意してお待ちしています。(参加費 100 円)

募集

第1地域 とーとバレエの会主催

9月のフレンズサロン

講師に東都人材バンクの谷恵子さんを迎え、バレエの基礎、ストレッチ、バーレッスンを中心に練習します。本格的なバーレッスンと丁寧な説明でバレエの身体の動かし方を学べます。一緒に楽しくバレエしましょう！



|     |                                                                |
|-----|----------------------------------------------------------------|
| 日時  | 9月15日(月)<br>午前10時～午後0時30分                                      |
| 会場  | 江戸川区船堀コミュニティ会館 集会室 4<br>(都営新宿線「船堀駅」徒歩5分)                       |
| 対象  | 定員 10 人、どなたでも 子ども同伴も OK                                        |
| 参加費 | 600 円 (小学生以下無料)                                                |
| 持ち物 | バレエシューズ (室内履き又は靴下等)、動きやすい服、バスタオル(ヨガマット)                        |
| 申込先 | とーとバレエの会メールアドレス：<br>totoballetnokai@gmail.com                  |
| 締切  | 9/8 (月) 午後 5 時<br>結果はメールで連絡。9/10(水)までに全員に結果を連絡します。             |
| 問合せ | とーとバレエの会へメール<br>または足立センターへ TEL:03-5845-2781<br>(月～金・午前9時～午後4時) |

募集

第 1 地域委員会主催 総代優先企画

～Tohto Fan Meeting～

わたしのこだわり〈セクション 5〉試食会

セクション 5 は、東都生協のプライベートブランド  
**わたしのこだわり** 商品の中から毎年5品選ばれています。今年のセクション 5 商品を中心に試食し、交流しませんか？組合員のどなたの参加も大歓迎です！

|            |                                                                                                                |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時         | 9月25日(木)午前10時半～午後0時半                                                                                           |
| 会場         | 江東区総合区民センター7F 調理室<br>■都営新宿線「西大島駅」徒歩1分                                                                          |
| 定員         | 25 名 (組合員対象)                                                                                                   |
| 参加費        | 200 円 (子ども無料)                                                                                                  |
| 保育         | なし (子ども同伴可)                                                                                                    |
| 持ち物        | 筆記用具、エプロン<br>三角巾、ふきん                                                                                           |
| 申込先        | ①二次元コードまたは下記 URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S2004806/">https://ws.formzu.net/dist/S2004806/</a> |
| 問合せ<br>同じ→ | 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         | 9月15日(月) 午後4時まで<br>※申込多数の場合は総代優先で抽選し、9/18(水)までに結果を連絡します。                                                       |



募集

第1地域 とーふれヨガの会主催

9月の「とーふれヨガの会」

講師：東都人材バンク 松谷佳子さん  
 腰やひざが痛くても大丈夫！椅子を使つてのリンパマッサージ&体操で代謝をアップさせましょう。ついでに小顔マッサージも覚え楽しい時間を過ごしませんか？



|     |                                                                    |
|-----|--------------------------------------------------------------------|
| 日時  | 9月13日(土)<br>午後13時15分～15時15分                                        |
| 会場  | 立一会館 (墨田区立川1-18-8)<br>(都営新宿線「森下駅」から徒歩3分)                           |
| 定員  | 10 名                                                               |
| 対象  | どなたでも ※保育なし                                                        |
| 参加費 | 大人 500 円 (中学生から)                                                   |
| 持ち物 | 飲み物・タオル・5本指靴下                                                      |
| 申込先 | とーふれヨガの会<br>iduchan1985@gmail.com                                  |
| 締切  | 9/4(木)午後4時、結果はメール連絡                                                |
| 問合せ | とーふれヨガの会へメールか<br>足立センター 第1地域委員会事務局まで<br>(03-5845-2781・平日午前9時～午後4時) |

