

CiAO!

2021年

9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

多摩南生活クラブ 検索



★ 多摩南のきらきらさん

食べ盛りの子もたちのために安全な食品を探していましたが、お店でなかなか探せないと思っていた時に、近所の郵便局でたまたま生活クラブの方から説明を受けました。そこで、生活クラブに興味をもち、今の自分にぴったりだと思い入りました。入ってみて、安全で美味しい消費材を簡単に買うことができ、とってもよかったです。しっかりと安全への取り組みを発信して下さっているの、どの消費材を選んででも安心だと思えるのが素晴らしいです。

好きな消費材はシューシーパリ旨ポークウイナー。その名の通りシューシーでとっても美味しいです。無添加の美味しいウイナーがこの値段で買えるのに大満足し、我が家の冷凍庫にはいつもストックしてあります。お弁当にも大活躍です。それとホットケーキミックスも欠かせません。優しい甘さでそのままホットケーキを作っても美味しいのですが、家でのお菓子作りにも大活躍しています。スコーンやワッフル、クッキーなどが思い立った時にすぐ作れるので、とても重宝しています。

生活クラブが大好きな組合員を紹介します

●まち府中●
上岡 佳奈さん

上岡さんのおすすめ！ シューシーパリ旨
ポークウイナー
(株) 平牧工房

スモークの香りも効いているあらびきタイプのウイナー。ゆで焼きがおすすめ。

- ◆ もくじ ◆
- P2.....生活クラブの放射能検査
 - P3.....生活クラブのリユースびんでごみもCO₂も減らそう・防災月間
 - P4・5... 食べることでつながる「まちづくり」
 - P6.....CO₂削減、脱原発だけじゃない 生活クラブでんきの「価値」デポー
 - P7.....お気に入り「小粒カップ納豆」
レシピ「納豆×チーズ×ちくわのコンボ焼き！」
私が配達しています
私のまちの運動グループ【調布狛江】 デポー-国領駅前 Rainbow

多摩南を支える仲間たち

7月末現在	配送	デポー
組合員数	16,116人	5,361人
加入者数	106人	45人
脱退者数	103人	39人
世帯当り	24,075円	12,410円
総利用高	387,831,703円	66,441,526円



- 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

※デポー-八王子みなみ・町田定休日：水曜 デポー-国領駅前定休日：日曜 但し開所時間は現在全店舗 19:00 までとなっています

「食の安全」を次の世代に繋いでいきましょう 生活クラブの放射能検査

2011年の東京電力福島第一原子力発電所の事故が発生してから、放射能による食品の汚染状況を全体的に把握するために検査を開始しました。その後、徐々に検査装置を増やし、基準値をより厳しい数値に更新してきました。基準値とは「この数値を超えた消費材はお届けしない」という基準であり、検査の結果、この基準を超えるものについては供給を中止しています。

汚染されたものを排除するのが目的ではなく、食の安全を守るため、情報公開を基本として放射能検査に取り組んでいます。

●注目ポイントその1：国の基準よりはるかに厳しい自主基準

基準値が断然厳しい！

乳幼児の口に入るものや、食べる回数や量が多い食品は基準を低くするべきとしています。

「検出下限値」も公開している！

「検出下限値」以下は不検出となり「検出下限値」で検査の精度が分かります。どのような検査機器を使うかが重要になり、この「検出下限値」が低いほど信頼性が高くなります。

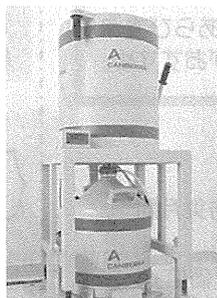
国と生活クラブの基準値の比較表

〔セシウム134と137合計値
単位：Bq/kg〕

生活クラブの放射能自主基準 (2016年4月)			国の基準	
区分	検出下限 目標値	基準値	区分	基準値
「すくすくカタログ」 掲載食品(乳児用食品含む) ※2016年6月供給から	1	不検出	乳児用 食品	50
飲料水	1	5	飲料水	10
牛乳(原乳)			牛乳	50
米	2.5	10	一般 食品	100
鶏卵・鶏肉・豚肉・ 牛肉・乳製品				
青果物・魚介類・ 加工食品	6	25		
生椎茸	10	50		

