サスティナブルなひと、 **生活クラブ**

都市生活

Vol.285・2018年1月15日発行 生活クラブ生活協同組合都市生活■理事会 (〒651-1421)西宮市山口町上山口上芦原 78-2 TEL(078)904-3260

10のThink & Act

- 食の安全にこだわります。
- 健康な食べ方を大切にします。
- 3 国内自給力アップをめざします。4 遺伝子組み換え作物を認めません。
- 5 有害物質ゼロをめざします。
- 6 自然資源を大切に使います。
 - ごみの削減に取り組みます。 原発のない社会をめざします
- 9 おたがいにたすけあう社会をめざします。
- 10 自分たちで決めて、自分たちで実行します。

FEC自給ネットワーク

・ 生活クラブは、全国32の生活クラブ生協のネットワークで、F(Food) E(Energy) C(Care)の自給できる地域を作りだし、 サステイナブルな社会の実現を目指します。

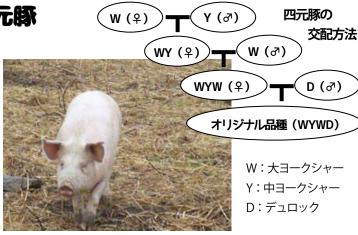
生活クラブの豚肉!食べてきすか?

ウインナークラブの豚肉は、徳島県と香川県の県境に広がる阿讃山脈の中腹、標高 450mにある「石井養豚センター」で育てられた豚のお肉です。関西の6つの生活クラブ (都市生活、エスコープ大阪、大阪、京都エル・コープ、奈良、滋賀)の組合員が利用結集することで冷蔵供給が実現しました。

美味しさのこだわり 幻の四元豚

「中ヨークシャー」種の豚は、昭和30年代までは日本の主流品種でした。肉質はキメが細かく、舌触りがまろやかな食感で、味は臭味もなくとても美味しいと評判でした。しかし、経済性が悪い(肥育が遅い、歩留りがよくない)との理由で絶滅に近いところまで追い詰められた豚です。

石井養豚センターでは、この中ヨークシャー種をかけ合わせたオリジナルの四元豚を育てています。繁殖、育成、肥育の一貫生産を行い、出荷するだけでなく、父豚、母豚、祖母豚、祖父豚…すべて明らかです。





(上)近藤保臣農場長 (右)こだわりの飼料が入るタンク



飼い方が違います!

市販品の多くは窓のないウインドレス豚舎ですが、石井養豚センターでは豚の健康を重視して自然の光や風が入り、ストレスがかからない開放型豚舎で育てています。

育てる日数も、輸入豚は約150日で出荷、一般的な市販品でも180日。 でも、四元豚はじっくりと190日かけて飼育。素材のうまみが出ています。

エサが違います!

日本は畜産の飼料であるトウモロコシも大豆 も、主に米国からの輸入に依存しています。

でも石井養豚センターの飼料に使うトウモロコシや大豆は、NON-GM(非遺伝子組み換え)でPHF(収穫後農薬不使用)です。また、おからや菓子くずといった食品工場から出た副産物を水で溶いて液状化したものに、配合飼料を加えてカロリーやpHを調整した、バイプロリキッド飼料も与えています。液状にすることによって、食べこぼしが少なくなり、豚舎の中に飼料の粉が舞うことがなく衛生的になりました。飼料の国内自給率を高めるため、飼料米の利用も進んでいます。



285号 1月号目次 1・2 生活クラブの豚肉 3 ビオサポ日記/レシヒ都市生活 4 大人リフレッシュツアー/エッコロ 5 千葉県漁連/生活クラブでんき/GM講座 6 姫路支部/大好き♪消費材/組合員 7 徒然都市生活/都市生活Q&A/理事会報告 8 愛農会みかん狩り/職員とぼれ話/モニターのつぶやき/編集雑感

食べないなんてもったいない!

生活クラブの影像で、





豚肉に多く含まれる ビタミンB1は優れもの!

