

CiAO! 2022 年 12 月号

サステナブルなひと、
生活クラブ

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



生活クラブって生協だよ。生協＝生活協同組合だよ。

協同組合ってなに？

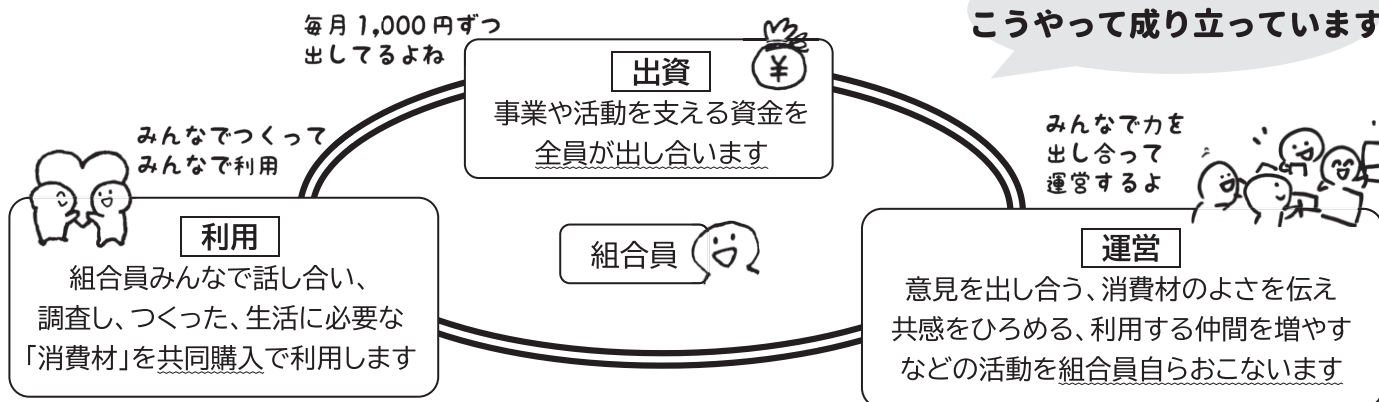
一般の会社と
どう違うの？

農協、漁協、大学生協などなど、協同組合にもいろいろあります。

営利を目的とする企業とは違い、みな非営利団体。企業とは目的もしくみも違います。

生活協同組合(生協)は、出資・利用・運営を組合員自らが行います。

生活クラブは
こうやって成り立っています



生活クラブは、組合員の生活や社会を良くするために、

組合員が自分たちのほしいものをつくり、利用しつつ運営までおこなう組織です。

単なる
「無添加食材を扱う
宅配サービス会社」
じゃないよ！

▶生協と株式会社、どう違うの？

	生協（非営利団体）	株式会社（営利を目的）
出資する人	組合員（人に限定）	株主（人に限らず、法人も可）
目的	組合員の暮らしの向上、より良い社会の実現	利潤の追求、出資者の目的は配当金や株の値上り
どんな組織？	組合員＝利用者＝出資者	・利用者と出資者は同じではない ・利用者は不特定
運営の方法	・一人一票の議決権を持ち平等 ・組合員の直接参加による民主的運営	・一株一票の議決権、大株主の力が絶大 ・株主は、日常の運営に通常参加しない
利益が出たら	・出資配当に制限あり ・剰余金の利用高配当を行う場合あり	・利潤の配当に制限がない ・利用者への配当は特になし

