

クラブ通信 Vol.138

2019年11月



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

https://osaka.seikatsoclub.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

9月度実績報告 (8/21~9/20)
◎組合員数 18,879人 (9/20現在)

加入 136人
脱退 202人

◎供給高 302,055千円 (計画比 101.4%)
一人当たり利用高 15,962円 (前年比 104.6%)

(前年比 103.6%)

今年も「みそ作り」の季節がやつてきました。手作りみそを作ることは、おいしさの追求もさることながら、みその食品としての優位性や市販品の問題について学ぶとともに、多くの組合員が交流し、地域とのつながりを深めるための活動として取り組むという大きな意味があります。

味噌は伝統的な発酵食品であり、良質のたんぱく質や様々な機能性物質が含まれ、加熱処理をしていないので乳酸菌や酵母菌などが生きています。また、市販品の原料大豆は輸入品がほとんどで、遺伝子組み換え・ポストハーベスト・保存料や漂白剤などの添加物問題があります。そこで、私たちには「みそ作り」を開催し、皆で楽しく作っています。

まったく初めての方でも、ベテラン組合員が手取り足取りお手伝いしますので、安心です。会場にはミンサーやボウルなどの道具も用意していますので、自宅で大豆を煮て、自分の所属する地区の「みそ作り」に参加してください。予定

やつてきました。手作りみそを作ることは、おいしさの追求もさることながら、みその食品としての優位性や市販品の問題について学ぶとともに、多くの組合員が交流し、地域とのつながりを深めるための活動として取り組むという大きな意味があります。

が合わない場合は、他地区への参加も可能です。
量が多く食べ切れない方は友だちと分け合って作ってみてはいかがですか？自分の作った「手前味噌」は世界で一番おいしいと思えるはずです。そ

あなたも「手前味噌」を作りませんか？

して、何よりお得。自治体などでもみそ講習がありますが、国産大豆100%（遺伝子組み換えでない）の確かな原材料でのセット価格は、とても価値があると思います。

（平野プロック担当理事 立花紀子）

ここまでを、自宅で終えてください。
当日は、こうじ、塩、種水、みそ容器を忘れずに！



B:みそ作りやってみたいけど、7kgってそんなにたくさん食べれないかも…。

A:あら、それなら友だちと半分ずつ作ったらしいんじゃない？

〈Aさん〉 B:そんなことできるんですか？

A:大丈夫。どちらかがみそ作りセットを申し込んで、届いた大豆を二人で分けて煮てみそ作り会場に持つて行つたらいいよ。二人とも参加申し込みも忘れないでね。

B:そうか！じゃあママ友説って申し込んでみようかな。

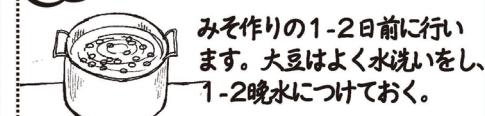


はじめに この材料が届きます



出来上がり量：米こうじみそ 約7kg
麦こうじみそ 約8.5kg

1. 大豆を水につけておく

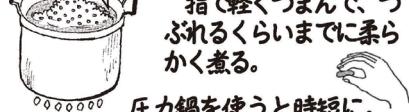


みそ作りの1-2日前に行います。大豆はよく水洗いをし、1-2晩水につけておく。

★つけておく時間が長いほど、早く煮える。
★大豆は、約2倍にふくれるので、大きめの容器を用意。

2. 大豆を煮る

★大豆は、水から出ないよう！
弱火でコトコト、7-8時間煮る。泡がブクブク立つので、ふたはしないで！
指で軽くつまんで、つぶれるくらいまで柔らかく煮る。
圧力鍋を使うと時短に。



