23 区南生活クラブ機関紙

2024 年

みなみ風 10 月号

発行責任者：23 区南生活クラブ生活協同組合　発行日：2024 年 9 月 30 日

今月の消費材

無漂白ロールペーパーシングルソフト





トイレットペーパーではありません。ロールペーパーです！



トイレットペーパーとしてはもちろんのこと、卓上のティッシュとして、皿や鍋を洗う前の汚れ拭きとして、と何にでも使える万能選手。無漂白、無香料、余計なものは入っていないので肌にもやさしく使い勝手が抜群です。さらに、1 巻きが 100m と圧倒的に長い！減りも遅く、一度使ったらやめられません。

使用済 OCR（注文用紙）も原料の一部に再利用しています。



クイズ：生産者はだ～れ？
こたえは３ページ。生産者からのメッセージが届いているよ。

消費材（しょうひざい）… 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

23 区南組織概要　2024 年 8 月末現在

	配送	デポー
組合員数	19,399 人	2,420 人
加入者数	107 人	13 人
脱退者数	−152 人	−10 人
世帯当利用高	17,313 円	11,049 円
総利用高	336,680,083 円	26,739,767 円

—もくじ—

p1	今月の消費材「ロールペーパー」	p6	イベント
p2～3	豚肉	p7	申込用紙／モニター感想
p4～5	松葉のダイオキシン・環境調査	p8	まちの活動

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

訳あって、美味しくなりました

生活クラブの豚肉



始まりは約 50 年前。組合員が加工肉で使用される豚の養豚場を視察したとき、
一人が発した「あの豚が食べたい」の声だった。
豚の種類、仕入れ、エサ、生育場所、育てかたなど、
生産者と消費者が対等に話し合い、今もそれを続けている。

1 オリジナル品種

日本の米育ち 平田牧場 三元豚

3 つの異なる品種をかけ合わせた豚を「三元交配豚」と呼びます。「日本の米育ち 平田牧場 三元豚」は、長年にわたる試行錯誤によってつくられた、繁殖力と丈夫さとおいしさをかねそなえたオリジナル品種です。

2 飼料　飼料用米でうまみ UP♪

最適な配合を今も模索し続けている

トウモロコシや大豆の油かす、大麦などをブレンドした豚の飼料に、飼料用のお米をプラス。それぞれの配合割合は、肉質のいい豚になるようにと研究してたどり着いた独自のもの。遺伝子組み換えや収穫後の農薬散布の心配がない植物性中心の飼料を、豚の成長に合わせてあたえています。こうして育った豚の脂身は、米や大麦のでんぷんによって独特の甘みと旨みが加わり、舌先でさらりととろける食感になるのです。

3 鮮度のいい豚肉

届けるための技術や工夫

農場から出荷された豚は、精肉になって組合員のもとへ最短 4 日で届きます。と畜してから、加工、包装、流通にいたるまで一度も冷凍せずに鮮度のいい豚肉を届けることができるのは、平田牧場の高い技術力と高度な管理技術によるものです。

4 育て方の違い

ゆったりとすこやかに育てる

健康に育ってほしいとの思いから、豚舎は自然の光や風が入り、自由に動き回れる広さに設計しています。豚は運動したり、床に敷きつめられたふかふかの堆肥のベッドで寝たりと、のびのびと過ごします。豚舎の温度管理や衛生状態に気をつかい、豚がストレスを抱えにくい環境づくりを大切にしています。飼育にかかる日数は約 200 日。もっと短い時間で生産コストをかけずに育てる方法もありますが、健康に育つためにはじっくりと時間をかけることが必要なのです。肥育後は抗菌性物質の使用はしていません。

5 「まるごと1頭を食べる」考え方

当然ながら「ロースだけの豚」や「赤身だけの豚」はいません。
平田牧場と提携をはじめた当初より、大切に育てられた豚肉を無駄なく食べる工夫をしてきました。
それが「一頭買い」です。
一頭の豚からとれるさまざまな部位をバランスよく食べられるように、加工肉を製造する平牧工房とともに、余りがちな部位を活用しています。
ポークウインナーやハム、ベーコンなどの加工肉、惣菜など幅広くラインナップ。
バラエティ豊かに米育ち豚のおいしさを楽しめます。



