

地域版

東都生活協同組合
 発行 No.22
 2026年2月23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

ウォ

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
 ※個人情報は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
 「地域の情報が欲しい」「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。

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♪ 

【組合員活動情報紙ウォ 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⇒  URLhttps://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

募集 第8地域委員会 主催
みんなのカフェ@まちの駅八王子ちとせや

まちなか交流・活動拠点として営業されている「まちの駅八王子 CHITOSEYA(ちとせや)」のフリースペースをお借りして、どなたでも気軽に参加できるサロンを開催します。大人の塗り絵、折り紙等を予定しています。

日時	3月24日(火)午前10時～11時半
	まちの駅八王子 CHITOSEYA (ちとせや) 八王子市八日町 3-15 八王子市夢美術館向かい。多摩信用金庫八王子中央支店 1F JR八王子駅より徒歩15分
対象	どなたでも。
参加費	100円(小学生以下無料)・試食品あり
申込み	申込み不要。当日参加OK 出入り自由です。 (フリースペースの定員は12名)
問合せ	☎042-580-1750(国立センター) 月～金 午前9時～午後4時

募集 第9地域委員会 主催
春のカレー & ティーパーティー♪
～新宿中村屋の歴史を学ぼう～

子どもから大人までみんな大好きなカレー。株式会社中村屋から講師をお招きし、新宿中村屋の歴史やこだわり・思いなどを伺い、2種類のカレーを試食します。後半は、和紅茶とスイーツを楽しみながら地域のつどいとして、今年度の活動報告等を行います。ぜひお気軽にご参加ください♪ 

日時	3月24日(火)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 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	株式会社中村屋 後藤 真優 様
対象	組合員とその家族
参加費	200円(素敵なお土産付き!!)
申込先	①二次元コードまたは下記URLから https://ws.formzu.net/dist/S3458177/ ②小平センター:042-460-6861 (月～金/午前9時～午後4時)
締切	3月13日(金)正午まで ※申込多数の場合は抽選し、3月17日(火)頃までにハガキでご連絡いたします。

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

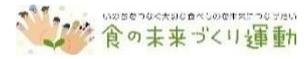


こどもたち
あつまれ～！

◆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)



「食べる約束」が「作る力」に！

みなさんは、「商品登録」を利用していますか？
“とどちゃんズ”は、商品登録をおすすめする
キャラクターです。

この子たちの名前を知っていますか？

牛乳は毎週届く「まいとど」ちゃん、卵は隔週
で届く「かくとど」ちゃん、味噌は月に1回の
「つきとど」ちゃんなど。忙しくて注文ができ
ない時でも、あなたの都合に合わせた商品が定期
的に届く便利なシステムです。ぜひ、登録しまし
よう！ 登録して利用することで、「あなたも生
産者の応援団の一員」です。



つきとど・まいとど・かくとど



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回使用するこ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

ライフラインが途絶
え、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
よう。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。