

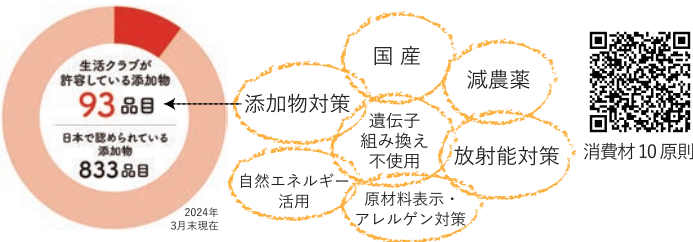


## 生活クラブの始まりは…

生活クラブは1965年に「安心な牛乳をまとめ買いして安く分け合おう」と200人あまりのお母さんたちが集まって牛乳の共同購入を始めたことからスタートしました。現在、全国21都道府県で、33の生活クラブ生協（生活協同組合）が自立した運営・活動をし、42万人が利用しています。（2024年）

## 独自の基準で食の安全を！

生活クラブの食材・生活用品は、安全・安心を最優先に考えて組合員と生産者が協力して開発したオリジナル品がほとんどです。疑わしきもの、不要なものは使用しないことを基本に、食の安全性を追求しています。また、やむを得ず使用する場合は、必ず情報を公開することを徹底し、様々な対策を行っています。生産者と提携を結び、暮らしに必要な食材を共同購入して食べ続けることで、国内自給率の向上、生態系の保護、食の安全性を追求します。



## 生活クラブは「生協」

生協（＝生活協同組合）は、より良い暮らしができるように、組合員一人一人が「協同」し「助け合う」しくみです。営利を目的とせず、**みんなで出資・利用・運営**することで成り立っています。

### ●商品ではなく「消費材」

売って利益を上げることが目的の「商品」ではないという思いをこめて、「消費材」とよんでいます。

### ●「予約」して「共同」で「購入」するしくみ

注文の予約があることで、生産者は計画的に効率よく生産・出荷ができます。製品保管や、物流にかかるコストもおさえられて、わたしたちは適正な価格で購入することができます。

## 浜松では…

「生活クラブ静岡」は1987年創立。浜松では2005年から組織づくりが始まり、浜松支部が2013年に結成されました。現在の組合員数は597名[87班]（2024年3月）。組合員による自主運営を行い、本当に良いものを多くの人に伝えたいという思いで仲間づくりや利用を勧める活動を行っています。



生活クラブっていいな、と思ったら…  
お友達やご近所の方をぜひ誘ってみてください。私たちが利用し（共同購入）、食べる口を増やしていく（仲間づくり）ことで、生産者が安全な食を作りつづけることができます。

## 生活宣言

生活することは、消費することです。  
“なにを” “どのように” 消費するか、という選択は、  
そのまま、「どんな未来にしたいか」  
「次の世代へ何を手渡したいか」へとつながっていきます。  
私たちは、自然と共生し、食べもの（Food）、エネルギー（Energy）、  
福祉（Care）をできる限り自給・循環させる  
「サステイナブル（持続可能）な生き方」を選びます。  
いまを生きるいのちと次世代のいのちを、  
おなじように大切に考えて、すべての活動を行います。

## 10のThink & Act



01：食の安全にこだわります。

- 食品添加物 ● 農薬の削減 ● 放射能対策

02：健康な食べ方を大切にします。

- ビオサボ

03：国内自給力アップをめざします。

- 国産比率 ● 飼料用米

04：遺伝子組み換え作物を認めません。

- GM対策

05：有害物質ゼロをめざします。

- 無添加包材 ● せっけん

06：自然資源を大切に使います。

- CO2削減 ● 節電

07：ごみの削減に取り組みます。

- ごみ削減

08：原発のない社会をめざします。

- つかう ● つくる

09：おたがいにたすけあう社会をめざします。

- エッコロ制度 ● 共済制度 ● 共済事業 ● 福祉事業 ● 復興支援

10：自分たちで決めて、自分たちで行動します。

- 独自の基準 ● 生産者交流会

注文からお届けまでの流れ



## 注文

「eくらぶ」なら、外出先からも注文できてとっても便利!!  
いますぐ登録を…

- ・毎週配布のカタログを見て、週1回注文します。
- ・注文方法は3種類

- eくらぶ (インターネット注文)
- OCR注文用紙 (配達便で回収)
- 電話注文 (専用ダイヤル 0120-808-733)



