



みなみ風 12 月号

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：2021 年 11 月 29 日

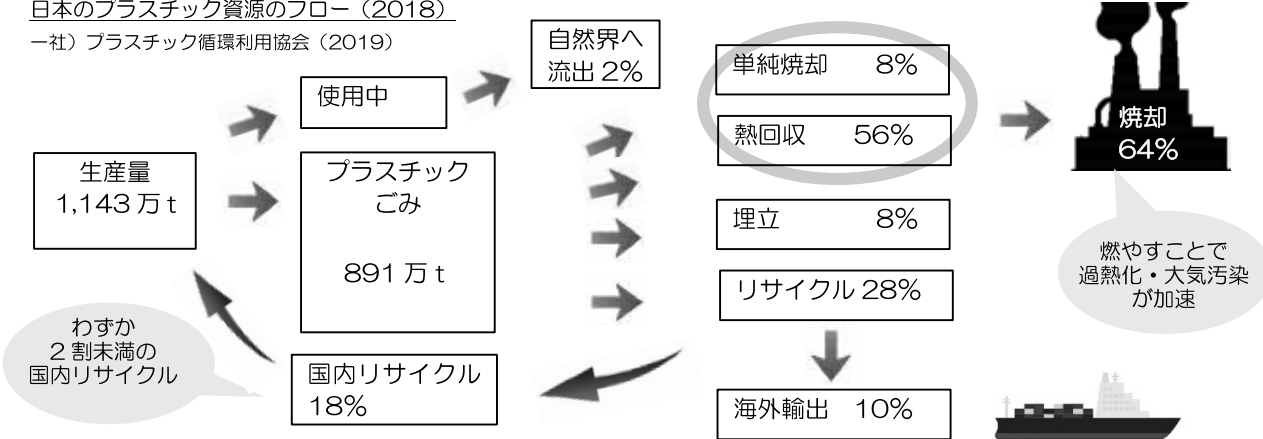
●〒156-0051 世田谷区宮坂 3-13-13 ●Tel:03-3426-9914 ●Fax:03-3426-9911 ●mail:block.23ku@s-club.coop

私たちは知らないうちに プラスチックを食べている?!

使用済みのプラスチックが、国内でどれくらいリサイクルされているかご存知ですか？
再びプラスチックにリサイクルされるのは、実は 20% もありません。
回収しきれないものがプラスチックごみとなって、陸から川へ、そして海へと流れ出しています。

日本のプラスチック資源のフロー（2018）

—社）プラスチック循環利用協会（2019）



さらに海を漂ううちに砕け、5 ミリ以下に破片化した「マイクロプラスチック」による汚染も深刻です。洗濯のときにフリースなどから細かいプラスチックの繊維が出て、川から海へ流れ出てしまうこともあります。海ごみの約 8 割は陸域由来であり、私たちのまちから出たごみが海ごみとなっているのです。

マイクロプラスチックが東京湾の伊ワシの約 70% から検出され、水道水やペットボトルの水にも入っているという調査結果もあります。人間が 1 週間に摂取しているプラスチックの量は、キャッシュカード 1 枚分に当たる約 5 g とも言われています。そして、それにより人体や環境にどんな影響があるのかまだ誰にも分からないのが、この問題の怖いところなのです。

プラスチックごみのほとんどが使い捨て製品

日本のプラスチックごみの約 5 割が容器包装です*1。家庭ごみを含む一般廃棄物に限ると、容器包装が占める割合は約 8 割にもなります*2。容器包装プラスチックとは、私たちが日常生活で使用している、レジ袋、ペットボトル、食品トレー、弁当容器、洗剤容器などのことです。これら容器包装プラスチックのほとんどが「使い捨て」されています。日本の 1 人当たりの容器包装プラスチックごみは、アメリカ（年間 45kg）に次いで世界で 2 番目に多い量です（年間 30kg 以上）*3。

