



みなみ風

発行責任者：谷野あかね／23 区南生活クラブ生活協同組合 発行日：2020 年 5 月 4 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

暑すぎる夏、ゲリラ豪雨、甚大な台風被害、降らない雪、寒くない冬…

このまま 地球過熱化* が進んでもいいの？

私たちが子どもの頃とはずいぶん変わってしまった日本の気候。
私たちの暮らしをこのまま続けていてもいいのか、考え行動するときではないでしょうか。

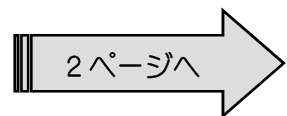
* 今日の世界では「気候変動」の表現では危機感が伝わらないとの問題意識から「気候危機」と表現する動きも始まっています。生活クラブでも「地球温暖化」は「地球過熱化」、「気候変動」は「気候危機」と表現していきます。



環境省 Web サイト「2100 年未来の天気予報」より

上の図は環境省が 2019 年 7 月に発表した 2100 年 8 月の天気予報です。
このまま有効な対策をとらずに地球過熱化が進行すると、2000 年頃からの平均気温が最大 4.8℃上昇し、真冬の 2 月でも 25℃を超えると予測されています。このような気候で、今のように生活クラブの消費材を作ることができるでしょうか。私たちが望んでいるのはこんな未来ですか。

あなたは今から何をしますか？



—もくじ—

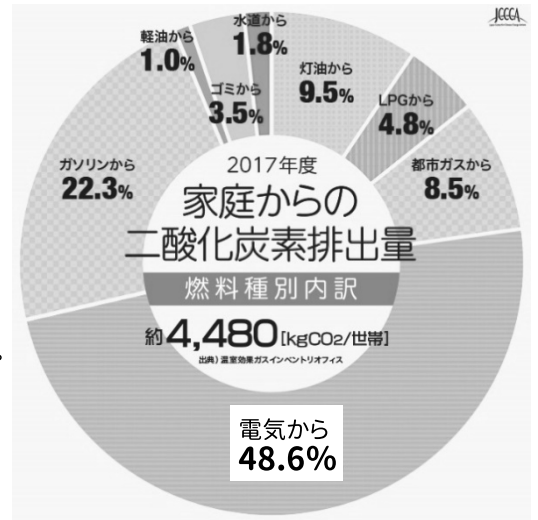
- | | | | |
|---------|------------------------|-------|----------------|
| 1.2 ページ | 生活クラブでんきを選ぼう | 6 ページ | イベント情報 |
| 3 ページ | 生産者紹介／これおいしいよ♪／おすすめレシピ | 7 ページ | 申込用紙／モニター感想 |
| 4.5 ページ | ビジョンフード予約 | 8 ページ | こんにちはデポーセタがやです |

👉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

地球過熱化の原因、二酸化炭素 どうやったら減らせるの？

家庭からの二酸化炭素排出量 No.1は電気！

右図のように、家庭からの二酸化炭素の排出量で最も多いのは電気で、そのほとんどが石炭・石油・天然ガスなどの化石燃料による火力発電です。そこで各家庭が、再生可能エネルギー由来の電気にかえるとどうでしょう。家庭からの二酸化炭素の排出量を減らすことができます。



出典) 温室効果ガスインベントリオフィス
全国地球温暖化防止活動推進センターウェブサイト
(<https://www.jccca.org/>) より

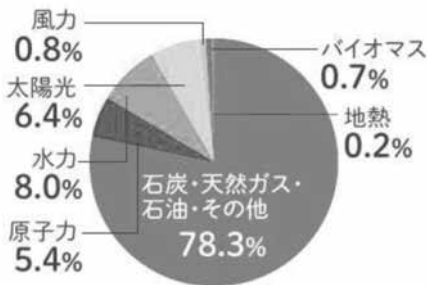
生活クラブでんきを選ぼう！

生活クラブでんきも消費材の一つ

生活クラブは「エネルギーの使用を減らす」「再生可能エネルギーをつくる」「エネルギーを選択して使う」の3つを基本に、(株)生活クラブエナジー*を設立し、電気の共同購入を2016年から始めました。

