



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

https://osaka.seikatsuclub.coop/

TEL. 072-641-5547



2月度実績報告(1/21~2/20)	
◎組合員数	19,409人(2/20現在)
加入	96人
脱退	139人
◎供給高	314,749千円 (計画比 98.8%)
	(前年比 90.5%)
一人当たり利用高	16,193円 (前年比 89.1%)

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

新しい予約・登録「よやく・る」スタート

新しいロゴに注目!



今までも登録ってあったけど、新しい「よやく・る」で何が変わったんですか?



・従来の「予約・登録」のしくみが
新しくなりました。

・継続した利用が「持続可能な生産」に
つながります。

・14週(4/4~週)配達から始まっています。

・予約できる消費材が増えました。

・カタログで注文するより価格もおトク!

← 詳しくはP. 4~5



★ベテラン組合員
のぶさん

消費材ラインナップ
でわかるように、予約
できる消費材がかなり
増えたのよ。

他にもありますか?



カタログでの注文より価格が
お得! 天候不順や原料不足な
どで一部欠品が発生しても、「よ
やく・る」での予約分は優先
的に届くよ。

うんうん



毎週予約を基本に、隔週・
月1回の品目もあるよ。

買い忘れがなくなるし、外出
しにくい時も安心ですね
さっそくチェックしてみます!!



【役員補充選挙に関する公告】

役員退任による補充選挙を定款及び役員選挙規約に基づき、
以下のとおり行います。

1. 役員区分、選挙区及び定数
 - 地域区理事
 - 香里ブロック 1名
 - 茨木ブロック 1名
2. 立候補受付期間
2022年4月15日~5月6日
3. 立候補受付方法
本部備え付けの立候補受付用紙に記名の上、5月6日までに役員選挙管理委員会まで届け出て下さい。ただし、立候補者は2022年3月末日において組合員資格を有していることが必要です。

◆ 今月の紙面

- 「地区の活動」 みそ作り 2
- 石けん生活始めませんか? 3
- 新しい予約・登録「よやく・る」 4 5
- こだわりの消費材 「みついしぎざみ昆布」
産直オンライン生産者交流会 6

- 「高橋さんと話そう!」
産直オンライン生産者交流会スケジュール 7
- エコロ共済 Tea time 「生活と自治」
理事会報告 つぶやき 8



石けん生活 始めませんか？

～健康のため、環境のため、
未来のために行動しよう～

石けんで洗うと → 手荒れしにくい! → タオルふわふわ!

お店にはさまざまな種類の洗剤が並んでいます。これらは「石けん」と「合成洗剤」の2種類に分かれます。この違いをご存知ですか。

石けんは天然の油脂とアルカリだけで作るシンプルな洗剤です。洗った後すすぐとすぐに洗浄力がなくなるので肌への刺激が少なく、短時間に分解されるので環境にあまり負荷をかけません。

一方、合成洗剤は石油や油脂などから化学的に合成されたものです。すすいで成分が薄められても洗浄力が残り手荒れやおむつかぶれの原因になることもあります。また排水による環境への悪影響も心配です。

生活クラブは人にも環境にもやさしい「石けん」だけを扱っています。

「固型せっけん」は毎日の手洗いやお風呂はもちろんのこと、食器洗い、洗濯にも大活躍。汚れのひどい部分は固型せっけんをこすりつけもみ洗した後、洗濯機で洗うとスッキリ落ちます。



お風呂で使いやすい
浴用せっけん

お風呂



ボディ
シャンプー

せっけん
シャンプー

ハンドソープ

液状の石けんは詰替え用(★印)があるから、ゴミが減らせるね。

私はまずハンドソープから始めようっと!



生活クラブ連合会 HP・せっけんページ

石けんの上手な使い方動画はこちら
関連消費材や石けん運動などの情報も
満載です。

また用途が書かれている消費材でも、洗濯用粉せっけんでお掃除したり、「キッチン用液体せっけん」でお風呂掃除やウールやおしゃれ着の手洗いに使ったりと、いろいろな使い方ができます。

石けんで洗濯するときは洗濯機に洗い物を詰め込みすぎず、石けんの量はパッケージの使用量の目安を参考に適量にし、すぎは2回します。石けんカスが気になるときは最後のすすぎにクエン酸を小さじ1杯ほど入れると効果的です。(柔軟剤Boxに入れると簡単)

石けんで洗濯すると繊維が硬くならないのでふわり仕上がります。近年、香りの害で問題になっている柔軟剤は不要です。

人にやさしい、自然にやさしい石けん生活を、あなたも始めてみませんか。(環境委員会)

ボトルに詰めて使ってね



遊びに来た友だちがタオルがフワフワだと驚いた

汚れ落ちがいい

部屋干しても臭くない

洗濯用

※利用者の声



ウール洗いにも
無添加せっけん



溶けやすくほのかな香り
粒状せっけん



ドラム式に使いやすい
液体せっけん



廃油から作った
マルダイ粉石けんびわ湖

みんなで楽しくみそ作り!



