

# クラブ通信 Vol. 100

おかげ様で100号を迎えました!

2016年9月



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

<http://osaka.seikatsuclub.coop/>

TEL. 072-641-5547

発行/生活クラブ生協大阪理事会 編集/広報委員会 茨木市清水1丁目21番4号



7月度実績報告(6/21~7/20)

◎組合員数	17,278人(7/20現在)		
加入	144人		
脱退	160人		
◎供給高(事業部)	263,973千円	(計画比)	95.6%
		(前年比)	113.1%
一人当たり利用高	15,269円	(前年比)	108.2%

いよいよ

9月25日(日)

10:00~15:00

開催

生活クラブ生協 第38回

フェスタ

花博記念公園鶴見緑地  
ハナミズキホール(水の館)



## ◎今年のフェスタは早い! 暑い! でも楽しいで! 絶対、参加してや~

初めての暑い時期の開催に向けて、生産者も組合員も最終準備を行っています。多くの組合員が集い、消費材の良さを実感したり福祉やエネルギーの取り組みを知ってもらいたい。地域の方にはまだまだ認知度の低い「生活クラブ」をおいしく、楽しく知ってもらう1日にしたいと、着々と準備を進めています。

## ◎子育て世代、集合! ママ友も誘ってね~

迷路やひのきプール、手作りゲームや伝承遊びコーナー、バルーンアートもあります。他ではめったに食べられない、私たちのパスタライズド牛乳で作ったアイスクリームや、添加物に配慮したお菓子類やジュースの販売もあります。



昨年度の様子。和太鼓演奏

## ◎家族みんなで一日楽しんでや~

飼料や飼い方に配慮した焼き鳥・焼き豚・唐揚げ・和牛串焼きは、ビールに最高。国産小麦 100%で作った焼きうどん・焼きそば・ちぢみ・お好み焼は、家族みんなで召し上がれ。

無農薬栽培のお茶とじゃがいもの詰め放題や野菜の重さ当てクイズ、クイズラリーなどお楽しみ企画もあります。こんなフェスタ他にありませんか? 生活クラブ生協大阪ならではの出店の数々、来なきゃ損ぞん!

ステージでは、和太鼓演奏・ダンス・ジャグリング・ゴスペル・寸劇・南京玉簾・マジックショー・ギター弾き語りなど、昨年以上の応募があり楽しい一日になること間違いなしです。

(フェスタ実行委員会委員長 田中富久子)

◆ 今月の紙面	●米沢郷生産者交流会.....	2	●こだわりの消費材 .....	6
	●子育て支援委員会:特別講座 .....	3	千葉県漁業協同組合連合会 「ひじきドライパック」	
	「子供たちの育ちと育ての道筋」		●Tea Time・ブックエンド .....	7
	●電力供給開始!・電気も消費材 .....	4	生活と自治 えーっ!?そうだったんだ	
	●支部のつどい・おすすめ3品 .....	5	●ビオサポで健康人「育脳は毎日の食事が大切」 .....	8
			我が家の夕食 理事会報告	

# 子どもたちの笑顔のために...

6/7

参加:68人



## サポーター養成講座 特別講演 「子どもたちの育ち育への道」

講師 伊丹昌一氏

(梅花女子大学心理学子ども学部教授)

子育て支援委員会では、子育て支援方針のもと、「集団託児」「子育てひろば」「里山のがっこう」の3つの活動をしています。委員会では、今年度通常のサポーター養成講座に加えて、多くの組合員に子育てひろばを知ってもらい、新旧サポーターのレベルアップのために、特別講座を開催しました。定員以上の申し込みがあり関心の高さを感しました。伊丹教授の話は、大変具体的で所々に笑いあり教授の温かさが伝わる講演会で