(*1,2 参照先：一社プラスチック循環利用協会（2019） *3 参照先：UNEP 国際連合環境計画（2018）



—もくじ—

- | | | | |
|---------|----------------------|-------|-------------|
| 1・2 ページ | プラスチックごみ問題/環境コラム | 6 ページ | イベント情報 |
| 3 ページ | 生産者紹介/生活クラブでよく使われる言葉 | 7 ページ | 申込用紙/モニター感想 |
| 4・5 ページ | 消費材 Step Up 点検 | 8 ページ | 生活クラブ独自のしくみ |

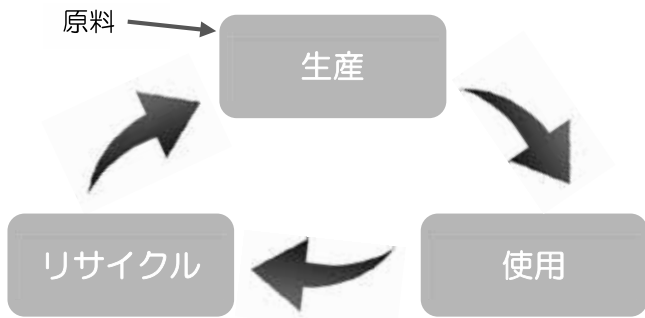
👤生活クラブは、組合員が **出資** **利用** **運営** をする生活協同組合です

持続可能な循環型社会をめざして

私たちは、プラスチック製品を大量消費しています。いま私たち自身の生活様式を見直し、 unnecessary消費を抑え、モノを大切に扱う持続可能なものにして行くことが必要です。

そのためには、無駄なものは使わず、図のように利用した廃プラスチック等を100%近く回収し、資源として循環させるしくみ「サーキュラーエコノミー」を拡大する生活が必要です。新たに石油などの原料に頼らず、回収した資源を最大限活用することが、EUをはじめ世界中で急速に広がっています。

商品を購入するときには、容器包装材が少ないものや、リサイクルしやすい素材のものをを選び、使い終わったらきちんと分別・リサイクルし、身の回りからサーキュラーエコノミーを進めましょう。これが海洋プラスチック汚染の解決策にもつながります。



私たちにできること

☆まず、リデュース（減らそう）！

一度使ったら捨てるようなものは買わない！

☆ごみを拾おう！

子どもと公園に行ったついでに！
犬の散歩ついでに！

☆広げよう！

生活クラブの取組（グリーンシステムなど）に参加しよう！
プラスチックごみの問題を人に伝えよう！

マイボトル



10/23 河川清掃に参加しました

環境コラム

ごみのこと都内自治体に聞いちゃいました！

～23区と多摩地域の市町村では意識の違いがわかりました～

私たちは日々のごみ分別で、隣の自治体はどうしているのか、ほとんど気にしませんでした。そこで昨秋、23区だけでなく多摩地域の市町村も含め東京都内53自治体にごみについてのアンケートを実施し、ほぼ都内全域の自治体から回答をいただくことができました。

アンケートをして初めてはっきりとわかったことは、23区は区ごとに多摩地域の市町村もそれぞれ分別に違いがありました！23区では廃プラスチックを燃えるごみ扱いの区と資源回収の区とに分かれ、資源回収している区は半数以下でした。一方多摩地域では、ほぼ全ての自治体が資源回収していたので「すごい！」と感じました。PETボトルはほとんどの自治体で資源回収。

地球環境をプラスチック汚染から守るために今後、歯ブラシやバケツなどの製品プラスチックも資源回収されることになりそうですが、以前から製品プラスチックも資源回収している自治体を発見！千代田区、港区、立川市です。なんて素晴らしい！お住まいの自治体にも良い取り組みは知らせましょう！

