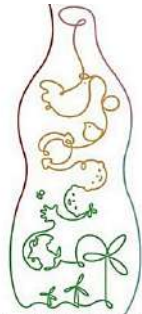


10の Think & Act

- 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。

第一次 生活クラブ 2030 行動宣言



生活クラブはSDGsの理念に通じ、
かつ留まらない活動を実行していくことを約束します。

「第一次生活クラブ2030行動宣言」にはSDGs(持続可能な開発目標)の理念に通ずる7つの目標と、SDGsに留まらない生活クラブ独自の目標の計8つの重要目標があります。そのどれもが、生活クラブに関わるすべての人々とともに取り組んでいく目標です。組合員や職員はもちろん、消費材をつくる生産者や関連会社、生活クラブを応援してくれているみなさんに知ってもらいたいです。8つめの目標は組合員活動についてまとめた生活クラブらしさが詰まったものになっています。

※詳細は生活クラブ連合会ウェブサイトの「理念・ビジョン」を参照してください。→



8つの重要目標 No.8

情報開示と自主管理を基本とし、
自ら考え、決め、実行します。

組合員主権に基づく組織運営を基軸として女性のエンパワーメントを強め、SDGs達成に主体的に取り組みます。SDGsを超える取組方針についても、自主的な目標を定め、実行していきます。

● 独自の基準による自主的な管理と点検 生活クラブの自主基準

健康で安心して暮らせる社会をめざし、生活クラブでは「消費材10原則^{*}」に基づく「自主基準」を設けています。その範囲は農業・漁業・畜産・加工食品・生活用品、そして全ての消費材に共通する容器包装・放射能の分野にわたります。自主基準は消費材をつくる際に守るべき規格と、未来のあるべき姿に消費材を導くためのガイドラインで構成されています。



● 自ら考え、行動すること

生活することは、消費することです。“なにを”“どのように”消費するかという選択は、そのまま「どんな未来にしたいか」「次の世代へ何を手渡したいか」へとつながっていきます。私たちの消費材は、完成品ではありません。自分たちの力でより良いものへ目指していくことが可能です。それには、自分自身が、まずはアクションを起こすことが大切です。私たちの活動の中に簡単に参加できることがあります。

2Pに続く



※消費材10原則

経済と社会に関する5つの原則と、環境に関する3つの原則、そして共生と自治に関する2つの原則で構成されています。消費材や取組みの一つひとつに反映され、“健康で安心な社会”の実現の基礎となっています。



公式サイト

機関紙「都市生活」カラー版既発行分はこちらで。



Facebook ページ



Instagram

第一次 生活クラブ 2030 行動宣言

8つの重要目標 No.8

情報開示と自主管理を基本とし、
自ら考え、決め、実行します。

「持続可能な生産と消費」推進制度

消費材 Step Up 点検

● 安心して利用できる消費材をめざして

消費材は完成品ではなく常に現在進行形です。安全や健康、環境等の課題に対して最善を図りながら、組合員と生産者が“ともに作り・育てる”ことでよりよい消費材へとつなげています。そのための仕組みが生活クラブ独自の「持続可能な生産と消費」推進制度で、①自主基準の新設・改定、②自主基準の取り組み報告、③消費材Step Up点検、④消費材の利用・改善・向上の4つで成り立っています。この制度はだれかひとりが頑張るのではなく、組合員と生産者がともに協力しあうことと、ひとりでも多くの組合員がほんの少しでも関わることでつないでいける仕組みです。



● 自主基準にもとづく消費材Step Up点検

この制度のうち、消費材Step Up点検は、組合員が生産現場を訪問し、組合員と生産者がともに定めた自主基準に沿って、消費材がきちんと作られているかを対面で点検する活動です。生産者は組合員の率直な質問から新たな発見ができ、組合員は現場を訪れることで、消費材の優れた点や生産者のこだわりなどをより深く理解できる機会となっています。

2020年度までに生活クラブ全体でのべ1,244回の消費材Step Up点検を実施しましたが、その点検によって原材料の調達から生産、流通、消費、廃棄にいたるまで全工程を確認し合い、改善してきた成果が今の消費材に生かされています。そして、2030年までに1,570回実施することを目標に掲げています。

● ともに作り、使い続けるために

今年度、私たちは『真塩』（生産者：株式会社青い海）をオンラインで点検しました。コロナ禍で現地を訪れることはできませんでしたが、代わりに製造工程や衛生管理の様子がわかる映像や画像を生産者に用意してもらうことで、無事点検を行うことができました。組合員なら誰でも参加できる、生活クラブならではのこの活動。開催のお知らせを見かけたら、ぜひ皆さんも参加してみてください。より一層消費材と生産者への愛着が湧きますよ。

