

クラブ通信

Vol 220

2026年9月



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

いよいよ
来週開催!

つながる ひろがる 暮らしのフェスタ

46th

生活クラブ 生協フェスタ

同時配布のフェスタ
ニュース vol.2 も見てね!

9/20(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

こちらも
チェック!



WEBサイト



Instagram

今年のフェスタ実行委員です。

みんなフェスタに来てね~!

生産者と直に会うこ
とができますのでぜひ
参加してください。

バザーにステージ、抽選
会も楽しんでくださいね!

つめた〜いアイスにバ
ルーンアート、楽しい事
がたくさんあるよ。

生産者と私たち自慢の
消費材に出会いに来
てくださいね!

子どもも毎年フェスタを
楽しみにしています♪

お子さんの楽しいイベン
トもたくさんありますよ。
待ってまーす。

お買い得がいっぱい!
カート必須!

フェスタならではの
楽しみがいっぱい
ですよ!
ゲストも大歓迎!

安全な食べ物や
楽しい催しがいっ
ぱい。ぜひきてね!

お買い物しながら生産
者とおしゃべりもできる
素敵なお祭りです。
来てね♡

今月の紙面

●みんなで食べよう! 「ポークウインナー」
秋の紹介キャンペーン 2

●活動の報告 豊能ブロック
カタシモワイナリー産地訪問 3

●「よやく・る野菜セット」の産地訪問vol.4 熊本 ... 4

●消費材Step Up点検報告
「日東珈琲 牛乳で飲むエスプレッソコーヒー」... 5

●安全対策を学ぶ講習会
～安心安全な子育てひろばをめざして～ 6

●～環境を守る～ 私ができること♡
私のおすすめ3品 7

●エコロ共済 Tea Time 「生活と自治」
理事会報告 つぶやき 8



カタシモワイナリー産地訪問 ～四季折々を感じる葡萄畑で 日本ワインの文化を学び味わう会～

6/23 参加31人 豊能ブロック

2か所の駅と現地合わせて3か所での待ち合わせ、豊能ブロックからは遠方の産地訪問。様々な心配も杞憂に終わり、大盛況で無事終了しました。今回は箕面西地区代表の川元さんと新地区委員として活動を始めた今久保さんのレポートを紹介します。
(豊能ブロック理事 永田千砂)



ワイン3種、オプションで+3種、ノンアルコールの人はおいしい贅沢なジュースの試飲をしました。おつまみも地元のものを用意くださり、おいしく過ごす贅沢な試飲会でした。「ジャパニーズブランドー葡萄華 玲 52度」は香りで酔えるくらい。強烈な刺激に皆で目を見開きました。



39週(9/29週)
カテゴリーに掲載予定。
お見逃しなく!

右/天使の果実(白)
左/天使の果実(赤)

ぶどう畑は傾斜のきつい場所での作業。常に危険と隣り合わせ。草を刈るのも水分とのバランスを考えて、高さを意識して刈っているそう(草生栽培といえます)、デ

※テロワール(Terroir)とは、フランス語で土地を意味する言葉に由来し、気候・土壌・標高・日照量・風・湿度栽培方法など、ワインの味に影響する自然条件の総称。

ぜひ皆さんも消費材を
チェックしてみてくださいね!
(箕面西地区 川元)

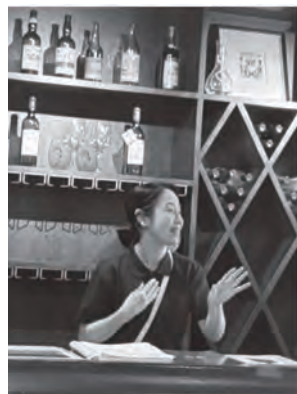
リケートなぶどうの栽培はとて難しいことを畑に訪問することでより実感しました。また、カタシモワイナリーが生まれた歴史を、近辺を歩くことで感じる事ができて、まさに大人の遠足大満喫でした。「テロワール※」を感じる取り組み

