



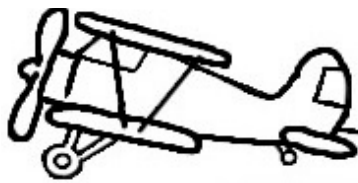
ゆめひろ

2024年8月5日発行

発行：23区南生活クラブ生協まち大田

TEL：5426-5218（コールセンター）

FAX：5748-0314（事務局）



まち大田広報紙

2024年 8月号

まち大田概要 (6月末日現在)
 組合員数 3,056人
 (班：239人/67班 個配：2,817人)



【食品添加物について学ぼう】

～親子で一緒に～

自分の食べるものを選ぶようになろう！



食品添加物は『なんとなく体に悪そう』とは感じているけれど、身近にありすぎて、よくわからないという方も多いのではないのでしょうか。

今回、CSまちデザインの近藤恵津子さんを講師にお迎えして、食品添加物の基本を学べる連続講座を用意しました。



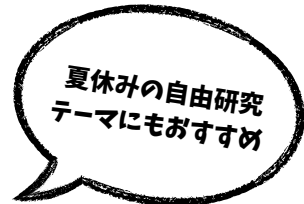
食品添加物がなぜ使われるの？ 表示はどうなってるの？ どんな食品に使われているの？

第1回親子編では "子どもの大好きな清涼飲料水の実験"

第2回大人編では "だしをとろう（一番だしとインスタントだしの比較）／乳化食品について"

身近な食品を使って、実験・試食をしながら、疑問を解決しましょう。

どちらの講座も未就学のお子さんの託児付き(5名まで)です！



食品添加物講座＜親子編＞

大好きな飲み物のヒミツを探ろう～食品添加物ってなに？

子どもの大好きな清涼飲料水には、多くの食品添加物が使われています。講座&実演を通して、食品添加物が、なぜ使われているのか、表示はどうなっているのかなど、親子で楽しく学びましょう。夏休みの自由研究のテーマにもおすすめです。小学生以上のおさま限定の親子企画です。

講師：近藤恵津子さん(NPO法人コミュニティスクール・まちデザイン理事長)

場所：消費者生活センター2F調理室（蒲田5-13-26）

定員：親子10組（子供は小学生以上）※託児あり

持ち物：飲み物、汚れてもいい服装またはエプロン

参加費：無料

参加申込締切：8月8日(木) (×切後、当落結果を全員へメールにて連絡)

8/19(月)

10：30～12：30

リバーサイド
ちいき/まち運営
委員会



企画のおさそい

まち大田イベント一覧と
お申し込みはこちらから
(間違いを防ぐためイベント名を
コピー入力してお申し込み下さい)

【大田 23区南 イベント】で検索も可能です



おうちで簡単に！野菜の種採りと種蒔き

夏野菜の代表・トマトの種採りに挑戦します。「種を採ってその種を蒔く」本来の食の在り方を学んでいきましょう。後半はプランターを使って、伝統的な秋野菜の種を蒔きます。今回は実践形式の二本立て、お子さんにも参加しやすくなっています。さまざまな疑問にも講師が丁寧にお答えしますので、初心者の方も大歓迎です！！

9/14(土)

13:00~15:00

大森ちいき

講師：小林 宙さん（全国の伝統的な野菜の種“固定種”を販売する鶴頸種苗流通プロモーション代表の現役大学生）

場所：消費者生活センター2Fグループ活動室（蒲田5-13-26）

定員：20名

参加費：無料

参加申込締切：8月31日(土) (メ切後、当落結果を全員へメールにて連絡)

子育てひろば～消費材のパンの試食～

おもちゃのあるお部屋で自由遊び、パンの試食、食や育児のことなど気になっていることをシェアして、みんなに意見を聞いてみましょう！お友達もお誘いください♪※10時からお部屋は使えます。

9/20(金)

10:30~11:30

蒲田ちいき

場所：消費者生活センター2Fグループ活動室（蒲田5-13-26）

定員：未就学児がいる親子6組 ※兄弟姉妹が小学生の参加OKです

参加費：無料

参加申込締切：9月12日(木) (メ切後、当落結果を全員へメールにて連絡)