ごはん(炭水化物)の糖質を効率的にエネルギーに 変えます!

私たちの主食であるごはんは脳や筋肉を働かせるための主要なエネルギー源です。そして、炭水化物が消化されてぶどう糖に変わるために不可欠なのが豚肉に多く含まれるビタミンB1。不足するとごはんをエネルギーに変えることが出来ず、乳酸等の疲労物質がたまって疲れやすくなります。

ビタミンB1は疲労回復の効果が高い!

にんにく、ネギ、玉ねぎ、ニラなど「アリシン」を含む野菜と一緒に食べると、ビタミンB1の吸収がさらにアップします!また、ビタミンB群には、脳内神経伝達物質の合成をサポートするため、集中力アップにも効果があります。

豚肉の栄養素はビタミンB₁だけじゃない!

豚肉には、マグネシウムや鉄、亜鉛などのミネラルも含まれています。それに、体内で合成できない9種類の必須アミノ酸がバランス良く含まれています。

ビタミンB1は水溶性なので、汁ごとあますことなく摂取でき、野菜など他のビタミン類や食物繊維も一緒に摂れる豚汁やポトフなどのスープは、冬に最適。受験生の心強い味方にもなってくれそうですね。

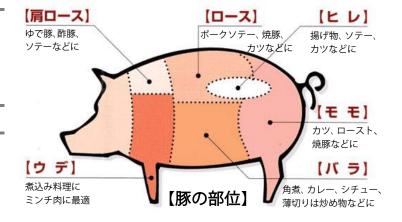
(io)

いろいろな部位を 食べましょう!

豚肉にはロースやモモなど、体の部位に応じた名前がついています。一頭の豚からとれる部位はその割合が決まっています。ロースだけ・バラだけの豚肉はいません。

生活クラブの豚肉は餌をはじめ、定められた方法で健康に 飼育した「産直豚」。生きものとしての豚を、**部位バランスを** 取りながらまるごと利用していくことが、高い品質と利用し やすい価格を支えていきます。

部位ごとの個性を楽しんで使いこなしていきましょう。



宅配ではまだまだ少ない冷蔵の豚肉。美味しいだけでなく、 すぐに調理できるのも大きな魅力です。生活クラブの豚肉の パワーを美味しくいただいて、健康に冬を過ごしましょう!

登録しよう! 生豚スライスセット



この機関紙と同時配布のチラシを見てね♪ そちらに登録申込書もついています。

- (株)ウインナークラブってこんなところ

大阪府堺市にある泉北生協(現生協エスコープ大阪)と石井 養豚センターの共同出資によって1988年に誕生しました。「養 豚と精肉・加工、流通の全てが明確な豚肉が食べたい」という 生協の組合員の思いと「品種や飼料、飼い方にこだわった、良 質の豚肉を食卓へ届けたい」という養豚家の思いがつながって 生まれたものです。

設立後ほどなくして、「子どもたちも安心して食べられるハム・ソーセージを作ってほしい」という生協の要望に応え、豚肉加工品の製造を開始。本場ドイツの製造方法を学び、1990年代にはヨーロッパで開催されたコンテストで金賞を受賞する

までに至ります。原料肉にはいわゆるテーブルミートという私たちが普通に食べている精肉を使用、食品添加物を使いません。



今年度は、生活クラブ都市生活から食育プロジェクトの食育 講座の一講座として、また宝塚支部と北神戸支部が訪問して、 豚がどう育てられ消費材がどのように作られるかを、自分たち の目で確認してきました。

自分たちの目で見て確かめることができる豚肉・加工品を利用しましょう。





みそ玉作りとみそ学習会

食育セミナー&ランチ(9月28日)より

みそ(みそ汁)は体にいいとわかっていても、だしを取って、具材を煮て、味噌を溶かし…と、手間もかかり、毎日の食事に取り入れるのはたいへんと思われている方も少なくないかもしれませんね。簡単でおいしいみそ玉は、そんな方の強い味方になるのではないでしょうか。