「子どもたちの育ち育への道」... 最近よく耳にする発達障がいですが、現在は『障がい』という言葉は使わずに、困っている状態にあると受け止めていること、注意の仕方にも方法がある、子どもの笑顔のためには大人が笑顔で、子どもも成長する等々、大変興味深い内容でした。多くの参加者からもっと先生の話を聞きたいとの感想をもらいました。子育てに悩み不安を感じている子育て中の組合員の参加も多くあり、私たちの活動の役割を感じられる講演会でした。子育て支援委員会の活動に興味や関心ある方ぜひ一緒にやってみませんか。子育て世代と一緒に見守っていきませんか。(子育て支援委員会 井上悦子)

# 努力と手間をおしまない米作り

# 米沢郷生産者交流会

7/21

参加:22人

千里コラボ



## 産直交流委員会では...

生協の米や野菜や果樹の良さを理解してもらいたいと、日々考え活動をしています。産地を訪問し、生産者から話を聞き、見たり聞いたり感じたことを学習会やニュースで組合員に伝える。そんな産直活動の中で一番大切だと思っているのは、組合員が生産者に会い、栽培方法や熱い思いに直に触れるということです。米は私たちの主食、大切な食べ物です。組合員にはもつと米を食べてほしい。生協の米の良さを理解して、是非米を食べてほしい。そんな強い思いを込めて、米沢郷生産者交流会を開催しました。

## 生産者の熱い思い

米沢郷グループでは、消費者を意識した栽培や販売方法で、自分たちが食べるのと同じ米を消費者にも届けていること。実践している地域循環型農業の話。さらに、手間をかけることや考えることを忘れた日本の農業の現状や問題点についても話が及びました。

何故農薬の使用量が少ない米作りが可能なのか...。イネの種子選別や消毒の方法、光や風が根元まで届くイネにとつて快適な環境作り、夏場に行なう過酷な手作業による草取りなど、その手間と愛情をかけた米作りの様子を一般の慣行栽培と比較しながら説明がありました。

## 参加者との交流

組合員と生産者が三つのグループに分かれて膝を突き合わせて話をし、組合員からの質問に生産者が丁寧に答えてくれました。その後、玄米、胚芽米、コシヒカリの三種類の米沢郷米を山形の郷土料理である「だし」「いも煮」と共に試食。開催日が夏休み初日であったため、たくさんさんの若い組合員さんが子連れで参加してくれました。

## 最後に...

米沢郷の生産者は、如何に農薬を減らし環境に負荷をかけずにすむかを考え、次に収量を上げること考え、そして味をよくすることを考えてきました。現在の課題は、この不安定な気候変動に如何に対処するかということ、それは非常に難しいということでした。いつも考え、手間をおしまない生産者だと思えます。これが慣行栽培との一番の違いなのではないでしょうか。私たち組合員も、考える消費者でありたいと思います。(産直交流委員会 林智子)

### ★だし...山形の郷土料理 おつけもの

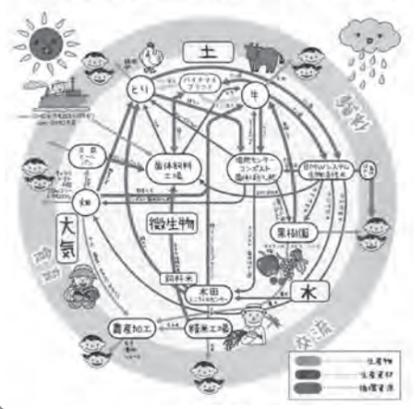
<材料>

<ul style="list-style-type: none"> <li>きゅうり 2本</li> <li>なす 2本</li> <li>みょうが 5個</li> <li>大葉 10枚</li> </ul>	+	<ul style="list-style-type: none"> <li>A: さつぱり系           <ul style="list-style-type: none"> <li>しょうが 1かけ</li> <li>梅干し 2個(種をとりほぐす)</li> <li>だし醤油 大3~</li> </ul> </li> <li>B: ネバネバ系           <ul style="list-style-type: none"> <li>モロヘイヤ 1/3束</li> <li>冷凍枝豆 1/2袋</li> <li>だし醤油 大4~</li> </ul> </li> </ul>
---	---	--