## 班配送

- ・翌週の決まった曜日に班へお届け
- ・浜松支部では、**班配送のみ**となりますが、**4%還元** (一部の消費材を除く) や、**配送料0円**などのメリットがあります。



※首都圏などでは、個別配送やデポ (生活クラブの店舗) が利用できますが、浜松では班配送となります。

## お支払い

- ・お支払いは口座引落で月1回 (毎月26日)

便利な定期購入のシステム



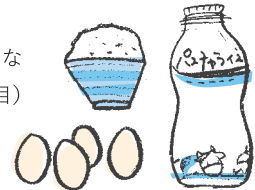
## よやくらぶ

よく利用するものを「よやくらぶ」で登録しておけば買忘れがなく便利です。登録はOCR注文用紙またはeくらぶで!数量変更やお休みもできます。

### ビジョンフードよやくらぶ

#### 【鶏卵・牛乳・米】

(予約して食べることで持続的な生産と消費をめざす品目)



### 安心よやくらぶ

(豚肉・鶏肉・牛肉、加工肉、調味料、総菜、せっけんなど、毎日の必需品いろいろ)



※ビジョンフードよやくらぶなど一部のものは、eくらぶで変更・解約ができません。浜松センターまで電話でご連絡ください。

みんなで学んで、意見を出しあい、動かしていこう!

## 班会

- ・年2回 (春・秋)、班のメンバーで集まって情報交換、交流する会。お茶を飲みながら…消費材を試食しながら…など、班ごとに自由なスタイルで。
- ・班会であげられた質問・意見・要望は、委員会で受け取って今後の活動にいかしていきます。



## 学習会・生産者交流会

- ・生活クラブの良いところは「生産者の顔が見えること」さらに「生産者に直接会って話が聞けること」です。試食や調理体験もできます。
- ・自分の食べるものが、何からどうやって作られているのかや、他の市販品との違いもわかり、とても勉強になります。そして何より、もっと大切に食べたくになります!



## 支部大会

- ・浜松支部の活動報告・次年度の活動方針などを議決する会。年に1回 (2月) 開催され、組合員のみなさんの参加をお願いしています。

みんなのお金、たいせつに使います…

## 出資金



- ・1人1000円/月 (積立)
- ・生活クラブの事業は出資金により運営されています。
- ・なお、脱退するときには全額返金されます。

## 支部活動費

- ・1人2000円/年
- ・浜松支部の自主運営活動を支える費用です。
  - 組合員の学習会・イベントなどの企画・運営・実施
  - 仲間づくりのPR活動
  - 支部委員会の運営・活動 など

## 班割戻金

- ・班全員分の利用額に応じて年2回、班へ割戻金が支給されます。
- ・使い道は、ドライアイス、ストッカーの補充、班会のおやつ代など、班で話し合って活用してください。

健康な食生活をさまざまな角度からサポート

# ビオサポ



食べ物（食の安全）× 食べ方（栄養バランス）の両方を考えながら、生命力あふれた健康な食生活をサポートし、みんなでアイデアを出し合います。

## ビオサポ食材セット

毎週カタログに載る使い切りの便利な食材セット。レシピ付きです。



## ビオサポ レシピサイト

おいしくて便利な旬のレシピが満載！検索・投稿もできます。ぜひのぞいてみてください。

- ・今さら聞けない料理の基本
- ・野菜の保存方法 など…



おたがいが助け合う社会を…

# 共済・保険



万一のときに備え、自分と家族を経済的に守るため、そして今困っている人をおおぜいで支えるための共済が色々あります。(病気・ケガ・生命・住まい・車など) ※生活クラブ脱退後も保障を継続できるものもあります。



