



9月度実績報告(9/21~10/20)

◎組合員数 17,705人 (10/20現在)
 加入 313人
 脱退 149人

◎供給高(事業部) 262,648千円 (計画比 100.4%)
 (前年比 108.6%)
 一人当たり利用高 15,199円 (前年比 104.0%)

ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

<http://osaka.seikatsclub.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

10/15
 参加: 41人

ドーンセンター

添加物のはなしをしよう

～野本健司先生に聞く～

賢い消費者とは？



■のもとけんじ

1961年生まれ。「食の安全を考える会」代表。生協理事などを経て現職。数多くの生産者を訪問し、生産現場の実態や業界の情報を収集するほか、食品の輸入現場の視察、遺伝子組み換え実験圃場の視察、食品添加物の検出テストを15年以上続けるなど、多くの現場取材で培った知識、情報で「食の安全」を訴えかける安全な食の伝道師。著書(監修)に『あの「食品」の裏事情』など。
 ○「食の安全を考える会」HP
http://www.green.dti.ne.jp/~food_safe/

*来月号から添加物の連載が始まります。

日本国内での食品添加物の生産量から判断すると、平均的日本人は1日約12.7g、1年間で約4.6kg摂取していることとなります。指定添加物は454、既存添加物365(この二つは危険性の恐れがあるため審査が必要)ですが、TPPにむけ規制緩和が進み、1年で20以上増加しています。このうち、生活クラブで許容している(使ってもよい)添加物は85品目です。しかし、日本生協連では、使つてはいけない添加物は12、つまり、その他の807は使用してもよいという解釈になります。すべての添加物が毒ではありません。豆腐を作る際

■食品の表示を読み解いて、正しく選ぶ
 ビオサポーターのスキルアップのための学習会ですが、一般組合員にも大変関心が高い添加物なので、全組合員に呼び掛けたの開催となりました。野本先生の講演は、大変わかりやすいと好評でした。

使用するにがりは昔から使われている添加物です。しかし、現代の外食・中食・スイーツが進んでいる食生活では、簡便加工食品がふれ、そのほとんどに添加物(遺伝的悪影響をもたらす)・変異原性(突然変異を起こす性質)・発がん性(ガン細胞を発生させる性質)、その他アレルギー性、成長抑制などなどの毒性をひきおこす可能性がある添加物もあります。欧米ではA D H D(注意欠陥/多動性障害)と関連の可能性が認められ、使用禁止となっている6つの合着着色料のうち、日本では赤40、赤102、黄4、黄5の

⚠ 毒性の強い添加物
 発がん性やアレルギー性などの毒性がとて強い添加物

- 合成着色料 (赤色102号のように色と番号で表記)
- 発色剤(亜硝酸Na)
- 合成保存料 (ソルビン酸、安息香酸Na)
- 漂白剤(次亜塩素酸ナトリウムなど)

4つは普通に使用されています。食品表示を見ることで内容を確認はできませんが、残念ながら全表示されているわけはありません。私たちは、その表示を正しく読み解き、正しい食品を選ぶようになることが、賢い消費者になるということなのです。(広報委員会 関口美加)

| | | |
|---------|-----------------------------|-------------------------------|
| ◆ 今月の紙面 | ●ネグロスツアー報告会 2 | ●こだわりの消費材 ミルクチョコレート 6 |
| | ●GM作物は、なぜ危険なの? 3 | ●Tea Time・ブックエンド 7 |
| | ●第38回 生活クラブ生協フェスタ 4 5 | ●BioSapで健康人「私のベジブロス②」 8 |

連載! その3 「GM作物」は、なぜ危険なの!?

～遺伝子組み換えと品種改良は全く違う!

