

はままつ通信

11

月号

2022 topics

- ①あなたの福祉たすけあい活動を生活クラブ静岡(単協)が応援
- ② 各種活動のご報告
- ③ フェアトレードマーケット出展



① 「福祉たすけあい活動支援制度」補助金申請の応募

個人が活動することを静岡単協の企画として応援。

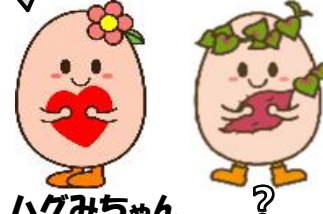
応募対象者:組合員全員 〆切:2024年1月31日
優先テーマ:単協政策の実行政策策定・準備の費用、地域における拠点・居場所づくりなど
※詳細は鋭意話し合い中で11月中には確定します。

②-1 ライフプラン講座

報告

+ご当地ゆるきゃらハグみちゃん紹介

生活クラブ共済のゆるキャラ、ハグみちゃん由来はご存じ?



ご当地ハグみちゃんはご存じ? どの地域のハグみちゃんでしょう?



例えば、20歳までだった1000円/月の子ども共済は加入者が増え、親が子どもの面倒をみる期間が伸びた社会情勢に合わせて、30歳まで(加入は満19歳まで)継続できる共済になりました。

参加者感想 加入のメリットに加え、こういう場合は加入しなくても良いというケースも教えて頂き、とてもわかりやすかったです。

皆さんご承知の通り、共済と保険の違いは共済は加入者同士が互いを助け合うという仕組みです。加入者が増え、世の価値観に合わせて補償内容が柔軟に変化していきます。

②-2 遠州海岸クリーンアップ大作戦

報告

参加人数:13人
気づくと皆さん、黙々と限りなく拾っていました。ゴミ拾いのゴミ袋が視界に入り、ふと顔を上げると見知らぬ顔が。私たちがゴミ拾いをしているので一緒にやってみようとして海岸に遊びに来ていた親子が飛び入り参加してくれました~

感想は



②-3 共催オーガニック給食

報告

☆静岡での開催 参加人数:108人
☆全国での開催 参加人数:3000人以上
☆詳細は



☆オーガニックとは体に安心安全という知識だけでは足りないかもしれません。農薬で土地を死なせ続けるとどうなるでしょう? 作物が育つ土地が減少し、作物が高騰し、工場で作られる作物の価値が上がっていくことでしょう。種を自家栽培してはいけないという方向へ行く日本の法律。種の権利は誰のもの?

③フェアトレードマーケット出展

日時:11月20日(日)10時~15時

消費材を持って、生活クラブの紹介をします。遊びに来てね。お手伝い募集中。(助信駅から5分・新津町)

手伝い募集
詳細



生活クラブのキラー紹介「満好マンハオ」



5年間在住した台湾からの帰国後、高橋みちるさん(へっちゃんや班)は、子どもが幼稚園時代から親しかった友人から「生活クラブまた入らない?」と声をかけられた。再入会を迷っていた高橋さんに、彼女は「生活クラブは面白い人が沢山いるよ。そんな素敵な人たちと繋がれるサークル活動という感じに入るのはどう?」と誘った。その言葉に背中を押されて再加入。その後「KIZUKIの食堂」で台湾の魯肉飯(ルーローファン)を食べた際に、大好きだった台湾の魅力を浜松の人たちと一緒に楽しみたい!という思いが込み上げ、「KIZUKIの食堂」とコラボで台湾フェアを企画。台湾ランチ提供日に合わせ「満好 man hao」の屋号で台湾雑貨を展示即売し、台湾の魅力を存分に味わえる2日間にしようと準備を進めている。

11月25(金)26(土)「KIZUKIの食堂」

ランチ11:30~カフェ13:30~



満好詳細

台湾在住中のある日、親しくなった台湾人のおじいさんに「台湾の方がこんなに日本人に親切なのはなぜですか?」と尋ねた。おじいさんは「日本は台湾統治時代に台湾に学校を作り教育の場を与えてくれた。港を作って貿易をできるようにしてくれた。台南にはダム作ってくれた人がいた。台湾を良くしようとした日本人が沢山いたからです。」と話してくれた。台湾を知ることによって私たちの国を知る機会をもらった。

