

クラブ通信 Vol.152

2021年1月



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

<https://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	19,348人(11/20現在)		
加入	230人		
脱退	156人		
◎供給高	338,440円	(計画比 107.2%)	(前年比 119.4%)
一人当たり利用高	17,537円	(前年比 116.8%)	

令和三年

謹賀新年

今年も生活クラブのある暮らしで安心を



居場所「よりみち」 オープニング
代表 梶原氏(左) 浅井理事長(右)

生活協同組合(生協)は出資し、消費材を利用し、運営に関わることができる組合員の組織です。私たちは、自分たちが望む消費材を手に入れ、より良い暮らしやありたい社会を実現するために活動しています。

20年度は新型コロナウイルスの感染拡大により活動が休止状態でのスタートとなりました。9月から活動を再開しましたが、大規模な企画は中止・

地区総会 今後の活動内容を決定する場です

あなたも参加して地区の仲間と話し合おう

縮小を余儀なくされ、生活クラブ生協フェスタも中止せざるを得ませんでした。そんな中、香里ブロックに居場所「よりみち」が開設され、11月28日にオープンしました。「産直春のつどい」もオンライン開催に向けて準備が進められています。

近くに住む組合員がつながり、ともに学び、助け合える関係をつくるため、「地区」を基本に活動しています。集まりやすい身近な場として「地区」があります。

今年も地区総会を開催します！今年度の活動を振り返り、次年度の活動計画について話し合う場です。組合員は必ずどこかの「地区」に所属しています。一人一票の議決権を持っていて、意思決定に参加できます。今年度地区委員は、やさしいBOXや登録野菜について、またエコーライフやエッコロのたすけあい

オンラインで行こう！ 産直春のつどい ～おうちで畑見学会～

3月1日(月) 10:00~12:00

生活クラブの野菜は、どんな人が、どんなふうに、どんな想いで作っているのでしょうか？ やさいBOXの生産者のうち7生産者が、産地からオンラインで参加します。顔が見えて畑も見える。現場の生の声を聞きましょう！

- 参加方法は2通り
- ① YouTube ライブ配信を自宅で見聴
- ② 会場で参加、生産者とオンラインでつながります
- 会場：茨木市福祉文化会館、豊中市立蛍池公民館の2か所

YouTube 視聴のみは、申し込みは不要です。詳しくは2/1~配布のチラシをご覧ください。

の仕組みについて学びました。

新型コロナウイルスの影響で調理も試食もできませんが、生活クラブのある暮らしを伝えていきます。消費材のことや活動のいろいろ…コロナ禍での生活様式の中でできることを話してみませんか？ 総会の案内が届いたら、マスク着用で、ぜひ参加してくださいね。

(千里ブロック 吉川久子理事)



塩ベースの万能調味料

鶏ガラ 塩ちゃんこ鍋の素



生産者：株式会社エムエスエフ

生産者メッセージ

「寒い冬の晩ごはん」といえば鍋料理の出番が多いですね。私が切らず常備しているのがこの鶏ガラ塩ちゃんこ鍋の素です。市販の鍋の素で野菜を食べたい! という息子の声に、スーパーで手に取ってみるものの材料表示を見ると…どれも使う気にはなれず困っていたところカタログで見つけ、それ以来大ファンです。

★鶏ガラだし塩親子丼★

<作り方(2人前)>

- ①鶏肉(100g)、玉ねぎ(1/2個)、を一口大に切る。
- ②本品1袋と水200mlに①を入れ、火が通るまで煮込む。
- ③弱火にし、溶き卵を回し入れ、お好みの状態まで蒸らす。
- ④丼にご飯を盛り③をのせ、お好みで三つ葉を散らして出来上がり。



