

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 5 地域委員会

問い合わせ:杉並センター

電話: 03-5384-7501

杉並・中野 インフォ!

【配付地域】 杉並区・中野区

※個人情報は東都生協の組合員活動のために使用します

2025 年度 総代のみなさま

2025 年度総代立候補ありがとうございました。
新総代の方を中心に「総代オリエンテーション」
を 10 月中旬～11 月初めに開催します。総代の役割
や任務、スケジュール等を分かりやすく
説明し、不安解消につなげていきます。
9 月末にご案内を送付させていただきます
ので、出席方法を期日までに提出ください。



募集 第 5 地域 とーとフレンズ 杉並東 主催

埼玉産直センター収穫祭へ Let's Go

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、いろいろなお店が出
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賑わいのお祭りです。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。

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 ※午前 8 時 15 分集合
定員	20 人（主催者 3 人を含めます）
対象	組合員とその同居家族（お子さんは 3 歳以上）
参加費	無料（収穫体験代・昼食代は各自負担）
持ち物	当選者にご連絡いたします。
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S26967799/ ②電話 03-5384-7501（杉並センター） ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	10 月 17 日（金）午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、10 月中に当選 者だけにはがきでご連絡いたしますの で、必ずご参加ください。



募集 第 5 地域委員会 主催

初開催！ 大豆ミート試食&学習会

大豆ミートって何？食感や味はどうだろう？環境に
はどんなの？全ての疑問を、東都生協で「千葉のこめ
豚」で有名な（株）コープミート千葉より講師を招いて
説明・試食をします。まだ、大豆ミートを試したこと
のない方も、是非、お気軽にどうぞ。

日時	10 月 21 日（火）午前 10 時～正午
会場と 定員	阿佐谷地域区民センター 料理室 （杉並区阿佐谷北 1-1-1） 定員：20 人
講師	（株）コープミート千葉 廣野智成 様
対象	組合員とその家族
参加費	100 円
持ち物	エプロン・三角巾・筆記具
保育	あり（1 歳～、無料。要予約）
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S44410315/ ②電話 03-5384-7501（杉並センター） ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	10 月 3 日（金）午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、10 月 10 日 （金）までに全員に結果を連絡します



募 集

のびのび 3Q 体操 & 小顔エクササイズ

主催 第 5 地域 杉並区連絡会

3Q 体操とは 呼吸法、ピラティス、ヨガ、バレ
エ、ストレッチの要素が取り入れられており、老
若男女どなたでもでき、この体操のねらいは「深
部筋・体幹強化」「心身リラックス」「柔軟性・バ
ランス能力アップ」です。小顔エクササイズは顔
全体を動かしてトルコ行進曲に合わせての発声、早
口言葉とバラエティに富んだ内容です。

日 時 10 月 15 日（水）午前 10 時～11 時 30 分
場 所 阿佐谷地域区民センター第 4・5 集会室
定 員 25 名程度
対 象 組合員とその家族、お友達
持ち物 水分補給のための飲料
参加費 200 円（当日お菓子の試食あります）
申し込み 杉並センターまで 03-5384-7501
（月～金 午前 9 時～午後 4 時）
申込締切 10 月 3 日（金） 午後 4 時
直接会場にお越しください。申し込み多数の
場合は落選者だけにご連絡いたします。
※保育はありません。お子様をお連れの場合はご
自身で安全を確保してください。

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！ とうとフェス 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「ウォ」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) 杉並センター(世田谷区北烏山7-2-36) 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 電話：03-5374-4756 ※月～金 午前9時～午後4時 *商品在庫等の問い合わせはできません

募集 第2地域とーとフレンズ食とくらしの学習会 アフターヌーンティーを楽しもう！	
日時	10月29日(水) 午後2時～午後3時半
会場	千駄ヶ谷社会教育館(渋谷区千駄ヶ谷1-6-5) JR 千駄ヶ谷駅より徒歩5分
内容	数種類のお茶や、東都のお茶菓子を取り寄せて、みんなでおしゃべりしながら試食します。優雅な時間を一緒に過ごしませんか？今流行りのヌン茶企画です。 (アフターヌーンティー)
対象	どなたでも
定員	20名(1歳以上のお子さんの保育あり)
申込み	①Webフォーム二次元コード またはURL https://ws.formzu.net/dist/S80233179/ ②電話03-5755-9321 品川センター
参加費	組合員無料 ゲスト100円
締切 問い合わせ	10/3午後5時※抽選結果は10/9までに申し込み者全員にお知らせします 品川センター第2地域委員会事務局 ※月～金 午前9時～午後5時

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種の食べ比べをしながら、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
会場と定員	としま区民センター5階504(池袋駅東口から徒歩7分) 定員：30人
対象	組合員とその同居の家族 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 https://ws.formzu.net/dist/S81216321/
締切	10月6日(月) 午後4時まで ※申込多数の場合は抽選し、10月14日(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) 月～金曜 午前9時～午後4時

受付中 東都生協からのお知らせ 東都生協「食」の学校登録のご案内 ライス博士と学ぼう！	
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。	
食の学校 新米教師のライス博士です	
★おすすめ動画★ 専門講座【農】 初級 日本の水田の現状と課題 お米の消費を考える	
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	登録制です。 下記URLまたは右の二次元コードから登録してください。
URL: https://www.tohto-shokunogakko-plus.com/	