●注目ポイントその2： 検査実績は国内トップレベル

検査によりリスクが少ないと分かった品目の検査回数を減らし、検査すべき品目は検査頻度を増やしています。1年間の検査数は約9000件。2011年以降の生活クラブ放射能検査数は13万件を超え、検査実績は国内トップレベルです。



ゲルマニウム
半導体検出器

●注目ポイントその3： 放射能検査結果の徹底した情報公開

組合員の一人ひとりが実態を把握できるように、検出下限値を含めて放射能検査の結果を公開しています。WEBでどなたでも確認できます。

放射能検査結果データベースは
こちらから ⇒



放射能検査にも協力してくれている生産者

検査に必要な消費材は、生産者が提供してくれています。国よりも厳しい基準で生産できるようにがんばっている生産者があってこそ、消費材を利用できているんですね。

私たちは、消費材をわかって利用することで生産者の努力に応えていきましょう！

生活クラブのリユースびんで ごみも、CO₂も減らそう

家庭から出るごみの約60%は、容器包装ごみ。

中でもペットボトルやプラスチック製容器包装などが多くを占めています。生活クラブはくり返し使えるリユースびんを採用することで、こうしたごみを減らし「脱プラ」につなげています。

リユースするほどCO₂削減に！

何度もくり返し使うリユースと、一度しか使われないリサイクル。CO₂排出量を比べてみると…こんなに違います。

- ・通常のリユースびんを自治体でリサイクル：340g
 - ・超軽量のRびんをリユース：90g
- 250g削減！
- 何度も使うことで、さらに環境負荷を減らすことができます。



Rびん回収率UPキャンペーン

だれでもできる！空びん返して脱プラ

期間中に500ml、900mlのRびんいずれか3本を返却すると、抽選で888名に「木製なめらかスプーン2本組」をプレゼント！

- キャンペーン期間：11月26日(金)まで
- 対象品目：500ml、900mlのRびん
- 応募方法 ①用紙で応募：9月3回配布のOPINIONチラシより応募
- ②WEBで応募：生活クラブ連合会の特設ページにある申込フォームに入力→→→



9月は防災月間です



台風発生が多い時期になりました。梅雨の時期には局所的豪雨や線状降水帯といった長時間に渡る豪雨が日本各地で発生しました。2年前のこの時期には多摩川が決壊して浸水被害も出ました。

「いざという時」を想定し、備えましょう。備えるといっても「物資」「知識」「保障」と様々です。隣近所と顔見知りであることも大切です。自分に無理なく、できることから始めましょう。

コミュニティでは・・・ポイント受け取り訓練

大きな災害時には、配達トラックはポイントを限定して消費材を届けます。それを受け取りにポイントへ行く訓練を、コミュニティごとに行います。



多摩南生活クラブ
WEBサイト

自分の居住エリアにコミュニティはある？！左QRコードより確認。記載エリアにお住まいの組合員は全員がコミュニティメンバーです。

- ①実施期間・・・9月～11月
- ②お知らせ・・・実施コミュニティの組合員には手紙でお知らせ
- ③訓練方法・・・指定日時にポイントへ行く。(消費材無料配布)



災害物支援
資配達訓練
中と書いた
トラックで
届けます。

個人では・・・ローリングストック (=回転備蓄)

少し多めにストックして、日常的に使いながら使った分だけ買い足す。食料だけでなく、ペーパー類、耐熱ビニール、防災グッズなども少しずつ備えておくと良いですね。

詳しくは右QRコードより確認。



生活クラブ連合会
WEBサイト

防災の話、保障の備えを今一度確認する企画を10月下旬開催予定。詳細は、たまみな♪9月号、または多摩南WEBサイト「月別イベント一覧」に決まり次第掲載。

消費材を利用すること＝食べることが、あなたの地域を元気にしています！

食べることでつながる 「まちづくり」

多摩南生活クラブでは、消費材を通して生産者とともにより豊かな地域づくりをめざしています。

地域のとうふ・野菜・パンの生産者と連携し、食べることによって持続可能な社会をつくりまします。



とうふ生産者を 次世代に残す

●生活クラブのとうふは昔ながらのとうふ

国産大豆 100%・天然にがり使用・消泡剤不使用の大豆の味が活かした生活クラブのおいしいとうふ。市販では、効率重視で薄い豆乳でも固まる化学合成凝固剤を使ったものがありますが、その凝固剤の中には安全性に疑問のあるものもあります。地元の3生産者が、安全でおいしいとうふを提供してくれています。

