

地域版

『フォ』


**東都生活協同組合**

発行 No.18  
 2025 年 12 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

第 1 回総代会議が 11 月 28 日(金)～12 月 2 日(火)に開催されました。会場・オンラインでのご出席、動画視聴・資料を読んで声カードのご提出をありがとうございました。

第 5 地域では、2 月に活動交流会開催を予定しています。ご案内は年明け 1 月に！



募集


第 5 地域委員会 主催

オンライン企画をスクリーンで一緒に観よう！

**今に残る貴重な戦跡**  
**巨大地下壕「松代大本営」に学ぶ**

本土決戦に備え極秘裏に建設され、完成前に終戦となったために使われることのなかった「松代大本営」地下壕（長野県長野市）をご存知ですか？ 組合員活動委員会主催の平和募金企画として開催されるオンライン企画をスクリーンで一緒に視聴し、平和について考えませんか。

※当日、質疑はできませんので、ご了承下さい。




日時	1 月 24 日(土) 開場：午前 9 時 40 分 午前 9 時 50 分～11 時 30 分
会場	高井戸地域区民センター 第 9 集会室 (京王井の頭線 高井戸駅 下車徒歩 3 分)
講師	コープながの 組合員理事 上條 志織さん、城内 亜紀さん
対象	組合員とその家族、お友達もどうぞ！
定員	30 人（参加費：無料）お子さんも一緒に
申込先 問合せ	電話：03-5384-7501（杉並センター） ※月～金曜日・午前 9 時～午後 4 時
申込 締切	2026 年 1 月 16 日（金）午後 4 時まで ※12 月 31 日～1 月 6 日は年末年始休み

募集

主催 第 5 地域 と～とフレンズ杉並東

豚肉加工品の調理試食会

豚肉の加工品を使って試食会をします。味付け肉、ハム、ソーセージなどを一緒に作って試食しましょう。けんちん汁、サラダもあります。シフォンケーキもあります!! みなさま、ぜひいらしてください。

日時	2026 年 1 月 28 日(水) 午前 10 時～午後 0 時 30 分
会場と 定員・ 参加費	さんぽんすぎセンター・3 階調理室 ※京王線「上北沢駅」下車徒歩 7 分 25 名（参加費：300 円）
対象	組合員とその同居家族
持ち物	エプロン、布巾、マスク、筆記用具
保育	あります（1 歳以上）申込時にお子さんの名前と年齢を連絡して下さい。
申込先  問合せ	①二次元コードまたは下記 URL から <a href="https://ws.formzu.net/dist/S5827109/">https://ws.formzu.net/dist/S5827109/</a> ②電話 03-5384-7501（杉並センター） ※月～金 午前 9 時～午後 4 時 ※12/31～1/6 年末年始休みとなります。
締切	2026 年 1 月 9 日（金）午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、1 月 16 日（金）までに全員に結果を連絡します。

案内

第 5 地域委員会 主催

すぎ＊なかサロン 1 月

1 月のサロンは午後に行います。（「今に残る貴重な戦跡巨大地下壕「松代大本営」に学ぶ」上記↑企画と同じ部屋です）東都のお菓子などを食べながらお茶しませんか。2026 年は「どこの産地・メーカーの人と交流したい?」「東都のお惣菜で、ほかの人にも広めたいくらい好きなものは?」「お茶うけのお菓子は何かがいい?」など、自由にお話できます。ピースニット（平和活動のひざ掛け）作りもやりますので見に来てください。※開催時間内出入り自由

日時	1 月 24 日(土)午前 11 時 30 分～午後 1 時
会場	高井戸地域区民センター第 9 集会室 (京王井の頭線 高井戸駅徒歩 3 分)
定員	30 名
対象	どなたでも（お子さまも一緒に）
参加費	100 円（お茶とお菓子付き）
持ち物	マイカップ
申込先 問合せ	電話 03-5384-7501（杉並センター） ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	1 月 9 日（金）午後 4 時まで ※試食品準備のため、できるだけ事前申込をお願いします。当日参加も大歓迎！



