

クラブ通信

Vol 203

2025年4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



2月度実績報告(1/21～2/20)

◎組合員数 19,999人(2/20現在)

加入 125人

脱退 152人

◎供給高 383,987千円(計画比 100.0%)

(前年比 116.9%)

一人当たり利用高 19,183円(前年比 115.9%)



未来につながる組合員活動



私たちは生活クラブを通して、健康に安全に安心して暮らせる社会、住みよい地域づくりをめざしています。
そして消費材の利用をはじめ、すべての活動は「Think&Act」※(生活クラブにかかわるすべての人びとの行動原則)に基づいていて、知って考えて行動することを実践しています。
生活クラブ生協大阪には、6つのブロックと10の委員会部会があり生活クラブ運動を進めようと活動しています。
今回はブロックの組合員活動を例に紹介します。

総代会

毎年6月に各ブロックから選出された総代が集まって、その年の活動方針を決定します。
組合員なら誰でも総代に立候補することができます。

ブロック

香里 門真 平野 千里 茨木 豊能



ブロック会議の様子



↑※「Think&Act」

- 会議(ブロック・地区)** 総代会で決めた活動方針に沿って、毎月の会議で、具体的な活動の計画を立て、その振り返りを行います。また委員同士の学びの場を持ち、生活クラブの取り組みについて理解を深めています。
- 企画(ブロック・地区)** ブロック・地区の組合員と学び合います。食べる仲間、一緒に活動する仲間を増やします。
例)やさいBOX試食&学習会、ライフプラン講座、生産者交流会、みそ作りなど
- 生活クラブ生協フェスタへの出展** 生産者や組合員同士、地域の人々と交流を図ります。
- 地区総会** 地区の組合員(皆が等しく1票の議決権を持つ)が集まり、活動・会計の報告と次年度どんな活動をしたいか話し合います。現在6つのブロックに70地区があります。
- その他** 委員研修や生産者交流会などの全体企画に参加し、F(食べ物)E(エネルギー)C(ケア)の取り組みについて学ぶ機会があります。

地区の活動について、「57年の歩み 座談会」をp.4-5に掲載

【役員選挙公告】

役員改選による役員選挙を定款及び役員選挙規約に基づき、以下のように行います。

1. 役員の区分、選挙区及び定数

■地域区理事

香里ブロック 2名 門真ブロック 2名
平野ブロック 3名 千里ブロック 2名
茨木ブロック 2名 豊能ブロック 2名
計13名

■全体区理事 8名

■監事 3名

2. 立候補受付期間

2025年4月14日～5月7日

3. 立候補受付方法

本部に備え付けの立候補届に記名の上、役員選挙管理委員会まで届け出て下さい。
2025年3月末日現在、組合員であれば立候補できます。

今月の紙面

- みんなで食べよう
旬を味わうやさいBOX 2
- 活動の報告 みそ作り 3
- インタビューシリーズ Vol.7
「57年の歩み 地区活動」 4 5

- 活動の報告 千里ブロック
月島食品工業生産者交流会 6
- でんきを変える、でんきで変わる
千里ブロック 居場所づくり 7
- エコロ共済 My Favorite～私のお気に入り～
「生活と自治」 理事会報告 つぶやき 8

活動の報告

みそ作り



生活クラブ生協大阪の冬の恒例行事「みそ作り」。国産大豆を使うことで、食料自給率や遺伝子組み換えの問題について考え、みそという発酵食品の良さを知る機会です。手前みそは大豆・麴・塩というシンプルな材料で作るので、添加物不要！ 安心でおいしい！ また、みそ作りは楽しく交流し、活動の仲間を見つける場となっています。

今年も多くの地区でみそ作りが開催されました。来年はあなたも作ってみませんか？

2/10 香里ブロック 香里ヶ丘地区
参加11人 南部生涯学習センター

みんなで作るから楽しい！ 自分で作るからおいしい！

地区委員も一緒に豆を潰し麴と混ぜ混ぜしました！「種水いつ混ぜるんだった？」「あちゃーお塩忘れたわ」「何年もお味噌作り参加してるのにねーっ」て皆（ベテラン揃い）で笑い合いながら、仕込みました。去年の味噌について聞いたところ、お家の環境や味の好みによって、出来上がる時期に差がありました。機会があれば皆さんの手作りの味噌を試食したいなと思います。

