

クラブ通信 Vol. 207

2025年8月



ご意見・ご要望をお寄せ下さい。

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 TEL 072-641-5547

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



↑WEBサイト



↑Instagram



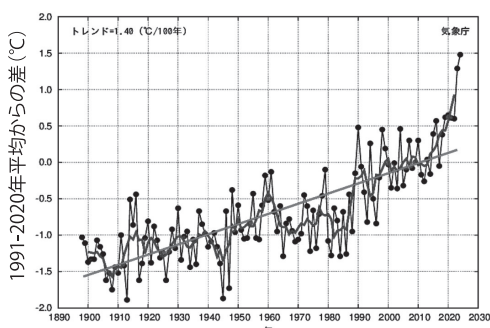
生活クラブでんきにスイッチしませんか？

畑からの警鐘

～食とエネルギーを私たちの手に取り戻すために～



生活クラブ
でんき



1890年～2024年 日本の年平均気温偏差(気象庁)

酷暑続きの夏、毎年のように発生する豪雨災害と、どんどん過酷になる気候が、食べ物の産地に大きな打撃を与えています。今年の「産直春のつどい」では、生産者のみなさんから、口々に気候危機の影響による作物へのダメージが語られました。農畜産業だけでなく、海水温の上昇が海の生態系に深刻な影響を及ぼし、漁業にも異変が起きています。日本の食料自給率は38%（カロリーベース）、この先お金を

お金を出しても
食べ物を得られない！

生活クラブでんきは今年10周年！

大阪でも生活クラブでんきの輪が広がっています。

生活クラブ生協大阪では、原発のない社会、CO₂を減らせる社会をめざし、25年度は184名を目標に「生活クラブでんき」をつかう仲間を増やそうと活動しています。また配送拠点である3つの支所（香里、平野、茨木）には組合員カープで設置した太陽光発電所があり、24年度は一般的な家庭（260kWh/月換算）10軒の1年間分に相当する電気を発電しました。

食もエネルギーも
輸入頼みという現実

出しても食べ物を得られない日が来るのが十分に考えられます。

気候危機の主要因は、石炭や石油、天然ガスといった化石燃料による人為的な温室効果ガス（主に二酸化炭素(CO₂)）の排出です。日本のCO₂排出量の約4割を発電部門が占め、その6割強が火力発電であり、原料のほとんどは輸入されています。日本は食料のみならずエネルギーの自給率も低く、わずか15%しかありません。CO₂の大排出

気候危機のない未来を
次世代の手に

源となつてゐる火力発電をなくし、輸入に頼らない持続可能な再生可能エネルギーによる発電をもっと増やす必要があります。

生活クラブでんきをつくる再エネ発電所は全国に71か所あり、単に発電するだけではなく、耕作放棄地を活用したソーラーシェアリングや売電収益の地域への還元など、「顔の見える」でんきとして電源立地地域とつながり元気にするしくみをつくってきました。

私たちが生産者とともに追求してきた、安心・安全な食べ物づくりの基盤そのものが失われてしまふ前に、気候危機を止めなければなりません。生活クラブの組合員は、生活クラブでんきを選ぶことができます。子どもたちに気候危機のない未来を手渡すため、一緒に一歩を踏み出しましょう。

（自然エネルギー委員会

三宅久美子）

今月の紙面

- みんなで食べよう 旬を味わうやさしいBOX 2
行ってきました「菜食ファーム」
- 生活クラブ生協フェスタ 今年も開催します 3
- 活動の報告 平野ブロック
丸本・オンダン農協生産者交流会 4

- エコロ共済「暮らしのサポート」利用者の声 5
- 「よやくる」消費材の紹介 ホットケーキミックス 6
- 総代会 質疑応答 私のおすすめ3品 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

45th 生活クラブ生協フェスタ

2025年10月12日 10:00〜14:00
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

コロナ禍で中止していた生活クラブ生協フェスタが復活して今年は4回目を迎えます。何かと行事の多い10月の日曜日ですが、たくさんの組合員に楽しんでもらえるよう実行委員会では準備を進めています。毎年少しずつアップデートしていますのでお楽しみに。

今年のテーマは…

みつけよう
未来につながる暮らしを!!