完成したアンケート結果は、届いたらどうぞ手元に置いてお時間ある時に見てください。気になる内容や他の自治体の良い所を見つけたらぜひ皆さんで広げてください。

この調査から広い視野で物事を知り考えることの重要性を学び、絶えず身近な環境に関心を持ち活動することの大切さを実感しました。ご一緒にいかがですか。

（松葉で環境を考える会 植田靖子）

23区南生活クラブエリア

プラスチックごみ 回収の現状

※ペットボトルごみを除く、汚れていないプラスチック製品

世田谷区	燃えるごみ
渋谷区	燃えるごみ [ただし、食品用発泡スチロールトレイ (即席めんカップ、納豆容器は除く) は拠点回収]
大田区	食品トレイ・発泡スチロールは資源
目黒区	プラマークがついている容器包装は資源
品川区	プラマークがついている容器包装は資源
港区	・プラマークがついている容器包装 ・プラマークのない製品で明らかにプラスチックのみでできている物は資源プラスチック
江東区	プラマークがついている容器包装は資源
江戸川区	プラマークの表示があり、汚れや銀色部分のないものは資源
中央区	プラマークが付いている容器包装は「プラマーク」として回収



菊池食品工業株式会社 「北海道の黒豆煮豆」

佃煮・煮豆の生産者の菊池食品工業(株)、柿沼です。製造現場で開発業務に携わっています。

生活クラブとの出会いは昭和50年頃で、当時おせち商品を納めていたタイハイ(株)より、同消費材を紹介して頂いたことがきっかけとなり取り組みが始まりました。弊社はその当時から無添加志向の製品に取り組んでおり、その理念が共通するという事で色々のご指導を頂き、現在に至っております。

埼玉工場では煮豆製品を主に製造しており、生活クラブ消費材としては「北海道の黒豆煮豆」「大正金時豆煮豆」などを製造しております。これらの消費材は、主原料の豆と砂糖、食塩とどこのご家庭にでもある素材を合わせています。また、煮えやすくする添加物の類も極力使用していないため、製造のし難さや、手間がかかる部分はありますが、安定した製品を提供できるよう原料に合わせた調整を行っています。

この煮豆のノウハウを用いた丹波黒黒豆の甘納豆は、大粒の丹波黒黒豆を使用し、柔らかくさっくりとした程よい食感が特徴です。この食感にするには砂糖を豆にじっくりと浸透させることがポイントです。そんなに手間がかかるの?!と当初は製造現場から驚きの声もありましたが、出来上がりを見て手間をかけるとこんなにも違いがあるのだと認めてもらえ、開発に携われたことを嬉しく思います。

また、新しいものを生み出すことも開発の業務ですが、いつもの消費材にいかに磨きをかけるかも大事な使命だと感じています。

コロナ禍で組合員の方々を工場にお迎えすることが難しい現状ですが、顔が見える深いつながりをもって、これからも取り組ませて頂きたいと思っております。今後とも宜しくお願い致します。

今月の生産者／消費材紹介



北海道の黒豆煮豆
160g 270円

～eくらぶクチコミ～
お正月以外で黒豆を煮るのは面倒なのですが、市販の黒豆は甘過ぎてオカズにならないところ、こちらは上品な甘みなので、晩御飯にすこし足したり、お弁当のおかずにしたり、重宝しています。



おやつ黒豆
60g 194円

～eくらぶクチコミ～
子どもも大人も好きです。美味しくて1袋あつという間になくなります。断乳中など甘いおやつが食べたいけど脂肪分など気になる時に救われました。



惣菜ひじき煮豆
150g 308円

国内産ひじき、国産のにんじん、大豆を使用。こんにゃく、油揚げと一緒に煮ました。炊き込みご飯の具にも。

(価格はすべて配送・税込価格)



柿沼友理香さん

しょうひさい
消費材...