<作り方> AB共通  
野菜は、お好みの大きさに切ってだし醤油とまぜ、冷蔵庫で2~3時間冷やして出来上がり。

## 生産者から学ぶ食育

### 米沢郷牧場グループ 自然(資源)循環型農業リサイクルシステム



米沢郷では、どこにもムダをつくらない(捨てる物が無い)自然のリサイクルシステムの「循環型農業」に取り組んでいます。堆肥を作る事から始め、しっかりとした土壌を作ること、そうすればそこには、丈夫で健康な作物が育つ。薬などで押さえ込んで病気を治すのではなく、風通しを良くして病気になるない育て方をするということでした。ナマズが生息でき、赤とんぼが飛ぶ田んぼで育ったお米が食べられることに感謝。私たちも、安心して安全な消費材を食べ続けて免疫力を高め、薬いらずの

健康な身体を作りたいですね。しかし、あぜみち一本で隣り合わせにある田んぼでは、ラジコンヘリで農薬散布する現状もあるそうです。とても悩ましい問題ですが、地域の人達の理解を得る事、想いを同じにする事はなかなか難しいそうです。生産者から直接話を聞き、学校では教えないような事が学べました。消費者としての意識を高めて子どもたちにも伝えていく。これこそ私たちにしかできない「食育」だと思いました。(広報委員会 泉あけみ)

## ~託児~を利用してみませんか?

生活クラブの組合員活動では、託児システムが利用できます。(原則として1歳児以上)「参加してみたいけど、子どもが小さいので...」と迷っていませんか? 子どももお母さんもスタッフも学び合う「とも育ち」をめざし、研修を受けたスタッフが活動するお母さんを応援します。



### ~託児~の流れ

- 1 地区企画などの参加申込書にある、託児申込書の欄に、記入して申し込んでください。
- 2 お茶、着替え、タオル、おむつ、おしりふきなど、すべて名前を書いて持参してください。
- 3 当日は、開始10分前に託児室へ。託児依頼書にお子さんの起きた時間、などを記入してスタッフに渡してください。
- 4 スタッフは、おやつに食べたもの、託児の間のお子さんの様子を記入して、帰りにお返します。

★託児申込書★ 託児料はひとり100円(ゲストの場合200円) \*エコロ制度加入の方は無料

支店名	お名前	組合員コード	配達曜日	おつけ
豊中			午後	個人配達
地区名	グループ名	住所	電話番号(FAX)	配達職員

お母さんより  
起きた時間 時  
朝ごはんを食べましたか? はい いいえ  
うちはお出かけですか? はい いいえ  
(おまかせ) (おまかせ) (おまかせ) (おまかせ)

託児スタッフのおやつ:

託児は初めてでしたが、自分の活動場所と近くで安心でした。スタッフの方は愛称で呼んでくれてすぐになじめ、親子で互いに成長できた気がします。(CKさん)

長男が1歳半から、次男は1歳から、たくさんの方にお世話になります。いつも笑顔で迎えてくださって、子ども達も楽しんでくれました!(YTさん)

※託児を利用した組合員の感想です。

# 支部のつどい

京阪北支部

7/1

参加18人

## 「エコクッキング」

～簡単・おいしい 保温調理を体験～

樟葉生涯学習センター

環境委員会から2人の委員に来てもらい、支部のつどいにエコクッキング講習会をしました。メニューは、ゆで鶏野菜スープ、ポテトサラダ、マスコバド糖プリンです。鍋で5～10分加熱した後、鍋を新聞紙とバスタオルで包み、20～30分保温するやり方です。参加者からは、「保温調理は知っていたが、今回初めてやってみて、とても簡単でおいしかった。家でぜひやってみよう」、「1つの鍋で2品できるのがうれしい」等の感想があり、皆、保温調理を楽し