★10 月から　**精肉として食べる豚の品種を広げて、利用しやすい価格でお届けします**

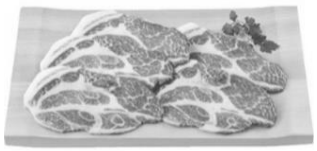
飼料価格の高止まりが続くなか、この先も生活クラブの「日本の米育ち豚」を食べ続けていくために生産者と組合員が話しあいを重ねてきました。その結果、モモ、カタ、バラ肉を中心に、加工肉や惣菜に利用してきた品種を精肉として食べていくことで利用しやすい価格に見直すことにしました。

ぜひ利用してみてください！

日本の米育ち 平田牧場 金華豚

“幻の豚”がルーツ

高品質で味のよい豚を求めるなかで、平田牧場が導入したのが中国浙江（せっこう）省・金華地区が原産の金華豚。
世界三大ハムのひとつ「金華ハム」の原料としても知られる“幻の豚”です。
飼育する養豚組織は国内で３ヶ所と少なく、とても希少性の高い豚です。
「日本の米育ち金華豚」は、この金華豚と平田牧場が長年にわたり培ってきた品種交配技術により生まれました。
国内でたった１つの、金華豚と国産豚との交配種です。



ご参加ください

食べたらわかる!生活クラブの豚肉を

見る・聞く・味わう、生産者交流会

「塩コショウだけでおいしい！」と絶対的支持のある、生活クラブの豚肉。巷でも有名なブランド豚「日本の米育ち平田牧場三元豚・金華豚」の生産者が来場します。
市販の豚肉との違いを聞きながら、半身からどの部位がどのくらいとれるのか見て確かめ、一緒に調理し味わいましょう！
10/30(水)10：30～14：00
生活クラブ大田センター3 階（大田区仲池上 1-19-12）
参加費：200 円
持ち物：ご飯ものを試食するための皿、箸、エプロン、三角巾、ふきん、飲み物
参加・託児申込締切 10/18(金)
託児定員：５人　※託児は 10：15～12：45
エッコロたすけあい制度加入者は無料、
未加入者・ゲストは 1,600 円

行ってきました！生産者出会いの旅＠埼玉

（有）沃土会＆（株）味輝工場見学

沃土会は「予約・あっぱれはればれ野菜おまかせ４点セット」の生産者です。
当日は野菜の端境期で、畑の様子ではなく、映像できゅうりの栽培の様子を見せてもらいました。実際に栽培している生産者から野菜の話を聞くと、「野菜を見る目がかわる。身近に感じた。感動した。」などの声がありました。
沃土会の沃土とは、化学肥料を使わず、有機質をたっぷりと入れ、微生物が繁殖し分解することにより腐植物の多い土壌の事だそうです。出荷場の入り口には「大地と共に心を耕せ」とあり、サスティナブルな活動に敬意を表したいという参加者もいました。



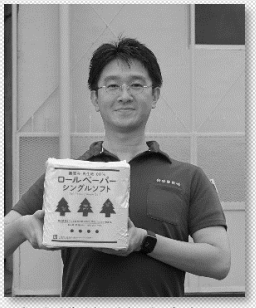
続いて「パン粉」の生産者、（株）味輝へ行き、原料となるパン作りからこだわりをもっているという説明を聞き、酵母ができるまでの様子を見学、味見をしました。
「85 歳の生産者のお父さんが、３日寝ずの番で酵母を見守ってできたパン、パン粉もすばらしい！」「たくさんの方にこのパン粉のすばらしさを伝えていきたいです。」との声がありました。





今月の生産者

無漂白ロールペーパーシングルソフト
新橋製紙株式会社



新橋製紙株式会社
山 清貴さん

取組み 50 年の中で、延べ 1000 人の組合員の意見と試用により作られた消費材が「ロールペーパー」です。
その特徴は主に２つあります（市販品との比較）。

①ズッシリ重い
水分は紙の繊維に吸収されます。市販品のように紙の繊維が少ない（軽い）と使用量が増えます。ズッシリ重いロールペーパーは多くの水分を吸収するため長持ちします。

②薬品の使用量を削減
漂白剤をはじめ、柔軟剤や界面活性剤はもちろんのこと、市販品で多く見かけられる香料も一切使用していません。デリケートな部分に触れる物だからこそ、安心して利用できる消費材を生産しています。
毎日使う消費材として皆さんにご利用頂ければと思います！