3. 大豆と煮汁に分ける



豆はしっかり水をきって、冷ましてみそ作り会場へ持つてくる。

★煮汁（種水）はボトルに入れて会場に持つてくる。

4. 混ぜる

つぶした大豆、こ
うじ、塩を分量通り
入れて、手でよく混
ぜる。

★煮汁（種水）で量
を調整する。



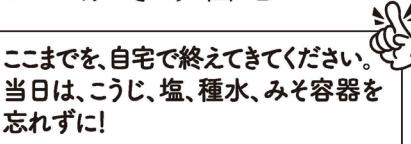
5. 詰める

混ぜたものをおにぎり
大にまるめてまとめ、瓶
などの容器の中に、空気
を抜くようにきっちり詰
めていく。



6. 保存する

詰めたみその表面は、
ラップできっちり覆い、
家の中の一一番涼しい所で
保存する。



※インフルエンザ流行期となります。当日体調の悪い方は、参加をご遠慮ください。



マルダイ 粉石けんびわ湖

生産者: マルダイ石鹼本舗 生産者メッセージ

マルダイ粉石けんびわ湖は、私の大好きな消費材のうちの一つです。なんと、家庭から出る廃油を回収して粉石けんへリサイクルしているんです。

びわ湖は水溶けが良く、手にもやさしく、使用後の分解性に優れていて環境を守ります。洗浄力は抜群で、洗濯、食器洗い、お風呂掃除にトイレ掃除、靴洗いと何にでも使えるので、いろんな洗剤を買わなくてもびわ湖だけで家をきれいにすることが出来てしまいます。本当におすすめなので、皆さん利用してください。

(18年度消費材委員会 清水晶子)



古き昔より業務用の廃食油を引き取り、それを原料に粉石けんを作る技術を引き継ぎ、1976年夏より、日本で初めて琵琶湖周辺の瀬田地区で一般家庭廃食油の回収を始めました。1978年5月、大津市の現在地に工場を建設し、高温焚込法という製造法を確立し、廃食油回収・粉石けん製造販売を全国に展開しました。

家庭廃食油は柔らかい植物性油脂が中心で、これで作られた粉石けんは水に溶けやすい特徴があります。また多種多様な汚れ落としに強い粉石けんに仕上がります。製造工程の高温焚込法は熟練した技術が必要ですが、油脂中のグリセリンを石けんに残すため、水溶性に優れ、衣類は柔らかく仕上がります。

（代表 中井 忠男）

もっと身边に委員会

第5回 広報委員会

クラブ通信

読んでいますか？



主な活動内容

私たち広報委員会は、理事会の元、毎月クラブ通信を編集し発行しています。組合員の活動の報告や企画の予告案内、シリーズの読み物などで構成されていて、生活クラブ運動を伝える真面目で少し硬い内容から、組合員のエッセイやお気に入りの消費材紹介などの投稿記事まで様々です。

委員は、各地で開かれる企画に取材に行って、原稿を書いたり、主催者・依頼者から送られてきた原稿を元に、月一回の編集会議で紙面の構成を考えます。

ところで、以前は8ページだった紙面が現在4ページになっていることにお気づきでしょうか？

実は委員会メンバーが減り、8ページ作成ができなくなりました。お伝え出来ることが少なくなり、とても残念に思っています。

そこで、皆さんにお願いです！ぜひ広報委員会のメンバーになってください。

◆いろいろなことに興味がある方◆

さまざまな企画に取材に出かけてその知識欲を満たしてください。

◆文章を書くのが好きな方◆

あなたが知ったこと、学んだことを多くの組合員に記事として伝えてください。

◆イラストレーターが使える方◆

クラブ通信の紙面づくりにその技術を活かしてください。※ワードでの紙面構成もOK！

皆さんからのお問い合わせ・ご応募お待ちしています。

委員募集中！興味のある方は
組織運営課 ☎ 072-641-5547までご連絡ください。

第41回 生活クラブ 生協フェスタ

2019年9月15日(日) 10:00~14:00
大阪市花博記念公園鶴見緑地 ハナミズキホール&付属展示場

暑い...熱い一日でした!!

★煎茶の詰め放題★

兵庫県漁連 初参加

遊びのコーナーを回るスタンプラリー受付

くま吉 ふわふわは子どもたちに大人気

★なりきりドライバー★

★ごみゼロ大作戦★ 今年もやりました!!

★キッズランド★

★ゆったりスペース★

★ステージ★

★来場者アンケート★

組合員(70人) 非組合員(29人)

99人に聞きました

1 フェスタを何で知りましたか?

フェスタニュース(51人: 3人)	(13人)	(15人)	誘われて
	通りすがり(2人: 7人)		
	その他(4人: 4人)		答えてくれた皆さんありがとうございます!

2 興味があったのは何ですか?

