

# エコロ レター

## エコロたすけあい制度

# vol.45

### 「エコロ講座」について



**組合員の特技を  
活かした講座？  
たのしそう！**

最新の「エコロ講座一覧」は  
裏面へ



エコロ講座「笑いヨガ」の様子

「エコロたすけあい制度」は 2016 年にスタートした掛け金月 100 円の共済。  
 ◆生活保障(日常生活のたすけあい)例えば子どもの一時預かり、65 歳以上の加入者サポートなど  
 ◆組合員活動保障(組合員活動を支える為のたすけあい) ◆共同購入保障(配達当日の共同購入品の保障) ◆その他「エコロサークル」「エコロ講座」など身近なコミュニティを育てる仕組みも着実に増えています。  
 個配が主流となった今、人と人の繋がりをつくるための大切な制度です。  
 「エコロ講座」は組合員が講師となって開講するオリジナルの講座です。

## 個性豊かな「エコロ講座」を開催してみませんか？

「エコロ講座」は主にエコロサークルで開催するものですが、個人でも開催する事ができます(右記)



◆エコロサークルとは・・・  
 エッコロたすけあい制度加入者 5 名以上で結成された登録制のグループ。  
 サークル活動費(年 5,000 円・半年 2,500 円)を制度から支給します。  
 現在 13 サークルあり。  
 活動テーマは「子育て」「お茶」「歴史探訪」など、自己申告で自由に設定できます。  
 身近で気兼ねなくたすけあえる関係を「メンバー相互で」育んでいくことを目指しています。

**個人で開催する場合**・・・エコロ制度加入済の組合員が中心となり、参加者が数名集まってから開催してください。  
 ①下記問い合わせ先に電話をかけ、一覧の中から希望の講座の講師の連絡先を聞く。  
 ②日程や会場を講師と相談して、開催。  
 当日講師に講師料・交通費をお支払い。(会場費も必要ですのでご注意ください。参加者から徴収する参加費は、個人で設定できます)

「エコロサークル」(左記)に進展すると活動費が出ます。講座開催をきっかけに、ぜひサークル結成もご検討ください♪



## 2021年度「エコロ講座」一覧

エコロ講座は子育て・食育・健康・老後・生活文化などをテーマとして  
組合員どうしが学び合う場。講師は制度と講座の趣旨に賛同し、  
講師登録をして下さった組合員です

○=オンラインでの開催も可能 空白の講座は要相談

	講座の分野	オンライン	講座名
1	健康		笑いヨガ
2	子育て		親子で楽しいリトミック
3	健康	×	健康を維持できる姿勢ってどんなの？
4	生活文化		ナチュラルライフレッスン
5	生活文化		ウクレレで歌いましょう
6	子育て	○	タイ式ベビーマッサージ
7	健康	○	フェイシャルマッサージ
8	健康	○	経絡マッサージ
9	健康	○	タイ式健康体操「ルーシーダットン」
10	健康	×	アロマセラピー基礎講座
11	生活文化	×	アロマワックスサシェ・アロマカップ作り
12	健康	○	ヨガ
13	生活文化	○	ワードでつくる機関紙のコツ(スタッフ向け)
14	子育て		0才からはじめるおむつはずし講座
15	子育て		2~3才からでも大丈夫！親子でハッピートイレ講座
16	生活文化		ヘンプ(麻ヒモ)で自分だけのプレスレットを作ってみよう！
17	生活文化		自分で作ってみようよ♪カンタン♪カワイイ♪みつろうラップ
18	老後		「おむつゼロ」介護で寝たきり防止に！？知っておきたい排せつのハナシ
19	健康	○	季節の薬膳講座
20	健康	×	気功・バレエで調心調体
21	子育て・健康	○	お口を育てる離乳食・幼児食
22	食育・生活文化	○	失敗しない味噌仕事・梅仕事講座
23	健康	○	アーユルヴェーダセルフケア講座
24	生活文化	×	クラフトやお話のレクリエーション・紙芝居の作り方
25	生活文化	×	フォトスクラップブック
26	健康	×	Lotus Flow(ハタヨガ)
27	生活文化	○	灘五郷で暮らして

各講座の詳細が載っている  
冊子を作成中です。  
下にある用紙を出して頂ければ  
配達便でお送りします。

----- キ リ ト リ セ ン -----

「エコロたすけあい制度」依頼用紙

担当 中田

「エコロ講座」の詳細が載っている冊子を希望します

エコロたすけあい制度に加入します

(配達便で加入用紙とガイドブックをお送りします)

組合員コード：

組合員氏名：