

地域版

フォ

東都生活協同組合

発行 No.24
2026年3月23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

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

暖かな日差しが感じられる季節になりました。地域版フォ「ツナグ」は、2025年度24号を発行し、多くの皆さまから企画にご応募ご参加いただきました。1年間ありがとうございました。4月からは形式や発行回数を変更して、情報をお伝えしていきます。これからもどうぞよろしくお祈いします。



募集 第1地域委員会

小川珈琲 de ツナグ・カフェ

京都の老舗コーヒー会社、小川珈琲の学習会。商品作りのこだわりや、2種類のコーヒーを飲み比べながら、おいしいいれ方を学びます。楽しいおしゃべりタイムもあります。



日時	4月15日(水)午前10時半～午後0時半
会場	亀戸文化センター 6F 第3研修室 JR総武線・東武亀戸線 亀戸駅徒歩2分
定員	20人
講師	小川珈琲株式会社
対象	組合員とその家族(※お湯を使うため、子ども同伴での参加はできません)
参加費	200円
持ち物	マイカップ、筆記用具
保育	あり(1歳から。要申込 3/30(月)まで)
申込先	①二次元コードまたは下記URLから https://ws.formzu.net/sfgen/S80752221/ ②電話 03-5845-2781 (足立センター) ※月～金 午前9時～午後4時
締切	4月6日(月)正午まで ※申込多数の場合は抽選し、全員に結果を連絡します。



募集 第1地域 と一ふれヨガの会主催

身体を変えて若返ろう

講師: 東都人材バンク 松谷佳子さん



1年かけて毎日じっくり自分の身体を10歳若返りさせてみませんか?無理な運動をするのではなく、どなたにでもできる身体の動きです。興味ありませんか? みんなで楽しく若返りましょう!

日時	4月11日(土) 午後1時30分～3時30分
会場	立一会館 (墨田区立川1-18-8) (都営新宿線「森下駅」から徒歩3分)
定員	12名
対象	どなたでも ※保育なし、初参加優先
参加費	おとな500円 (中学生から)
持ち物	飲み物・タオル・5本指靴下 あればバスタオルかマットをご持参下さい
申込先	と一ふれヨガの会 iduchan1985@gmail.com
締切	4/3(金)午後4時 結果はメールで連絡
問合せ	と一ふれヨガの会へメールか 足立センター 第1地域委員会事務局まで (03-5845-2781・平日午前9時～午後4時)

募集 第1地域 と一とバレエの会主催

4月のフレンズサロン

講師に東都人材バンクの谷恵子さんを迎え、バレエの基礎、ストレッチ、バーレッスンを中心に練習します。本格的なバーレッスンと丁寧な説明でバレエの身体の動かし方を学べます。一緒に楽しくバレエしましょう!



日時	4月27日(月) 午前10時～午後0時半 (準備、片付け含む)
会場	江戸川区船堀コミュニティ会館 集会室4 (都営新宿線「船堀駅」徒歩5分)
対象	定員10人、どなたでも 子ども同伴もOK
参加費	600円 (小学生以下無料)
持ち物	バレエシューズ (室内履き又は靴下等)、動きやすい服、バスタオル(ヨガマット)
申込先	と一とバレエの会メールアドレス: totoballetnokai@gmail.com
締切	4月20日(月) ※結果はメールで全員に 4月22日(水)までに連絡します。
問合せ	と一とバレエの会へメール または足立センターへ TEL:03-5845-2781 (月～金・午前9時～午後4時)

