

◆◇地域版ワオ おむすび◆◇

第7号 2026年7月13日発行

第1、2、3地域の企画情報を中心に掲載しています

発行：組合員活動推進グループ

募集

⑥岡本フレンズ主催

鈴廣かまぼこ工場見学・手作り体験

「鈴廣かまぼこ」は、伝統的な製法を守りつつ環境にも配慮した経営をしています。工場見学とかまぼこの手作り体験を一緒にしませんか？



日時	8月7日(金) 午前8時10分～午後5時
会場	鈴廣かまぼこ株式会社(神奈川県小田原市) ・集合場所① 鎌田区民センター脇 川沿い ・集合場所② オーケー新用賀店前
対象	組合員とその家族(3歳以上) 定員:16人
参加費等	昼食 1980円(大人)・1650円(小学生想定) かまぼこ手作り体験教室 1980円(任意) 保育なし ※詳細は後日当選者へご連絡します

申込先: URL, 二次元コード、電話
<https://ws.formzu.net/dist/S72875376/>
 問合せ: 03-5315-8080(世田谷センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切: 7月24日(金)午後4時まで
 ※申込多数の場合は抽選し、
 7月31日(金)までに全員に結果を連絡します

募集

第1地域委員会 主催

東洋ライス(株)サイタマ工場に行こう！



東洋ライス(株)の工場はとても近代的です。独自開発の「無洗米金芽米」「金芽ロウカット玄米」などの秘密を知ってみませんか？見学の後は、精米したお米を食べ比べ、おいしさの違いを味わいましょう。

日時	8月19日(水) 午前8時15分～午後3時(予定)
集合場所	JR錦糸町駅南口 セブンイレブン前 午前8時15分 集合(時間厳守)
定員	20人(主催者含む)
対象	組合員と同居の家族(子ども小学生以上)
参加費	無料 お弁当代 600円(予定)
持ち物	飲み物など水分補給、筆記用具
その他	詳細は当選者に連絡します。

申込先: ①二次元コードまたは URL
<https://ws.formzu.net/dist/S52710264/>
 ②03-5845-2781(足立センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切: 7月27日(月)午後4時まで
 ※申込多数の場合は抽選し、
 7月29日(水)までに全員に結果を連絡します。

募集

① ASUKA 主催

(株)コープミート千葉 メーカー交流訪問

安全・安心にこだわった食肉加工メーカーの「(株)コープミート千葉」にマイクロバスで訪問します。現地では工場見学とメーカーの方との学習交流会を楽しみませんか？
 *現地での商品販売は行っていません。



日時	8月21日(金)午前7時40分～午後4時予定
集合場所	① 北千住駅東口 交番前 午前7時40分 ② スターバックスコーヒー金町駅南口店前 午前8時10分
定員	20人 主催者含む
対象	組合員とその同居家族(子ども小学生以上可)
参加費	無料 お弁当 800円
持ち物	筆記用具、飲み物、熱中症対策
備考	集合時間厳守 *詳細は当選者に連絡します

申込先: ①二次元コードまたは
 URL: <https://ws.formzu.net/dist/S33157612/>
 ②03-5845-2781(足立センター)へ電話
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切: 7月24日(金)午後4時まで。※申込多数の場合は抽選し、7月31日(金)までに当落を連絡します。

募集

④光が丘 ML 主催

八千代ビーフについての学習会

八千代ビーフってどんなお肉？

生産者のお話を伺い、
 その美味しい部位
 (モモ、肩ロース、バラ)
 の試食もしてみましょう。



日時	8月20日(木) 午前10時～正午
会場	文化交流ひろば(練馬区光が丘3-1-1) 予定 都営大江戸線 光が丘駅から徒歩15分
講師	千葉北部酪農農業協同組合 小野功さん
対象	定員:20人 組合員とその家族
参加費	500円
持ち物	筆記用具
保育	なし