みそは調味料の優等生

みそは、和食に必要不可欠な発酵調味料の一つで、たくさんの栄養素を含みます。生命維持に不可欠な必須アミノ酸9種、炭水化物、脂質、ミネラル、ビタミン、食物繊維など、一つの食品にこれほど多くの栄養素を含むものは他にないと言われています。みそには、高血圧、糖尿病な



どの生活習慣病や、がんのリスクを下げたり、老化防止の効果もあるそうですよ。(みそ健康づくり委員会『みそを知る』より)

ただ、一方で、みそ汁の塩分を気にする人も少なくありません。「みそ汁 1 杯あたりにどれぐらいの塩分量が含まれていると思いますか。」そんな質問を、同じくみそ健康づくり委員会で全国の20~69歳男女1,040名にした調査では、2から3gと答えた人の割合が約65%でしたが、正解は約1g!ラーメン1杯4gと比べても、意外と少ないと思いませんか。

この季節、みそ造りの企画があちらこちらで開催されます。 カタログと一緒に配付される支部機関紙や「おうちでごはん」 のチラシで確認、ぜひ参加してみてくださいね。

みそ玉、作ってみませんか

食育セミナー&ランチでのみそ玉作りは「元気だし」作りから。 いりこ、昆布、干ししいたけなどをミルまたはフードプロセッサ ーで粉にします。消費材の、「いりこ粉末」や、「かつお粉」を利用 してもかまいません。

みそと、元気だし、旬の野菜を干したものや麩、乾燥わかめなどをスーパーボールぐらいの大きさに丸めます。そして、表面に青のりやとろろ昆布、焼き海女海苔などをまぶすと、カラフルでかわいいみそ玉ができあがります。子どもと一緒に作って、チョコレートのトリュフみたいにかわいくラッピングするのも楽しそうですね。消費材のみそは、色も味もいろいろで10アイテムほどあります。ぜひ好みのものを見つけてくださいね。

みそ玉は、作り置きしておくと、お弁当や一人の食事の時などにも役立ちます。ぜひ、手軽に簡単に健康のもと、みそ汁を食卓に取り入れましょう(^^)/





みそ玉の材料(左)とできあがり(右)



具だくさんのみそ汁

みそ汁の塩分が気になる時、具には摂りすぎたナトリウムを体外に排出させる働きのある、カリウムを含む食品(わかめやほうれん草、ニラ、里芋など)を選びましょう。具だくさんにして栄養のバランスも取りましょう。

だしも減塩ポイントの一つ。だしをしっかりとることで、うま味が塩味の 物足りなさを補います。また、ミネラルたっぷりのだしは、自律神経の乱れ を整えてくれます。

だしをとるのが面倒くさかったら、前日の夜に煮干しを水につけておくだけでもOK。もちろん「元気だし」や生活クラブの「パックだし」もいいですね。





リフレッシュツ

北野町 風見鶏の館、 参加者3人を囲んで

▶ 東日本復興支援プロジェクト

生活クラブ都市生活(以下都市生活)は、阪神淡路大震災を経験 しました。ライフラインが止まっている中、生活クラブをはじめ たくさんの生協から応援を受け、共同購入の仕組みを利用して、 支援活動を行いました。東日本大震災が起きた時には、その経験 を生かして、都市生活の関連団体都市生活コミュニティセンター とエスコープ大阪とともに東日本復興支援プロジェクトを立ち上 げ、いち早く支援活動を開始しました。現地への訪問、青空市、 そしてリフレッシュツアーです。

