

# クラブ通信 Vol. 92

2016年1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

11月度実績報告(10/21~11/20)	
◎組合員数	16,800人(11/20現在)
加入	412人
脱退	165人
◎供給高(事業部)	280,326千円(計画比98.1%) (前年比100.9%)
一人当たり利用高	16,851円(前年比98.3%)

## 2016年お年玉プレゼントクイズ!!

明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。

Q1 今年で37回目となり名前も新たに従来の「生協まつり」から充実・発展させた「生活クラブフェスタ」が11月に開催されました。その開催場所は？

A ①鶴見緑地公園 ②万博記念公園 ③千里南公園

Q2 バター不足が取りざたされて久しいですが、その原因は消費者の牛乳離れにあります。生活クラブでは乳量を減らさないように自前のバターを製造しています。バターを作ったときに出来る牛乳は？

A ①低脂肪牛乳 ②低温殺菌牛乳 ③ノンホモ牛乳

Q3 2001年から遺伝子組み換え食品には表示が義務付けられていますが、次の加工食品のうち、原料に遺伝子組み換え作物を使ったことを表示しなければならない食品はどれ？

A ①豆腐 ②しょうゆ ③食用油

<b>賞品</b>	計38人
1等 米沢郷米 無農薬コシヒカリ (5kg)	1人
2等 和牛ロースステーキ (200g)	2人
3等 国産100%なたね油・丸缶	5人
4等 固形石けん(3個組) と スポンジ1個のセット	10人
5等 300円チケット	20人

下記に解答と必要事項を記入して切り取り、配達担当にお渡しください。クイズ正解者の中から38人の方に素敵な賞品が当たります！

応募の締切は1月22日(金)。  
当選発表は次号、クラブ通信93号(2/16発行)に掲載いたします。ふるってご応募ください！

### ●クラブ通信お年玉クイズ解答欄 ●アンケート

生活クラブ生協大阪茨木本部広報委員会行き (締切1月22日)

Q1 < >  
Q2 < >  
Q3 < >

- ①クラブ通信を読んでいますか？  
1 毎号読む 2 時々読む 3 ほとんど読まない 4 読んだことがない
- ②読んだことがある方にお聞きします。  
今まで印象に残った記事記事はどのような記事でしょうか？  
( )
- ③これから取り上げてもらいたい企画や記事を教えてください  
( )

すべてご記入くださいますよう、お願いいたします。記入漏れがある場合、賞品をお届けできません。

支部名	お名前 (フリガナ)	組合員コード	配達曜日	○をつけてください
			曜日 (午前/午後)	個配・ペア・グループ
地区名	住所	電話番号 (FAX 有・無)	配達担当	

# 鉄の壁を越えて届けられる芳醇な香り

11/11

参加:25人

総合生涯学習センター

## <パレスチナオリーブオイル生産者交流会>

PARC (Palestinian Agricultural Relief Committees)\*のフェアトレード部門担当、シャディ・マフムード氏と、通訳としてATJの小林和夫氏を迎え、開催されました。

### ▶パレスチナの現状

1993年のオスロ合意と呼ばれる平和協定によつて、パレスチナ人による自治が認められたにもかかわらず、イスラエルによる違法な人植地の建設が進み、パレスチナの農地であった土地や、水資源などが占領されている。その人植地をイスラエル側に取り込むように分離壁が作られ、パレスチナの自由はほとんど脅かされている。日本では報道されていないような事件や、軍との衝突も数多くあり、武器を持たないパレスチナ人の犠牲者も後を絶たない。



\*PARCとは…農地の持続的な開発・発展に寄与するために、1983年に設立された、パレスチナ有数のNGOです。

### ▶PARCの役割

イスラエルの収奪からパレスチナ人の土地を守るため、作物を植える種や機材などを与えたり技術研修をするなど、農業を改善していくためのサービスを提供すること。また、女性に社会進出の機会を与えたり、国内の消費者の意識を高めたりすることで、海外からの支援に依存していた人々の自立や、生産技術の向上を支援している。



