

- 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 自然資源を大切にします。
- 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。

今年もたくさんの方々の笑顔に会えました

10月27日(日)秋晴れのもと、「生活クラブ生協祭あいたくて」を今年も神戸サンボーホールで開催しました。生産者、他団体も含め57のブースを設置し、生産者と組合員、組合員以外の方々とも消費材をとおして多くの交流がありました。おかげさまで来場者は1500名と大盛況でした！



開場前には長蛇の列。ハグみちゃんがいタッチでお出迎え



熱気あふれる2階会場



話す側の熱量に負けない来場者！
聞きたいことがあり過ぎて困る～



あいたくての定番！木のボールプール



祭りだワッショイ！おみこしが会場を練り歩き！



ちりめんモンスター探し

木の積み木が暖かい！



おとなだけじゃない！ 子どもも楽しめる生協祭あいたくて

おかげさまで150セットが完売！

食べて応援！ひょう害りんご。
生産者にメッセージを届けよう！



わーい♪綿菓子だー♪



子ども限定！たまごのつかみ取り



ぐるぐるぐるぐる…さあどうなる？
はちみつが出てきたよ！



大好きな消費材でフードコートを盛り上げました！



今年モクルールはんしんの「ママズパーティ」同時開催。
ワークショップも子ども料理教室も大人気でした！



『生協祭あいたくて』を
支えた組合員スタッフたち。

生産者の一番近くで話を聞け
ます！来年はあなたも是非！





きょうは何にして食べようか？

～毎日 たまご！のススメ～



今年も年に一度のお楽しみ、生活クラブ生協祭あいたくてが10月27日に開催されました。今回はたまごの生産者会田共同養鶏組合の様子をお伝えします。当日は、平飼いたまご(あいたくて限定)・さくらたまご・温泉卵の販売と、小学生以下限定の“たまごつかみ取り”に沢山の人が集まりました。箱の中に入っている個数が書かれたピンポン玉をつかみ取る…今年の最高記録は、なんと21個でした！この日用意された沢山のたまごたち…みんな、何にして食べたかな？

純国産鶏種さくらのエサ

「エサは国産ですか？」と組合員の方が聞きに来てくれました。直接生産者に話を聞けるのが、あいたくての醍醐味！消費材の中身からオススメの食べ方まで、知って得する話を聞くことができます。

さてさて、エサの話に戻りますが、飼料のトウモロコシ・大豆粕は遺伝子組み換えしていない (non-GM) ものを輸入して使用。自給率向上のため、飼料用米に取り組んでいます。

たまごは一日一個？

食事は栄養バランスが大切なことは誰もが知っていますが、食事を作る者にとっては頭の悩ませどころ。たまごは、微量栄養素が豊富で必須アミノ酸も含まれている完全栄養食品です。たまごを毎日食べることで栄養バランスもバッチリ！ひと昔前は一日一個までにしましょう！とよく言われていましたが、今は「一日一個以上食べる」がオススメです。



ピンポン玉をたまごに見立ててつかみ取り。大人も子どももたまごはしっかり食べましょう。



さばとぼろ丼はいかが？

生協祭あいたくてでは、食育「おうちごはん」プロジェクトが毎年好評のさばとぼろ丼をフードコートで提供しました。



かきたま汁

寒なくなってきました。しょうが入りなので、飲むと体がポカポカしてきます。風邪気味の時にもいいですよ！



<材料> 3人分

- 出汁または水 500cc
- 白だし 大さじ2強
- たまご 1個
- 水溶き片栗粉 片栗粉小さじ2 + 水小さじ4
- しょうが搾り汁 お好みの量

<作り方>

- ① 出汁を鍋で沸かし、白だしで味付けする。
- ② 火を止めて、水溶き片栗粉を加え混ぜる。
- ③ 再び火をつけ、煮立たせる。
- ④ 卵を溶き、汁の中に流し入れる。お玉で軽く混ぜる。
- ⑤ しょうがの搾り汁を加える。

生活クラブたすけあい講座

将来のことが不安だったり、子育ての悩みを抱えていたり、何か自分にもできることはないかと探していたり、そんな声にお応えするのが生活クラブたすけあい講座。今年はシニアライフとこどもの2シリーズ全6回を開催します。

8月号で報告したシニアライフシリーズ「健康寿命を延ばす食と生活」以降の講座の報告をします。



←介護の便利用品を紹介。
↓認知症予防のゲームも。



「楽になる介護」 8月6日 参加者27人

介護で大切なことを、都市生活ヘルパーステーションあしすと武庫之荘管理者の高橋綾子さんと、ケアマネジャーの半田典子さんに教えてもらいました。

コミュニケーションはキャッチボールである。本人ができなくなったことを手伝おう、できることを見つける視点が大切。本人や家族だけではなく、その人に関わる全ての人と相談して協力してやっていく。話の後には簡単な介護実習を行い、便利な介護用品の紹介もあり、知識を持って介護にあたることの大切さを実感しました。