台湾から帰って浜松の鍼灸院へ行った。日本に帰ってきてからのの方が体調を崩すことが増えた気がするのなぜだろう? 「台湾ではどんなものを食べていましたか?」と問われて気がついた。ショウガだ! 台湾では市場で野菜を買う度にショウガやネギのオマケがついてくる。お店の人が豪快に大きなショウガをボキッと折って袋に入れてくれるのだ。大量のショウガを使い切るため刻んでどんな料理にでも入れていた。日本で買うショウガの量は台湾でもらう一回分。必要な時にしか入れなくなっていた。日本では仕事も始めたしそんなに刻んでいられない。時短ショウガ、見つけた! 生活クラブの「国産きざみ生姜」。これなら生でも、炒めるときにでも、何にでも入れられる。添加物なしの生ショウガ、私のお気に入りです。

11月23日(水・祝) 映画自主上映『国民の選択』 申込絶賛受付中

生活クラブをやっています。と聞くとなぜかひとつ、安心感を得るのは私だけだろうか? お店をされている人が、野外出店の際に生活クラブが同時に出演してくれると、私の使っている材料はきちんとしていると評価されるので助かる。と言っていた。そんな評価基準にもなる生活クラブだが、委員のなり手は少ない。組合員一人一人がこのような消費材をとりたいたい、社会や環境を良くしていこう、という団体が生活クラブだ。その組合員の活動のとりまとめをする委員を毎年決めている。少子高齢化を支えるため、働き手を増やしたいという国の政策もあり、働く人も増えた。『委員決め』をどう扱っていくか、支部活動にどう参加するかは組合員全員で検討し変えることができる。一人一人ができることを考え、行動する機会にしてみよう。 編集後記ふじわらいこ

ご入金お願い

引落しは28日(月)!

11月25日(金)まで

に入金をお願いします



10月の活動状況

加入 2名 脱退 1名 移動 0名

組合員数 628名 班数 92班

消費だより



～浜松支部 消費委員会～

共同購入活動(9月)

		目標	9月実績
1人当たり利用金額		25,000円	18,196円
		80%	71.9%
eくらぶ登録率		70%	72.2%
重点品目	牛乳	予約率	50% 36.5%
		利用人員率	65% 42.0%
		利用本数	前年比 1,669本 (前年比 71.0%)
	鶏卵	利用人員率	60% 52.0%
		利用金額	952円 832円
	青果物	利用人員率	60% 51.0%
		利用金額	2,500円 1,778円
	豆腐類利用点数		前年比 1,077点 (前年比 72.3%)
	厚揚げ利用点数		前年比 88点 (前年比 56.8%)
	お袋米利用実績		145袋/月 113袋 予約 86人

クリスマス・正月の消費材の
注文忘れずに!

早めの注文によって、生産者は安心して組合員が求める品質でつくる準備ができます。
「必ず食べ切るから、私たちが望むものをつくってください」という組合員の依頼を生産者が受け止め、組合員は食べ切る約束をする。これが生活クラブの原点です。

#年末年始は生活クラブで
eくらぶやInstagramの
クチコミ見てくださいね



グリーンシステム(静岡単協)回収率

	年間目標	8月実績
Rびん	90%	96.4%
牛乳900mlびん	98%	94.3%
ピッキング袋	60%	46.1%
牛乳キャップ	85%	126.8%

きのこ生産者交流会(オンライン)を開催しました

ぶなしめじ・えのきだけ・なめこの生産者、JA上伊那の方からお話を聞きました。栽培方法や美味しい食べ方などの他、きのこの奥深い話も聞けて、とても有意義な交流会となりました。

生活クラブのきのこと同じ物をスーパーでも見かけることもありますが、鮮度が圧倒的に違います!生活クラブでは収穫したてのものが届くので鮮度がいい!味も良く、食感もしっかりしています。きのこ栽培は無農薬。培地の原料の残留農薬検査もしています。

