



12月度実績報告(11/21~12/20)
 ◎組合員数 20,012人(12/20現在)
 加入 94人
 脱退 289人
 ◎供給高 407,456千円(計画比 97.7%)
 (前年比 104.9%)
 ◎一人当たり利用高 20,229円(前年比 104.1%)

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周年を迎えました！ 元氣になって笑顔で帰る居場所に



壁には企画の成果発表、運営仲間も募集中

2020年11月末に「よしみち」を開所し、たくさんの方と出会い笑い楽しみ、早いもので4周年を迎えました。

開所当初はコロナ禍。開けて人を呼んでよいものか、悩みなごまのオープン。「誰も来ないね。いろいろ準備できたからいいか」とちょっと焦りながらも楽しんでいた頃が懐かしく思われます。

それが今では、「来たらずかに会えるのが楽しみで」と来る人、「実家みたいに住心地よくてほっとするわ」と若いお母さん、「ちょっと聞きたいんやけど」と困りごとを相談しに来る人、年代もさまざまな人が気軽に寄り道

してくるようになりました。

4周年記念開所の11月27日は、いろんな人に来てほしい、ふだん来にくい人に入ってもらいたい、そんな思いから利用料を無料にしました。

当日は「おめでとうさん」と来てくれる常連さんに交じり、いつもは玄関前でしかお話ししない人が初めて入ってくださいました！ やった！

恒例企画「大人の修学旅行」は初心にかえて第1回の内容「金閣寺から龍安寺」へ。午後はウクレレ発表会。2グループが7曲を演奏し、弾



弾く人も聴く人も楽しいウクレレ発表会

く人、歌う人、聴く人でいっぱい、隣の整骨院さんから椅子を借りるほど大盛況でした。

今年のうれしい出来事は2つ。1つ目はボランティアが増えたこと。小学生とお母さんの親子、企画に参加したのがきっかけの人など。また初めての男性ボランティアが登場し、男の人が来所しやすくなるかと大きな期待。皆さん活動を楽しみに来ています。

2つ目。メンバーも増え、月に半日ですがやっと開所日を増やすことができました！

これからも、「よしみち」を利用する人はもちろんスタッフ皆の笑顔があふれる居場所をつくっていきます。

(香里ブロック居場所づくり部会 正田洋子)



Instagram



Facebook



生協Webサイト



◆ 今月の紙面	●今年も開催します！地区総会	
	活動の報告 守口北門真地区	2
	●活動の報告 平野ブロック	3
	●農業体験の活動	4
	●がっこうの活動	5
	●「よやくる」消費材の紹介 チキンナゲット	6
	●「でんきを変える、でんきで変わる」わたしたちの豆腐「やっぱり豆伍心」	7
	●エコロ共済 パレスチナ生産者団体との交流会「生活と自治」 理事会報告 つぶやき	8

活動の報告

12/13
参加 32人

平野ブロック
クレオ大阪中央

生産者と私たち 結♥MUSU♥蒸 ～伊賀有機農産供給センター生産者交流会～

やさいBOXの野菜は、栽培期間中は化学合成農薬※と化学肥料(窒素分)は不使用です。スーパー等で売られている野菜の育て方との違いや工夫などを組合員に知ってもらうため、伊賀有機農産供給センターとの交流会を開催しました。 ※有機JASで認められている農薬は許容。

今回は子育て世代の女性生産者の山口さん、近藤さん、北野さんが三重県から来られました。初めて交流会で組合員に話すとあって緊張されていましたが、参加者の多くに同じような世代の組合員もいて、なごやかな雰囲気ですすんでいきました。

スライドで畑の様子を見ながら何の野菜の畑なのか、いつの時期にどのような作業をするのかを聞き、「温床※1」や「緑肥※2」についての話では、参加者からの質問にも丁寧に答えられました。