サブテーマは…

食べて 知って 遊んで
ワクワクがいっぱい

参加生産者

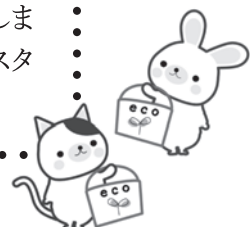
関西はもちろん、九州や東北からも参加してくれます。お気に入りの消費材を作っている人に実際に会うと思わずテンションが上がってしまいますよ。ついついあれもこれも買ってしまう。生産者にとっても組合員から直接言葉をかけてもらおうと、ものすごくやりがいや達成感を感じるそうです。買い物しながら会話も楽しんでください。こうした買い物風景を通して、組合員でない来場者に生活クラブに興味を持ってもらえるとうれしいですね。

今年もやります! お買い物シールラリー

シールを集めて素敵な景品をゲットしましょう。お気に入りの消費材が当たるかもしれませんし、初めての消費材にドキドキするかもしれません。会場に来たらまずは、シールラリーの参加用紙をゲットしてください。

スタッフ大募集

当日、生産者ブースのお手伝いをしませんか? 詳しくは、今週配布のフェスタニュースを見てご応募ください。



ブロック・委員会による 出展ブース

より深く生活クラブの活動を知ることができます。
「エコロってよくわからない」「生活クラブでんきってどうなの?」「託児ってちょっと不安だな」「せっけんって使いにくい?」
こんなちょっとした疑問を気軽に聞くことのできる雰囲気もフェスタならではの、だと思います。

室内ステージ

会場を盛り上げるパフォーマンスを予定しています。タイミングよくパフォーマンスの時間に通りかかったらぜひ楽しんでください。応援や拍手もよろしくお願いします。

フェスタに来るときは、マイ食器や箸等を忘れずに持参してくださいね。
そして、ごみは持ち帰る。生活クラブの組合員として日頃から心がけている行動をフェスタでも実行しましょう。
(フェスタ実行委員会 白川充子)

ごみゼロ大作戦!

マイバック
マイ食器
持参してね!

みんなで食べよう 旬を味わう やさいBOX

～行ってきました「菜食ファーム」

11月より関西6生協の野菜の供給が統一され、野菜の生産者が増えます。やさいBOXの産地は青森から九州まであり、各地の旬を味わっている私たちですが、今回新たに大阪の地場の生産者が増えることをうれしく感じます。新しい出会いに期待で胸を膨らませ「菜食ファーム」を訪ねました。

なかもず駅から車で20分程度。工場や学校に囲まれた田畑が現れました。菜食ファーム代表の今野さんの園地です。ハウスでトマトときゅうりを栽培しています。ハウス栽培の利点は農薬を減らすことが出来ること。露地だとどうしても病気が出やすくなるそうです。

続いて訪れた中村さんの園地は住宅街。3か所園地があり、自宅横のハウスには2週間前に播種したという小松菜、水菜の苗が育っていました。ハウスごとに時期をずらして種をまき出荷していくそうです。そこから徒歩3分、裏手には立派なハウスと露地の畑がありました。露地の一角に堆肥が積んでありました。堺の酪農団地から購入するとのこと、地域で循環していることに感心しました。ハウスは虫や雑草の管理がしやすく、雨にあたらないので土を柔らかく保つことができるそうです。

子どものころから農家の跡取りとして育ち、農業高校の教員として12年間働いたのち、3年前に就農したそうです。教員は楽しく農業のことを広げられますが、農業をしたいので区切りを付けたそうです。とても明るく話も分かりやすく(さすが先生)、「堺の農業をPRしたい、元気な農業を広げたい」と話され、まさに元気をもらいました。新たな取り組みの構想も練られており、今後がとても楽しみです。

今回の交流を楽しみに、産地をあとにしました。
(消費材委員会 小野田郁子)



↑葉物野菜を中心に栽培しています



↑菜食ファーム代表の今野さん



中村さんの園地
すぐ横には
阪知道の高架が
走っています。

「菜食ファーム」とは…

堺市・和泉市・河内長野市に点在する生産者グループです。現在エスコープ大阪の野菜の生産者で、やさいBOX生産者の望月さんもこのグループの一員です。

菜食ファームは、5人の仲間が「地場農業の継続と、薬をなるべく使わない農業を」と、約40年前に立ち上げ、現在は17軒のグループになっています。地域を守るという言葉が印象的でした。

