



身近な 人・まち・暮らし

多摩きた生活クラブ生協機関紙  
July 2024 No.237

今月の  
クイズ



協同組合はユネスコの〇〇〇〇〇〇に  
登録されました。〇に入る言葉は？

ヒントは紙面に 応募要項は8ページ  
抽選で2名様にすてきな消費材のプレゼントがあります！

# たまたて箱 7月号

組合員数 14,974人 (2024年4月末) 会費 5,833円 加入者数 123人 (2024年度累計) 会費 49円 脱退者数 148人 (2024年度累計) 会費 -47円 総利用高 41,572,324円 (5月配送) 世帯当り 26,378円 (5月配送) (5月29日現在)



まち・小平 組合員

## (株)スリーエイト 志村さんへ

「中国産アカシア純粋はちみつ」は、気にはなっているものの、「中国産」と入っていると何となく抵抗があります。どのように生産されているか、どんな料理に向いているかなど教えていただけると嬉しいです！

## (株)スリーエイト 志村さんの とっておき♡レシピ



### しっかりトレーサビリティの取れたはちみつ

現地生産工場が業務内容に至るまで輸入商社と提携して衛生管理を行い、信頼を寄せる養蜂家から適正価格で直接買い付けています。NON-GMOで、ネオニコチノイドやグリホサートを含む350種類以上の残留農薬検査に合格。養蜂家までさかのぼることができ、おいしく、そして食べ続けることのできる蜂蜜です。透明度が高く、国産アカシアにも負けません。大容量で気軽に普段使いできるのも魅力。梅やレモン、ゆず、大根、しょうが等々お好きな野菜や果物を切って漬けるだけで自家製の蜂蜜漬シロップが作れます。水分が出るものを漬けた場合は必ず冷蔵庫で保存してください。自家製蜂蜜漬シロップで水割りや炭酸割り、お酒を割ったりおうち時間を楽しんでみませんか？



(株)スリーエイト  
しむら りえ  
志村 梨絵

## ナッツの蜂蜜漬け

### 【材料】

- よくばりナッツ
- お好きな蜂蜜

### 【作り方】

- よくばりナッツのピスタチオの殻はむいておく。
- 小さめの保存容器にナッツを入れ、ナッツがヒタヒタになる位に蜂蜜を入れる。
- 3日目～食べごろです。ナッツが柔らかくなってくるのでひと月を目安に食べきって下さい。常温保存。  
そのままでも美味しいですが、バランゴンバナナとヨーグルトを混ぜたものにナッツの蜂蜜漬をかけて食べるとそれだけで贅沢な朝ごはんに。是非お試しください。



多摩きたSNSでも詳しく紹介中

多摩きた生活クラブ 〒189-0024

発行責任者 磯嶋 志保子 東村山市富士見町3-29-6

TEL 042-395-5002

FAX 042-395-3833

小平センター  
東村山センター  
青梅センター

TEL 042-452-9797

月曜日～金曜日 9:00～19:00



多摩きたInstagram 多摩きたFacebook 多摩きたイベント

デポー国分寺

国分寺市泉町3-33-5

TEL 042-359-5160

■開店時間 10:30～19:00

デポー東村山

東村山市久米川町3-32-44

TEL 042-399-7151

■定休日 毎週水曜日

デポー西東京

西東京市泉町3-12-25

TEL 042-439-7780

# 生活クラブは「生活」協同組合です

組合員の「出資」「利用」「運営」によって成り立っています。

生協は「生活協同組合」の略。  
暮らしや社会をよくする共通のニーズと願いをかなえるために営利を目的としない事業を行う組織です。

## 出資

事業や活動を支える資金を全員が出し合います。  
職員の給与・事務所建物費用・配送センターの運営・車両の維持などに使われているよ



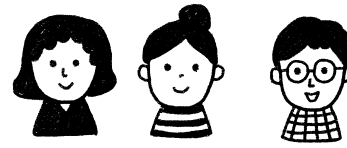
毎月1000円ずつ出資しているよね。

「無添加食材」を扱う宅配サービス会社じゃないのね...

