

クラブ通信

Vol. 211

2025年12月

生活クラブ



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

45th

みつけよう
未来につながるくらしを!!

をテーマに開催しました!!

生活クラブ生協フェスタ

10月12日 花博記念公園鶴見緑地



私たちの活動を組合員、生産者、連携団体と共に地域に発信し、生活クラブ運動を広げるため、生活クラブ生協フェスタを開催しました。こだわりの消費材を使った飲食ブース、防災や暮らしに関するブース、組合員が手作りで用意した子どもが楽しめるコーナーなどで、生産者や多くの組合員、地域の人たちとつながることができました。

【出展ブースの数】 参加生産者:45 地域団体その他:5 組合員の運営・出展ブース:25 (ステージと赤ちゃんルーム含む) 職員:2

【カンパにご協力いただいた団体・生産者】 44団体

ありがとうございました!

今年のフェスタは、運動会シーズン、万博最終3連休とあって、来場者は昨年よりやや少なかったようです。しかし、生産者、委員会、ブロックブースとも盛況で、参加者は、おいしいものを「食べて」、でんきのこと、遺伝子組み換えのことを「知って」、キッズランドで工作をしたりたくさん「遊んで」を満喫できたのではないかと思います。

ステージも毎年レベルが上がっていて、音楽、落語、インド舞踊など盛りだくさんの出し物に拍手と笑いが巻き起こっていました。

シールラリーについてはたくさんの景品を提供してくれた生産者に感謝します。当たったみなさんはラッキーでしたね!

会議や準備を重ねていく中で実行委員の活躍も大きく、所属は違うけれどみんなとても仲良くなりました。「最初は実行委員になって大変だなと思ったけど、その内にとっても楽しくなってきて、やって良かった」という感想も聞けました。

生産者、ブロック、委員会、お手伝いスタッフの皆さん、立役者の実行委員の皆さん本当にお疲れさまでした。そして、来場してくれた組合員の皆さん、ご協力してくれた皆さんに感謝します。

来年もまた、会えることを楽しみにしています!

(フェスタ実行委員会 立花紀子)

産直春のつどい

2026年3月2日(月)10:00~15:00予定
大阪市中心公会堂 中集会室

詳細は、1/20~・27~配布予定のチラシをご覧ください。

フェスタのページ
(4~5p.)も
みてね!



今年度も
あるよー!!



今月の紙面

●活動の報告 豊能ブロック

ATJ 生産者交流会 2

●(株)岩井化成工場見学会 3

●第45回生活クラブ生協フェスタ開催

..... 4 5

●でんきを変える、でんきで変わる

シャボン玉フォーラムinおおいだ 6

●みんなで食べよう 旬を味わう「よやく・る野菜セット」

我が家の夕食 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

脱プラを考える… (株) 岩井化成工場見学会 10/9~10

2025年度グリーンシステム活動の一つとして、組合員の関心の高い「プラスチック類の削減、リサイクル」について学ぶため、工場見学会に参加しました。

茨城県に位置する岩井化成は、使用済みのプラスチックを資源として製品化し、再び企業へ返すという「国内循環型リサイクル」を通して地球環境保護に貢献している会社です。こちらでは、回収したもののほとんどが捨てられることなく再生され、循環していることに驚き、加工の工程でも障害のある方の働く場となり、地域社会に貢献されていることにも共感しました。

回収品目については、低密度ポリエチレン（牛乳キャップ、ゴミ袋）、高密度ポリエチレン（レジ袋、シャカシャカしたもの）、ポリプロピレン（バンド、テープ）が主な種類です。リサイクルの流れとしては、回収→破碎→再生→成型→商品化となります。

ご存知の通り、生活クラブの牛乳キャップは再生ペレット化（原料化した粒状の樹脂）して、そこからゴミ収集袋になり、再び組合員のもとへ循環します。キャップの回収については、生活クラブスピリッツを通していてもあり、大変きれいでレベルが高いという事です。中には洗浄不十分でカビが生えてしまったりすることもあるそうで、とにかくきれいに洗って返すこと。組合員一人ひとりの意識が大事です。分別してきれいな使用済プラスチックを出してこそ、きれいな製品に再生されるという訳です。また、再生ペレットからは再生クリアファイルなどオリジナル商品にも生まれ変わります。多くの大手企業とも取り引きがあり、エコパートナー企業として廃棄プラスチックのリサイクルを通じ、環境問題などの改善に向け共に取り組んでいるそうです。

