

はままつ通信

6 月号



エコロ学習会やってます！

●組合員同士で助け合う仕組みの「エコロたすけあい制度」を知って下さい。
ちょっと困った時にお役に立ちます！

《こんな時に使えます！》

●生活保障

- ・入院、在宅療養時のケア
- ・出産前後
- ・高齢者サポート
- ・災害時のケア
- ・生活上の困りごとなど

●組合員活動

- ・活動を支えるケア
- ・活動時の乗合せ
- ・集団託児など

●共同購入保証

- ・共同購入品の配達ケア
- ・共同購入品の破損、盗難保証など



らっしやい食堂 開店！

生活クラブの消費材の
おいしさを知ってください。

6/17(水) 11時～12時

「鯖缶と野菜ジュースで本格パスタ」会場・富塚協働センター

7/29(水) 11時～

「玄米でらっしやい！」会場・富塚協働センター

8/1(土) 14時～15時

「フェアトレードのバナナでパフェづくり！」

会場・県居協働センター(予定)

ライフプラン講座

生活クラブ生協では、暮らしや家計に役立つ「ライフプラン講座」を開催しています。
ランチやお茶会も兼ねて行います。また、オンライン開催も予定しています。開催の詳細はブログなどでご覧ください。

夏の共済キャンペーン 開催中

7/6～8/7



HP

生活クラブの情報は
こちらからご覧になれます。
イベントの申し込みもできます。

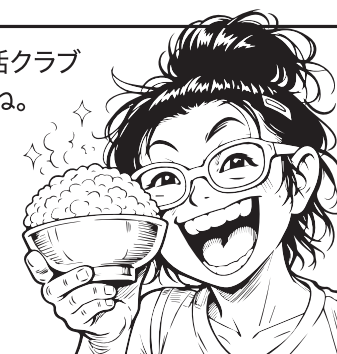
Instagram



★いつも「らっしやいランチ」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。

第5回 《タコミートでタコライス》

いつもいつも「お気に入り」というと親鶏ひき肉ばかりアピールしていた鈴木ですが、今回ご紹介のタコライスのタコミートだけは！ぜひに！キタノチカラウシの牛ひき肉を超～おすすめですよ！タコミートだけは、絶対に牛の香りと旨味が必要なのです！キタノチカラウシと平牧の豚ひき肉で、ちょ～リッチな合いびき肉をお試しあれ♥



潤子の らっしやいレシピ

大人見班・鈴木潤子さんの
美味しいレシピを大公開♥

＜材料＞ タコライスとして2～3人分

- ・豚肉とキタノチカラウシ牛ひき肉まぜて合いびきで500g
- ・玉ねぎみじん切り 中1個分
- ・にんにく大1～2かけみじんぎり
- ・砂糖大さじ2
- ・ケチャップ大さじ4
- ・カレー粉(ルーじゃないよ！)大さじ1
- ・しょうゆ大さじ1
- ・チリソース お好みの辛さまで入れる
- ・オリーブオイルまたは普通の油ちょっと多め(炒める用)

これからの季節にピッタリの
タコライス！試してね！



＜タコミートの作り方＞

- ①オリーブオイルまたは普通の油を多めにフライパンに熱する
- ②にんにくのみじんぎりを焦がさないように炒める
- ③香りが出てきたらひき肉を炒める
- ④肉の表面が白くなったら玉ねぎのみじん切りを炒める
- ⑤砂糖、ケチャップ、カレー粉、しょうゆを順に入れて炒め合わせる
- ⑥チリソースを入れる。ほどほどに辛すぎないように入れて、あとは食べるときにまた直接かけて辛さを調整する
- ⑦味見してよければ出来上がり！

＜タコミートを使ったタコライスの作り方＞

- ①炊き立てのご飯を盛る。ターメリックライスがいいときは、ご飯を炊くときに上にばらっとターメリック(またはカレー粉)と月桂樹を入れて炊く。
- ②ご飯の横にレタス、目玉焼き、ウィンナー、ご飯の上にタコミート、刻みピーマン、小さく切ったトマト、玉ねぎのみじん切り、チーズを散らして出来上がり！
※タコミートはぜひ多めに作って冷凍へ！サンドイッチに使ってタコサンド、カレーに、ミートソースにも大活躍です！

今月の引落は
6月26日(金)です。

忘れずに入金を
すませておいてください。

加入/班3人、個配1人 脱退/班2人、個配1人
移動/班0人、個配0人 組合員数/606人
班数/84 未払い金/4人 未払い金 263,342円

生活クラブ静岡 浜松支部

消費だより 2023.6月号

6月6日米消費地交流会に遊佐町
共同開発米部会のJA庄内みどり
生産者がお泊る浜松に来られて
交流しました。

「庄内産YU米と、新しい品種の
実験米」などを試食しました。

参加者の感想です

★慣行栽培に比べて農薬等少ないという糸結構使
ているなと率直に感じました。-----
人手不足や気候変動、生計を立てる必要もある。簡単
には農薬や除草剤を使わないお米を作るとは中々言え
ない。難しいのが現実かと...