募集 第5地域 若返りを楽しむ会 主催 60歳～ やさしいサルサ等で心から若返る！ (試供飲料等付き)	
東大院卒のイケメンに学ぶサルサと、頻尿改善と気持ちから若返るモテ女カルメンも楽しむ！ 肯定感をあげ、千倍の夢も体験しよう！ 講師/令和4年度杉並区健康推進団体優秀賞受賞	
日時	2026年1月28日(水) 午後1時30分～2時30分
会場	コミュニティふらっと阿佐谷 第1集会室 (杉並区阿佐谷北2-18-17 2階) JR 中央線・総武線 阿佐ヶ谷駅 徒歩4分 ※駅北口左へ線路沿い、突き当たり右へ前進→突き当たり左へ前進→右側の2階建て変形ビル
定員・参加費	先着10人 ※キャンセルの場合、事前に500円 必ずご連絡ください。
対象	どなたでも(保育なし)
持ち物	室内履き、動きやすい服装、飲料
申込期間	12月29日(月)～1月16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 ※12/31～1/6は年末年始休みです。

募集 主催：組合員活動委員会 【研究員・お手伝い募集】 東都生協ラボ SDGs 大作戦！	
★出入り自由・どなたでもご参加いただけます★ 2026年2月28日(土)午前11時～午後3時	
会場：東京都農業会館・3階会議室 (JA東京アグリパークの上) ▶ JR新宿駅南口徒歩4分(渋谷区代々木2-10-12)	
<東都生協ラボ 研究員募集要項> 【対象】組合員、その家族 【募集】各体験コーナーの手伝い等 お子さんと一緒に参加も大歓迎！ 2/28のみ交通費支給。事前の打ち合わせ・準備会は2月上旬に開催予定(可能な方は参加をお願いします) *東都生協ラボとは：SDGs・環境問題を親子で楽しみながら学べる体験型イベントです。 一緒に考えて、みんなで楽しみましょう！ 【申込・締切】右記二次元コード URL: <a href="https://ws.formzu.net/sfgen/S60287696/">https://ws.formzu.net/sfgen/S60287696/</a> ※1月30日(金)午後4時まで ◆2月24日(火)～2月28日(土)Tohto Week 2026をJA東京アグリパークで開催！	
問合せ	共同購入事業部組合員活動推進グループ ☎03-5374-4756 (午前9時～午後4時)



募集 第2地域とーとフレンズ アールグレイ主催 食品添加物のキホン！学習会	
日時	1月21日(水) 午後2時～午後4時
会場	SCC千駄ヶ谷コミュニティセンター サークルルーム1(渋谷区神宮前1-1-10)JR原宿駅 竹下口より徒歩約6分
内容	商品部安全品質管理担当職員を講師に、食品添加物の安全性と必要性などを伺います。東都生協プライベートブランド「わたしのこだわり」を例に、食品表示など、商品を選ぶ際のポイントを聞いてみましょう。
対象	どなたでも
定員	20名(保育なし・お子さんの同伴OK)
申込み	①二次元コード または下記URLから <a href="https://ws.formzu.net/dist/S21846926/">https://ws.formzu.net/dist/S21846926/</a>
問い合わせ	②電話03-5755-9321 ※月～金 午前9時～午後5時 (品川センター第2地域委員会担当事務局)
参加費	100円
締切り	1月9日(金)午後5時まで(1月14日ごろまでに結果を全員にお知らせします。)

募集 第4地域委員会主催 親子企画「カカオからチョコレートを作ろう！」	
カカオ生産者の現状やフェアトレードの仕組みを聞き、カカオ豆から本格的なチョコレートを作り、試食します。小学生でもわかりやすく社会のことも学べます。*アレルギー(乳、小麦、大豆)をお持ちの方は、申込時にお知らせください。	
日時	1月31日(土)午前10時～午後0時半
会場	石神井公園区民交流センター
定員	ピアレス 2階 料理実習室 15名
講師	特定非営利活動法人 APLA 職員
対象	組合員、子どもは小学校4年生以上、(妹、弟に限り小学1～3年生参加可)
参加費	大人600円、子ども400円*材料費込
持ち物	エプロン、三角巾、筆記用具
保育	有り 1歳以上の未就学児(要申込)
申込先	① 二次元コードまたは下記 URL から <a href="https://ws.formzu.net/dist/S91142309/">https://ws.formzu.net/dist/S91142309/</a> ②電話 042-460-6861 (小平センター) ※月～金 午前9時～午後4時
締切	1月16日(金) 午後4時まで ※申込多数時は抽選。1/23(金)までに全員に結果を連絡します