配送価格　税込 576 円
予約価格　税込 564 円

12 円お得！



廃プラスチック焼却の問題を「松葉のダイオキシン*・環境調査」で提起！

東京 23 区は、2008 年からプラスチックごみの分別を変更して、可燃ごみとして焼却することにしました。
私たち生活クラブの組合員はプラスチックがまざったごみを燃やすことによる環境汚染に強い不安と危機感を抱き、
子どもたちの命と健康を守るために、市民自らが主体となって環境監視活動を継続しています。

＊ダイオキシンは、ごみの焼却による燃焼や薬品の合成などによって非意図的に生成される。ベトナム戦争で使われた枯葉剤の中に含まれていたことは有名。
発ガン性、生殖毒性、免疫毒性など様々な毒性が問題視されている。

いよいよ11月に松葉を採取します！

松葉採取について



この部分を採取してください

●誰が採取するのですか ？
→募集した新たな協力者や過去の協力者に採取をお願いします。
●どの部分の松葉を採るのですか ？
→葉の先端に新芽が出るのでその下の松葉を採ります。対になっている葉をばらさず根元の茶色いところを残して採ります。
●調査はどこで行なうのですか ？
→各所で採取され集まった松葉を整理して環境総合研究所に送ります。研究所では各採取場所の葉をブレンドし、検体を作ります。その後カナダのビューローベリタス社に送り、そこで調査分析が行われます。

作業スケジュール（予定）

8月～10月	松葉採取ポイントの地図落とし
10月28日～11月3日	「採り方ガイド、資料、松葉採取キット」を採取者へ配布
11月 1日～ 9日頃	松葉採取
11月 4日～10日	採取した松葉を配達便で提出
11月11日	松葉発送作業

松葉発送作業者募集中 !!

協力いただける方は二次元コードから Web で連絡をお願いします！

イベント名：松葉発送作業
日　　時：11 月 11 日(月)10:30～16:00
場　　所：生活クラブ館 地下スペース
（世田谷区宮坂 3-13-13）　※お子さん連れの参加不可



みなさまの温かいご協力、誠に感謝申し上げる！
OCR カンパ　　￥323,000－
非 OCR カンパ　　￥285,500－

みなみ風8月号で廃プラスチック類が可燃ごみに分別変更後、水銀混入ごみが多発し23区のあちこちの清掃工場で水銀事故が頻発した話をご紹介しました。
23区南生活クラブが行う松葉の環境調査について、日本消費者連盟の機関誌『消費者リポート』に連載しています。第3回が関連した内容となっていますのでぜひお読みください。

連載 6年ぶりの 市民による松葉の環境調査

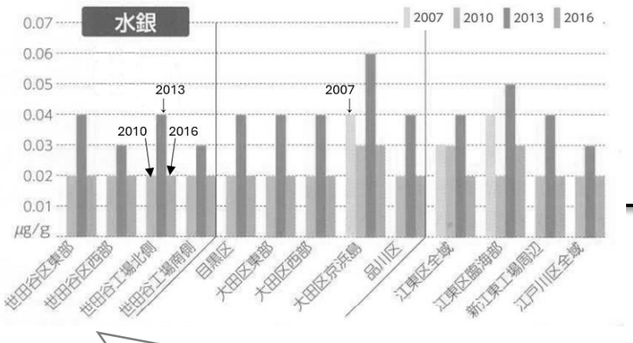
植田靖子（松葉のダイオキシン・環境調査 2024・11 実行委員会）

第３回　松葉が証明した水銀濃度の急上昇

松葉のダイオキシン・環境調査の２回目からは、ダイオキシン類だけでなく**水銀、鉛、カドミウム、ヒ素等 12 種類の重金属類**も調べることにしました。この 12 種類は EU で廃棄物焼却炉の排ガス中の規制値を設けている化学物質です。

プラスチックを可燃ごみへ分別変更した後の 2010 年６月～ 12 年７月には、今までなかった水銀混焼による清掃工場の休炉が 23 区内で相次いで 12 回も発生しました。水銀は常温でも気化するため、予想もつかない量が各工場から大気に拡散したかもしれないと心配でした。調査地域にある千歳・目黒清掃工場も水銀混焼で各２回休炉しています。