● 大人リフレッシュツアー

東日本復興支援プロジェクトは、生活クラブの多くの生協同様、 放射能の影響で行動を制限されている子どもたちに、思いっきり 遊んでもらう、親子リフレッシュツアーを開催してきました。そ んな中、大人もリフレッシュが必要と考え、2014年から過去3回 大人リフレッシュツアーも開催してきました。阪神淡路大震災の 鎮魂から始まった「神戸ルミナリエ」の時期にあわせて、神戸でリ フレッシュしてもらう内容です。東日本復興支援プロジェクトは 昨年で解消、今年からは都市生活の支援活動として継続すること としました。

● 今年も開催しました

都市生活では今年もみなさんに経費を賄うカンパを募り、12月 12日~13日に生活クラブふくしまの3名の組合員を迎え、大震災 を経験した都市生活ならではのツアーを開催しました。快晴のも と、異人館、メリケンパーク、南京町などの市内観光、生活クラ ブの食材を使ったレストランでの夕食交流会、ルミナリエ観光と、 神戸を満喫してもらいました。

● 私たちにとっても

このツアーは福島の方に日常を離れ楽しんでいただくこと、組 合員同士の交流、また震災から復興した神戸の街を見てもらうの が大きな目的です。しかし、一緒に神戸の街をめぐり、震災メモ リアルパークなどを見て、招いた私たちも当時のことを思い出し ました。あんなに大きな出来事だったのに、22年の歳月が記憶を 風化させていることに気づきました。このツアーは私たちにとっ ても震災を思い出す貴重な機会となりました。



(左)震災メモリアルパークにて



生活クラブ都市生活がすすめる福祉の拠点

サービス付き高齢者向け住宅 小規模多機能型居宅介護

パンセ武庫之荘

入居者募集中! 随時見学可能

詳しくはこちらへ→ tel. 06-6433-8487

エッコロ mini レター 🖂



共済の根っこにあるのは、「おたがいさまのたすけあい」。人 の孤立など、多くの問題を抱えている今の社会には、必要不可 欠なものですね。

生活クラブの共済は3つあります。

- ①エッコロたすけあい制度:生活クラブ都市生活独自の、組合 員どうしが直接たすけあう仕組み
- ②生活クラブ共済ハグくみ:生活クラブの組合員が作った生活 クラブオリジナルの共済
- ③CO·OP共済: 全国の生協組合員どうしによる暮らしのたす けあいの仕組み

加入者が増えると、保障が充実し、たすけあいの輪が広がり ます。必要なものを自分たちで作る、たすけあいの消費材です。

エッコロたすけあい制度利用状況

加入者: 1,052 人

給付申請件数	52件(コーディネート件数5)
給付金額	78,000 円
エッコロサークル活動費	4,200 円
事務費※	6,420 円

※審査会会場費、交通費他

1月22日、冬の共済キャンペーンがスタート!

キャンペーン期間中には、クリアファイルやマグネットなど グッズのプレゼントもあります。この機会に、あなたにぴった りの共済を探してみてください。詳しくは本部センターまたは 配達員にお尋ねください。

千葉県漁連の手軽に食べられる消費材を紹介します

海に囲まれた日本では、たんぱく源として大切にしたい水産物。生活クラブでは、 持続可能な食を目指して、全国の漁連とつながりを持って消費材を扱っています。 この秋に行った千葉県漁連交流学習会から報告します。

旬の魚だけを使っています

千葉県の三方を囲む海には、多彩な魚介類を育む世界有数の漁場が広がっています。なかでも、水揚げ量日本一を誇る銚子漁港には、魚を獲ってすぐに加工できる条件が揃っています。 千葉県漁連では、旬のおいしい魚を急速冷凍保存して、注文に応じて出荷します。加工品の場合は、丁寧に内蔵処理をしたあと加工します。旬の魚をきっちりと内臓処理することで臭みがなくおいしく食べることができます。

簡単便利な消費材が幅広く揃っています

千葉県漁連の消費材は、なんと 99品目!(2017年8月末時点) 真 さばや真いわし、あさりなどの素 材系の消費材から、「いわし味付 缶」、湯せんするだけで食べられる「さばの味噌煮」「ぶりの煮付け」「さばのみぞれ煮」「いわしのやわらか梅煮」、解凍するだけで食べ