平和に暮らしたいな♪

## 主役は

いっしょにやろう!!



## 組合員

私も!!

環境にやさしい暮らしがしたいな♪

夕暮きた生活クラブでは16まちで活動をしています。

## 運営

組合員が主体となり運営します。消費材のよさを伝え共感をひろめ、利用する仲間を増やします。



## 利用

組合員みんなで話し合い、調査し、組合員が求める基準で生産者とともにつくった生活に必要な消費材。「共同購入」で利用します。

消費材の価格のはなし

## 生産原価保障方式って？

最初に自主基準に合った原材料と包材を決めて原材料費が決まり、そこに生産にかかる費用、生産者の利潤、生協の経費を積み上げ、価格を決める方式です。

「生産者が生産し続けられる」とともに、「組合員が利用し続けられる」ように、生産者と組合員が話し合っ価格を決めています。



この信頼関係があるからこそ、生産者はさらに減農薬や循環型農業にチャレンジできたり、「畜産の飼料に遺伝子組み換え作物を使わない」「国産の飼料で日本の農業を守る」ことなどを一緒に考え、実践できています。

※一般的なスーパーの場合は、売りたい価格から決めます。その中からスーパーと卸、流通の利潤を確保し、生産にかかる費用をとり、原材料は残りのお金から買えるものとなり、納得のいく原材料を選べません。また、生産過程で効率を重視し、化学薬品などを使って早く生産することが求められてしまいます。

生産原価保障方式について詳しくはこちらから→



## 生活クラブの集金はとってもシンプル!

消費材の価格のほとんどは持続可能な生産と厳選した原材料の費用。そのため、  
☆生活と自治  
☆組合員のたすけあい(エッコロたすけあい制度)  
☆まち活動  
など、目的別で集金します。



# 協同組合は / ユネスコ<sup>※1</sup>の無形文化遺産<sup>※2</sup>



自由研究にもおすすめ♪



どんなことが評価されたの？

コミュニティが直面する課題に対し、市民自ら参加し、話し合い、「共通の利益」に向けて社会の課題を克服していく。この思想と、それを実践する仕組みとして協同組合が評価されたよ!



2016に登録決定!

## 協同組合の思想と実践

共通の利益と価値を通じて  
コミュニティ<sup>※3</sup>づくりを行うことができる組織であり  
雇用の創出や  
高齢者支援から都市の活性化や  
再生可能エネルギープロジェクトまで  
さまざまな社会的な問題への  
創意工夫あふれる解決策を編み出している

(政府間委員会の決定の第1パラグラフ)

※1 ユネスコ=国際連合教育科学文化機関  
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization U.N.E.S.C.O.  
世界の平和のために教育や科学、文化などの活動を通じて広く貢献するために作られた国連の専門機関

※2 ユネスコ「無形文化遺産」  
世代から世代へと受け継がれてきた形のない文化的要素を、保護し継承するための世界的な共感と理解を促すためにつくられた

※3 コミュニティ  
地域社会や、居住地域を同じくし、利害をともにする共同社会の中で、複数の人が集まって形成されるもの。協同組合はコミュニティづくりの実践となっている。

## 協同組合は世界共通!

- ・自発的に手を結んだ人々が主役!
  - ・共同で民主的に管理する事業体を運営
  - ・共通の経済的、社会的、文化的なニーズと願いをかなえることを目的とする
- ☆19世紀に英国やドイツなど各国で生まれた協同組合の思想と実践は、全世界に広がり、現在は、世界100カ国以上で10億人の組合員が協同組合に参加しています。
- ☆日本にも農業協同組合(農協)、漁業協同組合(漁協)、生活協同組合(生協)大学生生活協同組合など、いろいろあります。

## 生活クラブ組合員の「共通の利益と価値」

### 生活クラブの実践

### 再生可能エネルギープロジェクト

- ・生活クラブでんき



Think&Act



ブランド・ステイメント

### 都市の活性化

- ・都市農業
- ・子育て支援
- ・自治体への政策提案活動
- ・天然酵母パンやさん
- ・お弁当やさん
- ・地域の居場所

### 高齢者支援

- ・悠遊
- ・アビリティクラブたすけあい など

いろいろな場面で「雇用の創出」につながっています



- ・班・地域のあつまり
- ・コミュニティ(防災)
- ・サークル活動

「社会問題への創意工夫あふれる解決策」がたくさんあります



# 食

**GMOフリーゾーン  
サポーターを  
宣言しよう!**



**遺伝子組み換え & ゲノム編集 NO!**

疑わしきは使用しません。  
自然の生態系を壊さないように。  
食品はもちろん、飼料もNO!

