

クラブ通信 Vol.181

2023年6月



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

<https://osaka.seikatsuclub.coop/>

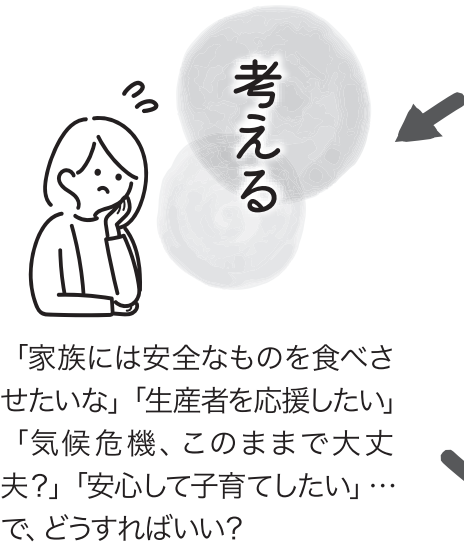
TEL. 072-641-5547

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



4月度実績報告(3/21~4/20)	
◎組合員数	19,608人(4/20現在)
加入	155人
脱退	174人
◎供給高	337,772千円(計画比 101.1%)
	(前年比 109.1%)
一人当たり利用高	17,215円(前年比 107.5%)

生活クラブ生協は、一緒に知る・考える・行動する場



「家族には安全なものを食べさせたいな」「生産者を応援したい」「気候危機、このままで大丈夫?」「安心して子育てしたい」…で、どうすればいい?

- 知る**
- ▶ 組合員同士の何気ない会話「この消費材いいよ!」「あのニュースどう思う?」
 - ▶ 食べるカタログ、クラブ通信、委員会ニュース、生活と自治で情報収集
 - ▶ 学習会や生産者交流会に参加すると、知らなかったことがいっぱい(食品添加物、国内自給率、遺伝子組み換え、環境、エネルギー、身近な暮らしの問題、生産者の思い、産地の状況など)



- 行動する**
- ▶ 個人で
消費材を選んで利用する、よやく・るでの利用(持続可能な生産と消費に)、生活クラブでんきにスイッチング、エコロ共済に加入する、署名やパブリックコメントを出す…など
 - ▶ 仲間同士で
地区の集まりや専門委員会・部会の活動に参加して学ぶ・つながる、知ったことを伝えていく…など

23年度の組合員活動が始まりました

「消費材の利用」「学習会や地区の集まりなどへの参加」「地区・ブロック、専門委員会・部会での活動」などの組合員活動を通して、私たちは社会にある問題を解決し、私たちの生活の場を住みよくしようと

歩んできました。基にあるのは、組合員同士のつながり、消費材を通しての生産者とのつながりといった「人と人のつながり」です。人と会って話すと、一人では解決できない問題を一緒に考え、力を合

わせ行動することができているのが生活クラブ生協です。23年度も様々な形で活動に参加し、一人ひとりでも、仲間同士でも、知って、考えて、行動していきましょう。

生活クラブで知って考えて行動しよう

告知

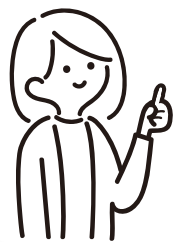
第43回
「生活クラブ生協フェスタ」
今年も鶴見緑地公園で開催されます。

開催まであと3か月

日時: 9月24日(日) 10:00~14:00
場所: ハナミズキホール & 屋外附属展示場 (花博記念公園鶴見緑地)

◆ 今月の紙面	● 2023年度 ブロックの活動 生活クラブ生協フェスタ	2	● GMOフリーゾーン運動 全国交流集会 参加レポート	6
	● 2023年度 専門委員会・部会の活動	3	● 「でんきを変える、でんきで変わる」 私のおすすめ3品	7
	● インタビューシリーズ Vol.2 「わたしたちのパスチャライズド牛乳」	4 5	● エッコロ共済 フィリピン災害支援カンパ報告 Tea Time 「生活と自治」 理事会報告 つぶやき	8

23年度 専門委員会・部会の活動



今年も生活クラブ生協大阪の専門委員会や部会がいろいろ計画しています。興味のある企画に参加するもよし、一緒に活動するのもアリですよ。活動する仲間は随時募集中です!

