



地域版

『フォ』


東都生活協同組合

発行 No.16
2025年 11 月 24 日
発行:第8地域委員会
問い合わせ:国立センター
電話:042-580-1750


たけのこ通信

配付地域:八王子市・町田市・稲城市・多摩市・横浜市・相模原市・大和市

※個人情報東都生協の組合員活動のためにのみ使用します。
※お問い合わせ・お申込みは、企画ごとに窓口が異なります。
記事をご覧の上、該当する問い合わせ先へご連絡ください。

～年末掃除のコツ～

★せっかくお掃除して、ごみと共に年越しとまらないよう、最終可燃ごみの収集の日付、粗大ごみの最終受付日の確認は大切です。

★沢山掃除したいところがある場合は、小さな所から始めるのがお勧め。きれいな所が一個所でもあるとやる気が保てます。

募集
第9地域委員会 主催

ふれあいほっとサロン&お掃除術を知っちゃおう

年末年始のお掃除に役立つ掃除用品や使い方を住宅用洗剤オレンジパワーでおなじみのトップ産業株式会社の講師から学びます。保育もあります。ご褒美スイーツとおしゃべりで一足早めのクリスマスを楽しみましょう！
♡お一人でもお友達とでもお気軽にご参加下さい。

日時	12月19日(金) 午前10時～正午
会場と定員	柴崎学習館 第1教室 (立川市柴崎町 2-15-8) ▶JR立川駅南口 徒歩9分・多摩都市モノレール 立川南駅 徒歩8分/会場 20名
対象	組合員とその家族 ※お友達も一緒にどうぞ
参加費	200 円
持ち物	筆記用具
保育	あり※要予約、二次元コードから申込(1歳以上)
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S94839418/ ②小平センター:042-460-6861 (月～金/午前9時～午後5時)
締切	12月5日(金) 午後4時まで ※申込多数の場合は抽選し、12月12日(金)までに全員にハガキで結果を連絡します。

募集
第8地域 農山漁村と手をつなぐ会主催

「タネは誰のもの」上映会

今期作物からよい種苗を選び、来期に育てる農民の基本的営みが、育成者権料支払い負担で事実上不可能に?! 2020 年種苗法改定の問題点を山田正彦元農水大臣が取材制作。砂糖キビ栽培が不可能になり住民が住めなくなれば基地だけ造っても無意味という種子島農民の指摘も! 迫る次改定の前に必見!

日時	12月7日(日) 午前10時～正午
会場	ベルブ永山4階視聴覚室 京王・小田急線「永山駅」改札を出て左 徒歩3分
定員	42名 東都未加入の方も歓迎
参加費	無料
保育	なし
問い合わせ申込	国立センター 電話 042-580-1750 ※月～金 午前9時～午後5時
申込期間	定員になり次第締め切り

募集
第5地域 若返りを楽しむ会 主催

クリスマス前夜祭 プロ美人歌手とカラオケ

元気になるピカピカハッピーパワー
全開!数曲は米国風に皆で楽しも!希望で発音やボイトレも!【試食・試飲付き】
講師2人(東京都歌会ベストパフォ受賞)

日時	12月23日(火)午後1時30分～3時
会場	ゆうゆう高円寺北館 2階 講座室 杉並区高円寺北 3-20-8 (03-3337-2266) JR 中央線・総武線 高円寺駅北口徒歩4分 ★北口を左へ線路沿いに1分→中通りを2分→セブンイレブン前で右折し1分→右側の3階建て白いビルの2階
定員	先着12人 ※キャンセルの場合、事前に必ずご連絡ください。
参加費	大人500円
対象	組合員とその家族・お友達も一緒に! [保育なし]
申込期間	12月1日(月)～12月12日(金) 午後4時 ※申し込みをもって当選となります。
申込先問合せ	電話 03-5384-7501 (杉並センター) ※月～金(祝日可) 午前9時～午後4時

募集

組合員活動委員会主催

ウェルカム・カフェ

～地域コーディネーター募集説明会～

出会いや学びの機会が多い地域コーディネーター。東都生協の魅力を伝えるイベント開催や情報発信などを行います。活動の様子をお茶とお菓子を囲みながら紹介します。地域コーディネーターに興味のある方！まずは気軽に「カフェ」にお越しください。

◆地域コーディネーターの募集概要◆

応募資格：東都生協組合員と同居家族

活動費：月額 4 万円(予定)

日程 詳細は申し込みフォーム内に記載

①11/18(火)午後・町田②11/19(水)午前・三軒茶屋

③11/25(火)午前・亀戸④12/9(火)午前・調布

⑤12/12(金)午前・中野⑥12/20(土)午前・渋谷

※会場内にキッズスペース設置します。

申込 二次元コードまたは下記 URL から

<https://ws.formzu.net/dist/S61095103/>

締切 各回開催日の 7 日前、午後 4 時まで

※前日までにのご案内のメールをします。

備考 会場や地域コーディネーターの概要はフォ 429 号(10/20 の週配付)または、東都生協のホームページをご覧ください。

問合せ：共同購入事業部組合員活動推進グループ
03-5374-4756 (月～金/午前 9 時～午後 4 時)



募集中

【登録制】

「仲間づくりボランティア」 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。


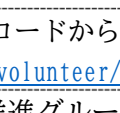
【イベント参加】

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



【とーとちよいぼう】

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 https://www.tohto-coop.or.jp/volunteer/	
問い合わせ	共同購入事業部 組合員活動推進グループ 03(5374)4756(月～金/午前9時～午後4時) またはメール：kumikatsu@tohto.coop	

東都生協くらしの助け合いの会

ほっとはんど



あなたのサポートを必要としている人がいます

できることで活動を！組合員同士の対等・平等な「困ったときはお互いさま」の助け合いで、いずれはあなたもお世話になるかも！

保育・送迎

調理・下ごしらえ

掃除

話し相手など



困っている人の為にできることが、自分の元気の源に！

会員は①援助を受ける会員 ②援助する会員
③賛助会員の 3 種類。年会費 1000 円。活動は有償です。詳しくは、下記までお問い合わせください。

～ ほっとはんど事務局 ～

電話：03-5374-4748

(月～金 午前 9 時～午後 4 時 30 分)

東都生協ホームページ

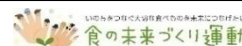
<https://www.tohto-coop.or.jp> → 「組合員活動」

→ 「くらしと福祉」→ 「くらしの助け合いの会

ほっとはんど」の「問い合わせフォーム」からできます。



東都生協の海づくり



「魚つきの森」運動

★豊かな自然環境と水産資源を次世代に残そう

「枝幸魚つきの森植樹協議会」

東都生協・枝幸漁協・北海道ぎょれんの三者で設立。

「三陸牡鹿表浜魚つきの森植樹協議会」

東都生協・宮城県漁協表浜支所・(株)マルダイ長沼の三者で設立。



★森と海のつながり

森林は山崩れや川の氾濫を抑える他、河川を通じて栄養分の豊かな水を海へ供給し、おいしい魚貝類を育てます。森林を守り育てることが海を守ることにつながります。

★産地との絆

コロナ禍でしばらく実施できなかった枝幸魚つきの森植樹活動や女性部との料理交流会の実施も再開されました。

★食べることで海づくりをサポート！

商品を利用することが、産地や海づくりの運動をサポートし、豊かな海を守ることにつながります。枝幸産の鮭やほたて、いくらなど各種、三陸の「東都冷凍とろろめかぶ」があります。