

## 地域版

# フォ

## 東都生活協同組合

発行 No.12

2025 年 9 月 22 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

# do!!

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

※個人情報東都生協の組合員活動のために使用します

## 10 月 20 日(月)「総代オリエンテーション」

と右記載の「お米会議」は午前・午後の同一  
会場の企画です。総代オリエンテーションに



出席の総代の皆さんも、  
12 時からの「お米会議」にぜひ  
引き続きご参加くださいね！



## 募集 第 1、2、3 地域委員会 主催

どうする？日本のお米！@池袋

～お茶を飲み飲み、お米会議～

日本のお米の現状、生産者の声、適正価格はどう  
なっているの？今、自分たちにできることは？

8 月 22 日に開催された「東都生協お米のミニシ  
ンポジウム」動画を視聴。東都生協登録米  
3 種の食比べをしながら、商品部米担当  
職員のお話を聞き、参加者同士で意見交換  
しましょう！※試食は 2024 年度産米です。



|           |                                                                                                               |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時        | 10 月 20 日(月)正午～午後 2 時                                                                                         |
| 会場と<br>定員 | としま区民センター5 階 504 (池袋駅東口<br>から徒歩 7 分) 定員: 30 人                                                                 |
| 対象        | 組合員とその同居の家族<br>保育あり(1 歳～、事前申込、無料)                                                                             |
| 参加費       | 100 円 資料・試食品あり                                                                                                |
| 持ち物       | 筆記具                                                                                                           |
| 申込先       | 二次元コードまたは URL から<br><a href="https://ws.formzu.net/dist/S81216321/">https://ws.formzu.net/dist/S81216321/</a> |
| 締切        | 10 月 6 日(月) 午後 4 時まで<br>※申込多数の場合は抽選し、10 月 14 日<br>(火) までに全員にお知らせします。                                          |
| 問合せ       | ☎ 03-5845-2781 (足立センター)<br>月～金曜 午前 9 時～午後 4 時                                                                 |



## 案内 東都生協商品部・共同購入事業部 主催

産地直結を体感！

## とうとフエス in 足立・杉並・町田

産地やメーカーも参加して 3 つのセンターで今年  
も同時開催します！試飲食や販売を行うマルシェ、  
親子で楽しめる東都生協ラボやスタンプ  
ラリーなど企画が盛りだくさん！

おなじみの生産者との交流もでき  
ます。さて、どの会場に行きますか？

各センターに参加の産地・メーカー  
等の詳細は、組合員活動情報紙「フォ」やホームペ  
ージ、各供給センターからのお知らせチラシ(来場  
者プレゼント券付き)をご覧ください。〈雨天決行〉



|     |                                                                                          |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 (世田谷区北鳥山 7-2-36)<br>町田センター (町田市大蔵町 339-1)              |
| 対象  | どなたでも ご家族・お友達も一緒に！                                                                       |
| 持ち物 | マイバッグ (保冷袋の持参もおすすめ)                                                                      |
| 問合せ | 共同購入事業部 組合員活動推進グループ<br>電話: 03-5374-4756<br>※月～金 午前 9 時～午後 4 時<br><br>* 商品在庫等の問い合わせはできません |

## 募集 第 3 地域 とーとフレンズ

「スッキリンパとーと」主催

## リンパ体操&エクササイズ

私たちと一緒に健康維持のため、無理なく、楽し  
く、免疫力アップを目指しませんか！！

|     |                                                                                                                                                                       |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 日時  | 11 月 7 日(金)午前 10 時～11 時半                                                                                                                                              |
| 会場  | IKE・Biz イケビズ 体育館<br>(としま産業振興プラザ)西池袋 2-37-4<br>※池袋駅西口から徒歩約 10 分                                                                                                        |
| 講師  | 松谷佳子さん (東都人材バンク講師)                                                                                                                                                    |
| 対象  | どなたでも、定員 25 名                                                                                                                                                         |
| 参加費 | 組合員 300 円、ゲスト 400 円                                                                                                                                                   |
| 持ち物 | タオル、5 本指ソックス、<br>飲み物、筆記用具<br>動きやすい服装で                                                                                                                                 |
| 保育  | なし (お子さんと一緒に参加可)                                                                                                                                                      |
| 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/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  | 10 月 24 日(金) 午後 4 時まで<br>※申込多数の場合、抽選で落選の方のみ<br>10 月 31 日(金) までに連絡します。                                                                                                 |