今年も新型コロナウイルス対策をしながら、地区の組合員、委員、理事が力を合わせて43地区52か所で「みそ作り」を開催。おいしくて体に良い手前みそができるのはもちろん、国産大豆を使用することで食料自給率やみその添加物のことも考えました。そして何より、共同作業は楽しい交流の場となります。

来年はあなたも参加してみませんか? お友だちができるかも…。

2/9 豊能ブロック 箕面西地区 桜が丘ヒューマンプラザ
参加:7人



※箕面西地区作成の案内チラシより

密を避けるために事前に時間割を作成し、予め参加者へ案内を配布、質問等にもきめ細かく対応できました。皆さんの協力によりほぼ時間通りみそ作りが進み、コミュニケーションが取りにくい中でも、地区総会&白みそ作りの案内を渡したり、アンケートを書いてもらったり…。今後の地区活動に参加しやすい「顔の見える繋がり」ができ、とても有意義な2時間半となりました。(永田千砂)



子どもたちに素敵な未来を届けたい☆



昨年のみそ作りで出会った2人が地区委員に加わり毎月楽しく活動しています。

2/11 茨木ブロック 茨木中央地区 クリエイトセンター
参加:21人



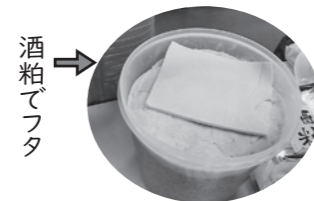
参加者みんなで協力すれば作業もはかどり、話はずみずみ。



親子・お友だちでまぜまぜ 楽しそう! 「おいしくな〜れ♡」

茨木中央地区のみそ作りには、毎年たくさんのゲストが訪れます。みそ作りを通して、生活クラブが大切にしていることを伝えたいと、気楽に声をかけ、2人で分け合っている方も多いです。3回目の参加で加入した方もいます。託児ができないため、去年から休日開催ですが、平日来られない組合員や、親子参加も多く、喜ばれました。

紙芝居、地区独自のリーフレットで、市販品との違い、みその効用、遺伝子組み換えでない国産大豆のこと、国内自給率の向上のことなどできる限り伝えました。みなさん、みそ作りで大豆を煮る工程や、醸造期間を体験しているため、とても納得していた様子でした。



酒粕でフタ

当地区では近年、酒粕で蓋をすることがブーム。今年のできが楽しみです。(赤木嘉奈子)

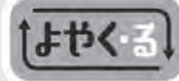
★生活クラブ生協大阪の Instagram に投稿中の「ここが MISO 日記」もぜひ読んでみてくださいね。みそ作りの疑問やお悩みが解決できるかも〜☆ #ここ MISO #生活クラブ大阪 で検索してね。

従来の「予約」「登録」の名称としくみが、「よやく・る」として新たにスタートしました。

P.1より

「よやく・る」とは？
予約した消費材が
定期的に届くしくみです
マークは2種類！

～予約する私 サステイナブルな暮らし～



オレンジ色：申込・変更はOCR注文書やインターネット注文で
対象品目→消費材ラインナップ参照

青色：申込・変更は配達職員に伝えてください。
対象品目→米、やさいBOX、じゃがいも・玉ねぎ・人参、
シーズン限定の予約登録のもの(トマト、果物等)

よやく・る
はじまる
14週(4/4～週) 配達より

予約登録して食べる

予約登録は、私たち組合員が「継続して食べる」、生産者が「継続してつくる」約束です。私たちが「必ず食べる」ことは、生産者にとって注文が見込めるので、「計画的につくる」「今後も生産を継続していける」ことに、私たちにとっては5年後、10年後の食料を確保することにつながります。
例えば、鶏卵は生きている鶏が日々産むもの

なので、自由に生産調整はできず「欲しいときだけ利用する」というわけにはいきません。また、卵を産む鶏に育てるには日にちがかかるので、「来週から急に羽数を増やす」というわけにもいきません。私たちが予約登録することで、計画的に鶏を育て、採卵し供給することができます。牛乳や食肉も同じです。私たちの「食べる約束」が大切であることがわかります。



