

- 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。

今年も みんなで
仲間づくりをすすめてみましょう！



昨年度はテレビ番組『カンブリア宮殿』『梅沢富美男のズバツと聞きます』や雑誌、WEB広告などを通して、生活クラブを知ってもらえるたくさんの機会を得て、仲間がたくさん増えました。今年度はさらに私たち組合員の力を発揮して、「これおいしいから食べてみて!」「面白そうな企画があるから一緒に行かない?」...身近な人に生活クラブを知ってもらって、仲間をふやしましょう。

毎年好評

新しい出会いの春！ 春の紹介キャンペーン開催中！

生活クラブを知らない人に声をかけるときに、きっかけに使える「お手軽紹介セット」を今年も用意しています。国産小麦、アルミフリーのベーキングパウダーで作られたホットケーキミックスと、生活クラブが載ったおしゃれな冊子「BRAND BOOK」。同封のチラシでキャンペーン期間限定の「選べる2品セット」が申し込みます。紹介してくれたあなたには、かわいい小瓶に入った「国産ブレンドなたね油(非売品)」をプレゼントします。

引越しや進学、転勤の春です。新しい出会いに恵まれたみなさん、ぜひこの機会に生活クラブを身近な方にお知らせください。サンプルセットはチラシで申込むか、配達職員か本部センター拡大課 (078-904-3260) 永田まで。

仲間づくりは何のため？

生活クラブは生活協同組合です。より良く暮らしを求める組合員が集まり『出資』『利用』『運営』していくことで、成り立っています。組合員1人のチカラは小さくても、その組合員が多ければ多いほど資金は増え、想いは強くなり、社会をも動かすチカラとなっていきます。

私たち生活クラブはおおぜいの買うチカラを集め、利用する約束を生産者と交わして私たちの求める消費材をつくり出してきました。安心・安全はおおぜいの組合員の利用でつくられています。自前の牛乳工場を持ち、そして原発由来でない電気の会社を作ることまでできました。

さあ、春です。新しい出会いの季節です。あなたの大切な人に生活クラブをらせていきましょう。

お詫び：3月号表紙エリアマップの尼崎市が芦屋市になっていました。
お詫び申し上げます。

みんなですすめる仲間づくり

～FEC 自給ネットワークづくりのために～



2018年11月 EFFECTへ行く！

わたしたちは、地域の中で暮らしに欠かせない食べ物(Food)、エネルギー(Energy)、福祉(Care)の自給ネットワークづくりをすすめ、将来にわたって安心して暮らし続けられる「サステナブル(持続可能)な社会」を実現しようと、同じ思いを持つ仲間とともに取り組んでいます。そのために、生活クラブの取り組みにおおぜいの仲間(消費材を利用する組合員)を増やし、その思いを地域に広げたいと考えています。

2019年度は、全体で1,600名の新しい仲間を増やす計画で、支部でも目標をもって活動していきます。

企画に友だちを誘って参加しよう！

支部が開催する「ほっとコミュニケーション」、その他、講演会や映画上映会、生活クラブ生協祭「あいたくて」など、たくさん実施する企画にゲストを誘って参加しましょう。食育セミナー&ランチやせっけんクラブの企画も人気です！



2018年5月 アースデイ神戸

ひとりでもできる

紹介する人はいなくても、「一人でもできる活動」としてポスティング活動があります。支部のつどいや総代会、田んぼの企画などの参加者に一人20枚のチラシを配る、また、ポスティング隊*の登録をして年2回、紹介キャンペーンに合わせて100～500枚をポスティングする活動もあります。

*ポスティング隊：1回につき300円の活動費補助(1回：戸建て100枚以上、マンション200枚以上)。2019年3月現在52人が登録しています。

各地のイベントに参加

地域に生活クラブを知ってもらおうと、各地のイベントに出展しています。どうしたら生活クラブをもっと知ってもらえるかを工夫しながら、組合員と職員が協力して加入につなげていきます。

5月には、神戸市中央区にあるみなとのもり公園(神戸震災復興記念公園)で開催される「アースデイ神戸2019」に参加します。また、各支部でも地域の祭りやイベントに参加しています。

組合員自らが仲間づくりをすすめるのは、生活クラブならではのです。組合員一人ひとりの力が大きな力になっていきます。あなたにできる何かを見つけて、一緒にやっていきましょう。

アースデイ神戸の生活クラブブースを手伝ってくれる、当日スタッフを募集しています。詳しくはお知らせを見てね。



ジオ・プロダクト片手鍋 18 cm

8,500円(税込9,180円)



このサイズなら
2合の炊飯に
ピッタリ!