真いわし(千葉)500g (5~7尾) 360円(税込389円)

られる「さんま野菜漬」「いわし卯の花漬け」など、簡単に食卓を 彩る消費材が幅広く揃っています。

生活クラブでんき

エネルギーについて話そう

= 生活クラブ「eco カフェ」=

「脱原発や省エネなどエネルギーについて、お茶しながらお話ししませんか?」という呼びかけで、12月7日(木)の午後、「ecoカフェ」を開催しました。7人の組合員と(株)生活クラブエナジー取締役の石川雅加年さんを囲んで話したのは、やはり生活クラブでんきのこと。「原発に反対だから、すぐに契約したわ。」「使い勝手は何も変わらない。WEBで電気の見える化ができた。」「あらゆる情報を集め、『日本と再生』を見て、資料を作って夫を説得して電気を変えた。」という声。電力会社を変えたくて、契約書を出す前に話を聞きたかったという参加者は、これらの話を聞いて背中を押されたようでした。

石川さんからは生活クラブエナジーの電気の概要をお聞きし、 国の電力政策にリスクを負うしかない国民は声を上げていくべきとの話がありました。私たちにできること、まずは「生活クラブでんきを利用すること」ではないでしょうか?

「生活クラブでんき」に変えよう!資料請求はQRコードから

組合員と生産者が 一緒につくった「さばの味噌煮」

おすすめり

一番人気!

2003年デビューした「さばの味噌煮」は、1年半かけて組合員と生産者が一緒に開発した消費材です。「日本の漁業、国産の魚を守りたい。」「安全で納得のいく素材で、手軽に調理できる消費材を開発したい。」「魚離れが進む若い世代が、魚食に親しむきっかけとしたい。」という思いを込めて開発されました。忙しい時の一品に。ゆで野菜を添えて、味噌を絡めながら食べても美味ですよ。180g・4枚入540円(税込583円)、3枚入・2枚入もあります。

==*==*==

魚が体にいいことはよく知られています。 魚は良質の動物性たんぱく質で、必須アミノ酸をバランスよく含み、DHA・EPAのほか、骨形成に必要なカルシウムやリンなどミネラルも豊富です。消費材を



11月23日、食育セミナー&ランチ 〜忙しくても毎日「お魚」が食べられる〜

上手に使って、魚をもっと利用したいですね。

NONちゃんのGM(遺伝子組み換え)講座

GM表示見直しも課題は山積

日本国内で使用されるトウモロコシの80%、 大豆の75%、菜種の77%がGMであると推定され ています。でも店頭で「遺伝子組み換え」「不分別」

の表示はほとんど見かけません。日本で表示義務があるのは、 豆腐や味噌、トウモロコシのスナック菓子など33加工食品群 に限られているため、輸入されたGM作物の多くは、表示義務 のない製品や飼料に使われているのです。

また日本は、意図せざる混入を 5 %まで認めています。消費者庁による調査で、非GMとされる作物中のGM混入率は大豆で最大0.3%、トウモロコシで4.1%でした。EU並みの0.9%未満に引き下げた場合、国内で流通している輸入作物の多くがGMと判断され、非GM作物の高騰を招く可能性もあるため、表示の見直しも難しい問題なのです。



おうちでも試したい・ 続けたいことを企画

「交流・体験 | の大切さを実感

姫路支部はクリエイター4名・スタッフ1名で活動しています。 お料理上手・司会上手・おすすめ上手など、色々な得意分野を活 かしアイデアを出し合って、楽しく美味しく簡単に消費材を1つ でも多く生活に取り入れてもらえるよう、企画・提案しています。

美勢商事コラボ企画では、誰もがインスタ映えするプロ級のぎ ょうざ焼きあがりに思わず歓声!ジュース実験やマネー講座の親 子参加企画では、子どもたちの活気が溢れ、姿勢教室・クリスマ ス会・甘酒作り…沢山の参加者で賑わい、初対面でも和気あいあ いとなり大変好評でした。

