

「商品利用だけじゃもったいない！」

一宮生協

くみかつNEWS☆

10月号

「せっかく組合員になったのだから、みなさんに一宮生協のことをもっと知ってほしい！」という想いで、日々活動する組合員活動...通称くみかつ。今回も日々のあれこれを、随時情報発信していきます！

気の合う仲間と、好きなことをとことん学ぶ!

「スタディークラブ」活動中!

地域やテーマの枠にとらわれず、好きなことをとことん楽しむ、大人のクラブ活動『スタディークラブ』! 組合員であれば誰でもクラブを作って参加でき、気の合う仲間同士で自由なテーマで参加できるんです。

2021年度は、8つのクラブで楽しく活動中!

- ・ アレルギーフリー料理教室
- ・ 書道塾
- ・ JC(ジャパンカルチャー)雅クラブ
- ・ 食生活
- ・ 私たちのわくわくセカンドステップ
- ・ 健康と食
- ・ ヘルス&ビューティーサロン
- ・ taste Aroma&Herb



みなさんの活動を一部ご紹介!

★書道塾

一宮生協東部センターにて「書道」を、楽しんでいます。
 “好きな文字”や“自分の名前や住所”などを自由に練習します。
 今後の目標は手書きで年賀状を書くこと。普段は忙しく、何かと不安な世の中ですがいつもとは違う場所で、みんなで集中するので気分も落ち着きます。



★健康と食

健康の源は「食」ということで、近くに住むお仲間と食に関する本を読み進めています。
 近所の喫茶店でお茶を飲みながら、リラックスして意見交換♪
 “安価な食品の原材料は、食品添加物が多い、商品の表示に気を付けてみるべし!”
 と、新たな発見があり食品を選ぶ目を見につけたいと思います。



★私たちのわくわくセカンドステップ

一宮生協キッチンスタジオにて、憧れのフルコース作り。今回はハーブ、次はトマトづくし！
と、テーマを決めて、1人ではなかなかできない凝った料理を仲良しメンバーで楽しんでいます。



●メニュー

- ・さばのエルグド・プロバンス風味
- ・ジャークチキン
- ・鶏肉とキャベツの重ね煮
- ・かぼちゃのソテーローズマリー風味
- ・夏野菜のミックスグリル
- ・ミックス豆のサラダ
- ・玉ねぎの洋風スープ
- ・カモミールティーのババロア



★ヘルス&ビューティーサロン ママ友同士で集まり、わいわい楽しんでいます！



【美容効果の高い
菊芋茶とは何？をお勉強】



【アロマオイルで
リップクリーム作り】



【アロマオイルで
重曹バスボム作り】

★食生活

「日本人の食事摂取基準」や、栄養や食事法の本を参考にしながら、
年齢に合った食生活について、気の合うメンバーと、まったり話し合っています。
無理して、一生懸命頑張ると三日坊主になりがちなので
無理なく健康を維持出来る方法を見つけられたらと思います。



おしらせ

コロナ禍だからこそ、仲間と楽しみを♪

一宮生協があなたの活動を応援します！



●生協は、商品を利用するだけのところではありません。組合員の皆さんが好きなことや学びを深めたり、
組合員同士の輪を広げたり、家事や育児の合間に楽しく活動できるのも醍醐味！

●スタディークラブは一宮生協組合員が3名以上で、どなたでも立ち上げることができます。
子育て・お料理・ヨガ・お散歩・美容クラブなど...テーマは自由！趣味の延長でもOKです。
生協施設で、メンバーのおうちで、近所の公園で、一人ではなかなかチャレンジできないことも
仲間と一緒に継続できる！来年度に向けて新たなクラブの登録を募集していきます。
このチラシを見て、新たなクラブを立ち上げてみたいと思った方、お気軽にお問合せくださいね。

近所のお仲間や
ママ友と一緒に♪



アイチョイス・コールセンター  0120-52-1252 (月-金 9:00~18:00)