

- 1 食の安全にこだわります。
- 2 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。
- 7 ごみの削減に取り組みます。
- 8 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33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、サステナブルな社会の実現を目指します。

食品添加物のなぜ？ どうして？

「イーストフード不使用」「着色料無添加」「保存料無添加」…といった〇〇無添加という言葉が世間でもよく見られ、スーパーのイオンでは「トップバリュは添加物109種類に配慮」と言っています。「無添加」「添加物に配慮」とはどういうこと？そもそも食品添加物とは、一体何なのでしょう？



イラスト出典：生活クラブ連合会ウェブサイト

「きれい」「食感がよい」「うまみがある」という効果が添加物によるものであっても、消費者がそれを好み購入することで、生産者や販売者にとっても、それが利益と合致するため、本来の食品にとっては必要ない添加物でも使われているわけです。

無添加や、表示なしは安心？

では「無添加」とあれば安心なのでしょう？「着色料、保存料は使用していません」とあっても、他に材料以外のものが入っていませんか？着色料で色はつけていなくても、発色剤で色味をコントロールしていたり、保存料という名前ではない別の化学物質が結果的に保存の作用をしていることがあります。

また、現在の食品表示法は抜け道がいっぱい。消費者の知りたい・選びたいに答えるものではありません。表示されていないければ使われていないということではありません。

食品添加物ってなに？

食品添加物とは、加工食品をつくる時にあると便利な化学合成物質、または天然由来物です。

働きの面からみると、例えば、豆腐の「にがり」などのように、食品を作るのにどうしても必要な添加物があります。反対に、添加しなくても食品としては成りたつけれど、何かの理由で使われている添加物が市場にあふれています。

なぜ食品添加物を入れるの？

それでは、なぜ食品添加物を入れるのでしょうか？それは、「長期保存できる」「きれいに見せられる」「食感がよくなる」「うまみがつく」という効果を加えたくて添加するわけです。裏を返せば、その食品だけではそうはならないということになります。

「長期保存できる」と、より遠くの地域へ運ぶ間も高品質を維持できる、という生産者や販売者の経済的思惑と合致します。また賞味期限が長いと、腐らないから安心という消費者にとっては、利点になります。



生活クラブでは、食品添加物に対して厳しい自主基準で対策をしています。次ページでそれらについて見ていきましょう。

生活クラブでは

食品添加物削減に 取り組んでいます！



・許容食品添加物



2017年7月1日現在

生活クラブの食品は「疑わしいものは使用しない」「不要なものは使用しない」「使用したものは公開する」を原則に作られています。国が認めている食品添加物819品目の中で、生活クラブでは、その約1/10、わずか85品目しか認めておらず、その85品目もできる限り削減をしています。(2017年7月データ)

では、どのようにして生活クラブでは、添加物を減らしているのでしょうか。

例えば、からし明太子だと…

例えば、からし明太子。これを作るには、まず解凍したスケトウダラの卵を水に漬けますが、この時から市販品と生活クラブの消費材で作り方に違いがあります。

市販品は、何種類もの添加物を配合した「添加物ブレンド」を加えます。そうするとたった一日で、くすんだ色のタラコが鮮やかなピンクに、粒はプチプチと全体にふっくらした、見慣れたあの印象に、変化します。

一方、生活クラブのものは、塩水に一日漬けてみます。塩加減と身の締め具合を確かめながら、重い樽を何度も手作業で天地返しする作業のあと、調味料(タレ：昆布だし、ウォッカ、唐辛子、砂糖、食塩、ゆず、の手作りブレンド)に漬けて旨みを引き出し、最後に形を整えながら唐辛子をまぶします。

添加物を使えば未成熟卵でも作れますが、無添加で作るには完熟卵でないと作れません。添加物を加えない作り方は、このように素材の良さや、長年の経験から生み出された技によって支えられています。

組合員の声からうまれた からし明太子！



しかし、このように添加物になるべく頼らない作り方は、もともと生活クラブにあった訳ではありません。からし明太子については1987年に安心安全なものを作りたいと、(株)泰山食品商行に開発を依頼してできあがりました。当時市場では食品添加物を使用していないものは出回っていませんでした。生産者と組合員の努力と試行錯誤の結果生まれたのが、このからし明太子なのです。