申込先: ①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S72948599/>
 ②042-460-6861(小平センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切: 7月31日(金)午後4時まで
 ※申込多数の場合は抽選し、8月7日(金)までに全員に結果と確定会場を連絡します

◆◇地域版ワオ おむすび◆◇

第7号 2026年7月13日発行

第1、2、3地域の企画情報を中心に掲載しています

発行：組合員活動推進グループ

募集 第3地域委員会主催

夏休み親子企画「ジュースでグミを作ろう！」

親子で楽しめる野菜学習です！

東都生協の野菜や果物のジュースを使ってグミを作ります。畑の様子を動画で見たり、フレッシュジュースを作って、野菜のおいしさを楽しく学びます！



日時	8月21日(金) 午前10時半～午後0時半
会場	としま区民センター5階キッチンルーム ※JR他各線「池袋」駅東口から徒歩7分
対象	組合員とその家族、定員：18人
参加費	大人200円、小学生以下100円
持ち物	エプロン、三角巾、マスク、ふきん
保育	なし

申込先：①二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S7207706/>

②03-5845-2781(足立センター)

※月～金 午前9時～午後4時



締切：7月31日(金)午後4時まで

※申込多数の場合は抽選し、8月7日(金)までに全員に結果を連絡します

募集 第1地域委員会 主催

親子で楽しむ「はちみつ学習&おやつ作り」



親子で一緒にはちみつ学習会。養蜂のこと、花別はちみつのこと、食べ方をいろいろ教えてもらい、はちみつを使って、おいしいおやつを作しましょう♪
大人の方おひとりでの応募も可能です。

日時	8月29日(土) 午前10時半～午後0時半
会場	パルシティ江東 3階 調理実習室 都営新宿線・半蔵門線「住吉駅」B1出口より徒歩10分
講師	(株)藤井養蜂場 東京支店 小笠原茂樹さん
対象	組合員とその家族 定員：20人
参加費	200円
持ち物	筆記用具、エプロン、三角巾、ふきん
保育	なし

申込先：①二次元コードまたはURL

<https://ws.formzu.net/dist/S26426544/>

②03-5845-2781(足立センター)

※月～金 午前9時～午後4時



締切：8月7日(金)午後4時まで

※申込多数の場合は親子優先で抽選し、8月12日(水)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

地球にやさしい石けん学習会

夏休みの自由研究にもピッタリ!!

お子さんと一緒に太陽油脂株式会社さんから地球と環境にやさしい石けんについて学びましょう。親子での参加はもちろん、大人の方お一人でも、お友達同士での参加もお待ちしています。

日時	8月19日(水) 午前10時～正午
会場	高井戸地域区民センター3階料理室(杉並区高井戸東3-7-5/京王井の頭線高井戸駅下車)
講師	太陽油脂株式会社 宮島 葵様
対象	組合員とその家族、どなたでも(定員：30人)
参加費	大人100円、子ども50円(小学生以下)
持ち物	筆記具、水分補給用の飲料
保育	あり(無料、1歳～未就学児、事前予約)

申込先：①二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S13782703/>

②電話 03-5384-7501(杉並センター)

※月～金 午前9時～午後4時



締切：7月31日(金)午後4時まで

※申込多数の場合は親子参加優先で抽選し、8月7日(金)までに全員に結果を連絡します。

募集 ③WakuWakuサロン主催

「アジアの子どもたちに絵本を贈ろう」

公益社団法人シャンティ国際ボランティア会が実施するアジアの紛争地域の国などへ「絵本を届ける」運動です。日本の絵本に現地語のシールを貼り紛争地域の国へ届けます。個人では参加の難しい国際貢献活動に親子で参加してみませんか？絵本の読み聞かせあり。

日時	7月31日(金) 午前10時～正午
会場	ロータスホール(板橋区坂下3-10-10) 都営三田線蓮根駅より徒歩5分
対象	どなたでも(対象年齢小学校4年生以上向き)
定員	定員9人。小学校低学年以下は保護者同伴。
参加費	100円
持ち物	ハサミ

