

# よっ葉だより

2025年  
4月14日号  
No.832

～地産地消～  
いのちと健康暮らしを守る  
よっ葉生活協同組合

## 春のお誘いキャンペーン実施中!

～6月20日(金)まで

よっ葉生協に興味のある方はいらっしゃいませんか?  
食の安全のこと、環境のこと、農業のこと... もっと知りたい、大切にしたいたい。  
そんな思いの組合員がたくさんいるよっ葉生協。  
仲間が増えたら嬉しいですね! 大きくなあれ、よっ葉の輪!

### 🌸 キャンペーン特典 🌸

ご紹介くださった組合員には  
おひとりご紹介につき 2000円 お値引きします  
期間中 ご加入の方全員に  
よっ葉生協 1000円分の割引券をプレゼント!

個人宅配・2名共同購入の方  
★お試し期間10週間 宅配料(110円)が無料  
★初回から5週間のご利用額が15000円以上の方  
には、さらに1000円割引券をプレゼント

3名以上共同購入・妊産婦さん  
ご夫婦2人世帯でいずれかが高齢者(75歳以上)の方  
★宅配料(110円)無料、基本料77円のみ  
新卒見の妊産婦さんには、ベビー石けん・有機  
ベビー野菜スープもプレゼント!

同居のご家族に障がいをお持ちの方がいらっしゃる場合  
★宅配料110円・基本料77円が無料になります。

ご紹介は地区担当・配送担当にお声をかけを!



よっ葉生協では、  
「おうちカフェ」  
「即売会」や「イベント」を行っています。  
お友達を誘ってのお立ち寄りも大歓迎!  
ご来場をおまちしています♪

よっ葉だよりP4のQRコードから  
Facebook や Instagram を見てね



普及推進部で  
配布しています



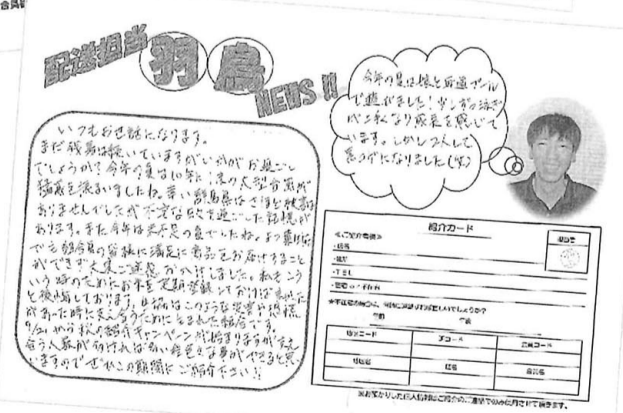
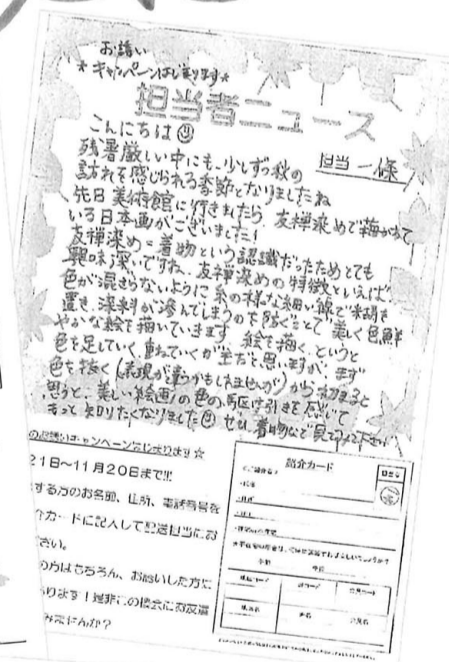
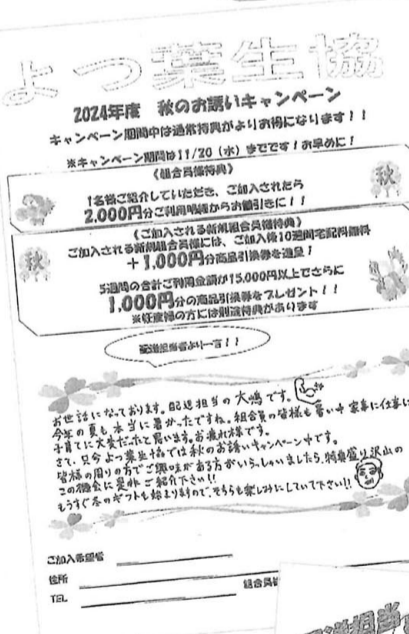
### よっ葉生協 春のキャンペーン