(このお話は、電子えほんで見ることができます。上のQRコードからアクセスしてお読みください。)



食品を取り巻く社会情勢は、近年速度を増して変化しています。その中で、これからも私たち組合員は、常に安心安全を得るにはどうしたらよいかという視点を持ち続け、生産者と共に確かな消費材づくりをめざす事が、より大切です。



ひとくちチョコ カカオ 70

130g 420円(税込 454円)

仕事といっても同じ組合員。毎日の食生活を支える、おすすめの消費材を紹介します。

====

今、市販品にはカカオ分の多いものがたくさん出ています。甘くないチョコレートが好きなので、色々食べ比べてみました。フローラルなもの、香ばしいもの、フルーティなものなどいろいろありますが、私の一押しは今シーズン新登場のこ

のチョコレートです。ATJの民衆交易によるカカオマスと贅沢に使った華やかなカカオが香るビターチョコレートと銘打っています。カカオ分70%で、ほど良い苦みが特徴です。個包装になっているので持ち歩きにも便利です。ただ後を引く美味しさなのでついつい手が伸びてしまいます。一袋24枚入り454円、1枚当たり約19円！おいしさも、お値段も大満足のチョコレートです。甘くまろやかなチョコレートがお好きな方には、国産のミルクを使用した「ひとくちミルクチョコレート」がおすすめです。(菊田宏子)





エコシュリンプを食べよう！

日本で消費されるエビの約80%はアジアの各国からの輸入。そして、そのうち「ブラックタイガー」は90%がインドネシア・タイ・ベトナムからの輸入となっています。輸入に頼らざるを得ない「ブラックタイガー」ですが、「エコシュリンプ」は、生産国の資源や環境にも配慮した、持続的な生産と消費の仕組みの中で生産された美味しいエビです。

「土地は子孫からの預かり物」

市販品に多い大量生産をする集約型養殖の場合、狭い池で密飼いで(100～数百尾/m²)し、人口給餌で育てられるので、抗生物質の使用が懸念され、環境への負荷も大きくなっています。それに対して、エコシュリンプは粗放養殖という昔ながらの方法で育てられます。人工飼料を与えず、自然に池で発生するプランクトンなどを食べて大きくなります。1 m²あたり約3尾という、のびのびとした環境で育ちます。こうした環境と調和した養殖方法は、「先祖代々受け継がれてきた土地を子孫に受け渡す」という生産者の土地へのこだわりなのです。

エビは加工されている！？

市販のむきエビなどには、リン酸塩など(表示は「pH調整剤」)の添加によって保水性を高め、重量を増しているものもありますが、エコシュリンプはそうした食品添加物を一切使用していません。また収穫後、産地で加工してすぐにバラ凍結するので、鮮度がよくエビ本来のおいしさが味わえます。



今年は、薄いリン酸塩液にエコシュリンプを一晩つけたものと、エコシュリンプそのものを比較する実験をしました。リン酸塩液に付けたものは見事なほどに水分を含み見た目も大きくパンパンに。茹でて食べ比べると、その差は歴然。食感はプリプリになっていましたが、噛んだときに中から出てきたのは水。その保水力に驚きました。

3種類のエビを茹でて食べ比べ



高たんぱく、低脂質！

エビの身は90%以上が水分とたんぱく質でできていて脂質はほぼゼロ。100 g当たりの豚もも肉、鶏もも肉と比較しても、タンパク質量は高く、脂質は低いので高たんぱく低脂質の食材と言えます。さらに嬉しいのは造血ビタミンと呼ばれるビタミンB₁₂、抗酸化作用を持つビタミンEが豊富に含まれていること。またエビの殻はカルシウムが豊富です。素揚げした殻やエビ殻の出汁などで余すところなく栄養を摂ることができます。



トマトと卵のトロ〜りエビチリ

トマトと卵でボリュームアップ！



<材料> (2人分)