本品は、組合員の皆さんの「塩ベースで『鍋スープ』にも、ラーメンスープにも、調味料にも」使うことが出来るスープの素を開発して欲しい! という要望に応え、何度も改良を重ね2018年44週企画からスタートしました。「鍋の素」という名前ですが、年間を通して好評です。提携生産者である(株)秋川牧園の鶏ガラスープをベースに、(株)青い海のシママースを加え、コクと香りを引き出すために米澤製油(株)のなたね油で国産の「葱・セロリ・生姜」を炒めメッシュで濾した特製香味油をスープに練り込み仕上げたこだわりの「素」です。また、様々な料理に使用できるように希釈タイプの35g×4袋入りとしました。

(東京営業部 横道健太郎)

「寒い冬の晩ごはん」といえば鍋料理の出番が多いですね。私が切らず常備しているのがこの鶏ガラ塩ちゃんこ鍋の素です。市販の鍋の素で野菜を食べたい! という息子の声に、スーパーで手に取ってみるものの材料表示を見ると…どれも使う気にはなれず困っていたところカタログで見つけ、それ以来大ファンです。

GM対策済、アミノ酸調味料不使用、ねぎや生姜など香味野菜の風味が効いていて野菜がモリモリ食べられます。夏は素麺にもおすすめです。

(香里ブロック 田上綾子理事)

我が家の夕食



火曜日のこんだて

組合員：YA(30歳代)
生協歴：12年
家族：夫、子(12歳、10歳)
配達日：火曜日
1か月平均購入額：3.5万円

<登録消費材>
卵・牛乳・玉ねぎ・バナナ・やさしいBOX・鮮魚BOX

<今回購入した主な消費材>
豚ミンチ、鶏砂肝、ぶなしめじ、納豆、バナナ、ウインナー、食パン、やさしいBOX、鮮魚BOX

<コメント>
大根は、お味噌汁、おろし、煮物、炒め物、シチューなどで1本使い切るようにします。火曜日に配達してもらった鮮魚や肉類は早めに使い切り、週末は冷凍ものを活用しています。

…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	・オムライス ・野菜スープ	・卵、ケチャップ、玄米 ・玉ねぎ、にんじん、キャベツ、顆粒コンソメ
火	・秋刀魚の塩焼き ・豚肉とカボチャの煮物 ・お味噌汁 ・玄米飯	・秋刀魚 ・豚スライス、かぼちゃ ・味噌、大根、わかめ、ネギ ・玄米
水	・エテカレイの煮付け ・鶏砂肝のポン酢 ・大根の葉と鯖缶の和え物 ・玄米飯	・エテカレイ ・鶏砂肝、ポン酢 ・大根の葉、鯖缶、炒りごま ・玄米
木	・餃子 ・冷奴 ・中華スープ ・玄米飯	・餃子 ・絹ごし豆腐 ・玉ねぎ、白菜、にんじん、顆粒鶏ガラスープ ・玄米
金	・鶏のせせりと大根焼き ・キノコたち炒め ・味噌汁 ・玄米飯	・せせり、大根、牡蠣味調味料 ・ぶなしめじ、えのき茸、エリンギ ・味噌、絹ごし豆腐、わかめ ・玄米
土	・シチュー ・サラダ ・玄米飯	・牛乳、ホワイトルウフレーク、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも ・レタス、卵、マヨネーズ ・玄米
日	・サワラフライ ・だし巻き卵 ・豚汁 ・鮭と舞茸の炊き込みご飯	・サワラ ・卵 ・豚肉、大根、にんじん、ネギ ・塩鮭、舞茸、ごぼう、玄米

何で手を洗いますか?

高槻支部のつどい

～石けん学習会 講師：環境委員会～

クロスパル高槻 視聴覚室 参加:10人

コロナ禍で手を洗う機会が増えました。その手を洗っている洗浄剤は何を使っていますか? 石けんは合成洗剤の違いを知っていますか? 汚れを落とす仕組みは同じ「界面活性剤」の働きによるものですが、その主成分が異なります。「合成洗剤」に使われる合成界面活性剤は石油などから化学的に合成されたもの。P.R.T.R.制度(化学物質排出把握管理促進法の柱となる制度で指定対象になっている成分が使われているもの)もあります。皮膚から吸収される健康への影響も心配ですが、さらに心配なのは化学物質なので分解されにくいことです。ゲリラ豪雨などの増水時は未処理の汚水が河川などにそのまま流出されると聞きゾッとしました。長く環境の中にとどまるため、川や浄水槽などに棲息する小魚や微生物などに影響を及ぼし、最終的に分解されなかった