問い合わせ:組織運営課 072-641-5547

F

消費材委員会

Food

昨年度に引き続き、竜おうみ米の生産地へ行き、田植えのころの様子などを生産者から直接聞いて学びます。

牛乳の利用をすすめる企画や生産者交流会も開催する予定です。消費材がもっと好きになる活動をしていきます!

E

環境委員会

Energy

- ★合成洗剤ではなく石けんを選んで使い、BMW生物活性水の利用で家庭内の化学物質を減らす。
- ★生協のリユースびん入りの消費材の利用と回収でごみやCO2を削減する。

以上を目的に活動中。私たちの毎日の生活が地球の環境を作っています。

自然エネルギー委員会

「生活クラブでんき」のロゴが新しくなりました。改めて私たちの電気の価値や魅力をアピールします。月1回オンラインを中心に相談会「エネカフェ」を開催中。電気への疑問を解消する場です。ぜひ参加してください!

NON-GM委員会

遺伝子組み換え食品やゲノム編集食品の問題点について知らせ、消費材の利用を推進していきます。今年度は、リニューアルメンバーでなるべくわかりやすい学習会や企画を考えていきます。生産者交流会も計画します。

農業体験連絡会

高槻と枚方藤阪の2か所でお米、玉ねぎ、季節に合った野菜を多くの家族が参加して作っています。泥だらけになりながらの田植え。鎌での稲刈り。ネットいっぱいの玉ねぎ。芽キャベツってこんなにいっぱいできるんだね、と楽しく活動しています。

C

エコロ委員会

Core

誰もがいつまでも元気に暮らしていける地域づくり、組合員どうしのたすけあいの輪を広げる活動を進めます。学習会や月1回のニュースを通して生活クラブが目指すたすけあいを伝えていきます。

【子育てひろばサポーター部会】

現在の香里・茨木ブロックの子育てひろばに加えて、5月より平野ブロック(東大阪市)に4つ目のひろば「とことこ」を開設しました。部会メンバーと協力してスムーズな運営ができるように進めていきます。

【託児リーダー部会】

よりよい託児活動、そして子育て支援を一緒に考えてくれる託児スタッフ・託児リーダーの仲間を増やし、子どもも保護者も託児スタッフもみんな「とも育ち」ができるように、前進して行きます。

【がっこう部会】

「里山の暮らしに学ぶ」として、自然豊かな童仙房で生活する地元の方の作業を手伝うことで暮らしに触れ、体験から広がる興味を大切に、生活の知恵に学ぶ場となることを目指しています。

【香里ブロック居場所づくり部会】

地域の人が笑顔で過ごせるよう3つのことに取り組みます。

- ①利用時間を増やす。(第3土10~12時)
- ②地域の居場所と連携を深める。
- ③ブロック等と協力し組合員の活動拠点をめざす。



よりよい居場所づくりに仲間を求む! スタッフ・ボランティア大募集!

広報委員会

組合員のおすすめやよやくる消費材の紹介から、環境、エネルギー、脱炭素、福祉たすけあい、子育てまで幅広くお伝えします。今年度は「私たちのパスタライズド牛乳」コーナーを毎月掲載します。

23年度 ブロックの活動



「ブロック・地区」は身近な活動の場です。生活クラブ運動への共感を広め、消費材を利用する仲間を拡げることを活動の柱に、各ブロックで様々な取り組みを計画中です。今年度は全ブロックで牛乳、りんごの利用結集に取り組みます。

香里
ブロック

取り組む消費材は…
エコシュリンプ、
牛乳、りんご

牛乳やエコシュリンプについて、地区委員みんなで楽しい企画を考えています。ぜひ参加ください!

