

■本部センター  
 〒394-0002  
 長野県岡谷市赤羽 2-3-47  
 TEL 0266-24-0222 FAX 0266-24-0253  
 ■岡谷センター  
 〒394-0002  
 長野県岡谷市赤羽 2-3-47  
 TEL 0266-24-0211 FAX 0266-24-0292  
 ■上田センター  
 〒386-1102  
 長野県上田市上田原 1178-15  
 TEL 0268-23-4151 FAX 0268-23-3787  
 ■長野センター  
 〒387-0001  
 長野県千曲市南宮 2374  
 TEL 026-272-6011 FAX 026-272-7055  
 ■伊那センター  
 〒399-4511  
 長野県上伊那郡南箕輪村菅沼 8864-1  
 TEL 0265-98-9822 FAX 0265-76-8200  
 ■松本センター  
 〒390-0834  
 長野県松本市高家中 4-20  
 TEL 0263-87-0276 FAX 0263-87-0206

# 今月の風

第379号

2021年 6月号

## 春の共済 キャンペーン

6月~7月



楽しく共済に興味を持ってもらえるように、  
 たすけあい福祉委員会では、ブロック・支部ごとに  
**クイズ** や **アンケート** など企画しています！  
 ぜひご参加くださいね♪



### 生活クラブの2つの共済、知っていますか？

～みんなで出し合った掛け金を困った人へ おたがいさまの「たすけあい」～

#### 生活クラブ共済 ハグくみ

自分たちに必要な保障内容を  
 自分たちでつくり・かえる、  
 との考え方による生活クラブの  
 オリジナル共済です。



ハグみちゃん

#### 生活クラブ共済事務局

ご契約 ご請求窓口 0120-220-074

受付時間 9:00~17:00 (月)~(金)

#### CO・OP 共済

ケガや病気、災害など「もしも」  
 のときに、全国の生協組合員  
 みんなによるくらしのたすけあい  
 のしくみです。



コーすけ

#### コープ共済センター

ご契約窓口 0120-50-9431

ご請求窓口 0120-80-9431

受付時間 9:00~18:00 (月)~(金) ※祝日含む

## どちらの共済も新型コロナウイルス感染症が 共済金の対象となります

※ご加入の保障内容によって支払い条件が異なります。詳しくは上記の問い合わせ先へご連絡ください。

# ネット、SNSのお知らせもいいけれど… 個性あふれる 手作り支部ニュース



様々な支部で作成されている「支部ニュース」。なかなか他支部のものを見る機会ってないですね。今回は個性的な3支部のニュースをご紹介します！また、作成するにあたっての様々な工夫も取材しました。

このところネットやSNSでの発信も活発になっていますが、紙だからその良さ、味もありますよね～。ぜひ参考にしてみてください！

## 軽井沢準備支部 フルーツフルデイズ

内容決定や大まかな記事作成は三役が担当し、レイアウトを担当の支部委員が行います。各専門委員会の記事は、専門委員会が書くこともあります



月1回発行 A3サイズ両面

### アンケート、クイズでプレゼント！

荷受け場に忘れ去られてしまうことも多い紙類…。とにかく持ち帰ってもらえるように、そして読んで貰えるように、プレゼントが当たるアンケートやクイズを載せるようにしています。キャンペーンの告知なども必ず載せています。

### マンガなどで楽しく、読みやすく

支部結成を目指しているのでも、タイトル右上には加入状況を必ずお知らせ。支部結成まで「あと〇人」と目立つように！また、できるだけ文字を少なく、読みやすいようにマンガを取り入れるなど工夫しています。

### 班が担当のコーナーも

「私のおすすめ消費材」のコーナーは、各班が担当！順番に回して書いてもらっています。順番の班にLINEで連絡し、原稿もLINEで書いてもらっています。

## 須坂支部 くらNEWS

支部委員がまとめた原稿を組合員が手書きでレイアウトしています。表は支部委員会、裏は各専門委員会からのお知らせなどを掲載。

### ストレートな内容もソフトに♡

手書きの良さは、親しみやすさや身近な感じですかね。この時代に手書きというだけで結構珍しがられ、目を引くようです。また、手書きだと、多少厳し目の内容や生活クラブに対する熱い思いなど、ストレートに書いても、読み手にソフトに伝えられると思います。



