

# はままつ通信 8月号

## topics

- ①夏限定！紹介キャンペーン～8/31まで
- ②イベント情報
- ③せっけん学習会の報告



### ①サステナブルフェス！期間中

8/31まで



お友だちに生活クラブを紹介して

温州みかんジュースを気軽にお試し♪

今なら、わたしもお友だちも

温州みかんジュースをプレゼント！

※新しく加入された方には、他にもプレゼントがありますので、お楽しみに！



問い合わせ・申込み

- お友だち紹介フォームからの申込みもできます
  - 紹介カードに記入して配達時に提出もOK！
  - 電話での問い合わせ・申込みもOK！
- 浜松センターTel：053-433-0570（9時～17時）



### ②イベント情報（9,10月）

#### 複数生産者交流会

日時：9月23日（土・祝）  
13時～15時

「こめや食品(株)」 & 「タイハイ(株)」  
※詳細は後日配布チラシをご覧ください

#### 豚肉学習会 & クリスマス・正月の試食会

日時：10月9日（月）  
10時～13時

※詳細は後日配布チラシにて



### ③せっけん学習会、実開催しました！

7月17日（月）高台協働センターにて、久しぶりに実開催のせっけん学習会を行いました。大人23人（わかば1人、組合員のお友だち3人含む）、子ども13人（託児付き）と多数の参加者でワイワイ賑やかに、目の開かされるよい学びの時間を過ごしました。※せっけんアドバイザーの須藤さんより、せっけんの成り立ち、活用方法など、賢くせっけんを使いこなす術について説明や実演をしてもらい、せっけんの良さを実体験できました。



参加者の声

- ・久しぶりの学習会、基本にかえることができ、楽しかったです。
- ・やかんを煮洗いするのは、目からうろこでした。
- ・せっけんについて、こんなに奥が深いもののだと思わず、詳しく教えて頂き勉強になりました。また、汚れが短時間でもすぐにとれて、なおかつ環境にも優しいせっけんの良さを改めて知ることができました。（一部抜粋）



※せっけんアドバイザーとは…生活クラブでは、環境や人体への負荷を考えてせっけんを使うことを勧めています。せっけんを普及する活動を行っている組合員を”せっけんアドバイザー”といいます。

秋の斉班会でアドバイザーにきてもらいませんか？

希望日の1ヶ月以上前にセンターまでお申し込みください。（日程は申し込み後に調整）

未組合員の参加で1000円の補助（何人参加しても）



- せっけんアドバイザーによる『せっけん学習会』
- ・3人以上（組合員1人以上）
- ・調理器具、調理台、水廻り、換気扇、洗濯等の実践



- ビオサポアドバイザーによる『ビオサポ講座』
- ・5人以上（組合員1人以上）
- ・内容①食べ物と食べ方の大切さを知ろう  
②更年期の事や健康寿命を伸ばすヒントを知ろう  
③乳児期、幼児期の栄養の摂り方について知ろう  
④実験や試飲をして食品添加物について知ろう



#### 7月の活動状況

加入2人 脱退7人 移動0人  
組合員数615人 班数89班

生活クラブ浜松支部 Instagram



浜松支部ブログ



浜松支部ホームページ



#### ご入金のお願い

引き落としは毎月26日です

8月25日までに入金をお願いします

（6月分は4名、140,220円の未払いがありました）

# 消費だより 8月

浜松支部消費目標 25000円/月  
7月実績 19481円/月

太陽の季節 ☀️ 暑い毎日皆さんいかがお過ごしでしょうか？  
今月は暑い毎日を乗り切るための、おすすめ消費材をご紹介します。  
したいと思います。



【お願い】 Rピンのリサイクルで、すでに消費材の価格が上がってしまいました。グリーンシステムのリサイクルは、1人では小さくても多数であれば大きな力になります。是非ご協力お願いいたします。

【感謝】 お袋米玄米2kgスポット取り組みが浜松支部で達成率161.9%（静岡単協138.2%）になりました♪今後、通常取り組みができるようになりますよう、次回のスポット取り組みも検討しております。是非ご利用ください。

～粉もの消費材知ってください♪～ 日東富士製粉株式会社



## フルーツインゼリー甘夏

国産甘夏のシロップ漬を国産温州みかん果汁入りのゼリーで固めました。果実たっぷりのさわやかな涼菓です。次回掲載は8月5回A週（8月21日～8月26日）



## 梅ドリンク

生の青梅を砂糖で漬け込み、蜂蜜をブレンドした濃縮タイプ。クエン酸も添加しないさっぱりした風味です。無糖炭酸水で割って飲むと疲労回復にぴったりです。次回掲載は9月3回D週（9月11日～9月16日）

## ～新生酪農の 生乳 ヨーグルトを使った ビオサホ レシピ～



♥️ ラッシー

【材料】 2人分 ★1人分：195Kcal 塩分：0, 2g

プレーンヨーグルト 200g  
牛乳 1カップ  
はちみつ 大さじ2

【作り方】 ※簡単で美味しい

ヨーグルトをボウルに入れて泡立て器で混ぜ、牛乳、はちみつを加えてよく混ぜ合わせる。

※熱中症予防にもおすすめです♪



## あっぱれはればれ野菜おまかせ4点セット（是非ご予約お願いします。）

浜松支部では目標39セットの所、37セット予約いただいています♪栽培期間中に化学合成農薬と化学肥料を不使用、又は、できる限り使わずに栽培したその時旬な野菜4点のセットです。お得な価格で、お休みや解約もできます。お気軽にどうぞ♪



日東富士製粉(株)は、小麦を小麦粉にして、ミックス粉を作る会社です。生活クラブの消費材の多くを静岡市清水区の工場で作っています。小麦粉は、お米と並んで日本人の主食です。日本で使われている小麦のうち、国産は約16%で、多くを輸入に頼っています。国産の小麦粉は貴重なのです♪

○ホットケーキミックス：100%国産小麦使用 生活クラブの素精糖が使用されています。余計な添加物はありません。とてもなめらかで、生活クラブの中でも人気の高い消費材です。

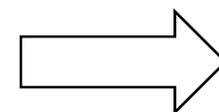
○お好み焼き粉：100%国産小麦使用 国産山芋粉を使用しています。3種類のだしを使用したコクのある味わい深い一品です。調味料(アミノ酸等)は使用されていません。

○フライパンでつくるパンミックス：北海道産小麦ゆめちから使用 イースト不用で発酵いらずです。所要時間35分、水とバターをまぜるだけで、ピザ生地など、アレンジ可能です。

★ホットケーキミックスで簡単 バナナはちみつケーキ  
熟したバナナはケーキにしよう！ホットケーキミックスとはちみつで美味しく簡単！



レシピ



※お子さんのおやつ、朝食などにおすすめです♪