《生産者交流・何歳でも楽しく体験・直接会って伝える》こと の大切さを、実感しています。

テーマ消費材は「せっけん」

5月のほっとコミでは、ヱスケー石鹸(株)の木曽基之さんに「な ぜ、せつけんなのか?」を詳しく教えていただきました。合成洗剤 で魚が死んでいく映像は、衝撃的でした。せっけんの良さを知っ て「家で使ってみます」の声があったり、使ってみて生まれた新た な質問が上がったりすると、毎年のシャボン玉セミナーが家での 実践につながっていることがわかって、嬉しくなります。ちなみ に、生協祭あいたくて都市生活で真っ先に売切れたのは、不動の 人気! 固型せつけんでした。家族に安心安全なものをという考え が広がり、自然に人や環境に優しい生活に繋がるといいですね。

(姫路支部クリエイター 田中 尚子)



橋本 久美子さん 東神戸支部 2003年12月加入

生活クラブに加入してもう 14年以上。初めは主人の会社の 同僚の方からのご紹介でした。当初は野菜を買うくらいでし かなかったのですが、子どもが生まれてからは生活クラブの 消費材に助けられる毎日です。そして今春からモニットとし て支部ミーティングにも参加させて頂き、毎回オススメ食材 や消費材の背景のお話と試食等、とても楽しく勉強させて頂 いております。今年の生協祭『あいたくて』ワークショップ では『花セラピー』で出展させて頂き、私の花セラピストと して初めての一歩も歩ませて頂きました。今や我が家の基盤 となり、家族みんな大好きな生活クラブ。同じ想いの組合員 の皆さんに、心もお花で癒して頂けるよう来年も『花セラピ -』出展させて頂きたいと思っています。



クリスマス会のメニュ-全て消費材。



7月、美勢商事とのコラボ企画では、加入が7人ありました。



= **八三ガキ(150g)** = 165円(税込178円)

ヱスケー石鹸(株)『ハミガキ』は我が家の毎日選手です。ずっ と何の疑いもなく、長年使ってきた市販の歯磨き粉。磨いた後 すぐに飲んだり食べたりすると味が変わるのも、ミント系香料 のせいだからと思っていましたが、シャボン玉セミナーでのハ ミガキ実験が長年の当たり前を覆しました。

見た目も誠実そうな(笑)シンプルパッケージの

磨いたあと飲んだみかんジュースが、市販のハミガキの場合 は苦味に変わるのに、ヱスケー石鹸のハミガキだと味が変わり ません!味覚を乱していたのは『発泡剤』(合成界面活性剤)の 仕業!おまけに市販は他にもカタカナだらけの添加物。ハミガ キの泡立ちの物足りなさは、気付けば慣れてしまいました。

いつもはブラッシングのみの息子が、大人の真似をしたくな った時の歯磨き粉デビューは、グレープ味の『こどもハミガキ』 です。毎日口にするからこそ気を付けたい、親子で愛用できる 消費材ですので、是非おためしあれ。

(姫路支部クリエイター 田中 尚子)

徒然都市生活

わが家はまるごと「都市生活」

地域で活躍する生活クラブ都市生活の仲間

西宮支部 福井和子

こんにちは。西宮支部組 合員、古株の福井です。

我が家の生活のおよそ 85%は生活クラブ都市生 活でできている、と断言し ときます。せっけん生活も、 その昔、太陽油脂の方のお 話を聞いてからずうーっと 継続中です。

今もしているボランティア活動のきっかけは、何といっても平成7年の震災でした。当時、全国の生協団体さんから、たくさんのボランティアに来ていただき



ました。生産者の皆さんからの救援物資もたくさんいただきました。生協団体の横のつながりを心強く、ありがたく、体験する出来事でした。

そして、そこから独居高齢者のサポート企画(ゆう〜あいサロン)がスタートし、ボランティアとして参加しました。以後、託児スタッフ、積み木ワールドのスタッフとして活動しました。今

