

みなみ風



発行責任者：鶴島佳子/23 区南生活クラブ生活協同組合 発行日：2017 年 2 月 27 日

●〒156-0051 世田谷区宮坂 3-13-13 ●Tel:03-3426-9914 ●Fax:03-3426-9911 ●mail:block.23ku@s-club.coop

ごきげんスマイル

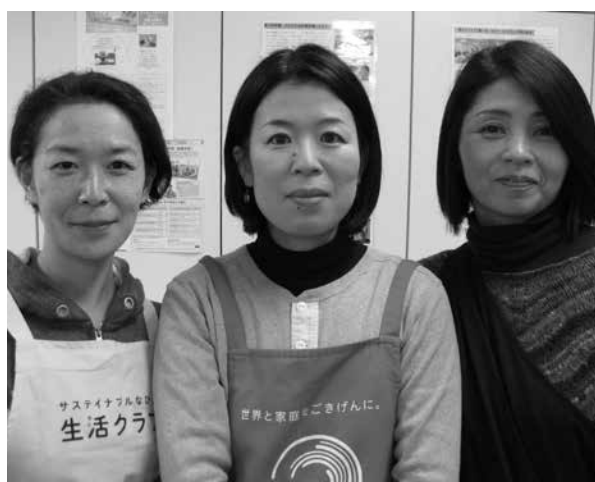
母から受け継いだ食の安全

私の母は「どんな時も食の質を大事にしなさい」と言っていました。一人暮らしをしている頃は、そんな言葉を思い出すこともあまりなく生活していましたが、母となり「子どもたちには健康で大きくなってほしい。そして、子どもたちを育てるためには、自分も健康でいなければ」と思うようになった今は、その言葉の大事さがよくわかります。そして、常に食に気を付けて育ててくれた母同様、私も自然と食の安全に気を遣うようになりました。いずれ子どもたちにも受け継がれていってほしいと思います。

生活クラブでは、その安全で安心な食べ物を作ってくださっている生産者の方と交流できることが嬉しいです。去年は“まめっこくらぶ”の活動に子どもたちと参加しました。種まき、雑草取り、そして収穫、そういった活動の中で、子どもたちは何を感じたのでしょうか。子どもたちが野菜を育てることの大変さ、収穫することの喜びなどを感じ、生産者の方への感謝の気持ちを持つようになってくれたら嬉しいです。

今年も色々な活動を通じ、まずは自分が勉強し、子どもたちにも色々伝えていければいいなあと思います。

まち・せたがや 江川 朱実さん



江川さん(中央)と、まち運営委員メンバー

私のお気に入り

ブラックチョコレート 400g

月島食品工業(株)

そのまま食べれば 25g の一塊でもペロツと食べてしまいますよ。知らないうちに袋が開けられ、大半が食べられてしまっていることもしばしば。溶かして生クリームと混ぜれば美味しいトリュフに。ビスコッティなどのお菓子作りにも大活躍です。我が家では取組みが休止する前の買いだめが必須です！



やっぱりお米が好き	2
まめっこくらぶの 1 年間	3
2016 年度のまちづくり活動	4・5
【青い地球】	5
まちのページ<まち・せたがや>	6
【私のまちのコミュニティ】【私のまちのおすすめ消費材レシピ】	
【事業所班探訪記】 ららるー保育園	
みんなの広場【投稿・今月のクイズ・川柳】	7
ナビ子が語る 生活クラブ用語「食のコンシェルジュ」って何？	
デポー通信	
お知らせ・理事会だより・応募用紙	8

配送センター

世田谷センター 世田谷区桜新町 2-31-5 TEL:03-3426-9913 FAX:03-3420-1598	大田センター 大田区仲池上 1-19-12 TEL:03-5748-0661 FAX:03-5748-0314	ベイ東京センター 千葉県市川市田尻 1-10-9 TEL:047-393-6350 FAX:047-393-6353
--	---	--