門真
ブロック

取り組む消費材は…
鶏肉、牛乳、りんご

ブロックで牛乳と丹精国鶏について学び、楽しく参加出来る企画を考えています。

平野
ブロック

取り組む消費材は…
牛乳、りんご

生産者交流会を企画します! 集まりやすい場所での開催です! 私たちの消費材の生産者に会いに来てください!

千里
ブロック

取り組む消費材は…
バランゴンバナナ、
牛乳、りんご

バランゴンバナナに取り組み、ブロックでも企画を開催中! 地域の組合員とたくさん出会うことを期待しています。

茨木
ブロック

取り組む消費材は…
産直米、牛乳、
りんご

米について学び、夏には生産者交流会を計画。おいしい食べ方提案にも力を入れています!

豊能
ブロック

取り組む消費材は…
鶏肉、牛乳、りんご

身近な地域での活動を盛り上げます。おいしさとその先の生産者の物作りを学び消費材のよさを伝えていきます。

開催決定!

2023年度の生活クラブ生協フェスタはどんなフェスタ?
新年度に入って、フェスタ実行委員会で検討が始まりました。

今年のテーマは…

あじおあり♡つながろう
みんなおいで! 生活クラブ

第43回

生活クラブ生協フェスタ

9月24日(日) 10:00~14:00

【会場】

大阪市花博記念公園鶴見緑地
ハナミズキホール・
屋外附属展示場

新型コロナウイルス感染症が、感染症法上の2類から5類に移行になりました。今、実行委員会では「ステージをつくらうか」「館内でも飲んだり食べたり可能になるかもよ」「スタンプリリー・大抽選会で最後まで楽しもう、外れくじなしにしたいね」「フリーマーケットは目立つ場所にしたいね」などと楽しく盛り上げる内容を検討しています。

テーマの「あじわおう」は食だけのことでなく、私たちが日ごろ取り組んでいる内容すべてを多くの人とあじわいたい、という意味です。そして多くの人に来てもらい、つながっていききたいという想いを込めました。字体もメンバーの手書き文字です。込めた想いが伝わっていますか?
今年はフェスタ情報もたくさんの人に見てもらえるように工夫していきます。組合員ブースも昨年よりもっと増えたらいいな。出展もお手伝いの方も募集していきます。みんなで大いに盛り上がって楽しみましょう!!
フェスタ実行委員会
委員長 清水啓子

教えて～！
理事さん

わたしたちのパスチャライズド牛乳

「私たちに必要な牛乳」として生産者と共に作ってきた、パスチャライズド牛乳。その生乳を生産している酪農家が今、これまでにない大変な経営危機に直面しています。この苦境を乗り越え、牛乳の持続可能な生産を支えていくにはどうすればよいのでしょうか？

生活クラブ生協大阪で消費材に関する組合員活動に取り組む小野田さんと、22年度牛乳の利用結集活動に取り組んだ千里ブロックの谷田さんに聞きました。



話し手：
消費材担当常任理事
小野田郁子

話し手：
千里ブロック理事
谷田雅代

聞き手：
広報委員会
田上綾子

- ※【取り組みの歩み】
- (年) 1965 一人の女性の呼びかけで集団飲用運動が始まる。
 - 1978 自前の牛乳工場建設
 - 1979 新生酪農(株)設立と牛乳工場の稼働
 - 1986 乳製品工場の設立でヨーグルトとアイスクリームの取組開始
 - 1988 生乳の殺菌温度の変更(超高温殺菌から高温短時間殺菌(72°C15秒間)へ)
 - 1998 NON-GM飼料の取組
 - 2000 900mlびん牛乳の製造開始
 - 2008 余乳対応から、関東生乳販連に加入
 - 2015 低脂肪牛乳とバター、ノンホモ牛乳の取組開始
 - 2021 チーズ工場の建設
 - 2023 関西での200ml牛乳の取組開始