鍋を新聞紙とバスタオルでくるんで、保温クッキング

く体験しました。

その後、理事から電力自由化についての話がありました。「もう少し話を聞きたかった」「自然エネルギーの割合をふやしていけたらいい」「生活クラブエナジーの電力を多くの組合員が利用して原発ゼロの社会に向かえばいいと思う」などの感想が聞けてよかったです。

(支部代表 上田銀子)



私の

## おすすめ3品

二井矢あさ子さん  
30歳代 生協歴5年

しそ昆布



しその香りを生かすため、味が濃すぎないのがいいです。いい香りで、子供も大好きです。忙しい朝に、ご飯にのせて食べます。子供たちはツナ缶のおにぎりが大好きですが、しそ昆布おにぎりの要望がありました。

レバーハンバーグ



星やくま、ハート、花のかわいい形です。手軽にレバーが食べられます。幼稚園児のお弁当に冷凍のまま入れています。レバーハンバーグがお弁当に入っていると、とっても喜ぶます。添加物の心配のいらぬ生活クラブの加工品は貴重です。

パクッ小いわし下処理済み



味付けはせず、片栗粉をまぶして揚げて、玉ねぎと人参の千切りを入れ、南蛮漬にします。下処理がしてあるので簡単に調理できます。揚げた小いわしをそのまま食べてもおいしいです。骨まで食べられ、体によさそう。

### ★小いわしの南蛮漬★

〈材料〉

- 小いわし 1袋
- 玉ねぎ 半分
- 人参 5cm
- 片栗粉 適量
- なたね油 適量

合わせ酢：醤油・食酢・素精糖を好みで合わせて

〈作り方〉

- ①玉ねぎを薄切りに、人参を千切りにする。
- ②醤油、食酢、素精糖と①を混ぜておく。
- ③小いわしに片栗粉をまぶす。
- ④なたね油を180℃くらいに熱し、小いわしを揚げる。
- ⑤小いわしが温かいうちに、②に漬ける。



## いよいよ開始！「私たちの電力」供給…



炭木ブロックAさん

従量電灯Aの契約なので電気代も今と変わりません。しかも原発ではない電気が使えるなら、変更するしかないですね。



平野ブロックBさん

オール電化なので電気代は上がりますが、原発の被害者にも加害者にもなりたくはありません。だから、生活クラブエナジーに決めました。



門真ブロックCさん

私が払う電気代が、原発を動かすことに使われるのは嫌です。生活クラブエナジーに払えば、自然エネルギーを増やすことに使われるのがうれしいですね。

自然エネルギーを中心とした生活クラブエナジーからの電気の供給スタートである10月を目前に、契約を決めた組合員に決め手を尋ねました。

「契約は簡単です！」  
HP、チラシで申し込みをして、私たちの仲間になってください！  
(電気チーム 浅井由起子)



豊能ブロックDさん

自分が使う電気が何による発電なのか？他では確認できないことを知りませんでした。自分で確認できることがうれしい。



香里ブロックEさん

太陽光発電を屋根につけています。買電を生活クラブエナジーから、売電を関電にすれば、自然エネルギーを増やすことになります。今後は買取も、生活クラブエナジーにしてほしいと思います。だから、まずは申し込んで意見を言っていきます。

## 電気も消費材！

最終回

「多く使う程お得」って…？

昨年、パリで開催された気候変動枠組条約締約国会議(COP21)では、温室効果ガス排出削減のため、「京都議定書」に代わる新たな枠組みが決定され(パリ協定)、先進国だけでなく、世界各国が取り組むことが決まりました。日本は2030年に26%(2013年比)の削減、中でも家庭からのCO2の排出を40%減らすことを目標にしています。

●99号「電気も消費材!?第5回」にて誤りがありました。お詫び申し上げますとともに、下記のように訂正させていただきます。

「生活クラブエナジーの供給開始当初の電源における自然エネルギーの割合は、(誤)30-35%です。正)30-60%です。」

## 生活クラブエナジーの電気は 節電すればするほど

お得です！

電力自由化後の新規参入の電力会社の料金体系は、「多く使う程お得」と言われますが、そのためには電気を大量に作らなければなりません。新規参入の電力会社の電源の多くは火力発電によるもので、CO2の排出量を増やすことになります。

