

はままつ通信 4月号



みんなの未来を守ろう！ みんなで パクパクACTION (複数生産者交流会)



3/14浜松駅近くAnyにて複数生産者交流会「パクパクまつり」を開催しました。アンケートの結果から目標来場者数の達成も見え、当日加入3名(浜松2名、磐田1名)、生活クラブでんき加入1名という嬉しい結果も！
組合員の紹介や、通りかかって参加の未組合員さんも多く、生活クラブや消費材のについて知ってもらう良い機会となりました。美味しい!はもちろん、素材の味がする、生産者の話が面白かったの感想の数々。新生酪農ブースのスタッフからも、比較的若い人が興味深く話を聞いていたり市販との味の違いを感じ取っていたのが印象に残ったとの感想がありました。伝える機会!大切ですね!!

らっしゃいサロン

●4月11日「パクパク」らっしゃいサロン
場所: 県居協働センター調理室
一緒に美味しく楽しいティータイムを。

●5月5日(火)「パクパク」らっしゃいサロン

場所: 県居協働センター調理室(予定)
5月は、手作りモッツアレラで来場者を感動させてくれた新生酪農のホットミルクやカフェオレを楽しみながら、みんなでソフトクッキーづくり!好評だったきばるのマレードを練りこんだソフトクッキーを今回も実施します。ゴールデンウィークの一日は、生活クラブのパクパクらっしゃいで決まりだね!」



4/11 申込および「パクパクらっしゃい」全金 QR コード



生活クラブ 浜松支部ブログ QR

4月19日(日) フェアトレードマーケットに 出展します

会場: 佐鳴湖公園花見台



新たな地区で個配がスタートします!

4/18(土) 13時~ 会場: アイミティ
西小・中部学園&東小地区個配導入説明会
& 西・中部小学校区合意集会

★いつも「らっしゃいランチ」で腕を奮ってくれる鈴木潤子さんに、生活クラブの消費材を使った美味しいレシピを教えてください。参考にしてくださいね。

第3回 《あずき玄米ご飯》

「今回は玄米! 6月! なんと! 遊YOU米生産者 JA庄内みどり の生産者が浜松にやってきます! おいしい連合米はいろいろあるけど、玄米を出しているのは遊YOU米だけ! 食に意識の高い組合員のみなさんのなかには、玄米に関心はあるけど一歩踏み出せていなかった方がたくさんいらっしゃるはず★今回はそんな玄米ご飯をご紹介します。

<材料> 玄米3合、あずき3合(水洗いしておきます)

<作り方>

- ①圧力鍋と内鍋を用意します。内鍋の素材はアルミや素焼きがありますが、うちの素焼きですが、直接圧力鍋に投入して炊いてもいいんですが、底が焦げやすいし、内鍋があったほうがふっくら炊ける気がする。
- ②内鍋に玄米3合入れてシャシャッと水で洗います。玄米だから、ぬかがないので、洗うだけでいいのがラクですね。水を切ってから、米と同量の水を入れます。わたしは小豆やうずら豆を入れるのが好きです。豆を入れたときは、その豆と同じ量だけ水を足します。
- ③圧力鍋に水を1リットル入れ、その中に内鍋をそっと置きます。フタをして、重りをつけて、点火! シュッシュ言うまで強火です。
- ④シュッシュ言ったら、そのまま5分シュッシュ。



5分たったら火を弱めて、重りが小さくシュッシュ動く程度にします。必ず重りが動いていることを確認してください。そのまま40分。

⑤40分たったら火を止め、完全に蒸気が抜けるまでそのまま放置します。重りを外しちゃだめですよ! 30分くらいで自然に抜けます。

⑥できあがり! 炊き立ては最高! 玄米モードがあるからといって、絶対に炊飯器で炊いちゃだめです! 圧力鍋なら、しっかり圧力がかかって、玄米の薄皮も破れて、ふわふわもちもちのおいし〜い玄米が絶対にできます! 炊き立て玄米と具沢山味噌汁、漬物があれば! もう! 何もいらぬ! と叫ぶことが、きっとあなたもできるわ〜!



潤子の らっしゃいレシピ

大人見班・鈴木潤子さんの
美味しいレシピを大公開♥

2026年度・新委員です よろしくお祈いします

- 支部委員長 …… 石川久二子さん
- 消費委員 …… 伊東 未慧さん
- 副委員長 …… 井ノ上 美津恵さん
- 福祉助け合い委員 …… 島久代さん
- 副委員長 …… 服部 央子さん
- 機関紙・広報 …… 山崎 三恵子さん
- 消費委員長 …… 鈴木 潤子さん
- 会計委員 …… 小柳 麻海さん
- 消費委員 …… 本間 恵莉さん
- 監査 …… 藤原 清子さん
- 消費委員 …… 鈴木 宏子さん

来月届く
新委員
おすすめ
の消費材
を
ご紹介
します

今月の引落は 4月27日(月)です。

忘れずに入金を
すませておいてください。

加入/班2人、個配1人 脱退/班9人、個配0人
移動/班-1人、個配1人 組合員数/606人
班数/85 未払い金/32人 未払い金 133,497円

生活クラブ静岡浜松支部

消費だより 2026 4月号

生活クラブパクパクまつり(3月14日浜松駅徒歩3分Any)には、
安心安全を守る生産者が多数参加!安心安全 おいさへの工夫と熱い思いを
聞き、交流しました。これからも生産者との出会いの機会を、7つなびり合いましょ!!