パスチャライズド牛乳の始まり



田上 ます初めに、現在私たちが飲んでいるパスチャライズド牛乳はどのようにしてできたのか教えてください。



小野田 1965年、「集まって安く」という集団飲用運動から始まりました。その後安いでなく牛乳の中身も知っていかうとする中で、素性の確かなものに取り組みという基本姿勢が作られていきまし。そして自分たちが納得のいく牛乳を求めて、酪農家と共同で牛乳を作り、生産から消費まで構造をわかって飲むため「私たちの牛乳工場」を建設しました。これは我が国初の生産者と消費者の共同出資によるものです。1979年新生酪農(株)を設立、生産・供給の一貫経営体制ができました。



小野田 殺菌温度の変更など、今あるパスチャライズド牛乳は生産者と組合員が一緒に作り上げてきたものです。

「パスチャライズド牛乳って？」

※【取り組みの歩み】参照

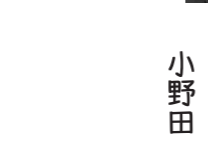
殺菌温度の変更など、今あるパスチャライズド牛乳は生産者と組合員が一緒に作り上げてきたものです。

殺菌温度の変更など、今あるパスチャライズド牛乳は生産者と組合員が一緒に作り上げてきたものです。

現在の利用状況



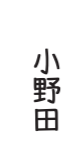
田上 私たちの利用はどうなっていますか？



小野田 品目を増やしたにもかかわらず、利用は減り続けていて、現在の利用状況が続くと、パスチャライズド牛乳の持続可能な生産が困難となります。



田上 どの程度の利用量が必要なのですか？



小野田 びん牛乳で1000万本の維持です。

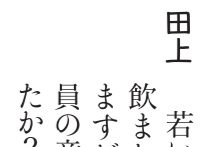


田上 22年度、千里ブロックと茨木ブロックが牛乳の利用結集活動に取り組みました。千里ブロックでの活動について教えてください。

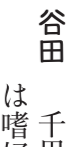


谷田 新生酪農との産直オンライン生産者交流会を千里ブロックで担当したほか、その開催に向けた生産者とのリハーサルに委員のみなんで参加、支部のつどいとして牛乳学習会を開催し、夏までに繰り返し学習して「みんなで学ん

で盛り上げていこう」という雰囲気がありました。

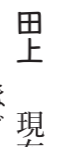


田上 若い世代は牛乳をあまり飲まない傾向があると聞きますが、学びを通して組合員の意識の変化はありましたか？



谷田 千里ブロックでも初め牛乳は嗜好品と考えていた組合員がいました。しかし牛乳について知ることで、牛乳は食べ物と気付き利用を増やしたことは、周りの組合員にもうれしいことでした。地区企画では牛乳の学習の他、モツアレやカッテージチーズの作り方など飲む以外の使い方も伝え、牛乳の利用をすすめました。

酪農の危機的状況



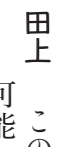
田上 現在、酪農家はかつてないほど危機的な状況におかれています。何が起きているのでしょうか？



小野田 大きな要因は3つあります。一つ目は飼料価格、燃料費の世界的高騰による生産コストの上昇です。特にコストの4割前後を占める飼料代は、2年前の5割増で酪農家への大きな打撃となっています。二つ目はコロナ禍の影響で、業務用を中心に牛乳や乳製品の需要が激減したことです。余った生乳を加工した脱脂粉乳の在庫が過去最大となり、酪農家の収入減少につながりました。

三つ目は副収入源である子牛価格の暴落です。雄の子牛を肉牛用に販売して経営を維持してきましたが、飼料の高騰で肉牛の買い控えが増えたためです。また、牛乳の価格は小売りが主導して決めている側面があり、酪農家にしわ寄せがいく構造となっています。今回もコスト上昇分を価格に反映できないことで、酪農家は生産すればするほど赤字となり、酪農家の廃業が相次いでいます。

