



はままつ通信

3
月号

topics

- ① 事務局へのメール送信時の注意点
- ② 共済ホケン/ご案内(保険会社との違いをお知らせ)
- ③ ひまわりプロジェクト(笑顔ボランティアのチャンス♪)

①事務局へのメール ウィルス、サイバー対策

メールでご連絡頂く場合、ウィルス、サイバー対策として送り主、件名、ファイル名などが明らかなものしか開きません。

宛先:事務局メールアドレス

差出人:

件名:必ず記入ください

内容:班コード/班名/氏名

例:〇〇〇の事故品について

例:01234 / 浜松東 / 浜松たかこ

②ちょっとまった! 学生さんのその保険

幼稚園、小学生、中学生、高校生などジュニアの皆様、新学期を迎えるこの時期お子様の保険に迷っていませんか?

たすけあい共済(ジュニアコース)に個人賠償+140円/月 傷害、モノへの賠償に加え自転車保険としても使えます。

満19歳までに加入すれば30歳まで補償が適用されます。

浜松では4月までに共済加入された方に『ミニサンプルセットを2種類』プレゼント

詳しくはチラシ、浜松センターへお問い合わせください。Web加入が便利です。



③一粒の種から500個の種が【お子様の自由研究に】

福島原発により、ひまわりを育てひまわり油を絞ることを諦めかけた。その時、全国の支援者の輪が広がり、色々な地域で育てたひまわりの種が集まった。今も、色々な地域から集まった種からピカピカのひまわり油を絞ってる。

あなたの育てたひまわりがピカピカの油となり誰かの手元へ届き、食べた人から笑みがこぼれます。

ひまわりプロジェクトの申し込みは 2/28~3/20 詳しくは2/28~配布のチラシ、生活クラブHPへ。

前委員の方々の思いも大切に引き継ぎます。 お世話になりました。ありがとうございました。

眞田しのぶ / 委員長 / 染地台1丁目

あれよあれよと3年間も委員活動してきました。委員経験は素敵な人達と出逢えて、自身の成長になります。未経験の方、お勧めです。

竹井麻由子 / 副委員長 / 広沢1丁目

消費材にかくれたストーリー、生産者のひたむきな努力、わたしたち消費者の責任、大きな組織の常識を変えていく難しさ、潤滑なおばさん社交術、どれも勉強になりました!

生熊愛子 / 会計 / 葵西 亜木屋

生活クラブは、多くの方々の努力と協力で続いている事を実感しました。今後も時代の変化に寄り添った組織であってほしいです。2年間ありがとうございました!

池永千鶴子 / 消費委員長 / 栄町

コロナ禍という活動困難な中、委員であれやこれやと試行錯誤し、寧ろコロナ前より多くの組合員と交流が持てたと思えました。組合員1人の意見が届きやすい環境になってきていると思います。今後も活発な浜松支部になって行けたらと願っています。

古橋恵弥 / 消費委員 / 栄町

安全で、美味しいご飯を家族、犬に食べてもらいたくて生活クラブに入りました。勉強をしたくて役員をさせていただきました。お世話になりました。

今年は監査

今年は消費委員長

松井玲子 / 副委員長 / 広沢3丁目

自由に柔軟に、新しいことをどんどん試させてもらいました。ありがとうございました。今後もそんな組織でありますように。つながる楽しさをありがとうございました😊

今年は委員長

中嶋摩理枝 / 副委員長 / フローラ 蛸塚①

zoom学習会では静岡、東京などの学習会にも参加ができ、日々の疑問解消や日々の見直しの機会を得ることができました。おススメです!!学習会。名前は固いけど、即、生活に生かせます。

稲田真弓 / 消費委員 / 高丘東4丁目

消費材の魅力オンラインでの生産者交流会や消費委員会で学ぶことができ、改めて良さを再認識することができました。コロナ禍の2年間でしたが、素敵な出会いもあり、生活クラブへの思いもより一層強いものとなりました。

寺田朋代 / 消費委員 / 蛸塚3丁目

消費材、生産者、単協、支部、他にも様々な事が勉強でき「知る事」の大切さを感じました。生活クラブが浜松でもっとメジャーな存在になるよう今後は組合員として地道に活動したいです。

田畑希美子 / 副委員長 / 根洗町班

オンライン化デジタル化に戸惑いっぱなしの1年でしたが、多様な活動のツールを活かしてもう1年楽しく活動したいと思います。引き続きよろしくお願ひいたします。

菅原あや / 広報・機関紙 / 染地台3

コロナ禍の委員活動は、予想外の展開も、リアルでお会いしたことのない委員メンバーもいて、模索→トライ→反省→トライの連続。委員の皆さんとは一緒に戦った同志みたいです。生活クラブのいいところを学べて楽しい2年間でした。感謝。

