

# CIAO!

2022年

2月号



発行責任者：落合 由美／多摩南生活クラブ生活協同組合

編集：多摩南生活クラブ広報委員会

町田市小山ヶ丘2-3-11/Tel 042-798-4371/Fax 042-798-4376



WEB

Facebook

Instagram

## ★ 多摩南のきらきらさん

美味しく安全な野菜を食べたいと思っていたところ、友人につすめられて4年ほど前に加入しました。食べてみたらキャベツ・人参の美味しさにびっくり！地元・九州で食べていた美味しい野菜が手に入り嬉しくなりました。生活クラブで消費材を選べば安全・安心なものをわざわざ探す手間がいらすとても楽になりました。一番のお気に入りは冷凍石窯ライ麦ロールです。防災の備蓄品としてストックしていますが、焼くとパリパリで美味しく朝食にも重宝しています。それとケチャップ。これだけでピザソースにもなるし、びん入りで環境にもやさしく、もう普通のケチャップには戻れません。

まちで開催された金縛り教室への参加がきっかけで子育てひろばの立ち上げが叶いました。また谷口たかひさんのお話し会に参加して気候変動のこと、生活クラブでの買物が地球にやさしい買物であることなどを知ることができました。今後は「ごみの減らし方講座（生ごみの捨て方）」「ナチュラル掃除講座」などのイベントに参加してみたいと思います。

### 藤田佳奈さんのおすすめ！ 石窯ライ麦ロール 全国農協食品株



国産小麦粉を使用し、ライ麦を配合して石窯で焼いてあります。外は香ばしく、中はもっちり。自然解凍で食べられます。

### ◆ もくじ ◆

- P2……知ってほしい！アースメイド野菜の魅力
- P3……みんなでコミュニティを盛り上げよう
- P4・5…組合員発の事業で地域を豊かに
- P6……組合員ではない親子も楽しんだ！「ワクワクまつり」【報告】  
デポー
- P7……お気に入り「まぐろの漬け丼の具」  
おすすめレシピ！「たらと白菜の香味ダレがけ」  
私が配達しています 多摩統合センター  
私のまちの運動グループ【まち調布泊江】  
企業組合ワーカーズ・コレクティブ轍サンズ

**①多摩統合センター**  
町田市小山ヶ丘2-3-11  
tel : 03-5426-5218  
(コールセンターにかかります)  
fax : 042-798-4376

**②調布センター**  
調布市国領町3-4-3  
tel : 03-5426-5218  
(コールセンターにかかります)  
fax : 042-485-3447

**③デポー八王子みなみ**  
八王子市別所1-69-5  
tel : 042-670-3099  
fax : 042-670-3022  
開所 : 10:30~19:30

**④デポー国領駅前**  
調布市国領町3-3-5  
tel : 042-442-0710  
fax : 042-442-0714  
開所 : 10:30~19:30

**⑤デポー町田**  
町田市成瀬が丘  
2-27-1 FSビル1階  
tel : 042-706-0360  
fax : 042-706-0370  
開所 : 10:30~19:30

**★生活クラブ館**  
**まちだ**  
**イベントスペース**  
町田市旭町  
1-23-2

生活クラブが大好きな組合員を紹介します

●まち日野●  
藤田 佳奈さん



### 多摩南を支える仲間たち

12月末現在

配送

デポー

組合員数	16,167人	5,432人
加入者数	75人	34人
脱退者数	105人	25人
世帯当り	32,861円	14,695円
総利用高	532,609,523円	79,649,407円



**多摩南生活クラブ**  
9自治体 11まち  
2センター 3デポー

# 知ってほしい！ アースメイド野菜 の魅力

## 魅力1 土づくりを基本にしています

野菜は豊かな大地の恵みを受けて元気に育ちます。だから、土づくりが大事。そのために、できるだけ化学合成農薬、化学肥料を使いません。特に、毒性の強い農薬（削減指定農薬※）を優先的に削減！

提携産地の取組品目のうち削減指定農薬の不使用率は  
2015年度 71.5% ⇒ 2018年度 82%を達成しました！

※環境ホルモンに影響・毒物指定されている・ダイオキシン含有・水質汚濁性が強い・発がん性が指摘されている農薬

## 魅力2 栽培履歴が明らか

「いつ・誰が・どこで・どのように作ったか」が分かります。

## 魅力4 調査活動や交流

- 生産者の畑で生き物環境調査を行い、畑の環境も確認しています。
- ベジミーティング（畑見学）や援農（夢都里路くらぶ）など組合員との交流を大切にし、信頼関係をつくっています。