※1 苗を早く育てるために、堆肥(たいひ)の発酵熱で土をあたたくした苗床(なえどこ)。

※2 新鮮な緑色植物(ひまわりなど)を田畑に植え、そのまま漉き込んで肥料にすること。

以前長野県で慣行栽培をされていた山口さんは、伊賀の畑にたくさん虫がいることに感動し、「虫がいない畑はあかしい、伊賀は虫が多くてしんどいけどおもしろい」と言われていたのが印象的でした。また、有機農業にやりがいを感じておられることがうれしかったです。

昨今の気候で野菜を作ることが本当にむずかしくなっています。「届いた野菜を見て、今の畑の状況に思いを馳せてほしい」「少し悪くても食べられる部分を食べてもらいたい」という生産者の思いを受け取りました。

調理実習は蒸し野菜・野菜炒め・みそ汁・浅漬けなど、野菜そのものをしっかり味わってもらえるように、薄味で食べる提案をしてみんなで調理し、たくさんの野菜を試食しました。生産者にも各テーブルに入ってもらい、組合員と野菜の話で盛り上がりました。

やさいBOXの野菜はシンプルな味付けで食べるのが一番! 毎日の献立に気軽に取り入れてたくさん野菜を食べてみてください。やさいBOXの野菜はよやく・るでしか味わえません。是非、よやく・るしてみてください!

(平野ブロック理事 井上紗代)



左から
北野農場の北野さん、たすく農園の近藤さん、風の木農場の山口さん



生産者と一緒に調理



は～い 出来上がり



参加レポート

スライドで見る畑の様子やそれぞれの野菜作りへの熱い思い。参加者が生産者と一緒に作った、朝穫れ野菜の蒸し料理中心のレポートにも感心しきり。

野菜大好きな小さな参加者もペロリ! 完食でした。
(広報委員会 植田三佐恵)

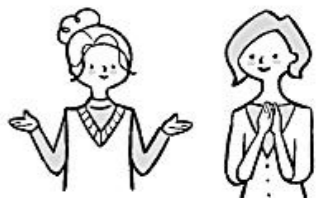


おこっちゃん



次年度
どんな活動
をする?

地区総会 今年も開催します ～近所で集まって みんなで話そう～



地区総会の案内と議案書がそろそろ届く頃でしょうか。生活クラブ生協大阪には100名から300名の組合員で構成される「地区」という活動単位が70あります。地区では消費材の学習会や試食会、介護保険からナチュラルクリーニンまで幅広いテーマの企画が開催されています。地区総会は、あなたの所属する地区で今年の活動を報告し、来年どんな活動をしたいかみんなで意見を出し合う場です。なんだか堅苦しくて面白味がなさそう...と思いましたが、意見というと難しくそうですが、地区の組合員が集まって、消費材のあれこれや世間のあれこれについてワイワイガヤガヤと話しあう「つどいの場」なのです。わたしが初めて参加した地区の企画も地区総会でした。知らない人ばかりでしたが、消費材の話で盛り上がり、食べ方や使い方について情報交換ができ、勉強にもなりました。

地区総会では、議題以外にこんなこともしています



みつろうラップ作り、石けん学習会、ライフプラン講座、コーヒーの淹れ方講座など

お気に入り消費材や子育て、家事のことなど、おしゃべりが止まりません。

あなたの「したいこと」を提案できる場です!



(平野ブロック理事 安川麻里)

安川麻里

活動の報告

12/6 守口北門真地区
参加:9人 守口東部コミュニティセンター

エコロ講座「耳つぼ体験」と試食会 ～耳つぼ体験で健康法を学び、生活に生かそう～



講師・小林綾さん

組合員講師による講座で、組合員同士が「教える場」「学べる場」として開催されています。講座に集い、学ぶことで暮らしを良くし、お互いさまのたすけあいの輪を拡げていくことが目的です。



↑ 歓談の様子

← 陰陽五行のお話



耳ツボを触ってもらってリラックス→

↓ 試食



↑ 筋膜リリースで頭スッキリ!