代々の農家ですが、都市近郊で農地を広げることは難しく、固定された農地をどう使い、どう継続し、生かし、守っていくかを考えて行動し、さらに子どもたちへの農業体験の提供で、50年後の農地の維持を目指されています。

「地産地消が一番うまい」。地域への強いこだわりと誇りを感しました。

私たちのエコロ共済を知っていますか？

～地域の中で人と人とのつながりをひろげたい～



エコロ共済、それは生活クラブ生協大阪独自のたすけあいの制度です。加入者の100円の掛け金は、組合員の活動中のケガや託児への保障、(組合員同士の)お互いさまのたすけあい制度で、助けてくれた人へ支払われるケア金、福祉団体利用時の費用の一部補てんなどに使われています。託児や健康診断費用の補助などは、比較的知られているかもしれません。

今回は、日常生活の困りごとに専門的に対応している福祉団体利用の「暮らしのサポート」の利用者に、その内容についてアンケートを行いました。

あなた(みんな)が安心して暮らせる地域づくりのために、エコロ共済へ加入しませんか？ 加入者が増えれば、もっといろいろなニーズに応えられる制度にしていくことが可能になります。



「暮らしのサポート」を利用された皆さんにお聞きしました

♡ どんどころがよかったですか？

- ◆ 日程調整をお願いすることも多いが、調整してくれて定期的に利用できる。
- ◆ 1人ではできないことを手伝ってもらえる。相談できて、工夫もできる。
- ◆ 手伝ってもらうことで、一緒に動けて気持ちが楽になった。
- ◆ サポートしてもらえただけで安心する。利用料の補てん(1時間当たり600円)が非常にありがたい。
- ◆ 買い物など細かいところまで気がついてくれたこと。病院内の車イス操作がスムーズだったこと。

♡ なぜ「暮らしのサポート」を利用しようと思いましたか？

- ◆ 孫をあずかる時の手助け、また活動が続けるために、家事を手伝ってほしい。
- ◆ 部屋や風呂の丁寧な清掃。
- ◆ 長期間の病気で家事ができなかった。
- ◆ 1人暮らし、腰痛などで出来ない事(窓、床、台所の磨き)を依頼。
- ◆ 3年ほど前、腰の骨折で車イス生活となり、買い物や通院・付き添いを依頼。
- ◆ 1人暮らし、通院及び安否確認のため。

♡ この制度について何を通して知りましたか？

エコロ共済ガイドブック	4人
エコロ委員会ニュース	2人
クラブ通信	2人
組合員 友人から聞いた	1人

エコロ共済の配布物に並んで「クラブ通信」と回答された方がおられたことは広報委員会としてとてもうれしいです。

～エコロ共済のこれから～

暮らしのサポートを利用した理由の「買い物」「付き添い」「安否確認」などのキーワードは、エコロ共済という仕組みを利用して、今後どのような取り組みができるのか？を考えるヒントになると感じます。

誰もが支える側、支えられる側に遠慮なくになれるように、まずはあなたも1か月100円でエコロ共済に加入して地域の仲間になってください。(広報委員会)

回答してくださった皆さんは、制度について、またサポートの質について満足されていることがわかりました。

技術面はもちろんですが、気持ちの部分でも「一緒に」とか「安心する」「相談できる」「気持ちが楽になった」というところも、とても大事なことです。



鶏さん大解剖

～丹精國鶏生産者交流会～



6/18

参加:25人

平野ブロック

クレオ大阪中央

今年のブロック利用結集材である丹精國鶏について学ぼうと、丸本・オランダ農協生産者交流会を開催しました。丸鶏解体から始まった交流会。あざやかな手つきで、それぞれの部位がどこにあるのか、生の解体に参加の皆さんも興味津々。