- ・エコシュリンプ (M) …1袋
- ・(A)：真塩、こしょう…各少々、酒…小さじ1/2
- ・片栗粉…小さじ1
- ・(B)：にんにくみじん切り…小さじ1/3、生姜(みじん切り) …小さじ1/2
- ・豆板醤…小さじ1/4
- ・(C)：コンソメ顆粒…小さじ1、酒…大さじ1/2、トマトケチャップ…大さじ1、素精糖…小さじ1、丸大豆醤油…小さじ1/2、湯…100ml
- ・(D)：片栗粉…小さじ1、水…小さじ1
- ・トマト…1/2個
- ・長ねぎ…1/2本
- ・鶏卵…1個
- ・ごま油…小さじ1/2
- ・なたね油…適量
- ・青ねぎ…適宜

<作り方>

- ① えびは殻をむいて背わたを取り、塩水の中で洗い、水気をふき取ったあと(A)をふってもみ込み、片栗粉をまぶす。トマトは1.5cm角に切る。長ねぎはみじん切りにする。
- ② フライパンになたね油を熱し、えびを入れ中火で両面をさっと焼き、一度取り出す。フライパンになたね油を熱し、(B)を炒め、香りが立ったら豆板醤を入れて炒め、(C)を入れ煮立たせる。
- ③ ②にえびを戻し入れ、(D)を入れとろみをつける。トマト、長ねぎを入れてひと煮立ちしたら、溶き卵を入れ大きく混ぜ、半熟状に火が通ったらごま油を入れひと混ぜする。

西宮市消費生活展に参加しました！

11月10日・11日、西宮市消費生活展がアクタ西宮東館中央ひろばで開催され、「健康づくりに『おうちでごはん』！」というテーマで参加しました。ワークショップを担当したり、他団体の活動から新しい情報を得たり、楽しく交流することができました。

西宮市消費生活展とは

生活クラブ生協は、西宮市に本部を置く消費者団体の一つとして西宮市消費者団体連絡会に参加し、市の消費者行政や諸団体が取り組む様々な問題を市民に啓発する活動(買い物袋持参運動や学習会、市民祭り等)をしています。

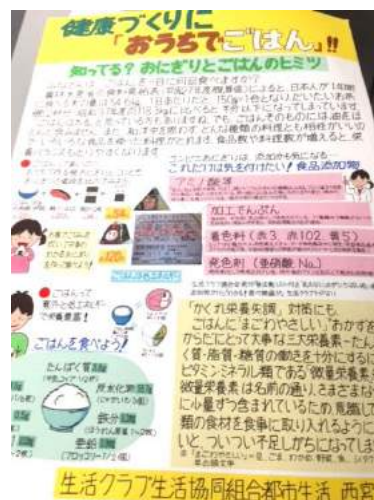
その活動の一つ「西宮市消費生活展」に、西宮支部と理事会で、地域の9団体(※)と一緒に自分たちのすすめる運動を市民に伝える活動を続けています。消費生活展は、ふだんの消費生活などの問題点を取り上げ、学習や研究に取り組む消費者団体やグループが日ごろの活動の成果を発表、また市民へ啓発活動を行うために開催されています。

※登録団体 (順不同)

- ・お米の勉強会
- ・生活クラブ生活協同組合都市生活 西宮支部
- ・生活協同組合コープこうべ第2地区本部
- ・西宮友の会
- ・西宮市くらしの研究会
- ・西宮市地域婦人団体協議会
- ・西宮消費者協会
- ・兵庫県地球温暖化防止活動推進員西宮支部
- ・NPO法人 C・キッズ・ネットワーク西宮支部



楽しくコネコネせっけん作り



パネルでアピール

私たちがすすめる運動の中から、今回は「おうちでごはん」をアピールしました。「おうちでごはんを食べると54円、コンビニで買うと120円。添加物も心配だからおうちでごはんを食べましょう」「ごはんは低エネルギーで栄養豊富」「水田が回りの環境をまもる」「ごはんをもう一口食べることで、日本の食料自給率を高めよう」と、パネルを使って説明しました。カタログや機関紙も展示して、消費材や生活クラブの活動を知らせる事ができました。

ワークショップでせっけん作り

今年初めてワークショップを担当しました。コネコネせっけん作りは子どもの参加が多かったですが、せっけんを利用することで水環境を守る事を伝えました。ワークショップを担当することで、例年より多くの組合員で関わる事ができました。