理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。

====

新潟県燕三条の磨き技術でピッカピカに仕上げられた、このお鍋と出会ったのは10年前。美しさと国産という点に魅力を感じ、思い切って買いました。予想以上に使える鍋で、大小のサイズも購入し、今やなくてはならない存在です。

表面のこびりつきや曇りも、エスケー石鹸のクレンザーで磨くとまたピッカピカ。鍋のつまみや、持ち手部分がまったくくらつかない!「15年保証」にも納得です。

中火で加熱し、沸騰したら弱火が基本。煮物は

柔らかで滋味深い仕上がり。茶碗蒸しやプリンはぷるんと仕上がります。ステンレスとアルミの7層構造なのにそれほど重くないので、青菜の下茹で等、ふつうのお鍋と同じような使い方もできる気軽さも魅力。わが家では、ごはんを炊くのもジオ・プロダクト。沸騰してからは弱火で10分加熱して10分蒸らすだけで、わが家の炊飯器よりずっとおいしく炊けます!

「暮らしのカタログ」に年に数回しか載りませんが、消費材の持ち味をさらにひきだしてくれるジオ・プロダクトシリーズ、おすすめです!
(小谷里香)



食育「おうちでごはん」プロジェクト になって、1年がたちました

それぞれで活動していた食育プロジェクトとビオサポチームが、「食育「おうちでごはん」プロジェクト」として一緒に活動することになって1年が過ぎました。

たくさんの参加がありました

2018年度の食育企画は、企画回数53回、参加人数748人で、ほぼ1週間に1度の割合で開催したことになります。加入して半年未満の人が使用できる「新組合員500円割引券」を利用して参加した組合員はのべ115人。実験を交えて添加物のこと等を知る「食育ワークショップ」も、支部や地域で開催できました。

生産者を招いておこなったセミナーも大好評でしたが、発酵食品のセミナー(甘酒や味噌作り)は特に人気で、多くの参加者がありました。



味噌作り(尼崎支部)



甘酒作り(宝塚支部)

手作り発酵食品の良さを伝えました

手作りの味噌は消費材の大豆と真塩に米麴、甘酒は米と米麴とシンプルな材料で作るので、余計なものが入っていません。安全でおいしい。ここは重要なポイントです。味噌汁は毎日飲む定番だし、自家製なら、使うたびにうれしくて、気持ちがあほこりします。甘酒も免疫力をアップさせる効果があるので毎日飲みたいものです。トマトジュースやいろいろなものと混ぜてオリジナルの甘酒ドリンクを作ったり、お料理に入れたりできます。

食育セミナー&ランチでは、そんな発酵食品のアイデア料理も提案してきました。

「おうちでごはん」の楽しさを知ろう

2019年度も、食育「おうちでごはん」プロジェクトは、食育スタジオだけでなく支部や地域に出張して、「おうちでごはん」の楽しさや意味を伝えていきます。みなさんも、ぜひぜひ参加して、「食」について知ったり、生活クラブの消費材を使ったランチを楽しんだりしてください。