|                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>受付中</b> 東都生協からのお知らせ                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>東都生協「食」の学校登録のご案内</b>                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>ライス博士と学ぼう！</b>                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>東都生協「食」の学校は、動画の視聴を通じて、私たちの生活に欠かせない「食」や「農」、「くらし」などのテーマについて気軽に学べる学びの場です。2025年7月にリニューアルしました。</p>           |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>食の学校 新米教師のライス博士です</p>  |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>★おすすめ動画★<br/> <b>専門講座【農】</b><br/> <b>初級 日本の水田の現状と課題 お米の消費を考える</b></p>                                   |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 対象                                                                                                         | 組合員とその家族                                                                                                                                                                                                                                                |
| 費用                                                                                                         | 無料（通信費は自己負担）                                                                                                                                                                                                                                            |
| 必要なもの                                                                                                      | パソコン・タブレット・スマートフォンなど動画視聴ができる端末と通信環境                                                                                                                                                                                                                     |
| 申込                                                                                                         | <p>登録制です。<br/>           下記URLまたは右の二次元コードから登録してください。</p>  <p>URL: <a href="https://www.tohto-shokunogakko-plus.com/">https://www.tohto-shokunogakko-plus.com/</a></p> |

|                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>募集</b> 第5地域 とーとフレンズ杉並東主催                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>埼玉産直センター収穫祭へ Let's Go</b>                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>埼玉産直センター（埼玉県深谷市）の「収穫祭」では、野菜の収穫体験ができ、いろんなお店が出て、野菜も昼食も買うことができ、他生協からの参加者や地元の人たちで大にぎわいのお祭りです。お子さんも広場で思いっきり遊ぶことができます！是非親子でご参加ください。もちろん大人だけのご参加も大歓迎です。収穫体験代は有料です。</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 日時                                                                                                                                                                 | 11月8日(土) 午前8時半～午後4時(予定)                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 集合場所                                                                                                                                                               | さんぽんすぎセンター前<br>午前8時15分集合                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 定員                                                                                                                                                                 | 20人（主催者3人を含めます）                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 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                                                                                                                                                                | <p>①二次元コード</p>  <p>または下記 URL から<br/> <a href="https://ws.formzu.net/dist/S26967799/">https://ws.formzu.net/dist/S26967799/</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</p> |
| 締切                                                                                                                                                                 | <p>10月17日（金）午後4時まで<br/>           ※申込多数の場合は抽選し、10月中に当選者だけにハガキでご連絡いたしますので、必ずご参加下さい。</p>                                                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>募集</b> 第2地域委員会主催                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>埼玉産直センター 収穫祭に行こう！</b>                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>埼玉産直センター（埼玉県深谷市）の「収穫祭」では、野菜の収穫体験ができ、出店で食べて、野菜も買えます。他生協からの参加者や地元の人達で大にぎわいのお祭りです。お子さんも楽しめます。収穫体験代は有料です。</p> |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 日時                                                                                                           | 11月8日(土) 午前7時15分～午後4時(予定)                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 集合場所                                                                                                         | 新宿駅西口モード学園コクーンタワー前（新宿区西新宿1-7-3）                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 定員                                                                                                           | 20人（主催者3名を含めます）                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 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                                                                                                          | <p>①二次元コード</p>  <p>または下記 URL から<br/> <a href="https://ws.formzu.net/dist/S705608/">https://ws.formzu.net/dist/S705608/</a><br/>           ②電話 03-5755-9321（品川センター）<br/>           ※月～金 午前9時～午後4時</p> |
| 締切                                                                                                           | <p>10月10日（金）午後4時まで<br/>           ※申込多数の場合は抽選し、10月17日（金）までに全員に結果を連絡します</p>                                                                                                                                                                                                              |

**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
- ・ネット注文で商品レビュー
- ・ベジポン応援コメント！

**「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！**

**インターネットでつながろう**

- ・SNS □ #東都生協ごちそうさま
- ・東都生協アプリ □ ルーム＆投票
- □ 気になるお題にコメントしてね！
- ・東都生協公式 YouTube チャンネル
- 産地・メーカーのこだわりがわかる動画がたくさん

\*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。