試飲できた2種類、生活クラブで取り扱っている天使の果実ナイアガラ(白)、キャンベル(赤)がとってもおいしくまた飲みたくなりました。

ワインの背景を知り、味わい方が新たに



素直な古民家で試飲タイム



5代目社長高井麻記子さん



葡萄畑も視察しました

登録有形文化財に指定されている貯蔵庫や、昔の道具を見ながら、5代目社長高井麻記子さんの弾丸トークから始まった今回の訪問。古にも葡萄酒が作られていたんじゃないか、というロマンあるお話から、曾祖父が村ぐるみでワインを作り始められた頃のお話、そして戦争、コロナ禍での苦労話や工夫、などとても楽しく聞きました。

その後、ぶどう畑に移動して、たわねに実るぶどうを見ながら、品種による育て方の違いや、草刈りの工夫(わざとある程度草を生やす)の意図など、とても興味深く、あ

帰ってから早速、家族や知人にカタシモワイナリーの素敵さを語っています。
(箕面東地区 今久保)



私たち組合員のために作られた消費材をこれからもずっと食べ続けられるように、消費材のことを知ってもっと利用しよう・みんなでたべよう!

ポークウインナー

～子どもだけじゃない。大人にも「安心安全な」ウインナーを!!～

登録すれば、
いつも食卓へ!

【100g】 【徳用240g】

配達サイクル 週1回
生産者: ウインナークラブ(徳島県)

★バイスブルスト

消費材名はドイツ語で「白いソーセージ」。レモンとパセリの風味が爽やかな、これぞ大人の味。70度のお湯で5分程度茹で、皮を剥いていただきます! 軽く焼き目をつけたり、マスタードをつけたり、変化をつけてもおいしい。ポトフに入れるのもおすすめ。



秋の夜長に。アルコールのお供に。食通も納得のウインナーはこちら!

おすすめウインナー 大人編

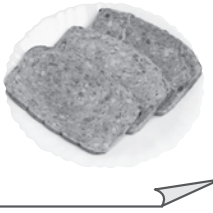
★ポークパストラミ

石井養豚センターのかたまり肉を使用。粗びき黒こしょうで仕上げた、肉の味がしっかりする逸品。特別な会食でも主役になります。お好みの厚さにスライスして、いろいろな食べ方を楽しもう! 手土産にしても喜ばれること確実です。



★グローブフライッシュケーキ

粗挽きの肉にソテーした玉ねぎを混ぜて焼き上げたドイツ風ミートローフ。焼いてそのまま頬張っても、サンドイッチにしても。スライス済み。



check!

秋の紹介キャンペーン

生活クラブのここが好き!
あなたの好きな生活クラブを伝えよう

おおぜいの利用する組合員がいたから実現した消費材。その消費材を利用する仲間を増やすために紹介キャンペーンがあります。

これからもずっと「消費材をつくる・食べる」が続けられるように、あなたの好きな生活クラブを周りの人に伝えてみませんか?

秋の紹介キャンペーン期間は、8/31(月)～11/13(金)の11週間。試食サンプルなど、詳しくは配布のチラシをチェックしてくださいね。紹介したい人がいたら、配達担当に「紹介したい人がいる」と声をかけてください!

私が生活クラブに入って良かったところが好き、と思うところは、生産者との距離が近いところです。「生産者交流会」では、生産者と会って話し、原料へのこだわりやおすすめ消費材、努力や工夫していることなどを聞くことができます。「良いものを作ってくれて本当にありがとう!」「食べて応援したい!」と心から思います。家族にも食べ物の背景を伝えることで、よりおいしく豊かな食卓になります。

生活クラブでは、組合員が仲間づくり(組合員の拡大、地域での居場所作りなど)をすることを大切にしています。食の安全を守ること、環境に優しい生活、持続可能なエネ

(門真ブロック理事 難波華苗)



消費材Step Up点検報告 消費材委員会

「日東珈琲 牛乳で飲むエスプレッソコーヒー」

6/26

6人参加

生活クラブの消費材は独自に定めた自主基準に沿ってつくられます。そして組合員は「消費材Step Up点検」として、生産現場へ赴き製造工程などを確認し、消費材の自主基準の到達具合を点検します。組合員は消費材への理解を深め、生産者との意見交換を通して、消費材の品質向上や利用の拡大をめざしています。

