

地域版

フォ



東都生活協同組合

発行 No.19

2026 年 1 月 12 日

発行:第 1 地域委員会

問い合わせ:足立センター

電話:03-5845-2781

(月～金)午前9時～午後4時

ツナグ

配付地域:足立区、荒川区、江戸川区、葛飾区、江東区、
墨田区、台東区、草加市、八潮市、越谷市、三郷市、
吉川市、松戸市、市川市、浦安市
※個人情報は東都生協の組合員活動のために使用します

あけましておめでとうございます。
笑顔あふれる 1 年になりますように・・・
今年も第1地域の地域版フォ『ツナグ』を
よろしくお願いします。



募集

第 1 地域委員会主催

フルーツサンド de 地域のつどい

今年度楽しかった企画、今後参加したい企画、一人からできる活動など、お話しませんか？

後半は生産者から直接、こだわりや収穫物の状況を聞く試食交流(いちご)と、楽しくフルーツサンドづくりをします。土曜日に地域の皆さんで是非！



日時	2 月 7 日(土)午前 10 時半～12 時半
会場	男女共同参画推進センター (パルシティ 江東 3 階 調理室) ◆都営新宿線、半蔵門線「住吉駅」 B 1 出口から徒歩 12 分
定員	25 人 (第 1 地域の組合員優先)
対象	組合員とその家族 (※保育なし)
参加費	おとな 300 円 子ども 200 円(3 歳～小学生)
講師	埼玉産直センターの生産者
持ち物	エプロン・三角巾・マスク 布巾、筆記用具
申込先	① 二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S33436644/ ②電話 03-5845-2781 (足立センター) ※月～金/午前 9 時～午後 4 時
問合せ	
締切	1 月 26 日(月) 午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選、1 月 29 日(木)までに全員に結果を連絡します。



募集

第 1 地域 かなまちとーとフレンズ主催

手づくりみそ講習会

味噌を手づくりしませんか？初めての方でも簡単に美味しい味噌が作れます。材料は全て安全安心な国産です。みんなで一緒に楽しく味噌をつくりましょう！



日時	2 月 11 日(水・祝) 午後 2 時～3 時半
会場と定員	カナマチぱらっと料理実習室 葛飾区金町 6-5-1 バルトーレ金町3階 /定員 15 名
講師	松亀味噌(株)
対象	どなたでも
保育	なし
参加費	申込フォームをご覧ください
持ち物	当選者に連絡します
申込先	①二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S70239749/ ②電話 03-5845-2781(足立センター) ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	1 月 26 日(月)午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、1 月 29 日(木)までに全員に結果を連絡します。



募集

第 1 地域 ASUKA 主催

にじえ葬・終活セミナー〈お葬式最新事情〉


コロナ禍以降、大きく変わったお葬式。


最新事情、終活の意義、目的、エンディングノートについて、葬儀後の諸手続(相続・遺言)など、お葬式に関する不安や疑問にお答えします。




日時	2 月 12 日(木) 午前 10 時～正午
会場と定員	千住あずま住区センター 第 6 集会室 (4 階) /定員 15 名
講師	生活文化事業部 東京福祉会
対象	組合員、ゲストも可 ※保育なし
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/S24044654/ ②電話 03-5845-2781(足立センター) ※月～金 午前 9 時～午後 4 時
締切	1 月 26 日(月)午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選、1 月 31 日(土)までに全員に結果を連絡します。



募集 第3地域「とーと本郷」主催 ～楽しく元気に！リンパマッサージ～	
 <p>東都人材バンク松谷佳子先生による人気のリンパマッサージ体操講座。寒さに負けないよう楽しく身体を動かし、冬を元気に過ごしましょう！お子さんも保護者の方とご一緒にどうぞ！</p>	
日時	2026年1月25日(日)午前10時～12時
会場	向丘地域活動センター (文京区向丘1-20-8) 地下鉄南北線・東大前駅から徒歩0分
定員	20人(応募多数の場合は抽選)
対象	どなたでも(当日朝は体温を測り、異常がある場合は参加できません)
持ち物	マスク、タオル、飲み物、5本指靴下
参加費	100円
申込先 問合せ	① 二次元コード または下記URLから https://ws.formzu.net/dist/S787352863/ ② 電話 03-5845-2781 (足立センター) ※月～金 午前9時～午後4時 1月16日(金)まで ※落選者のみ 1月20日(火)までに結果を連絡します。

募集 保育ママ委員会 主催 2026年度 イクサポ研修・登録会	
<p>保育ママの新名称の投票の結果、来年度から“イクサポ”に名称変更します。 「イクサポ制度」は、小さなお子さんを持つ組合員が東都生協の活動に参加できるよう、お子さんを保育する組合員同士の助け合いの活動です。 保育に興味がある方、お子さんと触れ合ってみたい方の参加をお待ちしています。</p> 	
時間	午前10時～午後0時30分(定員：各回30名)
①	1/29(木)立川市女性総合センターアイム 5階 第2学習室
②	2/3(火)としま区民センター 4階 会議室403
③	2/25(水)さんぽんすぎセンター 1階会議室
備考	当日イクサポに登録した方に交通費支給
申込 方法	① 下の二次元コードまたはURLから https://ws.formzu.net/dist/S7085003/ ② 組合員活動推進グループに 電話
保育	あり(1歳以上、10日前までに申込)
締切	各回開催日の7日前
問合せ 申込	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 主催：農山漁村と手をつなぐ会加盟 多摩市消費者団体等連絡会 日野せせらぎ農園の菌ちゃん農法で 身体も地球も健康に♪	
<p>都会の資源生ごみ・落葉・雑草・竹等を利用、土中の微生物の力だけで＝無農薬・無化学肥料で野菜や花を栽培、多世代が集うコミュニティにもなっているせせらぎ農園の主宰者佐藤美千代さんのお話！</p>	
日時	1月25日(日)午後2時～4時
会場	ベルブ永山3階 講座室 京王・小田急永山駅より徒歩3分
定員	40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	多摩市消費生活センター 電話 042-337-6610 申し込み受付 1/5～
申込期間	電話申し込み先着順

募集 第6地域委員会主催 産地訪問 『三浦半島 EM 研究会』に行こう！	
 <p>温暖な三浦半島で「おいしく、健康に良い野菜は土づくりから」をモットーに EM(有用微生物群)を活用した環境保全型農業に取り組む生産者グループ「三浦半島 EM 研究会」の畑を訪問します。いつものお野菜たちがどのように育てられているのか実際に見て、生産者のこだわりや情熱を感じましょう！ ☆大根や春キャベツの収穫体験も予定しています☆</p>	
日時	2月18日(水)午前7時半～午後4時頃
集合時間 と場所	① 7:30 千歳船橋ユアーズパーキング ② 7:50 OK 新用賀店 ★時間厳守★
対象	組合員とその家族 定員18名(4歳以上)
参加費	無料 ※収穫した野菜については実費
持ち物	軍手・汚れてもいい服装・運動靴(雨天時は長靴・カッパ) タオル・弁当・飲料
申込先	① 二次元コードまたは下記URLから https://ws.formzu.net/dist/S79702898/ ② 電話 03-5315-8080 (世田谷センター) ※月～金 午前9時～午後4時 2月6日(金)午後4時まで ※申込多数の場合は抽選し、2月10日(火)頃までに全員に結果を連絡します。