遺伝子は全体が複雑なネットワークシステムとして働いていて、そこに異種の遺伝子を入れると、生物の機能や構造にどのような変化が起きるのかという研究は、手つかずのまま実用化されている。

予想外の物質ができるかもしれない、半端なタンパク質ができるかもしれないなど、未解明の事柄が多くあるのが現状で、未知数の多い遺伝子組み換え食品の安全性を科学では証明できていない。

①健康への危険性

GM作物中に作られた「除草剤耐性酵素」や「殺虫毒素」は、人が食べた経験がなく、慢性毒性も調べられていない。免疫や肝臓・腎臓・脾臓などの機能低下、不妊や子孫の成長不良の報告もある。

②環境・生態系への影響

除草剤耐性雑草や殺虫剤に抵抗力のある害虫が出現し、農薬の使用量が増える。野生生物(ミツバチや蝶)の減少。花粉の飛散による近縁種との交雑。在来品種がなくなる。途上国の豊かな自然を破壊し、GM作物の畑が作られる。

③社会的・経済的影響

遺伝子組み換え作物は、種子と特定の農薬をセットにして販売される。種子を採取するのは、特許違反。開発した特定の巨大企業が、農業を支配する仕組みで、小規模農家の経営難や貧富の格差、飢餓問題が起きる。

④選択の権利が保証されない表示制度

2011年12月から表示の義務化が始まり、現在8作物33品目について表示が義務づけられている。しかし、加工品では原料に占める重量の割合が上位3位まで、重量比5%以上に限定されている。しかも組み換えられたDNAまたは、それによって生じたタンパク質が検出されるものについてのみ義務表示となっているので、しょうゆや食用油は表示の対象外で、「遺伝子組み換え使用」の表示を見かけることはほとんどない。原料原産地の表示を求めていくことが重要。

私のおすすめ3品

山田直子さん
40歳代 生協歴7年

料理やお菓子にも使えるマーガリン



心疾患のリスクが懸念されるトランス脂肪酸は市販品の3～5%に比べ0.9%と安心。毎朝パンを焼くのに高価なバターは無理だし、これは安心安全でリーズナブルです。使用前に10gずつカットしておくとお楽ですよ。

胡麻だくさんせんべい



初めて食べた時は衝撃的でした。笑ってしまうほどのすごい胡麻度! ほぼ胡麻なんです。味付けも絶妙で、食べ終わったら指までペロペロしてしまいます。まだの方はぜひお試しを。ホントに笑っちゃいますから。

キッズハミガキストロベリー



市販品を使用していた時は、泡だらけになり、すぐうがいしたがるし、歯みがき中によくゴックンして、心配でした。合成界面活性剤(発泡剤)無添加のこれは、じっくり磨けます。果汁配合で「おいしい」とお気に入りです。

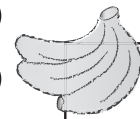
★さくさくサブレ★

<材料>

- 料理やお菓子にも使えるマーガリン...70g
- 素精糖...50g・薄力粉...120g
- 卵...1/2個分(溶きほぐす)

<作り方>

- ①ボウルに常温に戻したマーガリンを入れ、泡立て器でなめらかになるまで練る。素精糖を2～3回に分けて加え、その都度よくすり混ぜる。
- ②①に卵を少量ずつ加え、よく混ぜ合わせる。
- ③ふるった薄力粉を2～3回に分けて加え、ゴムべらでボウルの底からさっくりと混ぜる。円柱状に成型し、ラップに包んで冷蔵庫で30分冷やす。
- ④5mm厚さに切り、天板にクッキングシートを敷いて並べ、180℃に熱したオーブンで20分ほど焼く。



balanゴバナナの産地を訪ねて

10/11

参加:32人

大阪からは8人参加

ネグロスツアー報告会

大阪市立総合生涯学習センター

生活クラブ生協大阪は、balanゴバナナの民衆交易(人と人の顔が見え、物を通してお互い支え合う関係)に長年参加し、現地の皆さんと繋がっています。

毎年ネグロスツアーは、関西5単協(エスコープ、都市生活、京都エル・コープ、奈良、大阪)合同で開催されます。今年も組合員のカンパにより、大阪からも組合員1人がツアーに参加しました。関西5単協で合同開催された報告会では、参加者一人ひとりが動画やパワーポイントなどで、産地の様子や交流の様子を報告しました。また、ツアー参加者は各地区に出向き、「小さな報告会・バナナでトーク」の活動をしていきます。地区での開催に是非参加下さい。(広報委員会)



