

募集 第 8 地域委員会主催

「しめさば」を使って「押しずし」作り体験



「しめさば」のうまみと、酢飯のコラボ、押しずしを作ります。簡単にできて、おもてなし料理にもぴったり。講師の「魚を多くの人に食べてほしい！」の熱い思いを感じる学習会です

日時	10 月 14 日(水) 午前 10 時半～午後 0 時半	
会場	ソレイユさがみ セミナールーム 5(食工房) イオン橋本店 6 階 シティ・プラザはしもと内 JR 橋本駅徒歩1分 京王橋本駅徒歩3分	
講師	千倉水産加工販売(株) 有馬 将伍さん	
対象	どなたでも 定員：20 人	
参加費	200 円 (軽食付き)	
持ち物	飲料・エプロン・三角巾・ふきん・マスク	
申込先：①二次元コード https://ws.formzu.net/dist/S83241261/ ②042-580-1750(国立センター) ※月～金 午前 9 時～午後 4 時		
		
締切：9 月 30 日(水)午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、 10 月 7 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

コモパンの日持ちの秘密

株式会社コモの職員の方を講師にお招きし、日持ちの秘密や便利な使い方 (ローリングストックなど)、そしてお手軽アレンジも紹介していただきます。
工場紹介動画を見たり、試食品を食べたりしながらコモのパンについて学びませんか？

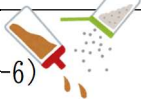
日時	10 月 14 日(水) 午前 10 時～正午
会場	阿佐谷地域区民センター第 4・第 5 集会室 (JR 中央線 阿佐ヶ谷駅南口徒歩 5 分)
講師	株式会社コモ 萩原敬介様
対象	組合員とその家族、お友達も (定員：30 人)
参加費	100 円 こども無料 (18 歳以下)
持ち物	筆記具、水分補給用の飲料
保育	あり (1 歳～未就学児、事前申込、無料)
申込先：①二次元コード https://ws.formzu.net/dist/S266390/ ②03-5384-7501(杉並センター) ※月～金 午前 9 時～午後 4 時 (祝日可)	
締切：9 月 25 日(金)午後 4 時まで ※申込多数の場合は抽選し、 10 月 2 日(金)までに全員に結果を連絡します。	

募集 ⑨はなこカフェ主催

アジアのおうちごはん

調味料やスパイスを加えるだけで、それぞれの国の料理を味わうことができます。手に入りやすい材料を使って世界のおうちごはんを味わいましょう。献立はマレー風チキンカレー、ココナッツミルクのプリン。

日時	10月16日(金) 午前10時～正午
会場	花小金井南公民館 実習室 (住所：小平市花小金井南町 2-12-6) ▶西武新宿線 花小金井駅南口より徒歩5分
講師	東都人材バンク 金子 薫さん
対象	組合員とその家族
定員	16人
参加費	500円
持ち物	筆記用具・エプロン・三角巾・マスク
申込先：①二次元コード https://ws.formzu.net/dist/S86553951/ ②042-460-6861(小平センター) ※月～金 午前9時～午後4時	
締切：9月18日(金)午後4時まで※申込多数の場合は 抽選し 9月25日(金)までに結果を連絡します。	



案内 第 7 地域委員会参加

第 46 回福祉まつり (あったか府中ささえあいまつり)

あったか府中ささえあいまつりは、「気づく、動く、つながる!!みんなが主役! 地域で支えあう街づくり」を理念に府中駅前で開催されます。
東都生協もこの理念に賛同し、毎年参加しています。参加団体による展示 PR や体験、パラスポーツ体験、スタンプラリーなどを予定しています。

日時	10月4日(日) 午前10時～午後4時
会場	府中駅前のけやき並木通り&ペDESTリアンデッキ（府中スカイナード南口）
対象	どなたでも
参加費	無料
問合せ先： 042-480-7201（調布センター） ※月～金 午前9時～午後5時	
*東都生協のブースでは、 加入申し込みの手続き、利用案内 などを行う予定です。	
※申込不要、ご家族やお友達を誘ってお越しください。	



募集 第 6 地域委員会主催 *平和募金企画



平和の話をしよう～ふたりの語り部

東友会(東京都原爆被害者協議会)の杉野信子さんをお招きし、被爆体験のお話を聞くとともに地域の組合員の方からご自身の戦争体験をお話いただく貴重な機会です。お話を聞いてみんなで語り合しましょう。



日時	10 月 15 日(木) 午後 1 時半～3 時半
会場	烏山区民センター第 3 会議室 世田谷区南烏山 6 丁目 2 番 19 号 京王線千歳烏山駅北口から徒歩 1 分
講師	杉野信子さん(東友会) ※当日の募金受 安田光子さん(予定) 付はありません
対象	どなたでも。定員:20 人
参加費	100 円 お茶と和菓子付き