<材料>

米 1合

麴(生でも乾燥でもよい) 500g

<作り方>

- ① 炊飯器でおかゆを炊く(全がゆ)。
- ② 炊けたら内釜を取り出し、冷水を450mlほど加えて60℃ぐらいまで冷ます(おかゆが熱すぎるとうまく発酵しないので注意)。
- ③ ほぐした麴を入れ、へらなどでよく混ぜる。このとき、水がひたひたにならないようなら、ぬるま湯を足す(特に乾燥麴の場合)。
- ④ 内釜を炊飯器に戻し、保温設定にする。ふたは開けたまま、タオルなどをかぶせる。
- ⑤ 保温設定のまま5時間ほどおき、発酵させる。途中、1~2時間ごとによくかき混ぜる。甘みが足りないようであれば、発酵時間を延長する。

山下陽子先生
直伝の
甘酒

山下先生の講演内容は、
4ページをご覧ください。



- ⑥ 内釜から鍋に移し、弱火にかけて沸騰直前ぐらいまで加熱したら、塩をひとつまみ入れる。
 - ⑦ 別の容器に移してよく冷ます(室温が高いと、冷ましている間にも発酵が進むので、容器に移したら冷水にさらすなどして素早く冷ます)。
- ※ 甘酒は、⑤または⑥の工程の後、適宜お湯を足し、好みの甘さで飲用する。
- ※ 冷まして冷たい甘酒にしても可。
- ※ 保存する場合は、⑦の後、保存容器に入れて、冷蔵で1週間、冷凍で1ヶ月を目安に使い切る。



山下陽子先生

第4回 食の講演会報告

発酵のスペシャリストに聞く



かぞくの免疫力を高める方法



2月27日、兵庫県私学会館にて、神戸大学院農学研究科の山下陽子先生の講演会を開催。197名の参加がありました。

山下先生は、応用生命科学という分野で、食べたものが体内のどこでどんな役割をはたすのかを研究されています。最新治験を交えて、食からの免疫力の高め方を講演いただきました。

「健康な食事」とは？

定義は「健康な心身の維持・増進に必要とされている栄養バランスを基本とする食生活が、無理なく持続している状態」。不味くても頑張って食べる健康食品や、おいしいのに食べるのを我慢するような極端な健康法は健康な食事ではありません。食事は、おいしさや楽しみがあることと、無理なく継続できることが大切です。

「免疫機能を高める食事」とは？

身体はまだまだ解明しきれていないネットワークで、全身が緻密につながっています。「これさえ食べれば！」というものはありません。また、特定の部位に効果があるということもありません。身体全体が正しく機能するような状態でないと、免疫力は高まらないのです。

そこで大事なのが「腸内細菌の働き」

腸内細菌はよく話題になりますが、まだまだ解明されていないのが現状です。腸内の環境は、人種によって大きく異なります。日本人の体内には、稲などに付着している植物性の乳酸菌が多く、海藻を分解するような微生物は日本人にだけあります。

悪玉菌は、腸内でたんぱく質や脂肪をえさにして腐敗を起こし、さまざまな有害物質を作りますが、腸内細菌全体が元気だと悪玉菌の活動、繁殖が抑えられます。

やっぱり、「ごはん」

ごはんは、腸内細菌が大好きなでんぷんや食物繊維が豊富。悪玉菌の好きな脂肪はほとんど含まず、良質なたんぱく質を含んでいます。稲に付着している微生物が腸に棲んでいる日本人との相性もよいのです。また、善玉菌は、日本の発酵食品となる原材料も大好き。豆(味噌・醤油)、野菜(漬物)、米(みりん・酒)、魚(鰹節)を食べると基本的な栄養素も摂れ、腸内細菌も喜ぶという良いスパイラルになります。

市場で話題の“腸までそのまま届く”という乳酸菌は、腸に定着することはほとんどありません。食べても少し常在菌を刺激して、スルリと通っていただけ。それよりも、腸内にずっと棲んでいる菌を元気にすることのほうが、腸内環境を良くして免疫力を高めるためには必要です。

「まごわやさしい」食事を…

これは「まめ、ごはん、わかめ(海藻)、やさしい、さかな、しいたけ(きのこ)、いも」の頭文字をまとめた、和食のわかりやすい献立の指標です。そして、ごはん以外をひとつにした食べ物が味噌汁。先人の知恵ですね。ごはんと味噌汁という食べ方を柱とした食べ方は、次の世代に伝えていかなければならない食べ方です。