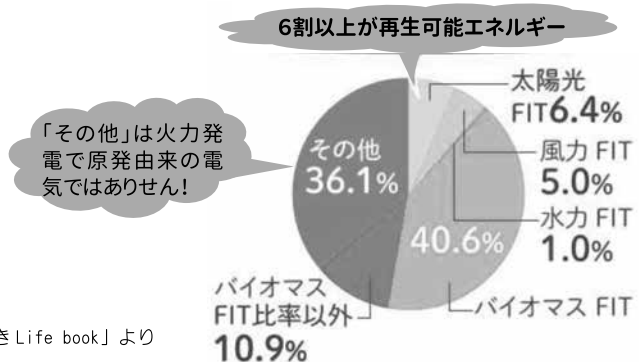
電源構成は6割以上が再生可能エネルギー、料金は東京電力と同等額です。まだ電力会社を切り替えていない方、同じ金額を払うなら生活クラブでんきに支払先をかえるだけで二酸化炭素排出量を減らせます。他の電力会社に切り替え済みの方、あなたが選んだ電力会社の電源構成をご存知ですか。二酸化炭素を減らせていますか。生活クラブでんきも3割以上を化石燃料による火力発電に頼っているのが現状です。しかし、生活クラブでんきも消費材の一つ、大勢の組合員の参加で再生可能エネルギーの割合を増やしていくことができます！

2018年 日本国内の全発電量の電源構成比率(速報)



生活クラブ連合会「でんきLife book」より

2018年 生活クラブエナジーの年間発電量の電源構成比率



顔の見えるエネルギー産地とのつながり

生活クラブは秋田県にかほ市に風車『夢風』を建設しました。しかし、地域の資源を東京がもらっていただけという関係性はよくないと、地元の人と話し合い「関係性を深める提携をすすめるよう」と風車建設をきっかけに地域の特産品を生活クラブで取り組むようになりました。エネルギー産地との交流は、生活クラブの電気の共同購入の特徴です。

にかほの生産者と共同開発したオリジナル『夢風』ブランド品



生活クラブでんき

共同購入キャンペーン！

6月1日～9月6日に契約すると
LEDソーラーキーホルダーを
全員にプレゼント!!
災害時に役立つ!

電気の共同購入のお申込み・お問合せ
(株)生活クラブエナジーコールセンター

☎0120-112-075

(受付時間:月～金 9:30～17:30)

詳しくはこちらから→



* (株)生活クラブエナジー
電気の共同購入をするために、全国21都道府県にある生活クラブ生協と生活クラブ連合会、一部の生活クラブ消費材を生産する生産者からの出資により2014年10月に設立されました。再生可能エネルギーを中心とした電気の供給と再生可能エネルギー事業の開発・推進、省エネをすすめる電力会社です。



農業生産法人 有限会社 王隠堂農園 「梅ぼし」

「梅ぼし」の生産者の王隠堂農園です。梅干は、その時季にしか採れない梅を一年間食べるために生み出した先人の知恵の結晶です。

生活クラブの「梅ぼし」は梅、しそ、食塩のみで製造しています。保存料は使用していないため、適正な塩分と適正な水分量が必要です。基準値は塩分 16.5～18.5%、水分 70～75%ですが、市販品のそれと比べ、塩分は高く、水分量は低くなっています。この「梅ぼし」は生活クラブと作り上げました。一方、市販品の梅干は食べやすくするために塩分を低くし、目方を増やすため水分量を高くしてふっくらさせています。ただ、そのままでは長期保存できないため、保存料を使用しています。

また、梅干には疲労回復や食欲増進という効果があるとされています。それは日本人が実際に体感してきたことですが、これは梅に含まれている有機酸（クエン酸やリンゴ酸など）の働きです。生活クラブの「梅

ぼし」には、天然のクエン酸が豊富です。それはなぜか。梅干を途中で「脱塩（＝水やお湯に梅干を浸して、塩分を抜くこと）」していないからです。市販品は、脱塩加工を行なっているため梅本来の有機酸が失われています。それでは、もはや日本人が愛する梅干ではありません。

