

2023

2 月号



福島の輪、持続可能な循環、
サステナビリティを取り入れた
生活クラブふくしまの月刊広報誌

No.55 2023年1月23日

発行：生活クラブふくしま生協理事会

編集：広報委員会

発行責任者：佐藤美智子

福島県本宮市荒井字山神30

Tel : 0243-63-1050

Fax : 0243-63-1051

<https://fukushima.seikatsuclub.coop>



11月実績 組合員1,589人【対期首1%】、加入累計128人（84%）、脱退累計97人（99%）、共同購入累計27人【目標達成率27%】
11月供給高2,725万円（104.1%）、世帯利用23,075円（98%）、11月累計経常剰余金▲263万円【前年▲33万円】（ ）内は前年比

支部大会・準備支部集会を開催します！

- * 支部大会・準備支部集会とは…所属する組合員で構成され、毎年1回（3月開催を基本）開催される基礎組織体の最高議決機関です。
当年度の活動報告・会計報告、次年度の活動方針・予算、支部委員・監査委員等の承認について議決します。
所属する組合員であればどなたでも参加する権利があります。議決権および選挙権は1人1票です。
- * 支部・準備支部とは…生活クラブふくしま生活協同組合は、2つの支部（福島支部・あいづ支部）と2つの準備支部（郡山準備支部・相馬準備支部）で構成されています。
これを基礎組織体といい、組合員の方は住所をもとに所属しています。
※現在、準備支部形成に向けた組織として「広域エリア」があります。
「広域エリア」は、白河市、西郷村エリアの組合員と、配達エリア外に宅配便を利用して配達する組合員が所属します。
- * 支部と準備支部の違い…支部は一定の組合員人数で構成され、所属する組合員からの支部活動費を財源に自立的に運営されていること、支部運営準則という規約を支部大会で承認し自主管理・自主運営を基本として運営されています。準備支部は、支部の要件を満たすための準備段階の組織体という位置づけになります。

【開催日時・会場】

福島支部大会	3/27(月)10:00～12:00@アオウゼふくしま
あいづ支部大会	3/14(火)10:00～12:00@會津稽古堂研修室2
郡山準備支部集会	3/15(水)10:00～12:00@郡山市中央公民館第8講義室
相馬準備支部集会	未定

* 各支部の開催については、各支部のページや今後配布の案内でご確認ください。



@seikatsuclub_fukushima



seikatsuclub_fukushima



【福島支部の皆様へお願い】

支部委員 募集中→

●年間目標 25人
●当月純増 2人
(期首累計 3人)
●組合員 397人
(12月末実績)



【薬膳豆知識】

(蓮根) 喉の渇きや痛み、咳、痰を緩和する働きが期待できる。血の巡りや胃の働きを改善し消化を促す。食欲不振、げっぷ、吐き気、胃もたれなどに効果がある。
☆レシピ☆餃子の皮に蓮根スライスを載せ、そこに、しらすとチーズを載せてトースターで焼く。

今年度約50人の組合員の方へ来年度の支部委員を依頼するお電話をさせていただきました。しかし、「仕事がある」「民生委員」である等お忙しく来年度の支部委員を引き受けてくださる方がいませんでした。中には「車に乗らない為委員はできない」という方もおられました。

現在2名の支部委員は、来年仕事や家庭の事情で支部委員を続けられず、来年度は支部委員は0名になる見込みです。

このままでは福島支部の協同の力が途絶えてしまいます。在宅でできる仕事も多いので、何とか力を貸して頂けたらと思います。一人一人が小さい力でも何人か集まれば活動は持続可能と考えます。どうぞお気軽にお申し出ください。

☆支部委員の仕事
新規加入者のフォロー
支部委員会の企画運営
生産者交流会の企画運営
福の環生活の作成
支部大会の招集・開催
公式ラインアカウントの管理運営
☆組合員拡大の為の活動
ミニサンプルの発注等々

○支部委員会を覗いてみませんか？
2/6(月)10時～12時
福島市吉倉にある福島事務所
(通称ミント)
ご希望の方は、本宮のセンター
又はLINE公式アカウントの方へ
お申込みください。

12/18(日)素箱マルシェに参加しました

日曜日だったので子どもを連れてご家族が多かったです。小さいカップでみかんジュースの試飲をすすめたところ1歳のお子さんが一気に飲み干していました。



【今後の予定】

オイまるカフェ
2/2(木)13時～16時
@アオウゼふくしま工作室
ヨーグルト試食会&班長交流会
詳しいお知らせは別チラシでお知らせ致します。



福島支部
line公式

甲状腺検査のお知らせ

日時・場所：郡山のページをご覧ください。

費用：無料・大人3,300円(税込み)

