



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：2018 年 3 月 5 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

Hello♡まちの仲間たち

まち品川 中林 智子さん



生活クラブで世界が広がりました

生活クラブに加入して4年になります。きっかけは、子どもの幼稚園のママ友の勧めでした。「とにかく美味しいから！」の連発に根負けして入ってみたら、注文するものがどれもこれも本当に美味しくてビックリ！しかも不要な添加物は使われていないので、子ども達に食べさせるものも安心して購入することができ、いちいち原料表示を見ながら選んでいた頃より買い物がずっとラクになりました。

その後、まち委員に誘われて会計を担当し、現在はちいき委員として活動しています。まちの会議や数々の企画を通して多くの方と知り合い、世界が広がりました。様々な世代の方との交流があり、遺伝子組み換え作物のこと、環境と石けんのことなど、まさに「生活」にまつわるたくさんの方の事を教えてもらっています。この歳になっても、まだまだ学ぶべきことはたくさんあるんだなぁと思う毎日。

これからも視野を広げて活動で得た知識を家族やまわりの人達と共有し、子ども達には、自分自身で選択しながら生きていける力を身につけてもらいたいと思っています。

私のお気に入り

オリーブ湯

生活クラブ・スピリッツ(株) ギリシャ産オリーブオイルとスクワランを配合した入浴剤で、体の芯から温まります。入浴後もポカポカが続き、お肌もしっとり。さらとした白濁湯にゆずの香りです。家族みんなのお気に入りです。

週刊生活クラブ
東京
カタログ
1月4回
108049

ーもくじー

おおぜいの自主監査	2・3
2017 年度まちづくり活動まとめ	4・5
まちのページ<まち品川>	6
【私のまち】【私のまちのおすすめ消費材レシピ】		
【生産者紹介】日本果実工業(株)「無糖炭酸水」		
みんなの広場【投稿・今月のクイズ・川柳】	7
デポ通信		
ナビ子が語る 生活クラブ用語		
eくらぶって何?		
お知らせ・理事 Tweet・応募用紙	8

23 区南組織概要 2018 年 1 月末現在

	配送	デポ
組合員数	16,696 人	2,254 人
加入者数	150 人	14 人
脱退者数	-133 人	-10 人
世帯当利用高	23,022 円	9,588 円
総利用高	383,889,869 円	21,544,320 円

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

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

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

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(まち・玉川を除く)・渋谷区の個別配送] 03-3426-9550
- [世田谷区 まち・玉川・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)

おおぜいの自主監査

～消費材をより良くするしくみ～



私はそれを自分の目で確かめたいわ

生活クラブの消費材の安心・安全を組合員が実際に確かめ、さらに生産者とともにステップアップしていく、その仕組みが「自主監査」です。

さらに、生活クラブはおおぜいの組合員が参加することをうたっています。それが「おおぜいの自主監査」です。

自主監査とは？

生活クラブは、「安全・健康・環境」生活クラブ原則にもとづき、組合員と生産者が話し合い、消費材の分野ごとに生活クラブ独自の自主基準を定めています。さらに生産者は、消費材ごとに70～130に及ぶ項目について点検し、生活クラブに報告しています。その報告通りに消費材が生産されているかどうか、組合員が実際に生産現場を見、生産者に質問し、確認するのが「おおぜいの自主監査」です。生産者が見せたいものを見せる一般の工場見学とは異なります。

参加した組合員は、生産者の想いや消費材を取り巻く社会状況を知ることができ、同時に改善要望を生産者に伝えることができます。生産者は、組合員の意見を聞くことで、新たな課題に取り組むことができます。両者が互いに緊張関係を持ってやりとりすることで、消費材の安全性を保ち、さらなるステップアップを目指すことができます。