生活クラブの目的は、自分たちの生活をみんなでよりよくしていくこと。そのため、取扱う食品や生活用品を、利益を得ることが目的の「商品」ではないという意味を込めて「消費材」と呼んでいます

生活クラブでよく使われる言葉シリーズ

生活クラブ運動グループ 地域協議会

教えて、ミナミさん!
「地域協議会」って何?
「地域協議会ニュース」
がカタログと一緒に届いたわ・・・



生活クラブは、食材や生活用品の購入だけでなく、「必要なものは自分たちで作っていこう」と地域の中でサービスや事業も組合員が立ち上げてきた。それが「生活クラブ運動グループ」で、様々な団体が地域の課題解決や夢の実現に向けて活動しているのよ。そしてその運動グループと生活クラブの「まち」が区ごとに集まって「地域協議会」を作っているの。だいたい月に一度話し合いをもって、必要な時は一緒に活動しているの。地域協議会がある区は世田谷、大田、目黒、品川、江東、江戸川よ。



運動グループは、介護や介助が必要な人たちにサービスを提供するたすけあいワーカーズやNPO法人、環境に負荷をかけない循環型社会を目指すエコメッセ、誰もが一緒に食事ができる子ども食堂などよ。





(株)ニューオークボ
スパゲティ 1.6 mm 450g の

消費材 Step Up 点検を行いました!

私たちが利用する消費材。自分たちの目で品質を確認します。



消費材ってなんだっけ???

生活クラブでは、取り扱う食品や生活用品を商品ではなく“消費材”と呼んでいます。市場にあふれる利潤を追求した「売られるもの」である商品とは異なる、一般市場にはない価値を具現化し、実際に使う人の立場に立った材であるという想いが込められています。



消費材に活かされる「消費材 10 原則」!

生活クラブと生産者は、共に対等な立場で消費材を開発し、その共同購入を通じて“健康で安心して暮らせる社会”の実現をめざします。

原材料の調達から生産、流通、消費、廃棄に至るすべての過程で安全・健康・環境を最大限に尊重し、生活クラブの「消費材 10 原則」を定めています。



- 第1原則 安全性を追求します
- 第2原則 遺伝子操作された原材料は受け入れません
- 第3原則 国内の自給力を高めます
- 第4原則 公正で責任ある原材料の調達をめざします
- 第5原則 素材本来の味を大切にします
- 第6原則 有害化学物質を削減します
- 第7原則 3R (リデュース・リユース・リサイクル) を推進し、さらなる資源循環をすすめます
- 第8原則 温室効果ガスの排出削減をすすめます
- 第9原則 積極的に情報を開示します
- 第10原則 独自基準を定め、自主的な管理をすすめます

消費材 Step Up 点検って?

生活クラブのオリジナルな組合員活動のひとつです。私たちの消費材は、生産者と組合員が話し合い「消費材 10 原則」に基づいて定めた生活クラブ独自の「自主基準」に則って作られています。「消費材 Step Up 点検」では、この“生産者と組合員が一緒に決めた基準(自主基準)”に基づいて、消費材がきちんと決めた通りに作られているかどうか、組合員が生産現場を点検します。

●自分たちで確認!

市販されている商品は、「消費材 Step Up 点検」のように、消費者が製品を点検することは出来ません。消費材 Step Up 点検は「どんなものを利用するか」を人任せにしないための、とても大切な取り組みです。

●組合員と生産者の繋がり

消費材を作っている工場の従業員と消費材を利用する私たち組合員は普段は接することがありません。そんな生産者と組合員が、この活動を通して直接対話して確認していくところが大きな特徴です。

組合員と生産者はお互いに新しい発見をし、理解を深めることが出来ます。そして生産者は組合員の意見を今後の生産に生かし、組合員は消費材の利用に繋げる活動につなげていきます。



消費材 Step Up 点検を実施しました!

STEP 1 消費材の選定・申込み 3 か月前

「持続可能な生産と消費」推進制度に参加している生産者、又は消費材から点検対象を選定します。

組合員に人気があり、今年度の紹介親プレゼントにもなっているニューオークボのスパゲティ 1.6 mm 450g に選定しました。

確認できたことの一部

・原料のデュラム小麦の物流、商流

トレーサビリティは確立し維持できていますが、主原料供給元である製粉会社に対しての点検はコロナ禍のため近年はできていないそうです。以前はカナダの集積場まで行き監査を行っていたとのこと。今後、渡航状況がもとに戻ればカナダの圃場まで監査に行く予定だそうです。

・工場の清掃が行き届き、清潔な生産現場!