今回、牛乳で飲むエスプレッソコーヒーの点検に取り組みました。



①まずは、StepUp 点検とは何なのか、連合会の講師を招いての学習会を開催しました。

消費材委員会では 12 年ぶりの Step Up 点検。生活クラブ大阪としても、現地点検までの実施は実に約 10 年ぶりです。

②点検する消費材を何にするのか決めました。

日帰りで行ける生産現場で、何よりも私たちが興味のあるもので、利用を拡げたいものと相談した結果、日東珈琲の牛乳で飲むエスプレッソコーヒーに決めました。「パスチャライズド牛乳をおいしく飲むために開発された」という生活クラブ愛あふれる消費材です。



③事前学習会の準備として市場調査をしました。

スーパーの棚を見ると希釈タイプのコーヒーが何種類も並んでいました。開発された 11 年前には類似品はほとんどなかったそうですが、近年各メーカーから各種販売されているようです。

④消費材の企画書、自主基準登録一覧表、過去の点検記録などが記載された「消費材 Step Up 点検の道具」(冊子)をじっくり読み、みんなで事前質問表を作成しました。

企画書には消費材の成り立ち、製造工程、原材料など細かく書かれています。何に的を絞って点検するかを決めます。今回は「原材料と衛生管理について」としました。事前質問表への回答を生産者からもらった後、さらに湧いた疑問などをもって現地向かいました。



↑点検内容について質疑応答



↑生産者と監査メンバー

⑤日東珈琲が製造委託している、和歌山県紀の川市のジーエスフードに現地点検に行きました。

残念ながら製造ラインの中に入ることはできませんでしたが、75 台ものライブカメラが工場内部、外部にも設置されており、製造現場をガラス越しに見おろしながら、カメラの映像も使って説明を受けました。

見覚えのあるパッケージがレーンに並んで動いていくのを見るのは感慨深いものでした。パッケージの絵は、漫画家の魚戸おさむさんに依頼したものだそうで、とても素敵です。

ジーエスフードが製造している生活クラブの消費材はこの 1 種のみ。しかも製造シェア 1%にも満たない製品の製造を、私たちの訪問に合わせて日程を組んでくれました。出来立てのエスプレッソコーヒーをワイングラスでいただきました。

格別な味わいです。



●点検を終えて...

これからもずっと飲んでいきたい。さらにもっとつながりをもちたいと思った点検でした。牛乳で飲むエスプレッソコーヒーとパスチャライズド牛乳との相性は抜群。究極のマリアージュです。おいしく飲んで元気に過ごしましょう。牛乳の甘さが引き立ちます。

(消費材委員会 小野田郁子)

詳しい点検報告は、後日発行の消費材委員会ニュースを見てね。

「よやく・る野菜セット」の産地訪問

Vol.4 水の子会、肥後やまと (熊本県)

…2026年4月4～6日

昨年11月に関西6生協の野菜取り組みが共通化され、私たちにとって新しい野菜生産者が増えました。それぞれの生産地の特徴や生産者の考えを知り交流する、そして野菜をよやく・るで食べることを意味を改めて組合員に伝えようと、関西青果委員会より産地を訪問してきました。

食料自給率1%の大阪に住む者にとって、食べ物を地場で手に入れることは困難です。遠く離れた熊本ですが、たくさんの生産者がいます。食べて支えるということを、強く意識した訪問となりました。

〈肥後やまと〉

清和ミネラル会 林さん ベビーリーフ



↑本田さんの圃場と林さん収穫期のベビーリーフ

清和ミネラル会は 4 人の生産者で作った会社。最初は部会(出荷団体)だったが、人を集めるため会社形態にし、8 年。肥後やまとを通してベビーリーフを出荷。有機 JAS 認証を取得しています。-10℃はざらという標高 580m の山地にあります。

ベビーリーフは日本で普及し始めてまだ 30 年の野菜です。生産者の一人本田さんは、もともと清和ミネラル会の社員として働いていました。自分の圃場はなかったが、65 歳で離農する生産者の施設を受け継いで就農し 4 年目。山都(やまと)町で初めての事例だそうです。ハウス 1 棟(1 反)※に 800 万円かかり、ベビーリーフ栽培には 4 反は必要なので新規での就農は難しいとのこと。