「認知症を知る」 10月8日 参加者26人

(社福)すみれ会「舞子すみれ園」の認知症介護指導者である楠本美香さんを講師に迎えました。

認知症は脳の病気で、誰もがなる可能性があり、85歳以上で3人に1人がなる。脳の細胞が死んだり、働きが悪くなることで障害がおこり、生活するうえで支障が出ている状態をいう。認知症への対応心得『3つのない+1』は①驚かせない ②急がせない ③自尊心を傷つけない+否定しないこと、これが大切です。

この講座は認知症サポーター養成講座としても行われ、参加者にサポーターの印であるオレンジリングが渡されました。

みんなで話そう

各講座の最後には講師の方も交えて、お茶をしながら参加者どうして話をする「みんなで話そう」の時間を設けています。講座の感想や質問、日ごろ感じていることや悩みなど、いろいろな話題が出てきて、情報交換や親睦の場になっています。

子どもシリーズ開催中

子どもシリーズは11月12日に「子どもの貧困の実情を知る」が、関西国際大学教育学部、教育福祉学科教授の道中隆さんを迎えて行われました。この講座も機関紙で報告する予定です。

これを皮切りに、1月は「乳幼児の食事」、2月は「発達障がいの子どもの理解」をテーマに開催します。

講座の案内は毎月の機関紙都市生活お知らせに載せています。老若男女を問わず、組合員とのお友だちならどなたでも参加できます。気楽にまずは興味のある講座に参加してみませんか？

今後の予定

日にち	テーマ	講師
1/14(火)	発育・発達段階に応じた食生活	川谷和子さん 生活クラブ生協/子育て支援・食育アドバイザー (臨床発達心理士)
2/18(火)	発達障がいを持つ子どもの理解	木下孝司さん 神戸大学発達科学部教授

知れば納得！共済 ⑤⑧

CMでおなじみのCO・OP共済をご存じですか？

病気や事故など予期せず起きてしまう事態に備える保険や共済。生活クラブでも、手頃な掛け金で幅広い保障の「CO・OP共済」「生活クラブ共済ハグくみ」が家計のお手伝いをします。

先日の「生活クラブ生協祭あいたくて」共済コーナーでは、ご主人と一緒に共済の話聞く組合員の姿がありました。家族の誰かが病気になったり事故にあったりすると、家族全員が困ります。だからこそ、家族の一人ひとりの保障を家族みんなで考えてみる必要があると思いませんか。子どもの年齢などで家族にとってその時期に必要な保障もあるので、内容を見直してみることも大切です。

9月

エッコロたすけあい制度利用状況

加入者：1,216人

給付申請件数	45件
コーディネート件数	0件
給付金額 (内エッコロサークル活動費)	65,650円 (0円)
事務費 (審査会会場費、交通費)	6,380円

1月に入ると冬の共済キャンペーンが始まります。いつ自分の身に降りかかるかわからない事態に備えるための保障内容や、そのための掛け金についてなど生協職員に聞く良い機会です。この機会に一度、家族で一家全員の安心を考えてみましょう。お問合せは本部センター**078-904-3260**へ。

西神戸 支部

「生活クラブって、いいね！」 と思える支部活動を

さまざまな世代に向けて

西神戸支部は今年度、新人 2 人を含むクリエイター 5 人体制になり、それぞれ自分の支部以外の企画にも参加して見聞を深めながら、さまざまな世代に向けた活動をしています。8 月の「親子で学べる LP (ライフプラン) 講座」では、子ども向けに「マネーゲーム」、保護者を含む大人向けに「話し方講座」を同時開催。また 10 月に行った「思い出のネクタイをリメイク/クリスタルアトリウム®を作ろう！」では、参加者は家族が愛用していたネクタイでネックレスを作ったり、持参した材料を加えたりと、自分だけの作品作りをじっくり楽しんだ後、消費材のお茶とお菓子でゆったりとしたひとときを過ごしました。



家族が愛用していたネクタイでネックレス作り



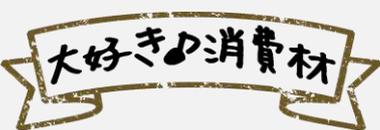
「マネーゲーム」に参加の子どもたち

テーマ消費材は牛肉

今年のテーマ消費材は「牛肉」。支部ミーティングで牛肉料理を紹介したり、「北海道チクレン」を招いてのステーキやローストビーフの焼き方の実演・実習をしたり、そして「生活クラブ生協祭あいたくて」では「生活クラブ関西ミート」のブースで、牛肉の串焼きや生の牛すじ肉などの販売を手伝いました。買い求める長い列を見て、カタログだけでは伝えきれない消費材の美味しさや魅力を伝えるには、実際に見て、聞いて、味わっていただく事が大切だと、あらためて感じました。