申込み・問合せ：TEL 0243-63-1050(センター)まで

●ここがポイント●

◎組合員以外のお子さんでも無料検査OK！

※ぜひ周りの方にお声がけしてみてください。

◎医師がその場で問診、エコー検査をしてくれます。

広報委員会より 新SNSサポーター紹介

福島支部
長井夕香さん
(2022年10月より活躍中)



念願の生活クラブ4年目の長井夕香です。
食への拘りをお手頃な価格で叶えてくれる…
お肉、納豆…豆腐揚げ…ジュース…他たくさん♪
家族のお気に入りも、安心安全なものばかりで、
生産者のみなさん、配達員さん、みなさまに日々
感謝の気持ちです(^^)



あいづ支部大会開催のお知らせ

2023年3月14日（火）10:00～12:00@會津稽古堂

あいづ支部の組合員であれば、どなたでも参加できます。
当日会場で参加できない方は、事前に書面議決にて議決参加をお願いします。
今後、あいづ支部委員会より詳しい開催案内をしますので、是非ご参加ください。

年間目標 25人
当月純増 ▲5人
(期首累計 0人)
組合員 834人
(12月末累計)

営業 11～15時
定休日 水曜日
臨時休業あり
駐車場 なし

生活クラブのPRコーナー

「なみなみ/ラーメン神社」

喜多方レトロ横丁商店街の「なみなみ/ラーメン神社」内の一角に、生活クラブふくしまのPRコーナーがあります。
こちらでは、地域の方たちに生活クラブについてもっと知っていただけるように消費材のサンプルをお渡ししたり、生活クラブについての質問や加入の相談を受け付けています。
あいづ支部副委員長で店長の岩田朝美さんや他のスタッフも組合員ですので、気軽に声をかけてください。
また、お店には会津ならではの商品が販売されており、書道経験のあるスタッフによる御朱印やお土産ラーメン、お菓子、服飾雑貨や地酒などが人気だそうです。



きばるの甘夏みかんde簡単レシピ



<甘夏と人参のサラダ>

(2人分) 1人分: 121kcal
甘夏みかん 1個(350g)
人参 1/2本(100g)
ミニトマト 4個(40g)
サニーレタス 80g
★玉ねぎ みじん切り1/8個
★純米酢 大さじ1
★オリーブオイル 大さじ1
★真塩 小さじ1/3
★こしょう 少々

①甘夏みかんは薄皮をむいて実を取り出す。人参は千切りにし真塩少々をまぶしてしんなりしたら水気を絞り、ミニトマトは4等分に切る。
②ボウルに★を入れて混ぜ、①を加えて全体を混ぜ合わせる。
③器にサニーレタスを敷き②を盛る。



<甘夏スカッシュ>

(2人分)
1人分: 104kcal
甘夏みかん1個
タンサン飲料 1本



①甘夏みかんは横2等分に切り飾り用に輪切りのスライスを2枚切り、残りは果汁を絞る。
②グラスに輪切りの甘夏みかん果汁を入れ、タンサン飲料で割る。

《 今 後 の 予 定 》

★2月1日(水)10:00～12:00@喜多方厚生会館
オイまるカフェ「大人おやつを食べよう&コーヒー飲み比べ」

★3月21日（火）10:00～12:00@會津稽古堂
Let's食育「ビオサボセット使いこなし術」

あいづ支部LINE公式



イベント申し込みはこちらからどうぞ！
別チラシか最終ページの申込書でもOK！

広報委員会より 新SNSサポーター紹介

あいづ支部 塚原めぐみさん
(2023年1月より活躍)



喜多方市在住、10歳、7歳、1歳の母です。
お菓子作りや料理が好きで、生活クラブと出会いますます好きになり、家族みんなで
すること食べることを楽しんでいます。



「エプロンサポーター」大募集！

センター在庫で稼働していない生活クラブブランドグッズのエプロンを貸し出します。親子料理教室や学校行事等で付けて、生活クラブを知ってもらうお手伝いをしませんか？
期間；2023年2月～2024年3月迄
活動内容；エプロンを付けて出かけ、生活クラブについて聞かれたら宣伝する。