～私が体験した民衆交易～

ネグロス発



ロウアカンダボンは、谷を下ってから登った山の上にある産地です。1時間くらい歩いてようやくたどり着きました。村のリーダー的存在のボーイさんは、広い畑と家畜を飼っていて循環有畜農業をされています。きれいな自宅ですが、トイレの水は、汲み置きで、水や電気を大切にすエコな生活です。私たちが大事なお客さまとしても

てなしてくれました。

生産者は、私達に安心して食べられるバナナを届けて、生活を向上させることができます。balanゴバナナを通じて生産者と消費者が支えあい、連帯する関係が民衆交易(people to people)です。生産者を支援指導し、消費者とつなげているのがATC(オルタートレード社)です。

今回もATCのエリアさんに、フィリピン語⇄英語の通訳として同行してもらいました。生産者とATCの人達の交流を通じ、balanゴバナナがたくさんの人から人へ想いを込めて、私達のところに届く民衆交易を体験することができました。

(楠葉地区 上田銀子)



エネルギーを考える ●● エネルギーの国内自給を目指して! ●●

「電気をえらびたい」なんて考えた事もなかった生活。生活に欠かせないエネルギーですが「電気のこと、よくわからない」という声を多く聞きます。今までは、選んできたものが、選んできたもので、当然かもしれません。

日本は化石燃料がほとんど無く、エネルギー自給率は食の自給率より低く、ほんのわずか。食の自給だけでなく、エネルギーの国内自給について考え、選んでいくことが子どもたちに残してあげたい環境をきちんと考え、行動を起していくことにつながります。

原発に頼らない、自然エネルギーが当たり前のように届く社会を目指し、今すぐできる「電気をえらぶ」生活クラブの電気共同購入に皆さんもスィッチON!

(理事会 若江陽子)

生活クラブで
《電気の共同購入》が始まります
エネルギーソフトしませんか～
詳しくは生活クラブホームページまで

ステージ

歌あり、ダンスあり、お笑い(!?)あり。昨年よりたくさんの方々に参加いただき特技など披露してもらいました。



ジャグリングの宮田さん、アートバレーンでも大活躍!



オープニングは昨年も好評だった太鼓集団「童夢(どうむ)」の迫力ある演奏!

ハナミズキホール(屋内)

ホールでは、無農薬・減農薬野菜や果物など生産者の食品販売、組合員の地区企画ブースなど約50ブースが集まりました。



地区企画ブース



やさいBOXやトマトの生産者、八峰園(青森県)。有機肥料で除草剤を使わない農業を実践されています。

こども広場(屋内)

段ボール迷路やゲームコーナー、お面作りやひのきプールなど9つのブースで、こども広場も力を入れてつくりました。



段ボールで作ったトンネル迷路



輪投げ、ボーリングコーナー

さんの購入品

ほうじ茶詰め放題 200円、だし昆布袋一杯で300円他、食べるカタログに載っていないものもフェスタで手に入って大満足です。



干しれんこん、れんこん粉、ジンジャーシロップ、ドーナツ&クッキー、こんにゃく粉のゼリー、お酒

フェスタに初登場



子どもたちに大人気! 10トトラック

フェスタのフリーマーケット



手作り品やリサイクル品など29ブースで盛況のフリーマーケット。

リユース・リサイクル (ごみゼロ大作戦)



リユース食器貸出コーナー。事前マイバッグ、マイ食器などの持参を呼びかけています。

フェスタを終えて

大太鼓の力強いオープニングセレモニーとともに10時に開門。台風も吹き飛ばす程のみんなのパワーで、暑い熱い会場には昨年以上の老若男女の来場者がつどいました。こども広場では、巨大迷路や制作に目を輝かせている子どもたちの姿が見られ、ステージでは、これからの高齢化社会が元気になれる体操や心に響く歌声が印象的でした。屋外ではひと際目立つ華

フェスタ実行委員長 田中富久子

第38回 生活クラブ 生協フェスタ

9月25日(日)