生活クラブのお店

デポーせたがや 世田谷区宮坂 3-13-13 TEL:03-5426-5211 開所:10:30~19:30 日曜定休

23 区南組織概要 2017 年 1 月末現在

	配送	デポー
組合員数	16,038 人	2,094 人
加入者数	194 人	12 人
脱退者数	-103 人	-19 人
世帯当利用高	17,806 円	9,127 円
総利用高	283,989,630 円	19,176,405 円

配達についてのお問い合わせは下記へお願いします

- [世田谷区・渋谷区の個別配送] 03-3426-9550
- [大田区・目黒区・品川区・港区・中央区・江東区・江戸川区の組合員、世田谷区・渋谷区の班配送] 03-5426-5218(コールセンター)

23 区南のエリアは、世田谷区、渋谷区、目黒区、大田区、品川区、江東区(一部を除く)、江戸川区、港区(台場を除く)、中央区(一部を除く)

生活クラブは、組合員が **出資** **利用** **運営** をする生活協同組合です



おむすびプロジェクト

やっぱりお米が好き

人と人、組合員と生産者をむすぶ「おむすびプロジェクト」に今年度は取り組みました！
お米に関する各種イベントを企画！さてさて、結果はいかに…！？

1日1回ごはんを食べようキャンペーン どでっとさん、黒磯へ行く！

1月までに、みなさんから報告をもらったお米の総量は、約 **11,500 kg!**
みんなの食べるチカラでラストスパート！
どでっとさんを黒磯まで連れて行こう！

1kgのお米を食べると、どでっとさんは10m進むよ。23区みなみニュースやWEBでお米の消費量報告は3月末まで受け付けてます。最終結果は23区みなみニュースでお知らせします。
みんなご飯食べてね～！



あと **65km!!**

(お米の量では 6,500 kg)

おむすびやお米を使ったレシピを大募集!

「おむすびの具」「変わりむすび」「どんぶり」と時期ごとにテーマを変えて、レシピを募集しました。応募レシピの中から、おススメおむすびをご紹介します！



ごぼうおむすび
炒めたごぼうを入れて炊いた
ご飯で作ったおむすび



おかか&チーズおむすび
チーズとかつお節をごはんに
混ぜた和洋折衷おむすび

おむすびFANクラブ

ごはんを食べている写真の
フォトコンテストを開催！
おいしい笑顔が集まりました♪



「おいしそうな笑顔で賞」



まち品川
Hさん作品

「おなかいっぱい賞」



まち目黒
Tさん作品

1月 **115km**



生活クラブ宇都宮センター！
職員のみなさま、お疲れ様です！

11月 **86km**



あしががフラワーパークにも
立ち寄ってみたよ。
素敵なお花がいっぱい♪

栃木県内
に入るところ。
利根川！

9月 **64km**



8月 **34km**



埼玉県内にはいったよ。
さいたまスタジアムで、
はいポーズ！

18km

6月



どうしても浅草に行きたくて
寄り道しちゃった！
人形焼がおいしかったよ。

5月



どでっとさん、
デポセたがやを
いざ出発！

スタート

「黒磯米生産者と一緒におむすび食べよう！」

11月19日、黒磯米生産者どではら会との交流会と『やっぱりお米が好き』イベント報告会を行ないました！

・黒磯米に、新たにブレンドされている品種「なすひかり」は粒が大きめで、お米の食味ランキングで最高ランクの「特A」と評価された品種です。



おむすび達人の美味しいおむすび作りのデモンストレーション！
たかがおむすび、されどおむすび…奥が深いです。



力を入れ過ぎないで。
ふんわりとかあるく、
まとめる感じで。
回数にすると3回か
4回よ。



最後はみんなでおいしい笑顔でパチリ！
ごはんをいっぱい
食べ続けようね！

まめっこクラブの1年間



“研有会のファンになろう”と、埼玉研有会の畑を借り、生産者と一緒に農作業をしながら交流を始めて3年目。今年も枝豆とトウモロコシ、そして秋は大根とジャガイモを育てました。日ごろ作業しているフィールドなので生産者からは交流会とは違った旬な話題も聞け、参加者みんな野菜のファン、研有会のファンになり、都市近郊農業の価値を確認する場となりました。