毎年参加人数が多く大賑わいの香里ヶ丘地区ですが、今年は余裕があったから消費材の紹介をすれば良かったな、と反省点です。会場予約抽選のため開催日決定が遅くなり、参加できない方が出たことも残念でした。また来年度もお待ちしています。（木村照）

電動ミンサーが
あっという間に大豆を
潰してくれます。



みんなでワチャワチャ
楽しい時間ですね。↓



寒仕込み

家族に食べさせたい“手前みそ”

味噌作りには1月下旬から2月頃が雑菌が繁殖しにくい最適な「寒仕込み」の時期で、今年は時折、雪がちらつく中での開催となりました。

容器や煮豆など運ぶのが大変ながらも、この味噌が一番おいしい！ と言ってくれる家族のためにと、沢山の方々が頑張って作りました。

試食には豆腐、豆乳に種水+だし醤油を加えたスープと鶏ごぼうご飯を作ってほっと一息。リピーターの組合員も多く、一年ぶりの再会で話に花が咲いている様子など、賑やかな時間となりました。

私は初参加でしたが、一番の驚きはやはり電動ミンサーの便利さで、あっという間にキメの細かい豆のモンブ



参加者で協力して大豆を
ミンサーでモンブランに。

ランが出来てとにかく楽！ 組合員同士、助け合いながら楽しく作る醍醐味も味わうことができ、心も体も温まりました。（岡本久美子）



たくさんのみそタネの団子ができました。
これを手前のカメに仕込んでいきます。

2/18 茨木ブロック 高槻北地区
参加17人 日吉台公民館

みんなで食べよう 旬を味わう やさいBOX



25年度は生活クラブ生協大阪全体でやさいBOXの利用を呼びかけていきます。

クラブ通信でも毎月野菜のことをお伝えします。

今月は、やさいBOXの生い立ちと、現在おいしく食べている組合員の声を紹介します。

組合員の声で生まれたやさいBOX



やさいBOXの誕生

栽培期間中の化学合成農薬、化学肥料（窒素分）は不使用

3つの取り組みで
利用しやすい
価格が実現

- ✓全量引き取り…作付計画に基づいてできた野菜を全て引き取るので、ロスがなく生産者は安心して野菜作りができる。
- ✓おまかせセット…引き取った野菜は仕分けセンターで余すことなくセット。
- ✓よやく登録制…「食べる約束」「つくる約束」で、シーズン通して同一価格。価格は生産者と生協が話し合っている。

24年度やさいBOXの利用結集に取り組んだ 茨木ブロックより

野菜を選ぶ手間が省けて、めんどくさがりな私には丁度良い。届いた野菜から、献立を考えるので楽ちん。調味料が少なくても、簡単な調理でもおいしいのはもちろんです。あと、意外とみなさんに知られていないのが「何の野菜が届くのか、生活クラブ生協大阪のホームページで前日の15時以降に見られる」という事。やさいBOXを登録していなくても、なんなら組合員じゃなくても見られます。一度覗いてみてください、これなら利用できる！ と思ってもらえるはずです。

（茨木ブロック理事 岡田宜子）

やさいBOXの
ここがいい！

組合員のおすすめする
ポイント

いろいろな野菜で レシピの幅が広がります

夫婦2人、中学生・小学生が一人ずついる4人家族です。なんといっても「旬の野菜」が届くのがうれしいです。以前に利用した某社サービスは定額で10品が届くものでしたが、時期によっては無理に品数を揃えた感じが否めず、金額的に納得できないことも。やさいBOXは一品ごとに価格が明示されますし（しかもリーズナブル!）、作り手の顔が見えるので安心。馴染みの薄い野菜が届いたときは戸惑いますが、同梱の「やさいニュース」やネット検索でレシピを探すのも楽しい！ それもやさいBOXの醍醐味だと思います。