「家族の免疫力を高める方法」は、何か特別なものを食べたりするのでなく、ごはん和味噌汁を中心とした日本型の食生活をするのがよくわかりました。豊かな心身を育み、環境を守り、食文化を守っていくためにも、ごはん和味噌汁を基本とした日本型食生活を続けていきたいですね。

(報告：武道由佳子)

知れば納得！ 共済 ⑤1

生活クラブの3つの共済

共済とは、組合員どうしのたすけあいの事業のことです。県民共済、学生共済など、CMやDMで目にしてている組合員もいると思います。私たちの生協には3つの共済があります。

- ① 「CO・OP共済《たすけあい》、CO・OP共済《あいぷらす》」などは、全国の生協組合員でつくるお金のたすけあい。
- ② 「生活クラブ共済ハグくみ」は、たすけあいの消費材。生活クラブの組合員だけが加入できる共済です。
- ③ 「エコロたすけあい制度」は地域の中でのたすけあい。私たち、生活クラブ生協都市生活の組合員だけが利用できる制度です。

1月

エコロたすけあい制度利用状況

加入者：1267人

給付申請件数	52件
コーディネート件数	3件
給付金額 (内エコロサークル活動費)	74,650円 (0円)
事務費(審査会会場費、交通費)	13,280円

今月から、共済のいろいろなことをなるべくわかりやすくお知らせしていきます。詳しく聞きたい方は、配達の職員に一声かけていただくかセンターにお電話ください。

本部センター 078-904-3260

「種子(たね) ～みんなのもの？それとも企業の所有物？～」 上映会に100名が参加しました

3月15日神戸市勤労会館にて「種子」自主上映会を開催し、午前・午後それぞれ約50名が鑑賞しました。当日は兵庫県の種子を守る取組みについて、兵庫県環境農政部の川端忠則氏と、醤油の生産者である大徳醤油(株)の浄慶耕造氏にもお話し頂きました。



種子を守る者は自立する権利を手にする

伝統的に行われてきた種子の交換や保存を禁止し、企業から毎回買うことを強いるいわゆる「モンサント法」と、ラテンアメリカの農民たちとの闘いを描いた映画です。農産物輸出と引換えに、先進国企業の種子に知的所有権を認める条約批准と、それに合わせた国内法の制定を迫られました。良い種子を選んで次の耕作のために保存するという、当たり前の営みが犯罪とされてしまったのです。農民たちは法律の撤回や、農家の種子の権利を守る条約を付け加えさせ、シードバンクを作ってこれに対抗しています。

2018年4月1日「種子法」廃止

主要農産物種子法(以下、種子法)が廃止された日本にとって、これは遠い異国の話ではありません。種子法はその地域に合った稲、大豆、麦などの種子の生産と供給の責任を、国と都道府県に課したものでした。種子法が廃止されて民間企業に市場が開放されたことで、種子不足や価格上昇、農薬や化学肥料使用の強制などのおそれが出てきました。

NONちゃんのGM(遺伝子組み換え)講座

GMOフリーゾーン全国交流集会



GMOフリーゾーンとは、遺伝子組み換え作物(GMO)が栽培されていない地域のこと。全国でその面積を増やそうという活動があり、生活クラブ生協でも登録を生産者に働きかける活動をしてきました。登録面積は2019年2月現在、全国で約10万haあります。

3月2日、第14回となる交流集会が千葉県成田市で開催され、全国から生協や生産者、海外からも活動している人々、あわせて約120名が参加しました。

遺伝子組み換え食品いらない！キャンペーン代表の天笠啓祐氏の講演があり、遺伝子組み換え技術の現状に触れてから、ゲノム編集について詳しく解説していただきました。「DNAを切って遺伝子の働きを壊すゲノム編集技術は、種の絶滅をもたらし、生態系を破壊する恐れがある。壊して良い遺伝子などない！生命をもて遊んでいる！」と怒りをあらわにして話されました。