生活クラブエナジーは、節電するほどお得な料金体系で、電源は、CO2を排出しない自然エネルギー100%を目指しています。温暖化も原発もない未来のために、自然エネルギーによる発電を利用するだけでなく、節電を心がけることも大切です。

(広報委員会 小出堯子)

★お問い合わせ★

組織運営課 072-641-5547

私は移動するのにほぼ毎日自転車に乗っています。いろんな道を通るので、いろんな発見をします。公園の植物を見て季節を感じたり、新しいお店や病院を発見します。

ある日、自転車を停めて信号待ちをしていたら、小学生男子2人組の会話が聞こえてきました。「お母さんに話すん?」「分からん」

別の日、小学生女子2人組が話していました。「何でお母さんに怒られたん?」「分からん」

子どもってお母さんの話をよくするのだな、やっぱりお母さんに褒められたいんだなと感じました。



### ティータイム Tea Time

#### 「最近感じたこと…」

「子どもは褒めて伸ばす!」頭では分かっていますが、つい注意してしまいます。

先日、ある講演会に行き、講師の先生が「皆さんは1日に何回ありがとうを言いますか?」とおっしゃいました。私は10回位かなと思っていたのですが、「ありがとう=サンキューだから39回言いましょう」と話されました。褒めるのはなかなか難しいけれど、ありがとうなら言えます。子どもに「ありがとう」と言うと、嬉しそうです。「ありがとう」も褒め言葉なんだと気付きました。

毎日いろんな発見があります。生活クラブのイベントに行くと、参加する度、発見があります。これからも色んな発見をしたいです。(住吉地区 村岡真紀子)

## 生活と自治

### ■2016年7月号 「食べ残す日本」

世の中、豪華でおいしい食べ物で溢れかえっている。その裏側では、年間600~800万トンの食品ロス(廃棄)が起こっているという。

原因の一つに私たち消費者の責任もあるという指摘に、消費期限にこだわる自身を反省した。世界には飢餓状態にある国々が少なくない。日本でも生活困窮者が増えている。

「食品ロス」は深刻な食糧問題と捉え、一人ひとりが関心を持ち、国全体で解決に努力することが必要だと思う。(中振西香里地区 松木恵子)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

## BOOK ブックエンド

書名 「赤い目のドラゴン」

著者 /A. リンドグレーン 絵 / ヴィークランド

訳 / ヤンソン由実子 出版社 / 岩波書店

この絵本の対象年齢は4歳ぐらいからでしょうか、あるいは小学生ぐらいか?…というのも自分の子どもたちに読み聞かせたことはなく、大人の私が泣ける大好きな絵本なのです。今度、孫に読んであげて反応を見たいと思っています。

さて、内容は「わたしが小さかった頃のこと…」という出話のように始まるお話です。飼っていた豚が赤ちゃんを産んだ次の日、豚小屋に行くと隅っこに小さなドラゴンをみつけたのが赤い目のドラゴンとの出会い。このあたりの描写もとても魅きつけられます。それから、弟と一緒にドラゴンとの日々が語られていきます。やがて満月の夜…子どもがはじめて知る別れの寂しさ、悲しさが胸に迫ります。

私たちの暮らしの中でも、ドラゴンには会わないけれどペットの猫や犬や小鳥たちと暮らし、いつか別れる日を迎えることがあります。それは子どもたちにとって悲しみを知る中で、やさしさを育む貴重な体験になるに違いありません。

『長くつ下のピッピー』や『名探偵カッレくん』などで知られるスウェーデンの児童文学作家リンドグレーンの数少ない絵本なので、丁寧な描写が大人にも読みごたえのある作品となっているのでしょう。裏表紙に描かれたドラゴンのさまざまな表情もとても愛くるしくて楽しめます。(くずは北地区 真下時子)