頭の筋膜リリースの話聞き体験してから耳つぼの説明を受け、ひとりずつ実際に小林さんにしてもらう。力を入れていないと言われるが、とてもきつく感じる人がいたり、気持ちよかったです。その後「陰陽五行」について紙芝居を使って学んだが、全体的にとってもわかりやすい内容だった。又、守口大東支部リーダーの松本さんよりエコロ共済についての話を聞いた。最後に小林さんも一緒に豚しゃぶ、伊達巻、黒豆を試食し、話はずんだ。実際に体験したことを明るく話されるので質問もしやすく、和やかな雰囲気でも、勉強になったとの感想があった。
(守口北門真地区 岩佐隆子)



子どもが育つ♡子どもと育つ 子どもを育てる♡

「里山のがっこう」は、京都府相楽郡南山城村野殿童仙房と、三重県の伊賀有機農産供給センターを拠点として、「子どもが育つ・子どもと育つ・子どもを育てる」を合言葉に「がっこう部会」が企画運営しています。豊かな自然がいっぱい残る里山を教室として、小学校3年生から中学生までの子どもたちが、縦割り班を構成して活動しています。今年度は4月に1泊2日で田植えを行った「はるのがっこう」からスタートしました。

昨年からはまった「里の暮らしに学ぶ活動」では、受け入れ先との交流を入りに、森あそび・山仕事・農作業などの体験を通して、里山で暮らす人々の自然に対する謙虚な暮らしぶりや、自然を生かした知恵や技術に触れることができました。

11月にはコロナ禍以降初めての2泊3日の「あきのがっこう」を行いました。本来であれば9月に収穫したお米で新米パーティをする予定でしたが、今夏の猛暑により残念ながら例年にない不作となったため、がっこう生による模擬店を開催しました。それぞれ班単位で企画や役割分担を考え、調理もしました。焼鳥・焼きそば・焼肉・たこ焼き・フルーツポンチ・フルーツあめ・チョコフォンデュなど、盛り沢山のメニューがお店に並び大賑わい。また里山のがっこう通貨、名付けて「レッジ」(ヴィレッジが由来)を作り、商品の値段設定や買い物、売上金の集計などを楽しみました。時間を共にする中で、子ども同士でぶつかる時もありますが、自身でいつの間にか解決する場面が何度かありました。

〈里の暮らしに学ぶ〉



←波柿を収穫、干し柿にしました



模擬店の準備 焼き鳥屋さん→

〈あきのがっこう〉

←模擬店準備OK!
味は食べてのお楽しみ♪
はてな焼き屋さん



そして、最終日。全員で片付けや掃除を行い、班会議をして解散、寝食を共にした仲間はまたそれぞれの場所に戻って行きます。帰りの駅で「楽しかった〜!」と帰っていくがっこう生の姿もありました。期間中はくたびれることもありますが、帰路の車中、何ともいえない心地よさを感じながら童仙房を後にしました。わずか2泊3日ですが、ゆったりとした時間の中、みんなで1日の過ごし方を決め役割分担しながら、他者との関わりの中でそれぞれが自分を見つめる機会となっています。

そして今、里山のがっこうでは卒業生が応援にかけつける、人の循環が始まっています。部会では「がっこうで何を学び、どんなふうに体験を積み重ね、経験化していったのか」を卒業生に聞き取り、文集にする取り組みを行っています。卒業生からどんな声が寄せられるのかとても楽しみです。

(がっこう部会 高木由加子)

●3月9日(日) 第13期里山のがっこうの説明会を行います●
2月中旬に募集チラシを配布しますので、そちらで日程や会場をご確認ください。

親子で自然と触れあう… 農業体験の活動

農業体験は、枚方市藤阪と高槻市郡家新町の2か所で、登録した組合員とその家族(計62家族)で行っている活動です。田植えから脱穀までの米作りと、季節ごとの野菜を栽培しています。登録者の中から5人の組合員の感想を紹介します。(農業体験連絡会)



