

# こうとう 井戸端会議

10 月号 No.257

発行日:2020 年 10 月 5 日

発行責任者 まち江東運営委員会

8 月末 組合員数: 計 1389 人 (加入 14 人 脱退 -9 人) 利用高: 世帯当 18,260 円

事務局/江東センターTEL: 03-5426-5218 (コールセンター) FAX: 03-6457-2624

Facebook やっています! イベント情報などを更新中! [http:// www.facebook.com/seikatsuclub.koto](http://www.facebook.com/seikatsuclub.koto)

## 甘酸っぱ〜い 紅玉 が楽しめる時期です!! 今年の取り組みは、40~43 週です♪

生活クラブの紅玉は、山形県の JA 西村山さがえの生産者によって栽培されています。生活クラブの「価格は再生産を保障する」「より安全な食べ物を」という考え方は、生産者の皆さんの「りんごの無袋栽培による完熟で本物の味を目指す」という思いに共通するところがあり、消費材の取り組みが始まったそうです。

チャレンジ紅玉は、8 月中旬以降は農薬散布を行わず、現行栽培より 3~4 回分の農薬を減らした栽培方法です。この時期ならではの紅玉を生食はもちろん、ジャム、パイ、重ね煮など色々な食べ方で楽しみたいですね。

青果物に入っている生産者カードに感想を書いて配送便で出すと、生産者に届くのはご存知ですか? この機会に紅玉を通じて生産者に想いを伝えるのもいいかもしれませんね。

**りんごのコンポート** 手軽にりんごのお料理が楽しめます♪

りんごを 12 等分のくし切りにする。実と皮を耐熱容器に入れ、グラニュー糖大さじ 2、水大さじ 3、レモン汁小さじ 1 をレンジで 4 - 5 分加熱すると出来上がりです。

## お知らせ

**重要!** クリスマス・正月用品の注文のタイミングが、例年と違い 1 回のみとなります。

クリスマス 11 月 1 回 11/2-11/6 (44 週) にカタログを配布し、11 月 2 回 11/9-11/13 に回収 (注文受付) します。

正月 11 月 2 回 11/9-11/13 (45 週) にカタログを配布し、11 月 3 回 11/16-11/20 に回収 (注文受付) します。

※生産者によって原料の確保や製造体制に問題がなく、例年通り安定供給できる品物もありますので、そちらは 50 週~52 週に通常品として取り組む場合があります。

10 月分の共同購入代金 (10 月 26 日引き落とし) と一緒にまち活動費 750 円 (半期分) が引き落とされます。

「まち」の仲間を増やす為のチラシ印刷代やポスティング代、試食会や交流会等のイベントの費用などに使われます。

どうぞご協力ください。

## 今年は何を贈ろう??

昨年末、23 区南全体とまち江東の冬ギフトで、1 位になったのは、「ナッツチョコ詰め合わせ」でした。ピーカンナッツが贅沢に使われていて、一粒一粒を味わって食べたくなる贅沢なチョコレートです。まち江東の 2 位は、「フルーツインゼリー」、3 位は、「レーズン&クランベリー」と甘いものが上位を占め、10 位以内では、「日本の米育ち金華豚しゃぶしゃぶセット」等、平田牧場のお肉のギフトが目立ちました。10 月 3 回早期企画、11 月 1 回本企画でお申込みください。



予約利用していない方は、  
“よやくらぶ”で  
登録してみませんか?

**目指せ! みんなの取り組み**

### 「ビジョンフード」予約目標達成!

生活クラブでは、国内自給力の向上をめざし、生態系を守り、食の安全性を追求し、次世代の子どもたちが安心して健康に暮らしていく社会をめざす「ビジョン (展望)」をもっています。そのビジョンを実現するための米・牛乳・鶏卵・畜肉・青果物をビジョンフードと呼び、「予約」して安定的に利用することで持続的な生産と消費をめざしています。