[浜松支部 2月実績]

	目標	2月実績
1人あたり利用金額	25000円	20039円
OCR・WEB利用率	90%	78.2%
牛乳利用人員率	50%	36%
鶏卵利用人員率	60%	50%
牛肉利用人員率	20%	15%
豚肉利用人員率	50%	39%
鶏肉利用人員率	35%	29%
あっぱれはればれ野菜 4点セット予約数	50名	37名

参加者(組合員)より

◎生産者と直接話ができ、消費材
について知り、試す貴重な機会だった。

◎一般のもの比べて添加物や
基準が厳しいだけでなく、
生産者同志の消費材を
使っていることがわかり、
フタバやコミュニティが
ある暮らしを実感した。

◎会場や内容ともに
子育て世代や若い子たちが寄りやすい雰囲気
も良く、生活クラブの事を知らずともうれしかった。

参加者(未組合員)より

◎ありがとうございます、
沢山の事を学ばせていただきました。
◎良いご縁とありがとうございます。

子どもたちより

◎おいしいものをたくさん
知れてよかった。
◎お手伝いもできてよかった。
◎またパクパクまつりいしょに行こう!

check! 米消費地交流会

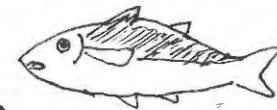
今年度は浜松で!
遊you米生産者、JAみどりの
生産者がやってくる! 現在6月
で日程調整中! 詳細は今後
のはままつ通信にご注目下さい。

[グリーンシステム回収率 静岡単協1月実績]

Rびん全体	90%	85%
牛乳900mlびん	98%	111.1%
ピッキング袋	60%	48.4%
牛乳キャップ	85%	156.5%

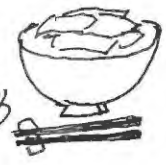
eくらぶ登録率	75%	74.8%
---------	-----	-------

[三ニ学習会報告]

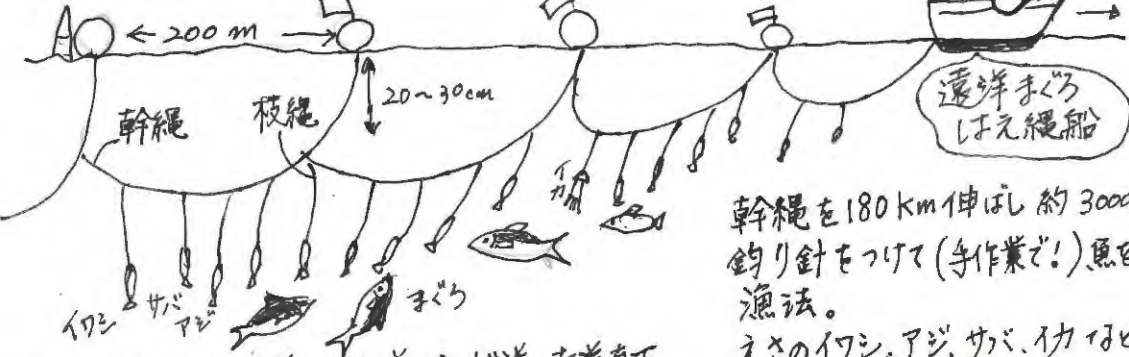


株式会社 ヤマボシ マグロ業界の現状

ヤマボシとは? 文久3年(1863)創業 焼津魚市場の冷凍まぐろ
かつおの買い付け、加工を行っている



◎はえ縄漁法とは?



幹縄を180km伸ばし約3000本の
釣り針をつけて(手作業で!)魚を釣る
漁法。
えさのイカ、アジ、サバ、イカほども
飲みこめる大きさの魚(マグロ)しか漁獲
できないため乱獲防止になる。
漁獲確率3%

◎ 漁場は、大平洋、大西洋、インド洋、赤道直下
焼津市場で買い付けた 静岡県産原料を
使用している。

今年 → 日本のマグロ業界は、
大きな転換点にあります。

国内マグロ(赤身)が足りない

* 台湾の未出港(約300隻のうち100隻が
漁に向かわず)
メバチマグロの減少により大手商社の
在庫減少。

* 回転寿司や量販店で使用する輸入原料
が不足。

* 一方で日本船の水揚げも多くなって。

焼津港での買付けを求めたため
入札相場が高騰

ヤマボシが生活クラブ向けに買付けている
焼津港のメバチマグロの入札価格は **+56%増**

さらに... 政府の方針は経営の集約化を模索 ⇒ マグロ船を減らし効率化を図る方針

* 世界的には漁獲能力の削減(減船)を勧告。 (燃料料費が上がる... このままでは
漁師の取り分不足... 立ちゆかなくなる)

マグロの価格は上がっていく ← 日本船の減船が
決定 30%減らさず目標

◎ 生産者より。
マグロが大衆魚から高級魚に変わってしまいましたが、頻度は
少なくなっても食べ続ける事が日本の漁業の継続に寄与
できます。
季節の行事お祝いごとなど、ちらしずしや丼でも...
半年に1度でもいいです! そのことでした。