

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** 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
集合	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 ⑤とーとフレンズ下高井戸 主催**アジアの子どもたちに絵本を贈ろう**

日本の絵本にカンボジア・ラオス・ミャンマー難民キャンプ・ミャンマー・アフガニスタンの現地語シールを貼り、子どもたちに贈る絵本を作成します。また、シャンティの活動についての理解も深めます。

土曜日開催ですので、ぜひお子さんと一緒にどうぞご参加ください。

日時	9月12日(土) 午前10時～正午
会場	さんぽんすぎセンター・3階調理室 杉並区下高井戸 5-4-42/京王線北沢徒歩7分
対象・定員	組合員とその同居家族（お子さん、お孫さんも可）大人だけでも大歓迎です 定員5組
参加費	無料
持ち物	はさみ、筆記用具、飲み物
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・下記 URL より
<https://ws.formzu.net/dist/S98993163/>
②03-5384-7501(杉並センター)
※月～金 午前9時～午後4時



9月4日(金)午後4時まで
※申込多数の場合 9月9日(水)、までに全員に結果を連絡します シフォンケーキのお土産もあります。

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 ⑥岡本フレンズ主催

リンパマッサージと簡単エクササイズ

暑い夏も終わる、
季節の変わり目です。
体調を整え、
夏の疲れを癒しましょう。



日時	9月28日(月) 午前9時半～11時半
会場	鎌田区民センター会議室 世田谷区鎌田 3-35-1 小田急/東急バス 砧南中前下車5分
講師	松谷佳子さん(東都人材バンク講師)
対象	どなたでも 定員：15人
参加費	200円
持ち物	飲料、タオル
保育	なし

申込先：二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S95703814/>

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：9月4日(金)午後4時まで

※申込多数の場合は抽選し、

9月11日(金)までに全員に結果を連絡します。

募集 ④タガラビー主催

楽しくリンパ体操！

毎日を元気にすごせるように、
リンパ体操を習慣にしませんか？
皆さんで楽しく体操することで、
リンパの流れを良くして身体の調子を
整えましょう！



日時	10月1日(木) 午前10時～正午
会場	春日町地域集会所 2階 集会室1・2 (練馬区春日町 5-30-1)
講師	東都人材バンク 松谷佳子さん
対象	組合員とその家族 定員：20人
参加費	200円
持ち物	飲み物、タオル、動きやすい服装
保育	なし

申込先：①二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S19474695/>

②042-460-6861(小平センター)

※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 第7地域委員会主催

心と心をつなぐエニアグラム体験

エニアグラムでは人には九つの性格タイプがあり誰もがその一つを身につけて生まれてくるといわれています。自分を客観的に知ることは人生を豊かにし人間関係を満たされたものにします。自分探しの旅の第一歩を始めましょう。



日時	10月6日(火) 午後1時半～4時
会場	調布市文化会館たづくり 6階 602会議室 京王線 調布駅中央口 徒歩5分
講師	東都人材バンク 根本 由果里さん
対象	組合員とその家族 定員：18人
参加費	100円(試食品あり)
持ち物	筆記用具 飲み物
保育	なし(お子さんと一緒にどうぞ)

申込先：①二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S48576713/>

②042-480-7201(調布センター)

※月～金 午前9時～午後4時



締切：9月25日(金)午後5時まで

※申込多数の場合は抽選し、

9月29日(火)ごろに全員に結果を連絡します。

募集 第6地域委員会主催

サロン de せたがや 9月

ご自宅にあるハンカチ・リボンを材料に「ハンカチ巾着」を作りませんか？写真は東都生協アプリの「つながる」→「イベント」からご覧ください。とてもかわいいです♡ピースニットも用意します。おしゃべりのみの方もぜひどうぞ。ゆったり楽しく過ごしましょう！

日時	9月24日(木) 午前10時～11時半
会場	宮坂区民センター3階中会議室 世田谷区宮坂 1-24-6 東急世田谷線宮の坂駅前
対象	どなたでも。お友達もお連れ下さい。
参加費	100円 お茶とお菓子付き
持ち物	マイカップ ※巾着作成希望者は、ハンカチ、ハサミ、縫い針・まち針(数本)、糸(少々)、(ご自宅にあれば)リボン をお持ちください。
保育	なし。一緒にどうぞ。
申込	不要。直接会場へお越しください。
問合せ	03-5315-8080(世田谷センター) ※月～金 午前9時～午後4時



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	さんぼんすぎセンター 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