栽培品目は季節によって異なり各自に任せているが、常時 6 ～ 7 品目は撒くようにしています。播種日をずらし、1 つのハウスで年間 8 ～ 9 回は回します。圃場は回転が命。市場に余っているときは各々の判断で漉き込むそうです。収穫後はビニルをはって太陽光で約 1 週間(夏場は 3 ～ 4 日)熱消毒。80℃くらいになるそう。365 日稼働しているが、日曜日は休みにしたいと思っている。

1 パックに 4 種類以上は入れています。栄養価が高い、生命力のたっぷり詰まったベビーリーフ。太陽の力で育った土耕栽培のベビーリーフをたくさん食べてください。



…肥後やまと社長の原田さんの話

農家の現状を知ってほしい。だれかが作っているのか、お金(価格)ではないつながりを大事にしていきたい。買う人の顔、思いを農家も知る。農家もじぶんたちをアピールしないと、と思っている。

〈水の子会〉村田さん 京セリ



↑作業着(赤と青)を着た村田さん

京セリの収穫は 12 月～ 4 月。地下 16 メートルの地下水を張った田んぼで育てます。水温は 18 ～ 20℃と一定なので、水に浸かって作業していても寒くはないそうです。



豊富な地下水を利用した京セリの畑。鴨対策のネットがはってありますが、鴨が何百羽もきて、3 日で食べつくされたこともあったそうです。 →

収穫後、苗に向きそうな畑(雑草、虫がいない)を 1 反※残しておき、9 月 20 日頃から苗として刈り取ります。5 cm にきざみ、ブルーシートの中で蒸らすと節目から芽が出ます。これを代掻き(しろかき: 土を平にならす作業)した畑にまき、3 日ほどで根が出たら水を張るという不思議な栽培方法です。セリの生命力の強さゆえでしょうか? 10 日ずつ時期をずらし 7 回くらい苗をまくとのこと。

「道具は収穫用の包丁のみで年 2 本使用(5000 円/本)」と笑って話されました。田んぼなので土質が固く、抜こうとすると根が切れ茎も傷つくので包丁で刈り取ります。ですから根っこはついていません。

※1 反=約 10a=1000 m²

京セリもベビーリーフも、野菜セットに入っていないけれどこんなに食べる機会がないと思うので、よやく・る野菜セットは、生産を継続するためには大事な取り組みだと思いました。

緑のセリ畑で手を振る赤と青の衣装(作業着)の村田さん、くるくるパーマの林さんのお姿が目にと焼き付いています。(常任理事 小野田 郁子)

～環境を守る～ 私ができること♡

環境委員会では、せっけん・グリーンシステム・BMWを柱にした環境問題等々について活動し発信しています。今回は、せっけんについての活動報告をします。

5/15に生活クラブ連合会組織活動推進会議のミニ学習会に現地とオンラインで参加しました。全国の生活クラブから、どの様に「水を守るせっけん運動」を行っているかの発表がありました。発表メンバーに大阪が選ばれ、担当理事がパワーポイントを使い詳しく伝えてきました。特に私たち環境委員会が製作している「せっけんノート」に注目が集まり「どんなものか送って欲しい」と声がかかりました。



5/16には、せっけん運動ネットワーク第12回定期総会&記念講演会にオンラインで参加しました。今回の記念講演は「家庭(おうち)でできるカラダにいい洗濯術」。講師でクリーニング店主の茂木孝夫さんから、シミ汚れ・黄ばみ黒ずみ汚れの落とし方を実演を交えて学習しました。特に印象に残ったのは、食べ物の安全性を意識することがあっても、洗剤には安全性を意識せずに、イメージや利便性を優先させている現状についての話でした。

これからも、私たちが進めている、化学合成物質の少ない、人間本来の快適で健康な生活を送れる家庭・社会づくりを目指していきたいと切に思いました。そして、明るい未来のため、子どもたちのために…。(環境委員会 佐々木興子)

私のおすすめ3品

関西お好みソース



子ども達も好きなのですが、何よりも夫が初めて口にした瞬間「うまいっ!!」と絶賛していました。市販のソースは、甘さの中に酸味があるのが普通だと思っていましたが、こちらはまるやかな甘さなのにしつこさが無いので、我が家では切らさないようにしています。焼肉のたれと煮詰めてハンバーグのソースにしても最高です。