## えっ!? とうとう来たんだ その28

### 【界面活性剤とは? ②】

- 界面活性剤のうち、
- 脂肪酸ナトリウムと脂肪酸カリウム=「石けん」
- それ以外=「合成界面活性剤」



合成界面活性剤は浸透力が強く、皮膚や粘膜から体内に取り込まれ、身体にさまざまな害を及ぼすと言われています。合成界面活性剤を含んでいる洗剤のことを「合成洗剤」と呼びます。

※生活クラブ生協で扱う洗剤は「石けん」だけです。

(広報委員会)



千葉県房州産・太くて旨みがたっぷり

## LS ひじき

ドライパック



生産者：千葉県漁業協同組合連合会

千葉県産の芽ひじきが原材料です。煮熟、乾燥しているので乾燥ひじきを水戻しするより、ふっくら柔らかく風味が良くおいしいです。

ひじきは栄養素が豊富で低カロリーな食材である事を知っていますか? ひじきの鉄分は、血流を良くするので貧血予防・冷え性・肩こり改善に効果あり。ビタミンCと一緒に摂ると体内への吸収率アップ。ひじきのカルシウムは、骨・歯・爪・髪の毛を形成・強化。ひじきの食物繊維は、腸の調子をを整え体内の老廃物を排出するデトックス効果あり。便秘防止・美肌効果あり。料理に使うと、ひじきの黒色がアクセントになって見た目もよし!

~我が家の定番レシピを紹介~

- ひじきサラダ…ひじきドライパック缶1缶、マグロ油漬缶1缶、冷凍ブロッコリーを、マヨネーズ、だし醤油、胡麻と和える。
- ひじき揚げ…ひじきドライパック缶1缶、大豆水煮缶1缶、ちくわ、人参に米粉をまぶして揚げる。天つゆまたは塩をつけて。

他にハンバーグ・コロッケ・卵焼きにも使います。乾燥ひじき派のアナタも一度使えば、ハマりますよ~。

(消費材委員会 中野香美)

LS (エルズ) 選定消費材は品質・価格とも社会的対抗に優れた、まず利用してほしい品目についています。

## 生産者メッセージ

①刈り取り風景



④乾燥



②収穫後の運搬



⑤選別作業



③煮熟



⑥缶詰製造



「房州(ぼうしゅう)」とは千葉県南部の「安房(あわ)」地方の事を言います。関西では馴染みのない地名かもしれませんが、ひじきの業界では加工方法に「房州」という名がつくほどの産地となります。生活クラブの「LSひじき」はこの房州製法によって加工されています。ひじきの収穫は、2月下旬~4月下旬の大潮の時期のみ



販売部 川名 将之

じきを鎌で刈り取ります。海から刈り取ったばかりの生ひじきを新鮮なうちにそのまま釜で炊きあげ、乾燥して保存させる独特の加工法です。他県や外国産のひじきは、生ひじきを素干したものを水戻しし、煮熟、乾燥して製品としています。途中で素干し・水戻しをしないので、栄養分の流出が少なく、磯の香りも高く、旨み・おいしさだけを凝縮し、柔らかく煮あがるのが特徴です。煮物、サラダなどに利用しても、しっかりとヒジキの食感と、ひじき本来の旨みと香りが味わえます。本消費材は、房州ひじきの主に芽の部分の原料とし、ひじきの風味をそのままドライパックにしました。ひじきの9割は中国・韓国からの輸入品で、残り1割程度が国産。そのなかで、おいしさと栄養分を一緒に閉じ込めた「房州ひじき」は1割あるかないかの稀少なもの。価値あるひじきを多くの組合員に利用していただきたいです。

