

CiAO! 2024年 10月号

サステイナブルなひと、
生活クラブ

LINE アプリの「友だち追加」から
読み込んでください



WEB



公式 LINE



Instagram

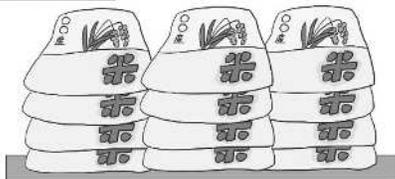
発行責任者：椿 多見子／多摩南生活クラブ生活協同組合
編集：多摩南生活クラブ広報委員会
町田市小山ヶ丘 2-3-11 / Tel 042-798-4371 / Fax 042-798-4376

知ってる？平成の米騒動

生産者は自家用のお米を 生活クラブに出してくれました



おひとり様
1袋まで



「平成の米騒動」って？

1993年、冷夏の影響で米の作況指数は74の「著しい不良」でした。政府は11月にタイからお米を緊急輸入し、その後中国・アメリカ・オーストラリアからも輸入しました。輸入量は295万tあったので量的には足りたのですが、輸入米の多くがインディカ米だったため、98万tが売れ残りしました…。

生活クラブの生産者と組合員の関係

生活クラブは1972年から山形県遊佐町農協（現 JA 庄内みどり）とお米の提携生産をしています。1993年は遊佐町も冷夏の影響を受けました。が、生産者はそれぞれ**自家用のお米1俵を生活クラブ組合員のために出してくれました**。おかげで多くの組合員はお米を食べる量を少し減らしたものの、輸入米ではなくいつもの遊佐のお米を食べることができたのです。当時を経験している組合員の多くは、今もお米を予約して食べ続けています。生活クラブでは、生産者と組合員が「**予約**」という形で、お互いに約束して「つくる」「食べる」関係をつくっています。



米騒動がきっかけで… 「共同開発米基金」が できました

組合員と JA 庄内みどり・遊佐町共同開発米部会の生産者が立ち上げた「**共同開発米基金**」。自然災害による減収への保障や、新たな農法へのチャレンジを支援するなど、**安定した米づくりを支えるための基金**です。

「庄内遊 YOU 米」「庄内ササニシキ」

⇒5kg・7円、3kg・4円、2kg・3円

「とことん共生米」⇒5kg・13円、2kg・5円

を購入価格にプラスして積み立てています。

----- 今月の Ciao! -----

- P1～3…生活クラブのお米
- P4………冬ギフト
- P5………「おいしさのヒミツ体感フェス！」開催報告
- P6………多摩南のきらきらさん、レシピ
- P7………デポー情報、私が配達しています、事業報告
- P8………省エネ・再エネフェア、イベント情報

今、産地はどうなってるの？



庄内遊 YOU 米の産地は今



2024年7月25～26日に東北地方を襲った大雨は、「庄内遊 YOU 米」の産地の遊佐町に大きな被害をもたらしました。

特に中山間地では、水田に土砂だけでなく大小の木や石が流れ込み、給排水設備が破損し、畦道が崩壊するなどの被害があり、今後の影響が懸念されます。

現在ボランティアを派遣し、流入物の撤去や崩壊した畦道の周囲の刈り取りなど、すべて人手で作業しています。



▲稲の間に残る流木
このままではコンバインが入りません

▲給排水ポンプが壊れた
共同開発米部会長、今野さんの水田



◀冠水し萎れたパプリカ



▲給水できずひび割れた水田

このまま水が来ないとどうなるかわからない…。諦めようと思ったけど、お米を待っていてくれる組合員がいるから頑張ります！



ハウス栽培では2.5haのパプリカが浸水被害を受けました。露地野菜では出荷間近の枝豆の浸水被害が多く、収穫を断念せざるを得ない状況です。

※詳細は生活クラブ連合会 HP のニュースでもお知らせしています

庄内 豪雨復興支援カンパのお知らせ

今回の豪雨災害の支援として、下記の要領でカンパを受け付けます。

緊急支援物資・被災生産者への見舞金・義援金・支援金、緊急支援活動(生活クラブのボランティアの滞在費・交通費など)に使用します。

配送組合員

★期間：10月3回～11月1回企画(注文書提出は10月2回週(10/7～)～10月5回週(10/28～))