食品(60人) (18人)		
	キッズランド(9人: 3人)	やはり食品への関心が高いですね~
	環境への取り組み(6人: 4人)	食品以外の分野にも関心を持つてもらえるといいな!
	その他(1人: 3人)	※ステージの参加者を観に…

※フェスタの詳細は、生活クラブ生協大阪のHPにも掲載されています。ぜひご覧ください。

★伝承遊び★



10月

会員数		10,171人		
給付状況	消費材の破損	2件	健康診断補助	4件
	地区	8件/11人	活動中の対物事故	3件
	託児	3件/4人	日常的なすけあい	43件/14人
	全体	3件/4人	暮らしのサポート	86時間/16人
延長保育	3件	暮らしのサポート	86時間/16人	

エッコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811
月・火・木(10~15時)

エッコロ共済とは?

エッコロ共済は、組合員同士のたすけあいと地域福祉推進のための生活クラブ生協独自のシステムです。

エッコロ共済の保障内容は?

活動保障(活動する組合員を支える仕組み)では、「健康診断補助(500円までの補てん)」があります。

今年もあと何か月? 健康診断は行かれましたか? 元気で暮らすことができるよう、毎年誕生日に行くようにし、申請する人もいます。「健康に注意すること」に気づく機会になります。

申請書類は配達担当者に提出してください。

エッコロ共済は人と人をつなぐ関係づくりに使われます。

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

■2019年9月号

「ゲノム編集」食品がやってくる

審査、表示はどうなるのか

まだまだ勉強中の「ゲノム編集」。さまざまな企業や研究機関が開発を進めていますが、本当に消費者のこと、食べる人のことを考えているのでしょうか?

「血圧の上昇を抑えるトマト」。そんな表示があったら、ほとんどの人は多少高くても買うでしょう。飛びつくでしょう。血圧を下げるために体にとって悪いかもしれないものを摂る。最新技術、技術革新、経済効果優先で、私たち消費者の本当の健康が危険にさらされる。そう思えて仕方ありません。

(豊中南部地区 寺田由加)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

編集後記

先日、久しぶりに新幹線「ひかり」を利用した。近年「ひかり」には外国人が多く乗っていると話に聞いていたが、車内は想像をはるかに超えていた! 折りしも「ラグビーワールドカップ」開催中。チームカラードマッチでまとまつたグループもいる。いつたい私はどこの国に居る? ハツと我に返り「気分は: 外國」を満喫。来年はオリンピック、そしてEXPOと目白押し。その頃はどうな街の姿がみられるのかな?



ブックエンド

書名 人生がときめく片づけの魔法

著者/近藤麻理恵

出版社/サンマーク出版



近藤麻理恵

シリーズ累計1000万部突破!!

「世界のこなり」、原点となる本のアップデート版!

人生が劇的に変わると世界が劇的に変わる。

河出書房新社 定価1,300円



片づけても片づけてもすぐに散らかってしまう部屋。片づけてスッキリさせた部屋をどうしたらキープできるだろうかと思っていました。

そんな時、著者の近藤麻理恵さんがTVで「人生がときめく片づけの魔法のテクニック」を紹介していました。どうしたら我が家が片づくのか、片づけ方法を詳しく知りたいと思い、『人生がときめく片づけの魔法』を読むことに。

この本は、「一度片づけたら、絶対に元に戻らない方法」を書いた本です。心がときめくモノだけを残す。あとは全部思いきって捨ててみる。これまでの人生がリセットされ、新たな人生がスタートするのです。家の中を劇的に片づけると、その人の考え方や生き方、そして人生までが劇的に変わってしまうということです。仕事も家庭も、なぜか人生全般がうまくいきはじめるのです。

一気に、短期に、完璧に片づけたら本当に人生がうまくいきはじめるのか? どうなるのか楽しみです。

(高槻北地区 平井扶佐子)

スタッフが足りません!



託児スタッフ募集!



託児リーダー部会

生活クラブには、小さいお子さんがいる組合員が地区の企画などに安心して参加できるように託児システムがあります。

託児活動に協力いただける方は、ご連絡ください。

<問い合わせ先>

茨木本部 組織運営課 072-641-5547

理事会報告

9月30日

大阪市中央公会堂

- ブック担当者会議
- 新規組合員フォローウエルカム企画「生産者交流会・(株)プレス・オールターナティブと(株)ヴィボン」開催を決定
- 環境委員会
- 「香害」講演会開催を決定
- 「生活クラブ関西6生協青果政策」実行方針の提案・討議
- 「第14回ワーカーズ・コレクティブ全国会議 in 愛知」後援を承認