今後もGM作物栽培拒否地を貫き、GMOフリーゾーンの輪を広げる事で、食の安全と生態系を守り、子どもたちの未来を守ることを、参加者全員で宣言しました。(理事 島村美穂)

種が消えれば食べ物も消える。そして君も

種子法廃止に危機感を覚え、素早く反応した兵庫県は、「主要農産物種子生産条例(2018.4.1.施行)」を制定し、奨励品種などの生産と安定供給を維持する体制を整えました。

1997年に遺伝子組み換え作物の輸入が始まった時、安全な醤油造りをめざしていた大徳醤油(株)は、初めて種子の問題に直面されました。地元で作られる大豆や小麦の品種にこだわり、国産丸大豆醤油を造り続けています。



川端さん



浄慶さん

どこで買うか、何を選ぶか

一握りの多国籍企業に独占されて、単品種だけになってしまったら、病気や災害に見舞われた時、作物を作り続けることが難しくなってしまいます。自然災害が多発する現代において、多様な種子を守ることは命を守ることに直結します。どこで買うか、何を選ぶか、私たちの選択が未来を変えられるかもしれません。



ボランティアに注目！

3月19日、パンセ武庫之荘で、日本茶の生産者、新生わたらい茶の山口さんに来てもらって話をうかがい、おいしいお茶の入れ方を教えてもらいました。お茶は種類によって味が違い、おいしいお茶には気持ちが穏やかになります。



私たちが毎月一回開催しているお茶会は、利用者さんに喜んでもらっていますが、話し相手だったり、見守りだったりと外部の人が関わることで、高齢の利用者さんの日々の暮らしが豊かになります。またボランティアグループ「ハーモニー」によるミュージックセラピーも行われています。

個人でもグループでも得意な分野や興味のあることで、ボランティアとして関わる人を募集しています。特別な技術や資格は必要ありません。配達職員か本部センターにご連絡ください。

北神戸 支部

“ほっとコミ”に注目!

4月を迎えて、全エリア10支部の活動が始まりました。今年度も北神戸支部を皮切りに、各支部の活動をお伝えしていきます。同じ組合員でもあるクリエイターが、それぞれの所属支部で工夫を凝らした企画を計画しています。みなさんも、楽しい、ためになる“ほっとコミ”に参加して、生活クラブを体感して下さい。

たまご研究会発足!!!

2019年度の支部のテーマ消費材は「たまご」です。
「たまご」といえばだし巻きや茶碗蒸し、プリンなど私たちの生活に欠かせない消費材ですが、結構自己流でなんとなくお料理されていないでしょうか?今回はそんな声を受けて、北神戸支部では「たまご研究会」を発足!より美味しいたまご料理を提案していきたいと考えています!

日帰りバス訪問も計画中

今年も北神戸支部は企画が盛りだくさん!
食育セミナー&ランチや、こども向けのマネーゲーム、奈良県の王隠堂農園に日帰りの生産者訪問も企画中です。是非とも支部機関紙「のーす ふれんど」や北神戸支部のfacebookをチェックしてくださいね!

facebook はじめてます

まだまだ知名度が低い北神戸支部の facebook ページ。
企画の告知や報告の他に、クリエイターのおすすめ消費材などの紹介も掲載しています。是非とも「いいね!」をお願いします。「いいね!」をして頂くと、クリエイターのやる気があがります!
(北神戸支部クリエイター 松井麻紗子)

生活クラブ生活協同組合都府生活 神戸市北区・西区(一部地域)・三木市
北神戸文化センター 2019年 3月号

のーす ふれんど

この支部で初めて北神戸の仲間。そして友達から友達へ、熱い思いが伝わるように
2019年度 印刷組合員数 740人 一冊の重さ約250g 電卓のみ半年の印刷費 2,000円

北神戸支部 公開支那ミーティング「たまご研究会」
玉子焼き&だし巻き 第1弾

2019年度の北神戸支部テーマ消費材は「たまご」です。
五家ご研究会としての第1弾は、たまご料理の基本の巻!
お弁当の定番の玉子焼きづくり、作り方のコツを伝授します!