すりごま黒



黒ごまを二度焙煎して皮ごとすり潰しているので、市販のと比べてしっとりとしていておいしいです。健康のことを考え、きな粉・素精糖・塩を好みの量で混ぜ合わせたらホットミルクを注いでオリジナルラテを作って飲んだりしています。またバナナアイスにかけて食べるのも好きです。

バジルソース



生産者交流会の際に、試食をしたのをきっかけにハマりました。バジルをとて感じることが出来、バジル好きにはたまりません。

パスタ系以外にも、ゆで卵を半分にカットしてその上にバジルソースとマヨネーズをかけたり、ピザやドリアの仕上げ、コーンスープなどに少し垂らすとワンランクアップしたスープになりおすすめです。

田中りやなさん
40歳代 生協歴2年

やらんよりはやったほうがマシ、 先ずはできることをやろう！

～今年も安全対策を学ぶ講習会を開催しました！～

3年前、「子育てひろば開催中に地震が起きたらどうしたらいいの、子どもがけがをしたらどうするの？」という話が部会で話題になりました。そこで安心安全な子育てひろばが開催できるように安全対策を学ぶという目的で、『あんしんポケットひらかた』の皆さんに講習会を依頼しました。



3回目となる今年は2時間余り、盛りだくさんの内容でしたが講師3人のユーモアあふれるわかりやすい話で時々笑いが起こり、あっという間に時間が過ぎました。

まず初めにDVD「あなたしか知らない大切な命」を視聴しました。AEDで若い命が守られる事例を知って、正しい知識をもって行動する大切さを感じることができました。

次に救命救急の説明を受け、その後全員が体験実習を行いました。ここまでは例年通りですが、今回は子どもの救命救急もお願いしたので、乳児と幼児のお人形も触って大人との違いを体験しました。



胸骨圧迫は手を組み肘をまっすぐに伸ばし患者の真上から全身を使ってしっかり圧迫。乳幼児などは片手が指を使います。人工呼吸に抵抗がある場合は、胸骨圧迫を優先してほしいとのことでした。

音声ガイドの指示通りパッドを貼ります。電気のショックを与えている間は患者の体に触れてはいけません。



吐しゃ物が喉に詰まりにくい体位。

その後、圧迫止血や鼻血の対応、ビニール袋の両端を切って三角巾代わりにするやり方、喉にものが詰まったときの対処の仕方を聞き、最後に防災の話で終わりました。トイレのこと、非常用のリュックの中身のことはとても参考になりました。

講師からは、まずは自分の身の安全を守ること、とにかく119番通報、やらんよりはやる方がまし、できることをやるという言葉が印象に残りました。また参加者からは、胸骨圧迫はとて力があるのがわかったこと、すっかり忘れていたので繰り返し聞いて体験する重要性を

活動の報告

6/19 子育てひろばサポーター部会
参加17人 ドーンセンター



AEDが使われず失われた若い命もあった…
胸が締めつけられました。

救命救急の流れ

- 1 倒れている人を発見したら、まず周辺の安全確認をしてからその人の反応を見る
- 2 119番通報・AEDを頼む
- 3 呼吸の確認(心停止の確認)をする
- 4 胸骨圧迫(心臓マッサージ)
- 5 気道確保(人工呼吸)
- 6 AEDを手順通りに使用
- 7 回復体位にする



喉にモノが詰まった時は、四つ這いにして前に押し出すように背中を強くたたか、みぞおちに組んだ手を当て強く引き上げるように圧迫します。

感じたこと等があげられていました。講習内容を各ひろばのサポーターと共有し、安心安全な子育てひろばに親子が参加できるようにしていきます。

(子育てひろばサポーター部会 松本知恵子)