（広報委員会 石田明子）

1家族で、分け合いセットを利用

5〜6種の野菜が、多くて2単位ずつ届く、という感じですが、家族4人×7日間の野菜量と考えると、そんなに膨大な量ではありません。冬場の太根や白菜なども2つ届いても、2週連続では入らないので、「2週間分」と考えると気楽です。やさいBOXの野菜をもとに、毎日の献立を考えるようになり、野菜を中バとしたメニューが増えました。無農薬で元気でおいしい旬の野菜なので、私の料理の腕が上がったかのような気分になれます。残りそうなきは、葉物を冷凍したり、友人に声をかけて譲ったりしています。

（香里ブロック理事 西川典子）

一人でもスタンダードを利用

ペア配の息子に、葉物1品と太物（白菜、太根丸ごと）がある場合はそれを少し分けてやる程度で、他は一人で利用。太物が来ると何日も食べますが、鍋、煮物（おでんの大根大好き）に、朝は消費材のベーコンやきのこ類と青菜、キャベツ（何なられんこんも）などフライパン蒸し焼きでこれまたたっぷり。汁物も野菜たくさん。一品に何種類もの野菜を入れます。やさいBOXを使い切ることで野菜をしっかり摂取。残った野菜は葉物が入っていたポリ袋に保管するとグッと長持ちします。お試しを！

（広報委員会 小松原千恵）

インタビューシリーズ Vol.7

消費材と組合員の歴史、そしてこの先を考えます

57年の歩み



「地区活動」

生活クラブ生協大阪は今年57年目を迎えますが、今ある消費材や仕組みはどのようにしてできたのか、またこの先にもつなげていくためにはどうすればよいか、このシリーズで考えます。

今回のテーマは「地区活動」。スタートから現在までの道のりと、地区活動での取り組みについて聞きました。

司会 広報委員会 田上綾子

組合員座談会

理事長 清水啓子

千里山生協時代に加入し、産直担当（泉州グループ）を経てたすけあい活動を担当。同じ釜の飯を食べている組合員のつながりが好きです。

常任理事 池辺尚代

本当においしい食べ物を求め生活クラブに加入し現在は地区・ブロックの活動を牽引。「理想は高く実践は大らかに」でいたいと考えている。

豊能ブロック理事 永田千砂

産地訪問や生産者交流会で生産者の話を聞き、大事な消費材が増えた。生協以外では「障害がある人もない人も対等に平等に働き合う、一人ひとりが大切にされる仕事づくり」に取り組む。

人と人が食べ物でつながれる 私たちのよりどころ

初期の地区活動

清水 千里山生協は牛乳の共同購入から始まり、利用する人を集めて、卵、食肉、野菜と広がりました。大型の配送グループだと公園で40軒分ほどを配達、仕分けしていたことも。顔を合わせるので声掛けや連絡がしやすく、地区総会には70〜80人集まりました。地区の運営費も自分たちで集金し、バスで生産者のところへ行ったりしました。小さなことでも話し合うことを学ん

だ。地区で添加物冊子作り、市場調査、子育てひろば、電磁波調査。地区の自治活動です。運動が自分達の生活に密着していた。小さい生協ながらも食肉センター、牛乳工場を作ったんですよ。

池辺 生活クラブも牛乳が始まり。始めは「集まって安く手に入れよう」だったのが、次に「中身も確かなものに」と移っていったのがすごい。

清水 職員、生産者と「私たちが求める牛乳とは」と話し合い、中身のわかるものを、と

田上 地区活動の継続には担い手が必要ですね。どうやって増やしていますか？

永田 やはり企画ですね。私はみそ作りで地区活動に誘われました。昨年はチラシを見てお子さんを抱っこして離れた地区から来てくれた組合員がいて、地区委員を一緒に

にしたいかと声掛けをしました。ある委員からは「引越してきた時ひとりぼっちだと感じていたが、地区活動に参加してかけがえのない仲間に出会えよかった」という話を聞きました。

永田 ブロックの皆が「委員の仲間を増やそう」という気持ちで臨んでいます。

清水 生協の基盤は地区、各

地区で委員を出していく。自治です。しっかりと楽しく、真面目に、でも緩やかに、がいいんじゃないかな。

池辺 「理想は高く実践はおおらかに」でありたい。

永田 また、楽しく活動していてもいろんな事情で委員を続けられないこともありま

なぜ仲間をひろげるのか、というのがわかります。

清水 想像力ですね。食べ物だけでなくエネルギーも福祉も全部私たちの生活につながっている。それが想像できるから、「牛乳を飲み続けよう」と言えば、その先にある生産者とか気候危機とか全てつながっていると考えてくれることがすごくうれしい。