わたしたちの想いはこの梅干をずっと守り続けることですが、それは皆様に利用していただくことで成立します。ご利用よろしくお祈りします！！

農業生産法人(有)王隠堂農園
加工事業部
辻田 親一さん



今月の生産者 消費材紹介

(価格はすべて配送・税別価格)



梅ぼし(420g)
940 円



梅ぼし(うす塩味)(200g)
460 円 ※塩分約 8%



刻み紅しょうが(80g)
190 円



梅ドリンク(500ml)
600 円



これおいしいよ♪

厚揚げ
共生食品(株)



220g 165 円

「週刊生活クラブ東京」カタログに掲載されています。



私がおすすめしました

我が家では必ず隔週で注文している厚揚げ。油がとどくなく、豆の風味が豊かな厚揚げです。

(まち江東 浦中 百合さん)

[原材料] 国産大豆、なたね油、にがり
消泡材不使用、天然にがり使用。揚げ油は遺伝子組み換えしていないオーストラリア産菜種 100%使用。

おすすめレシピ

<材料>

厚揚げ…1パック (2 切入り)

万能つゆ…大さじ 2

ミックスチーズ

またはスライスチーズ…適量

こしょう…適量

小ねぎ…適量

厚あげ簡単おつまみ

<作り方>

①厚揚げは一切れごとお皿にのせる。

②一切れの厚揚げに対し大さじ 1 の万能つゆをかける。

③チーズをのせ、ふわっとラップをしてレンジ(600W)で 2 分加熱する。

④小口切りにした小ねぎをかける。

(まち江東 浦中 百合さん)

万能つゆは希釈せずにかけてね…





いそがしくてつい
注文を忘れてしまう!

優先的に
とどきます!

そんなあなたに! よやくらぶ

毎日の必需品
「お米・牛乳・卵」は
少しでも安く
利用したい!

生産者を応援
したい!



生活クラブの予約登録制度「よやくらぶ」は、いつも利用している消費材やお気に入りの消費材を登録しておく、注文をしなくても定期的に配達されるしくみです。予約登録することで、組合員は**注文し忘れの心配がなくなり**、生産者は**計画的な生産が可能**になります。生産者にも組合員にもうれしいしくみ「よやくらぶ」に参加して、**持続可能な生産と消費**をめざしましょう!

ビジョンフードよやくらぶ

国内自給力の向上や生態系の維持など、大きな展望（ビジョン）のある消費材「ビジョンフード」を予約して食べるしくみです。継続的に食べる約束により、**通常価格よりもお得に「米」「牛乳」「鶏卵」を利用できます**。不作時には優先して届くメリットも!



米 通常注文より最大 40 円お得

組合員と生産者がともに、品種から農法まで話し合っつくっている生活クラブのお米。化学合成農薬や化学肥料をできる限り使わずに、おいしく安心して食べられるお米をめざしています。放射能検査も行なっています。

よやくできるお米は4産地

- ・庄内遊 YOU 米 (山形県)
- ・上伊那アルプス米 (長野県)
- ・那須山麓米 (栃木県)
- ・みちのく加美米 (宮城県)



牛乳 通常注文より 5~10 円お得

自前の牛乳工場で作られているパスチャライズド牛乳。72度 15秒間殺菌のため、カルシウムや良質のたんぱく質が吸収されやすく、免疫力を高めるといわれているラクトフェリンもしっかり残ります。エサは遺伝子組み換えでないものを使用。飲み続けることで酪農の未来を支えます。

よやくできる牛乳は4種類

- ・牛乳 900ml
- ・低脂肪牛乳 1000ml
- ・ノンホモ牛乳 900ml
- ・牛乳 200ml × 2



鶏卵 通常注文より 5 円お得

日本の気候風土に適した純国産鶏種「もみじ」「さくら」のたまご。鶏が健康的に育つように、太陽光や自然の風が入る鶏舎で飼育しています。エサには遺伝子組み換えでないトウモロコシや大豆かすの他、国産飼料用米も与えています。採卵日を明記しているのも生活クラブの特徴です。

よやくできる鶏卵は2種類

- ・鶏卵 10 個パック
- ・平飼いたまご 6 個

安心よやくらぶ

日常的に利用する機会の多い消費材が予約できます。多くの組合員に支持されている人気の高い消費材で、**生活クラブに加入したばかりのビギナー組合員におすすめ**です。



申込みは注文書または WEB からカンタンに!