これからも「生活クラブって、いいね！」と思える支部活動を目指して、クリエイター一同で考えていきたいと思っています。

(西神戸支部クリエイター 小山奈緒美)



＝リネン100%のバスタオル＝

ナチュラル・白 1,600円(税込1,760円)

大人は、バスタオルを使わない我が家。でも、子どもはバスタオルの方が拭きやすい！が、乾きにくく、場所も取る。困ったな…。そんな時に「生活アートクラブ」のチラシで見かけ、抜群の吸水性と速乾性のフレーズに惹かれ購入。使ってみると本当にその通り！

洗濯物の乾きにくい、梅雨時もストレスフリー。埃もたちにくいです。かなり使い込んだ今では、ふんわり柔らかくなって気持ちいいです。とっても軽いので、旅行やプールに行く時も活躍しそうです。リネンの栽培には、農薬をほとんど使用しないので、地球にも優しいそうです。

先日は、キッチンクロスを購入、こちらも使うほどに馴染んでいくのが楽しみです♪

(西神戸支部クリエイター 高垣みゆき)

==== * ====

リネン製品の企画は、来年6週(1/27～配布)カタログに掲載予定。定番のバスタオル等、また新規品もあります。

今月の組合員

素敵な出逢い

丹下 葉子さん 宝塚支部 2018年6月加入

生活クラブが大好きです。夫の勧めがきっかけ。説明に来て下さった職員の方が目を輝かせて消費材の事を語っておられる姿に信用は深まり、毎週水曜日の配達を楽しみで、試す消費材に感動したり美味しくてワクワク。

このたび素敵な出逢いがありました。大先輩です。長年生活クラブの活動を続け、理事長として生産者さんと消費材を組合員の一人として作って来られた方です。その体験談を聴かせて頂けて感謝の気持ちがいっぱい溢れました。大切に大切に消費材を使って行こうと改めて決めました。

たくさんの方の努力と力強い心で素晴らしい消費材があるんだと知ったので、私も感謝第一で家族に喜んでもらえるように日々精進していきます。

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生協の仲間

神戸に引っ越してきて…

西神戸支部 八木 由佳子

娘が小4の春、神戸に引っ越してきました。

近くに住んでいた私の妹が生活クラブに加入していたので、1年ほどは妹と一緒に購入してもらっていました。そのうち欲しい消費材が増えてきたので、妹に紹介してもらい私も加入することにしました。牛乳に卵、調味料、肉に野菜、お弁当のおかず、冷凍弁当まで、今では家族全員が生活クラブの消費材なしでは暮らせないほどです。

ちょうど生活クラブへの加入と同じ頃、小学校のお話ボランティアに参加したこともあり、たくさんの友人に恵まれ、手芸サークルやミュージックベルのグループなどにも活動の場が広がりました。

西神戸支部でも、クリスマスリース作りやネクタイ手芸で講師をさせて頂き、いつも和気あいあいと楽しんでいます。また、エコロたすけあい制度にも加入し、託児スタッフとして、企画に託児を希望して参加するお母さんのケアをしています。お母さんの中には私を覚えていてくださる方もおられ、声をかけてもらえた時はとても嬉しい思いがします。

神戸に引っ越してから色々な機会を与えてくれた生活クラブ生協に感謝し、これからも安心安全な消費材で元気に楽しく毎日を過ごしたいと思います。



理事会報告

2019年度第6回理事会報告2019.10.28.10:00~16:00 於:兵庫県私学会館301号室 (報告承認事項2項目、協議決定事項3項目 省略)

1. 9月度エコロ審査会による給付審査を確認した。
2. 単協独自供給関連としてせっけんを使った「布団丸洗い」の取組みについて確認した。
3. 関西運営委員会の主な案件について、報告承認した。
4. 農水省「ゲノム編集飼料」に関するパブコメ提出を確認した。
5. 「関西6生協青果政策実行方針・具体案」に対して提出する単協意見について検討確認した。
6. 2019年度組員活動の中間点検と下期の計画について確認した。
7. 2020年度活動方針基本骨子について検討した。
8. 合同クリエイター会議の開催概要について提案を確認した。
9. 「食の講演会・山下陽子氏講演会」の開催について提案を確認した。
10. 平和の活動として、「消費材を通して沖縄の平和を考える企画」開催を承認した。
11. 2019年度子育てサポーター養成講座の開催について確認した。(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)

9月度及び上期決算報告を確認した。9月度は供給高予算比97.8%、供給剰余率は予算を上回った。経費は人件費・物件費とも予算を下回った。結果、事業剰余、経常剰余は予算より180万円ほどよい。上期は、供給高予算比98.3%。経費は予算比95.4%となっており、経常剰余は予算を超えた。