「消費材 Step Up 点検」をもっと知りたい！
と思ったらこちら！



機関紙都市生活お知らせ1月号「消費材 Step Up 点検」報告



チーズ入りロールキャベツ
300g(5個) 600円(税込648円)



でポトフ、長江醤油味噌協同組合の「京風だしの素うすいろ」でおでん風、コーミ(株)の「トマト鍋の素」でトマト煮込み。「契約野菜・畑の便り」に入っている季節の野菜と一緒に煮

込むと、さらにうまみも栄養もUP↑です。

(理事 藤井泰子)



きのこのはなし

「まごわやさしい」はバランスの良い食事をするために取りたい食材から一文字ずつとった合言葉。

「ま」=豆、「ご」=ごま、「わ」=わかめ、「や」=野菜、「さ」=魚、「し」=しいたけ、「い」=いもを指します。

食事作りの名脇役のきのこ！みなさんはどのくらい口にしていますか？「まごわやさしい」の「し」であることでわかるように、栄養バランスを摂るために優秀！且つ低カロリー！そのうえ旨味もあるという魅力いっぱいな食品です！ぜひ毎日の食事に少しずつ取り入れてくださいね～！

きのこの栄養とはたらき

きのこは、食物繊維、ビタミンB類、ビタミンD、ミネラルなどの栄養素を含んだ低カロリー食品です。また、しいたけに代表されるように、きのこは旨味成分の一つであるグアニル酸を含んでいます。

- ★ 食物繊維…きのこは、「不溶性食物繊維」を含むものが多く、「不溶性食物繊維」はお腹の調子を整える効果があります。
- ★ ビタミンB類…皮膚を丈夫に保つ、エネルギー代謝を助けるなどのはたらきがあります。
- ★ ビタミンD…カルシウムの吸収を助けます。脂溶性なので油と合わせるのがオススメです。干し椎茸と乾燥きくらげは特に多い！
- ★ ミネラル…カリウムやリンなど微量栄養素を多く含んでいます。カリウムは余分な塩分を体外に排出する手助けをしてくれるので、高血圧予防になります。

きのこのおすすめ保存方法

★ 冷凍保存で旨味アップ！

きのこを冷凍することで細胞が傷つき細胞内の成分が出やすくなるため、旨味が増えると考えられています。

冷凍保存のポイント

- ・新鮮なうちに冷凍する
- ・加熱して食べる…お味噌汁やスープ、炊き込みご飯に

★ 天日干しでビタミンD、旨味もアップ！

平たいザルなどに広げて、1～3日天日干しすれば出来上がり！湿度が低い時期に作りましょう！

★ 常備菜を作って時短調理！

塩麹きのこや塩きのこ、無限塩きのこ…などいろいろ作って活用しましょう！



塩きのこ

常備菜にピッタリの塩きのこ。旨味があるのでいろいろなお料理にちょい足しすると、美味しさがアップ！+手軽にきのこの栄養を摂ることができます！

< 材料 >

- ・きのこ(しいたけ、しめじ、えのき茸、エリンギなど)合わせて 500g(できれば3種類以上使うとよい)
- ＊しいたけは旨味が強く香りが良いのでオススメ。えのき茸を入れるととろみがつきます。
- ・真塩 大さじ 1/2～

< 作り方 >

- ① きのこはほぐすか、切る。
- ② 耐熱容器に①を入れ、真塩を振る。
- ③ ラップをして電子レンジ 600w で 5分加熱する。
- ④ 温かいうちに混ぜ、冷めたら冷蔵庫で保存する。



簡単

塩きのこの和風パスタ

< 材料 > (2人分)

- ・塩きのこ 60g
- ・まぐろ油漬け缶 1/2缶
- ・万能つゆ 大さじ1/2弱
- ・スパゲティ 180g
- ・いりごま 適宜

< 作り方 >

- ① 塩きのこ、まぐろ油漬け缶、万能つゆをボウルに入れ、混ぜ合わせておく。
- ② スパゲティは袋の表示通りに茹でる。
- ③ ②を①のボウルに入れ、混ぜ合わせる。器に盛り、いりごまを振る。