目先のことにとらわれず、その先の先のこと。会議の中だけでなく、きつというんな場所です話し合っているんだと思う。それはすごく素敵ですね。

永田 組合員でない友達に食べるカタログを見せたら「これだけのものが一度にこの価格で手に入るのはすごいね」と言われました。他ではいろんなところを走り回らないと手に入れることができないからですね。妊婦さんや安全な食べ物選びで困っている人、食を大事にする人はたくさんいます。地区活動はそういう人たちに会おうためでもあると思います。「これおいし

最初にやった地区委員の活動が楽しくて、今もずっと活動が続いています。地区活動は住んでいる地域を楽しい場所にしていくこと。食べ物を通じてつながりをつくれる場所です。

地区活動に参加しませんか？

問い合わせ 組織運営課
072-641-5561

「人と会えない」というコロナ禍を経験し、生活クラブを通じて縁が静かに繋がる地区活動の重要性を実感。困った時は「ちょっと助けて」「助けよか？」と委員同士のつながりで支え合っています。

私にとって地区は「最後のよりどころ」。近くに住む組合員同士で消費材の分け合いなど身近な付き合いができてとても大事に考えています。

池辺 子育て世代の委員は、エコ共済の制度も気軽に利用していると感じます。託

永田 主にはブロックや地区で企画を開催しています。会議や委員研修、全体企画に参加し学びを深めています。

田上 企画ではどんな取り組みをしていますか？

永田 消費材の利用の呼びかけや、新しい組合員の仲間を増やす声掛けをしています。

池辺 子育で世代の委員は、エコ共済の制度も気軽に利用していると感じます。託



す。消費材についてはまず委員自身が学びます。例えば昨年の豆腐の利用結果活動では、豆缶の工場見学に行つて、生産者と話して自分自身が面白い、感じ、知ったことを企画の中で伝えました。どんな食べ方がおいしいか、豆腐を使った試食メニューを会議で話し合いました。

田上 仲間づくりはどうですか？

永田 地区委員には学ぶ機会が多くあります。そして自分の言葉になると誰かに言いにくくなるんです。例えば、気候危機、原発など全て社会の問題につながっているということに気付いたら、「このままではいけない、自分達がどうにか未来をつくるために気候危機を止めよう」と考える人が多い。牛乳なら、「みんなが飲まないで、この価格でこの品質のものは手に入らなくなる、自分達に影響する」ということを実感します。自分達が

児を利用して活動に参加したり、子どもの預かりをしたり。企画など地区活動に参加することで地域の組合員同士のつながりができると、エコ共済を通して助け合えるし、「こんながあるんだよ」とエコ共済の制度そのものを教え合う機会もありますよね。

永田 私は一緒に活動している仲間が大好きなので、みんなが関心のあること、特に新しい委員のやりたいことの中から活動方針にあっていることを形にして、また新たな仲間に出会う場を作りたいと思っています。前から活動している人たちはそれをサポートする力を持っているので、協力して進めていきたいです。



座談会を終えて

生協に加入して、地区での学習会やみそ作りに参加し、組合員同士学

んだら喋ったりできる場所があるのだとうれしかった。人生の後半戦、ますます地域でのつながりが大切になる。地区活動の重要性が高まっている。

(広報委員会 田上綾子)

「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

自然エネルギーアカデミー（全8回）をZoom聴講しました ②～



後半第4回は丸山康司さんより再生可能エネルギーの社会的受容性ということについて。第5回は佐々木寛さんよりエネルギーデモクラシー。いつの時代も戦争と平和の構築にはエネルギーの奪い合い（時には分かち合い）の歴史があったことを、近代から現代の戦争、世界の核、原子力政策より学びました。民主主義がボトムアップの社会体制なので、エネルギーも市民がエネルギー自治の構造を作っていくことが不可欠だと言われたことが印象的でした。第6回は、ドイツ・フラウンホーファー研究機構に所属する梶村良太さん。2023年に先進国で唯一脱原発を果たしたドイツ。ドイツのエネルギー大転換とエネルギー政策を学びました。第7回は、高橋真樹さんより、著書「断熱が日本を救う！