**国内の自給率を高める**

できる限り国内のものを選びます。  
飼料の国産化にも取り組んでいます。  
農地の保護にもつながっています。

**こだわりの調味料**

時間をかけてじっくり作る。  
製造工程でも化学薬品を可能な限り使用しません。  
Rびんを使用

**耕畜連携・循環農業**

生産者が連携して畜産の排泄物を堆肥にして堆肥を使った作物を飼料にする循環農業をすすめています。

**1品1生産者**

リスク分散の必要な米や果物・野菜以外は基本的に1つの品に対して1つの消費材に取り組んでいます。利用を集めるためです。

**よやくらぶ**

「食べる」と「つくる」の約束でお互い支え合い安心の消費材が届きます。



**減農薬野菜**

取り扱う野菜はすべて土づくりからはじめる「アースメイド野菜」

**食品添加物の削減**

日本で使用が認められている食品添加物の約1/10のみ許容

**フェアトレード**

公正で責任ある原材料の調達をめざしています。

**一頭買い**

いのちをありがたういただきます。フードロス削減。

**独自の自主基準**

自主基準によって自主的な管理をしています。食の安全性だけでなく、一般的には製造工程で使用されることの多い化学物質や、環境ホルモンなどに配慮し包材にも基準を設けています。

**生活クラブの消費材10原則**



食・豊・環境・人権・福祉・エネルギー

いいこと  
つながる♪

**消費材の利用**

GOOD  
FOOD

生活クラブでは生産者と消費者は対等互惠。

日常の「消費」を通して、  
今も未来も  
人・生きもの・環境にとって良くなる、悪くないかどうか持続可能かどうかあらゆる方面から検討し消費材を生み出しています。

前提になるのは、まとまった量の「利用」です。  
みんなで利用する＝利用結集することで生活クラブだけでなく社会もサステイナブルに近づきます♪

缶詰の缶の裏のコーティング剤とかもね

**脱プラ・脱石油**

Rびんを繰り返し使うことで資源の無駄づかいをしません。  
ペットボトルの消費材は防災用の水のみ。  
2024年ラベルレス化でCO2 5.4t/年削減見込み。  
その他の消費材包材の脱プラ化も積極的にすすめています。

# 環境

**エネルギー・でんき**

生産施設においても太陽光パネルでエネルギー自給に取り組んだり、生活クラブでんきを使ったり、CO2削減に取り組んでいます。エネルギー自給もともにめざしています。

**石けん・水を汚さない**

工場ではなるべく生産ラインも石けんによる洗浄をすすめています。  
肉厚わかめの重茂では養殖の海を守るためまちで合成洗剤を使わないように呼び掛けています。

体験農園も

**都市農業**

生活クラブ農園・あきる野では耕作放棄地を生産緑地に変え、固定種を中心に無農薬で野菜を作り、多摩きたエリアに野菜を供給しています。  
※小平センターエリアを除く

あきる野学園との農福連携も

使う人が増えれば  
いい循環を増やす  
ことができるんだね

私たちは単に品を買っているのではなく、その品をつくり、届くところまでのGOODなシステムを「利用」してるってこと!

消費材とは・・・生活クラブで使うものは商売の品ではないので、消費材とよんでいます。

＼あったらいいな／をカタチにしてきた多摩きたの30年

Thank you!