消費材	取組間隔	値引き額	予約価格	消費材	取組間隔	値引き額	予約価格	注文書やインターネット注文などで申し込み・変更できます ※価格は税込価格です。詳しくは、折込みチラシをみてくださいね!					
								消費材	取組間隔	値引き額	予約価格		
パスチャライズド牛乳 900ml	毎週	11円	256円	絹ごし豆腐 (豆伍心)	毎週	5円	175円						
ノンホモ牛乳 900ml	毎週	11円	256円	2連木綿豆腐 160g×2	毎週	11円	201円	鶏モモ肉300g NEW!	毎週 隔週	10円	629円		
低脂肪牛乳 1000ml	毎週	11円	248円	2連絹ごし豆腐 160g×2	毎週	11円	201円	鶏ムネ肉300g NEW!	毎週 隔週	11円	497円		
産直いきいき卵 (ケージ飼)10個	毎週	5円	297円	うすあげ (豆伍心) 1枚 NEW!	毎週	3円	170円	豚ミンチ200g NEW!	毎週 隔週	5円	306円		
産直いきいき卵 (ケージ飼)6個	毎週	3円	191円	小粒納豆 40g×3(カップ入り) NEW!	毎週	3円	148円	豚野菜炒め用 スライス200g NEW!	毎週 隔週	6円	368円		
産直放牧卵 (平飼)10個	毎週	6円	475円	リッチ食パン 5枚 NEW!	毎週	6円	330円	ウィンナークラブのポークウィンナー 100g	毎週	5円	212円		
産直放牧卵 (平飼)6個	毎週	3円	296円	バターロール 7個 NEW!	毎週 隔週	5円	308円	徳用ウィンナークラブのポークウィンナー 240g	毎週	8円	500円		
プレーンヨーグルト 400g	毎週	11円	229円	焼きそば用蒸しめん 280g(2食分) NEW!	毎週 隔週	3円	146円	ウィンナークラブのロースハムスライス 100g NEW!	毎週 隔週	11円	459円		
生乳100%ヨーグルト 400g	毎週	11円	229円	国産牛おすすすめスライス 300g NEW!	毎週 隔週	65円	1,300円	エコシュリンプ 300g(10~15尾) NEW! 冷凍	隔週 月1回	43円	1,512円		
木綿豆腐 (豆伍心)	毎週	5円	175円	和牛おすすすめスライス270g NEW!	毎週 隔週	87円	1,663円	エコシュリンプむき身 200g(10~26尾) NEW! 冷凍	隔週 月1回	33円	1,005円		

練り物一筋
高橋徳治商店

高橋さん と話そう！①

～心のこもった料理の大切さとは？～



自称・ヒデじい

昨年開催された、オンライン生産者交流会に組合員から寄せられた質問や意見に対して、社長の高橋英雄さんから心のこもった丁寧な回答を文書で頂きました。

「生協は何ができるかではなく、生協を通じて何が解決できるか、私はそう考えてきました」と言われる高橋さんとのやり取りをシリーズでお伝えします。

組合員Aさん

娘は共働きのため孫を保育園に預け、帰宅は18時前。それから夕食の支度なので短時間でできるメニューで、お腹を満たすためにとりあえず食べさせている感じです。時間に追われゆとりのない食生活は今の時代は当たり前なのかもしれませんが、家族で食卓を囲み豪華でなくても心のこもった料理をという意識は低いようです。

若い世代の食生活はコンビニ食やテイクアウト、レンチンなど便利で時間をかけずに食べることができる反面、添加物、遺伝子組み換え食品、農薬など知らずに食べて何十年後、身体に影響が出ないかと思うと、食の危うさ、将来がとても心配です。身体は食べ物で作られていることを改めて考えてほしいと思います。

ヒデじい

自分を振り返っても若い時はお腹を満たせばいい食事でした。ただ、母親が忙しいのに手作りで作ってくれた本当に簡単な昔の料理やみそ汁がどこか私の食の根っこにあると感じています。もし文面通りだとしたら、お子さんたち、孫ちゃんは可哀そうですね。たまには手がかかった料理を話してあげてください。手がかかった料理は、煮物であれきんぴらであれ、子どもにも絶対にわかるはず。野菜や魚、肉は、やさしい味で味覚を上げ感性を深めます。素材の味が分かるやさしい料理や加工品は飽きが来ません。当然安価に仕上げるために添加物を使って増量した食品は、飽きてしまいます。