===*===*===

来場者の中に、昨年の消費生活展で生活クラブの事を知って加入した、宝塚の組合員の方がいました。今はどんなものを注文したらよいか知りたいと、支部企画などに参加したり生協祭に行く聞いて、この活動が仲間づくりにつながっていると嬉しく思いました。今後も地域の中で生活クラブ運動をひろげていけるよう、活動を継続していきます。

(理事 島村美穂)

知れば納得！

生活クラブ共済

ハグくみ ④7

生活クラブ福祉事業基金②

福祉事業基金はCO・OP共済「たすけあい」の割戻金の寄付がその原資になっています。昨年は698名から300万円近くが集まりました。割戻金の全額ではなく一部を寄付したい、共済に加入はしていないけれど趣旨に賛同したので何かできれば、等の声が寄せられたので、今年は1口1,000円の寄付も受け付けています。一人ひとりの意思が集まることでまとまった資金となり、具体的な仕組みを作ることが出来ます。自分たちでお金を出し合うことで生活クラブらしい、私たちの福祉を進めて行くことができます。

9月

エコロたすけあい制度利用状況

加入者：1258人

給付申請件数	39件
コーディネート件数	1件
給付金額	57,800円
(内エコロサークル活動費)	(6,000円)
事務費(審査会会場費、交通費)	13,420円



クリスマス試食会

11 月になると、クリスマスやお正月用の特別な消費材がカタログに載ります。それをひと足お先に試食しようというほっとコミが、各支部で開催されました。

高品質が低価格で

早い時期から予約共同購入することで、生産者は在庫を抱える心配がないので、安心安全な原材料を使い添加物に頼らずに作る事ができ、私たちはそんな消費材を納得の価格で利用することができます。

添加物学習会も

スーパーに並ぶおせち用の食材には特に、添加物が多く使われます。着色料や発色剤、リン酸塩の問題点を、実験をまじえてわかりやすく説明しました。エビの食べ比べをした支部では、エコシュリンプの美味しさを再確認したという声が多く聞かれました。

普段の消費材でも

ボルシチ缶や冷凍ピザなど温めるだけの消費材のほか、牛肉モモブロックでローストビーフ、丹精國鶏の手羽元でローストチキン、アヒージョの素に魚介や野菜を加えて豪華な一品に、黒豆とチーズのカナッペ、はんぺんを使ってオーブンで焼く伊達巻など、いつものカタログに載る消費材を使った、クリスマス・お正月の簡単手作りメニューも紹介しました。



↑消費材で簡単豪華なクリスマス&お正月。(宝塚)

←新組合員も初めての人も、みんなで乾杯♪(東神戸)



● ローストチキン

材料 丹精國鶏手羽元500g、塩こしょう、酒 大さじ1、醤油 大さじ3、はちみつ 大さじ3強

作り方 ①手羽元に塩こしょうをふる ②ポリ袋に酒・醤油・はちみつと①を入れ揉む ③空気を抜いて一晚漬ける ④200℃のオーブンで35分焼く

● 伊達巻

材料 さくらたまご 6個、はんぺん 100g、素精糖 大さじ3、みりん 90cc、真塩 小さじ1/2

作り方 ①オーブンを180℃で予熱しておく ②ミキサーに粗く切ったはんぺんと、材料を全部入れて攪拌する ③オーブン皿にオーブンシートを敷き②を流し入れる ④180℃で15分、200℃で4分焼く ⑤熱いうちに巻きすにのせ、包丁で軽く溝をつけてから巻き、輪ゴムでとめる ⑥冷めたら巻きすを外してカットする

美味しくて安心安全な消費材で、
年末年始の食卓を彩りましょう。



あしすと武庫之荘の
ミニ介護セミナー



パンセ武庫之荘を運営しているTCC(都市生活コミュニティセンター)の訪問介護事業は、「都市生活ヘルパーステーションあしすと武庫之荘」が担っています。

11月18日に開催された「生活クラブ生協祭あいたくて」で、組合員に介護についてもっと知ってもらおうと、「ミニ介護セミナー」と称して電動介護用ベッドや車椅子を実際に体験してもらいながら、介護する側、される側の双方に優しい介護を紹介しました。新しい福祉用具を有効に使うことで、双方に楽な介護が可能です。無理なく動くことで介助をしやすく、ご本人の望むくらしを実現する「あしすと武庫之荘」を知ってもらう機会になりました。