1 消費材を決める

※デザインは変わることもあります

2 配達サイクルを決める

毎週 隔週 4週ごと

※指定の週

3 申し込む

《注文書》
6桁番号記入欄に、注文番号と数量を記入して提出するだけ!

《WEB》* eくらぶへの登録が必要です
eくらぶログイン⇒メニュー(スマホ)⇒よやくらぶ⇒よやくらぶ登録対象品一覧⇒予約したい消費材にチェックして数量を決めるだけ!

変更・休み

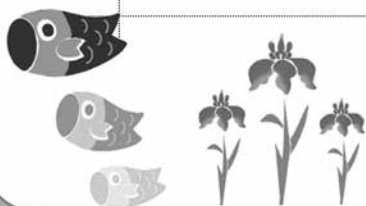
変更欄(注文書)・お買い物かご(WEB)に書くだけ!

イベント情報

参加申込みは、7 ページを提出、
または WEB サイトから申込みできます⇒



No.	日時・場所	内容	その他
①	5月25日(月) 11:00~13:00 デポーセたがや (世田谷区宮坂 3-13-13)	ビギナーズカフェ デポーセたがやにお出かけください。5月のテーマ「冷凍消費材」を紹介します。	主催： デポーセたがや運営委員会
②	6月3日(水) 10:30~12:30 葛西区民館 (江戸川区中葛西 3-10-1) 東京メトロ東西線 「葛西駅」から徒歩5分	バイオサポ基礎講座 ~発色剤の実験つき~ 健康的な食生活に役立つ栄養知識を学ぶことができます。自分のために、家族のために、料理が得意な人もニガテな人も、まずは栄養の基礎を学んで健康な生活のコツを習得しませんか。	申込〆切:5月27日(水) 託児:あり 託児〆切:5月20日(水) 託児定員:5名 エッコロ加入者無料 /未加入者1,000円



新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、イベントを中止・延期する場合があります。詳しくは23区南WEBサイトでご確認ください。

お知らせ

「まめっこ 2020 都市農業を体験しよう」は、7月まで開催を予定していましたが、全て中止いたします。

サステイナブルフェス! Sustainable Festival

開催中!

次の世代に、笑顔で世界を手渡すための合言葉、「サステイナブル(持続可能)な社会」。それを叶えるのは、毎日の暮らしにも取り入れられる、人・環境・社会へのやさしさと想像力。みんなで楽しみながら、身近な暮らしのヒントを探す。それが「サステイナブル フェス!」です。

あなたの「サステイナブルな暮らしのヒント」をInstagramに投稿して参加しよう!

生活クラブの
おいしい消費材を
教えちゃおう!



以下のハッシュタグをつけて投稿してください
#サステイナブルフェス
#生活クラブ

生活クラブ館は、小田急線経堂駅から徒歩3分。生活クラブのお店「デポーセたがや」と同じ建物です。



みなみ風 2020年5月号 申込用紙

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区南生活クラブ事務局に FAX 03-3426-9911 してください。

■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)	
■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 ()		○紹介方法ご案内	○LINE、メールで紹介用 URL 用をお友だちに送る
住所 ()			
TEL ()			
イベント申込			
参加希望に○	内容	参加人数	託児希望者 記入欄 <small>託児ご希望の方は、主催者から連絡しますので必ず携帯電話番号とメールアドレスを記入願います</small>
	①5/25 ビギナーズカフェ	大人 人 子ども 人	
	②6/3 ビオサポ	大人 人	子の名前() 年齢() 子の名前() 年齢() エコロ加入 有・無

23区南主催の企画 注意事項

《事前》申し込み後、欠席または託児をキャンセルする場合は、早めに連絡してください。(土日は連絡がつかません)
託児ご希望の方は、主催者から連絡しますので必ず携帯電話番号とメールアドレスを必ず記入してください。連絡がつかない場合は託児をお受けできません。

《当日》会場で主催者が撮影した画像および動画は、広報紙やWEBに掲載する場合がありますのでご了承ください。参加者が撮影した画像および動画は記録用とし、個人のSNSにアップする場合は、他の方の個人情報が特定されないよう、また位置情報をOFFにするなどご配慮ください。企画により撮影不可の場合があります。