「たまご研究会」
1冊40ページ
～アレンジ玉子焼き～
紅しょうが・おろし入りの玉子焼き
う巻きを作ります

モニットについて詳しくは42頁

行 日 4/16(火) 10時～13時
場 所 買山公民館 調理室(三木市赤松町買山3-15-2)
参加費 組合員 300円 / ゲスト 500円 / モニット 無料(当日、モニット登録もOK!)
持ち物 マイ食器、お茶、筆記用具

下記の中品費を記簿簿に記載した上で(配達)または、本部センター(078-904-9392)までFAXください

参加申し込み票		※記入いただいた情報は組合員及び組合の目的でのみ使用されます。資料共有・提供	
申し込み日	2019年4月16日(火)	第1弾 玉子焼き&だし巻き	予約: 42名
お名前		参加コード:	生活クラブの印刷
子どもの年齢・性別	男 〇 女 〇	加入日	未記入
	男 〇 女 〇	月 〇 日	未記入

既済申込(1歳以上) 費用 200円 / 1人(2歳以下) 費用 100円(参加費別) ※当日、記入して下さい

きたこうペーパー

投稿

北神戸支部
3月21日 11:02

【4月9日 手作りモッツアレラチーズ教室】
生活クラブこだわりの美味しい牛乳を使ってモッツアレラチーズ作りをします。
ホエイで作ったパンケーキと一緒にできたてをみんなで試食!...
もっと見る

YOUTUBE.COM
ノンホモ牛乳で作るかんたんモッツアレラチーズ

生活クラブのノンホモ牛乳は、生乳により近い風味が楽しめるおいしい牛乳です。良質な生乳の...

いいね! コメントする シェアする

関連度の高い順

コメントする...

コメント1件を見る

左 上 支 部 機 関 紙 「 の ー す ふ れ ん ど 」
下 の QR コード から どうぞ。

大好きな消費材 = リップクリーム = 税込 540 円

お子様にも使える無香料、ノンメントールの無添加・低刺激タイプのリップクリームです。

シアバターの保水力で今回の冬はくちびるが荒れずに済みました!ずっと私が使っていましたが、最近メイクに興味を持ち始めた2歳の娘に奪われてしまいました。娘はくちびるプルプルなのに、何回もうれしそうに重ね塗りをしています。

植物成分 100%なので、娘が食べる勢いでくちびるに塗っても安心して渡してあげられます。私もたくさん塗って、娘のようなぷるぷるくちびるになりたいものです。娘を見習わなくては(笑)

(北神戸支部クリエイター 松井麻紗子)

今月の組合員

加入して一年

山下 尚子さん 姫路支部 2018年3月加入

去年の春に生活クラブに加入しました。娘の通う保育園の友だちから、試食会に誘われたのがきっかけでした。生活クラブの消費材ってすごいなあー。と漠然とした思いで加入し、自分が購入する消費材は同じものばかり選んでいました。もっと消費材について知りたいと思い、友だちどうしでエコロサークルを結成し、消費材についてみんなで話をしたり、講師の方を招いて、消費材を使ってのお菓子作りをしました。

またモニットにも登録して、月に一度の支部ミーティングに参加するようになりました。そうして活動していくうちに、消費材の知識やいいところを徐々に知ることができました。そして、それが家族の健康や自然を大切にすることに繋がるなんて!!生活クラブに加入していなければ、考えもしないことでした。本当に加入して良かった、と思っています。

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

「認知症」の学習で感じたこと

尼崎支部 高橋綾子 (あしすと武庫之荘 ケアマネージャー)

あしすとでは地域の他の事業所と一緒にスキルアップできるように定期的に勉強会を開いています。昨年度はパンセ武庫之荘もオープンし、ともに高め合える仲間が増えて心強い限りです。