### ▶オリーブオイルのできるまで

実の収穫は、毎年10月初め〜11月中旬にかけて行われ、実を傷つけないよう、すべて手摘みで行われる。摘み取られた実は、葉を取り除いて選別され、その日のうちに搾油場へ運ばれる。収穫した時点から酸化が始まるので、できるだけ早く搾油する。搾油したオリーブオイルは、酸化が進まないように、ステンレスの缶で運ばれて保管され、PARCのスタッフによって品質分析される。まず酸度によつて、エキストラバージンオイルとバージンオイルに分けられ、それが有機で作られた実から搾油されたものであれば有機認証される。

マフムード氏は、オリーブオイルを通して、背景にあるパレスチナの事を知ってもらい、組合員が応援・消費してくれる事にとっても感謝しているし、現地の人々の力になっているとも言っていました。通訳を介した話でしたが、丁寧に話しかける姿に、現状の深刻さや、平穏な生活への願いが伝わる交流会でした。

生活クラブのオリーブオイルは、有機のエキストラバージンオイルです。現地の事を頭で理解するのも大事ですが、まずは、フルーティーでナッツのような芳醇な香りのオリーブオイルを味わうことから始めませんか？ (広報委員会 泉あけみ)

11/16 城東地区 タイムスピースクエアマンション集会室 参加:14人

## 地区の活動

### ～呼吸とともに体を動かし、緩め 整える健康体操～



丹田呼吸法を中心にゆっくりと体を伸ばして可動域を広げ、自然治癒力を高めましょうという趣旨の体操を教わりました。「肩こり、腰痛、生理痛と色々な痛みがありますが、痛みの取り方がわからず、すぐに鎮痛剤を飲む人が多い。本来、痛みは自分で治せるものなのに薬に頼り、どんどん治せなくなる。時間をかけて呼吸法で体を緩め、インナーマッス

ルを鍛えることで体の歪みがなくなって痛みも減っていく。痛むから動かさないのではなく、少しでも体を動かし、緩め、整えることが本当の治るといことです」という先生のお話を聞き、体の中から整えるために、「極力、抗生物質を投与しない肉や無農薬の野菜、無添加の物を食べよう。家での食事から、少しずつ」と改めて思いました。(広報委員会 大橋知子)



# 種子の安定供給には消費者の力が重要

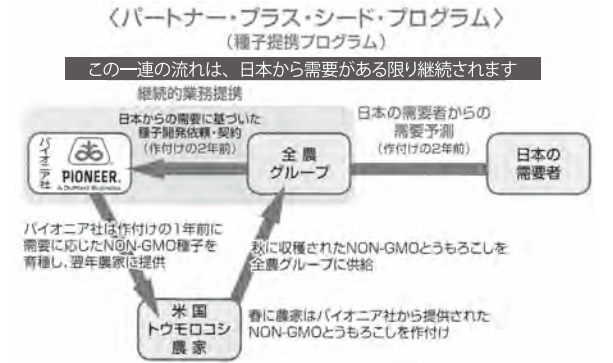
## <NON-GM トウモロコシ視察>

2015.10.17~25

生活クラブ連合会では1997年に、「GM(遺伝子組み換え)作物・食品は取り扱わない」事を決め、全ての消費材のGM対策と点検を行い、畜産の飼料となる米国産トウモロコシについてもNON-GM(遺伝子組み換えでない)を確保してきました。今回の視察は、日本にNON-GMトウモロコシの需要がある事をアピールし、持続的な生産を約束するため種子会社や生産者を訪問し、輸送現場での分別管理の実態確認、併せて国内のGMをめぐる情勢を知るために行われたもので、生活クラブ連合会の一員として参加しました。

### ◆パイオニアハイブリッド社(種子会社) ~イリノイ州シャンペーン~

安定的にNON-GMトウモロコシを確保するには、計画的な種子の開発と生産が欠かせません。研究者は「日本の消費者が必要としてくれていることはありがたい」と話しました。2016年から4年間の種子供給継続の調印は終えていて、種子は作付の2年前に依頼するので、2022年までのNON-GMトウモロコシが確保されます。私たちが「食べる約束」をしていくことが重要だと改めて感じました。



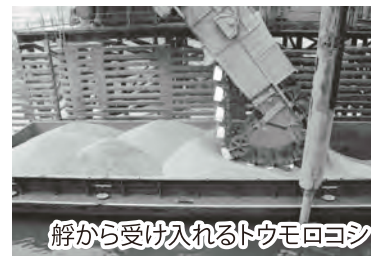
### ◆生産者(2軒 イリノイ州)