食品添加物講座＜大人編＞

子どもに食べさせたくない食～食品添加物の本当のはなし～

全国各地から講演依頼があるCSまちデザイン近藤さんを招いて、子育て世代向けの「食べもの講座」を開催します。今回のテーマは、『だし』と『乳化食品』。一番だしとインスタントだしの比較をしたり、身近な乳化食品、例えばコーヒーフレッシュなどの添加物について、実演もしながらの、講座になります。15名限定！お友達も誘って是非ご参加下さい。

9/28(土)

10:30~12:30

リバーサイド
ちいき/まち運営
委員会

場所：消費者生活センター2F調理室（蒲田5-13-26）

定員：15名 ※託児あり

持ち物：飲み物、エプロン、布巾

参加費：無料

参加申込締切：9月20日(金) (メ切後、当落結果を全員へメールにて連絡)



企画開催のご報告

6/17 センターエリアちいき ◇◇銀ブラの聖地カフェパウリスタへ！◇◇

組合員14人と、大田センターの与那覇さんでカフェパウリスタ銀座本店へ「森のコーヒー」のお話を聞きに行きました！1910年(明治43年)創業、日本珈琲界の歴史を創られた日東珈琲(株)さんです。私たちの消費材「森のコーヒー」の産地はブラジルのサンパウロ州に広がる高原です。

<「森のコーヒー」の栽培方法>

- *農薬、化学肥料不使用
- *農園内に自然の森を残している
- *剪定せず約4mにまで成長したコーヒーの樹木
- *直射日光や風雨を遮るので地温が上がらず雑草が生えにくい
- *地中の微生物が病害虫に強い良質な土壌を作る、生態系を維持し自然の循環機能が維持されている

<美味しい理由>

- *生産者が判っています
- *農薬不使用
- *完熟した豆のみ使用
- *日東珈琲(株)さんが農園から直接買付けている
- *伝統の技法で自社焙煎



生活クラブの組合員には100%森のコーヒーが届きます。

本当に希少価値のある消費材です。話を聞けば聞く程凄い消費材、ずっと利用したいと思いました。生活クラブの先人達が日東珈琲さんを引き当てた事に感謝です。

7/9 蒲田ちいき ◇◇~台湾式官足法~脚もみde全身セルフケア講座in蒲田◇◇

参加者16人うちゲスト7名、子ども1名。スタッフ3名の参加。

参加者の方から下記のような感想をいただきました。

「初めて官足法に参加しました。官足法という名前から、難しそうと心配でしたが、講師の先生が生活クラブの消費材のお話やご自身の体調の回復などの経験談などわかりやすいお話を聞かせてくださり、足の痛みがありました、楽しく行う事が出来ました。帰宅後に身体が暖かくなり、暖かさが夜まで続きびっくりしました。また参加してみたいです。」



2024年度テーマ食材

「万能つゆ」レシピ

残り野菜とひき肉で作る焼きそば

(R.Mさん)

材料 (3人分)

- ・小松菜 2束、予約・あっぱれはればれ野菜おまかせ 4点セットの残り野菜など
- ・豚肉ひき肉 320g (2パック)
- ・国産小麦のむし焼そば麺 1袋 (3玉)
- ★牡蠣味調味料 大さじ1 ★万能つゆ 大さじ1
- ★みりん風醸造調味料 大さじ1 ★食酢 または 純米酢 小さじ1
- ・塩 小さじ1 ・お好みで すりおろしたしょうがやにんにくなど

- ①フライパンに食べやすい大きさに切った小松菜や野菜と豚肉ひき肉を入れて塩をふり、ふたをして具材に火が通るまで弱火で加熱する
- ②容器に★をすべて入れて混ぜておく。電子レンジで焼きそば麺を温めておく
- ③具材に火が通ったら★を加えてへらで混ぜて、汁となじませる
- ④麺をほぐして入れて具材と混ぜ合わせ、ふたをして3分ほど弱火で加熱する
- ⑤麺がやわらかくなったらできあがり。火を切る直前に薬味を加えてもGood!

