



組合員向け 情報紙

さざんか 第74号

2015年6月

発行責任者 若林 博晴

044-977-0705

## 6月号

ホームページ

福祉クラブ 多摩

検索 最初にあります

# ふくしまつり、大成功でした

今年はいままでの生田緑地から、  
稲田公園（くじら公園）に場所を  
替えて6月7日（日）に開催しま  
した。晴天に恵まれ、これまで  
以上に多くの組合員のみなさん  
や地域の方々など500名以上の



参加がありました。生協の食材を使った模擬店や、恒例の和太鼓や子供  
ソーラン、ビンゴなどのアトラクション、車椅子車両の展示や体験、消  
防署のみなさんのAEDの体験講習、フリーマーケットなど、盛りだく  
さんな催しとなりました。

模擬店などの当日売り上げと当日カンパ、組合員のみなさんからの

事前カンパ（34000円）を加え、約18万円を福祉車両購入資金として集めることができました。ご協力ありがとうございました。

是非、来年もご参加・ご来場、お待ちしております。



大人も子供も飛び入り 子供ソーラン

車いす車両の体験コーナー

## 7月は牛肉キャンペーン

生協の牛肉のこと、ご存知でしょうか？

なんとなく、平牧の豚肉や秋川の鶏肉に比べて馴染みがもうひとつ、

でしょうか？ 目からウロコ!!! すこし説明させて下さい。

### 生協の牛肉は赤身が中心

生協の牛肉は口の中でとろけません。適度の歯ごたえでかみしめると、牛肉本来の旨さがジワッと広がります。脂の味ではありません。

### 良いエサでのんびり育てます

エサは牧草が中心、脂肪を付けるために故意に栄養価の高いエサを大量に与えたりはしません。のんびり健康に



育てます。綺麗な赤身が健康の証しです。

## 値段も手ごろです

牛肉は高い？ 豚肉や鶏肉に比べると高いのは確かですが、生協の牛肉は市販品に比べて手ごろです。例えば、切り落としは100gあたり295円です。国産牛肉の市販品と比べて下さい。

## 切り落とし牛肉を使ったレシピ

# 「ごぼう、すき焼き」

ごぼうがシャキシャキ美味しい！！ ご飯にピッタリ。

### 材料(4人前)

牛肉	200g	ごぼう	250g (太目を一本)		
万能つゆ	大さじ2	しょうゆ	大さじ1-2	ゴマ油	大さじ2
酒	大さじ3	砂糖	大さじ2-3	溶き卵	2個

(しょうゆと砂糖は、お好みで調整してください)

### 作り方

- ① ごぼうは「ささがけ」にして、酢水に数分つける
- ② ゴマ油をフライパンにひきごぼうを強火でしっかり炒める
- ③ 牛肉を入れ、半分火が通ったら、砂糖を入れてからめる
- ④ すぐに、万能つゆ、しょうゆ、酒を加えて素早く炒める。
- ⑤ 火が通ったら、完成。
- ⑥ お好みで、溶き卵と一緒に召し上がると、マイルドでさらに美味しい。



料理のコツ:炒めすぎると肉が固くなります。さっと炒めるのがコツ！！

# 予告

## 夏休み親子工場見学

夏休み中の8月後半（8月17日週を想定）に実施で、鋭意調整中です。内容がかたまりしだい、折り込みチラシとさざんか誌でお知らせします。どうぞ、お楽しみに！！

昨年は、8月後半に麻生区にある納豆の「カジノヤ」さんに出かけました。子供さんも6名が参加し、大豆が納豆になるまでを工場の方に説明して頂きながら、見学しました。夏休みの自由研究の宿題にもピッタリでした。