| 募集 主催：共同購入事業部・商品部<br>とうとフェス in 足立・杉並・町田<br>当日お手伝いスタッフ募集♪                                          |                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 産地直結を体感できる「とうとフェス」を今年も開催します！産地・メーカーの商品を試食＆お試し＆買い物できるブースや食の感動体験イベントがたくさん。<br>今回は当日のお手伝いスタッフを募集します。 |                                                                                                                                                                                                                                  |
| 日時                                                                                                | 10月11日(土)午前11時～午後2時                                                                                                                                                                                                              |
| 会場                                                                                                | 足立センター ▶足立区中央本町 4-15-3<br>杉並センター ▶世田谷区北烏山 7-2-36<br>町田センター ▶町田市大蔵町 339-1                                                                                                                                                         |
| お手伝い募集                                                                                            | 対象：組合員、その家族<br>内容：受付・販売補助・企画手伝い等<br>・希望の時間は申込二次元コード内でご入力ください。<br>・交通費自己負担（試食品あり）<br>※9月12日(金)午後4時締切。<br>9月19日(金)までに結果連絡。<br>申込 URL：<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S21730285/">https://ws.formzu.net/dist/S21730285/</a> |
| 問合せ                                                                                               | 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                                                                                                                                                                                |

| 募集 第3地域 とーとフレンズ千駄木主催<br>茨城県西産直センターで収穫体験！                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 筑波山の麓の野菜の産地、農事組合法人 茨城県西産直センターでの収穫体験に行きませんか。収穫予定はレタス・ミニカリフラワーですが、生育状況により変更になる可能性があることは、ご了承ください。収穫物は有料です。 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 日時                                                                                                      | 10月10日(金)午前8時～午後4時半(予定)                                                                                                                                                                                                                                     |
| 集合場所                                                                                                    | メトロ南北線東大前駅出口 農学部側駐輪場 午前7時50分集合（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><br>または下記 URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S504216022/">https://ws.formzu.net/dist/S504216022/</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                                                                                                      | 9月19日（金）午後4時まで ※申込多数の場合は初参加者優先のうえ抽選し 10月1日（水）までに全員に結果を連絡します                                                                                                                                                                                                 |

| 募集 商品委員会主催<br>東都生協 PB「わたしのこだわり」オンライン学習会                          |                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 東都生協のPB(プライベートブランド)「わたしのこだわり」の7つの約束や今後の商品開発などについて学びます。ぜひご参加ください！ |                                                                                                           |
| <b>わたしのこだわり</b> は、組合員の要望や「商品の考え方・基準」に基づき作られた東都生協でしか手に入らない商品です。   |                                                                                                           |
| 【組合員活動情報誌ウォ 425号でも案内】                                            |                                                                                                           |
| 日時                                                               | 9月24日(水)午前10時～正午                                                                                          |
| 会場と定員                                                            | オンライン (Zoom) ※通信環境をご確認ください。定員：50名                                                                         |
| 講師                                                               | 商品部 大江岳職員                                                                                                 |
| 対象                                                               | 組合員、同居のご家族                                                                                                |
| 参加費                                                              | 無料                                                                                                        |
| 申込先                                                              | 二次元コードまたは URL から<br><a href="https://forms.gle/gVxh7v5H7E37a1KVA">https://forms.gle/gVxh7v5H7E37a1KVA</a> |
| 締切                                                               | 9月7日（日）まで ※申込多数の場合は抽選。9月10日（水）までに当選した方へメールにてお知らせします。                                                      |
| 問合せ                                                              | 商品委員会事務局 shohin@tohto.coop<br>※月～金 午前9時～午後5時                                                              |

| 募集 第3地域委員会「考える消費者」主催<br>ファイナンシャルプランナーに聞く<br>「セカンドライフ」のお悩み解消!!                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 年金、相続、介護など…セカンドライフで抱える様々な悩みについて東都生協保障グループのライフアドバイザーがお答えしていきます！<br>どうぞお気軽にご参加ください！<br>個人的に聞きたいことがありましたら、申し込み時にご記入いただくなど前もってお知らせください。 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 日時                                                                                                                                  | 9月16日(火)午前10時半～午後0時半                                                                                                                                                                                                                                             |
| 会場                                                                                                                                  | としま区民センター5階 502会議室                                                                                                                                                                                                                                               |
| 対象                                                                                                                                  | 組合員、ご家族、お友達など、どなたでも<br>定員 25名、保育なし                                                                                                                                                                                                                               |
| 参加費                                                                                                                                 | 200円（資料代として）                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 持ち物                                                                                                                                 | 筆記用具、飲み物                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 申込先                                                                                                                                 | ① 右記二次元コード<br><br>または下記 URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S316192947/">https://ws.formzu.net/dist/S316192947/</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                                                                                                                                  | 9月5日(金)午後4時まで<br>※申込多数の場合は抽選し 9月10日(水)までに結果をお知らせします                                                                                                                                                                                                              |