でも、お米って日本人の主食であり、一番
口にするものだから安心して食べられ
物であってほしいと思います。
遊YU米に限らずですが、できる事として食べ
応援からできたらいいなと思います

★温暖化、高齢化、昨年の国際情勢の
変化での肥料や資材の価格高騰など農作業
に大きな影響がある中、遊YU米を作るためにい
はんは苦労を重ねておられることを知りました。
組合員が農家にお願いをしておいてもらっている
お米であることを常に意識して大切に食べ続ける
必要があると感じました。

★生産者の生の声やお米づくりに対する熱い思い
を直接聞くことができてとてもよい機会にしま
した。生産者の方の顔が見えることで安心してお米
を注文できると改めて感じました。

★遊佐町の生産者の多くが70代あると伺い
農業をとりまく現状についても考えさせられました。
これからも遊佐町のお米を注文して応援し
ていきたいです。今後も遊佐町がますます
元気に農業が発展していくことを願っています。

【浜松支部 4月実績】

	目標	4月実績
1人あたり利用金額	25000円	23866円
OCR・WEB利用率	90%	79.1%
牛乳利用人員率	50%	37%
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%	41%
鶏肉利用人員率	25%	30%
あっぱれはれはれ野菜 4点セット 予約数	50名	37名

【グリーンシステム回収率 静岡単協 3月実績】

Rビン全体	90%	85.6%
牛乳900mlビン	98%	111.0%
ビョッキン袋	60%	49.1%
牛乳キャップ	85%	63.2%

eくらぶ登録率	75%	76.0%
---------	-----	-------

★遊佐のグループが生産している生活クラブの消費材
の割合の多さに驚きました。お米だけでなく、
循環型農業といものを地域で皆で協力して実現されていくと感じました。素晴らしい印象的でした。

【ミニ学習会報告】『さば缶』伊藤食品 望月真帆さん

伊藤食品とは...



美味しい缶詰を子ども達に食べ
させたい。こんな思いから生ま
れました。美味しく安心。私た
ちのモットーです。

【清水工場】
まぐろ油漬缶詰
まぐろスープ缶詰
マヨネーズ水漬

【八戸工場】
さば缶詰
おにぎり用サバ

〈生産者名表記の理由〉生活クラブのこだわり

1987年日本果実工業 基準のシチメン
が食べたい。生活クラブ
手間のかかるこだわり基準の
製造を引き受ける会社が少ない...

お付き合いのあつに
伊藤食品が受け入れること！
環境ホルモン対策
缶詰の缶の塗料から派生するビスフェノールAの問題に
ついては、「安全な権利」「知らされる権利」「選ぶ権利」
「意見を聞いてもらう権利」に対し、懸命に努力している
とこうです。

野菜スーの中国産野菜(トウモロコシ、ピーマン、
キャベツ)の濃縮エキスも2002年9月
より国産乾燥野菜のスープに変更

生活クラブ向けサバ缶(消費材)のこだわり

1 原料 (サイズと脂のり)

【魚が一番よい】三陸沖で漁獲→八戸港に
水揚げされたサバ使用 サイズが大きく脂のりが非常に良い。
マサバ 50cmくらい ヨメサバ

2 蒸す工程を省いた生のままの調理

生活クラブのサバ缶 → サバの旨味
上質な脂 (美味い脂)と
のびる
生のまま缶詰にする
調味料を入れ (蒸気蒸す)
フタを閉

3 栄養成分 FRA, DHA

化学調味料は使用していない
※油が酸化せずに缶の中に
しっかりととまる。
美味しさと栄養成分
高圧加熱
処理 (殺菌処理)

汁と使うのが
おすすめ!

近年のサバの原料事情

水揚げ量の減少

価格があがる

買い付けが
課題

みず煮缶もイワシ缶(しりしり)も
同じ高圧加熱処理です
汁は全部食べてほしい!

基準の変更

三陸沖に絞っていた
漁獲域を三陸から
九州まで広げ全国で
国内産サバへ変更

しっかり原料確保
して提供し
ていきたいです!