生活クラブでんき

■「おだやかな革命」上映会を行いました

9月28日、神戸市勤労会館にて「おだやかな革命」上映会を午前午後の2回上映で行い、一般の観覧者も含めて53名の参加がありました。

原発事故後に福島県の酒蔵当主が立ち上げた会津電力。放射能汚染によって居住制限区域となった飯館村で、畜産農家が立ち上げた飯館電力。集落存続のために100世帯全戸が出資して小水力発電を立ち上げた、岐阜県郡上市の石徹白。首都圏にある生活クラブが地域と連携して進めている、秋田県にかほ市の市民風車「夢風」。自主自立をめざして地域の再生を行う、岡山県西粟倉村。すべてエネルギー自治を目指すことで、お金やモノだけでなく、生きがいや喜びに満ちた暮らしの風景を描いています。これが「おだやかな革命」です。

私たちの地域、兵庫県神戸市でも、これにつながる住吉川小水力発電所建設の取り組みが進んでいます。12月1日には全組合員にむけて現地見学会も行いました。私たちの「おだやかな革命」が一歩前進します。



「生活クラブでんき」に替えよう！ 申込みはQRコードから

北神戸 支部

消費材の良さを伝えていきます！

牛肉学習会を開催しました

ステーキ！ハンバーグ！なんだかこれだけで豪華なディナー♪
今年度の北神戸支部のテーマ消費材は『牛肉』。11月7日、三木市緑ヶ丘公民館にて牛肉の生産者の北海道チクレンの大口さんに来ていただいて、「プロ直伝！ステーキとハンバーグの作り方」を行いました。作り方は知っているけど、我流だったステーキとハンバーグの焼き方に革命がおこりました。仕込み、焼き方でこんなに味が違うなんて。

おいしい牛肉は健康な牛づくりが秘訣だそうで、薬に頼らない育て方で、遺伝子組み換え作物は与えず、一貫した生産管理を実現されています。北の大地が育んだこだわりの赤身肉のお味は、抜群です。おいしさと命の大切さに出会う学習会でした。

Facebookはじめました

4月から活動の告知や活動報告、たまにクリエイターの日常を投稿しています。北神戸支部での楽しい活動を投稿していきますので、是非とも『北神戸支部』で検索してください。



11月7日北海道チクレン生産者交流学習会で。

機関紙がグレードアップしました

毎月1回発行している支部機関紙「の〜すふれんど」が、紙面づくりに得意なメンバーが加わることで、より見やすく、わかりやすくなりました。

(北神戸支部クリエイター
松井麻紗子)



今月の組合員

母も私も生活クラブ

栗脇 亜紀さん 東はりま支部 2014年2月加入

結婚するまで実家暮らしで、生活クラブの消費材で育ちました。結婚を機に私も加入し、初めは購入するものや、調理法、せっけんの使い方なんかを母に教わりながら利用していました。子宝にも恵まれ、その子も元気にすくすく育っています。これも生活クラブのおかげだと思います。

産休中には色々なイベントに参加し、使ったことのない消費材や生産者について知ることが出来ました。その中で、「使い続ける義務、作り続ける義務」の話があり、本当にその通りだと思いました。私たちが使い続けないと生産者の方々は安心して作り続けていくことが出来ません。そうすると私たちも安心して購入することが出来ません。その話を聞いてから、より生活クラブのもので暮らすようになりました。友だちにも紹介し、一緒にイベントに参加したり、お互いお気に入りの消費材について話したり楽しく利用しています。

もっと生活クラブの輪が広がればいいなと思っています。

大好きな消費材

=みつし 毎日こんぶ=

50g
税込 323 円



初めて注文して以来、ずっとリピートし続けている消費材のひとつが、「みつし毎日こんぶ」です。はじめから小さくカットされているので、とにかく手軽に使えます。うちではこれをぷちぷちとちぎって、一口大にして、お味噌汁でも鍋でもそのまま具材として頂いています。