「安全・健康・環境」生活クラブ原則

- 第1原則 消費材の安全性の追求
- 第2原則 食の自給力を高める
- 第3原則 有害物質の削減
- 第4原則 自然資源の持続可能な使用
- 第5原則 ごみの削減とリユース
- 第6原則 エネルギーの削減
- 第7原則 リスクの低減
- 第8原則 情報の開示
- 第9原則 自主管理と監査
- 第10原則 おおぜいの参加

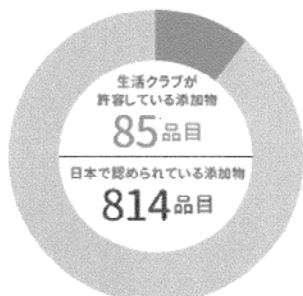
生活クラブの自主基準

消費材をつくる際に品質のものさしになるのが自主基準です。組合員の「こんなものがほしい」という声が消費材づくりの出発点ですが、消費材になるためには、自主基準に合っていなければなりません。原材料の産地はどこか、遺伝子組み換え作物は使っていないか、製造や衛生管理の取り組みはどうかなどのチェック項目が70～130あるのです。

自主基準は分野ごとに細かく決められています。農業(野菜・果樹・水稻・きのこ)、畜産、加工食品、生活用品、容器包装の6分野と放射能です。

この自主基準は、組合員と生産者の代表が集まって、一緒に討議して決定します。

例① 許容している食品添加物は85品目



(2016年9月現在)

例② 放射能自主基準値と国の基準値

セシウム134と137合計値、単位:Bq/kg

生活クラブの自主基準 (2016年4月)			国の基準	
区分	検出下限 目標値(3)	基準値	区分	基準値
「すくすくカタログ」掲載食品 (乳児用食品含) ※2016年6月供給から	1	不検出	乳児用食品	50
飲料水 ⁽¹⁾ ・牛乳(原乳)・米	1	5	飲料水	10
鶏卵・鶏肉・豚肉・牛肉・乳製品	2.5	10	牛乳	50
青果物 ⁽²⁾ ・魚介類・加工食品	6	25	一般食品	100
生椎茸	10	50		

(1) 飲料水には、国の基準と同じ「緑茶」だけでなく、「麦茶」や「山草茶」などの茶類を含みます。

(2) 「生椎茸」を除く「きのこ類」を含みます。

(3) 検出下限値を目標としている理由は、測定する消費材の比重などにより、検査結果にバラつきが生じるためです。

実施しました自主監査

自主監査の進め方

2～3カ月前 監査する消費材を決める

監査したい消費材を話し合っただけで決定し企画書を提出します。

1カ月前 事前学習会

生産者による自主基準登録書や、これまでの監査報告書を参考にしながら事前学習会を行ないます。疑問に思ったこと、特にどのようなことを監査するのかを決め、事前準備依頼書を作成し、生産者に送ります。

当日 監査

生産現場を訪問し、工程を一つ一つ確認します。同時に、事前学習会で整理したポイントを中心に生産者から聞き取り、成果と課題を確認します。その場で現地監査確認書をまとめ、生産者に手渡します。

1～2カ月後 監査報告書の提出 生産者から回答

今回の監査でわかった点や課題を報告書にまとめ、生産者に送ります。それに対する生産者からの回答を受け取り、内容を確認します。

監査後 監査結果のアピール

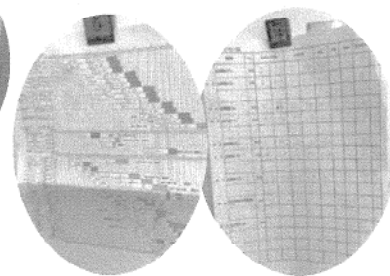
監査の報告会や、広報紙への掲載などによって自主監査の様子を伝え、利用につなげます。

白神酵母食パン6枚スライス

(株)オルタフーズ 11月22日(水)