3月に開催した勉強会は外部より講師を招き、「認知症」について理解を深める機会となりました。普段関わっている「認知症」の方は高齢者がほとんどです。ご自身が認知症である理解や受け入れも難しく、「認知症であることでこんな感じに思っている」など、本人の感じ方を教えてくださることはほとんどありません。私も専門職としていろいろ勉強し理解をしているつもりでしたが、今回の勉強会で、若年性認知症の方自身が認知症であると自覚し、認知症を受け入れ、世間に公表されて、堂々と発言された姿を見せていただき、ハッ！としました。「認知症を自らオープンしたら、周りが助けてくれた。」「失敗したらどうしよう、と思うより助けてと言うほうが楽。」周りに助けてと声を上げるまでに、相当時間もかかり苦しんだと言われていました。

認知症と言われたらすぐに、「介護保険を使えますよ。」と提案されます。そして実際に相談に行くのは本人ではなく、介護者の方です。相談窓口も介護者のためにあるのが当たり前です。世間は本当に困っているのは「なんだか日常生活が送りにくくなった本人」であることを忘れてしまいます。「ホンマにそうやわ。」と実際にケアマネージャーとしてプランを組んでいて実感しています。



←お仕事の高橋さん

↓パンセ武庫之荘のお食事タイム

制度があるがゆえに、支援というと守り重視になりがちです。「転倒しないように」とか、「迷子にならないように」「薬を飲み忘れないように」など、どんな支援が必要かいろいろ提案しますが、サービスを入れるほど、自由度は低くなってしまいます。

「失敗はするけど、本当はちょっと気にしてくれればみんなと同じように生活できる社会ができればいいと思っている。」とされました。

私たちと同じ人間がたまたま病気によって認知症状がある。そんな人が困ったときは「助けて」と言えて、みんなと同じ生活ができる社会になれば、最高だと思います。

そうなるために、社会全体が認知症についてもっと本当のところを理解してもらえるような活動をしていきたいと思います。

理事会報告

2018年度第9回理事会報告2019.3.4.10:00~16:50 於:神戸市勤労会館407号室
(報告承認事項4項目、協議決定事項6項目 省略)

- 2月度エコロ審査会による給付審査を確認した。
- 2月度生活クラブ関西運営委員会の議事録案をもとに報告し、内容を確認した。
- 議案書・方針策定会議より、これまでの検討を報告し、協議した。
- 2019年度理事会体制、役割分担について考え方を協議確認した。
- 2019年度事業計画案について、事務局検討状況を報告し、担当理事会の積み上げをもとにした組合員活動費予算案を検討確認した。
- 春の紹介キャンペーンについて、組合員への呼びかけと内容について確認した。
- エコロたすけあい制度での集団託児の申請方式についての修正を確認した。
- クリエイターオリエンテーションの開催概要を確認した。
- 単協独自供給の一部終了の提案を確認した。

(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)

1月決算は供給高予算比103.3%、経費は予算比98.5%となり、供給利余率が予算を0.78%上回った結果、経常剰余は予算を418万円上回った。2月加入は88名で計画を3名超過。脱退は長期未利用者8名を入れ、93名で計画より12名少ない。

都市生活 Q&A

Q 「ビギナー」という言葉を、目にしますが、どういう意味ですか？

A ビギナーという言葉は、英語で【beginner】初心者。生活クラブ

でも、そのような意味合いで使っています。ビギナー期間は、加入をして1年くらいが目安になりますが、企画によっては、組合員コードで対象を区切る場合もあります。

ビギナーの間は、色々な特典があります。それは、選んで加入してもらった生活クラブを知るためにいろいろ試してもらいたいからです。個配システム管理料無料の期間があります。組合員活動を担う支部の運営メンバーから、地域の組合員活動を紹介するウェルカムレターを届けます。支部が開催する「ビギナーズカフェ」は、生活クラブを知ってもらうためのビギナー向け企画です。参加して、お役立ち情報満載の冊子「ビギナーズガイド」をもらって、生活クラブを知ってください。

他にも、ビギナーだけが使える新組合員500円割引券を利用して「おうちでごはん」の企画に参加して欲しいですし、6回シリーズで消費材の資料を届ける消費材モニター活動は、消費材プレゼントもあるので是非取り組んでください。

関西6生協青果統一推進材 シーズン予約

マダーボール(小玉スイカ)を

よろしく!