## たすけあう社会のしくみづくり

組合員どうしが「お互いさま」で助け合う仕組みづくり。浜松では何ができるか、私たちには何が必要か、一緒に考えていきましょう。

原発のない社会を目指して…

# 生活クラブでんき



- ・太陽光・風力・バイオマスなどの再生可能エネルギーが中心の「生活クラブでんき」を共同購入しています。
- ・お申し込みは、浜松センターまで。

3Rでゴミの削減にとりくみます！

# リデュース・リユース・リサイクル

配達便で回収します！

グリーンシステム  
くわしくはこちら▶



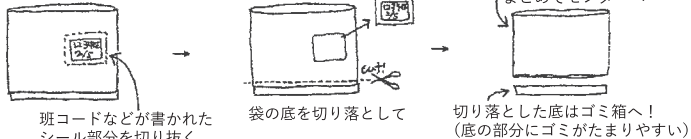
## ●ピッキング袋（冷凍・冷蔵・常温品・野菜）・OCRの袋

下記ルールを守り、コンパクトにまとめて返却してください。回収して、ピッキング袋に再生利用されたり、他原材料にリサイクルされます。

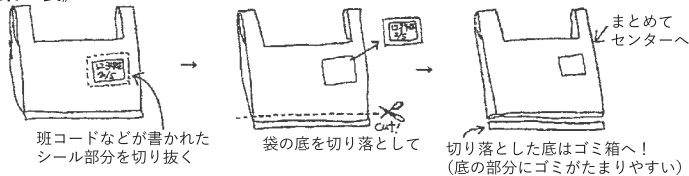
- ★ゴミが入っていないこと（底を切りとる）
- ★シールをしっかりとりのぞく（切りとる）
- ★ぬれていないこと（雨の日は出さない）

### おすすめの処理の方法

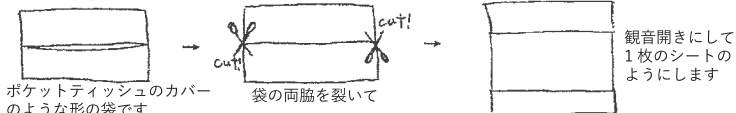
#### 《冷凍・冷蔵・常温品の袋》



#### 《野菜の袋》



#### 《OCRの袋》



## ●牛乳びん（Rマーク）

びん → 洗って返却（リユース）

キャップ・リング → 洗って返却  
(ゴミ袋へリサイクルされます)



## ●調味料・ジュースのびん（Rマーク）

びん → 洗って返却（リユース）

フィルム包装・紙ラベル・キャップ → 外して捨てる

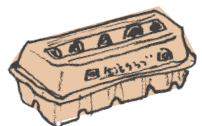


- ・ぬるま湯に漬けておくとラベルがきれいにはがれます。
- ・キャップは手でとれなかったら、そのままOK。（無理に外すと、びんにキズがつきリユースできません）
- ・Rマークのついていないびんは回収しません。

## ●鶏卵の紙パック

紙パック → 汚さないように返却（リユース）

賞味期限の白い紙 → 捨てる



## ●カタログ・OCR注文用紙

透明袋 → 開いて返却（リサイクル）

カタログ → 返却（リサイクル）

注文用紙 → × を書いて返却  
(ロールペーパーにリサイクルされます)



# 情報発信

- 生活クラブ 浜松支部 ホームページ  
<https://seikatsuclub-hamamatsu.com/>



浜松支部の最新情報はこちらで！  
 班の分布をマップで検索できます。

- Facebook 【生活クラブ浜松 組合員ページ】  
 組合員のカジュアルな情報交換ページ。  
 「おいしかった」「これ便利！」など  
 気軽に投稿してください♪



- Instagram 【seikatsu.hamamatsu】  
 写真メインの生活クラブ情報ページ。  
 「#生活クラブ #浜松」をつけて、  
 みなさんも発信しませんか？

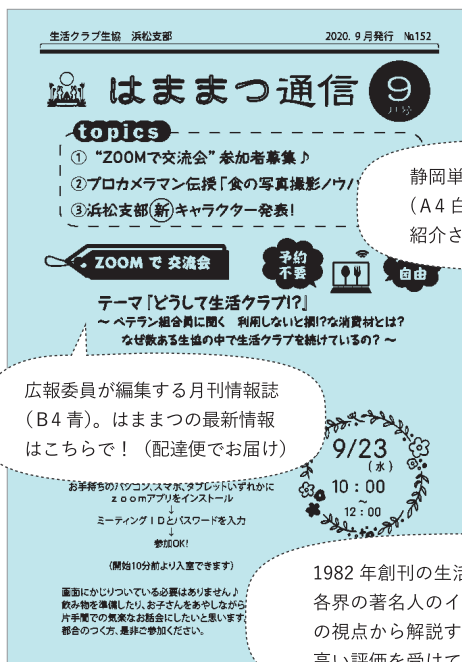


- 生活クラブ連合会 ホームページ  
<https://seikatsuclub.coop/>

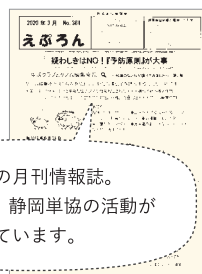


- ◎生活クラブの理念 ◎消費材の成分表示
- ◎生産者の声 ◎全国の生活クラブの取り組み
- ◎レシピサイト など…(役立つ動画もいっぱい!)