9/20(日)はフェスタに遊びに来てください

エッコロ委員会ブースでは、ベジチェック体験、子ども向けワークショップ「フェルトでハグみちゃんを作ろう!」、乳がん触診モデルによる自己検診の体験、「エッコロ共済」「コープ共済」「ハグくみ」の紹介。連携する福祉団体の紹介やサポートの相談。子どもの遊びコーナー「キッズランド」、里山のがっこうの活動紹介、居場所「よりみち」「ほっとこ」のバルーンアートなど、大人も子どもも楽しめる盛りだくさんなブースになっています。ぜひ遊びに来てください。

★エッコロ共済の申請は、消費材を継続的に利用している組合員に限ります。エッコロ共済に加入しているかどうか不明な場合は、消費材請求書をご確認ください。
加入者にはエッコロ金 100 円と記載されています。

エッコロ事務局への問合せや相談は

☎/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。



いよいよ
来週開催!!



プールラリーは
先着200人限定!
(台紙は1家族1枚)
シールは12時までに
集めてください。
抽選会は12:30~
の予定です。

46th 生活クラブ生協フェスタ

9月20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



今年はフードドライブ
に取り組みます。
提供できる食品があれば
ご持参ください!



バザー復活!
掘り出し物
見つけてね。

今年、私は久しぶりにフェスタ実行委員になりました。今月号のクラブ通信の表紙が共に活動している、フェスタ実行委員会のメンバーです。年齢も住んでいる地域も違う、フェスタ実行委員にならなければ、出会わなかったかもしれないメンバーです。そう思うと、不思議なご縁を感じます。

第1回実行委員会で26年度のテーマを考えました。個別に考えてきたテーマを順に披露し、メンバーで意見を出し、話し合いました。そして出来上がったのが26年度のテーマ『つながる ひろがる くらしのフェスタ』です。



ティータイム *Tea Time*

「ともに活動する仲間」

私は50歳を過ぎてから、謎の虚無感を感じるようになりました。そのせいなのか眠れなくなり、記憶力も判断力も衰えました。完全に負のスパイラルに陥っていました。そんな矢先にフェスタという目標に向かって突き進む仲間に出会えたことは、気力を取り戻す良い機会となりました。フェスタ実行委員の皆さんありがとうございます。

組合員の皆さん、9月20日(日)10時から花博記念公園鶴見緑地でお待ちしています!

(東山田地区 中野香美)

生活と自治

■2026年5月号

暮らしと憲法

「憲法改正」という言葉が流れる機会が増えてきた。今、なぜこんな動きが? 改正は必要? でも憲法のことをよく解っていない…。そんな時に特集が組まれ、憲法の基本、憲法が保障する暮らし、憲法改正で暮らしはどうなるのかなど、解り易く紹介されていて理解が進んだ。

「憲法は国民がつくり権力を信託された者を縛る」。国の政策が憲法に則っているのか? という視点で、国民の一人として関心を持ち続けたいと強く思う。皆さんもぜひ読んで下さい。

(羽曳野地区 間部則子)

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

7月27日 天王寺区民センター

○26年度新規フォロー企画活動計画を決定

○ピオササ講座(牛乳)活動計画を決定

○26年度市民による「遺伝子組み換えでない」表示市場調査への参加を決定

○太陽光パネルリサイクル工場見学活動計画を決定

○共済でつなげるたすけあいの輪講演会活動計画を決定

○夏の共済キャンペーン中間報告を確認

7月度実績報告 (6/21~7/20)

○組合員数	20,294 人
(7/20 現在)	
加入	95 人
脱退	110 人
○供給高	312,118 千円
(計画比)	98.6%
(前年比)	101.1%
○一人当たり利用高	15,372 円
(前年比)	100.9%

つぶやき



先日、話題の映画『マイケル』を見てきた。第一印象は、「同じスタッフ制作の『ボヘミアン・ラプソディ』よりは、レベルが落ちるな」だった。「ひたすら父親を悪に描くだけで、兄さんたちはただのエキストラで、人間それぞれがあまり描かれていない」等々。妹のジャネットや娘のパリスが「マイケルを搾取し死に追いやった輩が、またしても彼で儲けようとしている」と関与を拒否したのも頷ける。でも、2年間の猛特訓でビジュアルからダンスまでマイケルになりきった甥っ子君には、拍手を送りたい。娘曰く、「誰がやっても文句が出る役なんだから、○○ジャクソンが演じて正解だったのよ」…納得。