第1回
4月



枝豆やトウモロコシの種まきをしたよ。1か所に3粒ずつ、慎重に慎重に…

第2回
5月



トウモロコシの苗の整理中。1か所から撒いた種の数だけ芽が出ているけど、1番大きい芽以外は間引きちゃうんだって。

第3回
6月



今回は草取り。あっという間に雑草が生えてきちゃうんだね。

第4回 収穫祭♪
7月



みんなで育てた枝豆とトウモロコシを収穫！採れたての美味しいこと！トウモロコシは生でも食べられるよ。

第6回
10月



草取りに大根の間引き、ジャガイモ畑は追肥！と大忙し。この手入れが大切なんですね。

第5回
9月



秋のまめっこクラブ開始！冬向けに大根の種まきとジャガイモの種芋を植えたよ。

第7回
11月



大根を収穫したよ。全部で200本以上とれました！デポセタがやの店頭でも販売して大好評♪

第8回
11月



今年度最後のまめっこクラブ。子どもたちは、ジャガイモ掘りに大盛り上がり。その場でジャガイモを蒸かして、みんなでいただきました！

埼玉研有会のみなさんへ
参加者で作ったメッセージカード集を最後に差し上げました。



埼玉研有会のみなさんからのメッセージ

研有会のメンバーも毎月のまめっこクラブで組合員のみなさんとお話しするのを楽しみにしていました。実際に畑に来て、一緒に作業をし、土に触れあう楽しさを実感してもらえ、とても充実した1年になりました。

2016年 **5月** コミュニティリーダー連絡会

スタート



6月 火災共済学習会



7月 シャボン玉月間の活動

☆シャボン玉首長メッセージ取得活動
☆せっけんアピール@デポーセたがや



世田谷区長に会いました

7月 松葉のダイオキシン調査
2016・3 報告会



8月 まちづくり活動アピール
@デポーセたがや夏まつり

ハグくみ紙芝居
やりますよ～！
みんな集まれ～！

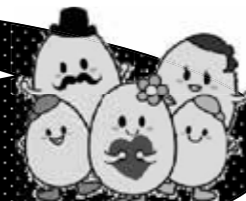


2016年 **5月**
シャボン玉フォーラム in 東京に参加



私たちがいつまでも、
安心して暮らせるように、
2016年度に行なったこと！

今年度の
「まちづくり活動」を
ご紹介します！



23 区南生活クラブは、食の安全だけではなく、いつまでも地域で安心して暮らせるように、環境、福祉、エネルギーの問題にも取り組んでいます。

たとえば、大気汚染もアレルギー疾患などの原因と考えられるので、松の葉を使って有害化学物質の調査を継続して実施しています。各まちでの「生きもの環境調査」「水辺の調査」も豊かな自然環境を残すための指標となるものです。私たちが蓄積してきた調査データは、環境にかかわる「ごみ」のこと「石けん利用」のことを行政に働きかけていくための道具になります。

福祉については、ちょっと困った時の組合員同士のケアや、活動する組合員を支援するための仕組み「エコロたすけあい制度」があります。それをもっと利用してもらうため、また、災害緊急時など近隣の組合員同士での情報交換や、助け合いのために「コミュニティ」形成を進めています。

生活クラブは、命にかかわるリスクが高い「原発」には反対です。ただ「反対、反対」と唱えるだけでなく、エネルギー政策についても国へ提言を続け、「食」「福祉」だけでなく、再生可能な「自然エネルギー」を自給していくことにしました。このような考え方を基本にいろいろな「まちづくり活動」を行なっています。