服部央子 / 監査 / 安間町

委員のみなさん活動お疲れ様でした。これからもたくさんの組合員さんに是非委員を経験して、生活クラブを知らない人にも知ってもらい組合員増えてほしいと思います。ありがとうございました。

山口幸子 / 消費委員 / 根洗町

自分が思い描いていた委員活動とは全く違いましたが、おかげでデジタル音痴が少々解消できました。デジタルでも、アナログでも活動ができることが分かった今は、浜松支部のこれからが楽しみです!

議決書提出へのご協力ありがとうございました。半数以上の提出と賛成多数のため各議案承認されました。

♪2月の活動状況♪

加入 3名 脱退 2名 移動 0名

組合員数 639名 班数 92班



ご入金のお願ひ

引落しは28日(月)!

3月25日(金)まで
に入金をお願いします

消費だより 3月号

浜松支部 消費委員会

きばるの甘夏みかん



取り組みは3月いっぱい。注文忘れずに！

【生産者グループきばる】

水俣公害により海(漁業)を生活の糧としていた人たちが、陸(農業)への転換を余儀なくされ、「被害者が加害者にならない」をスローガンのもと、低農薬・有機栽培で甘夏を栽培しています。

9月から収穫までは農薬を使っていないので、ピールやマーマレードなど、皮まで安心して使えます。

ビオサポって？

BIO(生命) サポート 生命力あふれた健康な食生活をサポートします！
美を

安全な食べ物(消費材)+健康な食べ方(バランス)でカラダもサイフも環境や社会も健康にしよう！という思いが込められています。

栄養補助食品、特定保健用食品(トクホ)、機能性表示食品など、健康食品があふれている今、健康な食とは何か～ビオサポが発信していきます。

単協主催イベント参加者感想(抜粋)

2/28 家庭でできる カラダにいい洗濯術 石けんクリーニング講座

- ・具体的なしみ抜きの方法やおしゃれ着の洗い方がよくわかりました。洗剤がよくないことは漠然とわかっていましたが、思っていた以上に危険なものだと知りました。
- ・羽毛布団やダウンコートまで洗濯機で洗えることまで教えてもらえました。こんなにいろんなものが石けん、熱湯、酸素系漂白剤だけで落ちてしまうの？とびっくりしました。

生活クラブのイベントは、ためになる！目からウロコが落ちる！生活クラブの良さを実感す

牛乳便(裏便)利用してみませんか？

牛乳配達は週2回あります。

混載便：ドライ品、冷蔵品、冷凍品、青果物、牛乳等…… 月・火・木・金

牛乳便：牛乳のみ配達……… 木・金・月・火

牛乳便利用時は、赤字配送にならないように、班で5本以上の注文をお願いしていますが、

5本がネックで注文を控えている班や牛乳便を利用したことがない班にも利用してもらいたく、3本から…の注文も可能となりました。

混載便と牛乳便で荷受け先を別の場所に設定することもできます(OCR用紙記入かセンターへ連絡)。

まずは**3本**利用してみませんか？



ここがすごい！

生活クラブのパスチャライズド牛乳

- ・72℃15秒殺菌(悪い菌のみ殺菌)＝原乳の質が良いからできる殺菌方法
- ・栄養価(ホエイに含まれる水溶性たんぱく質など)の熱変性を最小限に抑え、栄養価本来の働きが残っている。
- ・遺伝子組み換えでない飼料。収穫後農薬をかけていない飼料。

市販の多くは超高温殺菌で有用成分が熱変性しています。飼料は不明。

牛乳は液体ですが、水分量はなんと大根やキュウリよりも少なく、かぼちゃと同じくらいだそうです。

たんぱく質、糖質、脂質、ビタミン、ミネラルが含まれ、特にカルシウムが豊富。カルシウムの吸収を助けるビタミンDも含まれており、カルシウムの吸収率が高いです。1日コップ1杯の牛乳がおすすめ。

飲むだけでなく料理にも。ビオサポレシピサイトも活用してみてください。

生産者紹介動画あります。
「食をつむぐ人たち<牛乳編>」

3/1 オンラインDE野菜くらぶに聞いてみよう 野菜くらぶ交流会

- ・よりよい野菜作りのために丁寧に、パワフルに活動されているのが伝わってきました。連合会の人による生活クラブの野菜や取り組みの説明もわかりやすく、私たちの消費材に向かう姿勢を改めて考える機会となりました。