

募集 組合員活動委員会主催

Tohto Fan Meeting もーもータオル贈呈式

～愛をこめて モーっと応援！～とし、心をつなぐもーもータオルキャンペーン 2026 で集まったタオルと応援メッセージを3年ぶりの贈呈式と一緒に贈りましょう！生産者から酪農のお話しや牛乳の飲み比べ、レンネットテスト、クイズなど、試食をしながら一緒に楽しく交流しましょう。お子さんの参加も大歓迎！お待ちしております！



日時	11月28日(土) 午前10時半～午後0時半
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)
講師	千葉北部酪農農業協同組合 生産者の皆さん
対象	組合員とその同居家族 / 定員：30人
参加費	無料 / 保育：なし (一緒に参加できます)

申込先：二次元コードまたは URL から
<https://ws.formzu.net/dist/S73022803/>
 問い合わせ：組合員活動推進グループ
 TEL03-5374-4756(月～金午前9時～午後4時)



締切：11月6日(金)午後4時まで
 ※申込多数の場合は2026年度総代の方優先で抽選し、11月13日(金)までに全員に結果を連絡します。

募集 ⑦ MORINOMI 主催

手作りお菓子で素敵な時間を！

国立市のご自宅でお菓子教室を主宰していらっしゃる岡本有美子先生をお招きして、美味しいお菓子の作り方を教えていただきます。手作りのお菓子を囲んで楽しいひと時を過ごしませんか？



日時	12月14日(月) 午前10時～午後1時
会場	調布市文化会館たづくり 10階 調理実習室 (調布小島町 2-33-1) 京王線調布駅徒歩4分
対象	どなたでも (第7地域の方優先定員：15人)
参加費	組合員 800円/人、ゲスト 1000円/人
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/S72276880/>
 ②042-480-7201(調布センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：11月27日(金)午後4時まで※申込多数の場合は抽選し12月1日(火)頃に全員に結果を連絡します。

募集 第8地域委員会主催

平和募金企画 被爆の証言と紙芝居&ピアノ

戦後81年 戦争を知らない私たち、そして未来のために、東友会の方がお話をしてくださいませ。

紙芝居「ちっちゃい こえ」
 (アーサー・ビナード脚本)も
 ピアノの音色とともに上演します♪
 お茶をしながらお話ししましょう。



日時	11月18日(水) 午前10時～正午
会場	まちだ中央公民館 音楽室1 (町田市原町田 6-8-1 町田センタービル7階) JR町田駅北口徒歩3分、小田急線町田駅徒歩5分
講師	一般社団法人東友会(東京の原爆被害者団体)
対象	定員：17人 (持ち物：筆記用具)
参加費	100円 ※当日の募金はありません。
保育	あり (1歳～未就学児、11/2迄の事前申込)

申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S2174603/>
 ②042-580-1750(国立センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：11月9日(月)午後4時まで
 ※申込多数の場合は抽選し、11月12日(木)までに全員に結果を連絡します。

募集 ⑧ 農山漁村と手をつなぐ会主催

軍事偏重の「安全保障」と憲法

食料自給率が種苗・農業資材の輸入依存も考慮すると8%程度ともいわれる日本で、“軍国化”にひた走る諸政策は、9条以外の憲法の条文にも反していないか？人気講師 清水先生に伺います！

日時	11月21日(土) 午後2時～4時
会場	ベルブ永山3階講座室 (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	清水雅彦さん 日本体育大学教授(憲法学) 近著『シン・ケンポウ やさしく学ぶ日本国憲法』
対象	どなたでも 定員：43人
参加費	100円
保育	なし



申込先：①二次元コード
<https://ws.formzu.net/dist/S53400030/>
 ②042-580-1750(国立センター)
 ※月～金 午前9時～午後4時