松葉に含まれた水銀濃度



３回目の水銀濃度の急上昇という調査結果は、水銀の頻繁な大気への拡散を松葉が見事に証明しました。

４回目からは、プラスチックに使われる臭素系難燃剤（PBDEs）と多環芳香族炭化水素類（PAHs）も加えて調査しました。どちらも未規制で毒性が強い種類があります。松葉に蓄積されていた PBDEs の量がダイオキシン類より大幅に多い２千～４万倍の濃度だったことに驚愕しました。PBDEs の中には現在自主規制で不使用の物質もあり、劣化や焼却等何らかの化学変化で増えたのか原因が不明なことも多く継続調査が必要です。

市民が地域環境を監視する環境調査活動にぜひ多くのみなさまの協力とカンパをお願いします。

（連載終わり）

◉ゆうちょ銀行口座：00170-8-402288　加入者名：松葉のダイオキシン調査実行委員会
※これまでの調査結果は右の QR コードからご覧になれます。

消費者リポート　No.1683　2024. 7. 20　より転載

松葉のダイオキシン調査 2016・3 報告リーフレットより抜粋
３ページにカラーの見やすいグラフが掲載されています。
こちらから⇒

水銀について＝常温で液体であるただ一つの金属元素です。揮発しやすく、環境中に出されると分解されないため魚などの体内に入り、人に健康被害をもたらします。特にメチル水銀の毒性が強く、代表例が水俣病です。
■毒性■　水俣病、嘔吐、下痢、腎機能障害、言語障害、神経衰弱、記憶障害、知覚麻痺、頭痛、昏睡、脳障害等
■用途■　蛍光灯、医療用計測機器、無機薬品、ボタン電池、プラスチック添加剤等

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⇒

企画内容が変更になる場合があります。23 区南 Web サイトで最新情報をご確認ください。

日時・場所	内容	その他
10 月 11・12 日（金・土） 生活クラブ館 （世田谷区宮坂 3-13-13）	**デポー展示会・秋まつり** ※訂正　みなみ風 9 月号で 17:00 までとなっていましたが、正しくは 17:30 までです。 **デポーせたがや展示即売会（10：30～17：30）** 【出展】スーツ：ベストファイブ、宝飾品：東京真珠㈱、シルクインナー：PeaPod、あなただけのオーダーメイドスーツ、ワイシャツを作りませんか。 **デポーせたがや秋まつり（10：30～16：00）** 生産者来店、断然お得★中身が見える福袋、消費材が当たる福引、バルーンアート、まちづくりコーナー、消費材を使った地域のお店が出店します。お買い物にいらしてください！	
10 月 12 日(土) **13:00～15:00** 生活クラブ館　屋上 （世田谷区宮坂 3-13-13）	屋上オープンデイ **「屋上ミニ田んぼ米(まい)を精米します♪」** 前回刈り取って天日干しした稲を、すり鉢などを使って脱穀します。雨天の場合は生活クラブ館内で作業をします。定員：20 名	**申込〆切：10/7(月)** 託児なし　当日参加可 **持ち物・服装**：飲み物、軍手、帽子、汚れてもよい服装・くつ
10 月 21 日(月) **13:30～15:30** 生活クラブ館 201 会議室 **オンライン併用** （世田谷区宮坂 3-13-13）	**消費材 Step Up 点検・事前学習会【埼玉研有会・ねぎ】** 11/28(木)に埼玉研有会の畑へ行き、ねぎを点検します。 点検に行く前に、私たちのもとに届く埼玉研有会のねぎはどんな風に栽培されているのか？自主基準に沿ってどのように作られているか？点検し改良できる点はないかなど調べましょう。 点検本番は事前学習会参加者のみ参加可です。定員：15 名	**申込〆切：10/11(金)** 託児なし。お子さん連れ可（点検時は子連れ不可） **持ち物**：筆記用具 オンライン参加希望は Web サイトからお申込み下さい
10 月 26 日(土) **10:30～13:00** 生活クラブ館 地下スペース （世田谷区宮坂 3-13-13）	**生活クラブの鶏肉のおいしさに迫る！鶏肉学習会** 1 年に 1 度しか会えない鶏肉の生産者から、生活クラブの鶏肉がどうしておいしいのか、その秘密をじっくり聞きましょう！ ローストチキンや炊き込みご飯の試食あり。 定員：30 名。	**申込〆切：10/18(金)** 託児は締め切りました
10 月 30 日(水) **10:30～14:00** 生活クラブ大田センター 3 階 （大田区仲池上 1-19-12）	**食べたらわかる！生活クラブの豚肉を見る・聞く・味わう、生産者交流会** 巷でも有名なブランド豚「日本の米育ち平田牧場三元豚・金華豚」の生産者が来場します。詳細は P3 をご覧ください。 定員：60 名。託児定員：5 名。	**申込〆切：10/18(金)** **託児**：あり（10:15～12:45、託児申込〆切 10/18(金)、エッコロ加入者無料、未加入者はお子さん 1 人につき 1,600 円）
11 月 4 日(月祝) **10:00～12:00** 生活クラブ館 地下スペース （世田谷区宮坂 3-13-13）	**クリーニングのプロに教わる「カラダにいい洗濯術」** ★講師：茂木孝夫さん（白栄舎）洗濯物の半分以上が家庭で洗える！「シミ汚れ」「黄ばみ・黒ずみ」「生乾き臭・汗臭」「柔軟剤の匂い」の落とし方や「ダウンウエア」「ニット」「羽毛布団」の洗い方も教えていただきます。定員：20 名。託児定員：5 名。	**申込〆切：10/28(月)** **託児**：あり （託児申込〆切 10/21(月)、エッコロ加入者のみ。未加入者は当日加入確約で申込可）
11 月 23 日(土) **10:00～13:00** 生活クラブ館 地下スペース （世田谷区宮坂 3-13-13）	稲わらでしめ縄を作ろう！ **那須山麓米生産者を迎える交流会** 生産者からしめ縄作りを教わります。一緒に作りましょう。米作りのお話しを、那須山麓米の新米とおすすめの消費材を食べながら伺います。組合員が開発に参加した「こむすびちゃん」の試食あり。定員：30 名/参加費：100 円・ゲスト 200 円	**申込〆切：11/8(金)** 託児なし。お子さん連れ可 **持ち物**：筆記用具、箸、弁当用容器、飲み物、お椀またはカップ（味噌汁用）、エプロン、三角巾、ふきん