←農業体験だより(カラー版)
(生活クラブ生協大阪WEBサイト
→組合員メニュー→組合員活動
情報→農業体験バナー)

参加4年目ですが、五感で四季や自然を一杯感じる事ができ、都会育ちの子どもにとっても、とても貴重な経験になっています。初めの頃は虫捕りに夢中だった子どもも、段々農作業も楽しくなっているようで、手間暇かけて育てた野菜やお米を大切に食べてくれるようになりました。(茨木ブロック)

子どもを自然に触れさせられて、親も一緒に楽しめそうなどいいなと思って参加しました。落花生が土の中に出るのを知ったり、田んぼで稲を植えたり刈り取ったりと、親子とも初めての経験で驚くことがいっぱいあります。農作業や収穫物を通じて、季節を感じることが出来るのも魅力です!(茨木ブロック)

子育てで大切にしていることは「継続」「老若男女」「家族」です。経験は世界を広げますし、準備の大切さ、失敗は当たり前、次に生かす、太刀打ちできないこともある、ひとりのできる事の限界、そんなことを学ばせてくれる農業体験はありがたい存在です。(茨木ブロック)



①メロンがたくさんなりました。
②耕運機はお父さんの出番
③玉ねぎの収穫

藤阪(枚方市)



①みんなで頑張る田植え
②子どもたちが作った泥団子の和菓子
③大きなキャベツの収穫

農業体験に初めて参加した年は大きな玉ねぎが沢山収穫でき、友達にもお裾分け、感激しました。夏の草引きは汗だくになりますが、茄子やピーマンの夏野菜は採れたて新鮮でおいしく、毎回楽しみに畑仕事をしています。土に触れると癒され、健康増進に役立つと言われていました。自分たちが世話した野菜やお米は本当においしいです。(門真ブロック)

初めは、都会で暮らす子どもたちに自然の中で過ごす時間が増えるといいな、という思いで参加し始めました。手作業での田植えや稲刈りでは泥の中は気持ちが良いと感じたり、畑の中では実際に野菜がどんなふうで育つのか初めて知ることでも多くありました。畑で育ったいちごやミニトマトをその場で食べ、苦手だった野菜も食べられるようになっていました! 寒い時期には大きな羽釜でお味噌汁を作ることも、子どもたちは楽しんでます。暑い夏や風が冷たくて寒い冬、気候の良い時ばかりではないことも多いですが、楽しく続けることができています。(平野ブロック)

「でんきを変える、でんきで変わる」

～生活クラブエネルギー事業連合主催の
自然エネルギーアカデミー（全8回）をZOOM聴講しました！～



第1回は、飯田哲也さんによる産業革命から現代のエネルギーの変遷と世界ですすむ再エネ大転換について。第2回は、平田仁子さん。深刻な気候変動の状況、甚大なリスクを様々なデータで示し、脱炭素へのシステムチェンジが喫緊の課題だと言われました。お二人の今知るべき旬な情報の中でも、個人レベルで一人ひとりが行動を起こすこと、地域分散自立型からのボトムアップがカギとなるなどマクロからマイクロへという視点が大事であることを感じました。

第3回はさがみこファーム代表・山川勇一郎さん。ソーラーシェアリングによる「電気を軸にした地域づくり」の実践のお話。ソーラーシェアリングがこれほど社会課題を解

決に導く大きなポテンシャルをもつ事業になり得るとは！と驚きのお話でした。山川さんの実践の中から培った、地域に入っていきとき「自分たちが抵抗勢力」という自覚を持って、地道に地域の人々と関係性を築くという大切なことを学びました。

色々なフィールドから、多角的にお話を聞いたのですが、エネルギーの自治をすすめる、平和のエネルギーに基づく社会をつくるということに集約されるのではないかと思います。今後、アカデミーで学んだことを、ブロック・地区にお話しにいく活動をしていきます。

(自然エネルギー委員会 野路玲子)



