

クラブ通信 Vol.123

2018年8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



6月度実績報告(5/21~6/20)

◎組合員数 18,755人(6/20現在)

加入 370人

脱退 169人

◎供給高 303,555千円(計画比 103.2%)

(前年比 112.5%)

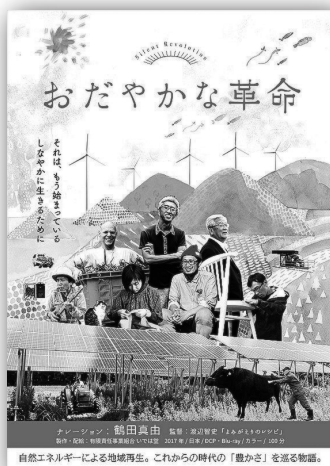
一人当たり利用高 16,302円(前年比 108.0%)

生活クラブ生協大阪は50周年を迎えます



ドキュメンタリー映画

「おだやかな革命」上映会&トークショー



過疎化や高齢化など多くの課題を抱えた地域で、これからの暮らしを自分たちの手で作り出し、本当の豊かさを取り戻していく人々の姿を描いたドキュメンタリーです。

本作「アドバイザー」である高橋真樹氏をお招きします。

日時: 2018年9月9日(日)

① 10:00~12:30 (開場9:30~)

② 13:30~16:00 (開場13:00~)

会場: ドーンセンター1階パフォーマンスホール

※料金等は、この「クラブ通信」と同時配布の別紙チラシでご確認ください。



高橋真樹氏 プロフィール

ノンフィクションライター

放送大学非常勤講師

平和協同ジャーナリスト基金奨励
賞受賞

持続可能性をキーワードに、日本全国はもちろん世界各地を精力的に取材。とくに地域主導のエネルギの取り組みや、自らエコハウスに暮らしながら「ガマンしない省エネ」を提唱している。

50周年記念キャンペーンお知らせ第二弾!

「餃子の皮1袋(30枚) プレゼント!」

8/21~配布の注文書で豚ミンチ200グラムを注文したら、もれなく餃子の皮を差し上げます。



夏休み最後の思い出に家族でギョーザを手作りしませんか?

豚肉はビタミンB1が豊富で夏バテ予防にもなる食材です。飼料のトウモロコシと大豆粕は非遺伝子組み換え、抗生物質も無添加です。

豚の健康を重視した環境で育ったおいしい石井養豚の豚肉を、生活クラブ関西・ミートでパック詰めしている豚ミンチです。リンパ腺などの混入の心配がありません。

季節の野菜と一緒に国産小麦粉の皮で包めば、外はパリッと、中はジューシー。

この機会にぜひ、お試しください!!

試写会参加者の感想

- ひと言では語れない映画でした。語れないから映画にしたのだと思いました。
- チラシ裏に「それぞれがエネルギー自治を目指すことで、お金やモノだけでない、生きがい、喜び...」とありますが「お金もモノも、生きがい、喜びも...」だと考えます。経済的豊かさも大切です。
- 自分には何が必要なのかをよく考え、必要なモノを必要なだけ持ち、シンプルで豊かな暮らしをしたいと思いました。
- 活かしたお金の使い方とは何か? 何歳になっても新しく始められる、ということを教えてくれる映画です。
- 政治が動かなくても、技術革新がいくらあっても、それを動かす人の心が動かないとなかなか革命は起こらないのだと思いました。
- おだやかでも、あの都会の喧騒とはかけ離れたような静かな場所でおだやかに何かを生み出しているエネルギーにすごく感動・共感しました。

今さら聞けない「パリ協定」～日本は約束を守れるか？～

気象庁の予測では地球温暖化により 80 年後、日本の平均気温が 4.5℃上昇。東京が屋久島レベルになるそうです。世界中で干ばつ、異常気象、海面水位の上昇、感染症の拡大、生物種の絶滅などが心配されています。何とかしなくてはと、日本を含む世界 159 か国が 2015 年に締結したのが「パリ協定」です。内容は大きく 2 つ。

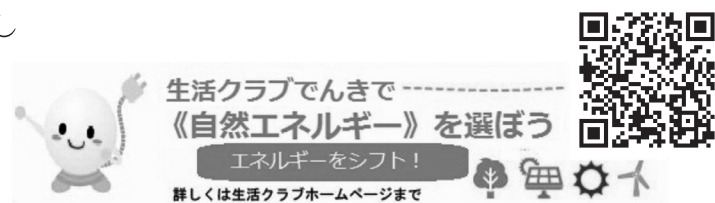
- ①世界の平均気温を産業革命前（約 250 年前）に比べて 2℃上昇までに抑える（対策しないと 4℃上昇するといわれている）。
- ②世界の CO₂ 排出量を抑え、今世紀末までに実質ゼロにする。