●とうふ生産者との歩み

約25年前、多摩南生活クラブでとうふの取組みを始めるにあたり、生産者を探して組合員は歩き回りました。当時のとうふ業界では消泡剤を使うのが当たり前だったそうで、消泡剤なしでは作れないと跳ね返されたそうですが、何度も話し合いを重ねたすえ、今のような消泡剤なしのとうふを作ってもらえることになりました。

●ホンモノのとうふを守るために

こんな昔ながらのとうふを作る生産者の数が減っている中、多摩南の3生産者は本来のとうふを作り続けています。

「とうふ」という日本の食文化を残すためにもしっかりと食べて応援しましょう。

生産者からのメッセージはこちら→



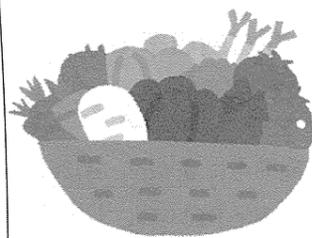
稲城 須黒食品



日野 三河屋



府中 元気屋



都市農業*を守り育てる

都市農業とは、身近にある生活と密接に関連している農業のこと。

●多摩南エリアの生産者

以前に比べると減ってしまいましたが、多摩南エリアの生産者は6人。配送、デポーに出荷している町田地場生産組合の4人とデポーのみに出荷している生産者2人です。生活クラブの厳しい基準で栽培しています。

●身近な農地があることで

- ・新鮮な旬の野菜を食べられる。
 - ・緑が保全され、生物多様性が保たれる。
 - ・みんなの癒しとなる。 など・・・
- 様々な面で、あなたの地域が豊かになっています。

●都市農業を守るために

- ・デポーで、地元の生産者の野菜を買って応援しよう！

- ・ベジミーティングに参加して生産者の話を聞こう！

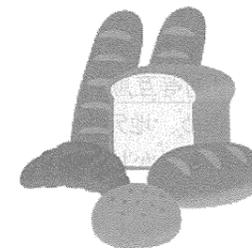
多摩南のイベント一覧 →



- ・生活クラブ農業体験農園「のらっこおいぬま」に参加しよう！12月頃、募集があります。

- ・援農ボランティア活動に参加しよう！

NPO 法人たがやす(町田)とNPO 法人すずしろ22(八王子)の2つの援農団体があります。参加してみませんか？



生産者の事業を支え、 地域の課題を解決する

多摩南生活クラブで取り組みのあるパン生産者の活動を紹介しします。

●NPO 法人 パン&カフェこすもす

配送(一部)

八王子みなみ

八王子で安心して食べられる美味しいパンを作りたいと組合員がワーカースを立ち上げ、パン屋さんからスタートしました。現在は就労継続支援B型事業所として地域の居場所にもなっています。

【パン・菓子の製造/販売、カフェ】

●もりの窯(社会福祉法人 由木かたくりの会)

八王子で障害のある子どもを持った家族のみなさんが1軒のログハウスからスタート。現在では、就労継続支援B型事業所、障害者相談支援センター、グループホームの開設など大きな広がりを見せています。【無農産野菜類の生産/加工/販売、パン・菓子の製造/販売、カフェレストラン】

国領駅前

●社会福祉法人 地の星

町田

ハンディを持つ人々とともにすべての人が安心して暮らすことができる地域社会をめざし、生活介護、就労移行支援、就労継続支援B型、共同生活援助、短期入所施設、特定相談支援、地域生活支援施設の運営をしています。【パン・菓子・ジャムの製造/販売】

●コミュニティベーカリー風のすみか

国領駅前

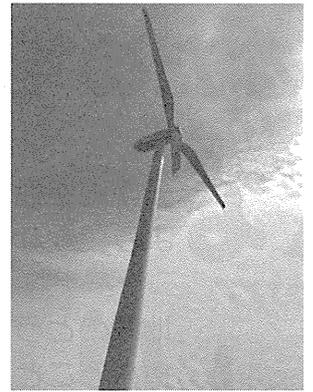
(NPO 法人 文化学習協同ネットワーク)

働くこと、社会に参加することにハードルを感じている若者が、働きながら学ぶことができるパン屋さん。パンの配達、イベントや賛同してくれる企業などでのワンデイショップでの販売を通し、社会と出会う機会を作っています。【パンの製造・販売】

