


地域版

『フォ』


東都生活協同組合

発行 No.20
 2026 年 1 月 26 日
 発行:第 7 地域委員会
 問い合わせ: 調布センター
 電話:042-480-7201

セブン

ラッキー7

【配付地域】
 調布市・狛江市・小金井市・府中市・三鷹市・武蔵野市
 ※個人情報東都生協の組合員活動のために使用します

【第 7 地域の登録状況】


2人以上で登録「とーとフレンズ」6 団体
 1人で登録「このゆびとまれ」14 名
 企画のサポートができる「活動アシスト」6 名
 「情報が欲しい」とか「なにか始めたい」と
 思ったらお気軽にカフェにお越しください。
 相談だけでもOK、その場で登録もOKです。

募集

第 7 地域 とーとフレンズ オーロラ主催

「東都生協商品のスイーツ試食会」

「東都生協商品のスイーツ試食会」を開催します♪
 季節の果物・ケーキ・お菓子などお茶を
 いただきながら、試食してみませんか？
 商品の良さや美味しさを再確認しましょう。




日時	2 月 25 日(水) 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分
会場	新川中原コミュニティーセンター (三鷹市新川 1-11-1) 仙川駅/三鷹台駅/ 三鷹駅/吉祥寺駅より小田急バス「コミュニ ティーセンター入口」徒歩 2 分
対象	どなたでも 15 名程度
参加費	100 円/人
持ち物	エプロン、三角巾、ふきん 筆記用具
保育	なし（ご一緒にどうぞ）
申込先	二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S15658483/ 電話 042-480-7201（調布センター） ※月～金 午前 9 時～午後 5 時
締切	2 月 6 日（金）午後 4 時 ※当選した方のみ 2 月 13 日（金）ごろに 電話で連絡します。

募集

第 7 地域委員会主催

インフォメーションカフェ de 国領 大人のぬりえ

インフォメーションカフェでは東都生協のおすす
 めの商品の動画視聴や情報交換を行い、組合員同
 士が気軽におしゃべりをする出入り自由なサロン
 です。大人のぬりえを楽しみながらおしゃべり
 しましょう、東都の試食品もご用意して
 お待ちしております。




日時	2 月 18 日(水)午前 10 時～正午
会場	調布市市民プラザあくろす 研修室 2 コクティール 3 階 京王線国領駅より徒歩 1 分
定員	15 名
対象	どなたでも
参加費	100 円
持ち物	マイカップ
保育	なし（ご一緒にどうぞ）
申込先	二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S31294480/ 電話 042-480-7201（調布センター） ※月～金 午前 9 時～午後 5 時
締切	2 月 13 日（金）午後 4 時まで ※申込をもって当選、直接会場にお越し ください。

募集

第 9 地域委員会 主催

学びませんか？卵の生産から我が家に届くまで

産直卵、産直平飼卵、ぷりんセス・エッグ、鳥
 骨鶏の卵などでおなじみの匠瑳ジープセンター
 を講師にお招きし、卵の生産から我が家に届くま
 でを学習します。美味しい卵の食べ比べ！
 楽しく学んで食生活に生かしましょう。



日時	2 月 25 日(水) 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分
会場と 定員	立川市女性総合センターアイム 5 階 料理実習室 ▶JR 立川駅北口 徒歩 7 分 ・多摩都市モノ レール立川北駅 徒歩 5 分 定員:20 名
講師	(有) 匠瑳ジープセンター 北川義久氏
対象	組合員とその家族（お友達もどうぞ）
参加費	300 円(軽食&卵のお土産付き)
保育	なし
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S73055463/ ②小平センター:042-460-6861 月～金/午前 9 時～午後 4 時
締切	2月13日（金）正午まで ※申込多数の場合は抽選し2月18日(水)頃 までに全員にハガキで結果を連絡します。

2026 年度商品委員募集！

次年度の商品委員を募集します！

募集要項・応募条件の詳細について、ホームページまたは組合員活動情報紙ワオ第 433 号(1/19～配付)をご覧ください、説明会にご参加ください。

◆対象：組合員または同一世帯の家族

説明会日程 ①2/9(月)午前 10 時～11 時
②2/11(水)午後 2 時～3 時
③2/13(金)午前 10 時～11 時

※①～③の内いずれか 1 回に参加 (約 1 時間)

◆募集期間：1 月 19 日 (月) ～2 月 1 日 (日)

◆募集人数：9 地域×各 2 名まで

※説明会後に委員応募の意思がある方の中から、地域委員会で選考となります。

【今年度の委員より】

商品の成り立ちや加工品などの原料について学ぶことができ、とても有意義でした。楽しくもあり責任感を感じる貴重な経験でした。



申込みはこちらから↓



対面での商品委員会もあり、商品部職員や委員同士の交流もできて、楽しいです。

募集 第 5 地域委員会 主催

日本の発酵文化を体験「手づくりみそ講習会」

初めて作る方も、毎年作る方も、おとなも、お子さんも、みんなで、みそづくりをしませんか。仕込んだ 3.5 kg のみそを、秋ごろの熟成まで見守りながら楽しめます。



日時	2 月 23 日(月・祝) 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分
会場	高井戸地域区民センター料理室 京王井の頭線高井戸駅徒歩 3 分
講師	松亀味噌株式会社 職員
定員	15 組 (組合員とその家族・お友)
保育	あり (1 歳から、要事前申し込み)
参加費	材料費 3,780 円。別途、容器(1,760 円)、木蓋のみ(330 円)が必要な方は要申込み。
持ち物	エプロン、三角巾、ふきん、マスク
申込先	① 二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S6854145/ ②電話 03-5384-7501 (杉並センター) ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	2 月 9 日 (月) 午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、2 月 12 日 (木) までに全員に結果を連絡します



募集 第 4 地域と一とフレンズ光が丘 ML 主催

お米の学習会

生産者のみなさんの状況は今どうなっているのか、お米の価格は今後どうなっていくのか、東都生協の「約束米」について試食をしながら知る機会にしましょう。



日時	3 月 9 日(月)午前 10 時～正午
会場と定員	練馬文化交流ひろば、調理室 (予定) 20 名
講師	商品部 農産グループ 八重樫職員
対象	組合員とその家族
参加費	100 円
持ち物	筆記用具、飲み物
申込先	① 二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S72945779/ ②電話 042-460-6861 ※月～金 午前 9 時～午後 5 時
締切	2 月 13 日 (金) 午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、2 月 20 日 (金) までに全員に結果と決定会場を連絡します



募集 第 2 地域委員会 主催

Tohto Fan Meeting 総代優先企画

ミツバチ応援☆おいしくはちみつ学習会

ミツバチのはたらきがもたらす恵み:はちみつについて学んだあと、蜜源となる花々によって違う数種類の食べくらべ、東都生協自慢の食材を使用した様々なはちみつを使用した料理を試食いただきます。

日時	2 月 25 日 (水) 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分
講師	(株)藤井養蜂場 小笠原茂樹 さん
会場	きゅりあん品川区立総合区民会館 4 階調理講習室(品川区東大井 5-18-1)JR 京浜東北線・東急大井町線 大井町駅 徒歩 2 分
定員	20 名 保育あり(1 歳以上)
対象	組合員(第 2 地域総代優先)
参加費	100 円
申込先	① 二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S30629136/ ②電話 03-5755-9321(品川センター) ※月～金 午前 9 時～午後 5 時
締切	2 月 6 日(金)午後 5 時まで ※申込多数の場合は抽選し 2 月 13 日(金)頃までに全員に結果を連絡します