★開催レポート★

花博記念公園鶴見緑地



ありがとう ございました。 大盛況でした

サステイナブルな未来へ Food・Energy・Care

～すつきゃねん♥生活クラブ大阪～

屋外付属展示場

● 豆乳入りのお好み焼き、熊本のと牛串焼き、ウィンナーなど約20の飲食テントは大盛況

飲食テント



有機栽培の野菜はお得価格でお昼頃には売り切れ。

・近くの緑地でピクニックしながら食べて楽しかった! ・普段できない1個からのお試し買いができてよかった。

屋外の「伝承遊びのコーナー」も賑わっていました。風車制作中

BOOK ブックエンド

書名 「ふんわり王女」マクドナルド童話全集4
著者／ ジョージ・マクドナルド
訳者／ 穂原富美枝
出版社／ 太平出版社

久々に童話(とはいっても小学～中高生向けですが)を読む機会がありました。このお話は、私自身が小学生の頃に読んだ、一番好きな外国の物語でした。もちろん今も大好きです。

魔女に呪いをかけられたお姫様が、王子様の愛ある行動で呪いを解かれ…という、王道のストーリー。でも、まさか体重がなくなってしまう魔法なんて! と、とても新鮮でした。「重力」なんて言葉も、もしかしたら子どもの私はこの本で知ったのかもしれない。何とか重さを取り戻そうと悩む周囲に、どこ吹く風のお姫様。「心が軽い(陽気)」とか、「髪が軽い(髪の毛が薄い)」とか、色々な『軽い』を、褒めたり嘆いたりする王様とお姫様の上品な? 口げんかは、軽妙なコントのようで原書で読みたくもなりました。そして、王子様のどんな行動がお姫様の体重を取り戻すのか…

今は3つの娘がもう少し大きくなったら、一緒に読みたい一冊でもあります。久し振りに読んでやっぱり大好きな物語だと感じ、子どもの頃とはまた違う目を持ったのだと実感する、そんなひとときを味わえました。

(寝屋川北地区 服部久美子)

生活と自治

■2016年9月号 「遺伝子組み換え食品は今」世界の流れは変わるのか?

GM技術が医療、保健分野で活用されている事は素晴らしい技術だと思いました。そのGM技術の応用がGMOと知り、GMOは便利で合理的だと思います。これまで重大な健康被害は報告されていないとの事ですが、そこに今後の保障はあるのでしょうか。

GMO は今後も100%安全で安心なのか。色んな不安も感じます。世界的にGMOに陰りが見え始めた今、なぜ陰りが見え始めたのか、何が安全で安心なのかを考えるいい機会だと思いました。

(羽曳野地区 小角和恵)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

先日、2歳の息子を連れ家族3人で初めて沖縄旅行に行きました。お友達家族とも一緒です。

10月ですが沖縄はまだ暑く、海にも入ることができました。その海の綺麗なこと! テレビや写真で見るエメラルドグリーンそのもので、家族皆で感動しました。

息子は初めての海水浴。最初は怖がってパパに抱きつき硬直していましたが、だんだん慣れてくると「楽しいー!」とはしゃいでいました。

また、この旅行で大きな成長を息子は見せてくれました。というのも、これまで息子はあまり食事に対して興味や集

ティータイム Tea Time 「初めての沖縄旅行」

中力が無く、親は心配していました。しかし、今回の旅行でお友達と一緒にご飯を食べたり、いつもと違う場所で食べたことがきっかけで、苦手な野菜なども食べるようになったりとたくさん食べるようになったのです。

家に帰ってからもご飯の時に「お皿をピカピカにしよー!」とガッツポーズで言ったり、おかわりしたりと、驚くばかりです。心身ともに成長した息子の姿を見せてくれた沖縄旅行に感謝です。

(新千里南部地区 門野弘美)

えっ!? とうだったんだ その31

【合成洗剤の環境への影響】

合成洗剤は、以前に比べて生分解に優れたものが使用され、下水処理によってほぼ完全に分解されるようになりましたが、蛍光増白剤などは、環境に残留し、環境の破壊、魚介類の汚染、そして飲み水に混入という形で最終的に私たちの元へと戻って来るのです。