一般に小玉スイカは大玉に比べて早生種となるものが多くマダーボールも旬の時期は6月頃からで、形状はラグビーボール状の楕円形。皮が薄く糖度も12度程度になり、食味に優れた品種です。



生産者のお一人、高木正弘さん

計画的な輪作で…

島原自然塾では、野菜生産体系の中に小玉すいか栽培が組み込まれており、冬野菜収穫後にマダーボールを定植し終了後は夏野菜のニガウリの栽培に移行する生産農家が多くいます。計画的な輪作体系であるため、マダーボールについても定植・交配・着果等の管理作業を確実にこなすことで、週毎の出荷計画に合わせた生産農家毎の栽培調整を行っています。

美味しさの秘訣は…

スイカは最も品質が安定する16節目付近の花に実が付くことが理想です。そのため、人手による受粉作業で着果の確実性を高めます。



この受粉時期、ビニルハウス内はおそらく40℃位ある中で、取った雄花を雌花にくっつけるように花粉を付けていきます。ねらった節に順調に着果することが、美味しいマダーボールを作る秘訣です。自然交配では安定した品質のものができないため、一玉一玉に手をかけていきます。

無理に沢山の实を取りすぎない!

島原自然塾では、1本の苗(一つ)から平均2.5個のスイカが実を付けるよう管理しますが、一般では4~6個を付ける場合が多く、その分小振りでも味も落ちる事になります。更に、1度収穫したあとに2番果を収穫する事で栽培期間が長くなり、農薬が不可欠となります。島原自然塾の小玉スイカが農薬不使用で栽培出来るのは、土作りがしっかりできている事と、1番着果分の収穫後に栽培を終了することにより実現できています。

旬の味をシーズン予約で!

「マダーボールは温度や湿度の管理に手間がかかり、どちらかと言えば作るのが難しいですが、美味しいと喜んでもらう為には手が抜けません。」とは、生活クラブ関西産直ニュースに載った生産者の声。スイカは当たりはずれが多い果物ですが、島原自然塾では一つに成らす個数や時期、それに至るまでの温度管理を徹底することで安定した食味を実現し、これまでも高い食味評価を受けています。ぜひ、シーズン予約をして、確実にその美味しさを手に入れましょう。

職員こぼれ話

本部センター
森岡 孝充

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。

私の昼事情

配達先で皆様から良く聞かれることがあります。「お昼の時、どうしているの?」

公園の脇などの邪魔にならないところに車を停めて、トラックの中で食べています。エンジンは切っていますので、冬はブルブル震えながら…夏はサウナ状態で、命がけで愛妻(?)弁当を食べています。私も30歳半ば…昼休憩時に仮眠をとらないと体力的に午後は体が動きません。お腹も満たされ、ウトウトしていると…「あ、森岡さん」とトラックの外から声が。通りかかった組合員の方が声をかけてくれます。多い時で3、4回声をかけられます。「寝かせて一(笑)」と思いつつも、こうやって声をかけてくれるのは大変うれしく思います!僕を見かけたら声をかけてくださいね!

2019年2月号より

機関紙モニターの



「再生可能な自然エネルギーを選ぼう」

電気も消費材のひとつであると、改めて思いました。原発に反対でも、具体的な行動には移すのは難しいと思っていましたが、生活クラブの電気を選ぶことで、行動に移せることを知りました。(東神戸 SA)

編集雑感

機関紙都市生活が、この号で第300号を迎えました。必ず毎月発行したとすると25年間ということになります。この間、一貫して言えることは、機関紙も組合員自らが作ってきたことです。

今も機関紙に載せることを決め、情報を集め、原稿を書き、編集とレイアウトまでを組合員活動としてやっています。近年は、機関紙モニター制度も充実。毎月モニターのみなさんからいただく感想や意見を理事会で回覧して、機関紙だけでなく活動に生かす良い仕組みになっています。(T)