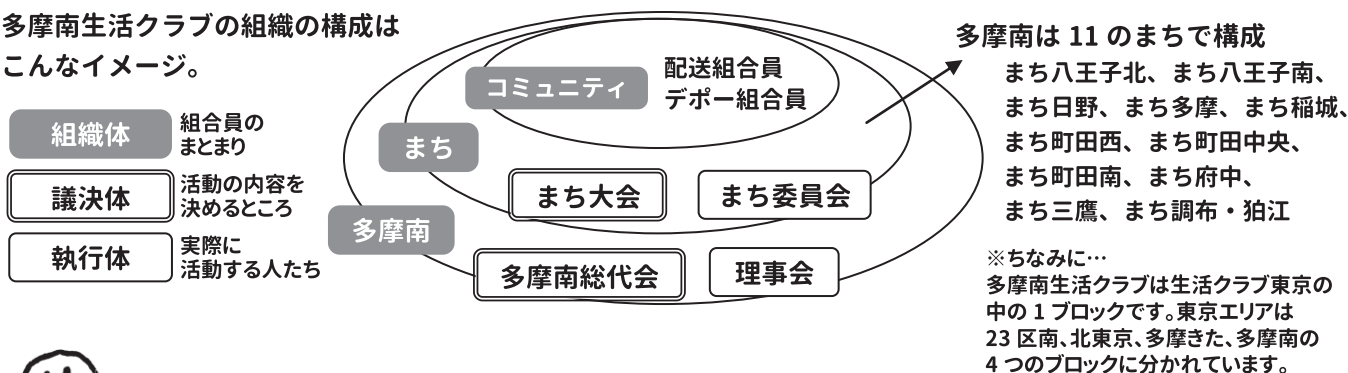
----- 今月の CiAO! -----

- P1～3……特集「協同組合ってなに？」●P4……のらっこおいぬま
- P5……イベント報告 添加物の実験講座を開催しました
- P6……私のまちの運動グループ「轍あい」
- P7……デポー情報、職員紹介「私が配達しています」、事業報告
- P8……イベントカレンダー、キャンペーン情報、申込書

私にも関係ある？
組合員が運営？活動？
ってどういうこと？
次ページへ！

生活クラブの「運営」って？どんなしくみで、誰がやってるの？

多摩南生活クラブの組織の構成はこんなイメージ。



私は、まちやコミュニティに属しているってこと？

そうそう。生活クラブに加入すると、あなたは自動的に住んでいる地域のまち・コミュニティのメンバーになります。

※コミュニティとは…「まち」より小さい、ご近所さん単位のあつまり。コミュニティのない地域もあります。

「まち」って何をやってるの？「まち委員会」ってなに？

多摩南には 11 のまち(※上の図参照)があって、それぞれに「まち委員会」があります。

まち委員会 各まちに住む組合員が「まち委員」となり運営しています。
自分たちの暮らしや住んでいる地域をよくしていくため、
地域に生活クラブを広めるための活動をおこないます。(活動費の支給あり)
予算は組合員から年 2 回(4 月と 10 月)集める「まち活動費」です。

どんな活動をしているの？

- 消費材の魅力とおいしさを伝える
お料理会、試食会、
生産者との交流会などの開催
- 環境問題や食の安全について学び伝える
いろんなテーマで学習会や企画を開催
(石けん使い方講習会、みんなでゴミ拾い、
上映会、省エネ講座、添加物講座など)
- 地域のつながりをつくる
子育てひろば、居場所づくり、
コミュニティでのお茶会などの開催
- 生活クラブの組合員を増やすための活動
(地域のイベントへの出展やキャラバンなど)
- まち広報紙の発行、SNS での発信

まち大会 年 1 回(3 月)開催。まちの 1 年間の活動や会計報告(活動費の使い道)を確認し、次年度の活動・予算計画を承認します。まちによって、組合員の代表が決める総代制、または 1 人 1 票制の総会制をとっています。

へー、いろいろやってるのね！で、その活動って私にどう関係あるの？

▶あなたにできること、いろいろあります！ 次ページへ▶

多摩南生活クラブ

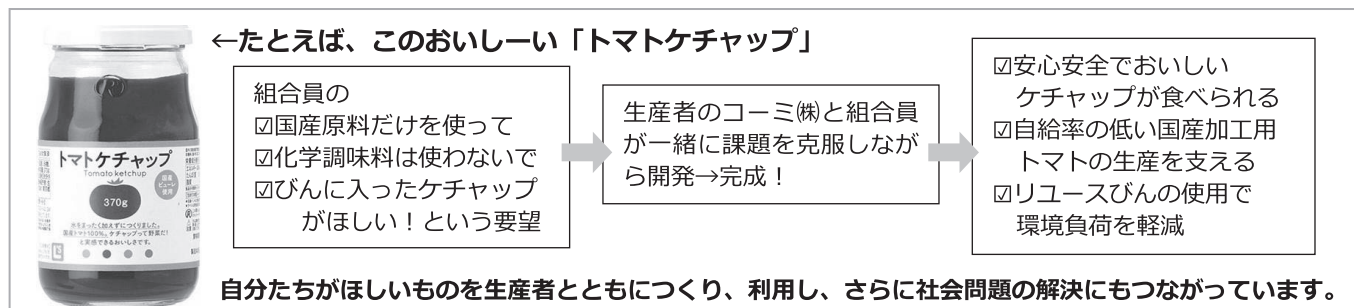
理事会 多摩南生活クラブを運営している組織が「多摩南理事会」です。
事業と組合員活動の長期計画をもち、多摩南総代会にて決定した議案書をもとに活動します。
組合員が、役員として活動しています。(役員報酬あり)

