



2025年11月4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

## エッコロサポーター大募集

「たすけあいの輪」に加わっていただけませんか？

得意なこと、できることだけで大丈夫です。最近は「荷物の整理」や「植物の水やり」、「食事づくり」でのサポート利用がありました。

仕事をしながら未就学児2人を育てている私は、毎日バタバタで助けてもらつてばかり。でも、「診察券出し」と「ペットの世話」なら、日時さえ合えばできるかも？と思い、登録してみました。あなたのちょっとした“手”が、誰かの大きな助けになります。　♡〇♡

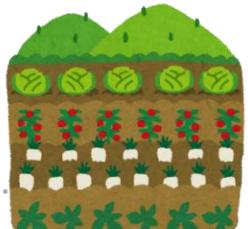
[登録フォームはこちら](https://saitama.seikatsuclub.coop/activity/care/eccolo/form_supporter.html)

エッコロサポーター登録フォーム



## 【コラム】～連 花のある暮らし～

市民大学ファームとそこで活動する連をご紹介します。市民大学ファームの一畠をお借りして、独自に実験畠を作っています。　♡H♡



市民大学ファームの畠は、東所沢の城という地区にあります。

連「市民大学ファーム」では、いろいろな作物の栽培に取り組んでいます。畠作業だけでなく、こども食堂の応援や、林の自然観察会などの活動もあります。今年、畠を引っ越したので、今はいろいろと大変ですが、作物は順調に育ち始めています。



土に触れること、作物が育っていくことに癒しを感じています。

そして参加されているみなさんがとても和やかな雰囲気で、わたしは週に2回、畠に行くことが楽しみになっています。

## 所沢ブロック公式HPのご案内

所沢ブロックのホームページ（右下のQR）で、支部などが開催するイベントの情報が見られるようになりました！随時更新していますので、ぜひご利用下さい！

連のイベントも掲載できます。

[所沢ブロック](#)

検索

市民大学ファームの詳細はQRコードからご覧ください！

「支部の情報（所沢東支部）」（スマホは右上3本線）のページに機関紙クローバーをカラーで掲載しています。



# クリスマス＆お正月用品試食会の報告

今年も年末年始が近づいて参りました。10月20日に所沢駅近くのくすのきっしんで、クリスマス＆お正月用品試食会が開催され、子ども1人を含め12名の参加がありました。

クリスマス＆お正月用品の消費材は、調理が簡単になっていて、「切るだけ」「温めるだけ」「焼くだけ」のもの、また「そのまま盛り付ければよい」ものもあります。

「切るだけ」のものでも、レタスやきゅうり等の生野菜を添えると料理が引き立ちます。

好評だったのは、クリスマス用では**牛肉一口カットステーキ**、**苺のホワイトクリスマスチーズケーキ**、正月用では**伊達巻**、**七草がゆ**です。「試食したから美味しさがわかった！」という意見がありました。忙しい年末年始の時期を、安全安心の生活クラブの消費材を使って、クリスマス＆お正月を迎えるのは、いかがでしょうか！

他に、牛丼や舞茸ポタージュ、コーンポタージュ、野菜サラダも作り、コーヒー、ごぼう茶等の試飲もあり、お腹一杯になった試食会でした。♡K♡

## 試食消費材一覧

### \*新\*: 新消費材

\*新\* 春の七草（フリーズドライ）

正月用丹波黒豆煮豆

\*新\* 牛肉一口カットステーキ 500g

\*新\* かまぼこ仕立てのテリーヌセット（チキン和風・チーズ）

伊達巻

クリスマスロールケーキ

\*新\* 苺のホワイトクリスマスチーズケーキ

\*新\* 新春ゆばセット



## 【アンケート内容】

試食会に参加したすべての方に「購入の参考になった」といっていただけて嬉しいです。以下消費材の感想です。

★伊達巻は毎年買っている

★牛肉一口カットステーキ 500g の肉が柔らかくておいしかった

★新春ゆばセット、サーモンチーズの洋風寿司（ベジート巻）に興味をもった

★ベジート巻のベジートを取らないように注意書きが必要かも → みなさん 注意してくださいね！



♡S♡