隔月発行 A3サイズ両面

### 意外と重要な原稿用紙とペン

字の大きさを統一し、行が曲がったりしないことが、読みやすい手書きのポイント。そのために、ラインが入っている用紙を使うのは鉄則！A4・B5サイズなら100円ショップで手に入ります。使うペンはボールペンがゲル状インクのペンがおすすめ（0.5～1.0mm位）。鉛筆はうすいので使いません。タイトルなど太い文字を書くのは水性ペンか、筆ペンもおすすめです。

### インパクトと分かりやすさ

とにかくまずは読んでもらうことが重要なので、タイトルやイラストはインパクトがあるものを！また、加入歴の浅い人にもわかるように専門的な用語は噛み砕いたり、注釈を入れ、分かりやすく！

## 岡谷支部 おかやつうしん

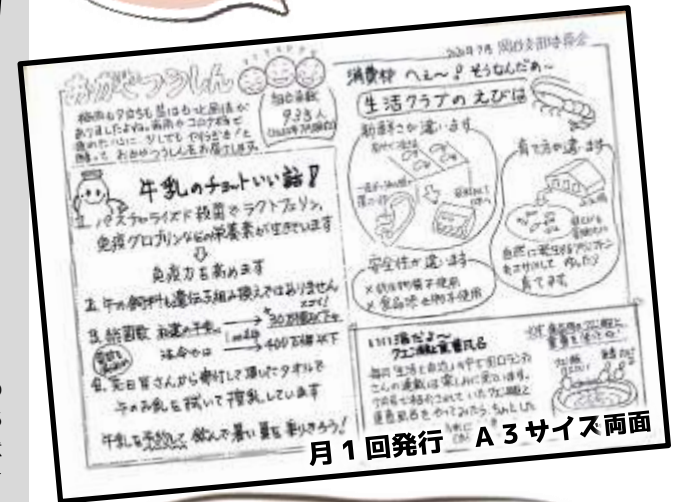
作成は支部委員会。委員長が中心となり作成。時間があるときは三役中心で「編集委員会」を開催しています。忙しく開催できないときは、各自が書いた記事を持ち寄って、レイアウト担当の人がまとめる、というスタイルで作ることが多いです。

### あての「手書き」、「大きい文字」！

様々なチラシが配布されていますので、あての「手書き」、「大きな文字」にこだわっています。それだけでも他のチラシと差別化され目立ちます。また、読みやすくするために文字が多くなりすぎないように気を付けています。

### 何気ない会話にアイデアが

クラブステーション「わい和い」に来てくれた人の何気ない会話の中から記事のアイデアをもらったりしています。そんなときは「それいいね！」と即採用です(笑)。



月1回発行 A3サイズ両面

### 分かりやすくして再掲載も

生活クラブ長野でニュースが発行されることがありますよね。それがちょっと難しい内容だったりするときもあるので、この支部ニュースでもう一度取り上げ、わかりやすくして掲載したりすることもあります。

# 裏わざ 早わざ 変わりわざ 疑問解決コーナー Q&A

## 木々大募集!



この春から、採用者には  
ステキな消費材  
プレゼント!

### 裏わざ 早わざ 変わりわざ

様々なレシピ、生活の知恵、  
あっと驚く工夫など、あなたの  
「わざ」をお待ちしています!



### 疑問解決コーナー Q&A

あなたの疑問を大募集!  
今月の風紙面で疑問に  
お答えします!