(広報委員会)



季節限定! 冬だけしか味わえない

ミルクチョコレート



生産者: 月島食品工業(株)



生活クラブのミルクチョコレート(400g)は季節限定品です。カカオマスとココアバターを主原料にグラニュー糖と全粉乳をたっぷり加えた最上級の純チョコレートゆえ、気温が25℃以上になると柔らかくなり、その風味を保てなくなるからです。でもその分、口溶けと味は最高。そして大きい! 価格もお得!(400gで税込994円)

我が家は家族全員チョコレートが大好きなので、夏場あずけなのは辛いところなのですが、市販の植物性油脂の添加されたものは味気なく、遺伝子組み換え対策についても不安です。もちろんミルクチョコレートに使用されてい

るレシチンの原料大豆は、遺伝子組み換えではありません。

月島食品工業の丁寧になられたチョコレートは安心で、そのまま食べてもちろんおいしいのですが、風味がしっかりしているので、お菓子づくりにも最適で、ガトーショコラやブラウニーの材料にもオススメです。

いよいよ10月からチョコレートの取り組みが再開されました。まだ食べたことのない方はぜひ一度お試しを。ちなみに甘さ控えめ、カカオ多めのブラックチョコレート(400g)もおすすめです。

(消費材委員会 白石由貴)

★ ミルクチョコレートができるまで ★



生産者メッセージ



カカオとミルクパウダーにこだわりました

チョコレートは、カカオマス、ココアバター、ココアパウダーを主原料として、糖類、乳製品、他の植物油脂、香料等を加えたもので、その配合によりいくつかの種類に分類することができます。そのなかでもミルクチョコレートは特に配合にこだわった消費材であり、純ビュアチョコレートと言ったことができる数少ないチョコレートです。
そのこだわりはまずミルクパウダーです。気候や餌となる牧草など、乳牛の飼育環境が違うため、産地によってミルクパウダーの風味は違っています。コストは掛かりますが、日本人の舌に合った塩味の少ない国産ミルクパウダーを厳選して使用しています。また、配合量もカカオとミ

ひとくちサイズもあります



(営業第一部 堀井拓人)

このからますます寒くなり、チョコレートがおいしい季節です。お菓子づくりの材料としてはもちろん、そのまま食べてもビュアなおいしさをお楽しみ頂けます。是非お試しください。
次にカカオのブレンドです。コーヒーではお馴染みのブレンドですが、チョコレートも複数のカカオをブレンドして味を決めています。カカオには、味の基礎をつくるベースビーンズと、酸味や芳香など特徴的な風味を持ったフレーバービーンズがあります。国産ミルクパウダーの風味とカカオの相性を踏まえて、双方が溶け合う飽きのこない味を目指しブレンドを繰り返しました。
クの最適なバランスを追求しています。

エコロ共済 10月

| | | | | | |
|------|--------|----|--------|-------------|------------------|
| 会員数 | 9,254人 | | | | |
| 給付状況 | 消費材の破損 | 1件 | 健康診断補助 | 2件 | |
| | 集団 | 地区 | 22人 | お祝い金 | 0件 |
| | 託児 | 全体 | 19人 | 子育ての お祝い | 日常的なたすけあい 26件 |
| | 延長保育 | 0件 | | 暮らしのサポート | 64時間 |

〈 節目祝いの支払いについて 〉
 節目祝いのお祝い金は、12 月度の共同購入代金と相殺されます。申請した方は 12 月度の請求書をご確認ください。
 問い合わせ：エコロ事務局
 ☎/FAX 072-641-5811 月・火・木(10時~14時)