～みなみ風3月号 モニター意見・感想～

・今月号は生活クラブの様々な取り組みがまとめられていて、分かりやすいダイジェストのようでした。年度末にふさわしい内容だと思いました。

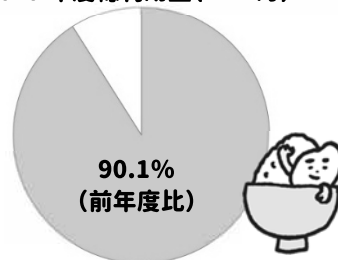
・「まちのテーマ消費材」を読んで紹介されている消費材が、どれもいつも注文しているものばかりで嬉しかったです。どの消費材も組合員による生産地訪問が行なわれており、消費材に対する愛着もひとしおであることが伝わってきました。ここまで消費材一つ一つに熱意を込めているのは、生活クラブならではだと思いました。

・いろいろなイベントに参加したいと思っているが場所が遠いこともしばしば…まちの中だけでなくいろいろな地域でイベントを開催してほしいと思います。

・生活クラブは働いていない人メインの活動なのだと感じます。また1ヶ月前のイベント告知。興味があっても1ヶ月前では仕事との調整がつかません。年間スケジュールが4月にわかるとありがたいです。

どれだけお米食べたかな？

2019年度総利用量(4~2月)



2018年度23区南生活クラブ総利用重量 452tを100%としています。

⇒23区南WEBサイトには、全域の企画を掲載しています。6ページのQRコードをご利用ください。企画は年間計画にそって行ないますが、会場決定後にお知らせします。なので1年分の告知は難しいです。WEBサイトでは、おおよそ2か月前から掲載しています。

～2019年度下半期モニターの皆さん、半年間ありがとうございました～

こんにちは デポーせたがやです！



生活クラブのお店「デポー」は、東京都内に10店舗。安全・健康・環境に配慮して、組合員で運営しています。日常の業務は、フローワーカース*が担っています。

23区南生活クラブエリアにある「デポーせたがや」は、「ワーカース・コレクティブ和やわらぎ」が業務を、まち・せたがや、まち・からきた、まち・きぬたのまち委員で構成する「デポーせたがや運営委員会」が組合員活動を行っています。

*フローワーカースとは、出資・運営(経営)・労働するワーカース・コレクティブの働き方をするグループです。生活クラブはフローワーカースにデポーの業務を委託しています。



店内の組合員交流スペース「デポカフェ」で、生産者アピールや組合員交流企画を開催しています。

隔月のビギナーズカフェは、新規加入者はもちろん、どなたでも参加でき、月間テーマ消費材の試食や生活クラブ館ツアー、ワーク*体験ができます。

ぜひ来所ください！

*ワークとは、組合員が少しずつデポーの仕事を手伝い、運営を支える仕組みです。23区南生活クラブ組合員やその家族なら誰でもデポーせたがやのワークができます。ワーク1時間につき450円(税込)の還元があります。



組合員は、どなたでもデポーを利用いただけます。出資金など配送とデポーで二重の手続きは不要です。

また、配送では生活スタイルが合わないという知人・友人・別世帯の家族には、ぜひデポー加入をおすすめください。



23区南組織概要 2020年3月末現在

	配送	デポー
組合員数	18,086人	2,349人
加入者数	249人	16人
脱退者数	-175人	-31人
世帯当利用高	25,007円	12,999円
総利用高	450,171,831円	30,847,418円



配達エリアは、港区、中央区、江東区の一部を除く

① 23区南事務局 世田谷区宮坂 3-13-13 Tel:03-3426-9914 Fax:03-3426-9911

配送についてのお問い合わせは下記をお願いします。(月～金 9:00～19:00)

- ③ 大田センター 大田区仲池上 1-19-12 ●世田谷区・大田区の組合員 03-5426-5218(コールセンター)
- ④ 江東センター 江東区東雲 2-9-51 ●渋谷区・目黒区・品川区・港区・江東区・江戸川区・中央区の組合員 03-5426-5218(コールセンター)

② 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