8月 森ヶ崎水再生センター見学



2017年 **3月**
GM なたね調査



12月 暮らしの見直し講演会
「育児が楽しくなる&
お母さんが元気になるコツ」



10月
☆エコロケア者交流会
☆まちづくり活動アピール
@生活クラブ館展示会



9月 エッコロケア者研修
「子どものための防災・減災講座」



9月 土壌改良堆肥化資材
アスカマンの生産者交流会



生ごみも減るし、
きれいな花も
咲きますよ♪

2017年 **2月**
23 区南生活クラブエネカフェ
「電気の共同購入学習会」



2017年 **1月** ライフプラン講座
「おひとりさまのライフプランニング」



2017年 **1月**
GMO フリーゾーン宣言
サポーター登録



10月 緊急物資受け渡し訓練

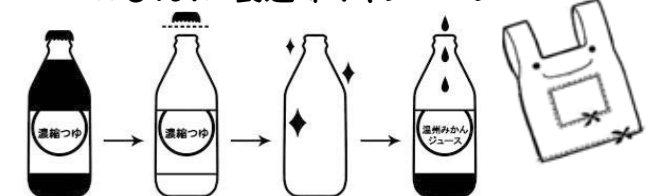


10月 墨田区雨水施設見学

路地尊
墨田区向島界隈に設置
されている雨水利用設備



9月～10月
Rびん、P 袋返却キャンペーン



青い地球

青い地球の片隅から

昨年末、地域の当番で「夜回り」をやった。私の実家（九州）は、寒くなると当然のようにやっていて、子どもの頃、普段外出しない時間に大人たちと一緒に回るの、冬の楽しみでもあった。

まさか東京で夜回りと思っていたが、確かに、時折拍子木の音を聞いた気がする。

世田谷の私の住む地域も年末はやっているようで、当番が回ってきた。この地に生まれ育つ

た方とご一緒に、地元の昔話に驚いたり、珍しそうに振り返る子どもに説明する親子に会ったり、「ご苦労様です」と頭を下げられたり、冷たい冬の夜が、思わぬホットな体験となった。

拍子木を打ちながら「火の用心」と声を上げることが、地域の方々の安心を少し促したようだ。青い地球の片隅から、来る年の平和と幸せを、見上げた月に祈念した年の瀬だった。

(石けんチーム 福井 志穂)

まちのページ

まち・せたがや



私のまちのコミュニティ

下馬1丁目コミュニティ



私の所属する「すみれちいき」では町丁目単位でコミュニティづくりを進めています。まだ、池尻4丁目、三軒茶屋1丁目、下馬1丁目、下馬3丁目の4コミュニティしかありませんので、お互いに協力し合って進めています。夏の夕暮れに開催された三軒茶屋1丁目コミュニティの「おむすび café」にも参加しましたが、お子さん連れや赤ちゃん連れ、孫のいる方々など幅広い年代が集って数種類のおむすびと消費材のご馳走を真ん中にして、笑顔が一杯でした。ワイワイガヤガヤ…。町会、学校、病院等の

情報交換もできて、ご近所さんの集まりはいいな〜とあらためて思いました。

下馬1丁目コミュニティでも「おむすび café」を開催する予定です。緊急物資受渡し訓練では、なかなか全員に手渡しすることが難しい状況ですが、それでも毎回何人かの新しい方とお会い出来るのが楽しみです。今後は呼びかけをもっと工夫していこうと思っています。「コミュニティ」で顔の見える関係性を築き、お互いさまのたすけあいを地域の中に広げていきたいです。
(浅川 悦子)

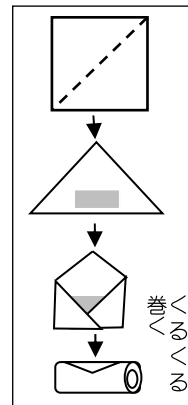
私のまちの おすすめ消費材レシピ

紅鮭フレーク入りミニ春巻き

これいいよ!!
紅鮭ほぐしは
クリームパスタ
に入れても
美味しいです!