見渡す限りどこまでも地平線が続く広大なトウモロコシ畑でした。生産者がNON-GMを栽培する理由は、種子の価格が安価なこと、プレミアム価格で買い取ってもらえることだそうです。アメリカのトウモロコシの作付量はGMが93%、NON-GMは7%です。しかも、生産者段階で区分管理されないため、NON-GMとして流通するのはわずか1.5%、450万tです。2013年のNON-GMトウモロコシの日本の輸入量は年間110万t、ビール業界などのコーンスターチの需要に大きく影響を受け、4年間で3割に激減しています。



### ◆IP (Identity Preserved) ハンドリング(分別流通管理)

生産農家から集荷したトウモロコシは、検査・分別管理して解(はしけ)でミシシッピ川を使って輸送し、積み込みが行われるニューオーリンズの集荷施設に集められ、5万t級のタンカーで日本に送られます。私たちの取り組むNON-GMトウモロコシは、意図しないGMの混入を5%以内としています。生産者からの受け入れ時、集荷業者が解に積み込む際、タンカーに積み込む前の3回のGM検査を経て、分別管理されたNON-GMトウモロコシが日本に到着するまで混入を防ぐ対策が徹底しています。イリノイ州の集荷施設とニューオーリンズのリバーエレベーターを見学し、ベルトコンベヤーを空回して清掃したり、中央管理室でのコンピューター管理の様子を見ました。



### ◆米国内GMをめぐる情勢

任意のGMO表示制度が議会の下院を通過、現在上院で審議中です。食品メーカーやモンサント等の種子会社は義務表示ではなく、任意表示(表示するかどうかは事業者の自由)の推進活動を展開、それに対して約300の団体が反対の請願活動を行っているとのことでした。

### ◆視察を終えて

ビールメーカーが糖類をGMに切り替えたことによりNON-GMトウモロコシの分別管理コストが増大することが予想されます。製造業界の中でNON-GM方針の維持か撤退か、二極化が予想される中、組合員が訪米して維持を表明することは、とても意味のあることだと思います。と同時に「私たちの後ろに35万人の組合員がいてこれからも食べる人は増えていくのです」ということを示すことが求められています。一人でも多くの組合員の食肉・鶏卵・牛乳の利用が必要です。(理事長 浅井由起子)

### 初めての屋外ステージ

太鼓集団「童夢(どうむ)」の和太鼓演奏と、伊賀アンタ with ムーン・サブニユマによるジャンベ演奏とダンスが披露されました。



童夢(どうむ)は、8歳から大人までのメンバーが北摂で活動中。迫力ある演奏でした。



ジャンベとは、西アフリカで伝統的に演奏されている深胴の片面太鼓のこと。



伊賀有機の木下さ(左)は興味でやっています。

### ハナミズキホール内

ホール内には、生産者の食品販売ブース、組合員地区企画ブース、学習・展示ブースなど50のブースが並びました。



野菜はどれも通常の値段よりも安い!



みかんの詰め放題



クイズの目印「よねの看板」と一緒にハケタのりんご魔女と白雪姫。



がっこう委員会の子どもたちも、頑張っていました。

この日の購入品。お酒 540円、その他全部 200円也。



ほうじ茶詰め放題

ライブダンス

ミニトマト



生協職員の着ぐるみも大健闘です。

### 屋外付属展示場

飲食テントは、どこも大人気で、お屋過ぎにはほとんどが売り切れてしまいました。



米沢郷牧場のできたての温かいポシ菓子には、子どもたちの行列が。



和牛の串焼きも、はりまどりの唐揚げも、値段は大サービスでした。



有機栽培の野菜が、全部 100円!