2025年3/21(金)～6/20(金)  
よっ葉生協は、「いのちと健康、暮らしを守る」を理念に、  
食品添加物や農薬に厳しい目を持ち、生産者と消費者を  
結び付けたいです。本当に愛して頂けてくれるものを  
ご自宅や職場まで、毎日お届けさせていただきます。  
この機会に、よっ葉生協の宅配をご利用してみませんか!



- この春、新規でご加入いただくと...  
よっ葉生協 1000円分商品引換券 プレゼント!
- 更に! 初回から5週間ご利用代金15000円以上ご購入で  
よっ葉生協 1000円分商品引換券 プレゼント!
- 【個人宅配・2名共同購入の方】  
宅配料が10週間無料です(基本料77円はかかります)
- 【3名以上共同購入・妊産婦さん・高齢者(75歳以上)の方】  
宅配料が無料です(宅配料110円が免除、基本料77円はかかります)  
※ご家族に障がいの方がいらっしゃる方は宅配料全額無料です(宅配料、基本料共)
- ★新規ご加入の妊産婦さん限定★  
ミヨソ石けんのお試し期間10週間と有機ベビー野菜スープ  
プレゼント! ※さらに0歳児がいいらっしゃる方は、宅配料110円分の無料宅配引換券もプレゼント!
- よっ葉生協の組合員さんは  
お友達をご紹介ください!  
1人ご紹介につき2000円引換券(商品引換券)  
さらに2人、3人、4人ご紹介人数に応じて  
商品引換券をお贈りします。(キャンペーン終了時)  
※ご紹介する方も、ご紹介された方もお済みです!
- 【お申込み・お問い合わせ】  
0120-07-1613  
ホームページ Facebook Instagram  
QRコード

配送担当が作成している「担当者ニュース」。  
こちらは2024年秋のものにたよりますが、  
2025年春も作成しております。是非ご覧に  
なして下さい!! ご感想も  
おまちしています♪



# 産地訪問報告

## 千本松牧場(那須塩原市)

2024年12月2日(月)

宇都宮北委員会

40年ぶりにリニューアルオープンしたばかりの那須塩原市にある千本松牧場へ産地見学に行ってきました。

東京ドーム178個分の広大な敷地で、牧場全体が鳥獣保護区に指定されています。100年以上那須塩原の地で「自然との共生」をテーマに持続可能な循環型酪農に取り組まれています。

広大な自社畑で収穫した牧草・コーンを飼料として乳牛に与えることにより、北海道を上回る自給飼料比率を実現し、また飼料会社から購入する飼料についても、遺伝子組み換えをしていない原材料に限定し、安心安全な生乳を毎日生産しています。

他の牧場の生乳を混ぜないこと、飼料までが千本松牧場生まれというのが自慢だそうです。

(宇都宮北委員会 鈴木)



毎週のくららでハウライ商品を案内しています。

4月5週では・・・

- 278 那須千本松牛乳(1000ml)
- 282 千本松牧場低温殺菌牛乳(500ml)
- 290 生乳仕立て のむヨーグルト
- 291 千本松牧場生乳 100%プレーンヨーグルト(100g×3)

その他商品も毎週ご案内しています！



### 報告◇SDGs 古いネクタイでコサージュを作ろう 2月18日・栃木市民交流センター きららの杜蔵の街楽習館

2月18日栃木市民交流センター、きららの杜蔵の街楽習館にて「SDGs 古いネクタイでコサージュを作ろう」一講師 鈴木泰子先生一を開催しました。

皆さんそれぞれ“ご自身が以前ご主人にプレゼントしたネクタイ”だったり“捨てようと思ったのよ“だったり“100均のネクタイ”だったりとのネクタイを持参してくださいました。とっても簡単にできてしまうので文章にする方が難しいのですが…。裁縫が苦手な私のお話をさせていただくと、先生がぐし縫いでとおっしゃっているのに粗い縫いに、そして何故か途中まつり縫いになってしまっても大丈夫！素敵なコサージュになりました。(簡単ということが伝わったら嬉しいです)