ビジョンフードのうち、米・牛乳・鶏卵は、各まちが予約率の目標を持って取り組んでいます。

**8 月末時点の「まち江東」の予約実績**

米: 346 人 (人員率 25.0%) 目標まであと 53 人

牛乳: 569 人 (人員率 41.1%) 目標まであと 73 人

鶏卵: 655 人 (人員率 47.3%) 目標まであと 41 人

# 報告

## 講演会：キレル子どもの食生活

9月5日にオンラインにて野本健司さんの講演会を開催しました。沢山のご参加、ありがとうございました。

食生活を通して、「子ども達の健全で健やかな身体とココロを作るには」。子育て中の方はとても気になる内容だったのではないのでしょうか。

色々とお話いただきましたが、私が特に印象に残ったのは、「食事を食べる環境も大切なこと」「微量だけれども必要なミネラルなどの栄養素も、しっかり摂る必要があること」「精神的な部分に作用する栄養素があること」

また、ある学校で調べた子ども達の「行動」と「食生活」の結果が出ており、「食生活」が乱れている子の「行動」はイライラする事が多い傾向が見受けられたことです。

最後は市販のジュースの糖度を調べて、同じ量の砂糖をお皿に盛りました。500mlのジュースに55gの砂糖の量は、改めて目で見ると大量。今回の講演会では、普段の食生活や食事のスタイルを見直す事が出来ました。

Zoomによるリモート参加だと、かなり参加しやすかったのではないのでしょうか？

今後もこのような企画を開催したいと思っています。(情報委員 市村)



## 予約が便利



今年のまちのテーマ消費材

### 国産白神酵母食パン

6枚スライス 305円 (税込 329円)

食パンブームでいろいろなパンを試される

方が多いと思います。白神酵母食パンは、噛むほどに味わうことのできるしっかりしたパン生地で、天然酵母由来の風味と国産小麦の豊かな香りが楽しめます。

保存料を使っていませんので、美味しく食べるためには早めに食べきるか、届いたら冷凍で保存してください。



500mlのRびんを2本返却すると応募できます

「Rびん」は、繰り返し使える地球にやさしい「リユースびん」です。びんに刻印された「R」マークが目印です。ごみを減らし、CO2を削減するRびんリユースのしくみを守るためにも、みんなで一緒にRびんの回収率アップをめざしましょう！

詳細は

⇒<https://seikatsuclub.coop/activity/eco/greensystem-campaign.html>



## 9月 まち江東まち運営委員会 報告

9/8(火) 出席7人、オブザーバー1人 (以下主な内容)  
会場：江東区文化センター

### 〈報告事項〉

- ・9/5 野本氏講演会の振り返り
- ・8月の組合員数、利用高の確認やチラシ配布計画の確認
- ・江東区内での新班結成の報告
- ・あっぱれはればれば野菜4点セットの利用減少傾向における連合やブロックの対策状況について
- ・11月～米の予約登録再開。10月1回配布のよくらぶカタログに掲載
- ・米・牛乳・鶏卵、国産白神酵母食パン (まちのテーマ消費材) の予約実績と利用数量の確認
- ・委員向け Instagram 講座開講予定のお知らせと情報委員会関係の報告
- ・地域協議会の活動状況報告や情報共有について
- ・湾岸ちいき夜間配送におけるまちとしての意向およびアンケート結果を受けた今後の活動についての確認
- ・まちづくり委員会関係の企画講座の日程と内容の確認

### 〈討議事項〉

- ・クリスマス・正月用品のモニター活動とその報告について
- ・回転備蓄消費材受取と図上訓練について
- ・広報紙 10月号の内容検討

<必要事項をご記入のうえ FAX(03-6457-2624)送信もしくは配達便で提出ください。>

## まち会議を見学してみませんか？

コロナ禍でも、イベントの企画をどうしよう？など、まち委員みなでいろいろと話し合っています。日時、場所は、[koto.seikatsu.club@gmail.com](mailto:koto.seikatsu.club@gmail.com) までお問い合わせください。

少しの時間なら何かやってみようかしら？という方



## こんなことを一緒にやってくれる方募集！

井戸端会議(本紙)の編集のお手伝い、消費材の情報を組合員へ知らせる作業、まち江東で開催するイベントを企画したり、当日のサポートに入るなど、できる形でお手伝いしてください。まち会議は毎月1回第2週頃に開催していますので、会議を見学していただくと様子がわかりやすいと思います。ぜひご応募ください！

お名前	電話番号※必ず記入
ご住所	メールアドレス

まち江東行き

ご記入いただいた個人情報は、まちの活動の目的の範囲に限り使用いたします。