どんな活動をしているの？ 各まちの運営フォロー、組合員を増やす活動、消費材の利用促進、
環境や地域福祉の取り組み、広報活動をおこなっています。

なぜ組合員が活動するの？ 委員会とか役員とかめんどくさそうだけど…

前のページを読んで、えっ職員じゃなくて組合員がこんなことまでやってるの!?!と驚いた人もいるでしょう。そうですね、確かにめんどくさいです。めんどくさいけどとっても大事。

組合員活動は、私たち組合員がこれからも消費材を利用し続けるために大切で必要な活動です。



おいしくて安全な食べものや、安心して住める環境を残すために

生活クラブの消費材は
 生産者をお願いして
 つくってもらっている
 オリジナル品

これからもずっと
 消費材を利用し続ける
 ために、生産者につくり
 続けてもらう必要性

そのためには
 まとまった
 注文量が必要

・消費材の魅力を伝えて
 利用を増やす活動
 ・利用する人＝組合員を
 増やす活動 が大切！

わたしにできる「活動」 めんどくさい!? いやいや意外と楽しいよ！

☒ まちの活動に参加してみよう！

まち委員会では、さまざまな企画をおこなっています。
 まちの活動を伝える広報紙も毎月発行しています。

しかし！現在、まち委員として活動する組合員が少なく、
 このままでは活動が続けられない状況のところも。

あなたの「好き」や「得意」を生かして、
 まち委員のサポートをしてみませんか？

料理が好き！PCで広報紙の編集ができる！
 SNS発信できる！手仕事得意！
 などなどなんでもOK。



☒ 企画に参加しよう！

まちや多摩南で開催しているいろんな企画に
 参加しましょう♪参加するのも活動です。

まち委員の活動に
 興味のある方は
 本紙の8ページ、
 または、まち広報紙
 の申込用紙より
 お知らせください！

☒ まちの総代になろう！まち大会に行ってみよう！

▶総代ってなに？

各まちの組合員数は約730人～3900人。

「みんなで集まってみんなで決める」のは難しいので、
 20～50人の組合員の代表＝総代を選び、委任します。

▶総代決定→まち大会のスケジュール

- 1月 チラシまたはまち広報紙にて
総代募集のお知らせがあります。
- 2月 総代が決定し、議案書が届きます。
- 3月 まち大会に参加します。

▶総代って何をやるの？

各まちの総代の任期は1年間。

年1回のまち大会に出席し、まち大会で決議したこと
 に基づいた運営がなされているか見守り、活動に協力
 したり意見を出したりします。

まち大会に出席すると、近くでこんな活動してたのね！
 という発見があります。近所の組合員どうしのつながり
 もできますよ～

★まち日野、まち三鷹は今年から、まち八王子北、まち町田南は来年から組合員全員が
 1人1票を持つ「総会制」でまち大会を開催します。3月のまち大会に参加しましょう！



生活クラブ
農業体験農園

＼市民の農業参加を広げ、身近な農地を守ります／

のらっこ おいぬま



野菜は買って食べるのが当たり前。
土のおいを感じたり触れたりすることが少なくなっている今。
自分で畑を耕し、種をまき、草取りをして収穫する。
生活クラブには、そんな体験が気軽にできる農園「のらっこ おいぬま」があります。

居心地のいい のどかな畑

町田市上小山田にある生産者
老沼幸彦さんの畑で行っています。
春から夏にかけて鶯の声が響き渡り、
秋には落ち葉のプールで遊べるような
自然豊かなところです。
大自然のなかでリフレッシュ！