成分は海底に堆積します。「石けん」は水で薄まると洗浄力(界面活性作用)を失い、短時間で分解されず、よって肌への刺激が少なく、環境にあまり負担をかけません。水中のカルシウム等と結合し石けんカスになり小魚が食べたり微生物が分解して自然に還っていきます。石けんの使用が家庭からの有害物質排出を減らします。石けん生活はじめませんか? 落ち着かない日々ですが、こういった学習会で知識を深め共有する組合員活動を通し、より良い暮らしに繋がっていかれたらと思います。

(高槻南摂津地区 森康子)



もっと知りたい! 青果のこと

<伊賀有機農産オンライン生産者交流会報告>

11/19 YouTube ライブ配信で視聴

出演：新垣さん(独立3年目の若手生産者)

山口さん(独立10年の生産者)

まず新垣さんの畑から中継。水菜・小松菜・ほうれん草・ビーツ、それに秋物のズッキーニも。バツたに食われてスカスカのなばな畑もありました…

最初に見た畑は2年間休ませて、その間も耕うんして草の芽を摘むようにしていたそうです。そうすることで草に寄ってくる虫を防ぐのだとか。別の畑には小さな草に囲まれているほうれん草もありました。



新垣さん

除草の手が回らないこともあるけど、少し草があるほうが野菜が丈夫な気がするんで。

なんともおおらかな言葉ですね。車移動中の画面からは、山野を拓いて作った畑の様子がわかりました。

後半は山口さんの自宅とつないでお話と質疑応答。

伊賀独自の「野菜パック」(やさしいBOXのようなもの)というシステムで350軒ほどの近隣の消費者とつながっており、その中に「のらすけさん」という平日限定の畑仕事の助っ人さん(25人ほどが登録)がいるそうです。それは単に人手が欲しいからだけではなく、ちょっと農作業をやってみたい人にその場を提供し、すそ野を広げるという意味があるとか。なるほど。



山口さん

なぜ伊賀の地で就農?

前代表の松井さんの考えに共鳴したから。自然と共生しながら、小難しく考えずに皆で楽しくやるということ。

自分たちは山を切り開いて畑を作っており、元々そこにいた生きものを完全に排除するのは申し訳ない。多少の被害は仕方ないと思っている

自分は野菜を売って暮らすために農業やってるわけじゃない、生き方として農家をやっているんです。

この言葉を聞いて、「うわ、かっこいい! この人たちの作った野菜を食べられる私は幸せだ〜」と思いました。私自身も自然の中で邪魔者にならない生き方をしたいなあ。今回は自宅から中継ということでじっくり話が聞けて、オンラインの良さを感じました。でも来年はぜひ「伊賀有機収穫感謝祭」で会いたいですね。

実際の畑には音も匂いもあり、もっと感じられることがあると思うので、その機会を心待ちにしています。

今が旬の冬野菜、やさしいBOXでたくさん食べましょう。(広報委員会 小松原千恵)



12月

会員数	11,028人				
給付状況	消費材の破損	2件	健康診断補助	7件	
	託児	地区	10件/9人	活動中の対物事故	0件
		全体	0件/0人	日常的なたすけあい	37件/10人
	延長保育	2件	暮らしのサポート	94時間/19人	
エッコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811 月・火・木(10~15時)					
高齢者にやさしい日常はすべての人にやさしい日常					
高齢者が食べやすいものは誰にでも食べやすい。そこで高齢者の食事に助かる冷凍食材紹介、第2回です。皆さん、やわらかこんにゃく煮、試されましたか？今回は冷凍庫に常備できるこんな消費材です。					
1「さばつみれの野菜あんかけ」「タラと豆腐の和風あんかけ」(美食百彩) 魚のたんぱく質も取れ、味も優しくあんかけで食べやすい。					
2「根菜と押し麦の和風スープ」(美食百彩) 鶏肉・野菜・生姜などが入った癖になる味です。					
3「ころころ一口シリーズ」 高齢者にコロケやカツの普通サイズは大きい場合があります。平田牧場や秋川牧園などから出ている一口シリーズは、食べやすい大きさにレンジで1分。忙しい時ありがたいですね。					
(今年度の託児は、新型コロナ感染予防のため企画開催委員のお子さんのみとなっています)					
※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。					