<材料>
春巻きの皮
紅鮭ほぐし
大葉
クリームチーズ
(個包装)

<作り方>
①春巻きの皮を三角形になるように半分に切る。
②春巻きの皮に、半分に切った大葉と紅鮭ほぐし大さじ1とクリームチーズを細長く切つてのせて巻く。
③油をひいたフライパンで、揚げ焼きにする。
(澄田 郁子)



まちのおすすめ消費材
「紅鮭ほぐし」



ららるー保育園

住所：世田谷区北烏山 1-59-7
電話：03-3300-8850

2016年の4月、12年間運営していた保育ママから小規模保育園へと移行し、ららるー保育園は開園されました。保育ママとしては定年が見えていた浅井先生は、これからも働くお父さんお母さんの子育ての手伝いをしたいという気持ちと、今まで手伝ってくれていたスタッフの方にこれからも働く場を提供したいという気持ちで、保育園への移行を決めたといいます。そして、長年保育ママをしてきたこの場所は、近隣の方の理解もあるそうです。

こちらの保育園では、子どもたちの主体性を大事にし、やりたいことや意欲をフォローし、のびのび安心して過ごせること、保護者の方が安心して働けることを保育目標としています。そのために大人の目を多く

して、子どもをサポートできるようにしています。さらに保育士も募集中です!

また、保育園で提供している給食は添加物や農薬を出るだけ排除したいということで、生活クラブを選んで下さっています。給食を作られている栄養士さんは、鯉節がお気に入りだそうです。他のところのものより香りがよく、出汁もよく出るとのこと。子どもたちもよく食べてくれているそうです。

子どもも親も安心できる運営を目指す保育園、子育てする親の一人として、とてもすてきななぁと感じました。
(江川 朱実)





みんなの広場

★1月号の感想

私はコミュニティリーダーをしています。2年間、緊急物資受け渡し訓練のみに終わってしまっていて、どう活動していったらいいか悩んでいました。「コミュニティ通信」のアイデアをいただきます。ありがとうございました。

まち・からきた STさん

きばるの甘夏がまもなく届くのですね。マーマーレードやピール作りを楽しもうと思っています。毎年ピールは大量に作り冷凍。12月のパネトーネやシュトーレンにも入れ家族や友人においしいと喜ばれます。今年もたくさん作ります。

まち品川 KMさん

GM トウモロコシの図を見て改めて、多種多様、ありとあらゆる食品に GM 食物が含まれていることに驚愕！個人でも社会全体でも、そして生活クラブでも真剣に取り組まないといけない問題です。

まち・からきた JKさん

私の口ぐせ「大丈夫よ、生活クラブのだから」と全く同じ口ぐせの方がいらっしゃる事に思わず笑みが。娘さんが引き継いでくれた事、理想的です。

品川の MT さんの気持ち(みんなの広場)自分の様です。

まち品川 KIさん

農薬、GM、添加物など考えていたら買い物がストレスになりますよね。安心・安全の生活クラブの消費材は主婦の味方！家族のお助けマンです。


まち品川 FKさん

★川柳

一月号のお題「掃除」

友達を
家によぶとさや
大掃除

まち・きねた SSさん



今月のお題は「マスク」

★今月のクイズ

「○で○○」さん、黒磯へ行く！

1月号の答えは「遺伝子」でした。

※ ご意見と一緒に、クイズおよび川柳をどんどん応募してください。

※1月号で応募頂いた中から、抽選で5名の方に、「ブラックチョコレート 100g」をプレゼントしました。

デポ一通信

8月の「デポーせたがや」リニューアルに向け、企画、拡大、広報とチームを組んで活動をしています。新春フェアでは、企画チームが、「デポーせたがや」クイズを実施し、全問正解者にはえほんのプレゼントをして、リニューアルの周知活動をしました。1/19 のスタート集会ではリニューアル実行委員が集合し、気合を入れました。会食を通じた親睦で団結力が増したようです。リニューアルの機能面の改善要望も、委員会でもまとめ提案したところです。