家族や友だちと楽しもう

多摩南の組合員とその家族ならだでも
参加 OK。家族で畑仕事を楽しんでいる方
や、グループで挑戦しているところも。
小さな子どもも、虫とりをしたり土で遊ん
だり、楽しそうに過ごしています。

お楽しみイベントも♪

4月中旬にはタケノコ掘り、
7～8月にはブルーベリー摘み、
10月にはさつまいも掘りなど、
畑でのお楽しみ企画もありますよ～



初心者も安心のプログラム！

農具や種、苗は準備してもらえます。
汚れてもいい服装で水筒を持って畑に行くだけ！

夏野菜は3～5月、冬野菜は9～10月ごろに
種まき・定植を行います。
その時期は、毎週土曜 9時から講習会があり、
種や苗が配られ、どこに植えるのかも教えて
もらえます。
講習会がないときも教えてくれる方がいるの
で、みんな気楽に楽しく参加しています。



収穫の喜びは格別！

1区画 30㎡もあるので、たっぷり収穫できます。
間引いたばかりの葉の柔らかくて美味しいこと！
里芋を掘り起こす時のドキドキ感。
立派な大根のずっしり感。収穫した野菜はどれも新鮮！
自分で育てたことで、さらに美味しく感じられます。
野菜をあまり食べなかった子どもがすっかり
野菜好きになった！という方も。



「のらっこおいぬま」で、畑のある暮らし、はじめませんか？

ただいま、2023 年度の入園者募集中！！

興味のある方は、今回カタログと一緒にお届けしているチラシをご覧ください。
入園の申込みは費用などチラシの募集要項をご確認の上、こちらから▶
【申込み〆切：12/30(金)】



「野菜を種から育ててみたい！」「自分で作った野菜が食べたい！」
「子どもと一緒に土にふれ、収穫の喜びを感じたい！」そんな願いが叶いますよ

イベント報告

10/8(土)添加物の実験講座を開催しました



なんで無果汁でジュースができるの？ 実験してみよう！

9月に開催したオンラインでの添加物講座に続いて、今度は会場での「実験講座」を開催。実際に試薬を使い、自分の目で確かめながら添加物について学びました。土曜ということもあり、お子さんと一緒に参加する方も多かったです。

2種類の実験をおこないました

【実験その①】

無果汁でジュースをつくってみた！

まずはコーラ風味炭酸ジュースをスタッフが実演し、そのあと参加者で2種類の無果汁ジュースをつくりました。用意した試薬をいろいろ組み合わせ、そこに炭酸水を入れることで、レモン風味炭酸ジュース、オレンジ風味炭酸ジュース、コーラ風味炭酸ジュースができあがりました。ブドウ糖果糖液糖+紅茶フレーバー+黄色4号の組み合わせで「〇〇の紅茶」そっくりの味に…！ブドウ糖果糖液糖と添加物で次々とできあがっていくジュースに、参加者は盛り上がりしました。



《用意した試薬》

- ・ブドウ糖果糖液糖(甘味溶液)
- ・クエン酸
- ・カラメル色素
- ・コチニール色素
- ・黄色4号
- ・黄色5号
- ・紅茶フレーバー
- ・レモンエッセンス
- ・オレンジエッセンス
- ・コーラエッセンス



▼コーラエッセンスを1滴ポタリ。
「お〜ほんとはコーラの香りになった！」



その原材料、遺伝子組み換えかも!?

市販のジュースによく使われ、今回の実験でも使った「ブドウ糖果糖液糖」。砂糖よりも安価で、ジュースや調味料、お菓子などさまざまな加工食品に使われています。その原料であるトウモロコシは、遺伝子組み換えされていても表示義務がないため、遺伝子組み換えである可能性があります。

生活クラブでは原材料から飼料まで遺伝子組み換え作物不使用を追求。

健康被害が疑われる石油原料のタール系色素(赤色104号、黄色4号など)、

カイガラムシを原料としたコチニール色素は使用禁止。

カラメル色素はⅠ～Ⅳのうち、化学物質を使わず砂糖を原料としたⅠのみを許容しています。

【実験その②】

ウインナーの発色剤を調べてみた！

市販のウインナーと生活クラブのポークウインナーを用意。亜硝酸塩テストの試験紙をウインナーの切れ目に差し込み、色の違いで亜硝酸塩(発色剤)が含まれているかどうかを調べました。試験紙の色の濃淡で、亜硝酸塩の量もわかります。もちろん、生活クラブのウインナーは反応なしでした！