安易に捨ててしまうゴミも、このようにして見事製品となって再生していく、ゴミ削減、CO2 排出量削減にもつながる素晴らしいしくみだと思いました。使って捨てる時代から使って集める時代へ、リサイクルが当たり前の日常となることがコンセプトの岩井化成を見学して、たくさんの気付きがありました。プラスチックという現代人にとってとても便利なものを



回収された牛乳キャップ・ポリプロピレン(バンド、テープ)



破碎する機械



再生されたペレット



成型されたゴミ袋

使い続けることによって、生産量や廃棄量も増え、海や大地などの環境汚染を引き起こしていることを改めて考える場となりました。回収されたプラスチックが製品となるまでに数々の工程を経て、時間と労力がかかっていることを目の当たりにして、理解したことは組合員に伝えていかないとはいけません。また、環境問題、ゴミ問題を考える中で、Rびんを使うことの価値を再確認できました。

私たちが毎週返却している牛乳キャップなども、こうして再生してくれる会社があるからこそ循環しています。生産者と同様に信頼関係でつながっていると感じました。

(常任理事 立花紀子)



キャップ再生ゴミ袋



(株) 岩井化成

ATJ 生産者交流会



パレスチナの人々の今 ~オリーブオイルのある暮らし

オルター・トレード・ジャパン(ATJ)の消費材でおいしい朝ごはんを作ろう♪

豊能ブロックではATJの黒岩さんを招いてパレスチナオリーブオイルの生産者交流会を開催しました。

オリーブを生産、加工しているパレスチナの現状について、パレスチナの人々とオリーブの結びつきについて、オリーブオイルを使った料理、活用方法などを聞きました。



オリーブはシリア、パレスチナ沿岸地域が原産の植物です。パレスチナの風土に合い、パレスチナの人々にとって、日々の暮らしに欠かせないものであり、生活の糧となる重要な農作物です。

今回の交流会でパレスチナの人々がイスラエルの攻撃に身の危険を感じながら生活している状況に加え、様々な妨害によってオリーブの栽培が困難にさらされていることを知りました。栽培地への通行を制限される、井戸の破壊、オリーブの木を焼く、といった妨害を知り、絶句しました。長年にわたる紛争の歴史的経緯は遠く離れた島国に住む私たちには理解が難しく、もどかしい思いをするばかりです。

こうした状況を知ると無力感を覚えます。私たちにできることはないのでしょうか。その問いに対して、黒岩さんからパレスチナの生産者の声として伝えられたのは「パレスチナのオリーブオイルを使ってほしい」という言葉でした。必死な思いでオリーブを育て、オイルを生産しても購入する人がいなければ、その努力は報われることもないし、収入も減ってしまいます。購入する人の存在が「私たちは世界から忘れられていない、と感じさせてくれる」。

遠回りのようですが、私たちの思いがATJを通してパレスチナへ届くことを祈ります。交流会のあった日から4か月近くたち、ようやく人質の解放、停戦の合意がなさ

れたと報道されています。しかしながら、パレスチナの人々の困難がすぐに解消されるわけではありません。これからも引き続きパレスチナオリーブオイルを購入していきたいと思います。

パレスチナの現状に続いて、オリーブオイルを使った料理を作り、試食しました。

オリーブオイルの風味を楽しむことができました

- エビのビスクスープ
- よやく・る野菜セットの野菜やエコシュリンプをオリーブオイルで炒めたもの
- サラダにオリーブオイルのドレッシング
- ヨーグルトにきゅうりとオリーブオイルを加えたディップ（ザジキ）



オリーブオイルは料理だけでなく、肌の保湿にもよいそうです。これからの季節スキンケアに試してみてもいいかもしれませんね。

(箕面支部 白川充子)

私たちがオリーブオイルを利用することは、オリーブの木を守り、パレスチナの生産者の暮らし、平和を守る活動につながります。

ATJ webサイト: レポート「パレスチナのオリーブオイル」→



キッズランド 子どもひろば

子どもたちも遊びや体験のブースでフェスタを堪能しました。恒例の玉入れ、手作りおもちゃ、ヨーヨー釣り、バルーンアートなど、今年は新たにこねこね石けん体験も大人気でした。



手作りおもちゃは
毎年大人気！



好きな形の石けんを作ろう



手描き野菜札を釣ったよ。
知ってる野菜はあったかな？



バルーンのわんちゃんを
連れて

ステージ

ステージ発表とお買い物シールラリー抽選会が行われ、今年もステージが盛り上がりました。お話、音楽、落語、舞踊と多彩な演目を楽しみました。



さまざまなサイズのリコーダーで
生演奏

たくさんの声援を
ありがとうございました！



インド舞踊



鍵盤ハーモニカ



落語

見応えのある
ステージが続々！



キーボード演奏+お話

ベテラン組合員 I さんの フェスタで買ったもの♪



黒富士農場のバームクーヘン、ゲランドの塩、伊賀越のみそダレ、山名酒造のお酒、肥後やまの栗、王隠堂の梅エキス飴、ATJのパプアのカカオニブ、白州森と水の里センターのオクラと大葉、夢産地とさやまのニンニク