ランチ神戸学園都市 コミュニティルーム

2021年度も、引き続き地域に生活クラブ生協を知らせています。

神戸市営地下鉄学園都市駅から南へ約 1 km のところにある商業施設「ランチ神戸学園都市」。そのコミュニティルームを定点として、生活クラブの認知度向上と仲間づくりを目指しています。毎月第 2 木曜日に企画開催を予定しましたが、2021 年度の前半は新型コロナの影響でほとんどの企画を中止にせざるを得ませんでした。

1 月のライフプラン講座
「サステナブルな家計」



年度後半は…

9 月に実開催を目指したライフプラン講座は、Zoom で開催することが出来ました。また、10 月に開催した「ハロウィンリース作り」では、ふだん会うことのなかった組合員の参加があり、別の企画に誘ったりモニットになったりと、組合員活動が広がりました。



次年度に向けて

ランチ神戸学園都市のコミュニティルームは、組合員活動の拠点の一つです。2 月、3 月は、エコロ講師でもある組合員の「笑いヨガ」企画を開催。組合員や地域の皆さんが参加して楽しめるだけでなく、組合員が講師として活躍できる場にもなるよう、ルール作りを進めています。

ランチ神戸学園都市のイベントも新型コロナへの対応を受けて、年に一度の大きなイベントではなく、「テーマ」をもって年に数回小さな規模で開催することになりました。生活クラブ生協も参加、出展を予定しています。3/21(月祝)は「今日からはじめるエコ暮らし」をテーマに開催します。ぜひお友だちも誘って参加してください。



2 月の笑いヨガ。人数は少なくても楽しい時間でした。

ランチ神戸学園都市の広報で

ランチ神戸学園都市のイベント告知を見て参加してくれたゲスト(組合員外)もあり、2021 年度後半は企画運営も軌道に乗れ、参加者が増えてきました。大きな成果だと感じています。



100 円のたすけあい

問合せ先：組織部(078-904-3260)中田

あなたの掛け金が助けになります

「私は助けをもらうことも助けをあげることもないから、エコロは必要ないわ」という声をよく耳にします。では、考えてみてください。1 つのケアを行うのに何人の加入者が必要かわかりますか？ 1 ケア 800 円の給付なので最低でも 8 人、コーディネートを必要としたらもっと多くの人数の掛け金が必要です。だから、ケア者にならなくても、誰かのケアに役立って助けになっているのですよ。加入者の 100 円が 8 人分集まって、

12 月

エコロたすけあい制度利用状況

加入者：1,226 人

| | |
|---------------------|----------|
| 給付申請件数 | 13 件 |
| 給付金額 | 20,700 円 |
| 事務費(審査会会場費、交通費、活動費) | 9,280 円 |

コーディネート成立 2 件

訂正：11 月の給付金額は、35,140 円が正しい金額でした。

初めて 1 つのケアが成立します。今ケア者になれないという方でも、月 100 円を出し合う事で、誰かの助けになります。きっと貴方の助けを待っている方がいるはずですよ。

(コーディネーター 肥田智世子)

遊びに来てね♪

■みんなのひろばリーチ■

多世代がつながる居場所づくりをめざしています。申込みは本部センター(小松)か、ウェブサイトから↑↑↑



4 月から月 2 回、あすパークで開きます。

(第 2 金曜と第 3 火曜 10:30~11:30)

JR 六甲道駅近く、大和公園内の「あすパーク」で開催。(8 月はお休み)



モニット

になって

もっと生活クラブのある暮らしを楽しもう！！



あなたはどの支部？



モニットって何？

生活クラブに加入しているという共通点を持った人どうしが、交流し情報交換できる場「支部ミーティング」に継続的に参加する人を、「モニット」と呼んでいます。

どんな人がモニットになっているの？

生活クラブが好きな人、よくわからない人、消費材のことを知りたい人、お話ししたい人、環境問題に興味がある人、誰でも「モニット」になれます。

私がモニットに登録した理由

注文する消費材がいつも一緒になってしまい、他の組合員のみなさんは何を注文してるのか教えて貰いたくて登録しました。わいわいカフェ[※]に参加してみると、とてもフレンドリーで笑顔いっぱい！めちゃ楽しいです。色々な試飲、試食、おみやげ、説明があります。私の目的である、みなさんのお気に入り消費材もいっぱい教えてくださいませ。

※東はりま支部では支部ミーティングをわいわいカフェと呼んでいます。

(東はりま支部モニット N.Mさん)

