

地域版

東都生活協同組合



発行 No.24
2026年 3月23日
発行:第4地域委員会
問い合わせ:小平センター
電話:042-460-6861

よつばニュース

【配付地域】練馬区、西東京市、東久留米市、清瀬市、朝霞市、新座市、和光市

※個人情報東都生協の組合員活動のために使用します

案内	第4地域委員会主催
サロン de ひがしくるめ	
日時	4月9日(木) 午前10時~11時半
会場	成美教育文化会館 2階 会議室 西武池袋線東久留米駅 北口徒歩5分 東久留米東本町 8-14
内容	小物づくりやお茶菓子を試食しながら 組合員活動について楽しく情報交換しま しょう。(参加費 100円)
問い合わせ	小平センター:電話 042-460-6861 (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。



募集 第6地域委員会主催

春のお試しメイクアップ

コープ化粧品を実際に使用しての
スキンケア・メイクをお試しできます。
毎日のスキンケアやマッサージの仕方、
基本的なメイクのテクニックを知り、
透明感のあるつやつやお肌を目指しませんか。



日時	4月21日(火) 午前10時から正午
会場	砧総合支所区民集会所 第1会議室 世田谷区成城 6-2-1 砧総合支所 4階 小田急線 成城学園前駅北口下車徒歩5分
講師	(株)クラブコスメチックス 酒井 那菜様
対象	組合員とその家族 定員 15名
保育	あり(1歳以上5名まで) *同室キッズスペースにて保育 *保育締切:4月3日(金)16時
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/S34942831/ 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	4月6日(月)午後4時 ※4/8頃までに全員に結果を連絡



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さんぽんすぎセンター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	総谷企画室 組合員活動推進グループ ☎03(5374)4756 月～金 午前9時～午後4時



東都生協 ぐらしの助け合いの会

ほっとはんど



募集してま〜す!!

あなたのサポートを必要としている人がいます

できることで活動を! 組合員同士の対等・平等な「困ったときはお互いさま」の助け合いで、いずれはあなたもお世話になるかも!

保育・送迎

調理・下ごしらえ

掃除

話し相手など






困っている人の為にできることが、自分の元気の源

会員は①援助を受ける会員 ②援助する会員
③賛助会員の3種類。年会費1000円。活動は有償です。詳しくは、下記までお問い合わせください。～ ほっとはんど事務局 ～

電話: 03-5374-4748
(月～金 午前9時～午後4時30分)

東都生協ホームページ
<https://www.tohto-coop.or.jp> → 「組合員活動」
→ 「ぐらしと福祉」 → 「ぐらしの助け合いの会 ほっとはんど」の「問い合わせフォーム」からもできます。

募集中 【登録制】 「仲間づくりボランティア」 登録&参加しませんか?	
東都生協では「仲間づくり」(=組合員を増やす活動)を進めています。皆さんもちょっとした時間に参加してみませんか?参加方法は2つあります。	
【イベント参加】 地域のおまつりや各種イベントに出店する際の職員のお手伝い(1回2時間以上の立ち仕事) 試食・試飲券配りや産直青果の販売手伝いなど	
【とーとちよいボラ】 ガレージなどをイベント開催のためにスペースを提供(情報提供)したり、試食品やチラシを配布したり、空いた時間のお手伝い	
参加資格	東都生協組合員
交通費	往復の交通費支給
特典	仲間づくりポイント付与
申し込み	下記のURLまたは右上の二次元コードから https://www.tohto-coop.or.jp/volunteer/
問い合わせ	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) またはメール: kumikatsu@tohto.coop

平和な日本のために 憲法について知ろう②

大切に守られてきた「日本国憲法」。1947年に施行されてから78年、わたしたちの国の憲法について、あらためて学びましょう。

【立憲主義】
 国家の権力を憲法で制限し、憲法に基づいた政治を行うという考え方をいいます。



【日本国憲法の三原則】
 「国民主権」「基本的人権の尊重」「平和主義」
 日本国憲法の基本的な考え方です。戦争をしないこと、権力を分立する政治のしくみと、人権を保障する民主政治の原則を取り入れることで、立憲主義の憲法を実現しています。



基本的人権を国家が保障するよう定めた、日本国憲法のうちの大切な条文の一つです。

日本国憲法 第三章 第十三条
 すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。