「デポーせたがや」のロゴも決定し、いよいよ4月からは、加入拡大活動に入ります。デポー事業の継続には、安定した利用と一定規模の組合員が必要です。仲間を増やして、サステイナブルな生活クラブを目指しましょう！



◆次回リニューアル実行委員会&決起集会

3/30(木) 10:30~13:30 生活クラブ館スペース1 託児 201
(デポー担当理事 望月 美喜子)

ナビ子が語る 生活クラブ用語



「食のコンシェルジュ」って何？

ナビ子：ママ、今日お友達のマンションに行ったら、ロビーに“コンシェルジュ”って人がいたの。マンションに住んでいる人たちが快適に過ごせるように、いろいろお手伝いしてくれる人なんだって！

ママ：あら？生活クラブにも“食のコンシェルジュ”と呼ばれる人たちがいるのよ。生活クラブが認定した食の水先案内人なの。料理技術はもちろん、食卓のセンスアップから食をめぐる社会状況まで豊富な知識と確かなスキルで、健康で楽しい食卓づくりのアドバイスをしてくれるのよ！

ナビ子：そうなの？わ～、私も“食のコンシェルジュ”さんからいろいろ教えてもらいたいわ。

ママ：そうね！“食のコンシェルジュ”の中には生活クラブの料理教室“クッキングスタジオ BELLE”の講師をしている人もいるのよ。じゃ、今から一緒に講座を探してみましょ。

ナビ子：やった～！



4/8(土) デポーせたがや 8周年まつり&デポー展示会同日開催



模擬店
焼きそば他

生産者来店!

福引

子ども縁日
1円玉おとし、ストラック
アウト、バルーンアウト

まつりも、買い物も一度に楽しめる～!

出展生産者紹介

スーツ (ベストファイブ)、
靴 (株)パラマウント、
メガネ (有)アイメイト) 他



4/7・8
(金、土)

理事会だより

未来を担う子どもたちのなんと6人に1人が貧困状態にあるという日本で、子どもたちを救いたいという善意の人たちの運営する「子ども食堂」がかなりの勢いで増えています。共感や応援する声は数多くありますが、「月に数回しか開催しない子ども食堂で子どもを救うことができるのか?子どもの貧困の問題を解決できるのか?」など、子ども食堂の限界を指摘する声も少なからず聞かれます。

確かに問題はとても複雑かつ深刻ですすぐには解決できるものではありませんが、子ども食堂運動には今まで見えなかった子どもの貧困といった問題を浮き彫りにし、広く世間に伝えるという効果があります。地域の人たちの協力や支援を得て地域の拠点となった例もあります。豊かな地域の力と行政との協働も必要となるでしょう。子どもの生活困難の改善、解決の具体策を速やかに実行に移す行政の本気度が問われています。(監事 深谷 美智子)



4月より中央区新川への
配達を始めます

4月までに中央区新川で40人、5月末までに湊、入船、明石町で40人を集め生活クラブの配達をスタートさせます。新川、湊、入船、明石町にお住まいの知り合いをご紹介ください。

みなみ風 2017年3月号 応募用紙

牛乳便以外の配達便で各センターへ提出、デポー組合員はレジで提出。または23区南生活クラブ生協事務局に FAX 3426-9911 してください。みんなの広場は、23区南情報ボックス Web ページからも投稿できます。✂ 切り 3/17(金)

■氏名：(ふりがな)		■TEL	
■住所：		■FAX	
■まち名：	■班・個配・デポー (いずれかに○を)	■組合員コード (配達明細などに記載)：	
■p7 みんなの広場 ○みなみ風3月号へのご意見ご感想を書いてください。		「みんなの広場」に氏名を掲載しても良い方は✓をしてください。□	
○クイズの答え		クイズに応募される方は必ずご意見ご感想をお書きください!	
○今月の川柳 お題「マスク」			
■お友達を紹介してください。紹介して下さったあなたに素敵なプレゼントを差し上げます。			
○お友達の氏名		住所	TEL