パッケージが可愛くて子ども用だと思っているようで、これを使っていると子どもたちがやってきて、「1個ちょうだい〜」と言います。他のものだと、さっきおやつ食べたでしょ！と追っ払うのですが、これだとハイハイ♪どーぞ、と気分良くあげています。

うちでは大体煮干しと合わせて、前の晩に水と一緒に鍋に放り込んでおきます。朝、冷凍してあるキノコ類や揚げなど、味噌と一緒に放り込めばあっという間にお味噌汁完成です。とっても手抜きなのに、内容は全く手抜きじゃないのもこの毎日こんぶがあってこそ。我が家には欠かせない一品です。

(北神戸支部クリエイター 小口晶代)

つれづれとしせいかつ 徒然都市生活

地域で活躍する生活クラブ都市生活の仲間

おうちでごはんプロジェクトの一員になりました

東神戸支部

片山 由香里

昨年、神戸に引っ越してきました。それまでは、サッカーの長谷部選手の地元、静岡県藤枝市に住んでいて、生活クラブ静岡の組合員でした。

生活クラブ静岡と「都市生活」の違いは、個配の有無です。藤枝では、注文を班ごとにまとめて配達してもらっているため、支部の下部組織として班会・班の代表が集まった地区会が月1回あります。個配がない分、組合員同士の交流の機会が多いと思います。

「都市生活」に加入して特に興味深いと思ったのは、「食の教室」でした。受講料が必要ですが、しっかりカリキュラムが立てられています。輸入倉庫や工場の見学をすることは、なかなか経験できないことです。直接生産者の話を聞き、国産・原材料などのこだわりを知ることで、その消費材を購入したいという気持ちになりました。食育スタジオでの講座は大変面白く、その後のランチもとても美味しかったです。

このたび、「おうちでごはんプロジェクト」のスタッフの一員になりました。私も、組合員の皆さんに消費材のことを知らせ、利用をすすめていきたいと思っています。



企画を前に、準備の真っ最中！中央が片山さん。

理事会報告

2018年度第5回理事会報告2018.10.29.10:00～16:00 於:神戸市勤労会館407号室
(報告承認事項2項目、協議決定事項3項目 省略)

1. 10月度エコロ審査会による給付審査を確認した。
2. 10月度生活クラブ関西運営委員会の内容について報告確認した。
3. TCC及びパンセ事業状況について報告した。
4. 病気治療のため事業部職員1名休職発令について報告確認した。
5. 上期事業状況のまとめと下期事業について確認した。
6. 職員募集に先立って給与体系表の一部改定について確認した。
7. 2019年度支部活動方針骨子について検討した。
8. エコロたすけあい制度運用上の苦情・事故の対応マニュアル案について検討した。
9. 2月開催の「食の講演会」企画について実行委員会からの提案を確認した。
10. 「生活クラブ生協祭あいたくて」の準備状況を確認した。

(諸会議報告)

連合理事会、各委員会の報告および各担当委員会の報告を共有した。

(事業報告)

9月決算は、台風21号による欠品影響があり供給高予算比94.8%、経費は予算比96.6%と共に計画を下回った。結果、経常剰余は予算を48万円下回った。台風による(株)生活クラブ関西の損失金単協負担分421万円を特別損失として計上した。上期決算は、経費が予算比98.9%と下回り、供給高・経常剰余とも予算を上回った。特別損失を入れて当期剰余は予算より180万円ほど良い。10月加入は計画より18名多い138名、脱退は計画より18名多い123名で、純増15名となった。

都市生活 Q&A

Q 洗濯用粉せっけんに計量スプーンが付いてないが、なぜでしょうか？

A 一袋に1個計量スプーンがついていると便利かもしれませんが、毎回毎回溜まってごみになります。

生活クラブでは、環境問題を解決する3R(リデュース・リユース・リサイクル)をすすめるために、独自の基準を設けてごみをできるだけ出さないようにしています。料理用の計量スプーンで代用したり、いらないスプーン一杯が何グラムか計って、専用にして使うのもいいかもしれませんね。