に行われます。潮がひいて岩場に現れたひじきを

エッコロ共済 8月

会員数	9,044人				
給付状況	消費材の破損	0件	健康診断補助	0件	
	集団	地区	57人	出産のお祝い	0件
	託児	全体	19人	日常的なすけあい	26件
	延長保育		4件	暮らしのサポート	67時間

「節目お祝い」の申請についてのお知らせ  
 本年度「節目のお祝い」を迎えられる方、おめでとうございます！ 今月は「節目お祝いの申請案内」がカタログと一緒に配布されます。申請書はお忘れなく、締切日まで必ず提出してください。  
 お問い合わせ： エッコロ事務局  
 ☎/FAX 072-641-5811 月・火・木(10時~14時)

新シリーズ

我が家の夕食



水曜日のこんだて

組合員：C.S(20歳代)  
 生協歴：1年(ペア)  
 家族：夫、子ども2人(年中、2歳)  
 配達日：水曜日  
 1か月平均購入額：約3万円

＜登録消費材＞

二連豆腐(絹)・やさいBOXミニ・ピーク青菜・ピークトマト・人参・卵

＜今回購入した主な消費材＞

豚ミンチ・鶏モモ・鶏肝・豚バラスライス・小粒納豆・えのき・きざみあげ・ふりかけ

＜コメント＞

鶏肝を湯がいてポン酢漬けにして食べるのが子どもたちのお気に入り。毎日少しずつ食べて鉄分補給しています。

…購入した消費材で、1週間どんなメニューにしたかを紹介します。

	メニュー	食材 (太字は生活クラブの消費材)
月	・ひじき煮 ・酢の物 ・納豆 ・味噌汁 ・雑穀米	・ひじき、きざみあげ、粗精糖、人参 ・もやし、わかめ、えのき、すし酢 ・納豆 ・大根 ・雑穀
火	・鶏肝ポン酢 ・そばろ煮 ・しろ菜煮びたし ・ひじき煮 ・ごはん	・鶏肝、ポン酢 ・生姜、豚ミンチ ・しろ菜、きざみあげ
水	・野菜炒め ・切干大根煮 ・味噌汁 ・麦ごはん	・豚バラスライス、キャベツ、玉ねぎ、牡蠣味調味料 ・人参、切干大根 ・豆腐、わかめ ・押し麦
木	・鶏モモ焼 ・切干大根煮 ・小松菜煮びたし ・トマト ・ふりかけごはん	・鶏モモ ・切干大根 ・小松菜、きざみあげ、えのき ・トマト ・しそわかめふりかけ
金	・キャベツ煮 ・酢の物 ・味噌汁 ・ごはん	・キャベツ、人参、ツナ缶 ・わかめ、すし酢 ・えのき、大根、豆腐
土	・オムライス ・味噌汁	・卵、人参、玉ねぎ、トマトケチャップ ・ほうれん草、豆腐
日	・ごまみそ炒め ・味噌汁 ・ごはん	・玉ねぎ、豚バラスライス、キャベツ、人参、ごまだれ ・大根、わかめ

編集後記

クラブ通信は今月で100号となりました。いつもご覧いただき、ありがとうございます。広報委員は現在7人、生活クラブ生協大阪の前身アルファコープ時代から12年間も携わっているメンバーから半年弱の者まで年数・年代も様々です。今後ともよりよい紙面作りに励んでいきます。各記事への感想、「こんなコーナー作ってほしい」など掲載記事の要望もお待ちしております。皆さんも投稿の形で紙面作りにぜひご参加ください。

(広報委員会)

理容会通信

7月25日

大阪市立総合生涯学習センター

○マヨネーズ容器の検討について生活クラブ連合会の提案を受け、前月に引き続き討議

○福祉政策策定に向け、福祉プロジェクトメンバーがエスコープ大阪を視察。視察報告を確認  
 ○株式会社生活クラブ関西・ミートの設立に関する報告を確認

○夏の共済キャンペーン中間報告を確認

○ネグロスツアー派遣カンパ実績：500口、15万円集まりました。ご協力ありがとうございました。