☆きのこは洗わないで!うまみが逃げてしまいます。
☆煮る時は水から。60~70℃でいいだしが出ます
(ただしなめこは煮すぎないように加熱調理の最後の方で)。
☆きのこの保存は低温(チルド)で。鮮度の良いうちに食べましょう。
☆鮮度の良いうちに冷凍保存もおすすめ。解凍せずに凍ったまま調理しましょう。



~~~きのこ鮭のマヨ炒め(2人分)~~~

- ぶなしめじ 100g、エリンギ 100g、生さけ 2切れ、  
マヨネーズ 大さじ 2、酒 大さじ 2、しょうゆ 小さじ 2、塩、こしょう 各少々、パセリ 少々
- ① ぶなしめじは石づきを切ってほぐす。エリンギは半分の長さに切って縦薄切りにする。
  - ② さけはひと口大に切って、塩とこしょう各少々をする。
  - ③ フライパンにマヨネーズ大さじ 1 を入れて熱し、さけの両面を焼く。
  - ④ ③に①を入れて炒め、酒、マヨネーズ、しょうゆを加えて調味する。
  - ⑤ ④を器に盛り、パセリのみじん切りを散らす。

生産者オススメの食べ方

- ↓↓↓  
・なめこ入り麻婆豆腐  
・きのこカレー  
・さつとゆでて浅漬の素又はめんつゆに漬けるだけ  
(夏に冷やして食べると美味しいです!)

きのこには腸内環境を整える食物繊維が豊富です。  
季節を問わずきのこを毎日食事に取り入れるといいですよ。



## 牛乳便(寝便)ぜひ利用してみてください

- \* 班で3本からの利用が可能です!
- \* 荷受け場所は混載便と牛乳便で別の場所に設定できます。
- \* よやくらぶを使うと11円オトク!

牛の餌、殺菌温度、びん・・・  
私達が求める牛乳は何かを問い続けて出来上がった牛乳です。みんなで利用しましょう。

「パスチャライズド牛乳が  
できるまで」  
「牛乳大図鑑」



## 組合員消費材モニター報告【ノンカップ麺4種】

「食べたことのない物を味見できて良かった」「数種類を試食して今後の利用の参考になった」「化学調味料無し、麺のこしも感じられ、納得の価格」「インスタント麺はほとんど食べたことがなかったが、どれも自然な味で飽きがこずたべられる。」「家族にはイマイチのものもあった」「数種類試して、今後の利用の参考になった」「家族の好みもわかって楽しく試食できた」

好みの分かれる物もあるようです。eくらぶには、試食した人のクチコミもありますのでのぞいてみてください。



カレーうどん:  
麺のこしもあってカレーが  
スパイシーで美味しい。  
子供には辛かった。



しおやさいらーめん:  
脂が少なくあっさりして  
いるのにとっても美味しい。  
細麺で食べやすい。



そば:  
スープが美味しい。  
インスタント独自のしつこさ  
がなく自然な味。



焼きそば:  
ほどよいスパイス。  
青のりの量、風味がよい。  
味が濃いめ。

麺のそば粉、小麦粉、  
馬鈴薯澱粉は国産!  
スープは化学調味料  
不使用!  
回転備蓄にも便利で  
すよ。

## 練り物(生産者:こめや食品㈱) ~単協消費委員会 ミニ学習会報告~

蒲鉾と伊達巻 市販品とはこんなに違います!

|     | 市販                                                                     | 生活クラブ                                                |
|-----|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 原料  | 有リンすり身使用<br>添加物:重合リン酸塩 保存期間:3~4年<br>毒性:発育遅延・尿管管の炎症・腎臓肥大・骨<br>虚弱化       | 無リンすり身を使用<br>添加物:砂糖又は塩 ←冷凍変性を抑える<br>保存期間:2年<br>受注生産品 |
| 調味料 | グルタミン酸 Na を主体とした合成調味料<br>(表示:調味料(アミノ酸等))                               | 桜えびより抽出したエキス、又はグチより抽出<br>したエキスを使用(表示:魚介エキス)          |
| 保存料 | 使用される場合が多い。日持ち向上剤などの<br>添加物<br>使用例:保存料(ソルビン酸)等<br>毒性:体重の抑制・肝臓腎臓精巣の重量減少 | 不使用                                                  |
| 着色料 | 見栄え等により売れ行きが左右される<br>表示:赤色3号(蒲鉾) 黄色4・5号(伊達巻)                           | 赤の着色料は紅麴、ペースト状にした人参を<br>使用(蒲鉾) 伊達巻は不使用               |
| 揚げ油 | 大豆白絞油(遺伝子組み換えの可能性)<br>シリコーン(消泡剤)入りが多い                                  | こめ油(遺伝子組み換えの心配がない)                                   |
| みりん | 一般的なみりん風醸造調味料<br>表示:発酵調味液                                              | 相生みりんのみりん風醸造調味料を使用<br>表示:発酵調味料                       |
| 包材  | 多色刷りで見栄え重視                                                             | 簡素化した包材(ゴミ削減・脱プラ)                                    |

練り物は、高たんぱく、低カロリーで消化が良く、塩分もそれほど多くないです。  
受験生の夜食のうどんに、かまぼこをのせると栄養が摂れて消化も良いですよ。  
マラソンの前に食べている人もいるそうです。  
私達がしっかり利用しないと、受注生産品を作り続けられません。  
お正月はもちろん、普段の食事にも練り物を利用していきましょう。

11月15日はかまぼこの日です