牛乳の持続可能な生産に向けて 私たちの行動

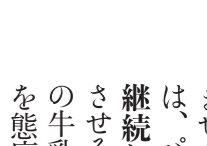


田上 この状況を乗り越え持続可能な生産にするために、私たちはどうすればいいのでしょうか？

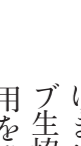


小野田 2月には生活クラブ生協連合会全体で、酪農緊急応援カンパに取り組みました。大阪では5171口258万5500円が集まり、酪農生産者代表へ届けられました。また4月からは牛乳応援基金がスタートしています。牛乳の価格に2円上乗せし、酪農家の生産対策などに活用します。

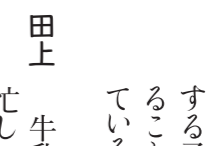
ただ、これらは一時的な対策で根本的な解決にはなりません。やはり最も必要なのは、パスチャライズド牛乳を継続して利用し生産を安定させることです。私たちはこの牛乳が飲みたいということに態度であらわさなければいけません。今年度は生活クラブ生協連合会全体で牛乳の利用を進め、国に政策提案もする予定です。私たちは食べることによって社会運動をしていると感じています。



田上 牛乳は栄養バランスに優れた忙しい人でも手軽に栄養を摂ることが出来ます。そのまま飲むだけでなく料理にも活用し、プラスチック本利用していきましょう。



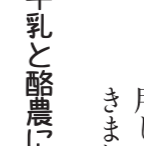
谷田 以前、提携酪農家の三村さん夫妻の話を聞いてから生産者を応援したいとずっと思っていましたし、今回の危機においても同じ思いです。しかし誰も牛乳の話が薄れがちになるので、繰り返しいろんな角度から(生産者の話、学習会、チラシなど)酪農について伝えることが大切です。



小野田 一度酪農家をやめてしまつたらどうなるのか。再生産するとしても3年は掛かると言われています。そもそも酪農家は戻ってくるのか？牛乳は国内自給でき、栄養的にも貴重な食品です。酪農から出る糞尿は堆肥として地域循環型農業にいかすことができ、耕畜連携という意味でも日本の酪農を支えることは重要だと思います。



小野田 私は牛乳で育ち、今後も飲んでいきます。そしてそれはパスチャライズド牛乳でないといけないと思っています。



小野田 この私たちの牛乳の価値を認め飲む人を増やしていきたい。日本の酪農の健全な存続を望んでいます。

インタビューを終えて



酪農家が危機的状況にあるということは、私たちの食も同じく厳しい状況に置かれていることを意味します。なんとか未来へつなげたい。そのためには一人でも多くの仲間とどう行動すればよいかを考えたいと思います。

パスチャライズド牛乳をこれからも飲み続けるために、今できることは食べる力を集め、声を上げる。今こそ力を合わせ危機を乗り越えていきましょう。

「でんきを変える、でんきで変わる」

～わたしの「脱原発！」～



生活クラブの電気に変えたことにより、特に電気代が上がったとかの大きな変化はなく*「支払い先」が変わったと言うことくらいでした。何が大きく違うかと言うと、やっと脱原発が出来たと言う事実です。福島事故の時にも何も出来なかった。何をすればいいのかもわからなかった。でも、電気を切り替えたことによって、やっとその気持ち行動に移せたのでした。

初めてエネカフェに参加した時、なんで生活クラブは電気を作るのかと思ったのですが、みんなのために使われている電気があるんだと、視点が個人から社会に変わった時、電気がないと現代は生きていけないのだと理解できました。ならば！やはり原発ではなく、太陽や風水、地球からの限りなくあふれるエネルギーで

つくられた電気を使いたいと思ったのです。

契約から1か月、我が家のスイッチを入れると太陽や風から作られた電気が流れてくる！ただ支払い先が変わっただけですが、そう思えて誇らしくなりました。

電気って血液みたいですね。生きていてあったかい感じがします。知らない誰かよりも「あの人が作った」と知っているだけで血の通ったものになりました。その温かみを感じられると電気を大切に出来る気がします。