つきたてのきなこ餅は、やわらかくてあつあつ。もちろん有機栽培のもち米です。



恒例のリユース食器貸出コーナー。組合員にはマイ食器持参が浸透しています。

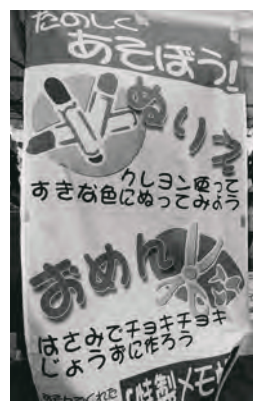
### 花博記念公園鶴見緑地

11月29日(日)

## 第37回 生活クラブ生協 フェスタ

# ありがとうございました。大盛況でした

### フェスタに初登場



「こども広場」には、初めて参加する創土社の「お面づくりぬりえ」、酒井産業の「ひのきプール・積み木」が登場。どちらも子どもたちに大好評でした。



ジエンガを高く積み上げたり、夢中になって遊んでいます。

参加目標人数2千枚のアンケート用紙は、1時間足らずで無くなり、クイズラリーの「よねの看板」を探すのも一苦労なほど、おおぜいの来場者で会場は満員になりました。  
当日の組合員スタッフは、総勢268人。プロックや各委員会メンバーを中心に、一人ひとりが主役になって企画してきました。多くの組合員が関わったからこそ、9割のスタッフが、手伝い以外の時間に買い物、食事や試食などして、楽しめたのではないかと思います。生活クラブ生協大阪の取り組みを知ってもらいたい、子育て世代・次世代へアピールした

## サステイナブルな未来へ ~Food・Energy・Care~

い、その思いがいつばい、いっぱい込められた一日となりました。  
アンケート回収率から計算すると約25%がゲスト来場者という結果でした。生活クラブ生協大阪の名前を地域の方へ知ってもらう機会になったのではないかと思います。  
ごみゼロ運動の一環であるリユース食器の取り組みもさほど混乱はなく、マイ食器持参が多かったようです。最後になりましたが、新しい場所での不安を抱えお忙しい中、参加して下さいました生産者、職員の方々の協力に感謝・感謝です。  
(フェスタ実行委員会 田中富久子)

## 鶴見緑地で初めて開催

### こども広場



スタンプエコバッグとフェイスペイント



こども広場は、屋内と屋外に設置。どちらもたくさんのおもちゃでにぎわっていました。体を動かしたり、手づくり品を作ったり。

PTAの保護者や、地域の青少年に対して活動している人々への講演会で、テレビにも出演されている、精神科医の名越康文さんの話を聞く機会がありました。

人間の集中力はどれくらいあるのか？ という話では、1時間の内、せいぜい11分くらいだとのこと。仕事や勉強で1～2時間、取り組んでも約20%ぐらいの時間しか集中できないそうで、他の時間は他のことを考えていたり、気持ちがふっとよその場所に飛んでいったりするそうです。自分の集中度合いを思い返してみましたが、確かにパソコンで文章を作成していても、周りの雑音に気を取られたりしてわ～と納得してしまいました。



ティータイム

### Tea Time

#### 「集中力」

ところで、家事の最中に子どもが「お母さん、これ教えて!」とか「遊んで～」と近寄ってきたら、「いま忙しいからアカンで」と取り合わないことはありませんか？ 私も忙しいを理由に先延ばしにした経験はありますが、そんな時は「こうしたら?」というアドバイスもありました。

まず、どんなに忙しくても子どもの話を聞くこと。親が無視したり受け止めないのが「やってはいけないこと」だそうです。忙しいといっても、全体の時間の20%を集中すれば仕事はできるわけですから、少し子どもに時間を割いても、「仕事はやり終わらせる」そうです。

子育て中に聞いていたら良かったなあ～と思える話でしたが、どの相手に対しても通じることだと感じました。また、フル回転は集中とは違うと思いましたので、これからの生協活動も集中するタイミングをコントロールしながら、中身のあるものになりたいと感じました。(羽曳野地区 間部則子)

## 生活と自治

高校生の時に夢中で読んだルポルタージュ『もの食う人々』、著者の辺見庸さんと「生活と自治」でまさかの再会…! 内容は正直難しく、歯が立たない! と思うこともあります。

しかし、食の問題ひとつとっても、今まではなんとなくニュースを見ていただけでしたが、何が起きているのか理解したいと思うようになったし、ほんの少しでも自分なりに考えるきっかけをもらっています。(鶴見地区 西田友美)

