

季節はずれの夏日があったり、台風が多かったり？ でも金木犀が香り、季節は着実に進んでいます。そして、もうクリスマス試食会の予定をお知らせする時期になってしまいました。 焦る～～そう思うのは私だけ？

浦和東支部  **クリスマス正月用消費材試食会**  **日程表**

地区	開催日	時間	場所	メニュー
大原地区	10/31(木)	12:30～14:30	下木崎団地集会所	牛肉のレモンソース ベーコンときのこの炊き込み 炊き込みご飯 ヨーグルトの黒豆ソース
本太地区	10/31(木)	11:00～13:00	元町2丁目集会所	ミートローフ すき焼き コーヒーロールケーキ
木崎地区	11/10(日)	11:00～13:00	領家公民館	ミートローフ 鶏ひき肉ののしどり
原山地区	10/28(月)	13:30～15:30	原山公民館講座室	ローストビーフ 牛肉のたたき 鶏もも肉の塩コショウ焼き
大谷場地区	11/3(日)	13:00～15:00	南浦和公民館	ミートローフ 煮なます ケーキ
大谷口地区	10/25(金)	11:00～14:00	善前公民館調理室	小さな牛肉バーガー 小さなおはぎ ヨーグルトのにんじんサラダ

**各地区参加費はありません。** 組合員加入初心者の皆さん、消費材を試食したり、利用ベスト品目やクリスマス、お正月用レシピを聞いたり食べてみたりグッドチャンスです。ご自分の地区以外でも日程、レシピからでも選んでご参加ください。地区一同皆様のご参加をお待ちしています。

お友達に自慢の3品を  
紹介してみませんか？  
(センターからお届け)

## まだ間に合う 秋のおすそわけ

期間 10月末日  
対象 生活クラブ  
未加入の友人  
申し込み・問い合わせ  
川口センター  
048-286-6911

みんな大好きな国産トマト  
100%のケチャップ



安定剤乳化剤不使用  
の勝負のアイスクリーム  
90ml×2



100%再生紙長く使える  
100m巻ロール  
ペーパー



お友達が加入したら、さらにあなたにも、そして新人のお友達にもさらにプレゼントがありますよ～。

# 今こそ Let's 年間登録米



私たちが登録して食べ続けることが、安心安全な国産の米作りを守っていく原点です。



組合員の皆さんとの顔の見える関係や、登録米システムがあることで、無農薬、減農薬にも挑戦でき、良い米作りにチャレンジしていきます。

## 登録のメリット

生産量、消費量のバランスにかかわらず登録米優先。  
年間登録米は通常注文よりお得。  
無農薬実験米は登録米だけで申し込みます。



私たちがはぐくむ「たすけあい」の形。  
**生活クラブ独自の生活クラブ共済誕生!**  
一般の保険と違い儲けを見込んでいない分、少ない掛け金で保障が充実。

問い合わせ  
フリーダイヤル  
0120-220-074  
(月～金 9:00～17:00)

ビフィズス菌増やして免疫アップ。これにもパス乳、歳を重ねて飲むなら**今でしょ!**



## 生活クラブ共済はぐくみのしいところ

### 月掛金1,000円

加入年齢: 0～満64歳  
満期年齢: 男性67歳  
女性70歳

※年齢が上がっても掛金変わらず



### 持病に合わせて

持病の申告により、持病原因以外の保障をしています。より多くの方にご加入いただくためです。



### 生活クラブオリジナル

組合員が組合員のためにつくった「あったらいいな」の保障です。

ご本人のための保障です



### 入院・退院後に給付

入院は1日目から、ケガ通院は2日目から保障。日帰り入院でも給付対象。退院後の生活復帰に一律1万円給付します。



### おめでとうにも保障

健康保険の対象にならない普通出産の方にうれしい産後ケア給付。出産祝金は1世帯1給付。生活クラブ共済はぐくみからの「おめでとう」の気持ちです。



### ふだんが大切

たすけあいの理念がベース。ふだんの生活のお困りを支えるために、死亡保障を抑え、入院・手術給付を手厚くしています。



## 牛乳がお肌にいいワケ

牛乳にはさまざまな栄養素が含まれています。これらのうちお肌にいいのは...

タンパク質やビタミンAは細胞の新陳代謝を活発に。

ビタミンB2は皮脂の分泌をコントロール。

カリウムは皮膚の水分量を一定に保ち、乾燥肌を防ぐ効果が。

牛乳に含まれる乳糖は國內の善玉菌の栄養素になり、腸内細菌のバランスを改善する働きがあります。その結果、便秘や宿便によるお肌の荒れも防ぐことができます。飲んで、食べて美肌。牛乳にご相談ください。

コップ1杯50円。これでお肌きれいになって、骨も強くなって、イライラも軽減できるなら安いもんです。