みなみ風 2024 年 10 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（いずれかに〇を）	■組合員コード： （配達明細表などに記載）

紹介カード	紹介いただく方の お名前： 住所： TEL：		お友だち、お知り合いを紹介してください **「トマトケチャップ」プレゼント！** Web 紹介ページはこちら→

各種申込	申込に〇を記入してください（企画申込みは会場参加のみ、オンライン参加は Web から申し込んでください）	
		10/12(土) 屋上オープンデイ「屋上ミニ田んぼ米(まい)を精米します♪」
		10/21(月) 消費材 Step Up 点検・事前学習会【埼玉研有会・ねぎ】
		10/26(土) 生活クラブの鶏肉のおいしさに迫る！鶏肉学習会
		10/30(水)食べたらわかる！生活クラブの豚肉を見る・聞く・味わう、生産者交流会
		11/4(月)クリーニングのプロに教わる「カラダにいい洗濯術」
		11/23(土)稲わらでしめ縄を作ろう！那須山麓米生産者を迎える交流会

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 8 月号 モニター意見･感想～

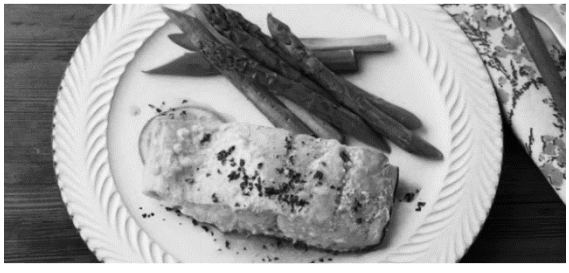
松葉の介（ダイオキシン環境調査）のページ

黒松が全国各地にある。2 年間葉が松の木についているから、長い間のダイオキシン吸収を知れる。など、なぜ松葉で環境調査をしているのかよくわかりました。
水銀がゴミに混ざり、清掃工場が一時停止になったり、ダイオキシンが出ると言うことがわかり、何でもゴミに捨てるのは危険だと思いました。