おまけ

お買い物シールラリー 抽選会



素敵な景品ばかりでワクワク
どきどき。大盛況でした。

当たります
ように～



45th

10/12 (日)
開催

生活クラブ 生協フェスタ

1面の続き



楽しかったよ！
レポート



たくさんのおいしいものが並びました



旨いもの屋台が勢ぞろい



はい、
チーズ！



じゃがいも詰め放題



目当てのブースでお買い物



今年もジャンベが
オープニングを
飾りました！



伊賀有機農産供給
センターの皆さん

ごみゼロ大作戦！！



マイ食器やエコバッグの用意、リユース食器の利用、ごみの持ち帰りなど、ごみゼロ大作戦へのご理解・ご協力をありがとうございました。

組合員ブース

組合員が趣向を凝らして出展したブース。おいしさ・楽しさを実感しながら、食べ物や地域、環境など知って考える場になりました。



NON-GM委員会展示
「大豆が原料の加工品や添加物、こんなにたくさんあるの？」遺伝子組み換え対策について知るブース。



おすすめピラフをどうぞ～



環境委員会
「Rびんは返してね」



全力で野菜推し！やさしいテーマパーク

みんなで食べよう旬を味わう「よやく・る野菜セット」

鍋

野菜を
たっぷり食べられる
「鍋料理」はいかが？
食べる顔ぶれや届いた野菜セットの
中身を見て、今日は何の味付けにしようかな？
消費材には鍋にも大活躍の調味料や、味がバッチリ
決まる便利な鍋の素があります。
タンパク質と野菜をしっかり摂れて、
体も心もポカポカ温まるお鍋で
この冬も元気に過ごしましょう。

鶏ガラ塩ちゃんこ鍋

鶏つみれ鍋

キムチ鍋

トマト鍋

白湯スープ鍋

こんなお鍋も簡単！
だし醤油でおいしい「寄せ鍋」
そこに豆乳を加えれば、
あったか「豆乳鍋」
いろいろな野菜を楽しく
くたさいね。

我が家の夕食

木曜日のこんだて

組合員：MT.(40歳代)
生協歴：8年(ペア個配)
家族：夫、子ども(10歳)
配達日：火曜日
1か月平均購入額：約6万円
＜登録消費材＞
パスチャライズド牛乳、人参、産直放牧卵(平飼い)、豚野菜炒め用スライス、小粒納豆、2連絹ごし豆腐、アップルメイト、野菜セットミニ、バラゴンバナナ、ちくわ、ハム
＜今回購入した主な消費材＞
洗いなめこ、えのき、油揚げ、米麴、鶏皮なしモモ肉、鶏ガラスープ、れんこん、玉ねぎ
＜コメント＞
我が家は基本1汁2〜3菜+果物の献立。米は五分つき。息子と2人での夕飯の日が多いですが、親として、丈夫な身体を作ってあげたいと思い、日々食事づくりをしています。味噌、塩麹類は生活クラブの消費材で作り、砂糖・電子レンジ不使用。