ブックエンド

書名／カレーライス

著者／重松 清

出版社／新潮社



みなさんが小学生や中学生の時、好きだった教科は何でしょうか。国語！という方はあまり多くない気がします。でも、国語は好きじゃなくても、教科書に載っていた話を何となく覚えている方はいらっしゃると思います。重松清さんの「カレーライス」には、そんな短編がたくさん詰まっています。

実は、重松清さんの作品は教科書によく掲載されています。また、入試問題にも採用されていて、頻出作家ナンバーワンでもあります。読みやすい文章で、内容が奥深いからこそ、そうなっているのだと思います。

表題の「カレーライス」では、小学6年生の男の子がお父さんに叱られて、拗ねてしまいます。仲直りしたいのですが、つつい意地を張って、かえってお父さんを怒らせてしまいます。そこでカレーライスが…。さて、どんな役割を果たすのか？寒い日が続く中、ほっこり、少し温かい気持ちになれたらと思います。ぜひ読んでみて下さい。

(長尾地区 櫻井美由紀)

生活と自治

■2020年10月号 ロードマップ その先の明日へ 希望は学校給食にあり - 千葉県いすみ市のまちづくり構想

先祖代々続いて来た米農家が、米価の下落で転換期を迎えた時、コウノトリが田んぼに住むような地域にしようと一歩踏み出し、雑草が大量に出てもあきらめず、有機稲作技術を学び、出来たお米を学校給食へ。

農薬を使わない農業の大変さとコストの大きさを改めて感じました。また、「食べものの価値がわかる大人になってほしい」という言葉も印象的でした。

(鶴見地区 山口望)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。



今号と同時配布の黄色いチラン

～毎年恒例～
「お年玉クイズ」応募してね!

編集後記

先日、生活クラブ共済連のwebセミナー「進化する里山資本主義」地方で暮らすということに参加した。共済連では、米や豚肉の生産地である庄内地方の酒田市への組合員の移住を進める取り組みが具体化しているという。「里山資本主義」を唱える講師の藻谷浩介さんは、人口が過密な都会ほどコロナの感染が深刻で、世界的に見ても日本の地方ほど安全な場所はないと言われる。テレワークも進んだ今、アフターコロナをどう生きるか？果たして地方への移住は進むだろうか？ (K)

◆秋の紹介キャンペーン最終結果
 加入目標：651件
 実績：337件(達成率51.8%)
 ◆居場所「よみち」カンパ報告
 参加人数：535人
 口数：981口
 金額：294,300円



〜ご協力ありがとうございました〜

- 託児リーダー部会
託児スタッフ交流会開催を決定
- 21年度以降のwebを活用した組合員活動(オンライン会議・企画)の開催要項を決定
- 協力ありがとうございました
- ◆秋の紹介キャンペーン最終結果
加入目標：651件
実績：337件(達成率51.8%)
- ◆居場所「よみち」カンパ報告
参加人数：535人
口数：981口
金額：294,300円
- 託児リーダー部会
託児スタッフ交流会開催を決定
- 21年度以降のwebを活用した組合員活動(オンライン会議・企画)の開催要項を決定
- エッコロ委員会
20年度エッコロ共済暮らしのサポート並びに生活クラブ共済ハグくみケアサービスにおける連携団体の活動を支援する活動助成金の新型コロナウィルス感染拡大の影響による助成金内容の変更について決定
- webを使用したライブプラン講座
ブロック役員、地区委員体験講座開催を決定
- 11月24日 福島区民センター
20年度活動報告案、21年度活動方針案の提案・討議

理事会報告