「パリ協定」の目標を達成するために日本をはじめ各国は 2050 年の CO₂ 排出を 80%削減すると発表し

ました。化石燃料（石炭、石油、天然ガス）による発電を大幅に減らさなければ目標達成はできません。そして世界中で自然エネルギーによる発電が急速に増え全発電量の 24.5% になりました。日本は 15.6% と後れています。風力発電や太陽光発電の発電コストは世界最安値で 1.77 ～ 1.78 円 / kWh まで安くなっています。経済産業省によると原発の発電コストは事故がなくて 10 円 / kWh 以上、火力発電はもっと高いとか。

世界の流れは完全に“脱原発”“脱炭素化”です。我が国も早く舵を切って欲しいと願います。

（自然エネルギー部会 高垣智子）



私のおすすめ3品

小林 佳美さん
70歳 生協歴30年

豆伍心の“豆乳”



とろりとした口当たりが何とも言えないおいしさ。塩分摂取は過剰なのに、その豆腐屋さんの腎臓は正常、という例をテレビ番組で紹介。豆乳をゴクゴク飲んでいたのでした。以来、豆乳をより積極的に摂るようになりました。

野菜ジュース(缶)



透明グラスに注ぐと、ほとんどトマトジュースに見えます。でも、飲んでみると、セロリやパセリ、ラディッシュのパンチが喉と脳に届き、とっても気分が爽快に！セロリ苦手の夫が、セロリ好きになりました。（夏には究極の時短スープとして）

いわし卵の花漬



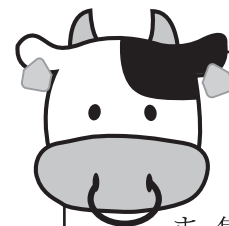
粹なお皿に盛りつけると、「料亭の？」と思えるほど絶品。卵の花の効果が大きいのでしょうか。柚子の香りも加わって、いわしのクセや独特のくさみが全く消えてしまっているのは、ほんとうにお見事。DHA、EPA、ビタミン類などが摂取できることも嬉しいです。

★トマトのババロア★

＜材料＞
・トマト中1個・豆乳1袋(200ml)
・味噌15g(塩分控えめのもの)
＜作り方＞
フードプロセッサに、材料を入れ10秒ほど攪拌します。ぷるんぷるんのババロアが出来ます。（豆乳の代わりに木綿豆腐を使うと、トマトの味噌スープになり、献立の1品に）

★アボカドのムース★

＜材料＞
・アボカド1個・豆乳1袋
・味噌15g(塩分控えめのもの)
＜作り方＞
フードプロセッサに、材料を入れ攪拌します。口当たりの良い、薄グリーンのアボカド・ムースの出来あがり。
※どちらも、低カロリーでゼラチン不要のとっても簡単な時短料理です。



飲み続けること…

平野ブロック
牛乳消費地交流会 クレオ大阪中央

6/7

参加:36人

牛乳の利用が減っている状況で、一人でも多くの組合員が利用結果し、生産者を支えていきたいという思いでこの交流会を開催しました。

今年度、「牛乳」を利用結果のテーマとしている香里ブロックからも多数参加があり、酪農生産者と組合員が交流する事で厳しい酪農情勢を知り、現場での仕事内容や取り組みを学ぶ機会になりました。

アンケートでは、若い生産者が後継してくれている事、顔が見えて交流できて良かったなどの意見があり、開催の目的が共有できたのではないかと思います。交流会に参加して感じた事、学習した事などをこの一年で地区企画などを通じて活動に活かせるようにたくさんの人に伝えていきたいと思っています。

（平野ブロック担当理事 立花紀子）



新生酪農・塚田さん



牛乳生産者 倉科さん



参加者の感想

倉科さんは、お父さんの後を継がれた若き生産者です。

牛 23 頭、育成中の牛 14 頭、計 37 頭飼育されていて、その内乳牛は 19 頭です。乳は、毎日絞らないといけないし、夏に弱いので特に気をつかうそうです。飼料用の牧草 7 ha、トウモロコシ 4 ha、お米 10ha をご両親と 3 人で作られています。365 日仕事があります。小さいころから酪農を見ていて、後を継ぐことを決断されたことに感動しました。

新生酪農の塚田さんは昨年まで生産者だった方で、今は長野県安曇野工場の品質管理をされています。生活クラブの牛乳の殺菌温度は、72℃15 秒間です。80℃以下で殺菌するので機能性タンパク質が残っている栄養のある牛乳なので、いい原乳でないと作れません。そのため細菌検査を 3 回も行っています。

2015 年からノンホモ牛乳、バター不足を補うために低脂肪牛乳もできました。バター 1 つを作ると低脂肪牛乳が 4 本できる。と、聞いて、私はさっそく低脂肪牛乳を登録しました。他にはない自前の工場で作る栄養のある牛乳、バターを利用していきましょう。（楠葉地区 上田銀子）