## 魅力3 自主基準で管理

- 残留農薬の自主基準値は、国の基準の1/10未満。
- 放射能の自主基準は25Bq/kg（国の基準の1/4）また、検出下限目標を6Bq/kgとし検査結果の信頼性を確保しています。
- 傷みや量目不足などの事故品を0.05%未満にすることを目標に検品、温度管理など対策を取っています。

## あっぱれ育ち・はればれ育ち・たぐいまれって？

アースメイド野菜の中でも、さらに栽培基準の厳しいものや特別な品種のもの。マーク付きで分かりやすい！



### あっぱれ育ち

栽培期間中※、化学合成農薬と化学肥料を使用しないで育てました。

※収穫する畝へ種を撒いた後、または苗を植えた後から収穫するまでの間



### はればれ育ち

栽培している畝では化学合成農薬や化学肥料をできる限り減らして育てました。化学合成農薬や化学肥料の使用基準は生活クラブと生産者で話し合って設定しています。



### たぐいまれ

「特徴のある味を持つ品種」や「地域で昔から栽培している品種」です。生活クラブと生産者が話し合いながら取り組んでいます。新黒水菜小松菜や黒田五寸人参など。

予約して食べよう

組合員の声を受け、4月から隔週取り組みも始まります！

## 予約・あっぱれ・はればれ野菜おまかせ4点セット

### ●なぜおまかせ？

生産者は出荷計画をもとに野菜を栽培しますが、その生育は気象状況に大きく左右され予定よりも早く育ったり逆に遅くなったりして取組週に出荷できず、一般市場に安い価格で出荷せざるを得ないということがあります。その時期に採れる野菜を余すことなく食べていこう！とおまかせのセットになっています。

### ●生産者が減農薬・無農薬栽培に挑戦できる！

生活クラブが買い取ることが保証されるので、新たに減農薬や無農薬栽培に挑戦しやすくなります。新規就農者も買い取り先を心配せずに作れることがうれしいと話します。

野菜生  
産者の  
動画↓



### ●生産者交流会のご案内

あっぱれ・はればれ野菜の生産者交流会  
～受け継ぐ土はたからもの～

生産者は、茨城県の有限会社丸エビ俱楽部。研修生を受け入れ、新たな担い手も育てています。

日 時：3月1日(火)13:00~15:00

場 所：多摩統合センター（定員10名）+ zoom  
(コロナ感染状況によってはzoomのみ)

参加費：無料

参加申し込みは8ページ

または右のQRコードから



# みんなで コミュニティ を盛り上げよう ～地域でつながり、たすけあえる関係を築くために～

生活クラブのコミュニティ活動を知っていますか？「聞いたことがないなあ」という方は、まち広報紙をチェック！ 様々な活動を通して、近くに住んでいる組合員同士がつながっています。

## コミュニティ活動の例

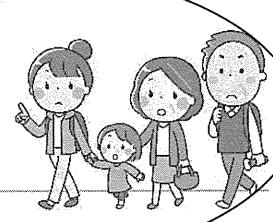
### 災害時を想定した消費材受け渡し訓練

個々の家への配達が困難になる事を想定して近くの施設などにまとめて消費材を届けてもらう。災害時はこんな受け取り方法もあるんだな。



### まち歩き

みんなで近所の危険箇所を確認しながらウォーキング。ここ、危ないね。避難時は通らないようにしよう。



### 「エッコロを知る」会

エッコロたすけあい制度の詳細はこちらから。



「月 100 円払っているエッコロをもっと知りたいし利用したいけれど、まずどうすれば良いか分からない」ガイドブックで確認。よし！早速利用してみよう。



その他の活動の事例や動画はこちらからも見られます。



## コミュニティでつながるとこんなにイイことがある♪

### ビギナー組合員さん

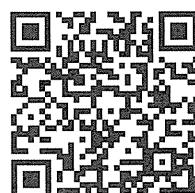
- ★生活クラブのシステムでちょっと分からないことをすぐに聞くことができる。
- ★おススメ消費材など、情報がどんどん入る。
- ★「ちょっとたすけてほしいな」という時近くにいる！声をかけやすくなる。