募集 東都生協 平和のつどい実行委員会 主催	
7月18日開催 第22回 東都生協 平和のつどい ピースメッセンジャー(出演者)募集!	
2026年度「平和のつどい」では、戦争体験文集を朗読劇にして上演します。戦争と平和の問題にも取り組む俳優の泉川真理さんによるワークショップに参加し、貴重な被爆証言、戦争体験を朗読しましょう。あなたも「ピースメッセンジャー」になって、戦争の記憶を語り継いでいきませんか。	
日時	ワークショップ(計3回 土曜開催) ①5月16日②6月6日③7月4日 午後2時30分～4時30分 ④当日リハ:7月18日(土)午前10時～ ⑤上演:午後2時30分～3時30分(予定)
会場	①②さんぼんすぎセンター③未定 ④⑤世田谷区立烏山区民会館
対象	どなたでも(小学生以上)
募集人数	10人程度(選考なし)
申込先	二次元コードまたは下記URLから https://ws.formzu.net/dist/S24295633/
締切	4月17日(金)午後4時まで
問合せ	総合企画室 組谷眞活動推進グループ ☎03(5374)4756 月～金 午前9時～午後4時

募集 第3地域「ペパーミント」主催	
◆ ペパーミントひろば ◆	
どなたでも気軽に参加できるサロンです。東都生協のお茶とお菓子でおしゃべりしませんか♪お好きな時間に見学だけでもどうぞ。	
クラフトバンドで、プレゼントにも最適な「花かご」を作ります。手芸初心者の方でも作れますので、安心して参加できます。申し込まずに、当日直接のご参加も大歓迎です。	
日時	4月13日(月) 午前10時30分～午後2時
会場	板橋区消費者センター 勉強室 板橋区情報処理センター7階 (板橋区板橋2-65-6)
対象	組合員、ご家族、お友だち
参加費	100円(クラフト材料費は別途200円)
申込み締切り	4月10日(金)午後4時まで ① 二次元コード・URLから https://ws.formzu.net/dist/S59259788/ ② または ☎03-5845-2781(足立センター)月～金:午前9時～午後4時
持ち物	クラフトバンド手芸をする方はハサミ

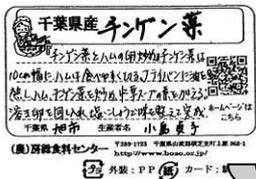
募集 第5地域委員会主催	
杉並清掃工場～おとなの社会科見学～	
家庭から出た可燃ごみが収集されたあと、どのように処理されているのか、清掃工場を一緒に見学しませんか。「焼却炉内見学窓」なども案内されます。エネルギー循環、地球温暖化の防止など環境への配慮、地域との共生についても知る機会にしましょう。	
日時	4月21日(火)午前10時～11時40分
会場	杉並清掃工場 京王井の頭線高井戸駅下車 徒歩5分
定員	30名ぐらい
対象	組合員とその家族、お友だち
参加費	無料
持ち物	筆記具、水分補給用の飲み物
保育	なし(お子さんも一緒に)
申込先	① 二次元コードまたは下記URLから https://ws.formzu.net/dist/S60297813/ ②電話 03-5384-7501(杉並センター) ※月～金 午前9時～午後4時
締切	4月10日(金)午後4時まで ※申込多数の場合は抽選し、4月15日(水)頃までに全員に結果を連絡します。

食の未来づくり運動

日本の農業を元気にするために、 私たちにできること

商品を利用するだけでなく、もう一歩すすんだ「産直(産地直結)」へ!野菜や果物などに入っている『生産者カード』に感想などを書くと生産者に届きます。供給時に注文書と一緒に提出を!

●**生産者カードを供給担当者に渡してください。**
あなたの声は生産者を励まします。産地とのつながりを大切にしましょう。



千葉県産チゲン菜
生産者カード
いつもおいしい野菜をありがとうございます。表面のレビューを試し、おいしくいただきました。

●**生産者カードがぬれていたり汚れていたりした場合は、「家にある紙(どのようなものでOK)」に書いて出してください。あなたの声が届きます。**

●**包材に印刷されている場合もありますので、その場合も家にある紙に書いて出してください。**

商品案内「Sanbonsugi(さんぼんすぎ)」には情報が盛りだくさん。読んでね!!