参加して下さった皆さんも「思ったより簡単!」「想像した以上に素敵に仕上がった」と感想をいただきました。

一本のネクタイからコサージュと蝶ネクタイが両方作れます。お母様とお子さんとペアでつけてもステキです。

皆さんもぜひ作ってみてはいかがでしょうか。

(文化委員会 今川)



古いネクタイでコサージュを作ろう

45~50cm  
10cm  
こを15cmにすると777アになります。

ぐし縫い 折りまげ  
ぐし縫い始め 縫い

花芯用布 底用布

1. ネクタイを解す
2. 型紙をあて、裁断する
3. 半分に折りまげ 端から5mm位をぐし縫いする
4. ぐし縫いを縫い縮める。→玉止め
5. 花芯の形にレタ十字に縫う
6. 花芯の布のまわりをぐし縫いをする
7. 中に綿を入れて縫い縮める、花芯を花芯につける
8. 別布でまわりをぐし縫いをする
9. 形をまるにととのえ花芯のまわりの部分をかくす。
10. 安全ピンをつけて出来あがり

5/5は

5/11は

# こどもの日 、母の日 感謝と愛情を伝えてみませんか

古代中国の邪気払いを由来に持つのがこどもの日。日本では1948.5.5.に「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」祝日として制定されました。

アメリカ発祥の母の日は、亡くなった母の追悼式で娘が参列者にカーネーションを配ったことから始まりました。

子を想う気持ちと親を想う気持ちが行き来するこの時期、身近な人と楽しい時間を作ってみませんか？

※ 商品は4月5週からの案内番号です。

(理事 篠原)

かき氷シロップをアレンジ！

牛乳や炭酸水を入れて子ども向けの飲み物に

ワインやジン、炭酸水などを使って大人向けの飲み物に

**42** かき氷シロップ いちご

**43** かき氷シロップ 有機ぶどう



## 『こいのぼりパンケーキ』

やや楕円になるようにパンケーキを焼き、生クリームやジャムを入れて半分に折り、チョコレートで目やウロコを描く

**547** パンケーキ ネオハイミックス (砂糖使用)



こんにゃくゼリーはパウチから出して…

砕いて炭酸水やお酒を入れてひと味違うデザートに

**483** 飲むこんにゃくゼリー ぶどう

**484** 飲むこんにゃくゼリー りんご



## 『カーネーション』

花言葉は「純粋な愛」「愛を信じる」、お花をもらうと幸せな気持ちと笑顔が生まれます。

普段はなかなか言えない「ありがとう」をお花に乗せて…

**600** カーネーション レッド



## よつ葉文庫



No. 1334 「北の国から家族4人で幸せ自給生活」～住まい・水・電気・薪・衣食までぜんぶ～東電社員を辞めて始めた自給生活。

三栗祐己・三栗沙恵著、農山漁村文化協会

2011. 3.11の東日本大震災、東京電力福島原発放射能問題で考え方、生き方を変えた人はいると思います。著者は東京電力に勤めていました。原発事故によって、自分の勤める会社がエネルギー問題を解決するどころか、状況を悪化させてしまったことに大きな絶望感と無力感を抱き、退社。タイのジャングル生活にあこがれ、2013年に行きはじめ、5年間で300日程家族で過ごして、2018年に北海道の山奥で自給生活を始めました。

北海道で自給自足をめざすのに、冬の厳しさは衣食住すべてが大きい壁です。著者の家族は、自給自足の先輩の力を借りながら、一つ一つ自分たちのものにしていきます。その知恵と工夫と大胆なやり方にびっくりします。決して昔の不自由な生活を求めているわけではなく、オンライン講座を開設して、収入を得ています。

「遊暮働学」という遊び、働き、学びを暮らしと一体化させる考え方と暮らしぶりは、気ぜわしい今の世の中の流れの中では特別ゆったり見えます。写真が多く、具体的な流れ、動きがわかり、こんなやり方で、こんな物で、やれることに知恵と工夫がつまっています。

衣食住全てに自給生活をチャレンジすることは非常に難しいですが、一部分ならできることが折り込まれています。他から学ぶことを学べる一冊です。

(顧問 富居)