### ベテラン組合員さん

- ★1人よりも2人。2人よりも多勢。笑うと脳内ホルモンが出て幸福感アップ！
- ★「生活クラブ大好き」な組合員がひろがる！
- ★「ちょっとたすけてほしいな」という方の力になることができる。

## さあ、コミュニティ活動に参加しよう！

各まち、どこにコミュニティがあるかなど  
多摩南のコミュニティについてもっと詳しく分ります。  
右のQRコード または「多摩南生活クラブ コミュニティ」で検索★

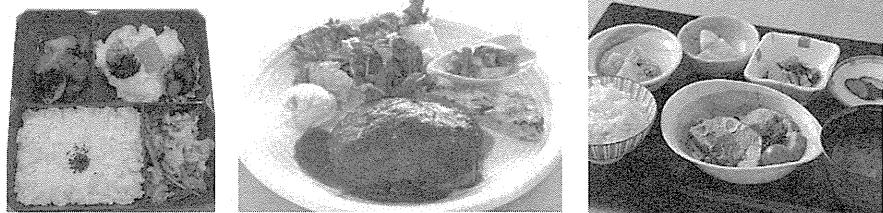


# 組合員発の事業で 地域を豊かに

## 暮らしを良くするために組合員がつくってきた事業とその団体(運動グループ)

### 弁当・レストラン

八王子市	NPO 法人食事サービス加多厨(配食サービス)
日野市	NPO 法人食事サービス Be すけっと Cook(配食サービス)
町田市	NPO 法人菜の花・まちだ(配食サービス)
	企業組合セミニヨン(カフェレストラン・弁当・センテナル食事)
	企業組合ワーカーズ・コレクティブ凡(ジャム・シロップ製造)
府中市	企業組合ワーカーズ・コレクティブ楓もあ (店頭販売・配食サービス)
狛江市	ワーカーズ・コレクティブ クイーンズ (店頭販売・デポー国領駅前総菜製造・配食サービス)



### デポー事業運営受託

八王子市	ワーカーズ・コレクティブかみつれ
調布市	ワーカーズ・コレクティブ Rainbow
町田市	ワーカーズ・コレクティブ Harmony



### 生活クラブ個別配送受託

町田市	企業組合ワーカーズ・コレクティブ轍あい
調布市	企業組合ワーカーズ・コレクティブ轍サンズ



### 自然エネルギーの推進・リサイクルショップなど

八王子市	エコメッセ風と緑のマルシェ八王子
	エコショップ元気広場
府中市	エコメッセ水・緑・木地 府中店
調布市	環境まちづくり NPO エコメッセ調布店てらのサウルス



### 援農・農地活用、体験農園など

八王子市	NPO 法人すずしろ 22
町田市	NPO 法人たがやす



### 企画、デザイン制作、調査など

府中市	一般社団法人ワーカーズ・コレクティブふろぼの工房
-----	--------------------------

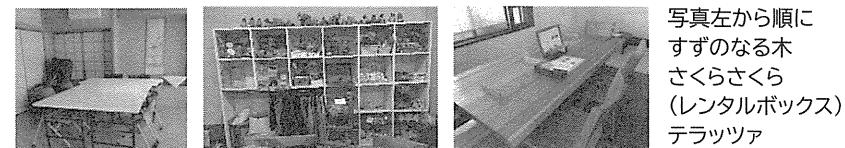
### たすけあい(ケアマネージャー・介護保険事業、介護保険適用外の高齢者・障がい者・家事援助・子育て支援、居場所など)

八王子市	ACT 八王子たすけあいワーカーズバードハウス
日野市	市民ユニットりぼん
多摩市	日野たすけあいワーカーズ Be すけっと
	ACT 多摩たすけあいワーカーズつむぎ
	NPO 法人麻の葉
	子育て応援団そらいろのたね
稻城市	一般社団法人 ACT 稲城たすけあいワーカーズこんぺいとう
町田市	NPO・ACT まちだ居宅介護支援事業所
	NPO・ACT 町田たすけあいワーカーズ
	NPO 法人みづきの会
	まちび~んず(子育て支援)
府中市	NPO・ACT 府中たすけあいワーカーズぽ❤ぽ
三鷹市	NPO・ACT みたかたすけあいワーカーズこもれび
調布市	NPO たすけあいワーカーズ調布はこべ
狛江市	NPO・ACT たすけあいワーカーズなかよし