は市の図書館、児童館でのおはなし会のボランティア、病院のボランティアをしています。

4月からは、実家の母のサポートを第一に考え、調整して働いています。数独を楽しんでいる90才の母は、オルタートレード・ジャパンのカフェインレスのインスタントコーヒーを使って、毎朝カフェオレを飲んでいます。ちなみに我が家の朝は、ケニア紅茶のミルクティーから始まります。

♥~~母のお気に入り消費材ベスト5~~♥

- ① マルモ青木味噌を使用したぎんだら味噌漬2切れ
- ② うなぎの蒲焼カット2枚(鹿児島産)
- ③ 抹茶ようかん(田中製餡)
- ④ 一口にしん昆布巻き(菊池食品)
- ⑤ ソフトはんぺん4枚(高橋徳治商店)

自分の食べたものが自分になる! 素材の力があるものを食べて元気にくらそう! 福井 和子、でした。

理事会報告

2017年度第7回理事会報告2017.11.27.10:00~16:50 於:神戸市勤労会館407号室 (報告承認事項3項目、協議決定事項4項目 省略)

- 1. 遊佐太陽光発電事業・㈱庄内自然エネルギー発電への出資について融資実行にともない、同社への1株10万円の出資を確認した。
- 2. 生活クラブ関西運営委員会の報告を受け、関西調整事項として消費材開発に関する手順について確認した。先に開発要望した「果汁たっぷりポン酢」は連合消費員会に再提出する。
- 3. 都市生活コミュニティセンターへの追加融資(1000万円)の申し入れについて 協議し、申し入れ条件での実行を確認した。
- 4. 職員冬季賞与支給について提案を確認した。
- 5. 中期計画策定、福祉政策策定の議論状況を共有した。
- 6. 「あいたくて都市生活」のまとめと次年度開催方針を確認した。
- 7. 支部へ提案する次年度基本方針案骨子について検討確認した。 (諸会議報告)

連合理事会、各委員会の報告および各担当理事会の報告を共有した。 (事業報告)

10月決算報告を確認した。10月供給高は予算比96.0%。経費は予算比97.2%となり、事業剰余、経常剰余が計画を下回った。11月加入は143名で計画を3名上回った。「あいたくて都市生活」の当日加入が底上げ。一人当利用高は計画を下回る厳しい状況が継続。





Facebookを見ていますが、 Instagramはやっていますか?

▲ 今年の11月、Instagramを開 設しました。Facebookは企画

の模様を投稿したり、生活クラブ連合会や生活クラブに関連するFacebook投稿をシェアしたりして、生活クラブ都市生活の活動をお伝えしています。一方、Instagramは「生活クラブ都市生活が大好きな組合員が、生活クラブ都市生活のお気に入りを伝える」をコンセプトに、届いた消費材や、それを使った料理、お弁当などの写真を載せています。

#生活クラブ都市生活、#消費材などと#(ハッシュタグ)をつけてインスタ映えする写真を投稿して、生活クラブの輪を広げようという取り組みです。ただ今、この活動に協力してくれる組合員を募っています。自分のInstagramで、#生活クラブ都市生

活をつけて投稿するのはもちろん、生活クラブ 都市生活にまつわる事だけを投稿する別アカウ ントを作っての投稿も大歓迎です。詳しくは本 部センターにおたずねください。





