



しりしま

173号 2020年12月  
生活クラブ浦和東支部委員会  
<http://club-urawa.sakura.ne.jp>

☆も～い～くつ、寝～ると～♪ お正月は、もうすぐですね。  
生活クラブの食材を食べて、ゆっくり休んで、免疫力をあげ  
て元気でお過ごしくださいね。

は

ハグくみは、生活ク  
ラブ独自の保障です！

組合員がつくったので、組合  
員にうれしい保障がそろって  
います。掛け金は、満期まで  
ずっと変わらず月々1000  
円。ネットから、加入申し込  
みができます。

テ



お正月、準備は

デポー浦和で決まりだね！

年末は、12/30まで

年始は1/6からやっています。

1/6、7 福袋あります。

(数量限定)



R

Rびん、さっと洗って返しま  
しょう！いつもRびんを返し  
てください、ありがとうございます  
！キャップは無理に  
はずさなくても大丈夫。200  
mlのビン（えのき茸茶漬け  
等）もRびんなんですよ。



エコ制度、

実はすごく使えます！

ガイドブックも見てみてね。

くらしのサポートでは、困っ

たときにお手伝いをお願いで

きます。どなたでも。

(年度内、15時間まで)



ゆず茶

材料：ゆず 氷砂糖（ゆずと同量）

①ゆずの皮をむき、内側の白いわたを取り、出来るだけ細く切る。

②実を房に分け、房を半分に切る。種を取り除き、皮とあわせる。

③消毒したびんにゆず・氷砂糖・ゆず・氷砂糖・ゆず・氷砂糖と重ねる。

④一日一回、びんを振り、砂糖が固まらないようにする。

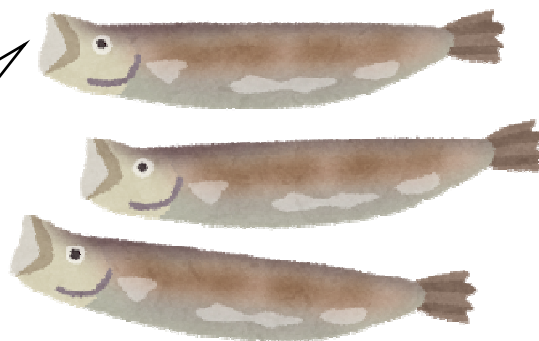
いつもゆずを使いきれないでいたので、今年ゆず茶を作ってみました。寒い日に、お湯や紅茶で割って飲んでいきます。

## ☆本ししゃもとカペリンの違いご存知ですか？

本ししゃも：サケと同じように川で産卵する。ししゃも漁が解禁となるのが10月の初旬から11月の中旬の40日前後。他の時期は禁漁！北海道南部の太平洋側だけに生息している日本固有の貴重な魚です。

カペリン：からふとししゃも アイスランドやノルウェーから輸入される。海で産卵して海で育つ魚。北太平洋、北大西洋の沿岸各地に広く分布、北海道北部でもわずかに捕獲される。

本ししゃもは、取れる時期が限られ、貴重なものだから、高いのだ！



発行：浦和東支部委員会  
編集：大谷場地区