…購入した消費材で、1週間どんなメニューにしたかを紹介します。

	メニュー	食材(太字は生活クラブの消費材)
火	・かぼちゃのポタージュ ・アジの竜田揚げ ・れんこんとひじきのサラダ ・ピーマンのきんぴら	・かぼちゃ、玉ねぎ、玉ねぎ麴、コンソメ ・アジの竜田揚げ(冷凍) ・れんこん、こめひじき、人参、まぐろ油漬缶、塩麴 ・ピーマン、万能つゆ、白ごま
水	・茄子と落とし卵の味噌汁 ・鶏モモ照り焼き ・れんこんとひじきのサラダ ・モロヘイヤと納豆のねばねば和え	・なす、卵、味噌 ・鶏モモ皮なし(冷凍) ・れんこん、こめひじき、人参、まぐろ油漬缶、塩麴 ・モロヘイヤ、小粒納豆
木	・大根となめこの味噌汁 ・さんまのかば焼き ・小松菜と油揚げの炒め ・かぶのあんかけ	・大根、なめこ、わかめ、味噌 ・さんまかば焼き(冷凍) ・小松菜、油揚げ、人参 ・かぶ、人参、鶏ミンチバラ凍結、塩麴
金	・玉ねぎとわかめの卵スープ ・ブルコギ風 ・もやしときゅうりのサラダ	・玉ねぎ、わかめ、卵、冷凍鶏だし、塩麴 ・牛肉、もやし、人参、ニラ、玉ねぎ、きゅうり、もやし、ハム、ごま油
土	・じゃがたま味噌汁 ・シイラのから揚げ ・温野菜(人参、ブロッコリー)	・じゃが芋、玉ねぎ、わかめ、味噌 ・シイラのから揚げ(冷凍) ・人参、ブロッコリー
日	・野菜と油揚げの味噌汁 ・スペアリブと野菜の煮物 ・つるむらさきとレンコンの炒め	・玉ねぎ、人参、里芋、油揚げ、味噌 ・スペアリブ、大根、人参、まいたけ、塩麴 ・つるむらさき、レンコン、塩麴
月	・小松菜とお豆腐あげの味噌汁 ・ごぼうの柳川風 ・かぼちゃ煮	・小松菜、お豆腐揚げ、味噌 ・ごぼう、豚炒め用スライス、えのき ・かぼちゃ、かつおの粉

「でんきを変える、でんきで変わる」
～我が家の断熱～

きっかけは、弟でした。実家のそばに住む弟がキッチン他のリフォームをすることになり、補助金が出るので内窓も付けるそうだ。5年以上前に部屋の断熱の為に、ハニカム構造の壁紙を貼った時に、次は内窓！と宣言していた私。理想では「先進的窓リノベ事業」を使って既に内窓を付けていたはずなのに、弟に先を越された！ショックを受ける中で、ちょうど聞いたノンフィクションライター高橋真樹さんのオンライン講座。「暑さ寒さは人権問題」「家のエネルギーの出入口は窓」「省エネは『がまん』ではなく、エネルギーの効率化によって脱炭素を進めること」その時点で今年の補助金の利用率がまだ31%と低く、元々3年間の補助金の最終年度。利用が低いことが免罪符となって、来年度以降は打ち切り確実にになってしまうかも…夫ができない理由を挙げてくるのを無視して、「もう、見積もりを依頼したから」と。2社来てもらいました。

よく「生活クラブでんきに変えたいけれど、夫に反対されて…」と聞きますが、こちらに勢いがあるといけるかも。問題点については、工務店の方から解決策の提案がいただけるので、やらない理由が無くなってくるんですよ。

気が付いたら、内窓を付けることは、決定事項になっていました。断熱の利点はどうぞ高橋さん著の『「断熱」が日本を救う 健康、経済、省エネの切り札』を読んでください。(自然エネルギー委員会 奥村芳実)

2025 シャボン玉フォーラム in おおいた

10/17
参加：8人

かたらんかい？せっけんLife！
～未来へつなぐ環境のボタン～

※「かたる」は「語る」と大分の方言「加わる」の二つの意味を表します。

「2025 シャボン玉フォーラム in おおいた」に環境委員会からオンラインで参加しました。

基調講演は「海から見る地球」～気候変動と海洋プラスチック問題～と題して、プロダイバーで環境活動家の武本匡弘さん。海中の様子が1990年頃から激変してきているという。青い綺麗な海中の珊瑚と灰色の海の底の白濁し瓦礫になった珊瑚、2枚の写真に驚きました。危機感いっぱい環境活動に専念するようになったそうです。

太平洋の真ん中でも珊瑚が死に魚もいなくなる。島々の人達は自給自足できず、お金を得るために米軍に入る人もいる。海水が膨張し家が海の中に。その原因はCO₂を多く出している私たちの生活です。海水をすくうと必ずマイクロプラスチックが取れる。日本の海はプラスチックスープの海。遠いマーシャル諸島でも必ず見るのがペットボトル。そんな話に気持ちが重くなります。

でも、気候危機も人の手で変えられると武本さん。ペットボトル飲料を買う人が減れば社会の空気感が変わる。一人の子が給食の牛乳のストローを使わない事が周りの子にも広がり、スーパーに「過剰包装をやめて」と声を届け続けたら一部の品物が裸売りになった等の話に励まされました。

次は、「循環する生命」と題して、写真家船尾修さんによる「森の民ピグミー」の話。1〜3か月単位で移動しながらアフリカ熱帯雨林で狩猟採集し、必要以上に獲物を取らず、人口を無闇に増やさず、皆平等なピグミーと生活を共にして写真撮影した船尾さん。「環境を守るというのは自分自身を守る事」という言葉が心に沁みました。