は取り扱いのあるデポー



CO₂削減 脱原発 だけじゃない！ 生活クラブでんきの「価値」



↑秋田県にかほ市「夢風」

【報告1】7/3(土)生活クラブの学校・電気の連続講座

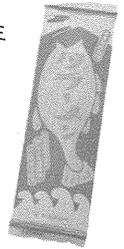
コンセントの先にある「生活クラブでんき」のふるさと-地域間連携-

講師：西城戸誠氏(早稲田大学文学学術院教授)

でんきだって消費材。野菜やお米やお肉に産地があるように
でんきにも「産地」があり、そこに住む「人」がいます。
生活クラブは、その地域と顔の見える関係を築き、地域活性につなげることを大切に
しています。生活クラブでんきの魅力のひとつ「地域間連携」についてお話を伺いました。

■地域との対等互恵な関係をめざす

1986年のチェルノブイリ原発事故をきっかけに脱原発の運動をすすめてきた生活クラブは、2012年秋田県にかほ市に風車「夢風」を建設。しかし…地方でつくった電力を都市で使うだけでは原発と同じ構造になってしまいます。⇒お互いがプラスになる「対等互恵」な関係を！
そこで、にかほ市への訪問や物産展の開催など地域との交流を深め、地元生産者との共同開発による「夢風ブランド」が誕生。タラメンや鱈しょつつるなど特産品を活かした味が大好評です。



■風車「夢風」による効果

直接的な経済効果(売電収入や税金など)のほか、夢風ブランドなど生活クラブの取組みによる波及効果。そして、なにより地元住民にとって「希望のある存在」となっていることがポイント。人口減少で活気がなくなっていた地域に、風車によって都市との交流が生まれ、定住人口ではなく関係人口が大幅に増え、住民の意識もポジティブに。

■「私」が参加して、つくっていく電気

地域との連携により自前で発電している生活クラブでんきは、直接的に事業に関わり、自分たちの手で社会や地域を変えていける「参加する楽しさ」があります。楽しいと人は動きます。そして持続します。
脱原発やCO₂削減だけでなく、「楽しい」から生活クラブでんきを選ぶ。そんな人を増やしたいなと思いました。

【報告2】7/17(土)にかほ市とのオンライン交流会+学習会

私たち組合員と地元生産者、自治会のみなさん、副市長との交流会。その中で心にグッときた言葉をご紹介します。

- ・生活クラブさんとは遠距離恋愛のよう。(伊藤製麺所 伊藤さん)
- ・生活クラブでんきは単なる脱炭素とは違う。持続的な地域活性の源になる。(学習会の内容より)
- ・夢風はただ電気をつくるだけじゃない、発電以上のエネルギーを生み出している。

(にかほ市副市長 本田さん)

顔が見え、お互いにプラスになる関係を築いている生活クラブでんき。

あなたはどんな電気を選びますか？

デポー

秋まつりは生活クラブとデポーを知らせるチャンス！

お友だちを誘って、デポーに来てね♪。

<秋まつりの日程>

八王子みなみ	9月11日(土)・12日(日)
国領駅前	10月15日(金)・16日(土)
町田	10月2日(土)・3日(日)

お友だち紹介プレゼントの「選べるさ・し・す・せ・そ」
の他、駅にポスターを掲示
するなど、デポーを知らせ
加入をすすめます。



おすすめレシピ!

**ビオサポレシビ
納豆×チーズ×ちくわのコンボ焼き!**

【材料】(2~3人分)

- グチ入ちくわ…2本
- 小粒カップ納豆…1パック、
- スライスチーズ…1枚



【作り方】

- ① グチ入ちくわ 2本を縦半分、横半分に切る。
- ② ①に小粒カップ納豆 1 パックを均等にスプーンでのせ、スライスチーズ 1枚を 8等分にしておかぶせる。
- ③ トースターで焼き色がつくまで約 5分焼く。