当社は、多くの市販品とは逆方向ですが、無添加でも機械生産が出来るよう改善を重ね、手をかけるべきところは手抜きせず、いわゆる手作りで原魚から手をかけ素材の味がしっかり出る食品に近づこうと考えて作っています。

娘さんには、少しずつ機会を見ては添加物の情報を刷り込んで、無添加食品や手作りの食品を送ることを今からでもぜひ試し続けてください。分かると思います。そんな食品には、それだけの力が宿っていますから…気長に。



生活クラブ連合会HP
震災を乗り越え、国産原料を使った安全な練り製品をつくる《食をつむぐ人たち・練り物篇②》もぜひご覧ください。

産直オンライン生産者交流会スケジュール

参加はオンライン or 会場で!

<p>第1回 石井養豚センター・ウイナークラブ (豚肉、ハム・ウイナーなど豚肉加工品) 4月19日(火) 10:00~12:30 枚方市総合文化芸術センター</p>	<p>第2回 大矢商店 (こんにゃく) 5月18日(水) 10:00~12:30 茨木クリエイトセンター</p>	<p>第3回 会田共同養鶏組合 (鶏卵) 6月8日(水) 10:00~12:30 大阪市総合生涯学習センター</p>
<p>第4回 生活クラブ関西ミート・和牛生産者 (牛肉・豚肉のバックセンター、和牛) 6月21日(火) 10:00~12:30 箕面市民活動センター</p>	<p>第5回 水の子会 (レンコン、セリなどやさしいBOX、イ草製品) 7月15日(金) 10:00~12:30 ドーンセンター</p>	<p>第6回 新生酪農 (牛乳、ヨーグルトなどの乳製品) 8月3日(水) 10:00~12:30 千里山コミュニティセンター</p>

申し込みは全体チラシ又は、生協WEBサイトで案内します。



和風にも洋風にも使えて便利!

みついしきざみ昆布



生産者: みついし昆布(株)



機械で細く裁断



等級別、用途に応じて原料昆布を選別

生産者メッセージ



(磯貝幸江)

古くからの日本の食文化を支えてくれている昆布。ダシにならなければもったいない昆布。ダシをとるだけではない昆布。

みついしきざみ昆布は、食べやすく細く切ること、昆布の繊維が細くなり、さまざまな調理法(冷凍)に使用することができ、昆布のもつ旨味が料理を引き立たせてくれます。さらに、食物繊維やカルシウム・ミネラル等豊富な栄養を効果的に得ることができます。

弊社では、仕入れた原料昆布を、同じ等級のものでも品質にバラツキがあるため、用途に応じて選別しています。

特にきざみ昆布の製造は、上質の昆布を一本一本丁寧に、砂や小石が付着していないか確認し細く切り製品にしています。

去年の支部のつどいで教えてもらった最近お気に入りの消費材です。みついしきざみ昆布と鰹節、じゃこで作ったふりかけは朝ごはんに大活躍! ご飯を食べる子どもはIQが高いと聞いて、せつせと食べる次女のご飯のお供になっています。

煮物はもちろん洋風のスープや味噌汁のダシとして使えて、さらに具として食べることもできるスグレモノです。寒い朝にはよくスープを作ります。「これって煮物? スープ?」冷蔵庫にある残った野菜ときざみ昆布が入っているから確かに煮物に見えるかも…。

でも栄養満点でとってもおいしい、おすすめの食材です! はまっちゃんは、まだまだ大ききざみ昆布初心者。素敵なレシピを知っていたら是非教えてください。

(平野ブロック 安川麻里理事)

今年もオンラインで生産者交流会

毎年開催してきた生活クラブ生協フェスタと産直春のつどいは21年度も中止しました。その代わりにオンラインで生産者と話をしよう! 消費材の生産現場や作業中の様子も写真や動画で見せてもらおう! 組合員はそれぞれ自宅からの参加でも、同じ時間、同じ画面を見て、まるで一緒にいるかのように交流しよう! と、オンライン生産者交流会を開催しています。

生協フェスタの代替企画として昨年に5回、今年は21年度産直春のつどいの代替企画として4月から8月まで連続6回開催します。生活クラブ生協大阪の産直の取り組み、生活クラブ運動を楽しく学ぶ機会となる

よう、6ブロックから選出された12人の実行委員が協力して準備中です。今年も組合員は自宅からの参加を基本にしつつ、会場の定員数に限りはありますが会場からの参加もできるようにします。全6回の交流会の日程と生産者、対象消費材はP.7の表に記載しています。

「いつも利用している消費材がおいしい理由は?」「スーパーと比べると少しお高いけど違いは何?」「注文したことないけど前から興味はあった」「他の組合員がどうやって食べている(使っている)のか聞いてみたい」など、参加してみると目からウロコ! 得るものいっぱいです。申込み待ってます!

