

地域版

東都生活協同組合
 発行 No.22
 2026年2月23日
 発行:第6地域委員会
 問い合わせ:世田谷センター
 電話:03-5315-8080

ワオ

せたがや

【配付地域】世田谷区(一部除く)
 ※個人情報東都生協の組合員活動のために使用します

おすすめ！芽吹き屋さんの桜餅

もうすぐひなまつりですね。
 地域委員会からのおすすめは、
 岩手阿部製粉(芽吹き屋)さんの「桜もち」♪シ
 ンプルな素材でつくられ、塩だけで漬けられた桜
 葉・程よい甘さの粒あんがとても美味しいです。
 「三色だんご」も、ごまあん・くるみあん・粒あ
 んと3つの餡が楽しめてかわいい色合いです。せ
 ひ召し上がってみてください🍡



ご案内 第6地域委員会

**地域版ワオの形式変更と
「みつばnavi」発行のお知らせ**

平素より東都生協の組合員活動にご理解、ご協
 力いただきありがとうございます。

この度、「地域版ワオ」の発行形式に
 ついて、活動への参加をさらに活発化
 させることを目指し、下記のとおり変更
 いたします。

【変更点】

現在発行している地域版ワオ『せたがや』は、この
 形式での発行が3月23日発行で最後となります。

次年度からは、第4・第5・第6地域の企画を一括
 で案内するほか、全体企画、他地域の企画などのご
 案内をします。新しい形式のもと地域版ワオ『みつ
 ばnavi』として引き続き、企画のご案内などを継続
 して行います。

今後ともどうぞよろしく願いいたします。

問い合わせ 世田谷センター
 ☎ 03-5315-8080 受付:月曜～金曜
 午前9時～午後4時



募集 第6地域委員会主催
地域のつどい♥フルーツパーティー

毎年恒例の「地域のつどい」…2025 年度に実施し
 た第6地域の企画やサロンなどの活動を写真などで
 分かりやすく紹介します。

東都生協おすすめの「安全安心」の果物をご
 用意しますので、食べながら楽しく交流
 しましょう♪



日時	3月13日(金) 午前10時30分～12時15分
会場と定員	世田谷区消費生活センター 教室 (世田谷区太子堂2丁目16番7号 三軒茶屋分庁舎3階) ①田園都市線三軒茶屋駅下車3分 ②世田谷線三軒茶屋駅下車3分 募集人数:30名
対象	どなたでも
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/S88816454/ ②電話 03-5315-8080 (世田谷センター) ※月～金 午前9時～午後4時
締切	3月6日(金) 午後4時 ※3/9頃までに全員に結果を連絡



募集 組合員活動委員会 主催【総代優先企画】
**Tohto Fan Meeting～大型バスで行く～
収穫&ピザ作り @朝日里山学校**

東都生協の大切な産直産地の一つ「JA やさと」
 にある「朝日里山学校」を訪問して
 収穫体験をしてみませんか。
 産地で楽しく交流しましょう♪



【組合員活動情報紙ワオ 435号にも掲載】
※申込締切後3/20(金)までに参加者へ詳細をご案内。

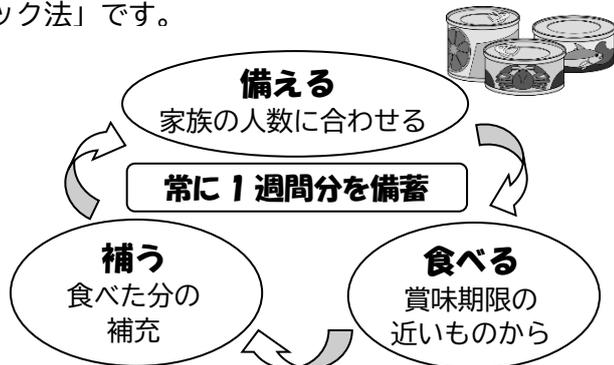
日時	①4月4日(土) ②4月18日(土)
集合について	①東京芸術劇場前広場/午前7時45分 ②調布市文化会館たづくり前/午前7時15分
訪問先	朝日里山学校 (茨城県石岡市)
定員対象	各日40人 組合員とその同一世帯家族 ※応募者多数の場合 2025年度総代優先
費用	大人1,000円 子ども950円 ※施設使用料・ピザ作り体験代 ※子ども:3歳～中学生
申込方法	URL または二次元コードから入力⇒ URL https://ws.formzu.net/dist/S99913167/ ※締切3月6日(金)午後4時
問合せ	共同購入事業部 組合員活動推進グループ 電話 03-5374-4756 月～金 午前9時～午後4時



非常食のローリングストック法

「置いておく」備えでなく「使いまわす」備え

特別な非常食ではなく、普段食べ慣れている缶詰・レトルト食品・乾物などで、比較的賞味期限が長い物を余分に購入し、食べた分だけ補充しながら一定量を確保しておくのが「ローリングストック法」です。



= 備蓄しておく便利なもの =

ゆで時間の短いパスタ・フリーズドライスープ
豆缶・ツナ缶・ミートソースやカレー(缶・レトルト)
パンの缶詰・野菜ジュース・ナッツ類など
カセットコンロとボンベ(1本で約60分使用可)
◆最初の3日間は冷蔵庫、次の3日間はローリング
ストック食材を食べましょう。

案内 主催：組合員活動委員会

東都生協ラボ SDGs 大作戦!

日時：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)

★出入り自由・どなたでもご参加いただけます★
東都生協ラボ研究員による子どもも大人も楽しめる
SDGs・環境問題を学べる体験型イベント! 家族み
んなで遊びに来てね!

SDGs 工作や「ちりめんモンスター
をさがせ」等



大学生によるワークショップ



ゴミ分別
魚釣りゲーム

子どもたち
あつまれ~!

◆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)

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

= 自宅で枕元に備える =

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
備えておくとういでしょう。

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? 災害時用トイレ =

災害時に利用できる携帯トイレ、簡易トイレは1回使用するごとに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

ライフラインが途切れ、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。