再生可能エネルギーを作る決断をした方々に感謝します。（自然エネルギー委員会 山田ひろえ）

*契約中のプランや電力使用状況により違いがあります。

私のおすすめ3品

瀧本留里さん
70歳代 生誕 45年

パスチャライズド牛乳



コップ1杯の牛乳で1日に必要なカルシウムの約1/3を摂取できるとか。我が家は2家族で週に4本利用していますが、おかげで骨密度は優等生です。72℃15秒間のパスチャライズド殺菌なので、熱による成分変化が少なく、さらっとした甘さで飲やすいです。たまに足りなくなって市販の超高温殺菌の牛乳を買うと『牛乳臭い』と不評です。

そのままでもおいしい国産シュレッツドチーズ



ピザやグラタンに、またネミングの通りサラダに直接混ぜてもおいしくいただけます。国産チーズでセルロース（多くの市販品で使用されている）不使用なのに、冷蔵保てもくっつかなくて取り出しやすいのも気に入っています。

骨取りさばのみぞれ煮



国産の真さばの切り身を大根おろしと醤油ダレで味付けされた加工品です。そのまま温めて食べてもお手軽ですが我が家は薄味好きなので、白菜・白ネギ・豆腐を加えて煮ます。タレの味が優しい甘さで、最近魚の骨が気になり出した夫にも好評です。

★牛乳で作る胡麻豆腐★

- 〈材料〉
・牛乳…400cc ・吉野葛
・練りゴマ大さじ3
- 〈作り方〉
①鍋に吉野葛を入れ牛乳を少しずつ加えながらダマが無くなるまで泡立て器で溶かす。
②①を弱火にかけ、焦がさないよう泡立て器でかき混ぜ、ブツブツと泡が出てきたら練りゴマを加え混ぜる。2～3分混ぜながら加熱する。
③②を流し缶に入れ、冷やし固める。お好みでわさびと醤油で召し上がれ！

★ラッシー★

- 〈材料〉
・牛乳…200cc 蜂蜜 ・大さじ1～2
・プレーンヨーグルト・200cc
・レモン汁大さじ1～2
- 〈作り方〉
ボールに材料を全部入れ、泡立て器でよく混ぜる。蜂蜜とレモン汁の量は好みで。
※「フーマーズカットマヨ(冷凍)」とラッシーの材料をミキサーにかけると絶品のマンゴーラッシーが出来ます。ミントを飾り、レモンをグラスに挟むとカフェ気分！

遺伝子組み換えもゲノム編集もない世界をつくろう

—大消費地東京から—

2023年2月25日
第17回 GMOフリーゾーン
運動全国交流集会 in 東京
実行委員会 主催
NON-GM委員会 参加

◆遺伝子組み換え・ゲノム編集食品の現状は？

全国から様々な立場の人々が集まり、韓国・台湾・ベルギーのビデオ報告もあり、国際的な集会になりました。（大阪からはオンライン参加でした）

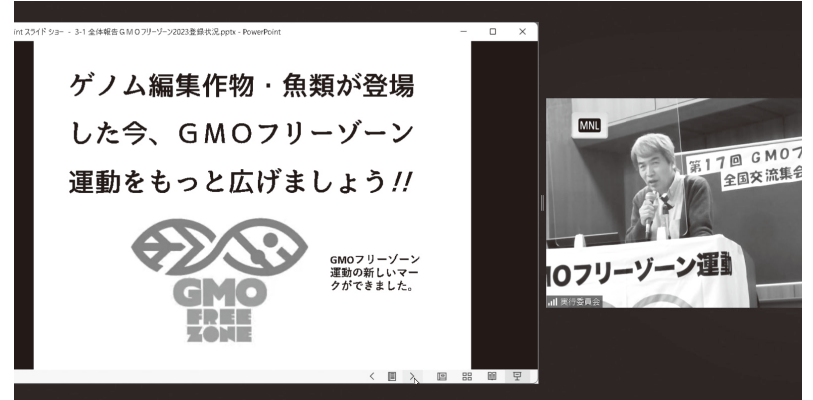
「遺伝子組み換え食品いらない！キャンペーン」代表の天笠啓祐さんより、現状について報告がありました。遺伝子組み換え作物の栽培は様々な壁にぶつかる中で減少傾向に向かっている。代わって、ゲノム編集食品の開発が急速に進み、日本ではGABA高蓄積トマト、可食部増量マダイ、高成長トラフグの流通がはじまっていることや、日本政府は私たち市民の運動を受け流し、環境影響評価も食の安全評価も食品表示も必要ない普通の食品と同等としていて、日本だけが突出した生産国になっていることなどが語られました。