(産直オンライン生産者交流会実行委員会)



3月

会員数		10,651人		
給付状況	消費材の破損	2件	健康診断補助	4件
	託児	地区 4件/5人	活動に伴う車の使用に対する保障	23件
	サークル	全体 0件/0人	暮らしのたすけあい	47件/7人
		0件/0人	暮らしのたすけあいサポート	44時間/14人

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



エッコロ共済の助成金

エッコロ共済の掛け金は、組合員の活動保障やケア金の給付以外に、様々な地域福祉の活動に活用されています。生活クラブ生協大阪の福祉政策に沿って必要な活動について予算化し、以下の通り助成しています。

- ・エッコロサークルの運営費
- ・子育て支援に伴う学習会、サポーター養成費用、研修費用
- ・子育てひろば「ひらひら」「クレードル」「ぼらん*ぼらん」の運営費、新規立ち上げ費用
- ・『生活と自治』リーディングサービスの運営費
- ・エッコロ講座(講師料など)
- ・居場所「よりみち」の運営費(家賃、水道光熱費)
- ・連携する4つの福祉団体の活動

エッコロ共済に加入しているだけで、あなたも地域福祉に貢献することができます。自身のため、暮らしやすい地域づくりのために、エッコロ共済へぜひ加入してください。

活動に関心がある方はエッコロ事務局までお問い合わせください。



4月からピカピカのランドセルを背負い小学校に通うことを心待ちにしている我が子がいます。入学準備をする中で子どもとワクワクドキドキする気持ちと、時代とともに様々な変化を感じる部分があります。

コロナ禍という生活様式もそうですが、文房具や持ち物に対してもこれほどまでに指定や禁止事項が多いとは…。驚きとともに、ここに疑問や違和感を感じなくなってしまう怖さも感じています。



ティータイム *Tea Time*

「ピカピカの一年生」

もちろん様々な事故やトラブルを避ける目的や、学びの妨げにならないようにという学校側の配慮も痛いほど分かります。ただ同時に、トラブルや子どもたちの失敗のタネを排除しつくすことが本当に教育や成長にとっていいものなのか？

とは言え小学生の母として私自身も春からが1年生なので、様々なことを経験させてもらいつつ親子で考える力をこれからも育てていきたいものです。

(池田南地区 岡田茉莉)

生活と自治

2021年11月号

子どもとネット社会、新たな環境とどう付き合っていくか

オミクロン株の感染急拡大が子どもたちの生活を直撃しています。わが家も休校・外出自粛が続く友達とは気軽に遊べず、家でYouTubeを見る時間がどうしても増えてしまっています。

YouTubeはコンテンツが多いうえに自分の興味のある番組を選べるので、休日は放っておくと数時間…ということもあります。私が忙しい時、子どもが暇そうにしてる時にはYouTubeは時間潰しに便利ですが、あまりハマりすぎないように子どもの性格と照らし合わせながら、他の楽しみを見つけられたらいいなと思っています。(城東地区 原田佳世)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

理事会報告

2月28日 エル・おおさか

○消費材委員会

ピオサポ基礎講座「生活クラブの健康な食デザイン」活動計画を決定

○エッコロ委員会

エッコロ共済暮らしのサポートで連携する福祉団体の活動を支援する活動助成金の助成額を決定

○環境委員会

Rびん返却の実態調査アンケート実施を決定

○自然エネルギー委員会

エネカフェ大阪活動計画を決定

○NON!GM委員会

GMナタネ自生調査活動「親子で検査&学習会」活動計画を決定

○「石井養豚センター・ウインナークラブ」産直オンライン生産者交流会

活動計画を決定

○冬の共済キャンペーン中間報告を確認

つぶやき

クラブ通信は今号より8ページ発行となる。私たちの活動、みんなが目指したいこと、組合員の投稿記事など、これまで4ページの紙面ではスペースが足りない！という場面もあったが、今後はより多くの内容を伝えたい。

広報担当になりもうすぐ1年。一つひとつの記事で組合員に伝えたいことは何か？この内容で伝わるか？と自問自答したり、「ティータイム」など組合員の投稿からは新たな気づきや温かな気持ちをもたらしたり。毎日が学びの連続と感謝でいっぱい！

(A)