愛農会でみかん狩り

11月19日(日)に、契約野菜「畑の便り」の登録者限定で、大人50名・子ども31名が参加し、南あわじ市の愛農会・仲山さんのみかん山でみかん狩りをしました。

青空のもとでみかん狩り

当日は現地集合。集合場所から少し山を上がったところにみかん畑が広がっていて、そこで生産者の仲山さん・高田さん・武岡さん・柏尾さん・上田さん・武田さんがたき火をして待っていて下さいました。寒いながらも気持ち良く晴れ渡った青空のもとで、たわわに実った温州みかんを、みんなで一つずつ丁寧に摘み取っていきました。摘み取ったばかりのつやつやのみかんの美味しいこと!大人も子どもも、思わず笑顔がこぼれます。日頃からの細やかな手入れの賜物ですね、無農薬でこんなに綺麗で美味しいみかんが出来るなんて、ただただ感動です。

愛農会との深いつながりを知る

みかん狩りの後はそのまま畑で、持参したお弁当を食べ、引き続き交流会を行いました。高田さんに長年の関わりを持っている 愛農会と都市生活との歴史やつながり、仲山さんにみかんの話、武岡さんの奥様に今年の野菜の現状、上田さんにこれから「畑の便り」に入る野菜の話、武田さんにたまねぎのおいしい食べ方等を伺いました。ここ数年、異常に雨が降ったり、台風の時期がずれていたりと、農家の皆さんは想定外の天候に振り回され、又被 害に遭われています。いつも何気なくいただいている野菜やみかんが"生産者の皆さんの毎日の努力があってこそ!"という事に改めて気付く良い機会となりました。

愛農会のたまねぎを食べよう

最後に、柏尾さんにたまねぎの話を話していただきました。生産者の高齢化が進み、自家栽培の苗を手植えするやり方から、育苗・定植を機械化に移行、育苗時に営農指導により土壌消毒を行なったことから、カタログの無農薬・無化学肥料のマークが変更されましたが、来年度以降は育苗時の農薬(土壌消毒材)は不使用で栽培するとのことでした。一般的な栽培では、収穫までに十数回の農薬を散布します。化学合成農薬や化学肥料を使用せずに作る、愛農会の甘くて瑞々しいたまねぎ、ぜひ生産者の皆さんの想いも受け取って美味しくいただきましょう!

(理事 平岡 真弓)



事業部 丹治 耕造

生活クラブ都市生活の職員が、日ごろの業務、身のまわりのできごとを通して見たもの、聞いたことをお伝えします。

元気だからこそ共済加入

5年ほど前の配達時、組合員から「こどもが入院してしまった。共済には入れないよね。」先週まで元気一杯に荷受のお手伝いをし、共済加入を検討していた矢先のことです。入院や大きなケガをした場合、共済に加入することは出来ません。もう一歩踏み込んだ説明ができていたら…。後日、治療も完治して無事共済に加入していただきました。しかし万一、先天性の病気等が見つかったら、長期にわたって保障を得ることが出来なくなってしまいます。極めて稀なケースですが実際にはありうる話です。元気だからこそ、子どもには是非何らかの保障をつけておいてくださいね。

今、職員の間ではベビーブーム。出産後、真っ先に行うこと、 それは共済ジュニアコースに加入することです。子どもにほぼ 一生にわたる「お守り」、皆さんも考えてみてください。

機関紙モニターの

2017年11月号より

「生活クラブの美味しいお肉を食卓に…」

美味しいお肉には理由がある。生産者さんのきめ細やかな環境への気配りとこだわりがあってこそなのですね。そういった背景を知った今、食べるカタログの見方が変わりました。あまり食べない部位だからと尻込みせずに、色々試してみようと思います。(宝塚 S.K)



「光陰矢のごとし」、年々時の 過ぎるのが早く感じられます。

この機関紙が届くのは年が明けた2018年、平成30年です。元号が変わりますね。それはともかく、新しい年はどんな年になるでしょうか?生活クラブ都市生活では福祉政策を決め、第2次中期計画の初年度となります。食と環境だけでなく、人とのつながりを深め、地域に生活クラブ都市生活を広め、誰もが安心して生活できる社会を一層めざす年となります。肩ひじ張らずに、まずは仲間づくり。広報も重要なツールです。機関紙やチラシで知ったことを、まわりの人に伝えてくださいね。(T)