## 応募方法

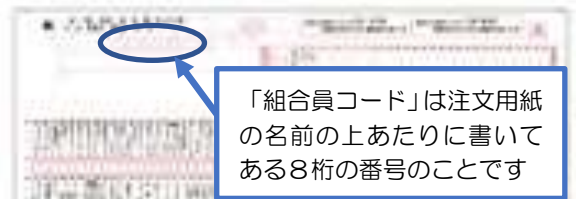
- 「今月の風」表紙に掲載されている最寄りのセンターに電話、FAXで。
- 注文用紙提出などと一緒に通い袋に入れて。専用用紙などはありませんので、お手持ちの紙に記入していただければOK!
- 生活クラブ長野 広報委員会 インスタグラム(nagano.koho)にダイレクトメールで。
- 広報委員会アドレス(seikatsuclub.nagano.koho@gmail.com)にメールで。

「本名」(ペンネームを使用する方はペンネームも)、「組合員コード」を記載の上、  
今月の風「裏わざ」or「Q&A」係宛にお送りください。



どしどし送ってね~!

※採用された方にはこちらから  
連絡させていただきます。  
不採用の場合、連絡、返信等は  
いたしませんのでご了承ください。



一度に複数の木々を送っていただいてもOK!

一緒に紙面を作っていきましょう♪ あなたの木々お待ちしております!

**裏わざ 早わざ 変わりわざ** **さっそくトライ!**  
**トライ!**

**フライパンでお手軽プリン♪**

【材料 4～5個分】

- ・パステライズド牛乳…250ml
- ・卵…2個
- ・素精糖…大さじ3
- ・メープルシロップ…お好みで



【作り方】

- ① ボウルで卵と素精糖をよく混ぜ、その中に牛乳を少しずつ入れる。
- ② ①を茶こしでこしながらカップに注ぐ。カップをフライパンに並べ沸騰した湯をカップの高さの2/3まで注ぎ、ふたをして弱火で10分、火を止めて10分放置。メープルシロップをかけて召し上がれ!

生活クラブの  
ステキな仲間

伊那フロック  
辰野支部  
平一18

まだ画像なし…

私たちの班は分班してできた新班です。コロナ禍で交流がしづらい今日この頃ですが、お隣だったり、子どもが同じ保育園だったり、嫁と姑という関係だったり、なんだかんだしょっちゅう顔を合わせている間柄です。

早く心置きなく班会がしたいな～！この夏くらいにはできたらいいな～と今からワクワクしています(^^)

**編集後記**

下記にもあります通り、この春から「裏わざ」と「Q&A」コーナーに採用された方にはプレゼントを差し上げることになりました！もっともっと、組合員主体の、組合員みんなで作りあげる紙面にしたい…。  
けっしてネタ切れだからでは  
ありませんよ！笑

今月の風 レイアウト担当 林まどか

**疑問解決  
コーナー**

**Q**

三温糖と素精糖  
色が似ていますが  
どう違うのですか？

**Q**

**&**

**A**

**A**

三温糖は粗糖(砂糖の元)を精製した後の糖液をさらに加熱して作られるもの。つまり、白砂糖やグラニュー糖を作った後の残り液で作られたものなんです。

加熱により茶色い色がついていきますが、「カラメル色素」で色を付けている製品もあります。多くの「カラメル色素」はいわゆる「カラメル」とは違い、人工着色料(食品添加物)です。

一方、素精糖は、粗糖をアクや苦みを取り除く程度に加工したのもの。精製も控えめで、色は自然なままの茶色です。

サトウキビの風味を残した豊かな味わいで、カリウムやカルシウム、マグネシウムといったミネラル分が三温糖より豊富です。



**「裏わざ 早わざ 変わりわざ」  
「疑問解決コーナーQ&A」では、  
あなたのわざ、疑問をお待ちしています!**

- 表紙に掲載されている最寄りのセンターに電話、FAXで。
- 注文用紙提出などと一緒に通い袋に入れて。  
特に専用紙などはありませんので、お手持ちの紙に記入していただければOK!
- 生活クラブ長野 広報委員会 インスタグラム (nagano.koho) にダイレクトメールで。
- 広報委員会 ([seikatsuclub.nagano.koho@gmail.com](mailto:seikatsuclub.nagano.koho@gmail.com)) にメールで。

一度に複数送っていただいてもOK!  
とどしご応募ください!

※採用された方にはこちらから連絡させていただきます。不採用の場合、連絡、返信等はいたしませんのでご了承ください。

採用者には  
ステキな消費材  
プレゼント!