生産者紹介

生産者の感想が良かったです。こんなに愛情を込めて作っていて下さるなら、買いたいという気持ちになりました。
今回の米澤製油株式会社さんの言葉の中で、こだわった油の作り方を片っ端から電話して、生活クラブだけが安いものが全てでないということで、縁が続いていると知り、心温まる話だなと思いました。

ビオサポレシピ



旬の鮭を満足メニューで

鮭とアスパラのにんにくバター

材料　２人分

生さけ　２切れ（180g）
真塩　小さじ 1/3
こしょう　少々
グリーンアスパラ　70g
バター　20g
パセリ（みじん切り）少々
レモン　適宜
★白ワイン　小さじ２
★国産レモン果汁　小さじ２
★にんにく（みじん切り）　1/2 片

つくり方

① 生さけは解凍して真塩とこしょうをふる。
② グリーンアスパラは根元のかたい部分とはかまを落とし、斜め半分に切る。
③ アルミホイルに①と②の半量を並べて★の半量をかけ、バター10g をのせて包む。同様にもう１つ作り、魚焼きグリルで 10 分ほど蒸し焼きする。
④ アルミホイルを外して器に盛り、パセリを散らす。好みで輪切りにしたレモンを添える。

（生活クラブカタログさん）

まちの活動

組合員による自主運営の基本組織が「まち」です



まち港

長く続いたコロナ禍を経て2023年はやっと以前のように試食会等が可能になりました。

まち港は４月にテーマ消費材を「森のコーヒー：日東珈琲（株）」に決め、夏ギフト試食会やフィナンシェ作り、新規加入者のウエルカムパーティーなど年間を通して活用し利用を呼びかけました。また、６月、７月は「牛乳をもう１本！」キャンペーンをおこない、10月の産地視察ツアーにまち委員が参加し新生酪農栃木工場を見学、広報紙で報告しました。

2024年も消費材について学ぶ機会をたくさん作り、生産者と交流し、利用を呼びかけていきたいと思います。

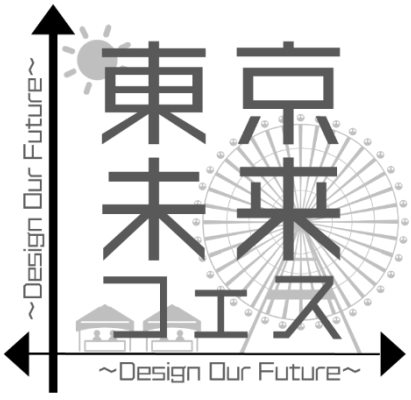






ウエルカムパーティーでは
ローストビーフやちらし寿司を
つくりました。
子どもたちも興味津々、楽しい
会になりました。





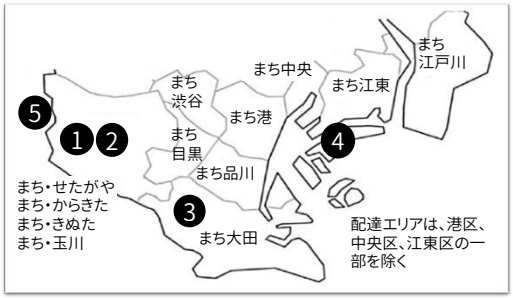
10.19(土)10:00~16:30
葛西臨海公園　汐風の広場

主催：公益社団法人東京青年会議所

子ども・ファミリー向けイベントに生活クラブが出展します！
キッチンカー、ワークショップ、マルシェなど
お楽しみいっぱい。ぜひ遊びにきてください♪

他出展者：
FC東京、本田技研工業株式会社、多摩美術大学、吉本興業株式会社、
株式会社日本農業新聞、各国大使館など

配送・集金についてのお問い合わせはコールセンターへ
03-5426-5218(月～金 9:00～19:00)



❶ 23区南事務局（世田谷区宮坂3-13-13）
Tel：03-3426-9914　Fax：03-3426-9911　mail：block.23ku@s-club.coop

Web　Facebook　Instagram

❷ 生活クラブのお店　**デポーせたがや**
Tel：03-5426-5211　10:30～19:00　日曜定休

デポーせたがや月間カレンダー　デポーせたがやInstagram

❸ 大田センター（大田区仲池上1-19-12）
❹ 江東センター（江東区東雲2-9-51）
❺ 23区調布センター（調布市国領町3-4-3）