原材料の保管状況を確認しています。

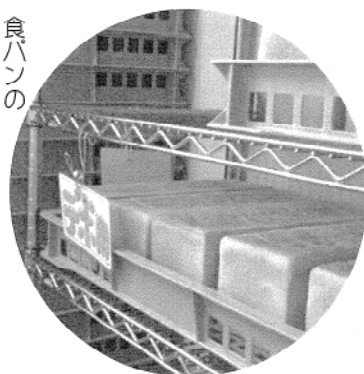


作業をスムーズにするために工程表、製造マニュアルをパウチして掲示するなど工夫をしていました。



整頓された清掃道具。石けんを使っているとのこと。衛生面には気を付けていることがわかります。

食パンの
焼き上がり



はればれ育ちほうれん草 埼玉研有会 1月12日(金)

提携生産者の看板を確認しました。近隣に遺伝子組み換えに反対するアピールになっています。



ほうれん草の種の袋の表示を確認しました。



ほうれん草の畑で説明を受け、規格どおり栽培されていることを確認しました。監査した畑では、栽培期間中の農薬が不使用でした。

参加者の感想

最低気温が氷点下となったこの日、埼玉県入間郡三芳町にある研有会の鈴木健一さんの畑に行きました。畑の向こうには真っ白に冠雪した富士山が見え、都心からわずか7時間とは思えない景色でした。当日は朝からの冷え込みのため畑に入ると土は凍っていて、太陽が当たるところから溶けてぬかるみ始めていました。霜や低温は作物の生育を左右し、また去年のように雨が降りすぎても作物の生育には不適切であるとの説明があり、常に自然と闘いながら作業されていることがわかりました。

監査では多岐にわたる質問項目にも事前回答や当日説明、資料の提示などで丁寧に答えていただき、生活クラブの組合員のために安全でおいしい野菜作りに余念のない研有会の皆さまに感謝するとともに、食べ続ける大切さを感じました。

(消費材メッセージ委員 小野幸子)

福祉に関する活動

4月 デポーセタがや8周年まつりのまちづくりコーナーで共済・電気の共同購入、松葉のダイオキシン調査活動をアピール

生活クラブ共済「ハグくみ」のマスコットキャラクター「ハグみちゃん」が「ハグくみ」を宣伝中



10月 緊急物資受け渡し訓練
(コミュニティ活動)

緊急災害時を想定しての訓練



11月 ライフプラン講座
「おこづかいを通して考える
子どもの金銭教育」

共済加入推進活動



12月 暮らしの見直し講演会
「捨てずに減らすエコ暮らし」

コープ共済連からの助成を受けて、暮らしに役立つ講座を開催



2017年度 まちづくり活動まとめ

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。暮らしのなかで必要なものや仕組みを、他人まかせにせず、みんなで話し合い、つくりあげてきました。

私たちが、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていくために、食・環境・福祉などのさまざまな問題点を学習し、問題解決のための取り組みを行なうことが「まちづくり活動」です。今年度も福祉、環境、エネルギーについて学習会などを行ないました。