農家の方々によるディスカッションが行われ、「カエルに農薬がかかり後で見に行ったらカエルが死んでいた。これを機に有機農法に切り替えていった」と言われていたことが印象深く、又、全国沿岸漁民連絡協議会の方が、「農薬の影響で海底に稚魚がだんだんいなくなっている」と話され、全ては皆繋がっていると感じました。

◆ゲノム編集トマト苗の無償配布

ゲノム編集トマト苗を開発・販売する企業が、福祉施設や小学校への「無償配布」を打ち出していることに対して、昨年より反対行動*が全国に広がっていることについて、運動のまとめの発表がありました。2月時点で、全国1,098の自治体へ「苗を受け取らないで」と要望書を提出。646の回答を得、内243自治体は「受け取らない」と回答。「受け取る」と回答した自治体は0との報告がありました。安全性が担保出来ないことを、行政にまず知ってもらうことが大切、との声が多くありました。

*生活クラブ生協大阪では、23自治体の各教育委員会へトマト苗を受け取らないよう、要請および質問書を郵送しました。結果「苗を受け取る」と回答した自治体は0でした。



GMOフリーゾーン運動の新しいマークができました。

◆大会宣言

最後に大会参加者一同で、以下、大会宣言とし、集会が締めくくられました。（一部抜粋）

生活クラブでは「疑わしいものは使用しない」という考えから、遺伝子組み換え作物・食品・ゲノム編集食品は取り扱わないことを基本にしています。消費材を日々の食事に利用することで『未来の子どもたちに安心して暮らせる食べ物・環境』を残して行きましょう！

（NON-GM委員会 桑代サツ子）

大会宣言

GM作物、ゲノム編集作物・魚、そこから作られる食品を拒否し、栽培・養殖させない、流通させない、食べないという取り組みを日本中に広げていくことで、日本の農林水産業と私たちの食卓を守っていくことが極めて大事な状況になっています。本日、私たちは、大消費地である東京から強い思いを込めて発信します。国内はもとより世界の人々とともに、遺伝子組み換え・ゲノム編集作物・魚を拒否し、GMOフリーゾーンを拡大していきます。GMOフリーゾーンの輪を広げることで、地域の農と食文化を守り、食の安全と生態系を守ります。

◆GMOフリーゾーン運動は、遺伝子組み換えやゲノム編集を含む遺伝子操作による食品を作らない運動。日本では2005年に滋賀で始まり、翌2006年に第1回GMOフリーゾーン全国交流集会を開催。以降毎年開催されている。



5月

会員数	10,437人			
給付状況	消費材の破損	2件	健康診断補助	3件
	延長保育	1件	活動に伴う車の使用に対する保障	3件
	託児	地区	3件/5人	暮らしのたすけあい 日常的なたすけあい
全体		0件/0人	暮らしのたすけあい サポート	34時間/9人

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



エッコロ共済ってどんな共済?