申込先：①二次元コード：URL から
<https://ws.formzu.net/dist/S57501260/>
②03-5315-8080(世田谷センター)
※月～金 午前 9 時～午後 4 時



締切：9 月 18 日(金)午後 4 時まで
※申込多数の場合は抽選し、
9 月 25 日(金)までに全員に結果を連絡します

募集 ② アールグレイ 主催

とーと de 手芸部～かぎ針編みおしゃべり会

編み物好きが集まって、おしゃべりと手仕事を楽しむのんびりとした会です。今回は冬に向けてミトン型手袋 or 指なしの手袋を編みます。講師が常駐しますので初めてでも大丈夫！どなたでも事前申込なしでご参加いただけます。気軽にお越しください。

日時	10 月 8 日(木) 午前 10 時 30 分～午後 3 時
会場	大田区民プラザ第 2 会議室 (東急多摩川線下丸子駅より徒歩 3 分)
対象	どなたでも 定員：15 人
参加費	200 円 材料費 100 円～300 円(毛糸持参の方は無料)
保育	なし(同席できます)
持ち物	参加費、材料費、飲み物、昼食(昼食代)、お持ちの方は毛糸とかぎ針。お昼休憩は正午より各自持参(近隣に食堂、コンビニ多数あり、会議室飲食可) ☆詳細は東都アプリイベントをご確認ください♪



問合せ先：03-5755-9321(品川センター)
※月～金 午前 9 時～午後 4 時

募集 ⑧農山漁村と手をつなぐ会(多摩市消団連)

印 鑑 (いんやく) さん 講演！
日本の食の諸問題

米農家平均 70 歳でいいの？7 月の種苗法再改定でゲノム編集作物栽培増加？！忙しい人が頼りがちな“超加工食品”の健康影響は？ 等々

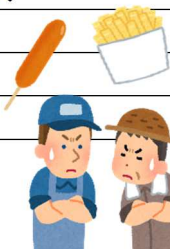
日時	9 月 23 日(水) 午後 2 時～4 時
会場	ベルブ永山 5F ホール (多摩市永山 1-5) 京王・小田急線「永山駅」改札を左に出て徒歩 3 分
講師	印鑑智哉(いんやくともや)さん (OKシードプロジェクト事務局長)
対象	どなたでも 定員：150 人
参加費	無料
保育	なし

申込み 不要

問い合わせ：国立センター

☎ 042-580-1750

※月～金 午前 9 時～午後 4 時



※会場にて先着順の受付となります。直接会場にお越しください。

募集 第 7 地域委員会主催

インフォメーション・カフェ de 調布

インフォメーション・カフェは、どなたでも気軽に立寄り出入自由なサロンです。ぬりえや写経を楽しみながらおしゃべりしましょう！
東都生協の試食品をご用意してお待ちしております。



日時	10 月 6 日(火) 午前 10 時～正午
会場	調布市文化会館たづくり 6 階 602 会議室 (京王線調布駅広場口から徒歩 4 分)
対象	どなたでも
参加費	100 円
持ち物	マイカップ、(あれば) 色鉛筆や筆ペン
保育	なし(ご一緒にどうぞ)

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S73539958/>
②042-480-7201(調布センター)
※月～金 午前 9 時～午後 4 時



締切：10 月 2 日(金)午後 4 時まで
※申込をもって当選、直接会場にお越しください。
時間内出入り自由です。当日参加も歓迎いたします。

案内 第 5 地域委員会主催

すぎ*なかサロン 10 月

10 月のすぎ*なかサロンは、「防災」「減災」について考える時間にしたいと思います。いざという時、家にあるもので生きぬく方法をおしゃべりしながら一緒に考えてみませんか。組合員活動の相談や東友会に贈るひざ掛け作りは毎回開催です。

日時	10 月 9 日(金) 午前 10 時～11 時 30 分
会場	阿佐谷地域区民センター第 1 集会室 杉並区阿佐谷北 1-1-1/JR 阿佐ヶ谷駅南口徒歩 5 分
対象	どなたでも（定員：20 人くらい）
参加費	100 円（お茶と試食品付き）
持ち物	マイカップ
保育	お子さんも一緒に
申込	事前申込不要。時間内出入り自由。

ひざ掛け：並太タイプの羊毛糸で、10cm×10cm のモチーフを 70～80 枚をつなげ、ひざ掛けにします。

◆集まったモチーフをご自宅でつないでくださる方、募集中！



問い合わせ先：03-5384-7501(杉並センター)
※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。