合成洗剤を使用しない清掃方法を確認しました。

STEP 2 事前学習会 1 か月前

現地点検の前に、消費材の詳細な資料を使って事前学習会を行います。点検のまとを絞り、事前に質問事項をまとめます。学習会后、疑問となった事項を生産者へ送り、当日までに回答をもらい、より有意義な点検にします。

今年度は感染症対策のためオンラインで行い、22名の組合員が参加しました。自主基準をもとに、特に点検したい項目を洗い出し、スパゲティ 1.6 mm 450g についての知識を深めました。

STEP 3 点検当日 7月9日

製造現場を訪問して、消費材が生産される場所を点検します。

点検もオンラインで行いました。製造工程について生産者が用意してくださったスライドや動画を見ながら確認しました。空調の噴き出し口など、組合員が確認したかった箇所の映像も用意していただきました。



各種資料を生産者が準備して下さいました。

STEP 4 点検後の報告 1~2 カ月後

点検報告書を作成し、生産者に改善してほしい点などを伝え、生産者からも所感をもらいます。また、この体験をさまざまな活動に生かしていきます。



当日の参加者の様子。



製造工程、機械や手作業での作業内容をわかりやすく説明していただきました。製造が生めん8割、乾麺2割のうち、乾麺のシェアの70%を生活クラブが占めているとのこと! 責任をもって食べることで、伝統製法の技術を守っていきましょう!



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⇒



新型コロナ感染予防のため企画内容を変更する場合があります。会場ではマスク等感染対策にご協力ください。

No.	日時・場所	内容	その他
①	12月11日(土) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00 生活クラブ館 202・203 (世田谷区宮坂 3-13-13)	「抱く[HUG]」映画観賞会&座談会 ドキュメンタリー映画を鑑賞し原発事故への思いを参加者で共有しましょう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> 「原発はいらない」の意思表示として生活クラブでんきに切り替えませんか。当日電気の利用明細をお持ちいただければすぐに契約できます。 </div>	申込み切：12/4(土) お子さん連れの参加は出来ません
②	12月18日(土) 13:00～15:00 生活クラブ館 201	屋上オープンディ ～稲わらで納豆作り～ 納豆作りには使うのは 9 月に生活クラブ館屋上で収穫した稲のわらです！	申込み切：12/10(金) お子さん連れの参加可 持ち物：エプロン・三角巾・フキン・手拭き・マスク・水分補給の飲みもの
③	12月27日(月) 14:00～17:00 デポーせたがや店内 (世田谷区宮坂 3-13-13)	教えて!でんきくん! ～でんきの相談会@デポーせたがや～ 毎月第4月曜日 14時～17時に定期開催。「電気使用量のお知らせ」などお持ちいただければ「生活クラブでんき」に切り替えた場合の料金シミュレーションやCO ₂ 排出率も計算します。この機会に「生活クラブでんき」の?を解決して地球にやさしい再生可能エネルギーに切り替えませんか? 申込不要。	
④	1月6日(木) 10:30～ 1月10日(月・祝) 10:30～16:00 デポーせたがや店内	デポーせたがや初売り 12/31～1/5までお休みです。2022年は1/6が初売りです。みかんのお振舞い(なくなり次第終了)、デポー店内の各種お買い得「福袋」もお楽しみに! 新春福引 1/6(木)～1/10(月) 15:30までに発行する1枚3,000円以上のピンクレシートが福引券です(3,000円未満は対象外)。3,000円ごとに1回引けます。	
⑤	1月11日(火) 10:30～12:00 生活クラブ館 201 Zoom 参加もできます	ビオサポダイアリーを使ってヘルスチェック! ～自分なりの健康習慣を見つけよう!～ ビオサポダイアリーはお持ちですか?健康にイキイキ暮らすためのヒントがいっぱい!このダイアリーを使って食生活の見直し、身体のトレーニング法など参加者でチェックしていきましょう。	申込み切：12/30(木) 託児無し ビオサポダイアリーをお持ちでない方はこちらからお申込みください。⇒
⑥	1月18日(火) 10:30～12:30 生活クラブ館 201 Zoom 参加もできます	(2021年度ケア者研修)赤ちゃん・子どもの救命講座 ～日常の事故防止とケガ・窒息の手当て～ 乳幼児の日常の事故防止と、ケガ・窒息の手当てについて学習します。	申込み切：1/7(金) お子さん連れの参加は出来ません 持ち物：筆記用具、空のペットボトル(1.5～2リットル)