No.1



tamakita seikatsu club

# 30 th Anniversary



最初は班配送だけ。牛乳便・たまご便・農産物便、それぞれ専用のセンターからバラバラに班に届いてたんだって

組合員人数  
11,720人

## 多摩きた生活クラブ誕生♪

1965年、世田谷で牛乳配達から誕生した生活クラブ生協。27年を経て、さらに地域に根ざす生協になるために4つのブロックが独立。

## 共同購入改革PART1

班がまとめて注文するシステムから個人も注文できるシステムへ（個配）。配達は毎週、注文書は2週間分を隔週で提出。

1994

1999

組合員人数  
15,500人

OPEN

## デポー国分寺

デポーは1000人の班&荷捌き所！デポー組合員を1000人集めて、デポー国分寺がオープン。2年後にはデポー東村山、3年後には保谷センター跡地に、デポー西東京がオープン。

## 多摩西部と合流 (主に青梅センターエリア)

2004

保谷・国分寺センター閉鎖  
小平センター開設

2005

2006

## デポー東村山

## 共同購入改革PART2

毎週注文となり、インターネット注文もできるようになる。生産者になるべく負担をかけない「よやくらぶ」がはじまる。（予約注文）

2007

## デポー西東京

2015

デポー国分寺20周年  
(2017年に移転リニューアル)

2024

組合員人数  
約20,800人



今は、便利な個配やデポーでのお買い物当たり前になっているけど、ここに至るまでに組合員みずから利用しやすい仕組みについてたくさん話し合っ、変えてきた歴史があるんだね。

時短×消費材

## 麻婆豆腐ソース

このソースは炒め物にも使えて重宝します。とくに、これで作るジャージャー麺がイチオシ！ネギとひき肉を炒めてソースとからめ、レンチンか炒めた「むしやきそば」にかけてると出来上がり！甘口・中辛・辛口があります。配送は2個で1セット、デポーでは1袋から買えますよ♪



生産者：コーミ(株)



# こ 呼だま

4月号の応募用紙で  
いただいた感想より



「まちづくり」のページ、知っているようで知らないことがたくさんありました。私も安心な食材がほしくて加入しましたが、食だけが安心でも、本当の意味では安心した暮らしにはならないのだと学びました。エネルギー、コミュニティ、地域のたすけあい… それぞれが自分の住む町に関心を持ち関わろうとすることで自分自身も安心な暮らしが手に入る。いいことづくめですね。これからも楽しく、身近な人々とのコミュニケーションを大切にしていこうと思います。

まち・小金井 鈴木 真希子さん

先日フランスに行き、食糧自給率の高さを目の当たりにしました。特に主食となるパンなどの小麦製品は100%を超え、諸外国に輸出するほどか。酪農王国とも言われ、食の豊かさに目を見張りました。私たち日本も「食糧自給率」100%を目指して、頑張ってください。そのためには、徴兵制ならぬ徴農制。誰もが人生の一年を農業などの第一次産業に携わるといえるのでしょうか。その間は税金などなしで、お給料も出す。その財源は消費税などですかね。などなど考えてしまいます。よりよい明日をめざして。

まち・小平 木村 なつ子さん

ご意見・ご感想をお待ちしております。  
巻末の用紙に書いて、提出してください。

肌にやさしくコスパもよし！

## くらぶ家のん々



## 理事の つぶやき



祖母のタンスにしまってあった、戦争記念のアルバムを実家から持ち帰った。初めて祖母に見せてもらったとき、ものすごい衝撃を受けたことを覚えている。祖母は看護師として大陸に戦時中出向いていたそうでおそらくはその時の記録を誰かがまとめてくれたものらしいのだが、もう話を聞ける祖母もいないし、なんでこんな写真をアルバムにしたのかさえも分からない。平和とは何なのかを娘と一緒に考えるために家族でアルバムを開く。今の時代を生きる娘は私とはまた違った衝撃を受けるのだろうと心配もあるがしっかり日本の過去も知って未来を描いてほしい。学校で日本国憲法を学んできた娘に「核兵器禁止条約に日本が不参加なのはなぜ？」と聞かれたが私はうまく答えられない。目を背けるのではなく、見つめること、知ることと一緒にできる。平和は国が作るのではなく私たちが築いていくものだ子どもには伝えたいと思った。