おススメポイント！お水を入れなくて野菜の水分のみで作るので、味がしっかりします





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1回 コロナ禍のプラスチック増加で大気環境は？

東京23区では、2007年までプラスチックごみは不燃ごみとして埋め立てていましたが、08年10月から燃やすごみにしました。以前は重量ベースで5～7%だった可燃ごみ中のプラスチック類が、現在では20%前後と3～4倍に増えてしまいました。プラスチックは製造段階で添加剤として有害化学物質や重金属類を多種多様に使うため、混焼による環境汚染に強い危機感を持ちました。そこで子どもたちの命と健康を守るために、23区南生活クラブ生協エリアの世田谷区、目黒区、大田区、品川区、江東区、江戸川区の組合員が中心となって、市民主体の「松葉のダイオキシン調査」に取り組んできました。松葉は常緑樹で継続的に

外気を取り込み、有害化学物質を脂肪組織に蓄積します。最初は07年に、プラスチックを燃やさない大気環境を確認することから始めました。混焼が始まって以降の10年は、やはりダイオキシン濃度が上がり、13年は、大田区京浜島から江東区で最も高く、江戸川区にも高い汚染が拡大。一方、16年に清掃工場が長期休炉した世田谷区と周辺区では明らかに環境が改善しました。コロナ禍以降は、プラスチックが増加した影響が気になります。今年6年ぶり、11月に再開が決まりました。調査費用は多くの市民のカンパです。戦争や円安の影響で検査費用も上がり、調査活動を知らない人も多くなっています。ぜひ調査活動への協力とカンパをお願いします。



松葉を採取している様子

●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QRコードからご覧になれます。

消費者レポート No.1681 2024. 5. 20

新サークル「ヨガの森」

まち大田で活動するサークルに8月から新しい仲間が加わります！

ヨガをつうじて皆が集う場を設けたい、という思いからこのサークルを立ち上げた主催者の方からのコメントをご紹介します。皆様のご参加をお待ちしています！

日程や場所などの詳細は、5ページ「まち大田のサークル活動」に掲載しています。

”今回、生活クラブでヨガサークルを始めたいと思ったのは1人で運動を続けることはとても難しいと思い、同士を集いみんなでお互いに励まし合いながら、運動から離れないように、また家族がいても孤立しているケースもあり孤独や孤立を避けるためにみんなが集まれる場を作りたいと考えました。

ヨガは心と身体の両面にアプローチができ心身への調整ができると実感しています。

講師自身も、長年体調不良に悩まされていた過去があり運動は一人一人にちょうどいいボリュームがあり、みんながアスリートを目指すのではなく、日常が健やかに送れるようにヨガを行っていきたくと考えています。

初心者、病気予後の方、ヨガってなんだろ？

そんな方もぜひ一度、『心と身体をほぐす ヨガの森』を体験してください。

一緒に疲れた身体をほぐしませんか、親切丁寧な講師が指導をしてくれます。

4 RYT200全米ヨガアライアンス取得の講師による指導です。”

まち大田のサークル活動



初めて参加される方・問い合わせは6P通信欄へ、氏名・連絡先・内容をご記入の上、配達便にてご提出ください。こちらからご連絡いたします。都合により急遽中止となる場合もございます。

- **ヨガサークルニャーナ (ñāna)** 参加費：500円
YOGA初心者でも大丈夫です。呼吸に合わせて少しずつ体をほぐしていきましょう。
お子さんと一緒にどうぞ。(お子さん無料) ※場所変更の場合は申込者にお伝えします。
場所：トミンタワー集会室 (多摩川2-24-26) エントランス入り右奥です。
日時：8/18 (日) 9/8 (日) 10/20 (日) 10:30~11:40 ※9月の開催日が変わりました

- **手作りサークル** 参加費：材料実費
好きなデザインのブローチを作ります！動物・植物何でもビーズブローチに仕上げます。
場所：大田区消費者生活センター
日時：8/23 (金) 9/27 (金) 10:00~12:00

- **ちくちくの会** 参加費：700円 非組合員900円 (材料費・ランチ代込み)
玉の首飾り、又は手縫い仕事をいたします。
場所：大田区消費者生活センター2F調理室
日時：8/21 (水) 9/11 (水) 10:00~14:30 持ち物：裁縫道具

- **小さなお話し会〜生活と自治を読む〜** 参加費：無料
7月号の連載みんなでCINEMA「命ぬ水」は沖縄のPFAS汚染のドキュメンタリー。琉球朝日放送のYouTubeチャンネルで公開中、是非ご覧ください！私たちの足元の問題です。
日程：8/28 (水) 13:30~15:30 生活と自治8月号を読みます。❀初参加大歓迎！
場所：山本宅 (環境まちづくりNPOエコメッセ下丸子店隣り)
東急多摩川線下丸子駅から徒歩3分ほど。
持ち物：生活と自治・飲み物