市販のウインナーの試験紙には色がつき、反応があります。

生活クラブで許容している食品添加物は、日本で認められている数の約1/10。
今回の実験講座で、生活クラブの添加物に対する厳然たる姿勢を改めて知ることができました。

▶亜硝酸塩(亜硝酸Na)って？

発色剤として、ハム、ソーセージ、たらこなどによく使われる。食肉の成分と反応してきれいなピンク色に。食肉のアミンという物質と結びつき、発がん性物質に変化。亜硝酸塩を使用していないものを「無塩せき」といいます。

参加者の感想



- 安全でない添加物を見極めるのはなかなか難しいので、生活クラブの消費材は「らくちんにちゃんと」子育てできるので助かります。
- 気が引き締まりました。子どもに伝えたいと思っていたので良い機会になりました。
- おでんの季節。リン酸塩の使われてないおでん種7種セットを注文したいと思います。

☆☆私のまちの運動グループ☆☆ 【まち町田西】

消費材を
あなたのおうちへ
お届けしています



倉庫で
朝のミーティング



トラックに
積み込みます



野菜も
忘れずに



さあ、出発！



企業組合ワーカーズ・コレクティブ 轍あい

轍あいとは生活クラブの個別配送を受託するワーカーズ・コレクティブ。2001年に設立し、運送事業を開始して21年が経ちます。2006年には町田センターの全業務を委託されていましたが、2016年9月末で配送センター機能を終了することになり、多摩統合センターへ移転しました。女性だけでスタートした轍あいですが、現在は様々な職業を経験したメンバー(正規27人・アルバイト5人)で構成されています。

主な業務内容

- 配送業務：約6300人の組合員への配送
(まち町田中央、まち町田南、まち町田西の一部、まち日野、まち多摩)
- 多摩統合センター事務と拡大業務
(まち町田中央・まち町田南のまち委員と連携し、仲間を増やす活動)
- 配達しながら組合員や地域の見守りも行っています



1日の仕事の流れ

朝 7:00 朝の倉庫当番が作業を開始
8:15～全体ミーティング
9:30 までには全車出発(1日20～22台)
《帰着後の作業》
車両の片付け
回収したRびんの片付け
回収した注文用紙の点検
翌日配達コースの準備
そのほか各担当業務

Rびんにキャップが付いたものが多々あります。
キャップは各自治体のルールで処理をお願いします。



代表の 大中さん より

これからも地域で希望される方を雇用し、生活クラブの活動を通して学べる場所、働く人が成長や変化を感じられる場所としてあり続けたいと思います。
轍あいをこれからもよろしくお願いいたします。



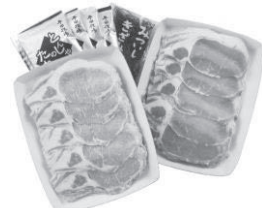
轍あい
中島 亮さんのおすすめ！

日本の米育ち金華豚
しゃぶしゃぶセット

冷凍 (株)平田牧場

ギフトの組合員受け取り品で、毎年利用しています。
もう10年くらい利用している
大好きな消費材です！

ロース又は肩ロース 300g
モモ 300g/バラ 200g
とんしゃぶのたれ 50ml×4
みついきざみ昆布 10g



メンバー募集中!!

一緒に働く仲間を募集しています。
まずはお問い合わせください！
勤務地：多摩統合センター
担当：大中(おおなか)、中島
電話：042-798-4372
メール：ai-wadachi@nifty.com

★☆☆生活クラブのお店 デポー☆☆☆

12月の開所日のお知らせ

※下記の日程は、普段は定休日ですが、特別に開所します。

●デポー八王子みなみ・デポー町田

12/21(水)、12/28(水)

●デポー国領駅前

12/11(日)、12/25(日)



クリスマス・お正月用品の受渡しワーク募集

★クリスマス用品受渡し 12/22(木)～23(金)

★お正月用品受渡し 12/27(火)～30(金)

上記日程の受渡しのワーク参加をしていきましょう。

(ワーク：組合員活動として行う有償労働参加)