Zoom 開催について

Zoom 参加の方は 23 区南生活クラブ WEB サイトからお申込ください。申込受付後、参加 ID を送ります。当日は自宅等からパソコンやスマホを使って参加してください。Zoom 接続の通信費は参加者負担です。

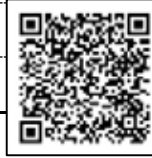
みなみ風 2021 年 12 月号 申込用紙

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： (配達明細表などに記載)	
■お友だちを紹介してください			
お友だちが加入 (23 区南配送) した場合スパゲティ 1.6mm 450g プレゼント!			
お友だちの氏名	住所	電話番号	

イベント申込

参加希望に○	内容	参加人数
	①「抱く [HUG]」映画観賞会&座談会	①大人 人 ②大人 人
	②屋上オープンデイ	大人 人 子ども 人
	⑤ビオサポダイアリーを使ってヘルスチェック!	大人 人 (Zoom 参加申込は WEB で)→
	⑥赤ちゃん・子どもの救命講座	大人 人 (Zoom 参加申込は WEB で)→



いただいた個人情報は組合員活動の目的にのみ使用します

23 区南主催の企画 注意事項

《事前》申し込み後、欠席する場合は、早めに連絡してください。(土日は連絡がつかません)
 《当日》新型コロナウイルス感染予防のため企画が変更になる場合があります。詳しくは 23 区南 WEB サイトでご確認ください。
 マスク、手洗い、消毒等、感染予防にご協力ください。
 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場合があります。



～みなみ風 10 月号 モニター意見・感想～

- ・毎号情報がぎっしりですが、読みやすく工夫されているなあと感じます。
- ・1、2面の市民活動の記事は、活動をしていない私にとってはまったく別世界みたいな感じでした。
- ・生産者紹介 ワーカーズ・コレクティブ凡「食べ手が作り手になった」という文が印象的でした。作ることはできませんが、食べること、意見があれば伝えること、良くしていこうと意志を持つことが、作り手を応援することになると思いました。
- ・都市農業を守る働きの意識を改めてもち、如何なる時でも

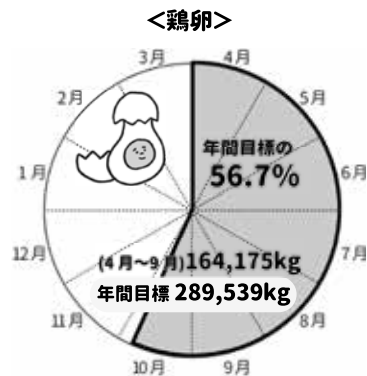
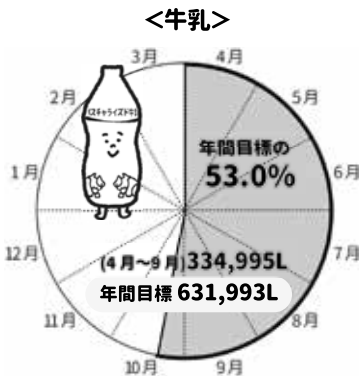
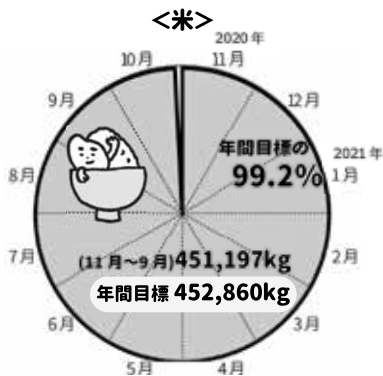
大きく惑わされないためにも、消費者として出来ることを微力ながら続けていきたいと感じました。