### まちの縁がわ(身近につながりをつくる・居場所(ほっこりスペース)の運営)

八王子市	八王子・ワーカーズまちの縁がわ すずのなる木
町田市	町田・ワーカーズまちの縁がわ 小山田桜台 [ ほっこりスペース ]
府中市	府中・ワーカーズまちの縁がわ テラツツア



写真左から順に  
すずのなる木  
さくらさくら  
(レンタルボックス)  
テラツツア

### ともに働く事業所(働きづらさを抱える人と共に働く)

八王子市	NPO 法人こすもす(就労継続支援B型事業所)パン&カフェ
日野市	一般社団法人 ともに働くワーカーズえんこらしょ(清掃など)
府中市	一般社団法人共動作業所よって屋(部屋の片づけ・清掃)

「添加物を使っていないお弁当やお総菜が欲しいね」「年をとっても自宅で過ごせるようにお手伝いをしてあげられるといいね」など、自分たちの暮らしを良くするために組合員が様々な事業を立ち上げました。それが生活クラブの運動グループです。

## 運動グループの多くは ワーカーズ・コレクティブという働き方

事業を立ち上げるにあたり、以下の特長を持つ「ワーカーズ・コレクティブ」という、法律には制定されていない働き方をつくりました。

- ・メンバー全員が出資する
- ・メンバー全員が経営に主体的にかかわる
- ・メンバー全員が責任を持って働く
- ・メンバー全員で報酬を適正に分配する

出資者=経営者=労働者



法制化されていない働き方ということで問題点もあります。

- ・法人格がないことで、介護保険事業などの行政の仕事が受けられない。
- また、非営利事業にも関わらず一般課税となる。  
(NPO 法人格を取得することで対策してきた)
- ・労働者を雇わないので労働保険が適用されない。

これらの問題点を解決するために、「ワーカーズ・コレクティブ」の法制化を求めてきました。

- ・働く人が出資する。⇒協同組合である。
- ・雇われないで働く。⇒雇用関係がなくとも労働保険の適用を。
- ・相互扶助の精神で地域社会に貢献する事業をおこなう。(公益性)  
⇒税制優遇を。
- ・届け出により成立する。⇒作りやすさ

その結果、ワーカーズ・コレクティブを規定する法律「労働者協同組合法」が2020年12月制定され、2022年10月から(一部を除く)施行されることになりました。これにより、地域の多様なニーズに対応した事業を自治体と連携して、これまで以上に取り組みやすくなります。

ワーカーズ・コレクティブの詳細は右 QR から  
または 東京ワーカーズ・コレクティブ 検索 で。



多摩南生活クラブ WEB サイト(右 QR コード)から運動  
グループ各団体の運営サイトへリンクしています。  
それぞれの団体の事業内容をぜひご覧ください。



年に数回、「働き方説明会」を実施しています。  
あなたの力を発揮できる場所が見つかるかもしれません。また、  
あなたの地域に「こんな機能がほしい。」「作りたい。」という方も  
地域協議会ニュースや配布されるお知らせをご覧ください。

# 組合員ではない親子も楽しんだ！「ワクワクまつり」【報告】

## 11/13(土)調布センター、11/27(土)多摩統合センターにて

### 人気企画を改善して、より楽しめるまつりへ

最初にワクワクまつりを開催したのは、2020年9月多摩統合センターで。初めての子ども向け企画ということもあり、おおぜいの組合員が組合員でないお友だちと一緒に参加し、加入にもつながりました。

違った場所や季節で開催を重ね、その都度内容をプラスアップしてきました。パワーアップしていくワクワクまつり、ぜひお友だちを誘って一緒に来てくださいね。11月開催の様子を少しご紹介します。

### 定番は「はじめてのおつかい」と「お仕事体験」



おやつを選んだあとは  
バーコードリーダーで  
ピッ！ お菓子はマイ  
バッグに入れます。



配送員の制服を着て、段ボール製のトラックに注文の品物を入れて台車でお届け。  
最後に配達車に乗つてクラシヨン鳴らして記念撮影。

### 多摩統合センターだけの企画

1つは巨大迷路。



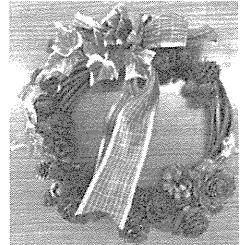
配達時に消費材を入れるエバッケを積み上げて、

巨大迷路を作ります。今回は前回より難易度を高くし、親子と一緒に楽しんでいました。

もう一つは業務用冷凍庫体験。多摩統合センターは、生活クラブの数ある配送センターの中でも最大級なので、冷凍庫も最大級。親子とも初体験で、「寒っ！」などの声が聞かれただけでなく、配送センターの役割を知ってもらう機会にもなりました。