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 「風の中のマリア」

著者 / 百田尚樹

出版社 / 講談社

百田尚樹といえば、ドラマ化、映画化された『永遠の0』など有名な本が沢山ありますが、私がおすすめるのは『風の中のマリア』です。

主人公は、題名にもあるマリアなのですが、人ではなくハチです。ハチと言えば、「みつばちハッチ」を思い浮かべる人もいるかもしれませんが、ハッチの様なファンタジーな要素はなく、オオズメバチの一生がマリアを通して描かれています。本の中には、獲物であるカマキリやトンボなどの虫も沢山登場し、虫たちがどの様に生きているのかもわかります。

一番の見所は、種類の違うハチ同士の戦いだと思えますが、その戦いに挑むまでの様に幼虫から成虫になり、ワーカー(ハタラキバチ)としてどの様に狩りを行うのかなど、オオズメバチのことが詳しく描かれてあり、勉強にもなります。

もちろん、昆虫の話だけでなく、マリアのワーカーとしての熱い思いや、オオズメバチとしての悩みや迷い、せつない気持ちも描かれています。オオズメバチとして生きるマリアの真っ直ぐな強さを感じることができる本だと思います。

(茨木西部地区 大島 睦弥)

### えっ!? ぞうたんだ ..石けんの巻.. その20

#### 【体にやさしいナチュラルクリーニングNo.4】

##### ナチュラルレシピ

##### ◆クエン酸水◆



冷蔵庫: 重曹水で掃除後、クエン酸水をスプレー、乾いた布で拭き取る。(中和と除菌)  
トイレ・畳・お風呂: シャワー、蛇口、鏡、バス・タブのまわりに白くこびりついた汚れを取る。

\*クエン酸は酸が残るので、仕上げ拭きを! 酢は蒸発するので、仕上げ拭きは不要です。  
\*好みでエッセンスオイルで香りをつけて、楽しくお掃除ができます。

(広報委員会)



安全 健康 環境  
こだわりの消費材



## つぶあん・こしあん

～良質の材料とすぐれた技術で作り上げました～



+++++

生産者: 田中製餡株式会社

田中製餡の「つぶあん」、「こしあん」については「全く甘くない!」が第一印象です。それに比べて市販品は一口目がとても甘くて味が強いので一見おいしく感じます。

しかし、中身についてはどうでしょう? 北海道産小豆使用とうたっていますが、添加物に関しては一切触れていません。その点、田中製餡の原材料を見ると、砂糖に小豆と、とてもシンプルです。

丁寧な工程を経ておいしい餡が出来上がっています。これからの季節はぜんざいにしたり、おもちにつけたり、食パンにバターや生クリームと一緒に餡をのせたあんトーストなどもおすすめです。ポリフェノールいっぱいのヘルシーな餡はとくに女性の頼もしい味方です。

甘すぎない甘さが私のお気に入りです。

(消費材委員会 立花紀子)

### 【回転備蓄食糧】 その日に備えて!

いつも食べているものを少し多めにストックしておき、もしもの時に役立つ。それが「回転備蓄」の考え方。

そのメインになるのが、水、缶詰・レトルト、米などですが、もしもの時にも心をホッと和ませてくれるおやつも忘れずに! 甘い物は、疲れた体を癒してくれるだけでなく、疲労時の糖分補給にもなり、子どもを落ち着かせる時にも役に立ったとの声から、嗜好品の備蓄も今では常識です。

そこで、長期保存ができる「羊かん類」、「つぶつぶ小倉じるこ缶」の出番です。是非、日々食べながら備蓄をしていきましょう!



賞味期間はなんと1080日!



### 生産者メッセージ

## 創業から65年、引き継がれた技術

田中製餡(株)は1950年... 創業から65年間代々引き継がれた技術を用い、これらすべての工程でおいしい水をふんだんに使用して作り上げております。

つぶあんは、生豆から煮始め、まず荒炊きといわれる工程でアクや雑味を取り除きます。次に本炊きを行います。次に本炊きでは煮汁に小豆の有用な成分が溶出されるため煮上がり後はこの煮汁を残したまま砂糖を加え煮詰め、さらに練り上げ風味豊かなつぶあんに仕上げていきます。



北海道工場 商品開発部 部長 齋藤俊



に東京都大田区大森で創業しましたが、おいしい水を求め、さらに小豆、砂糖の産地である北海道千歳市に1983年に工場を移転しました。  
当社の餡は北海道の広大で豊饒な大地で育てられ収穫された小豆、砂糖(ピートグラニュー糖)を使用し、さらに国内で最もきれいな湖のひとつといわれている支笏湖からわずか17kmほどしか離れていない工場敷地内で汲み上げられた地下水を使用して作られます。



