



はままつ通信 12月号

2022 topics

各種活動の報告 フェアトレード、映画自主上映、委員決め

※詳しく知りたい人はQR、HP、センターを活用ください

フェアトレードマーケット出展

報告

映画「国民の選択」自主上映

お手伝い人数:8人

天候がすぐれない中の出展となりました。来場者の方、出店者にチラシを配り、トマトケチャップの試食、リターナル瓶のことなど話せました。出店外部団体とのつながりを深め、次の出展のお誘いを受けたり、組合員同士は久しぶりの交流の場となりました。次回はこねこね石鹸をこねながら来場者と話す機会を増やせるという案が出ました。

次の出展でぜひ色んな交流を体験ください。

詳細は



参加者20名、ミニコミ誌の取材もあり、鑑賞後の意見交換もとても活発で、違う考え方・生き方をしている一人一人なんだな〜とはっきりと気づくくらい様々な感想がありました。

感想一部まとめ ※電気のことについては次ページ現在の原発再稼働の動きがある中、多くの知識をもらえる映画だった。選択する権利をもっているということは裏を返せば、どんな状況も私たちが選択した結果だということ。



委員決めの集まり

当日参加して下さった人、検討くださった人、お返事をくださった人、書類を確認くださった人、ありがとうございました。浜松市の北側、中心と場所を分け、日程も2日間準備したおかげで多くの人に会えました。様々な経験をお持ちの人たちが来期の委員候補です。

参加者の感想一部まとめ

委員決めに来てくれる人を書くフォームに、「引き受けるならうちの班はこの人」を書く欄があるのを見て、「委員決めは他人事ではない、ちゃんとみんなが関わらないといけないことなんだと気付かされ、真剣に考えた」という意見が複数出ました。仕事、家事、育児、子ども送迎、介護など忙しく、委員を任せて申し訳ない、委員はできる方にお支払いをするのでお任せしたい。よくしていこうというそこまでの熱い思いはないので、そのような思いを持たれてる方に仕事として引き受けていただきたい。委員会の形の変更を望む声がありました。

委員会の形は今の皆さんに合う形に変えることができます。組合員一人一人が変えられる権利を持っています。逆に変更の声をあげ、考えていかなければ変わりません。決まったこと、決められたことになんとか流され、気づいたら選択している世の中ですが、それも自分の選択であり今の自分の生活を作る結果に繋がっています。(学習会より)例えば水の民営化がすすみ、気づいたら外国の会社から私たちは水道水を買っていることになっていたり、そんな現象が起き始めています。



どこかの山や土地から流れ出て集まった水が川。同様にどこかで作られた電気が送電線という川に集まり流れています。それを私たちは電力会社を決めて、その会社がつけている電気を買っているという形にしています。要は生活クラブの自然エネルギーの電気も原発の電気もどれを使っているかはわかりません。契約をした会社の電気にお金を払っているだけです。「生活クラブ電気にする=契約申込先を変えること」だけで電気の使用の仕方は何も変わりません。



生活クラブでんきを利用している生産者と代表的な食材・飲料 (一部)

あなたの家庭の電気、どこで作られた電気でしょう?

Q 電気の安定性は今までと変わらないの?

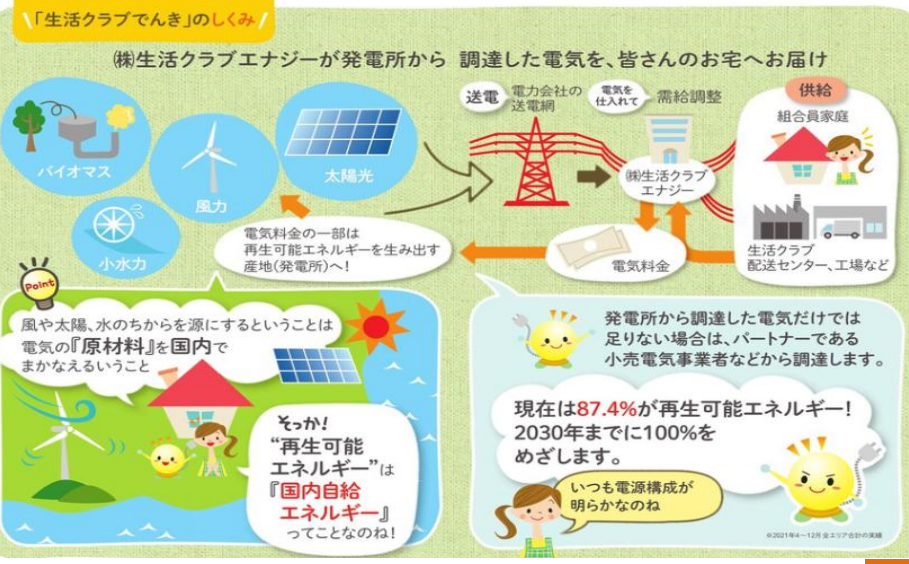
A 電力会社が変わっても、電気はすべて同じ送電線を通じて送られてきます。電気の安定性(停電のリスク等)は変わりません。生活クラブでんきの電力調達も不足しても、地域の送配電事業者によって自動的に補給が行われるため、電気の供給が止まることはありません。

Q 電気料金は高くなるの?