締切：申込先着順
 定員になり次第締め切り



募集 第 9 地域委員会主催

オーガニック寝具学習会♡眠りをあなた好みに

貴方は睡眠に満足していますか？毎日の眠りを支えるオーガニック寝具のお話と素材・安全・ものづくりを学びます。くつろげる和室で寝具に触れて体験するチャンス！御自身に合う寝具でずーっと健やかで充実した毎日を！



日時	11 月 20 日(金) 午前 10 時～正午
会場	国分寺市立いずみホール 和室 JR 中央線・武蔵野線西国分寺駅徒歩 1 分
講師	株式会社ハート（安間産業）竹村有紀子さん
対象	定員：20 人 組合員とその家族(お友達歓迎)
参加費	100 円 試食品あり
持ち物	水分補給の飲料、筆記用具
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/S46928107/>

②042-460-6861(小平センター)

※月～金 午前 9 時～午後 4 時



締切：11 月 6 日(金)午後 4 時まで

※申込多数の場合は抽選し、
11 月 13 日(金)までに全員に結果を連絡します

募集 ⑨フラワー会主催

プリザーブドフラワーアレンジメント体験

ステキなプリザーブドフラワーアレンジメントを作ってみませんか？初めての方でも大丈夫！楽しく素敵な作品ができます。クリスマスアレンジとお正月アレンジの 2 つからお選びいただけます。

日時	11 月 25 日(水) 午前 10 時半～午後 0 時半
会場	多摩消費生活センター実習室 ※ 南口です 立川市柴崎町 2-15-19 北多摩建設事務所 3 階 (JR 立川駅南口から徒歩 10 分/多摩モノレール立川南駅から徒歩 8 分) ※ 会場ご確認を
対象	どなたでも。お友達も一緒にどうぞ
定員	10 人 (保育なし)
参加費	材料費 2,500 円 試食品代 200 円 計 2,700 円
持ち物	タオル・20 cm 四方作品の持ち帰り用バック

申込先：二次元コード



<https://ws.formzu.net/dist/S24813606/>

締切：11 月 13 日(金)午後 4 時まで

※申込多数の場合は抽選し 11 月 18 日(水)迄にメールで結果を連絡します。初参加優先。

問合せ先：東都生活協同組合

第 9 地域委員会事務局 042-460-6861(小平センター)

※月～金 午前 9 時～午後 4 時

募集 ⑨チームレモスタ主催

グリーンシェアカフェ in 季楽

大切なひとを亡くされた方でしたら、どなたでもご参加下さい。レモネードを飲みながら、それぞれのお気持ちをシェアするお時間が持てたら……と思います。東都生協の試食品もご用意してお待ちしています。

日時	11 月 29 日(日) 午後 2 時～3 時半
会場	季楽（国分寺市本町 2-13-7） 国分寺駅北口徒歩 3 分
対象	どなたでも（第 9 地域 初参加優先）
定員	7 名
参加費	200 円
持ち物	なし
保育	なし



申込先：二次元コード

<https://ws.formzu.net/dist/S82901547/>

問い合わせ：042-460-6861(小平センター)

※月～金 午前 9 時～午後 4 時

※申込は入力フォームでの受付のみです。



締切：11 月 13 日(金)午後 4 時まで

※申込多数の場合は抽選し、
11 月 20 日(金)までに全員に結果を連絡します

募集 ④東都彩り主催

リラックス・リフレッシュヨガ

初めての方でも、シニアでも、無理なくできるヨガで心も体もリラックス・リフレッシュ。自分ではわかりにくい姿勢や生活のくせに気づき、改善するきっかけになります。誰でも心地よくできるヨガで、身体の調子を整えましょう。

日時	12 月 8 日(火) 午前 9 時 30 分～11 時 45 分
会場	清瀬けやきホール 集会室 (清瀬市元町 1-6-6) 清瀬駅北口徒歩 4 分
講師	高橋登希恵さん
対象	定員：20 人 どなたでも
参加費	200 円
持ち物	ヨガマット (バスタオル)、飲み物、汗拭きタオル