支部ミーティングって

難しい話をしているの？

そんなことはありません。価値観が似通ったものどうし、和気あいあいとした雰囲気でも弾みます。みんなでお気に入りの消費材をシェアしたり、消費材の美味しさや魅力など生活クラブに関することを楽しく学び共有しています。ここで得た情報を暮らしの中で少しずつ実践していくと、より生活クラブのある暮らしが楽しめるようになりますよ。

尼崎から姫路まで、10ある支部のそれぞれの会場で、毎月開催しています。お住まい近くの会場で参加いただけます。会場までの交通費が支給され、お子さんと一緒に参加もOK、託児もあります。

6ページに東神戸支部の活動をお伝えしています。そちらもごらんになって、気になった方はぜひお問い合わせください。

⇒ ⇒ 本部センター組織部 078-904-3260

サステイナブルな暮らし

プラごみ削減の動き

「プラスチック資源循環促進法」に基づき、コンビニなどで配るストローやスプーン、ホテルのヘアブラシや歯ブラシ、クリーニング店のハンガーなど12品目が4月から削減対象になり、事業者には有料化や再利用などの対策が義務化されます。

1人当たりのプラ廃棄量が、世界ワースト2位の日本。国内で使用された年間約1000万tのプラ製品の内、850万tがごみとなり、更にその3/4はリサイクルされず焼却や埋立て処分されています(2019年)。プラスチックは石油由来で燃やすと温暖化ガスが発生し、そのまま捨てられたプラごみは、海鳥やウミガメが捕食したり体に絡まったり、細かく砕けてマイクロプラスチックとなり、生態系を汚染する問題も引き起こしていま

す。2050年には海のプラごみの総量が、魚の量を上回るとの試算もあり差し迫った問題です。

生活クラブでは

プラごみ削減のため、びんをリユース(再使用)し、プラスチックをリサイクルするグリーンシステムに取り組んでいます。びん容器(Rびん)の規格をそろえて回収・洗浄・選別の作業効率をアップさせ、調味料やジュースなどの消費材の容器に使用しています。また、牛乳キャップとサイドスコアーや、仕分け袋、卵パックも回収してリサイクルしています。

2022年度は『マイクロプラスチックストーリー』上映会、海岸のクリーンアップ大作戦など、子どもと一緒に楽しみながら学べる企画も予定しています。Rびん入りの消費材を利用・返却する事で、皆でプラごみを削減しましょう。

東神戸 支部

楽しく学んでいます！

支部ミーティングでは お勧め消費材が熱い！

今年度コロナの影響で中止になったのは1企画のみで、計画していた事をほぼ予定通りに行なう事ができました。モニター※が参加する支部ミーティングではオンラインをうまく取り入れて開催しました。オンラインに初めは戸惑いましたが、回数をこなすうちに慣れ、いつもの様におすすめ消費材やレシピなどを伝え合い、ワイワイと盛り上がる事ができました。

いつも注文する物ってワンパターンになりませんか？おすすめしてもらったら注文したくなるんです。新たな発見もできる支部ミーティング、いつでも見学できますので是非一度ご参加くださいね。



支部ミーティングの様子

テーマ消費材は「たまご」

今年度のテーマ消費材は「たまご」。会田共同養鶏組合との生産者交流も、オンラインで行ないました。参加者24名と沢山の参加があり、生産者の声を多くの方に伝えることができました。

その他、エコロ講師を招いてのヨガ講座を企画、夏休みの「ムシボットを作ろう！！」には、沢山の子どもたちが参加してくれました。毎年人気のお正月企画では、三段重おせちをお取り寄せ！試食することで、実際の注文に繋げることができたと思います。

次年度も、クリエイター、スタッフ、理事、組合員が楽しみ、学習できるような企画をしていきたいと思ひます！

(東神戸支部クリエイター 青木晶子)



ヨガ講座みんなでリフレッシュ

※モニターとは… 所属の支部で登録して、1年間(2年まで登録可能)支部ミーティングに出席。学習・交流・試食などをして生活クラブ生協のことをよりよく知る活動です。5ページをごらんください。

今月の組合員

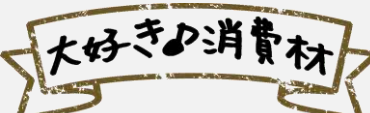
生活クラブとママ友に感謝

信原 芽里さん 姫路支部 2017年8月加入

苦手なもののTOP3に「牛乳」がありました。子どもには体に良いと進めておきながら私自身は飲んでいませんでした。


ある日、ママ友に生活クラブを紹介され、生活クラブの牛乳を飲んでみました。えっ!!美味しい!!全くクセがない!! 本当に驚きました。即、加入決定です!(笑)