また、「お助け追加消費材」として用意しています。1個25円。配達職員が各センターに注文してください。

また、ヨーグルトもふたが付いていなくて不便という声も聞きます。カタログではシリコン製のふたが約2ヶ月に一回掲載されていますが、こちらも「お助け追加消費材」として用意しています。

中晩柑もシーズン予約で

昨シーズンも大好評！スイートスプリング、早生不知火(デコボン)、伊予柑を食べられるのはシーズン予約だけ

これら 3 品種の中晩柑は昨シーズンから「シーズン予約」という関西 6 つの生活クラブ共通での取り組みが始まり、「おいしい！」と大好評でした。今シーズンも取り組みが始まります。

★ スケジュール ★

※詳しくは、来年 1 週号の食べるカタログをご覧ください。

- ① 50週(12/17～)に届く 1 週号カタログで案内
- ② 51週(12/24～)の配達日に、1 週号注文書で注文
- ③ 年明け 3 週～6 週にお届け

★ シーズン予約中晩柑 3 品種の特徴 ★

- ・ 果汁が多く、やさしい味わいのスイートスプリング【生産者：佐伊津有機農法研究会、肥後あゆみの会/ともに熊本県】
- ・ 濃厚で香り豊か、薄皮ごと食べられる早生不知火(デコボン)【生産者：佐伊津有機農法研究会/熊本県】
- ・ 多汁で豊かな香り、日本原産の品種で馴染み深い伊予柑【生産者：福岡自然農園/愛媛県】



昨年から登場のスイートスプリング



7月豪雨のあと、被害を受けた豊共園に職員が復旧作業の支援ボランティアを行いました。

作り続けてほしいから「シーズン予約」で食べる力を束ねよう

気象環境の激変や生産者の高齢化など、続けて生産するのはとても難しくなっています。特に今年の夏～秋にかけて西日本に襲来した台風によって、福岡自然農園では長年育てた樹が倒れてしまう深刻な被害を出しました。

シーズン予約することで生産者は計画的に収穫作業ができ、私たちにとってはもっともおいしい時期にみかんが届きます。この先も作り続けてもらうためには、シーズン予約という「食べます宣言」をして、関西 6 つの生活クラブ生協が力を束ねて、生産者を支えましょう。



組織部
小松 高志

生活クラブ生協の職員が、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。

消費材だけでなくレシピも運びます

薄切りのれんこんを炒め、火が通った頃合いに、少々塩麹とおろしニンニクをからめて出来上がり（簡単！）。仕上げに粉状のクルミを振りかけるのがポイント。外食先で、あまりの美味しさにシェフに直接たずねたというこのレシピを、組合員が教えてくれました。そこで、実際に作ってみた私の感動を他の組合員に伝えたところ、家族から絶賛されたとのこと。このように、組合員からもたらされる献立情報を職員が媒介となって他の組合員に伝え、それで喜ばれたら職員冥利に尽きるというもの。いまや大量情報時代の寵児となったSNSですが、まだまだクチコミの威力はあなどれません。

さて情報といえば、人気急上昇の“サバ缶”。ネタが少しずつ集まっています。今、募集中なのは“白菜”ネタ。いよいよシーズン到来ですが、定番料理のマンネリ化をよく耳にするからです。白菜を使ったとびきりレシピ、是非ともお寄せ下さい！

2018年10月号より

機関紙モニターの

「グリーンシステム」



3Rはどれも同じように環境に優しいのかと思っていましたが、リサイクルにはお金がかかるし多くのエネルギー資源が必要であり、リデュース・リユースの方が環境のためによいのだなと思いました。何度も繰り返し使えるRびん、とても素晴らしい物だったのだと感じました。Rびんは必ずリサイクルに出さず返却するという、私にできることから頑張りたいと思います。（南神戸 RA）

編集雑感

秋は行事やイベントが多い季節ですね。子どもがいれば学校や園の行事に、また、地域のお祭り、演奏会や競技会、何かと忙しくしているではありませんか？生活クラブ生協では、今年27回を迎えた生協祭が、「生活クラブ生協祭あいたくて」と名前を少しリニューアルして、11月18日に行われました。この報告は来月号でおこないます。どんな顔に会えたかな？お気に入りの消費材が増えたかな？報告をお楽しみに！（T）