活動費；ナシ（ボランティア）
※エプロンの洗濯は合成洗剤は使わないこと！
申込方法；最終ページの申込書、または右記の郡山準備支部総合受付やLINE公式で！



郡山準備支部 総合受付

企画の問い合わせ、
申込、申込予約、
全てコチラからOK！



365日
24時間
受付中！

郡山準備支部
「LINE公式」
登録してね！



イベント情報、
お得情報発信中。

- 年間目標 20人
- 当月純増 1人
(期首累計23人)
- 組合員 194人
(12月末実績)

~~~~~今後の予定~~~~~

2/21(火)10:30～12:00

新加入組合員フォロー

「ゆるベジ料理教室」@A-labo



3/15(水)10:00～12:00

郡山準備支部集会 & プチエクステンジ会

@郡山中央公民館第8講義室

★今年度の活動を振り返り、次年度の活動を
どうしていくか決める会です。
終わり次第、好評の不用品の物々交換会を
します！



~~~~~甲状腺検査のお知らせ~~~~~

日時：2月18日(土)10:00～12:00

場所：桑野協立病院(郡山市島2-9-18)

検査費用：子ども無料・大人実費(3,300円)

申込・問合せ：生活クラブふくしま

TEL 0243-63-1050(受付時間：9時～12時)

★検査のポイント★

組合員以外のお子さんでも無料検査OK！

※ぜひ周りの方にお声掛けしてみてください。

医師がその場で問診、エコー検査、画像ももらえる。

成長期のお子さんの変化を見逃さないように

年1回の受診をオススメします！

広報委員会より 新SNSサポーター紹介

郡山準備支部
平野茉莉さん

(2022年10月より活躍中)



郡山市在住の平野です。生活クラブに加入して3年になります。
二本松市のさなさんからの紹介で始めました。

お試しセットを頼んでから一年後位にスタートしましたが、
始めてからはもう生活クラブオンリー生活です。

夫の名言、『生活クラブは何を食べても美味しい！』

3世代で毎食お世話になっています♪

生活クラブを始めて外食をしなくなりました。

なぜなら生活クラブが美味しいから！

働くママ、子育てママに優しい時短料理のBioサポートが
おすすめです！

毎日口にするものだから、本物を。健康は安心安全な食事から！



相馬準備支部
伊藤麻理さん

(2022年10月より活躍中)

南相馬市在住の伊藤麻理です。生活クラブに
入って3年が経ちました。

私が入会したきっかけは組合員の皆さんの
素敵なSNS投稿でした。自分の発信もまた同じ
ように感じてもらえるように、楽しんで
いきたいです^^

好きな消費材はチキンナゲットとケチャップ
です！



相馬準備支部
高野ななみさん

(2022年10月より活躍中)

南相馬市在住の高野ななみです。

子どもが3人おり、子育てをする中で、
安心安全なものを選びたいと思うようになり、加入して
2年が経ちましたが、子ども達のため、というより、私
自身が楽しんでます。

消費材は安心安全だけでなく、とても美味しく、ここを
通じてできた友達や仲間は、私にとってかけがえのない
存在です。これからも美味しく魅力的な消費材を沢山
紹介していきたいです。



「電気料金の値上げ、再生可能エネルギーのこと」 みんなで考えてみませんか？



開催日時
開催場所
講師

2023年2月27日(月)10:30~12:30
本宮市内の会場(予定) 実参加およびZOOM参加可
(株)生活クラブエナジー 鈴木伸予氏

内容

社会情勢を踏まえ食料品をはじめ様々な物価が高騰し家計を直撃しています。ライフラインである電気料金も大幅に高騰しています。電気料金の仕組みは複雑でよくわからないという声を聴きます。なぜ電力不足といわれるの？なぜ電気料金は高騰しているの？化石燃料や原発による発電がないと電気は維持できないの？に答えます！

参加申込方法

6ページの2次元コードからまたは、企画参加申込書にてお申込み下さい。
ZOOM参加希望の方は2次元コードからメールアドレスを入れて申込みください。追ってID、パスコード送付します。



秋田県にかほ市にある生活クラブ風車 夢風

アンケート結果

よく使う牛肉(の部位)ベスト3

(+どんな料理に使う?)