### 季節の企画（調布センター）

クリスマスリース作り。



松ぼっくりは多摩霊園で、どんぐりは家の近くで集め、長く飾れるように湯がいて乾燥させたので、虫対策はばっちり。自然素材を活かしてオリジナルリース作りを楽しんでいました。

## デポー

### 生活クラブでんき、デポーで申し込みます

にかほフェア開催

#### 「でんき」を価値で選びませんか？

- ★再生可能エネルギーの普及を応援できる。  
(支払った電気料金は原発を持つ会社に流れない)
- ★再生可能エネルギーの普及によって CO<sub>2</sub> の排出量を減らし、地球温暖化を遅らせることができる。
- ★負の遺産（廃炉問題、化石燃料の枯渇）を残さない。
- ★生活クラブの風車や太陽光発電所のある地域の名産品を消費材として取り組むことで、でんきの産地を応援できる。

「生活クラブでんき」っていいかも！と思ったら、ぜひ下記の消費材カフェにお越しください。2月のテーマは「生活クラブでんきの学習会」です！ でんきの申込みもできます。

デポー八王子みなみ	2/20(日)14:00～
デポー国領駅前	2/25(金)11:00～
デポー町田	2/21(月)11:00～

資料準備の都合上、2日前までにデポーにお申込みください。

#### にかほから消費材生産者が来ます！

日時：2/25(金)14:00～15:30（予定）  
場所：デポー国領駅前  
生活クラブ風車「夢風」建設地の秋田県にかほ市と生活クラブの連携事業や、にかほ市とその物産を紹介します。

#### 2/21～27のにかほフェアでは普段買えないにかほの名産品も！

- ★回転備蓄にも人気「タラーメン」
- ★生活クラブ仕様「はたはたのオイル漬け」
- ★酒粕炙りハタハタ
- ★鱈の魚醤使用「たらどら」
- ★にかほ市産いちじく使用  
「いちじく羊羹」「朝摘みいちじくパイ」
- ★きりたんぽ鍋に「比内地鶏スープ」など

## おすすめレシピ！ ビオサポレシピ たらと白菜の香味ダレかけ



【材料】(2人分)

真だら切り身…150g 白菜…1/8個(200g)  
酒…小さじ1 人参…1/4本(30g) ぶなしめじ…80g  
肉厚わかめ…20g

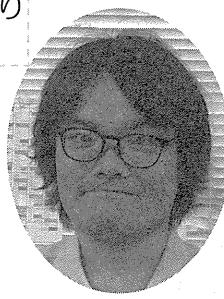
★ 「丸大豆醤油…大さじ1 純米酢…小さじ1  
素精糖…小さじ1/2 にんにく(すりおろし)…少々  
すりごま白…小さじ1 長ねぎ(みじん切り)…30g」

## 【作り方】

- ① 真だらは解凍し、水気をきって酒をふる。
- ② 白菜は食べやすい大きさにざく切り、人参は3cm長さの短冊切り、ぶなしめじは石づきを除いて小房に分ける。わかめは包材の表示通りに塩抜きし、2cm幅に切る。
- ③ 耐熱皿に②、①を順にのせ、ラップをふんわりかけて電子レンジ(500W)で6分加熱する。器に盛り、★を混ぜ合わせてかける。

多摩南21,000人の会

私の気に入り  
231



まぐろの漬け丼の具

配送税込 678円

轍サンズ 諸戸 優さん

忙しい方に非常にお勧めの消費材です。冷凍で届きますので食べようと思った日に事前に冷蔵庫に入れておいて解凍しあとはご飯にのせて食べるだけです。味付けも絶妙な醤油ベースのタレで漬けてあり非常に美味です。

次回取組みは2月1回



## ☆☆私が配達しています☆☆

多摩統合センター長  
中島 翔

10月より多摩統合センター配属となりました。

センター長の中島 翔と申します。

多摩統合センターは私が10年以上も前に配送アルバイトとして生活クラブに入職した初めてのセンターでやっと戻ってきたという感じです。

母が町田の野津田で組合員、実弟が轍・あいの理事として在籍しまさに中島一家で生活クラブに

関わっております。

昨今は新型コロナウイルスという脅威の中、今までとは全く違う生活を強いられてきました。生活クラブでも感染予防対策を徹底し配達業務をおこなっています。今後も色々と状況が変わる中、組合員、生産者、事務局と力を合わせて盛り上げていきましょう！