それからモニターになり支部ミーティングに参加しました。市販の海老がどのように育てられ輸入されてくるかのお話は衝撃すぎました。子どもにも食品添加物の話など家でしています。加入して間もないころ、小学3年の息子に「お母さん、今日のおかずは生活クラブの?」と聞かれ、「そうだよ!」と答えると「なら安全だね。美味しいね!」と言われ、加入して良かった!と心から思っほっこりしました。生活クラブとママ友に感謝です。



= 梅びしお =

180g 360円(税込389円)



我が家の冷蔵庫の片隅にいつも居て、私たち夫婦の食生活を支えてくれている「梅びしお」を紹介します。梅干しの代わりに、朝食が和食の時はご飯の上に乗せ、納豆の味変をしたい時にも登場します。サンマのフィレとの相性も良く、青じそをのせた上に梅びしおを少し置き、クルクル巻いてフライにしたり…去年夏バテしなかったのは、この子のお陰かな?としみじみ思っています。身体に良いけど梅干しを食べる機会が無いと言う人にも、気軽に利用して頂きたい一品です。

(東神戸支部クリエイター 國富正子)

つれづれとしせいかつ
徒然都市生活

エコロサークル活動 フォトスクラップブック作り

生活クラブ生協では多彩な組合員活動が盛んです。

今年度は、その活動とそこで活躍する仲間を紹介します。

尼崎支部 大畑彩子さん

「エコロたすけあい制度」に加入している組合員5名で、去年、エコロサークル「^{エー}A・^{アイ}I」を結成しました。

メンバーはもともと全員が支部スタッフ。支部の企画として2年連続でおこなった「カレンダーつきフォトスクラップブック作り」がとても楽しく、「毎年やりたい」「時間制限無しでやりたい」という声が出て、講師の西倉さんにも入っていただき、結成しました。今年もとっても素敵な作品ができました！

支部の活動スタッフならサークル結成しなくても良いのでは？という声が聞こえてきそうですが…この4月からメンバーのうち2名がスタッフを抜けます。理事もスタッフも、辞めると疎遠になると聞きますが、このサークルがあるおかげで「年末にまた集まろう！」と前向きな話ができます。

“ちょっとした困り事を頼みあえる関係をつくるため”というのがエコロサークルの目的ですが、その関係の継続を後押ししてくれる存在でもあり、結成して良かったと感じています。

サークル名の由来は「人工知能」でも「愛」でもなく…支部活動エリアの「尼崎(A)&伊丹(I)」です(笑)

ご近所の方は一緒にいかがですか？

サークルのメンバー、自分たちの「作品」と。後列右が大畑さん



素材の一部。切って重ねて散りばめて…
黙々と集中してイメージを作り上げていく時間は
貴重なもの…

12
インチ四方のカレンダー
付の作品。
気軽に会いに行けない今、
実家へのプレゼントにも
喜ばれています。

理事会報告

2021年度第9回理事会報告 2022.1.31.10:00~15:40 於:神戸市勤労会館403
出席理事:17名(実出席12名、オンライン5名)、出席監事:3名(実出席2名、オンライン1名)

以下、報告承認事項(3項目省略)・協議決定事項(2項目省略)

1. エコロ審査会報告を受け、12月申請分13件中、11件の給付を承認。2件保留。
2. 自然エネルギーを地域で創る会(住吉川小水力発電所を実現する会)から、ひょうご環境保全連絡会へ助成金申請報告提出の報告を受けた。
3. 2022年度の職員体制及び配置計画と、新規再雇用者2名の契約内容を確認した。
4. 1月度関西運営委員会報告を受け、「よやく・る」広報計画等の審議事項を確認した。
5. 2022年度の主要会議日程を協議、決定した。
6. 第38回通常総代会の開催概要を決定した。開催日は6月7日(火)、各支部総代定数、日程スケジュール決定。選挙管理委員は次回任命する。
7. 「よやく・る」登録推進活動の提案を協議決定した。推進プロジェクトチームを結成し、推進にあたる。
8. 「クリエイターオリエンテーション」の3月開催提案を承認した。
9. オンライン「アクティブシニア講座」の開催提案を承認した。
10. 方針策定・議案書作成の進め方について、常任理事会を作成会議として3月理事会に向けてまとめていくこととした。

(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)