今回、交流会に参加させていただき、用意していた席がいっぱいになるほどたくさんの方が参加していたことに大変驚きました。

現在の経営状況と仕事内容をお話しさせていただき、酪農の大変さを少しでも理解していただけたかなと思います。

短い時間ではありましたが、たくさんの意見質問をいただき、皆さんがパステライズド牛乳を好んで飲んでいるという生の声を聞けて、生産者として嬉しく思いました。

これからも組合員の皆様が安心してパステライズド牛乳を飲めるように、日々意識してより良い牛乳を生産していきたいと思いますので、組合員の皆様もパステライズド牛乳を飲み続けていただきたいと思います。（倉科拓弥）

エッコロ共済 8月

会員数			9, 882人			
給付状況	消費材の破損		0件	健康診断補助		1件
	集団 託児	地区	15人	暮らしの 助け合い	日常的な助け合い	11件
		全体	2人		暮らしのサポート	130時間
エッコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811 月・火・木 (10時～15時)						
						

エッコロサークルを始めませんか？

エッコロ共済に加入している組合員が交流・企画を計画・実施できるサークルです。

「女性、環境、健康、食、子育て、介護・高齢者」をテーマに、共通の関心のある人が集い、活動します。子育てや介護の悩みなどをサークルメンバーで話したり、お料理講習やヨガ講座など生活に役立つ様々なテーマのエッコロ講座を開催できます。

※エッコロ講座には組合員講師による生活に役立つ講座や、消費材についての講座、高齢者のサポートについて学ぶ講座などがあります。一般組合員の方も講師として活躍されています。詳しくは、エッコロ事務局までお問い合わせください。

※エッコロ共済加入者は、月末に発行される消費材請求書にエッコロ掛け金100円の記載があります。ご確認ください。

生活と自治

■2018年3月号 「アズマカナコの子育てエコライフ『菌とのつきあい方』」

この記事は秀逸でした。

土壌の中には、無数の菌や虫たちの生態系があります。近頃では清潔志向の暴走(?)で、泥んこ遊びなどが減っている気がします。とどのつまりは、自分たちの抵抗力を弱めて、細菌などに感染しやすくなるのではと、懸念します。洗剤などを必要以上に使わず、生まれながらに備わっている免疫力を活かす菌とのつきあい方は、とてもタイムリーな提案です。

(茨木西部地区 梅元瑞枝)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

「下から突き上げるような衝撃の後、揺れが来て棚から本が落ちました。最近、ほぼベッド上の住人になっていて母のもとに駆けつけると、布団の中で縮こまっていた。テレビでは、わが町が震源地だと報道している。それ以降、何人もの知人から、LINE、メール、電話等で安否を心配したお見舞いの声が届いた。何年も年賀状だけのお付き合いだった、夫の従姉妹からまで。千葉県浦安市で東日本大震災の被害を受けた彼女には、大阪の地震も他人事ではなかったようだ。

「ありがたうございます。ライフラインも途切れず、大丈夫です」の言葉を返しながらか、人と人の絆を改めて感じた一日だった。

(S)

第40回「生活クラブ生協フェスタ」は、今年も鶴見緑地公園で開催されます！

開催まであと3か月



日時: 11月25日(日)
場所: ハナミズキホール
(花博記念公園鶴見緑地内)

生活クラブ生協フェスタ開催予告!



ブックエンド

書名「されど愛しきお妻様」
著者／ 鈴木大介
出版社／ 講談社



この本を購入したきっかけは、ネットで紹介されていたと記憶しています。発達障害の妻と高次機能障害の夫(著者)の話で「夫が妻の布ナプキンを手洗いしている。PMS(月経前症候群)の辛さを男性も少しは分かなければ…」の下りを立ち読みし、最近の男性は生理ナプキンを購入するのに躊躇しない人が増えているとか、ちょっと昔では考えられないと思い興味を持ちました。

発達障害や高次機能障害について、殆どわからない状態でしたので、読み進んでいく内に、高齢になっていく自分自身に置き換えて読んでいくことに気が付きました。発達障害であったとしてもなかったとしても、生きにくい世の中ですから、少しずつでも前向きに考えて、あらゆる面で用意周到な著者に感銘しました。

また、著者が妻の発達障害を個性として捉えて、健常者だった時の著者と、脳梗塞を患った後高次機能障害となった著者の感じ方が客観的に捉えられているのには驚きました。後味スツキリで、私も「もしも」の時は、相手の気持ちを思いやった行動ができるようになりますように、心の隅に留め置きます。

(八尾地区 中濱一美)

理事会報告

7月2日
大淀コミュニティセンター

○託児リーダー部会「親子で体操楽しいな！」活動計画を決定
○春の拡大キャンペーン報告を確認。
加入実績588名、達成率73・8%

※ネグロスツアー派遣カンパ

432口129,600円

ご協力ありがとうございました。



編集後記