エッコロとは、イタリア語で「はい、どうぞ」という意味です。エッコロ共済は、「ちょっとお願い」「はい、どうぞ」というお互いさまの関係でたすけ合う、生活クラブ生協大阪の独自のシステムです。

みなさんの毎月の100円の掛け金は

- ① 活動保障 (消費材の破損、健康診断費用、活動に伴う延長保育費用など)
- ② 暮らしのたすけあい (エッコロ共済加入者同士のたすけあい、福祉団体による支援)
- ③ 助成金 (子育てひろば、居場所「よりみち」、連携する福祉団体、エッコロ講座開催の費用など)

これらの3つの柱で、たすけあいの仕組み作りと地域福祉の取り組みに充てられています。

「困ったときはお互いさま」「ありがとう」をバトンにして、たすけあいのつながりをひろげていきましょう。

詳しい内容は、エッコロ共済ガイドブックをご覧ください。こちらのWEBサイトから →



昨年自転車で走行中、トラックと衝突し転倒した。咄嗟に柔道の受け身を取りながら回転し、全身アザだらけになったが、幸い骨折はなかった。医者からは「この事故で骨折もなく、骨が丈夫ですね」と褒められた。



ティータイム *Tea Time*

「牛乳で骨を丈夫に」

もう15年程になるか。朝食はパステライズド牛乳でカフェオレ、生乳100%ヨーグルト、トースト。パステライズド牛乳は72°C15秒間殺菌で、カルシウムとたんぱく質がしっかり残っている。食後はベランダに出て軽くストレッチで、たっぷりの日光を浴びる。ビタミンDが生成され、カルシウムの吸収を助けてくれる。普段から食育を意識してきた生活が、私の骨を丈夫にしてくれたのだろう。

カルシウムは毎日身体から排出される。毎日200mlのパステライズド牛乳を、継続して飲むことが、骨を丈夫にする秘訣だと思う。

細胞は日々変化する。今日から始めませんか、骨密度アップ。
(都島地区 藤野真紀)

フィリピン災害支援カンパ

ご協力ありがとうございました!

2021年12月にフィリピンを直撃した台風によって、ネグロス島とボホール島のバラゴンバナナとサトウキビが大きな被害を受け、生産者の家屋、農場にも被害が及びました。

生活クラブ生協大阪では昨年4月に「フィリピン災害支援カンパ」に取り組み、集まった支援金は、ATJ(オルター・トレード・ジャパン)を通して産地に届けられ、復興に役立てられました。ATJより用途報告と生産者からのメッセージが届きました。

生産者からのメッセージ動画はこちらのATJ・WEBサイトから →



- ◆生活支援:食料(米10kg)と住宅資材の配布、バナナパッキングセンターなど生産者組合施設の修理・建設
- ◆農業生産復興: ①サトウキビ生産のための燃料補助金、肥料配布、減収への補填 ②バラゴンバナナ生産のための鶏糞配布、バナナ株の植え替え・施肥等の作業代 ③野菜・果物苗の配布
- ◆「災害リスク低減管理」研修実施、BCP(事業継続計画)策定

フィリピンの生産者たちの暮らしと、安心なバナナを求める私たちの食の、双方を支えるバラゴンバナナの民衆交易。生産量が回復したバラゴンバナナを「よやくる」で登録し利用していきましょう。

理事会報告

4月24日 エル・おおさか

○22年度活動報告案、23年度活動方針案の提案・討議

○C(ケア)学習会「生活クラブ生協大阪のたすけあいを知らうー使おうー」活動計画を決定

○勝部麗子さん講演会「生活クラブの福祉たすけあい だれもが生き生きと暮らせるまちづくり」活動計画を決定

○春の紹介キャンペーン中間報告を確認

つぶやき



今年は何の時期に筍を食べ始めてしまった。毎年、案内チラシを心待ちにし、さあ! 糠を用意、大鍋を引っ張り出し準備万端! とところが「生育不良で遅配です!」と...。「仕方がないもんねー来週ね!」が...。今年の春はやはり異常な天候だったようで、嫌な予感のキャンセルに。泣く泣く来年に期待。数週前に、うすいエンドウは順調に届いたので、豆ごはんは実現できていた。

ささやかな我が家の春のルーティーンをこれからも大切にしたい。生産者さん、よろしくね!