10月加入は104名で計画を66名下回る。脱退は110名で計画より5名多い。秋の紹介キャンペーン中だが、加入が低調なままとなっている。



Q Rびんのラベルやキャップが、きれいに取れない時はどうしたらいいですか？

A 牛乳パックの中にRびんを入れ、パックとびんの間に水を注いで一

晩置けば、少ない水量でまんべんなくラベルを漬けることができ、スルッと剥がれます。キャップはちぎれる寸前で止めて、布巾を被せてゆっくり取れば指が痛くならず、びんも傷つけることなく外することができます。暮らしのカタログに載る「プラキャップを取りマウス」という道具も便利です。

それでも取りにくい場合は無理にこすったりこじ開けたりせずに、そのまま配達便で返却してください。Rびんは厳しい目で検品されているので、傷を付けてしまうと、せっかく返却してもらっても再利用することができなくなります。

Rびんが何回も再利用されることで、エネルギー・CO2が削減されます。Rびんの消費材を利用し、空きびんは大切に扱って返却しましょう。



プラキャップを取りマウス
365円 (税込402円)

シーズン予約で中晩柑を食べよう！

昨シーズンから始まった、関西の6つの生活クラブ共通の中晩柑のシーズン予約の取組み。今年も予約登録が始まります。今年、福岡自然農園の「伊予柑」が、収量の関係でカタログ企画のみになりますが、かわりに「ポンカン」がシーズン予約に仲間入りです。



早生不知火生産者の皆さん



スイートスプリング生産者の皆さん

中晩柑3品種の特徴

スイートスプリング

さっぱりとした甘さ！酸っぱいのが苦手な方におすすめ。生産量が少なく、市場にはほとんど出回らない貴重な品種です。

(生産者：佐伊津有機農法研究会、肥後あゆみの会)



ポンカン

しっかりした甘み！香りが良い人気の晩柑です。

(生産者：佐伊津有機農法研究会、アイワ研究会、無茶々園)



早生不知火(デコポン)

特有の芳香。皮がむきやすく、薄皮ごと食べられます。

(生産者：アイワ研究会、無茶々園)



今年から仲間入り！
ポンカン生産者の皆さん



生産者とのつながりをより強く

気象の変動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。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、私たちに美味しい時期のかんぎつが届きます。

お届けするかんぎつには、生産者カードを同封しています。食べた感想や生産者へのメッセージを記入して、配達時に提出してください。生産者カードは楽しみに待っていらっしゃる生産者に渡します。

シーズン予約という「食べます宣言」をして、生産者を支えましょう。詳しくは、来年1週号の食べるカタログをご覧ください。

シーズン予約の登録は…

- ◇ 今週(12/9~)配布、50週(12/16~)回収の申し込みチラシ
- ◇ 1週号注文用紙(12/16~配布、12/23~回収)

…でお申し込みを！

職員こぼれ話 組織部長 山本 晋也

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。

胸に刺さった大矢さんの言葉

28回目となった生協祭あいたくても終わりました。たった3時間半ですが、組合員、生産者、職員が一堂に会する超特大のイベント。準備も当日もとても忙しくても、毎年楽しみにしているのが本音。最後の生産者挨拶に立たれたこんにやくの生産者・大矢商店3代目候補の言葉を紹介します。

大矢さんは入社当時「毎朝3時に起きてまでして、なぜこんなに手間をかけるのだろう。もっと合理的にこんにやくを作ればいいのと思っていた」。続けて「数年前、生協祭に初めて参加して、多くの組合員が自分の作ったこんにやくを求めていることがわかった。手間はかかるが、代々伝わる製法で消費材を作り続けるという使命感が変わった。」と述べられました。

久しぶりにピンッと胸に刺さった、そんな一日でした。

2019年10月号より **機関紙モニターのつぶやき**

「今年も各地でシャボン玉セミナー」

私も年中手荒れに悩みハンドクリームが手放せないくらいでしたが、せっけんに変えたことで手荒れが無くなりクリームいらすずです。皮膚科に通っても解決しなかったのがウソみたいです。(東神戸 E・S)

編集雑感 今年の生協祭あいたくても盛会のうちに終わりました。このお祭りは6月から支部の組合員で作る実行委員会を中心に、参加される生産者のみなさんと連絡を取りあって作り上げています。このイベントも、最近是他団体とのコラボなど多彩になりましたが、すべて手作り！組合員活動の一年の山でもあります。今号の特集ページにある写真、そこに写っている素敵な笑顔！まだ行ったことのないみなさん、とても損をしていると思います。来年は参加しましょう。きっと同じ笑顔になりますよ。(T)