5月 23区南コミュニティリーダー連絡会

近隣の組合員どうしが日頃からたすけあえる関係を築き、その繋がりを災害時に活かす、孤立を防ぐことなどがコミュニティ活動の目的



11月 エッコロケア者研修・交流会
「子育てが楽になる、おばあちゃんの知恵」

エコロ託児ケアをスムーズに行なうための研修と、組合員どうしの交流の場



12月 エッコロケア者研修・交流会
「子どもと楽しむ、手遊び・読み聞かせ」



7月 環境と水の連続講座
「あなたにもできる！石けんクリーニング」

環境と身体に負担がかからない石けん利用を推進する活動



9月 電気の共同購入学習会 part1
「電力会社をどう選ぶ」

再生可能エネルギー推進活動

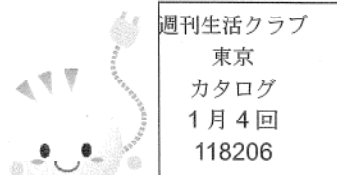


10月～11月
リユースびん・ピッキング袋
返却キャンペーン

容器包装をごみにせず、資源を循環させる活動

8月～11月
電気の共同購入学習会

生活クラブでんき契約者の中から抽選で「タラメン」をプレゼント



週刊生活クラブ
東京
カタログ
1月4回
118206



10月 電気の共同購入学習会 part2
「自然エネルギーが未来をつくる！」



10月 電気の共同購入学習会 part3
「生活クラブでんきのすべて」



10月 エコフェスせたがや出展

世田谷区主催の環境フェアで生活クラブの「電気の共同購入」と「石けん運動」を紹介



2月 香害学習会
「香害、あなたならどうする！～ニオイから身を守るために～」



環境に関する活動

5月 グリーングリーンチームによる
生活クラブ館屋上の田植え

グリーングリーンチーム (GGT) は
生活クラブ館屋上の緑化活動を担うグループ



6月 アスカマン学習会

生ごみ堆肥化資材アスカマンを使った土づくりの学習



9月 松葉のダイオキシン調査学習会
「子どもが危ない！いまま増え続ける化学物質」

松葉のダイオキシン調査は23区南生活クラブ独自の定期的な大気汚染調査活動

10月 GGTによる稲刈り

5月に植えた稲を収穫



11月 デポーセタがや秋まつりで
まちづくり活動の紹介

電気の共同購入促進、
松葉のダイオキシン調査カンパ活動



2月 松葉のダイオキシン調査学習会
「家庭の中にも
危険な化学物質がいっぱい!？」

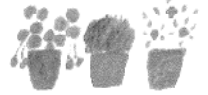
3月 GM ナタネ調査
(遺伝子組み換えナタネ自生調査)



まち品川

私のまち

昭和の懐かしさを感じる品川



まち品川では月一回のまち会議で、イベントや学習会の企画、加入促進、等々について話し合っています。昨年末には石けんについての学習会を開催し、改めて石けんの偉力と安全性を学びました。

品川は平安時代からその地名があり、港として栄え、さらに 1601 年に宿駅伝場制度が定められた折に第一の宿駅になり、賑わうようになりました。旧東海道を下っていくと、昭和の懐かしさがそこここに感じられます。土佐藩下屋敷があったので、きっと龍馬も

歩いたことでしょう。漁業や農業も盛んでした。

大森海岸はご存知「海苔」。農産物は品川ネギ、品川カブ、大井ニンジン、戸越のタケノコ。地元では伝統野菜を復活させるため、品川カブのスイーツなどの試みも行われています。昔の産業を知ると、風土がよくわかります。

環境のこと、食のこと、福祉のこと等々をまちの活動を通じて学び、発信と実践をしていけたらなあと思っています。
(倉橋 幸子)

私のまちの おすすめ消費材レシピ

納豆肉味噌炒めのレタス包み

生活クラブ
カタログ
2月2回
p 10
248

これいいよ!!

レタス包みだけでなく、アツアツご飯にのせても、冷奴のトッピングとしても美味しく召し上がれます♪

<材料>

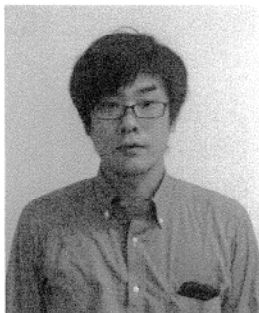
豚ひき肉	200g
小粒カップ納豆	2個
にら	1束
えのき茸	1袋
生姜	1片
味噌・酒	各大さじ2
素精糖	大さじ1/2
牡蠣味調味料	大さじ1/2
ごま油	適量
レタス	適量

<作り方>

- ① にはら5センチ長さ、えのき茸は石づきをとって縦1/3、生姜はみじん切りに切る。
- ② フライパンに油をひき、豚ひき肉をよく炒める。
- ③ 味噌と酒を入れてさらに炒める。
- ④ ①も入れて炒める。
- ⑤ 納豆を入れて粘りがなくなるまで炒める。
- ⑥ 素精糖、牡蠣味調味料を入れて炒める。
- ⑦ ごま油を混ぜる。
- ⑧ レタスに包みながらいただきます。

