

募集 ③とーと千駄木 主催

産地訪問！グリーンリーフで収穫体験

群馬県利根郡にあるグリーンリーフ株式会社は、おかずキットや漬物、冷凍有機野菜などを製造しています。自社農場での野菜収穫体験や野菜加工・こんにやく工場の見学を行い、産地の方と交流しましょう！

日時	7月22日(水) 午前7時20分～午後5時
訪問先	グリーンリーフ株式会社(群馬県利根郡) 集合午前7時20分(時間厳守)、出発7時半 *スケジュール詳細は当選者へ連絡します
集合場所	メトロ南北線「東大前」駅出口横の自転車駐輪場奥 *東都生協緑の旗が目印
対象	組合員と家族 定員：18人
参加費	なし *昼食希望者は実費1200円
持ち物	*詳細は当選者へ連絡
保育	なし *子ども受け入れは3歳以上

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S87005509/>
 ②03-5845-2781(足立センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：6月26日(金)午後4時 *※申込多数の場合は抽選し7月3日(金)までに全員に結果を連絡します

募集 第5地域委員会主催

今から始める「エンディングノート」

「エンディングノート」をご存知ですか？終活のためと思われがちですが、これまで自分がどう過ごしてきたのか、そして、これからどう過ごしていきたいのかを見つめ直すよいきっかけになります。自分のため、家族のために今から一緒に書き始めてみませんか？

日時	7月8日(水) 午前10時～正午
会場	阿佐谷地域区民センター第4・5集会室(杉並区阿佐谷北1-1-1/JR線 阿佐ヶ谷駅徒歩5分)
講師	社会福祉法人 東京福祉会 菱沼大悟さん
対象	組合員とその家族、お友達も(定員：20人)
参加費	100円
持ち物	筆記具、水分補給用の飲料
保育	あり(1歳～未就学児、無料、事前予約)

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S74838285/>
 ②電話 03-5384-7501(杉並センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：6月22日(月)午後4時まで
 ※申込多数の場合は抽選し、6月30日(火)までに全員に結果を連絡します

募集 第9地域委員会主催

「私らしい暮らし」をデザインする。ライフプラン学習会

物価高が続く今「将来わが家の家計は足りるかしら」と、ふと不安になることはありませんか？学習会では自分たちの未来を想像しながら、その実現を助けてくれる「働き方」や「税金の基礎」を学びます。話題の「〇〇万円の壁」についても解説します。10年後の笑顔のために一緒に準備をはじめませんか。

日時	7月10日(金) 午前10時～正午
会場	国立市商業協同組合 A会議室 国立市東1-4-6 2階 JR国立駅南口徒歩3分
講師	共同購入事業部 ライフプランアドバイザー
対象	どなたでも。お友達も一緒にどうぞ
定員	20人(保育なし)
参加費	100円

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S49880226>
 ②042-460-6861(小平センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：6月26日(金)午後4時まで*※申込多数の場合は抽選し7月1日(水)までに結果を連絡します。

募集 ⑤若返りを楽しむ会 主催

若返るダンスを楽しむ

一般社団法人現代舞踊協会所属の講師と一緒に世界でも人気の盆踊りを楽しみながら心も体も若返りましょう！頻尿予防にも！※2人目講師として、杉並区健康推進活動登録団体の講師も参加します。

日時	7月16日(木) 午後1時30分～2時30分
会場	杉並区立 産業商工会館 和室 (杉並区阿佐谷南3-2-19) JR中央線・総武線 阿佐ヶ谷駅 徒歩5分 地下鉄丸ノ内線 南阿佐ヶ谷駅 徒歩3分 *中杉通りから不動産屋角の道を曲がる
対象	組合員とその家族、お友達も
定員	10人(先着) ※申込をもって当選となります
参加費	大人500円(試飲&試食品付き)
保育	なし
持ち物	水分補給のための飲料

申込先：03-5384-7501(杉並センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



申込期間：6月15日(月)～7月3日(金)午後4時
 ※キャンセルの場合、必ず上記までご連絡ください

募集 第7地域委員会主催

インフォメーション・カフェ de 国領

今だからこそ平和への思いに寄り添う
折り鶴と一緒に作りませんか。

東都生協の気になるジュース Bar もあり
ます。情報交換や仲間づくりの場としてお
気軽にお立ち寄りください。



日時	7月9日(木) 午前10時～11時半
会場	調布市市民プラザあくろす 3階 研修室2 (京王線国領駅徒歩1分)
講師	なし
対象	どなたでも(出入り自由)
参加費	100円
持ち物	マイカップ
保育	なし お子さんも一緒にどうぞ

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S86430423/>
②042-480-7201(調布センター)
※月～金 午前9時～午後4時



締切：準備ため6月26日(金)午後4時までのお申し
込みをもって当選、直接会場へお越しください。時間
内出入り自由ですので、当日参加も歓迎いたします！

募集 ③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♪
午前10時半～12時半は藤井養蜂場の講師
による「はちみつの上質な使い方」講習会を
開催。当日直接の参加も大歓迎です。



日時	7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 *都営三田線「板橋区役所前」駅A3出口～徒歩 3分 *東武東上線「大山」駅北口～徒歩7分
講師	株式会社 藤井養蜂場 小笠原茂樹さん
対象	組合員とその家族、お友だち
参加費	100円(中学生以下無料)、保育なし
持ち物	筆記用具

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S76933589/>
②電話 03-5845-2781(足立センター)
※月～金 午前9時～午後4時



締切：7月3日(金)※申し込みをもって参加とします。

募集 第8地域委員会主催

みんなで活動交流会@町田



地域の組合員同士の交流と情報交換の場です。と一
とフレンズのメンバーや商品委員、活動アシストからの
活動報告もあります。おすすめ商品の試食をしながら
楽しい交流の時をもちましょ。何か新しい事をやっ
てみたいくなるかも？

お気軽にご参加ください、お待ちしております。

日時	7月7日(火) 午前10時～11時45分
会場	まちだ中央公民館 学習室2 (町田市原町田6-8-1町田センタービル6階) JR町田駅北口徒歩3分、小田急線町田駅徒歩5分
対象	組合員とその家族 (定員：15人)
参加費	100円
持ち物	筆記用具・飲料
保育	なし お子さんと一緒にご参加ください

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S6888143/>
②042-580-1750(国立センター)
※月～金 午前9時～午後4時



締切：6月26日(金)午後4時まで
※申込多数の場合は抽選の上
6月30日(火)までに全員に結果を連絡します

募集

あなたの声で生協をよりよく！

～通常総代会に向けて～

「総代」ってなあに？



総代は「組合員の代表」です

生協は組合員みんなが出資して利用し、運営する
組織です。しかし、組合員全員が集まるのは難し
いので、代表＝「総代」が通常総代会で1年間の
事業や活動などの重要な方針を決めます。

総代の任期は約1年
年5回会議があります

組合員本人(今年
7/20以前に加入)
が立候補できます

2026年度総代は今秋から

・10月頃 総代オリエンテーション

・11月、4月、6月 総代会議

・2027年6月 第53回通常総代会

※出席時の交通費は実費支給されます。

動画「総代について」をご覧ください ⇒



お問い合わせは、総合企画室 総代会事務局まで
TEL:042-303-5007 月～金曜日午前9時～午後4時