申込先：①二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S30440977/>

②03-5845-2781(足立センター)

※月～金 午前9時～午後4時



締切：7月27日(月)午後4時まで

※申込多数の場合は抽選し、7月30日(木)までに全員に結果を連絡します



◆◇地域版ワオ おむすび◆◇

第7号 2026年7月13日発行

第1、2、3地域の企画情報を中心に掲載しています

発行：組合員活動推進グループ

募集 ① と一ふれヨガの会 主催

リンパ体操 & マッサージ



講師に松谷佳子先生を迎えて、楽しく脳と身体を動かして、1年かけて10歳若返りましょう。どなたにでもできる運動で、無理なく筋力UPしませんか？

日時	8月8日(土) 午後1時半～3時半
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)
講師	東都人材バンク 松谷佳子さん
対象	どなたでも 定員：10人
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。
保育	なし

申込先：下記メールアドレスへ

iduchan1985@gmail.com

締切：7月31日(金)午後4時まで

結果はメールで連絡します。

問い合わせ：足立センター 03-5845-2781 まで

募集 ⑤ 若返りを楽しむ会主催

カラオケと演歌も楽しもう！

元演歌歌手講師の歌を聞きながら、新ビブラート法も習ってみませんか。みんなで一緒にカラオケを楽しもう！（講師：2人）

日時	8月18日(火) 午後1時30分～3時00分
会場	カラオケオリーブ 阿佐ヶ谷店 (杉並区阿佐谷北2-13-21-2階) JR 中央線・総武線 阿佐ヶ谷駅北口ロータリーを直進 徒歩約1分左側 *03-5373-1653
対象	組合員とその家族、お友達も
定員	10人 (先着順) 試供品付き
参加費	1500円 (夏季シニア割カラオケ代・飲み放題含む) *ドリンク20種あり ※65歳未満は、+300円 となります
保育	なし
お願い	キャンセルの際は、必ず、ご連絡ください。

申込期間：7月20日(月)～8月3日(月)

申込先：03-5384-7501(杉並センター)

※月～金 午前9時～午後4時



※申込みをもって当選となります。当日お越し下さい。

案内 広島県・長崎県・日本生活協同組合連合会

2026 ピースアクション in ヒロシマ・ナガサキ
「特設サイト」のご案内

「虹のひろば」はYouTubeでLIVE配信されます。過去のピースアクション in ヒロシマ・ナガサキで公開した被爆の証言の動画で視聴できます。

ぜひ、アクセスしてみてください。

★ヒロシマ 第1部 虹のステージLIVE配信

開催日時 8月5日(水) 午後1時～4時30分

- ・広島修道大学ダンス部パフォーマンス
- ・朗読 紺野美沙子さん 星はみている
- ～原爆でわが子を亡くした父母らの手記より～
- ・安田女子大学・高等学校書道パフォーマンスなど

★ナガサキ 虹のひろばLIVE配信

開催日時 8月8日(土) 午後1時～3時10分

- ・鶴鳴学園 鶴鳴高等学校 龍踊部 演舞
- ・講演 日本被団協 代表委員 田中熙巳さん
- ・長崎南山小学校 コーラス部 コーラス など



特設サイト
アクセスはこちらから



案内

福祉

ご存知ですか？ リーディングサービス

東都生協では視覚に障害のある組合員に向けて声の商品案内をお届けする活動（リーディングサービス）を行っています。

声の商品案内の作成は、「視覚障害者と協同するボランティアの会（通称：やまびこの会）」が担っています。やまびこの会は、声の商品案内を作成する音訳スタッフと利用者で構成され、1989年に発足しました。現在26人が音訳スタッフ登録し、利用者は81人に達しています。

詳細は組合員活動推進グループまでお問い合わせください。