わたしたちの豆腐、「やっぱり豆伍心」

豆伍心の思い
～組合員に美味しい豆腐を食べてほしい～



*今月は、豆腐ステーキと、冬の定番湯豆腐

★豆腐ステーキのごソース★

- <材料> 2人分
 ・木綿豆腐 半丁
 ・きのこ類(生シイタケ、しめじ、えのき、エリンギなど) 何種類か合わせて200g位
 ・調味料 酒、しょうゆ 各大さじ2
 <作り方>
 ①豆腐を半分に切り、水切りしておく。
 ②きのこ類のうち、シイタケやエリンギは薄くスライス、しめじ、えのきも適当な長さにカットしておく。
 ③フライパンを熱して、油を薄く引き、豆腐を少し焦げ目がつくくらい両面を焼き、皿に盛る。
 ④フライパンに油を引いてきのこ類を炒め、酒・しょうゆをかけてきのこソースを作り豆腐の上に載せる。

※油で焼いた豆腐は、万能うま味噌、柚子味噌などをかければ、豆腐田楽にもなります。

★湯豆腐 いろいろ★

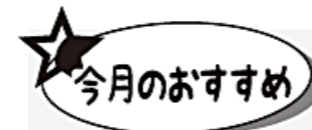


予約する私、サステイナブルな暮らし



継続して利用する約束が、安心の品質、公正な価格、持続的生産につながります。

予約・登録のしくみ「よやく・る」。利用していますか？
「ココがすごい、ココが違う!」を知って、あなたのお気に入り消費材にしてくださいね。



チキンナゲット

～丹精國鶏のおいしさが味わえる～

- 原材料の鶏肉には、丹精國鶏※を100%使用
 ※飼料の主原料にはポストハーベストフリー（収穫後農薬不使用）、遺伝子組み換え分別流通管理済みのトウモロコシや大豆かすを使用。日光の入る広々とした鶏舎で十分に運動させ、無投薬飼育を基本にしている
- 化学調味料、着色料、香料、酸化防止剤などの食品添加物は不使用
- 提携生産者の調味料で味付け
- 小麦粉、鶏卵、ばれいしょでん粉、パン粉などの原料は国産
- 揚げ油の原料のなたねは、遺伝子組み換え分別流通管理済
- 揚げ調理済なので、電子レンジやオーブントースターで温めるだけで食べられる



配達サイクル：月1回
生産者：(株)秋川牧園

〈一般的なチキンナゲットとの比較〉

	生協のチキンナゲット	市販のチキンナゲット
原材料 (国産は太字)	鶏肉、小麦粉、鶏卵、砂糖、食塩、 でん粉 、ホワイトペーパー粉末、ガーリックパウダー、 衣(パン粉、小麦粉、鶏卵、でん粉、砂糖、食塩、ブラックペッパー粉末) 、揚げ油(なたね油)	鶏肉(タイ・中国又は日本産)、植物油、コーンフラワー、 でんぶん 、植物性たん白、小麦粉、パン粉、砂糖、食塩、牛乳、醸造酢、香辛料、チキンエキス調味料 ※揚げ油についての記載なし
食品添加物	無し	加工でんぶん、調味料(アミノ酸等)、炭酸Ca、ベーキングパウダー、ph調整剤、増粘剤(キサンタンガム)、酸化防止剤、着色料

〈組合員の声〉

- ・中身の確かなチキンナゲットで家族に安心して食べさせられる。
- ・鶏肉の味をしっかりと味わうことができ、おいしい。
- ・調理は温めるだけなのでお弁当にも便利。

〈私たちが生活クラブのチキンナゲットを食べることにつながる未来〉

- ①国産鶏種(丹精國鶏)の維持と国内自給力アップに。
- ②薬剤に頼らない飼育方法で食の安全に。
- ③国産原料の使用により、遺伝子組み換え対策と国内自給力アップに。
- ④食品添加物不使用で食の安全に。