## 「はままつ通信」



## ●機関紙「えぶろん」



静岡単協の月刊情報誌。  
 (A4白)。静岡単協の活動が  
 紹介されています。

## ●「生活と自治」



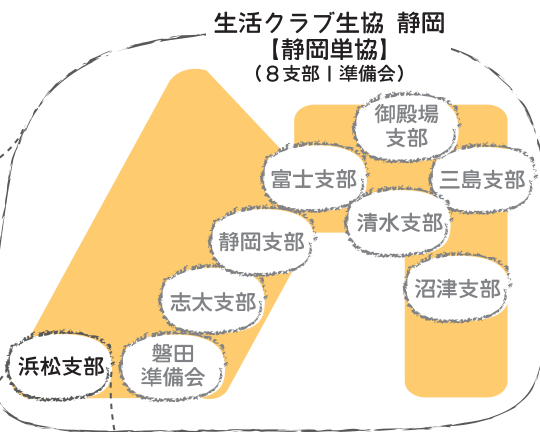
1982年創刊の生活者のための新聞。  
 各界の著名人のインタビュー、生活者  
 の視点から解説するレポート記事など  
 高い評価を受けています！

# 運営の組織

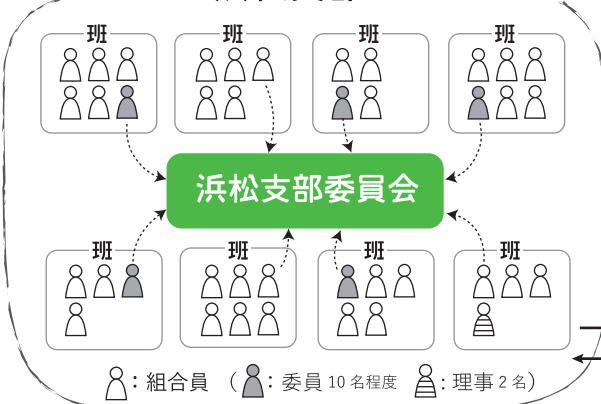
生活クラブ生協 連合会  
 (全国 21 都道府県 33 単協)



生活クラブ生協 静岡  
 【静岡単協】  
 (8支部 | 準備会)



浜松支部 (87 班)



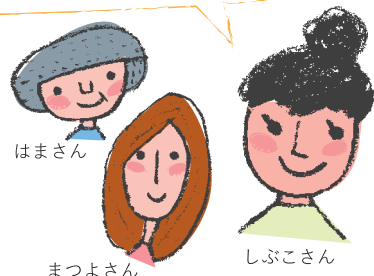
【浜松支部委員会】  
 毎年、組合員の中から自主運営  
 を行うための代表として委員を  
 選出します。

- 委員会のしごと
  - ・浜松支部の活動計画、運営  
 (仲間づくり推進、学習会の企画など)
  - ・組合員の声の吸い上げ
  - ・静岡単協、連合会との連携



浜松センター  
 ・業務  
 ・組織事務所

いいものをクチコミしたり、友達を誘ったり、少しずつでも利用し、  
 食べ続けることも立派な活動の1つです。また、委員として浜松  
 支部の活動を支えていくことも良い経験となります。  
 組合員1人ひとりそれぞれができることをやりながら、安心安全  
 な社会を作っていきます！



## お問合せ

- 配送・消費材について
- 新規入会・休会・脱退について

生活クラブ生協 静岡  
 (浜松センター)

〒431-3105  
 静岡県浜松市中央区笠井新田町657-1  
**TEL : 053-433-0570**  
**FAX : 053-433-0571**  
**c.hamamatsu@s-club.coop**

- イベント・学習会・組合員活動について
- 委員会活動について

浜松支部委員会

seikatsuhamamatsu@gmail.com