(環境委員会 岩崎加代子)

7

6



10月

会員数	10,834人			
給付状況	消費材破損	3件/3人	健康診断補助	2件
	地区	5件/11人	延長保育	1件
	託児	5件/5人	暮らしのたすけあい	97件/21人
	サークル	0件/0人	日常的な暮らしのサポート	62時間/17人

エッコロ事務局 ☎/FAX 072-641-5811



不在の場合は留守番電話に組合員コードと名前を入れるか、Faxでご用件をお送りください。折り返し連絡します。



エッコロ共済 WEB サイト

連携する福祉団体「みのおステーション」

エッコロ共済加入者でケアを頼める人を自分で見つけられない方は、連携する福祉団体に手伝ってもらいませんか？

人に個性があるように困ったことも人それぞれ。「やっぱり住み慣れた地域、我が家で暮らし続けたい…」「ほんの少し手伝ってもらえれば、それで元気に暮していける…」そんな思いをサポートする団体です。

例えば、「出産前後に上の子どもの幼稚園の送迎」「ケガをしたときのペットのお世話」「一人で外出が心配な時の付き添い」など、手伝ってほしい時はエッコロ事務局又は直接福祉団体にご相談ください。

◆豊能ブロック担当の福祉団体は

「みのおステーション」です。(TEL 072-786-9042)

※エッコロ共済の申請は、消費材を利用している組合員に限ります。



My Favorite
…私のお気に入り…

『あなたは人生に感謝ができますか？』

著者：佐々木 正美

出版社：講談社



本書に出会ったとき、私は自分の人生を振り返りながら、これからの生き方に悩んでいた。人生とは何か。幸せとは何か。子育て真っ最中の今、この問いへの答えこそが、育児の要になるように思えた。誰しも幸せに生きたいし、子どもにも幸せな人生を歩んでほしいと願うものだろう。「幸せな生き方の道すじ」さえ分かれば、その道を信じて歩めばよい。その“道すじ”を、やさしく、わかりやすく示してくれるのが本書である。

読み進めるうちに、「人間関係」というキーワードに出会う。幸せな人間関係を築くことが、幸せな人生をつくることにつながっていく。人とのつながりの中でこそ、人は幸せを感じ、人生に感謝できるのだと気づかされる。本書から学んだ「幸せな生き方の道すじ」。それは今、私の生き方の軸であり、子育ての軸にもなっている。人との関わりの中にこそ幸せがある。そのことを忘れずに、感謝とともにこれからの人生を歩んでいきたい。

(光風地区 中野知佳)

生活と自治

■2025年9月号

探検！暮らしのほてな

発色剤って何？ 着色料とどう違うの？

発色剤は、主にソーセージや、ハム、ベーコン、たらこなどに使用されていて、変色や腐敗を防ぎ、鮮やかな色合いにするために使われる食品添加物だ。国際がん研究機関は「ヒトに対しておそらく発がん性がある」に分類している。私はこのことを知ってから発色剤を用いず塩漬けた「無塩せき」の物を選んでいきます。消費材の表示を見ればとてもシンプルなが分かります。知ること自分納得のいくものを選択出来る事が一番大事だと思います。

(中池田地区 野口文)

一人ひとりの購読料(100円)で成り立っています。

10月度実績報告 (9/21~10/20)

◎組合員数	20,251人
(10/20現在)	
加入	197人
脱退	141人
◎供給高	292,440千円
(計画比)	97.1%
(前年比)	101.9%
◎一人当たり利用高	14,467円
(前年比)	100.9%

- 10月27日 大淀コミュニティセンター 平野支所 CO2 内部監査実施について決定
- 居場所ほつとこ冬休み食事提供について活動計画を決定
- 遺伝子組み換え生物等の第二種使用の拡散防止措置に関するパブコメ提出を決定
- 秋の紹介キャンペーン中間報告を確認

理事会報告

予告

お年玉プレゼントクイズ

今年も
チャレンジ
してね！

次月1月号(1/6~週配布)
と一緒にチラシ配布です。
お見逃しなく！



20年来のドイツ人の友人が、もうすぐ日本にやってくる。これまで宇治の茶摘みや石清水八幡宮の厄除け神事などに案内したが、今年はさてどこへ出かけようか、目下考え中だ。

環境先進国ドイツの話は面白い。再生可能エネルギーのこと、移民政策のことなどを矢継ぎ早に質問する。昨年はアニマルウェルフェアの話で盛り上がった(ドイツでは当たり前の考え方とのことだった)。

「いつドイツに遊びに来る？」と毎年言われるが、はい、そのうち必ず。

(AI)