12月度決算報告及び第3四半期の事業概要を確認した。12月供給高は計画比100.0%、経費は予算比102.3%(人件費、物件費とも計画超過)、GPR=供給利率は計画を0.02ポイント上回った。結果、経常剰余金は予算を134万円下回った。1月加入は61名で計画を1名下回り、脱退は107名で計画より7名多い。うち、長期未利用組合員の脱退10名。

都市生活 Q&A

Q A

「よやく・る」って何ですか？

現在の定期予約・定期登録・シーズン予約などをまとめた仕組みの名

称です。予約できる消費材の品目が増え、価格もカタログで買うよりお得です。今まで定期予約・定期登録をしていた人は、改めて登録しなおす必要はありません。自動的に名前が「よやく・る」になるとお考え下さい。一品だけでも始められますよ。「よやく・る」=継続して食べる約束が、安心の品質・公正な価格・そして持続的生産につながります。

関西6生協で「おすすめコメント」を募るキャンペーンも行っています。ぜひご参加ください！



マークは2種類！

橙色：主に毎週お届けする日配品

青色：毎月決まった週に届く予約品

手作りお弁当で新学期 & 新生活を元気に **スタート!**

もうすぐ 4 月。ご家族やご自身の新学期・新生活で、お弁当作りが始まる方も多いかもかもしれません。忙しい朝の毎日のお弁当作りにも、便利な生活クラブの冷凍消費材はおすすめです！

■ 確かな原材料

毎日のお弁当、何を入れるか悩みますよね。栄養バランスも考えながら、パパっとなるべく手早く作りたいもの。

でも、手軽な冷凍食品や加工品は、食品添加物も気になります。生活クラブの消費材は、冷凍食品や加工品の原材料もできる限り生活クラブの肉や国産の野菜、提携生産者の調味料を使って作られています。素材が良いので手間をかけなくても美味しく、そして安心。だから、お弁当を作る側にも食べる側にも、うれしい味方です。

■ 手早く、おいしく、便利♪

カタログの注文番号の上に赤字で書かれている「揚げ焼き」の消費材は、少ない油でできるので、後片付けも楽チンでボリューム満点の一品に。そして温めるだけの「豆腐だんご・お弁当用」や「お弁当用ごぼうコロケ」「チキンナゲット」は、冷めても美味しく人気の消費材です。



また、弁当用焼き魚シリーズ(「ぶり照り焼き」や「ます塩焼き」等)は自然解凍で食べられるので、暖かくなるこれからの季節には保冷剤役にもなりとても重宝します。一つずつ個包装されているので、必要な分だけ使えて便利です。

日々のお弁当作り、無理せず続けられるよう冷凍消費材もうまく取り入れながら、新学期 & 新生活も元気にスタートさせましょう。



職員こぼれ話

事業部
佐伯 康裕

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。

ゴルフ始めました

子育ても終わり、2人の子どもは家を離れ独立しました。まあ2人とも大阪に住んでいるので、たまに帰ってくるのですが、(^_^A

昨年、息子から「お父さんもお母さんもゴルフを始めて、コースを一緒に回ろう」という提案があり、56歳にしてゴルフを始める事に。近所のゴルフスクールに週1回、1時間通っています。止まっているボールを打つのが、こんなにも難しいとは(-_-) なかなか真っすぐ飛びません(*_*) しかし、半年近く通って、ようやく、だんだんと真っすぐ飛ぶように。飛距離はなかなかでませんが(-_-) もうすぐコースデビューです。息子達と一緒にコースを回れるように、夫婦共に頑張っています。

2022年1月号より

機関紙モニターのつぶやき

エッコロたすけあい制度

私も先日、加入しました。「私でも何かお手伝い出来たら嬉しいな」という単純な理由で加入しました。今、核家族が多いです。なかなか助けて貰いたくても頼れる人がいない、どうしたらいいのかわからないと思われる人も少なからずおられると思います。そんな時にお役にたてればいいと思います。(東はりま 中田美智子)

お悔やみ

りんごの生産者・自由個性集団あくとの創設メンバーの1人、湯本隆人さんが、1月22日に亡くなられました。昨年の監物さんに続き、創設メンバーの逝去となりました。長年の取り組みに感謝し、ご冥福をお祈りします。

イベントスタッフ し・ま・せ・ん・か

- 第6回口ハスパーク川西 (キセラ川西せせらぎ公園)
- 第19回口ハスミーツ明石&アウトドアミーツ&フィッシングミーツ (明石公園西芝生広場)

どちらも… 日時 4月16日・17日 10~13時、13時~16時 スタッフ費 2,000円+交通費 問合せ 078-904-3389 (永田)