健康、経済、省エネの切り札」について。日本の建物の断熱性能が他国に比べて信じられないほど低いこと、それがエネルギーの無駄を生み出し、しいては健康被害、経済的に様々な不利益を生み出している。暑さ寒さは人権問題、快適な室温（冬18度）で暮らすことは人権！ だと強く主張される高橋さんのお話はなんとも目からうろこでした。

こうして確かな知識を得られるのが楽しい自然エネルギー委員会。メンバー募集しています。一緒に学んでみませんか？

★委員会活動に興味のある方はお電話ください。
組織運営課 072-641-5561



生活クラブ生協大阪2か所目の居場所 4/23(水) 豊中（千里ブロック）にオープン！

私たちの町にも居場所を、と集まったメンバーが、23年度に千里ブロック居場所づくりプロジェクトをスタートさせました。素人集団が多くの先輩たちに学び、物件探しに苦戦しながら、どんな居場所にしたいか話し合ってきました。そして目指すは「子どもの心とおなかを満たせる場所」と決まりました。

みんなの居場所



始まるよ～！

「ほっとこ」のInstagram
もみてね。→



名前は…「みんなの居場所 ほっとこ」

- 🏠 ホットとできる場所
- 🏠 ほっといてもらえる場所
- 🏠 HOT（温かい）な場所 って意味

開所日 毎週水曜日 13:30～17:00

*スタッフ・ボランティアの体制が整い次第、食事の提供や開所日を増やすことを予定。

ボランティアは随時募集中！

利用料 大人100円、中学生までの子ども無料
住所 豊中市桜塚5-20-29 ガラクタハウス内
阪急・中桜塚4丁目バス停より徒歩3分

生活クラブ生協大阪の たすけあい・福祉の取り組み

生活クラブ生協大阪では、私たちが安心して暮らせる社会実現のため、食べ物（F）だけでなくエネルギー問題（E）やたすけあい（C）にも取り組んでいます。そのCの取り組みのベースにあるのが「エッコロ共済」。

毎月100円で組合員が加入できる、たすけあいの制度です。

エッコロ共済には様々な保障だけでなく、生活クラブ生協大阪で行われるたすけあい活動を支援する助成金制度があり、それを活用して子育てひろばや居場所づくりを行っています。



月島食品工業生産者交流会

～バターが良くてマーガリンが悪いわけじゃない?!～

2/14

参加：40人

千里ブロック
夢つながり未来館

月島食品工業は、主に業務用の油脂類を生産する会社で、チョコレートとマーガリン



生活クラブの



で、チョコドリンクを！



月島食品工業 吉原さん

材料：
・生チョコレートスプレッド 1/2 パック
・冷たいソイベシヤライズド牛乳1本



香り高くおいしいチョコレートドリンクの出来上がり

数回に分けてマグムベラで
延ばしながら加える

ンについてお話を聞きました。カカオ豆から時間をかけて丁寧な加工を経たチョコレートは、カカオ分や脂肪分などの含有量から3つの規格に分けられています。この中でも消費材に使用するの最高品質の純チョコレート。だから、味わい深くおいしいのです。

で増えています。カカオの樹は植え替えてから実がなるまで約4年かかるので、すぐに回復するものでなく、当面この状況は続くと思われまます。消費材も今後、安定的に生産するためには原材料を変えていく必要に迫られています。フェアトレードだけが解決策ではなく、もっと多角的に関わっていかねければならない、難しい問題です。

参加者からは、「マーガリンのイメージが変わった」「自分たちの食と世界の関わりを実感した」「詳しく聞けたので参加してよかった」と感想があり、私たちの利用する消費材についてここまで知ることができると生活クラブは、価値ある生協だなど改めて思いました。

（千里ブロック理事 谷田雅代）



3 月

会員数	10,898人			
給付状況	消費材の破損	2件	健康診断補助	11件
	活動中の対物事故	1件	延長保育	1件
	地区	6件/7人	活動に伴う車の使用に対する保障	5件
	託児	全体	暮らしの日常的なたすけあい	132件/28人
	サークル	0件/0人	暮らしのサポート	41時間/11人

エッコロ事務局



☎/FAX 072-641-5811

エッコロ共済
WEB サイト



(注) 駐在日がしばらくの間不定期となります。不在の場合は留守番電話に組合員コードと名前を入れてください。または Fax で用件を送ってください。折り返し連絡します。

子育てひろばにいらっしやい!

