

◆◇地域版ワオ おむすび◆◇

第10号 2026年8月24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

収穫体験！産地交流「房総食料センター」

畑で楽しい収穫体験！また、長年にわたり様々な野菜を供給いただいている生産者との交流により、私たちの食についての理解を深めましょう！
収穫品は「落花生」又は「ごぼう」及び「さつまいも」を予定しています



日時	10月3日(土) 午前7時50分集合 午前8時出発／午後4時解散予定
集合場所	東京芸術劇場横（池袋駅西口より徒歩2分、地下通路2b出口と直結）
定員	15人（主催者含む）
対象	組合員と同居家族（お子さんは4歳以上）
参加費	無料（昼食代は各自負担：1,000円）
その他	詳細は当選者に別途ご連絡します。

申込先：①二次元コード又は下記 URL から
<https://ws.formzu.net/dist/S83280926/>
又は：②03-5845-2781(足立センター)
電話で受付※月～金、午前9時～午後4時



締切：9月11日(金)午後4時まで
※申込多数の場合は初参加の方を優先、
9月18日(金)までに全員に結果を連絡します



募集 ① かなまちとーとフレンズ主催

茨城県西産直センターで収穫体験！

筑波山の麓 茨城県西産直センターに行きませんか？野菜の収穫体験をした後は、手作りのお昼ごはんをいただきながら交流をします。産地の様子や野菜作りの工夫などいろいろなお話を聞きましょう！



日時	10月7日(水) 午前8時10分～午後4時予定
集合場所	スターバックスコーヒー金町駅南口店前 葛飾区金町 6-4-2 ラヴィクレール
訪問先	(農)茨城県西産直センター（茨城県結城郡）
定員	20名(主催者含む)/組合員と家族(3歳以上)
参加費	無料(昼食代:おとな中学生700円・小学生500円・幼児300円 ※カレーライス、サラダ予定)
持ち物	当選者にお知らせします。
備考	収穫物は実費、有料です。

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S77629036/>
②03-5845-2781(足立センター)
※月～金 午前9時～午後4時



締切：9月7日(月)午後4時まで ※結果はメールで
全員に9月11日(金)までに連絡します。

募集 ④にんじん畑主催

(農)茨城県西産直センターへ行こう

「筑波の自然の恵みを食卓に」丹精込め、じっくり育てている野菜圃場を見学、収穫体験をします。主に地元の食材を使用したカレーライスとサラダをいただきながら、交流しましょう！



日時	10月9日(金) 午前7時55分～午後5時
訪問先	農事組合法人茨城県西産直センター 練馬文化センター駐車場前 午前7時55分 光が丘郵便局前の道路 午前8時05分
対象	組合員とその家族：20人（主催者含む）
参加費	無料 昼食代(実費負担):中学生以上700円、 小学生500円、幼児300円 ※収穫物は有料
持ち物	飲み物、筆記用具、収穫体験できる服装

申込先：右記二次元コード
または下記 URL より
<https://ws.formzu.net/dist/S35564448/>



締切：9月11日(金)午後4時まで
※申込多数の場合は抽選し、
9月18日(金)までに全員に結果を連絡します
*集合場所、持ち物の詳細は当選者へご連絡します。

募集 ① とーとバレエの会主催

とーとバレエの会 9月のフレンズサロン

東都人材バンクより講師を迎え、バレエの基礎、ストレッチ、本格的なバレレッスンを中心に練習します。丁寧な説明で身体の動かし方を学べます。楽しくバレエしましょう！



日時	9月14日(月) 午前10時～午後0時30分 (準備・片付けを含みます)
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)
講師	東都人材バンク 谷 恵子さん
対象	定員：7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)
保育	なし

申込先：とーとバレエの会メールアドレス
toto balletnokai@gmail.com

締切：9月9日(水)午後4時まで
※結果はメールで全員に9月11日までに連絡します。

◆◇地域版ワオ おむすび◆◇

第10号 2026年8月24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6地域委員会主催

環境にやさしい多肉植物のテラリウムづくり

数種類の多肉植物を透明な容器に入れて小さなガーデンを作ります。多孔質の土や石を使用するのでカビや虫の発生がほとんどなく、日当たりの良いテーブルや窓辺に置いて毎日眺めることが出来ます。

日時 9月18日(金) 午前10時～正午

会場 砧総合支所区民集会所(4階)第1会議室
小田急線 成城学園前駅北口 徒歩3分

講師 京谷美智子

対象 どなたでも
定員：20人

参加費 500円 材料代

持ち物 筆記用具他(写真のフィギュアは見本です)
保育 保育あり(1歳以上)※詳細は当選者へ連絡

申込先：①二次元コード：URL から
<https://ws.formzu.net/dist/S85702454/>
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：9月4日(金)午後4時まで
※申込多数の場合は抽選し、
9月8日(火)までに全員に結果を連絡します



募集 組合員活動委員会主催

心をつなぐもーもータオルキャンペーン2026

東都生協とともにある八千代牛乳。千葉北部酪農農業協同組合の生産農家は毎日搾乳の前後に、乳牛の乳房をタオルで拭いて清潔を保っています。お家で眠っている白い新品のタオルと、生産者へメッセージを募集します。みんなで八千代牛乳を応援しよう！

期間 8月31日(月)～10月2日(金)

提出先 供給センター
供給時にご提出ください。

お願い ◇白い新品のタオルをお願いします。
・外袋などは外してください。
・乳房を傷つけないよう刺繍の無いもの。
(会社名など、印刷の名入りはOK)
※タオルは何枚でもOKです



メッセージ申込先：二次元コードまたは
下記のURLより入力してください。
<https://ws.formzu.net/dist/S81484133/>



締切：10月2日(金)まで
※集まったタオルは、地域委員会が集計してメッセージと一緒に贈ります。

募集 組合員活動委員会 主催

仲間づくりボランティア交流会

「仲間づくりボランティア」とは、新しい組合員を増やすための活動です。隙間時間でできる「とーとちよいボラ」やイベントに協力すると「仲間づくりポイント」も付きますよ♡登録済みの人もまだの人も、気軽にご参加ください。試食イベント車もやってきます。

日時 10月1日(木) 午前10時30分～正午

会場 さんぽんすぎセンター 地下ホール
(杉並区下高井戸5-4-42)
京王線「上北沢」駅 北口より徒歩7分

講師 拡大推進部職員

対象 組合員とその家族 定員：20人

参加費 無料☆米粉のバナナクレープの試食あり

持ち物 筆記用具

保育 1歳以上の未就学児をお預かりします

申込方法：Web フォーム
<https://ws.formzu.net/dist/S397212587/>
問い合わせ：組合員活動推進グループ
TEL 03(5374)4756(※月～金 午前9時～午後4時)



締切：9月11日(金)午後4時まで
※申込多数の場合は抽選し、9月18日(金)までに全員に結果を連絡します

募集

会員募集中

東都生協くらしの助け合いの会

ほっとはんど

募集してま〜す!!



組合員同士が「困ったときはお互いさま」の気持ちをもって助け合う、有償ボランティアの活動です。活動に参加するためには、登録が必要です。

活動内容はさまざまですが、コーディネーターがいるから初めてでも安心。お子さんが学校に通っている間の時間や、定年後の再スタートとして60代70代の方も多数活躍中。



食事づくり・掃除



話し相手



保育や送迎



あなたの困った！をぜひご相談ください。介護保険では補えない「話し相手」など、会のルール内でお手伝いしています。賛助会員も同時に募集中！

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)