A 地域の大手電力会社の料金と同等です。基本的なプランの従量電灯の場合は、電気の使用量が少ないと安くなる3段階の従量料金制。省エネをすすめる人へ応援する料金設定です。

Q (株)生活クラブエナジーは、どんな会社なの?

A 「生活クラブでんき」を供給している電力会社(小売電気事業者)です。各地域の生活クラブと生活クラブ連合会が「出資して設立しました。いわば組合員の電力会社です。利用する人を増やし、原発のいらぬ会社をめざして、自前の再生可能エネルギー電源を増やしていくことをすすめています。



生活クラブエナジーの再生可能エネルギー発電所は

全国で61カ所あります。

風力、太陽光、バイオマス、小水力

特定非営利活動法人 エコムッセ

11月の活動状況

加入 2名 脱退 2名 移動 -1名

組合員数 627名 班数 92班

ご入金のお願い

引落しは26日(月)!

12月23日(金)まで

に入金をお願いします

消費だより



～浜松支部 消費委員会～

共同購入活動(10月)

		目標	10月実績	
1人当たり利用金額		25,000円	18,971円	
		80%	74.5%	
eくらぶ登録率		70%	72.2%	
重点品目	牛乳	予約率	50%	36.6%
		利用人員率	65%	41.0%
	鶏卵	利用本数	前年比 102%	1,686本 (前年比 91.6%)
		利用金額	952円	833円
	青果物	利用人員率	60%	56.0%
		利用金額	2,500円	2,017円
	豆腐類利用点数		前年比 102%	1,089点 (前年比 91.6%)
	厚揚げ利用点数		前年比 105%	91点 (前年比 88.3%)
	お袋米利用実績		145袋/月	113袋 予約 86人

牛乳便(寝便) 利用してみませんか

- * 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!

牛のえさは non-GM! ポストハーベストフリー! 超高温殺菌ではないので、ラクトフェリンなどの身体に良い成分が熱変性せずに残ってます!



「パステライズド牛乳ができるまで」 「牛乳大図鑑」



グリーンシステム(静岡単協)回収率

	年間目標	9月実績
Rびん	90%	102.3%
牛乳 900mlびん	98%	101.0%
ピッキング袋	60%	56.3%
牛乳キャップ	85%	- %

委員会消費材モニター報告【冷凍ビオサポセット】

国産素材中心・化学調味料不使用の安心食材のメニューが10分から15分程度で準備できると好評のビオサポ食材セットに冷凍の食材セットが加わりました!

- 「カキとほうれん草のクリーム煮」カキのうま味がホワイトソースにも広がり美味しい!
- 「帆立と白菜の中華うま煮」帆立の旨味たっぷりの中華総菜。きくらげもおいしい食感。
- 「海鮮チヂミ」魚介の旨味がたっぷり。残ったスープにラーメン入れて二度満足。
- 「真イカと里芋の煮物」面倒な里芋の皮むきも不要、イカの味がきいた美味しさ。
- 「帆立のチャウダー」冷凍のまま簡単調理。あっさり優しい味



冷蔵と冷凍のビオサポ食材セットを組み合わせることで、食卓のバリエーションが広がります。ビオサポセットで家事の負担を減らしながら、安心して栄養バランスのよい食事を楽しめる毎日をサポート♪