(小野 幸子)

日本果実工業(株) 「無糖炭酸水」



日本果実工業(株)
果汁農産部
中野 豪さん

「無糖炭酸水」の生産者の日本果実工業株式会社です。

わが社は、昭和 35 年 12 月に山口県下の工場で製造された農水産加工品を県内外を問わず販売していく目的で設立されました。

無糖炭酸水は「タンサン飲料」の姉妹品として、組合員のみなさんの強い要望により誕生しました。フレーバー・砂糖入りの「タンサン飲料」に対して、水と炭酸ガスだけの「無糖炭酸水」。シンプルだからこそ、「水のおいしさ」に強くこだわりました。

製造している工場は福岡県甘木市にあります。工場のまわりには田園風景が広がっており自然豊かな地域です。甘木市は水の郷百選にも選ばれるなど、古くから豊かな水に恵まれています。

使用している水は地下 200m の深さに水源がある深井戸水です。

深井戸水は、年間を通じて品質が安定しています。硬度 50 の軟水で、カルシウムに比べマグネシウムが少ないのでくせや苦味が少なく、さっぱりしていて飲みやすいのが特徴です。また、炭酸ガスの含有量が多く、パンチのある爽快感が楽しめます。容器にもこだわりがあり、いつでも強炭酸が楽しめるよう、1 回で使い切れる 200ml の缶を採用しました。

ヘルシー志向やハイボールブームを背景に市場が拡大したといわれる炭酸水。市場流行と生活クラブのこだわりがマッチングした、とても思い入れの深い消費材です。

生活クラブ
カタログ
2月2回
p 27
536



★1月号の感想

少しの工夫で快適!「冬のエコライフ」を読み、さっそく窓用断熱シートを購入。おかげさまで室内温度が1度今までより上がりました。次はカーテンを保温性が高く、床まで届くものに変えようかと考えています。大変役立った記事で助かりました。
まち品川 KMさん

生活クラブでんきにしました。「冬のエコライフ」を参考に大切に電気を使おうと思います。
まち大田 MAさん

「冬のエコライフ」特集を参考に、我が家を見直してみました!!いくつも×があり、ぜひ実践したいと思いました。とても役立つ企画です。
まち・きぬた ETさん

みんなの広場

まってきました!「きばる」の甘夏みかん!大・大・大好きな私です。1年分のマーメイド作りはすっかり定例行事になっています。生産者グループ「きばる」さん、自然相手で大変ですが、これからもよろしくお願いします。
まち江戸川 AKさん

甘夏が大好きです。きばるの甘夏を楽しみに生活クラブを続けているようなものです。
まち江戸川 YKさん

国産十割こうじみそは子どもたちもほぼ毎日食べて、とても美味しいです。
まち大田 EWさん

★川柳

一月号のお題「こがらし」
こがらしが
財布の中まで
吹いている

まち・きぬた nmlさん

川柳の募集は終了します。

たくさんのご応募ありがとうございました!



★今月のクイズ

組合員が実際に確かめる



監査

1月号の答えは「きばる」でした。

- ※ ご意見と一緒に、クイズにもどんどん応募してください。
- ※ 1月号で応募を頂いた中から、抽選で3名の方に、「韓国風お好み焼き粉」をプレゼントしました。

デポ一通信



～日配部門～

生活クラブは50年ほど前に牛乳から取り組みが始まりました。現在の取り組み品目は膨大な数になっており、最近は簡単に食べられる便利なものも増えてきたので、忙しい方も、少人数家族の方も、便利な材を安心して利用することができます。生活クラブの基準に沿って安全な消費材を作ってくださっている生産者の方々にとても感謝しています。

日配という部門は、牛乳や乳製品・豆腐・納豆・魚肉練り製品・漬物などの他、鶏卵・調味料・お菓子・加工食品・生活雑貨・お酒・ペットフード・化粧品など、青果・精肉・鮮魚以外のほとんどの消費材を担当しています。私たちは、生産者が心をこめて作ったたくさんの消費材を、ひとつでも多く利用してもらえるように、明るく広くなった店内を無駄なく使い、見やすく・取りやすく・分かりやすく陳列し、消費材を紹介していきたいと思っています。デポ一は生産者の来店企画もたくさんあります。ぜひ生産者から直接お話を聞いてください。(布浦 理恵子)

ナビ子が語る 生活クラブ用語



eくらぶって何?