●詳細は各デポー ワークスまで

ワークについて
詳しくは
こちらから→

展示即売会の日程

詳しくは
こちらから→

八王子みなみ	12/6(火)	RHS(浄水器・掃除機・ バルミューダ製品)
	12/11(日)～12(月)	エジソンのたまご(木製玩具)
	12/19(月)～20(火)	ブティック HARA(婦人服飾)
	1/9(月)～10(火)	ニューバッグシバタ(カバン)
	1/13(金)～14(土)	アイメイト(メガネ)
国領駅前	12/10(土)～11(日)	調布センター臨時展示会 スーツ・東京真珠(宝飾品)・アフロディーテ(婦人服飾)・アイメイト(メガネ)・ファール(婦人服)
町田	12/8(木)～9(金)	ブティック HARA(婦人服飾)

年々始のデポーお休みのお知らせ

●12/31(土)～1/5(木)

デポー新春初売り 1/6(金)

●新春福引があります

★☆☆私が配達しています☆☆☆



多摩統合センター 三協運輸サービス 毛利真也

こんにちは。多摩統合センターの毛利です。入社してもうすぐ1年が経ちます。徐々に顔を覚えて頂き、楽しい世間話に花を咲かせながら日々の配達業務をさせて頂いております。

組合員の皆様の豊かな生活に欠かせない生活クラブの消費材と一緒に安心と笑顔を届けます！そんな気持ちを胸に日々精進して参ります。今後ともよろしくお願いいたします。



★☆☆多摩南の事業報告(2022年10月)☆☆☆

10月末現在	配送	デポー
組合員数	16,087人	5,604人
加入者数	79人	58人
脱退者数	87人	27人
世帯当り	23,783円	12,054円
総利用高	382,888,309円	67,090,223円
多摩統合センターの屋根を活用した太陽光発電 「生活クラブ solar 多摩南事業所ひまわり」 10月の発電量 5,941kWh		
生活クラブでんき累積契約数 1,135件		



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: 10:30～19:00

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: 10:30～19:00

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: 10:30～19:00

★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

★★イベント情報★★

申込みは 多摩南生活クラブ イベント検索 または 左下 QR から。
会場参加する方は下記申込欄を提出 または まち広報紙より申込み可。

月	火	水	木	金	土	日
12/5	12/6	12/7	12/8	12/9	12/10 調布センター 展示会	12/11 調布センター展示会 <u>デポー国領駅前</u> 営業します！
12/12	12/13	12/14 <u>学習会</u> 遺伝子組み換え食品って書いていないから安全なの？ 原材料は何？ 10:00~12:00 @多摩統合センター オンライン併用 講師：八田純人さん	12/15	12/16	12/17	12/18
12/19	12/20	12/21 <u>デポー八王子みなみ</u> <u>デポー町田</u> 営業します！	12/22	12/23	12/24	12/25 <u>デポー国領駅前</u> 営業します！
12/26	12/27	12/28 <u>デポー八王子みなみ</u> <u>デポー町田</u> 営業します！	12/29	12/30	12/31	1/1 デポー各店 年末年始休業
1/2	1/3	1/4	1/5	1/6 <u>デポー</u> 初売り	1/7	1/8



◀多摩南生活クラブ イベントページ
いろいろな企画に参加しませんか♪
ここに掲載していない企画もありますよ。

※オンライン参加は必ず WEB 申込みで！

★年末年始の配達スケジュール

年末の配達 は 12 月 30 日(金)まで
クリスマス用品の配達 は 12/19~12/23
正月用品の配達 は 12/26~12/30
年始の配達 は 1 月 5 日 (木) から

★調味料のびんが空になったら・・・

R ビんは必ず中を軽くすすいで、紙ラベルをなるべくはがし、次回の配達時、またはデポーの店頭に戻しましょう。
卵ケース、消費材が入っていたプラ袋、
カタログ類も回収しています。 詳しくは⇒



配送センター または デポーへ提出 → 多摩南本部事務局

申込書 (Ciao ! 12 月号)

まち () 名前 () 班・個・デポー 組合員コード ()

電話番号 () メール ()

☐ 学習会 遺伝子組み換え食品って書いていないから安全なの？原材料は何？ に参加します。

☐ まち委員に関心があります。

※いただいた個人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。