子育てひろばは、エッコロ共済の助成金で運営されています。子育てひろばは、「予約の必要がなく、子育て中の親子はもちろんだたでも、遊んだり、おしゃべりしたり、自由に過ごしながら 地域でつながる場所 です」

子ども、親、子育てひろばサポーター（組合員）がともに育ち合う「とも育ち」をめざして、子育て支援の活動をしています。

生活クラブ生協大阪の「子育てひろば」一欄

	日時	場所
ひらひら	毎月第1・3木曜日 10時～12時	枚方市岡本町会館 京阪枚方市北口：徒歩3分
	毎月第4木曜日 10時～12時	居場所よりみち (香里団地 D47-S02) 京阪バス香里ヶ丘十丁目すぐ
クレードル	毎月第3火曜日 10時半～12時半	茨木市玉櫛コミュニティセンター2F 会議室4 阪急、モノレール南茨木駅：徒歩12分
ぼらん＊ぼらん	毎月第4木曜日 10時～12時	レンタルスペース「すみれ家」 阪急富田駅北口：徒歩3分 JR 摂津富田駅南口：徒歩1分
とことこ	※4月以降しばらく 閉所します。	レンタルスペース「えがお」 近鉄奈良線河内花園駅南口 徒歩7分



My Favorite
...私のお気に入り...

タイトル／ライフ・イズ・ビューティフル

監督／ロベルト・ベニーニ

当時は今のようにスマホもない、映画を観るなら映画館でしかなかったけど、中高生から映画を観るのが好きでした。

「ライフ・イズ・ビューティフル」は初めてのイタリア映画でした。最初は幸せな家族のおもしろおかしくて美しい風景かと思いきや、ナチスドイツの捕虜になり、と悲しい内容でもありました。笑ひもたくさんあり、父親が子どもを最期まで楽しませようとする場面、これは「ごっこ」なんだと、捕虜になったことを悲しませないようにする姿には笑い泣きでした。最後は悲しさが残りましたが、子どもが「楽しかったよ」と笑顔で母親と再会するところは、本当に泣けました。

色々考えさせられる映画でしたが、本当におもしろくて、何回もレンタルビデオでも観ました。今度は親になりその立場で観たらどうなるのか。観てみようと思います。

(豊中南部地区 金村彩子)



生活と自治

■2025年2月号

連載 子育ては「個」育て～子どもの幸せが社会を変える～
怖がらせる行事は必要？

節分を「怖がらせる行事」と捉えたことがなかったので、娘が通っていた幼稚園はどうだったのだろうと思い返してみると、男女問わず、色とりどりのビーズや折紙で作った髪飾りを付けていました。戦前は関西でも髪結の厄除け文化があったそうです。「悪い子は袋に詰めてスペインに連れていかれる」等、海外でも「怖がらせる行事」は色々思い出されます。

今年の節分は、「福は内!」だけ叫び、鬼に守ってもらえる一年にしたいです。

(東住吉地区 岡田恵)

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25日

大淀コミュニティセンター

○やさしいBOX利用結集学習会
& 利用結集決起集会活動計画を決定

○ビオサポのおやさしい教室活動計画を決定

○再エネ・省エネフェアの開催について決定

○居場所「ほっとこ」の開設を決定

○2025年度役員改選における役員定数及び選挙区を決定

○ゲノム編集集魚を検証する院内集会への賛同を決定

○冬の共済キャンペーン 中間報告を確認

つぶやき

先日地区総会でのひとコマ。

Aさん「今度、小学校のPTA本部役員をやることになったです」

Bさん「それはええねー! 私もPTAと一緒に活動した人達とは今だにつながってる」

Cさん「PTA、生協、民生委員もやつてたおかげで

お茶を飲んだり、喋ったりできる仲間が近くにいてる。ほんま、やつてよかったよ」

D・Eさん「わかるわー」



活動中はもちろん、その後の人生もこころ豊かに生きられるなんて。活動ってすごい。そういうわけで、私の活動も続く。

(A)