## ☆☆私のまちの運動グループ☆☆

(まち調布狛江)

### 企業組合ワーカーズ・コレクティヴ轍サンズ

調布センターで生活クラブの配達業務全般を受託しています轍サンズです。

配送エリアは調布市・狛江市・三鷹市の全域と、昨年度の下半期から加わった世田谷区の一部(まちきぬたエリア)です。

メンバー構成は男性が17名、女性が1名(事務担当)の計18名です。平均年齢は38.7歳と轍のなかでは比較的若い組織だと思います。運営もメンバー全員で行い意見も言いやすく風通しの良い組織で、時に厳しく時に楽しくメリハリを付けて日々の業務にあたっております。調布センターはあまり大きなセンターではありませんのでセンター職員との距離も近く(色々な意味で...)様々な活動において事前に打ち合わせをしっかりと行い連携が取れていると思います。

コロナの収束がまだ見えないとは思いますが、今まで以上に元気に消費材をお届けしますので今後ともよろしくお願ひ致します。



〒182-0022 東京都調布市国領町3-4-3  
多摩南生活クラブ生協調布センター内

TEL 042-483-4881  
FAX 042-485-3447

# サステイナブルなひと、 生活クラブ

問合せ・申込み：多摩南本部事務局

TEL 042-798-4371 (月～金、9時～17時受付)

FAX 042-798-4376 (24時間受付)

e-mail : block.tamaminami@s-club.coop

こちらからも申し込みます



イベント	日時	会場・託児
★「葬儀学習会 ～自分の意思と家族の意思～」	2月21日(月) 13:00～14:30 締切：2月14日(月)	会 場：多摩統合センター またはオンライン 参加費：無料 託児：要相談
★「あっぱれ・はればれ野菜の生産者交流会 ～受け継ぐ土はたからもの～」	3月1日(火) 13:00～15:00 締切：2月22日(火)	会 場：多摩統合センター またはオンライン 参加費：無料

★企画はオンライン参加ができます。多摩南 WEB イベント一覧(右上 QR コード)から申込後、URL を配信します。

【お願い】予定している企画が急遽変更される場合があります。

申込み、参加の前には多摩南生活クラブ WEB サイトをご確認ください。

## ■2022年度多摩南生活クラブ生協 総代会を公募します■

多摩南生活クラブ生協第28通常総代会を6月3日(金)に開催します。開催に向けて定款及び総代選挙規

約に基づき2022年度総代選挙を行ないます。総代定数は200人です。立候補受け付け後立候補者名簿をセ  
ンター・デポーに掲示し掲示期間中に異議申し立てがない時は記載された立候補者が当選したものとします。

○総代立候補受付期間：2022年3月12日(土)～3月31日(木)

○立候補者名簿掲示期間：2022年4月15日(金)～4月21日(木) 投票日4月22日(金)  
※但し、選挙実施の場合のみ。

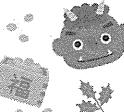
無投票の場合は、4月18日(月)～4月24日(日)

○選挙区分別定数	八王子北	八王子南	日野	多摩	稲城	町田西	町田中央	町田南	府中	三鷹	調布狛江
	18	34	12	12	7	9	22	27	11	13	35

○応募方法：各まちのまち委員会へお申し出ください。

■問合せ先：多摩南本部事務局

## Ciao! 2月号 申込書



配送組合員は配達便で、デポー組合員はレジへ提出してください。

FAX(上記番号)でも受け付けています。

まち( )班・個・デポー(○印してください)

名前( )組合員コード( )

電話番号( )

メールアド( )

希望項目に□チェックしてください

□葬儀学習会～自分の意思と家族の意思～

□あっぱれ・はればれ野菜の生産者交流会～受け継ぐ土はたからもの～

ご記入いただいた情報は生活クラブの活動に限って利用させていただきます。

### 多摩南の総代について

生協は組合員が出資・利用・運営する組織です。多摩南 21,500人の声を聞くのは難しいので、組合員の代表である総代が集まって意見を出したり、総代会では2021年度の活動の承認や2022年度の活動計画の採決を行います。

任期：1年間

出席いただきたいもの

・春の総代意見交換会(5月予定)

・多摩南通常総代会(6/3(金))

・秋の総代意見交換会(10月予定)