

地域版




東都生活協同組合

発行 No.11
 2025 年 9 月 8 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

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

「Tohto Fan Meeting」をご存知ですか？Tohto Fan Meeting とは「総代優先（限定）企画」のことです。総代の方に「総代をやっていて良かった！」と感じてもらえるよう、一部企画を優先してご案内しております。総代の方はお楽しみに！
 ＊総代…生協の経営方針を決める総代会に出席する組合員の代表のこと。立候補できます。

★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

募 集

組合員活動委員会 主催

子ども平和新聞発表会と映画上映会

『ある家族の肖像～被爆三世代の証言』

子どもたちが7月12日開催の「平和のつどい」で被爆者を取材し、新聞記者から新聞作りを学び感じとった被爆の実相、平和のメッセージを発表します。その後ドキュメンタリー映画『ある家族の肖像～被爆三世代の証言』（58分）を上映。監督とのトーク交流を行う予定です。



日 時	10月5日（日）午後1時～3時
会 場	としま区民センター 4階403 ▶池袋駅東口徒歩7分 （豊島区東池袋1-20-10） 
参加費	無料（定員：50人）どなたでも
申込み	Webフォーム二次元コードまたは下記 URL https://ws.formzu.net/dist/S82654852/
締 切	9/19（金）午後4時まで 9/26までに当落結果をメールでご案内
問合せ	共同購入事業部 組合員活動推進グループ ☎ 03(5374)4756 受付：月曜～金曜 午前9時～午後4時

募集

第3地域「ペパーミント」主催



どなたでも気軽に参加できるサロンです。
 東都生協のお茶とお菓子でおしゃべりしませんか♪
 お好きな時間にどうぞ。
 🌸10時半から12時は、東都人材バンクの講師をお招きし、ラフターヨガを開催します。
 ヨガの呼吸法に笑いを取り入れた健康体操です。笑って健康になりましょう♪



日時	10月6日(月) 午前10時30分～午後2時
会場	下板橋駅前集会所 2階和室 （板橋区板橋2-3-1） ＊東武東上線 下板橋駅北口～徒歩1分 ＊JR 埼京線 板橋駅西口～徒歩8分 ＊都営三田線 新板橋駅 A3 出口～徒歩10分
対象	組合員、ご家族、お友だち
参加費	100円（ヨガをする方はタオル・飲み物持参）
講師	東都人材バンク 坂戸由香さん
申込み締切り	10月3日(金)午後4時まで
問合せ	①二次元コードから ②第3地域委員会事務局へ Tel03-5845-2781:午前9時～午後4時 

募 集

第2地域委員会主催

名人に聞く一粒のおいしさへのこだわり
 採れたて！旬の味覚 試食会



厳しい自然環境と向き合い、農作業のご苦勞を聞いた上でいただく秋の味覚は、格別な味わい♪採れたての収穫物をいただきながら、農業への応援を考えてみませんか。（シャインマスカットを試食する予定ですが、変更になる場合もあります。ご了承ください。）

日時	10月10日(金)午前10時30分～正午
講師	(有)山形南陽のんのん倶楽部 鈴木 秀男さん
会場	渋谷区立商工会館2階研修室 （渋谷区 渋谷 1-12-5）渋谷駅徒歩5分
定員	16名
対象	組合員とその家族、ゲスト歓迎！
参加費	100円
保育	なし（お子さんの同伴歓迎です）
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S34730167/ ②電話 03-5755-9321(品川センター) ※月～金 午前9時～午後5時
締切	9月26日(金)午後5時まで ※申込多数の場合は抽選し 10/3(金)頃までに全員に結果を連絡します

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8地域委員会 主催

お茶を飲み飲み、お米会議 @第8地域

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」動画を視聴し、東都生協登録米3種の食べ比べをしながら、参加者同士でざっくばらんに意見交換しましょう！

※試食は2024年度産米となります。



日時	10月8日(水) 午前10時～正午
会場と定員	ソレイユさがみ(シティプラザ橋本内) セミナー室5(調理室)・イオン橋本店6階 JR橋本駅徒歩1分 京王線橋本駅徒歩3分 定員：20人(試食品あり)
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	200円(小学生以下無料)
持ち物	エプロン、三角巾、筆記具
申込先	二次元コードまたはURLから https://ws.formzu.net/dist/S41648388/
締切	9月26日(金) 午後4時まで ※申込多数の場合は抽選し、10月1日(水)までに全員にお知らせします。
問合せ	国立センター 042-580-1750 ※月～金曜日 午前9時～午後5時



防災に備える減災グッズ 3ステップ

0次) いつも携帯

外出時に携帯できそうなものはいつも使うバックやポケットに入れておきましょう。いつでもどこで被災するかわからない災害への心構えをしておきましょう。

飲料水、携帯食、おやつ、ホイッスル、懐中電灯、携帯電話、モバイルバッテリー、身分証明書、筆記用具、防災メモ(家族の連絡先など)現金(小銭)、救急用品セット、薬類、マスク、携帯トイレ、ティッシュペーパー、ハンカチ、ポリ袋、安全ピンなど

＝自宅枕元に備える＝

懐中電灯：必需品。ヘッドライト型も便利です。

ホイッスル：笛の音は遠くに届きます。

厚底スリッパ：ガラスなどの散乱から、足を守ります。

※子どもが安心するおもちゃ、ペット用品も備えておくとい良いでしょう。

毎月1日・15日に災害伝言ダイヤル「171」、災害用伝言版「web171」も体験可能です。

＝備えは十分？災害時トイレ＝

災害時に利用できる携帯トイレ、簡易トイレは1回使用することには処理しなければなりません。

大人が1日5回トイレを使うと仮定して「1日5回×家族人数×10日分」の備蓄があると安心です。

1次) 非常持ち出し

とっさの時にさっと持ち出せる「非常用持ち出し品」をコンパクトに備えましょう。持ち出しやすい場所に保管し、車のトランクに予備を置くのもよいです。被災1日目に安全な所に逃げる時の最低限の備えです。

飲料水・非常食・ヘルメット・手袋・運動靴
ライト・万能ナイフ類・防災メモ・筆記用具
油性マジック・現金(小銭)・衛生用品・常備薬
マスク・簡易トイレ・ラジオ・ブランケット
ウエットティッシュ・タオル・ビニールシート
安全ピン・ポリ袋・布ガムテープ
雨具・新聞紙・カイロなど



2次) 安心ストック

ライフラインが途絶え、助けの手が届かなくても、最低3日間は自助共助でしのげる物を、取り出しやすい場所に備蓄しましょう。缶切りや調理器具、ポリタンク(折り畳み式もあり)なども必要に応じて備えましょう。