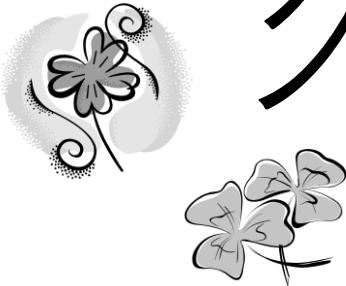


クローバー



2024年7月2日発行
生活クラブ埼玉 所沢東支部運営委員会
<https://saitama.seikatsuclub.coop/>
FAX 049-259-5817

シャボン玉月間～所沢市長訪問報告～

5月31日にシャボン玉月間のメッセージの依頼と意見交換のために、所沢4支部合同で所沢市役所へ訪問致しました。

小野塚市長と初めてお会いしました。

お話しした内容

- * 生活クラブの説明
- * せっけんの説明
- * 香害について
- * 市内の小中学校の給食事情



その後、市役所の環境クリーン部の方とも、お話しできました。小学校に通わせる子どもがいる身としては、より安全な食材や調味料を使ってほしいこと、そして給食着の使いまわしによる香害について、をお話ししました。

状況が良くなることを願うとともに、こういった行動は、とても大事だなと感じました。毎年訪問をする予定になっておりますので、ご興味のある方は、お声がけいただきたいと思います。 ◆N◆



共済“ハグくみ”のお知らせ



生活クラブ共済

組合員による
組合員のための

ハグくみ

加入できる年齢	0～64歳
保障対象年齢 男性	67歳まで
女性	70歳まで
掛金	一律 1,000円／月

♪ 日常生活の中のちょっとしたアクシデント（ケガ）も保障

《例》転んで突き指をして病院へ行った ⇒ 1日目から1,000円の通院保障
(9月からは2,000円にアップ)

♪ 手術は種類に応じて最高100,000円までの保障

入院は3,000円／日

退院後サポートに10,000円 (9月からは13,000円にアップ)

♪ 出産のお祝いに5,000円 (パパも加入していればさらに5,000円)

産後のサポートに10,000円



若い世代にも、シニア世代にも、
うれしいきめこまやかな保障内容
ハグくみのサイト 見てね！ ◆H◆



コミニケチャップで作るナポリタン（ビオサポレシピから）

材料（2人分）

ワインナー 4本	スパゲッティ 160g
ケチャップ 大さじ6	オリーブオイル 大さじ1
玉ねぎ 1/2個	バター 10g
ピーマン 2個	パウダーチーズ 小さじ2



作り方（15分）

- ① 玉ねぎは薄切り、ピーマンは5mm幅に切り、ワインナーは斜め薄切りにする。
- ② スパゲッティは表示通りにゆで、ザルにあげて水気を切る。
- ③ フライパンにオリーブオイルを熱し、玉ねぎを炒め、
しんなりとしたら、ワインナーを加えて炒め合わせる。
- ④ 具を端に寄せ、空いたスペースにケチャップを流しこみ、
煮立ってきたら30秒ほど煮詰め、ピーマンを加えて全体を混ぜ合わせる。
- ⑤ ②を加え、しっかり混ぜたら、バターを加えて全体
にからめる。器に盛り、パウダーチーズをかける。