ナビ子: ママ、最近生活クラブの注文しないね?
前は一緒にカタログ見ながら注文してたのに。
ママ: アッ、ごめん。eくらぶからしてるから。
ナビ子: eくらぶ?
ママ: すごく便利なのよ。生活クラブのインターネット注文サイトでね、スマホ・タブレットでも、パソコンからでも注文できるの。画面を見ながら注文できて、カタログを開く必要がないから、いつでも、どこでも注文できるの。だから、この頃通勤電車の中で注文するようになったのよ。それにね、カタログでは手に入らないWeb 限定品や特価品もあってお得なのよ。いつもは注文書を使っている人もね、「今日注文書出し忘れちゃった!」という時に、eくらぶに登録しておくとお翌日の11時半までに注文できるのよ。

登録はこちらから



豆腐キャンペーン



～4月から安心よやくらぶ品目が増え5品目になります～

◎アイテムは「きぬ豆腐」「もめん豆腐」「きぬ豆腐2連」「もめん豆腐2連」「油あげ」の5品目！

予約すれば、注文忘れなしで安心です！

◎キャンペーン価格として

「油揚げを予約すると4月のみ10円 off」になります。
この機会に是非予約してください。

理事 Tweet

わが家の電気は2016年の2月から生活クラブエナジーの再生可能エネルギー60%の電気を使用している。毎月の電気料も上がっていないし、いままでどおり何の不都合もおきてはいない。

日本の「エネルギー基本計画」は3年ごとに見直され、政府は昨年から見直しをはじめた。現在の見直しの方向性は原発維持、石炭火力推進で、省エネ・再エネに消極的なもの。地球温暖化は危機的状況をもたらしており、世界は脱原発・再エネ100%へ大きくシフトしているのに、原発の再稼働の推進や新增設の議論さえ出ている。

私たちが望んでいないこのような政策方針について、意見を言っていかなければならないと思う。と同時に、私たちが望む社会に近づけるために自ら「暮らしの仕方を選択」し、希望を持って、望まない社会を変えていくことに参加して行こうと思う日々。（理事 古川 久美子）



4月14日(土)

10:30～16:00

デポーせたがや

9周年まつり

恒例の福引やります！

生産者来店！

子ども縁日(100円)

バルーンアート
ストラックアウト
コリントゲーム

&

展示会

スーツ・ワイシャツ
他

4月13日(金)

14日(土)

10:30～17:30

埼玉研有会の畑企画 参加者募集！

～都市近郊農業を体験しよう！～

生活クラブのアースメイド野菜の産地で、夏野菜の播種から除草、収穫までの農作業を体験します。お子さんも一緒に参加できます♪

◆日時：4月～7月頃までの週末(1回/月予定)
(作業時間 10:00～12:00頃まで)
1回目は4月8日(日)

◆場所：埼玉研有会生産者の圃場
東武東上線光市駅 徒歩6分

◆募集：30人(1回)抽選

◆参加費：無料(収穫の際は有料で購入となります)

◆切：3月20(火)

※参加者には詳細をご連絡します。

メールアドレス、電話番号をご記入ください。



みなみ風 2018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 3/23(金)

■氏名：(ふりがな)		■TEL：	
■住所：		■メールアドレス：	
■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！	
■参加の方は□に✓を入れてください。 □ 埼玉研有会の畑企画に参加します			
■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	