11月

会員数	8,709人				
給付状況	消費材の破損	1件	健康診断補助	3件	
	集団託児	地区	65人	出産のお祝い	0件
		全体	9人	暮らしの日常的なすけあい	45件
	延長保育	3件	暮らしのサポート	42時間	

節目祝いのお支払いについて



エッコロサークル随時募集しています。エッコロ共済会員の友達同士5人集まれば結成できます。エッコロ講座も受けられます。

不明な点は、エッコロ事務局までお問い合わせください。

お問い合わせ エッコロ事務局  
☎072-641-5811 月・火・木

ビオサポで健康人

<NON-GMの飼料について>

日本は家畜の飼料も輸入しています。米国のトウモロコシの93%がGM、つまり遺伝子組み換えです。そんな中で生活クラブは全農と協力しNON-GMトウモロコシを確保。なぜ、生活クラブはNON-GMにこだわるのか？それはGM作物を食べたラットの体に異変が起こったり、妊婦の胎盤、へその緒から飼料由来の組み換え遺伝子が見つかったり等、人体への影響があるからです。

米国の農家がNON-GMトウモロコシを作る理由は、私たちが購入すると約束しているからです。この先、NON-GM作物を確保するためにも、消費材を利用し、将来にわたって食べる約束を示していく事が重要だと思います。

(ビオサポーター 大嶋美恵子)

私のおすすめ3品

田中京子さん  
50歳代 生協歴10年

冷凍具入りパエリアの素



スペインはバレンシア地方の炊き込みご飯が、炊飯器やフライパンでできます。

イカ、エビ、ホタテの具材と調味料が入っています。サフランの黄色い色が食欲を誘います。

やわらか杏仁豆腐の素



手軽に本格中華の杏仁豆腐が作れるミックス粉です。生活クラブの牛乳を使った香りのよいフルフル食感のデザートは、子どもたちのお気に入りです。

パックだし



だしを取った後、パックの中身でふりかけを作る事も出来ます。

みりん、しょうゆ、砂糖で味付けし、お好みでちりめんじゃこ、かつおぶし、ごまなどを加えて無添加ふりかけ出来上がり。ご飯のお供にどうぞ。

★シーフードパエリア★

<材料>

- ・冷凍パエリアの素
- ・米2合(洗わない)
- ・好みで冷凍アサリ10粒・水

<作り方>

\*炊飯器の場合\*

- ①解凍したパエリアの素1パックと米2合を入れ、水を2合目盛りまで加える。
- ②軽く混ぜ合わせ、上に冷凍アサリを追加する。

\*フライパンの場合\*

- 26cm程度のフライパンでもできます。
- ①解凍した素1パックと米2合を入れ、水300mlを加える。軽く混ぜ合わせ、上に好みで冷凍アサリを追加する。
  - ②1~2分沸騰させたら、中火で15分程度加熱する。水分がなくなったら火を止める。仕上げにパセリなどを散らす。

理事会報告

11月24日

大阪市立総合生涯学習センター

○15年度活動報告案・16年度活動方針案について討議

○16年度電力共同購入の進め方について提案を決定

○遺伝子組み換えルーレット

― 私たちの生命のギャンブル―

○組合員拡大生産者コラボ

企画「つくった人に会ってみよう。おいしい発見！

ワークシヨップ」実施報告を

確認

○秋の拡大キャンペーン中間

報告を確認

編集後記

今回初めて生活クラブ生協フェスタに行きました。予想を上回る人の多さにびっくりしました。エコバッグから大根の葉っぱが見えてくる人が結構いて、安全な野菜に興味がある人が沢山いるんだと嬉しく思っています。一緒に大根の葉っぱが顔を出していました。

そんな安全な野菜や食品を使った模範店が人気！長蛇の列に並ぶことに。他にもいろんなブースや子ども広場などもあり、体験できたり、試食できたり見所も沢山あったのに、並んでいる時間が長すぎて一部しか体験出来ずに残念でした。次回はしっかり計画を立てて、フェスタをもっと楽しもうと思っています。

(M・S)