まちづくり/まち・にしたま担当 いずみさわ みわ  
和泉澤 美和

## 編集後記

ユネスコ無形文化遺産。評価されたポイントの一文を読んだ時、「協同組合」が秘める価値ある可能性を存分に発揮しているのが生活クラブだと思った。生活クラブの組合員が問題を解決しようと前向きに進んできた証でもある。多摩きた生活クラブの30年がまさにそのあゆみ。そして今年には2025～2030年の長期計画を話し合っている。いろいろ叶えたいことはあるけれど、まずは原点。共同購入というしくみを通して持続可能な循環を成熟させていきたい。

うのき ちひろ  
宇野木 千尋

## 事務局 だより

はじめまして。入職6年目、今年度から東村山センター次長になりました。センター次長としては1年生のため、いろいろ分からないことだらけで日々の業務と格闘中です。



東村山センター次長  
いが だかあき  
伊賀 孝明

3歳の娘がいますが、平日は時間が合わず会えないことが多いので、休日は毎週家族で遊びに出かけています。妻とは週末にお互い趣味のお酒を飲んで過ごしています。最近はまっているのですが、通勤時にラジオやYouTubeを視聴することです。家に帰ってから寝る前に見ているとやめ時が分からず遅くなってしまうこともあるので、翌日にひびかないようにしたいと思います。4月から環境も変わり新たな気持ちでスタートしました。今後も色々なことにチャレンジしていきたいです。

# おでかけ♪ たまちゃん!!

go!



福生駅西口から歩いて5分 /  
「グルテンフリースイーツ <sup>マグ</sup> mug」へ行ってきたニャ♪

小麦アレルギーの人でも安心で、こだわりの材料でつくる、カラダにやさしい米粉スイーツのお店だニャ。店主のまみさんと生活クラブとの出会いは27年前。子どものころからお菓子作りが大好きで、まちのイベントでスイーツを作った喜びが今につながっているんだって。生活クラブの素精糖・酢・シナモンとデポールの青果は欠かせないとか。マフィンやシフォンケーキ、ガトーショコラ、焼き菓子など20種類がずらーっと並び、ジュシーパリ旨ポークウィンナーのマフィンもあったよ。マフィンは、地元の新鮮なおからとひよこ豆粉入りで、ベーキングパウダーを使わない分、米粉が1.3倍入り！1個でお腹いっぱい、ごはんの代わりみたい♪ 甘さ控えめ、素材を味わう優しい味で、満足感がずーっと続く魔法のマフィンだニャ。



グルテンフリースイーツ <sup>マグ</sup> mug

■住所：福生市福生660-5 オクダマンション1F ■営業時間：火・土13時～17時半 日曜13時～16時 \*Instagramあり

## クイズの応募要項

下の応募用紙に「今月のクイズ(表紙右上)」の答えと、今月号の感想、必要事項を明記の上、ご応募ください。  
正解者の中から抽選で2名の方に消費材をプレゼント♪

提出先

- ◆配送センター(配達便) ◆デポール店頭(レジ)
- ◆多摩きたブロック FAX:042-395-3833
- ◆WEBサイト「応募フォーム」⇒



## 当選者発表

おめでとうございます

まち・東大和 三浦京子さん  
まち・青梅 江原有輝子さん

【4月号のクイズの答え】

- Q. 協同組合原則の第7原則は○○社会への関与。  
○○に入る言葉は?  
A. 地域

## クイズ応募&意見・感想用紙

たまたて箱7月号

◇表紙クイズの答え ( )

※締切 7月26日(金)

★必ずご意見・ご感想をお書きください。

ご意見・ご感想は、「呼だま」のコーナーにまち名と氏名で掲載させて頂くことがあります。  
その際、文意の変わらない範囲で編集させていただくことをご了承ください。

まち名 ( ) お名前 ( ) TEL ( )

組合員コード ( ) 班・個配・デポール (いずれかに○)

メールアドレス ( ) @ ( )

生活クラブメールマガジン配信希望する

\*記入していただいた個人情報については組合員活動の目的以外には使用しません。