組合員消費材モニター【顆粒だし・フリーズドライ】

～クチコミ報告回収中～

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。



納豆(生産者: 榊富良食品) ～単協消費委員会 ミニ学習会報告～

良質な大豆と素性確かな納豆菌で無添加で作られた美味しい納豆です。

	生活クラブ	市販品
原料	国産大豆 遺伝子組み換えでない大豆 経木:北海道産十勝秋田大豆 紙カップ:北海道産鈴丸大豆	輸入大豆が多い(「遺伝子組み換えでない」表示でも5%未満は遺伝子組み換え大豆が混入している可能性)。 古い国産大豆(たんぱく質が変性し発酵力が弱い)で添加物を使って発酵させる場合もあり
製造	豆の品種に合った蒸し上げ時間、発酵時間。糸引き良く旨味のある納豆を作っている。 添加物は一切使用しません。	浸漬工程で加工助剤の添加物を使うメーカーもあり 重合リン酸塩(吸水率アップ)、グルコノデルタラクトン・アミノ酸等(納豆菌のエサ) ↑表示免除なので原材料表示がありません
納豆菌	宮城野菌(日本3大納豆菌の1つ。安全性がある)	自社開発するメーカーもあり(培養法や安全性が未公開の場合もあり)。
タレ・からし	付けていません。お好みの味で食べられるように。	化学調味料など添加物使用のものがほとんど。豆の味よりタレの味で食べているかも?
包材	紙カップ・経木	プラ容器が多い

食べやすく見た目の良い小粒白目(ハそが白)大豆の納豆が好まれる傾向がありますが、大粒黒目(ハそが黒)大豆の方が旨味があるそうです。生活クラブの経木納豆は大粒黒目大豆を使っています。



お袋米生産者交流会(生産者: 袋井有機米研究会)に参加しました

- ・肥料:有機肥料のみ
- ・農薬:基本6成分以内(田植え後幼い苗の時期に農薬を使用し強い苗にする)。(近年カメムシの発生が多く、今年もカメムシ防除(1成分)を行ったため7成分となります)
- ・水:天竜川上流から専用パイプラインで水を引きこんでいる。他の田んぼの排水や生活排水が入らない。

JAで米の成分分析をすると慣行栽培米より点数が高いそうです☆
お袋米は、早めの田植え⇒8月下旬～9月上旬の収穫により、夏の虫の発生や台風による被害をなるべく受けず、減農薬で栽培ができること。それが可能な品種がコシヒカリなのだそう。慣行栽培より手間がかかり収量の少ない減農薬米は安定的な利用がないと経営上難しいとの事。膨大な田んぼを、収穫期の異なる品種・栽培方法のバランスをとりながら、私たちのお袋米には手間と労力をかけてもらっていることがありがたいです。
ずっと作り続けてもらえるように、私達もしっかり食べ続けたいと思いました。



泰山食品商行 からし明太子生産者交流会(オンライン)を開催しました

添加物が多く含まれる食品ワースト3に入ると言われる辛子明太子。添加物を使えば質の悪い原卵でも見た目も良く短時間でおいしそうに作れてしまうそうです。ここには載せられない衝撃的なお話が盛りだくさんでした。完全無添加で作るには原卵の質がいいこと。上質な原卵(成熟卵=真子)を使い、添加物を使わず時間と手間のかかる職人技の仕込みで美味しいからし明太子が作られていることがわかり、とてもありがたい気持ちになり、食べ続けなくては!と思いました。

	生活クラブ	市販品
原料	厳選したスケソウダラの卵(成熟卵)	スケソウダラの卵(未熟卵でも過熟卵・完熟卵(崩れた卵)でも作れる)
添加物	不使用	調味料(アミノ酸等)・ソルビット・りんご酸Na・ポリリン酸Na・pH調整剤・亜硝酸Na(発色剤)・合成着色料(赤102・赤106・赤3・黄5)などなど……
調味液 漬け時間	夏場は 96時間 冬場は 120時間	24時間(化学調味料や添加物を使うとすぐに味が整う)

- 市販の「無着色」の明太子の多くは、着色料を使っていないだけで、発色剤(亜硝酸Na)などの添加物を使っているものが多いです。
- 原材料表示の「調味料(アミノ酸等)」には何種類もの添加物が含まれています(一括表示)。

☆熱々ご飯にのせて食べる!これがいちばん美味しい!
冷蔵庫でゆっくり解凍して食べるのがいちばん美味しいですが、すぐに食べたい時は半解凍で切って熱々ご飯の上にのせても。
☆生活クラブのからし明太子は無添加のため、市販と比べやさしい味と辛味なので明太マヨにするなら一般的なマヨネーズの分量の1/3にするとうま味の風味がちゃんと感じられて美味しいですよ。



「ちゃんと知ってる?添加物の話」



「無添加のからし明太子の開発は 試行錯誤の連続でした」

簡単おいしい!明太子パスタ
フライパンにバターを熱して、バターが溶けたら火を止め、明太子とゆであがったパスタを投入して混ぜ合わせる(パスタの熱で明太子に火が通ります)。
明太子を一切れのせて刻みのりをかけて召し上がれ♪