1月

会員数	10,935人			
給付状況	消費材の破損	0件	健康診断補助	8件
	地区	9件/7人	延長保育	5件
	託児	全体 3件/4人	暮らしのたすけあい	110件/30人
	サークル	0件/0人	暮らしのたすけあい サポート	42時間/13人

エコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811



月・水・金(10~15時)

エコロ共済 WEBサイト



「エコロ」とはイタリア語で「はい、どうぞ」という意味です

エコロ共済は「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独自のシステムです。

皆さんの毎月100円の掛け金は

- ①組合員活動を支える「活動保障」
- ②お互いさまのたすけあい制度「暮らしのたすけあい」
- ③さまざまな地域福祉の活動に活用されている「助成金」

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。

※エコロ共済に加入しているかどうか分からない方は、消費材の請求書をご確認ください。加入者には「エコロ金100円」と記載されています。

生活と自治

■2024年10月号

連載 暮らしの味わい 「ことばを越えてね」

日頃ひとに伝える仕事をしている関係から、自分が発する言葉の重要性について考える。生活クラブの組合員活動もしかり、どのような言葉が届くのか、伝わるのかに心を砕く。それはとても重要なことなのだが、ともすると「こんなに説明しているのになぜ理解してくれないのか」というある種傲慢な思いにいたる。

よく見て、触れて、感じるものをなにより大切にしていきたい。「心を巡らせ、言葉を尽くす」亡き祖母の言葉を思い出した。

(さだ西地区 西川典子)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

つぶやき

地域の防災訓練に参加した。小学校の運動場に「避難」した後、仮設テントや臨時トイレがある体育館へ移動、自治体がある準備している避難所の全容を一通り見学することができた。そこで感じたのは「自分の身は自分で守る、自分の快適は自分で用意する」ということ。まずは携帯できるソーラーパネルを用意しようと思ったのだが、その日から3ヶ月が経ってしまった。回転蓄も食べてしまった。補充できていない。思い立ったが吉日だ。今度こそ用意しよう。(AI)

パレスチナオリーブオイル生産者交流会報告



◆ファッド・アブサイフ さん
パレスチナ農業開発センター (UAWC)



◆サイド・ジャンナン さん
マウント・オブ・グリーンオリーブズ社 (MGO)

◆黒岩竜太 さん
オルター・トレード・ジャパン (ATJ)



まずアブサイフさんから、9月現在のガザの被害状況とそれに対する支援内容の報告があった。犠牲者が4万人を超え、負傷者は10万人に迫り、攻撃による強制立ち退きは190万人に及ぶ。それに対し、63万人に食料・水の配布を行い、今後は家を失った人たちにテントの支給や女性向けの健康用品の配布なども行っていくそうだ。

オリーブ畑が破壊され、さらに収穫がイスラエル入植者の暴力で邪魔される(生々しい動画も視聴!)ことで収量が落ち込んでいる。そんな中、MGOはパレスチナのオリーブオイルのフェアトレードに長年取り組んでおり、農家に向けオリーブの栽培方法や製品化について研修を行い、オリーブの苗木を配布し農家を支援し、生計を向上させている。この秋には800㎡の新しい充填・貯蔵施設が稼働したとのこと。

最後にジャンナンさんは、オリーブオイルがパレスチナの人々にとっていかに大切なものかを、にこやかに熱く語ってくれた。オリーブの栽培は生活の糧であり、その実やオイルが食生活にも欠かせないものであることが伝わってきた。

フェアトレードを完結させるのは利用する私たち。パレスチナオリーブオイルを利用することで困難に直面しているパレスチナの人たちを応援していきたいと思う。(広報委員会 小松原千恵)

理事会報告

12月23日

J・COM中央区民センター

○24年度活動報告案、25年度活動方針案の提案・討議

○太陽光パネルリサイクル工場見学活動計画を決定

○第57回通常総代会の開催と総代選挙実施について決定

○25年度役員改選について決定

○冬の共済キャンペーン計画

(1/13~2/28)を確認

ATJのサイトからオリーブオイルレポートが見られます。