・体験農業は、お芋掘りなどの収穫体験だけでなく、立派な野菜に成長するまでの農家さんの苦労を子どもたちに知ってもらいたい企画ですね。真の意味での食育になるので我が子も連れて参加したいです。参加方法が知りたいです。
 ⇒参加方法 今年度は終了しました。来年度については、3月以降みなみ風か 23 区南 WEB サイトで募集する予定です。



ビジョンフード 9 月はどれだけ食べたかな?

家庭で消費する基本の食材である牛乳・鶏卵・お米・肉類・青果物を「ビジョンフード」と呼んでいます



* 新米が始まる 11 月からカウントしています



生活クラブ独自のしくみ

通称
エッコロ

エッコロたすけあい制度

子育て中でも、高齢になっても、行政や民間のサービスとは違う地域で身近にたすけあえる関係性があることは、とても心強いものです。エッコロは加入者が100円ずつ

出し合って生活クラブの地域福祉政策の推進と組合員どうしのたすけあいを支えるしくみです。

たすけあいの事例は、日常の困ったことのお手伝いから子育てや介護のサポートなどさまざま。お手伝いした組合員(ケア者)にエッコロからケア金の給付を行います。

組合員どうしのたすけあいを支える“コーディネーター”がいます♪

ケア者は自分で依頼するのが基本ですが「ご近所の組合員さんがわからない!」とお困りの方や「お手伝いができます!」という組合員の出会いをコーディネートする“あなたのまちのエッコロコーディネーター”がいます。センター・デポーにお問い合わせください。

まち・せたがや

Q:コーディネーターになったきっかけは?

A:もともとケア者登録をしていましたが、まち運営委員になってから依頼され、引き受けました。

Q:大変なことはありますか?

A:依頼内容がお手伝いの域を越えていて、対応できないことがあります。最近はコロナでつなげることが難しくなっているとも感じています。

Q:制度についてどう思いますか?

A:生活クラブという共通点があるので親しみやすく、とても優しいっぱいの制度だと思います。

Q:エッコロの良い点は?

A:託児ケアをすることがありますが、子どもの笑顔には、癒されますね♡



隅広さん

まち・からきた

Q:コーディネーターになったきっかけは?

A:まち委員の託児担当になったのがきっかけです。

Q:やって良かったことは?

A:託児ケア者さんと楽しく話ができることです。

Q:大変なことはありますか?

A:託児以外に、重い荷物を運ぶ、などの依頼を受ける方を探せなかった。

Q:制度についてどう思いますか?

A:ご近所で、顔馴染みの組合員さんが増えるといいなと思います。



今泉さん

23区南組織概要 2021年10月末現在

	配送	デポー
組合員数	19,487人	2,320人
加入者数	207人	11人
脱退者数	-144人	-11人
世帯当利用高	23,264円	11,109円
総利用高	452,234,838円	25,716,953円



配達エリアは、港区、中央区、江東区の一部を除く

組合員の配送・集金についてのお問い合わせはコールセンター03-5426-5218へ(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(まち・きぬたを除く)・大田区・渋谷区の組合員
- ④ 江東センター 江東区東雲 2-9-51 ● 目黒区・品川区・港区・江東区・江戸川区・中央区の組合員
- ⑤ 23区調布センター 調布市国領町 3-4-3 ● 世田谷区まち・きぬたの組合員
- ① 23区南事務局 世田谷区宮坂 3-13-13 Tel:03-3426-9914 Fax:03-3426-9911

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:10:30~19:00
(短縮営業中)
日曜定休