解体の後には、生産者の神谷さんから話を聞きました。

生産者の神谷さん→



＜丹精國鶏とは？＞

丹精國鶏「はりま」の鶏舎は、開放型で窓が開けられること。飼育密度は、一般的には坪あたり60羽に対し、「はりま」は40羽(夏場は35羽)であるということ。このお話を聞きながら、鶏も子育てと一緒にのびのびと愛情いっぱい自由に育つと、おいしく個性が輝くのだなあと、私は思いました。

また鶏のおいしさは飼育日数にも比例するようです。一般的に短期間に成長させ早く出荷するには、高たんばくで高カロリーな飼料や、薬剤・抗生物質の使用が不可欠になります。しかし丹精國鶏は、安全でヘルシーな飼料で育てられ、成長がゆっくりなので、一般の鶏より10日以上も飼育期間が長くなっています。

＜取り組みの意義＞

大変なことも多い中、なぜ丹精國鶏に取り組むのか？種(しゅ)まで含めた現在わずか2%の国産鶏種の国内自給率の向上のため、国産鶏種がなければ海外で伝染病や不測の事態が発生すると、急激な為替変動に左右されることへの危機管理、そしてなにより「消費者(組合員)のニーズを聞いておいしい鶏肉をつくりたい」という生産者の熱い思いを聞くことができました。

動画やクイズも交えてあっという間の時間でした。



↑ 解体後の鶏肉



↑ 丸鶏の解体



↑ 調理実習

＜今日のメニュー＞

- ・鶏ガラスープ
- ・保温調理の簡単鶏ハム
- ・鶏と野菜のスパイシーオーブン焼き
- ・鶏モモ塩焼き



＜参加者の声＞

- ・何回もチェック(X線と人の目)して出荷していることを知り、安心して食べられてありがたくなって仕方なかったです。
- ・市販の鶏肉が味もなくおいしくなかった。生活クラブのはとてもおいしかった。こんなに差があるとは思わなかった。
- ・きちんとされていることがよく理解できました。安心してこれからも食材を大切に料理に使わせていただきます。ありがとうございます。

話を聞いた後は、みんなで楽しく調理実習。市販の鶏肉との違いを確かめよう！と、鶏ハムと鶏モモを焼いて食べ比べをしました。実際に市販品を見てもらい、色・におい・食感の違いを、目で見て舌で感じる時間となりました。(平野ブロック理事 河内有香)

第57回通常総代会 Q&A

6月9日開催の第57回通常総代会において、総代から出された質問・意見に対する回答を掲載します。

Q 最近報道があった秋田県の風車の事故は生活クラブとは関係がないのか。生活クラブの風車は点検などされているのか。

A 今回報道された風車は、生活クラブとは関係ない。生活クラブの風車はウインドファーム認証をとっており、安全性が担保されている。月1回、半年に1回、年に1回の定期点検をしている。今回の事故を受け、緊急点検も実施した。

Q 2025年産米が出る時点での見通し、収量予測から新規登録者を増やせるのかどうか。

A 2025年産米の見通しを示すのは難しい。予約が増えている状況から作付けを増やす依頼はしているが、気候の影響を予測するのは困難であり、収量予測を明示できない。半年並みの状況だったとしても、現在の予約分でぎりぎりであり、新規予約の受付はできないかもしれない。

Q 生産者が作り続けられる米価格を生協としてどう考えているか。

A 価格協議の場に組合員が参加し、組合員の立場からの思いや考えを伝えている。組合員として利用し続けられる価格と生産者が作り続けられる価格を話し合っており、双方合意の上で適正な価格を決めることが重要で、そうして決めた価格が持続可能な価格と考える。

第1号議案2024年度活動報告承認の件

クラブとは関係がないのか。生活クラブの風車は点検などされているのか。

A 今回報道された風車は、生活クラブとは関係ない。生活クラブの風車はウインドファーム認証をとっており、安全性が担保されている。月1回、半年に1回、年に1回の定期点検をしている。今回の事故を受け、緊急点検も実施した。

第3号議案2025年度活動方針案及び事業計画案承認の件

Q カタログ企画の野菜がはじまることにより、やさしいBOX登録者の中からカタログ利用に変える組合員がいるのではないかと危惧する。やさしいニュースの裏面に掲載されている利用者の声を何らかの形で活用してほしい。