- **エコライフ** 参加費：無料
手仕事しながらお喋りしませんか？リメイクしたいものや毛糸など各自ご持参ください。
場所：生活クラブ大田センター
日時：8/21 (水) 13:00~ 出入り自由

- **ヨガの森** 参加費：1000円
心と身体をほぐすヨガです。初心者の方も安心です。
場所：スタジオフォレスト(中央2丁目) 文化の森すく ※場所変更の場合は申込者にお伝えします。
日時：8/22 (木) 8/29 (木) 14:30~15:45
持ち物：ヨガマット、水、汗拭きタオル (ヨガマットはレンタル可/300円)

新サークル
です☆

よやくらぶ



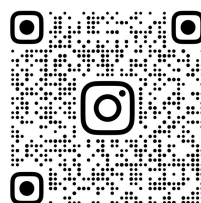
eくらぶでもOCR用紙でも簡単に申し込み変更が可能です！毎回の注文の手間が省けて価格もお得。ぜひご利用ください。



こちらから、よやくらぶカタログがみられます。ログインして申し込み変更も可能です！

リアルタイムな情報はまち大田のSNSから！

『生活クラブまち大田』で公式アカウント検索



SEIKATSUCLUB.MACHIOOTA





24年度のまち大田拡大計画は
加入348人 脱退303人 純増45人です！

6月 新規組合員加入実績 (計画/実績) と 利用高

月末純増	4月からの 累計純増	加入	脱退	移動	組合員数
6/-8	45/-13	31/18	-24/-29	-1/3	3121/3056
利用高		前年比 (%)	利用人数 (人)	実世帯当たり (円)	
73,305,654		99.2	2,617	28,011	

6月 ビジョンフード

目標まであと！
(人)

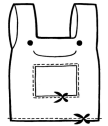
	目標	実績	
米	845	752	93
牛乳	1227	1187	40
たまご	1537	1483	54

テーマ消費材 万能つゆ 予約人数
14人 先月比 -5人

※2024年度よりテーマ食材はよやくらぶの
登録人数を掲載します

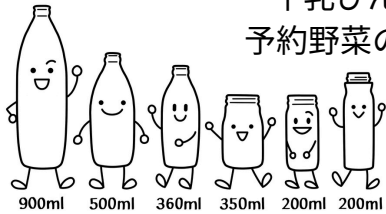


Rびん・P袋の返却にご協力ください



生活クラブのリユース・リサイクル『グリーンシステム』にご協力を！

牛乳びん・牛乳キャップ・カタログの入ったフィルム・消費材や
予約野菜の入ったピッキング袋・Rびん・鶏卵パック・カタログ類は
生活クラブへ返却をよろしくおねがいます！



まち大田の回収率UP↑を
目指そう！

グリーンシステムについて詳しくはこちらから
(生活クラブ連合会公式サイト)



まち大田広報紙 『ゆめひこう』8月号 通信欄

参加申し込みは FAX (5748) 0314 または 配達便で通い袋に入れて大田センターに提出してください

○	開催日	企画名	大人	子ども	託児希望	申込×切
	8/19(月)	食品添加物講座<親子編> 大好きな飲み物のヒミツを探ろう~食品添加物ってなに？	人	人		8/8(木)
	9/14(土)	おうちで簡単に！野菜の種採りと種蒔き	人	人	託児無	8/31(土)
	9/20(金)	子育てひろば~消費材のパンの試食~	人	人	託児無	9/12(木)
	9/28(土)	食品添加物講座<大人編> 子どもに食べさせたくない食~食品添加物の本当のはなし~	人	人		9/20(金)

() まちやちいきの活動に興味があるので詳しく知りたい

() 首長面談 (大田区長または関係部署との面談)
に興味がある・質問がある※質問は右の欄にご記入下さい

サークル・その他お問合せはこちらにご記入ください。
ゆめひこうに載せてほしい記事やご意見もどうぞ！

氏名: _____ TEL: _____

加入1年未満 3年未満 3年以上

住所: _____

E-mail: _____

ご記入頂いた個人情報はまち活動の目的の範囲に限り使用いたします