新シリーズ
我が家の夕食

月曜日の献立



組合員：A.T(40歳代)
 生協歴：8年(グループ)
 家族：夫、子ども(14歳、8歳)
 配達日：木曜日

1か月平均購入額：約8万円

<登録消費材>

米、牛乳、卵、豆腐、やさいBOX、豚へレ、バナナ、じゃが芋、玉ねぎ、人参、果物

<今回購入した主な消費材>

鶏ムネ、和牛、豚ロース薄切り、豚バラスライス、豚ミンチ、さごし切身、巨峰、りんご、うどん、うすあげ、しめじ、納豆、さつま芋、ウスターソース

<コメント>

試食会、クラブメイト、学習会等に参加し、組合員同士で消費材の美味しい食べ方や工夫を教えてくださいました。献立はやさいBOXの中身と、注文していた肉類、登録の根菜類を組み合わせたのですが、いかにして子ども達に野菜を、といつも頭を悩ませています。

… 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) |
|---|--|---|
| 木 | ・さごし塩焼 ・ピーマン炒め ・みそ汁 ・さつま芋と蓮根煮物 ・冷奴 | ・さごし切り身、ゲランドの塩 ・ピーマン、豚バラスライス、焼肉たれ ・さつま芋、ワカメ・さつま芋、蓮根、きざみ昆布・豆腐 |
| 金 | ・カレーライス ・玉ねぎスープ ・ベビーリーフとりんごのサラダ | ・豚ミンチ、玉ねぎ、じゃがいも、人参、にんにく、カレールウ ・玉ねぎ、ベーコン、きざみ昆布、とりがらだし ・ベビーリーフ、りんご、なたね油、すし酢 |
| 土 | ・お好み焼き | ・豚バラスライス、豆腐、お好み焼粉、きざみあげ、卵、いりこ粉末、関西濃厚ソース、キャベツ |
| 日 | ・豚しゃぶ鍋 | ・豚ロース薄切り、豆腐、うすあげ、ゆでうどん、人参、しめじ、とりがらだし、白菜、白ねぎ |
| 月 | ・鶏ソースカツ ・鶏皮のカリカリ ・芋天ぷら ・人参きんぴら ・みそ汁 | ・ムネ肉、粒マスタード、ウスターソース、パン粉 ・ムネ肉の皮、片栗粉 ・さつま芋、天ぷら粉 ・人参、味噌 ・うすあげ、ワカメ |
| 火 | ・蓮根と牛肉炒め ・ポテトサラダ ・小松菜と揚げ煮 ・ニラ卵スープ | ・牛肉、蓮根 ・じゃが芋、ミックスベジタブル、ベーコン ・冷凍小松菜、うすあげ ・ニラ、卵、とりがらだし、ごま油 |
| 水 | ・肉じゃが ・モロッコインゲン炒め ・みそ汁 | ・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参 ・インゲン、おさかなソーセージ、ケチャップ ・冷凍小松菜、うすあげ |

ビオサポで健康人

<私のベジブロス②>

野菜の屑(皮、へた、種、根、茎、葉)で作るベジブロスは、とても体に優しいです。野菜の屑には、ポリフェノール等、植物が自ら生命維持のために作り出す物質フィトケミカルが、たっぷり含まれています。私達人間は、フィトケミカルを作り出す事はできません。それらを含んだ野菜・果物を食べる事によって、体の免疫機能を高め、活性酸素をやっつけてくれます。

ベジブロスで作る玄米スープ・シチュー・煮物・スムージーは感動です。生活クラブの野菜は、栽培期間中、無農薬・無化学肥料で作られています。捨てる事なく利用しています。セロリ・トマト・人参・南瓜の種等を入れて作るベジブロスは、とてもおいしかったです。

(ビオサポーター 保利 澄江)

編集後記

先日、全人口の「最も裕福な62人の総資産」と「下位36億人の総資産」が同じということを知りました。「格差拡大」などと聞いていましたが、驚きの数字です。その思いの中で、「大企業や投資家が支配する協定」といわれているTPPについて考えました。どう考えても「おかしい仕組み」が「おかしいと感じない」人たちによって作られます。そのような社会にNOというためには、もっと私たちは知らなければならぬと思います。



- 10月24日 理事會報告
- 大阪中立的総合生涯学習センター
- 17年度以降の組織運営について討議
- 福祉政策策定に向けた福祉プロジェクトメンバー東京単協視察報告を確認
- 秋の拡大キャンペーン中間報告を確認