A やさしいニュースは現在、やさしいBOX登録者しか見る機会がない。企画での声掛けやニュースへの掲載などで活用していきたい。



私のおすすめ3品

日野千尋さん
40歳代 生協歴5年

そのままでもおいしい 国産シュレッドチーズ

ピザやグラタンなどはもちろんですが、加熱しなくても大丈夫なので、サラダのトッピングなど幅広く使えます。我が家では鰹節+醤油+シュレッドチーズのおにぎりが好評です。温かいご飯でチーズがほんのり溶けて醤油と鰹節との相性もバッチリです。

しょうがシロップ

寒い日や喉が痛い時に白湯で割っていただくと、生姜の力で身体を温めてくれます。ヨーグルトやかき氷にかけたり、子どもたちは炭酸水で割ってジンジャーエール、大人はビールと合わせてシャンディガフで楽しんでいます。醤油と料理酒を合わせて生姜焼きのタレにも使えて便利です。

絹ごし豆腐(豆伍心)

抜群においしいです。ちゃんと大豆の味が濃く水っぽくないんです。冷奴でいただくと滑らかでつるんと、良いのどごし。お鍋に入れていただくと驚くほどふわふわの食感が楽しめます。天然のにがりを使っているのでミネラルも豊富で少し、大豆のタンパク質やイソフラボンも一緒に摂れて栄養面でも◎です。



予約する私、サステイナブルな暮らし

継続して食べる約束が、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。



今月のおすすめ

ホットケーキミックス

～素性の確かな材料で、手軽にお菓子&軽食作りを～

- 国産小麦粉100%使用で、ポストハーベスト農薬(収穫後農薬)の心配が無い。
(一方、日本で消費されている小麦粉の80%以上が外国産。外国産は輸送中に虫が発生するのを防ぐため、収穫後に散布されるポストハーベスト農薬や燻蒸処理の薬品が残留している心配がある)
- ミネラル分が豊富な素精糖(消費材)を使用
- アルミニウム不使用※の膨張剤を使用。膨張剤で使用するトウモロコシは遺伝子組み換えの混入防止管理済
- 風味向上のためカボチャ粉末を加えている
- 甘さ控えめ、バニラ香料不使用で、おやつその他軽食にも使える

※2013年、菓子やパンなどの製造に使われるアルミニウムの使用基準を厚生労働省が定めた。

ホットケーキミックス 200g×3



配達サイクル: 月1回
生産者: 日東富士製粉(株)
(東京都)

組合員の声:

・定番のホットケーキ、パンケーキの他、スコーン、アメリカンドッグ、パウンドケーキ、マフィン、調理パンなどにも。包材にも簡単なレシピが載っていて手軽に作れる。



↑生活クラブ連合会
WEBサイト

〈一般的なホットケーキミックスとの違い〉

	生活クラブ	一般的な市販品
原材料	小麦粉(国産)、素精糖、脱脂粉乳、カボチャ粉末、食塩	小麦粉、砂糖、ぶどう糖、植物油脂、小麦でん粉、食塩、水あめ
膨張剤	アルミニウム不使用	どのような膨張剤を使用しているかは不明
食品添加物(膨張剤以外)	無し	乳化剤、増粘剤、香料、カゼインNa、着色料など
遺伝子組み換え対策	膨張剤のトウモロコシは遺伝子組み換えの混入防止管理済	ぶどう糖、植物油脂、水あめ、食品添加物等に遺伝子組み換え原料使用の可能性がある

recipe

簡単でおいしい! チョコスコーン

材料
ホットケーキミックス 200g
なたね油 60g
牛乳 40ml
刻んだチョコレート 50g



- ①チョコレート以外の材料をボウルで混ぜる。
- ②チョコレートを加え、生地を一つにまとめる。
- ③台の上で1.5～2cmの厚さに伸ばし、包丁で切り分ける。
- ④180℃のオーブンで19分焼く。

.....