申込先：右記の二次元コード、または下記の URL より

<https://ws.formzu.net/dist/S92170718/>



締切：11 月 12 日(木)午後 4 時まで

※申込多数の場合は抽選し、
11 月 19 日(木)までに全員に結果を連絡します

案内 第 4 地域委員会主催

サロン de ねりま

「大人のぬりえ」を楽しみましょう！
何かに没頭したい方、おしゃべりしながら取り組みたい方。折り紙、スクラッチアート、水引、デコパージュ等々好きなものを見つけ作成できます。
お茶菓子も用意しますので、
手芸が苦手な方もお待ちしております！



日時	11 月 25 日(水) 午前 10 時～11 時半
会場	石神井公園区民交流センター ピアレス 3 階 研修室 (練馬区石神井町 2-14-1)
講師	なし
対象	定員：10 人 どなたでも
参加費	100 円
持ち物	色鉛筆 (ご家庭にあれば)、筆記用具
保育	なし。一緒にどうぞ。

申込先：申込不要

問い合わせ：042-460-6861(小平センター)

※月～金 午前 9 時～午後 4 時



水引



案内 第 5 地域委員会主催

すぎ*なかサロン 11 月

芸術の秋。大人のぬりえ、折り紙、編み物など、好きなことをしながら楽しくおしゃべりしませんか？すぎ*なかサロンで、楽しいひと時を♪

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	11 月 25 日(水) 午前 10 時～11 時 30 分
会場	高井戸地域区民センター第 9 集会室 (杉並区 高井戸東 3-7-5/京王井の頭線高井戸駅下車)
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、色鉛筆 (会場でも準備します)
保育	お子さんもお一緒に
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

ウェルカム・カフェ

～地域コーディネーター募集説明会～



出合いや学びの機会が多い地域コーディネーターは、東都生協の魅力を伝えるイベント開催や情報発信などを行います。活動の様子をお茶とお菓子を囲みながら紹介します。地域コーディネーターに興味のある方！まずは気軽に「カフェ」にお越しください。

◆地域コーディネーターの募集概要◆

応募資格：東都生協組合員と同居家族

活動費：月額 4 万円(予定)



日程	詳細は申し込みフォーム内に記載 ①11/13(金)午前・国分寺 ②11/16(月)午前・錦糸町 ③11/18(水)午前・上北沢 ④11/23(月)午後・上北沢 ⑤12/2(水)午前・八王子 ⑥12/10(木)午前・池袋 ⑦12/18(金)午前・石神井公園 ※会場内にキッズスペースを設置します。
申込	二次元コードまたは下記 URL から https://ws.formzu.net/dist/S66771296/
締切	各回開催日の 7 日前、午後 4 時まで ※申込者へは前日までにご案内のメールをします



会場や地域コーディネーターの概要はフォ 445 号(10/5 週配付)
または、東都生協のホームページをご覧ください。

問合せ：総合企画室 組合員活動推進グループ

03-5374-4756 (月～金/午前 9 時～午後 4 時)

学習



食の未来づくり運動

もーもーぼきんプロジェクト

☆東都生協のはじまりは、八千代牛乳から！

八千代牛乳では生産者全員が、遺伝子組換えが混入しないよう分別流通管理されたトウモロコシ・大豆粕を配合した飼料を乳牛に与えています。しかし、この飼料は輸入に頼らざるを得ないこともあり入手が年々困難になっています。

☆利用することで日本の酪農を応援しよう！

東都生協で回収した使用済みの牛乳パックは、トイレットペーパーやティッシュペーパーに生まれ変わります。そんな再生紙 100%でできた「東都もーもーシリーズ」(東都もーもーロール、東都もーもー紙芯のないトイレットロール、東都もーもーティッシュ、東都もーもーキッチンペーパー)をご利用いただくと 1 点につき 2 円相当を八千代牛乳の生産者に寄付します。寄付金は、安全・安心な飼料の購入代金などに役立てられます。

☆環境と肌に優しいエコ生活！

『もーもーぼきんプロジェクト』に
あなたも参加しませんか？