多摩南21,000人のレビュー

私のお気に入り
226



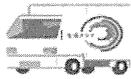
小粒カップ納豆
配送税込 178円



Rainbow
林 輝美さん

遺伝子組み換えを使用していない国産大豆 100% の納豆です。発酵食品が身体によいということで、毎日欠かさず食べています。

次回取組みは 9月3回



☆☆私が配達しています☆☆

調布センター 轡サンス 保坂 悟

こんにちは、週の前半は多摩南エリアでそして後半は世田谷エリアの配達をしている 42歳の2児のお父さんです。生活クラブの配達を始めて7年目になりますが、会ったことのない組合員の人数の方がはるかに多く、これから出会う方にも『こんな人が配達しているんだ』と覚えてもらえたら嬉しいです。

話は変わりますが、現在コロナ禍で田舎の新潟にも帰れず年に1,2回は両親に会えていたことが今では出来ずに2年が過ぎようとしています。同じような方がたくさんいると思います。子どもたちにも安心しておじいちゃん・おばあちゃんに会わせてあげたいです。



☆☆私のまちの運動グループ☆☆【まち調布狛江】

デポー国領駅前 ワーカーズコレクティブ Rainbow

デポー国領駅前は 2006年4月にオープンし、そのフロア一業務を担うワーカーズとして Rainbow が設立されました。現在、12名のワーカーズメンバーと2名のアルバイトで日々フロア業務を行っています。デポー国領駅前は、その名の通り、京王線の国領駅徒歩3分のところにあります。

開設当時の国領駅前は古い駅舎で、「開かずの踏切」が南北の生活圏を分断していましたが、その後、京王線の地下化と駅前の街づくりが行われ、新しい駅舎と広々とした駅前広場が整備され、周辺にはおしゃれなマンションも立ち並ぶなど、すっかり様変わりしました。とは言え、駅前ということもあり、周辺には、名だたる大型スーパーも立ち並び競合圏でもあります。その中で、デポー国領駅前は、小さいながらも、生活クラブの消費材を提供する「唯一無二」のお店として、これから

も組合員の皆様に親しまれるよう、スタッフ一同、元気に頑張っています。ぜひ、ご利用ください。

デポー国領駅前
Instagram
はじめました!
デポー国領駅前のオススメ情報、配信中! Follow me!
→のQRコードを読んでね!

所在地: 調布市国領町 3-3-5
電話: 042-442-0710
FAX: 042-442-0714



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めます



イベント	日時	会場・参加費・託児
ワクワクまつり 🌀はじめてのおつかい 🌀巨大迷路で宝探し 🌀はじめてのお仕事体験 など	9月11日(土) ① 10時～12時 ② 13時～15時	多摩統合センター・こども 300円・ 託児なし 9/3(金)締切厳守 電話またはWEBで
美味しいポークの話 オンライン de 豚肉学習会	9月14日(火) 10時～12時	多摩統合センター・無料・託児あり ★
映画「海～消えたプラスチックの謎」上映会 同時開催 プチエコマルシェ	9月25日(土) 10時～12時	多摩統合センター・無料・託児なし ★ 映画オンライン視聴は9時～24時に可
ワクワクまつり	10月2日(土)	調布センター・こども 300円・託児なし
まちフェス2021 (8/28より延期)	10月10日(日)	多摩統合センター・無料・託児なし

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

#生活クラブ み～つけた!! 📷 紹介します!

今月は遊佐町共同開発米部会です。ドローンで撮影した動画などもあり、米作りの様子がよくわかります。

緊急事態宣言の延長にともない、予定していた企画を延期しています。それぞれの企画は十分な感染対策をとって開催しますが、参加される際はマスクの着用をお願いいたします。また参加当日発熱がある場合などは参加をお控えいただきますようお願いいたします。

Ciao! 9月号 連絡票

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 (〇印してください)
名 前 ()
組合員コード ()
電話番号 ()
メルアド ()

- 豚肉学習会に実参加します
- 「海～消えたプラスチックの謎」映画会に実参加します
- 10/2 ワクワクまつり参加希望 ①午前()名 ②午後()名
- Ciao! への感想・意見などをお寄せください。

この紙面にイニシャルで掲載することがあります。

ご記入いただいた情報は、生活クラブの活動に限り利用させていただきます。



📍 you.you.mai.kouhou 遊佐町

閲覧176件・depot_hachioujiminamiが「いいね!」しました

you.you.mai.kouhou 遊佐町共同開発米部会広報部です。本日も順調に【いもち病の予防、カメムシ駆除】を無人ヘリコプターで頑張っています! その様子をドローンで撮影しました! ※操縦は会長です(笑)

#農業
#無人ヘリコプター
#遊you米