6月

会員数	10,676人				
給付状況	消費材破損	4件	健康診断補助	3件	
	託児	地区 3件/3人	小学校入学祝	159件	
	全体	7件/10人	暮らしの日常的なたすけあい	61件/26人	
	延長保育	1件	暮らしのサポート	72時間/17人	

エコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811



エコロ共済
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。

知っていますか？リーディングサービス

生活クラブ連合会が生活クラブの組合員向けに、毎月発行している生活者の新聞『生活と自治』は、社会にあるさまざまな問題を提示し、解決に向けて取り組んでいる人々や生産者、組合員の活動を紹介しています。

エコロ共済には、視覚障害を持つ方、見えづらい方を対象に『生活と自治』の音訳CDを届けるサービスがあり、読み上げを行うボランティア活動に対する支援もしています。音訳CDを希望される方、一度聞いてみたい方はエコロ事務局までご連絡ください。

※エコロ共済の申請は、消費材を利用している組合員に限ります。

生活と自治

■2025年3月号

My オピニオン 金井真紀さん

金井真紀さんは、「排除ベンチに無理やり寝転がる一人レジスタンス運動」を行っているそうです。排除ベンチとは、仕切りを付けた斜めにしたりして横になれないように作られたベンチのこと。このようなベンチの設置には、ホームレスの人々から居場所を奪う意図があるのではないかと考えられます。金井さんは、この行為を、「意地悪な行政に対して、笑える非暴力な抵抗」だと。面白いです。いろんな暴れ方?! いろんな抵抗の仕方があっていい。私自身はどんなやり方で、どのような考えをもって社会に向き合っていくのかを考えるヒントを得た記事でした。

(豊中中部地区 野路玲子)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。



My Favorite
...私のお気に入り...

「安藤忠雄展 青春」

安藤さんが長年取り組んできた大阪まちづくりの最前線「グラングリーン大阪」に同展を訪ねた。大阪の下町出身、独学で建築家になりコンクリートを得意とすることは知られているが、半世紀にわたる挑戦の軌跡・現在・未来への展望が多く建築資料で紹介されている。私は光や水を取り入れた教会建築に魅了された。また代表作を立体映像空間でヴァーチャル体験でき迫力があり、思わずパリのリノベーションされた「ブルス・ドウ・コメルス」美術館に行きたくなった。

たまたまその日は安藤さんが来館される日だったらしく、お話を伺うことができた。歯に衣着せぬ物言いながら会場は幾度となく笑いに包まれ、安藤ワールドに引き込まれていった。少年のころ、実家のリフォームで若い大工さんの、楽しそうに一心不乱に働く姿に感動した記憶が、建築を志した原点にあること。たくさんの人たちに応援され、支えてもらったこと。病気になり5つの内臓を摘出したこと。「体が軽くなりすこぶる快調」と御年83歳のご本人は言っている。

お世話になった社会に恩返しがしたいと、『こども本の森 中之島』をはじめ、建物を寄贈されている。「本から栄養をもらって豊かに成長してほしい」「人とのつながりを大切に」。安藤さんの作品と人生に圧倒された一日となった。



(高槻北地区 瀧本留里)

第45回 生活クラブ生協フェスタ

10月12日(日) 10:00~14:00

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



理事会報告

7月1日 大阪市中心公会堂

○千葉県漁連生産者交流会活動計画を決定

○ライフプラン講座「もっと知りたい私たちの共済」活動計画を決定

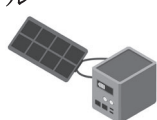
○春の紹介キャンペーン最終報告
加入目標586名に対し実績491名(達成率83.8%)
○夏の共済キャンペーン中間報告を確認

6月度実績報告 (5/21~6/20)

◎組合員数	20,277人
(6/20現在)	
加入	235人
脱退	139人
◎供給高	372,543千円
(計画比103.1%)	
(前年比104.0%)	
◎一人当たり利用高	18,431円
(前年比102.6%)	

つぶやき

夫の永年勤続のご褒美(?)でポータブル電源とポータブルソーラーパネルを手に入れた。早速バルコニーにパネルを設置し、電源につないでみる。「うんうん、発電してる!」



非常時用ではない。テレビ好きの私、自力で作った電気テレビを視たいのだ。ところが、結構な勢いで電気の目盛りは減っていく。「あ、もったいないな...」そう思ってしまった私は、ながらテレビを止めた。想定以上の節電効果になるか? 楽しみ。

(C)