よつ葉生協への加入を検討されている方は

お得なお試しセット（500円相当）をお申込みいただけます。  
お申し込みは、よつ葉生協のホームページからどうぞ！



よつ葉生協のホームページのナビゲーションメニュー。メニューには「ご利用案内」、「お試しセット」、「サービス」があります。右側の「ご利用検討中の方へ」ボタンに矢印が指しています。また、「Web注文」ボタンも表示されています。

組合員さんの声

生協に入っていて感謝一杯です。新聞以外では放射能、プラスチック問題の記事を読むことはしていないので、生協の情報大事にしています。  
(矢板地区 S・Tさん)

文化イベント情報

■各イベントのお問い合わせは、直接主催者または連絡先をお願いいたします。

古河

- タイトル 古河自然育児の会「よちよちクラブ」
- 会場 古河福祉の森会館 2F 和室
- 会費 会員 月400円 ★見学は1回無料・一般 800円
- 対象 乳幼児の親子さん、妊婦さん、祖父母の方
- 問合せ mail yochiyochi2021@gmail.com

2025年度＊内容 月1回水曜日 10:00～12:00  
※8月はなし、10月は2回あり

4月終了	「ラクで楽しい母乳育児と離乳食」&会の説明
5月14日	メンバー交流会・こわい添加物のおはなし
6月11日	おむつはずし&排泄のおはなし
7月16日	夏の過ごし方&ママにもできる手当て
9月17日	助産師さん座談会 妊娠～子育ての悩みQ&A
10月8日	子育てに必須の自分癒し「インナーチャイルド」
10月22日	親子の絆を深める「抱っこ法」のおはなし
11月12日	ベビーマッサージ&子どもの体のお手入れ
12月10日	みんなで楽しいクリスマス会♪
1月14日	卒乳・おっぱいにさよならする準備
2月18日	丈夫な歯を育てよう！予防歯科医のおはなし
3月11日	座談会～よちよちクラブの1年を振り返る～

文化イベント情報掲載希望の方へ

組合員が関わっている文化情報です（直接よつ葉生協とは関係はありません）。  
原稿締め切りは開催日の6週間前です（申込み締め切りのある場合は締切日の6週間前）。掲載する週を希望することはできません。  
掲載は無料ですが、スペースの都合上掲載できない場合がありますので、ご了承ください。  
■各イベントのお問い合わせは、直接主催者または連絡先をお願いいたします。



おいでよ!とちぎ館  
OIDEYO! TOCHIGI-KAN

おいでよ!とちぎ館では、2025年4月12日に15周年を迎えることを記念して、キャンペーンを実施します。この機会に是非ご利用ください。

【開催期間】  
2025年4月12日(土)～4月25日(金)

- ・お会計金額(税込)から8%OFF
- ※一部対象外商品あり
- ・おいでよ!とちぎ館ポイント2倍プレゼント

住所 宇都宮市本町3-9 本町合同ビル1階  
電話 028-623-3213  
開館日時 月曜日～金曜日 10:00～18:00  
土曜日 10:00～17:00

「よつ葉生協は、栃木県生協連と栃木県との包括連携協定に基づき、県の広報に協力しています」

ご意見・ご感想をお寄せください。お名前と組合員番号をご記入の上、共同購入注文書またはお手紙でお願いします。掲載の方には粗品をプレゼントいたします。※掲載するにあたって事前ご連絡をすることはありませんので、ご了承ください。

東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告 (4月1週分)

ご協力ありがとうございます。  
組合員さんの温かいお気持ちが今週も寄せられています (単位:円)

放射能から子どもを守る募金 (900番)	9,100
震災孤児を支援する募金 (910番)	21,400
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	11,300
合計	41,800

共同購入注文書裏の「10品以上の記入欄」に該当番号と数量をご記入ください。WEB注文の場合は、左側「企画商品・募金」内の「募金関連」をクリック。一口100円の募金になります。

●編集・発行よつ葉生活協同組合 小山市栗宮1223  
☎0120-07-1613 TEL 0285-45-9100 FAX 0285-45-9101  
HP <https://yotsubacoop.jp/>  
よつ葉だよりメールアドレス yotsubadayori@yotsuba-coop.jp