1位 切り落とし

→甘辛く味付けしてビビンパ風、肉じゃが、コロッケ、牛丼

2位 バラスライス

→塩胡椒のみ、ハッシュドビーフ、ゆで卵にぐるぐる巻いて砂糖醤油で味付け、お正月おせちの八幡巻

3位 小間切れ →牛丼

他 挽肉→ハンバーグ、タコライス、ラザニア
一口カットステーキ→焼いて塩胡椒や肩ブロック→カレー わさびをつけて！

<理事会報告>

第7回理事会報告(抜粋) 12月22日(木)開催

1. 討議事項

- 活動計画策定資料討議
・今年度の活動の振返りと次年度計画案について討議
- 23年度からの支部活動予算対応
・支部活動における単協費用と支部活動費の費用負担について討議

2. 報告承認事項

- 中間監査報告への回答
・監事会からの中間監査報告を受け、理事会として回答を行った
- 出資金減資対応
・組合員へのお知らせ方法と出資金の減資対応を確認した。

共済たすけあい委員会から



ライフプラン講座のお知らせ

- 3月15日(水)10:00~12:00
『子育て世代の教育費』
- 3月16日(木)13:00~15:00
『主婦が働くときの社会保険と税金』

参加申込はコチラ

2次元コードからLINE公式に登録！
お申込み、欠席の連絡もできます。
資料も配信されますよ\(^o^)/
WEBやTELでの申込みもちろんOK★



「アンケートにご協力ください」

私の好きな春野菜ベスト3

→菜の花、たけのこ、アスパラガス等

(理由や使いこなし方等も教えてください！)

(1) (2) (3)

アンケートにご協力
頂いた方の中から抽選で

←プレゼント

が当たります！
なお、当選者の発表は
賞品の発送を持って
代えさせていただきます。





生活クラブカレンダー

2/1(水)オイまるカフェ「大人おやつを食べよう＆コーヒー飲み比べ」@喜多方厚生会館（喜多方市）10:00～12:00

2/2(木)オイまるカフェ「ヨーグルト試食会＆班長交流会」@アオウゼふくしま工作室（福島市）13:00～16:00

2/8(水)★理事会主催★ふくもり意見交換会@會津稽古堂（会津若松市）13:30～15:30

2/21(火)新加入組員フォロー「ゆるベジ料理教室」@A-labo（田村郡三春町）10:30～12:00

2/22(水)★理事会主催★ふくもり意見交換会@喜多方厚生会館（喜多方市）13:00～15:00

2/26(日)★理事会主催★ふくもり意見交換会@郡山中央公民館 第3和室（郡山市）13:30～15:00

編集後記

年度末も近づいてきた2月！
今年度の振り返りと次年度に向けて意見が言えるチャンス到来ですよ！！各支部に加えて理事会も総出で、皆さんからの生の声を聞きたくて、いろんな会場設定しています。班にも理事が出向きますので、この機会に是非手を挙げてください。オイまるカフェ、ふくもり意見交換会にドシドシ申込みお待ちしております！
会って話しましょう！（岩田）

企画参加申込は、切り取り線以下の用紙を配達便で出すか、Fax 0243-63-1051へお願いします。
メールは以下の項目を書いて e-mail kyoyu.fukushima@s-club.coop までお願いします。
※ご記入いただいた内容について広報誌に掲載することもありますので、予めご了承ください。

切り取り線



↑生活クラブ
ふくしまの
企画申込は
こちらから！

福の環（ふくのわ）生活 No.55 クイズ応募用紙＆企画申込書

（配達便もしくはFAXで2023年2月17日(金)まで、ふくしま事務局到着分有効）

班名（個配）

連絡先TEL

組員名前

組員コード

私の好きな春野菜ベスト3

＋どうやって食べるのが好き？

（例；たけのこ→ベーコンとペペロンチーノ！）

(1) (2) (3)

ネットから回答できます↑※クイズの答えを ■イベントの開催日とイベント名のところに【●月号福の環アンケート結果】を記入していただき 以下必須事項を記入してください！

＜投稿欄＞

以下の項目等でご自由にお書きください。

（紙面に掲載させて頂くことがあります。）

お気に入り消費材、我が家の定番レシピ、季節のレシピ、生活クラブに加入した理由など

今月号の感想や今後の「福の環（ふくのわ）生活」への要望など

《企画参加申込書》上記カレンダーより選んでください。

企画名（ ）に参加します。

組員参加者名（ ）

（ ）

（ ）

ゲスト参加者名（ ）

（ ）

（ ）

《有償サポーター登録申込書》

有償サポーターに登録します。

・イベントサポーター

・チラシ配布サポーター

・SNSサポーター

↑

○をつけてください



↑↑生活クラブふくしま
ご当地ハグみちゃん