★カンパ額：500円/1口

★カンパ方法：注文番号欄に注文番号 **673595** と口数を記入(入力)してください

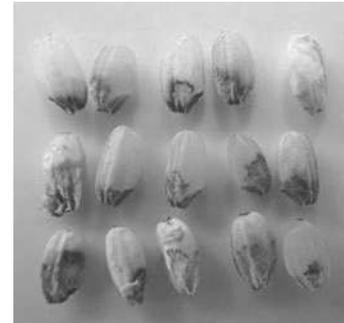
デポー組合員

★デポーにカンパ箱を設置します



那須山麓米の産地は今

比較的標高の高い那須も、近年猛暑に見舞われています。
 そのため、**カメムシ**が多く発生しています。
 特に小型のカメムシであるカスミカメムシ類の発生は、**平年比 190%**に。
 カメムシがまだやわらかいイネの実(米の赤ちゃん状態)を吸うと、
収穫した米は黒い粒になってしまいます。この黒い粒が 1000 粒中
 3 粒あると、**お米の等級***が落ち、**農家の収入は減ってしまう**んです。
 生産者 (JA なすの どではら会)・生活クラブ・組合員で話し合い、
 今年は 1 成分回数多く農薬を散布することにしました。



▲カメムシ被害の米

画像出典:農林水産省【不稔米を発生させるイネカメムシの被害にご注意ください】より



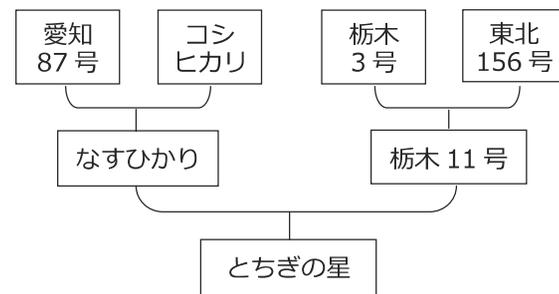
※知ってる? お米の「等級」と「食味」は違う

お米の「等級」は玄米の見た目を重視した農産物検査法という法律にもとづいた規格です。
 被害粒、死米、着色粒、異種穀粒及び異物それぞれの混入割合によって、「1 等米」「2 等米」
 「3 等米」「規格外」「それ以外 (異種穀粒及び異物を 50%以上)」に分けられます。

等級が下がると、歩留まり(収穫されたお米のうち、食べられるお米の割合)が悪くなるだけで、
 味が変わるわけではありません。1 等米も 2 等米も消費者の所に届くのは、着色米などを除いた
 ものです。連合消費委員会で 1 等米と 2 等米を食べ比べましたが、差はありませんでした。

猛暑対策のお米、実験栽培中!

那須山麓米 (品種: なすひかり) は比較的暑さに強いお米
 ですが、去年・今年の暑さには多少影響もありました。
 現在さらに暑さに強い「とちぎの星」(令和の大嘗祭で献
 上米に選ばれたお米) を実験栽培しています。



みちのく加美米 の産地は今

ささゆた香
まなむすめ

宮城県の J A 加美よつばは、土中に酸素を供給し根腐れ防止や
 根の活力を高めることのできる「**中干し**(一時的に田んぼの水
 を抜く)」を推奨しています。一般的には 1 株あたりの茎数が
 約 20 本になった頃(田植え後約 30~35 日頃)など、産地の状
 況に応じて中干しを行います。

7 月にお会いした生産者の長沼さんは、「田んぼの中のオタマ
 ジャクシの後ろ足が生えたら中干するんだ。再び水を入れたあ
 とは、カエルになるから、その糞が田んぼの栄養になるんだ。
生き物の力を借りて米を育てることが大切なんだ。」と。
 消費材にもなっている(株)精華堂霞総本舗のあられやせんべい
 の原料米は、長沼さんの田んぼの自然栽培米だけです。



省プラ米袋に切替中!

お米のポリ袋を 80 ミクロンから 70 ミク
 ロンにただけでなく、少し硬い新素材
 にしたことで、薄くても破れにくくなり
 ました。これにより、年間で約 2t のプラ
 スチック削減になります。

生活クラブが独自に使用不可と定める酸
 化防止剤などの添加剤も使用していませ
 ん。

対象: 「庄内遊 YOU 米」「那須山麓米」
 「上伊那アルプス米」
 「みちのく加美米 ささゆた香」

WEB注文でますます
便利になりました♪

帰省の手土産に。
お世話になったあの方に。



生活クラブの冬ギフト

おいしい!と喜んでもらいたい。感謝の気持ちを伝えたい。
相手のことを考えて贈るギフト、何にしようか迷いますよね～。
そんな人におすすめなのが、食の安全だけでなくおいしさにもこだわった生活クラブのギフト!
自分へのごほうびには、いつもの配達便で届く送料不要の「組合員受け取りギフト」もありますよ。
今週から順次ギフトのカタログが届くので、お楽しみに♪

1年間がんばったごほうびにも!

2023冬 全国宅配ギフト 人気ベスト5

- 1位 日本の米育ち金華豚しゃぶしゃぶセット
ほぼすべての年代で人気 No.1★
- 2位 温州みかん 5kg 入り
リンゴの詰合せも人気でした!(7位)
- 3位 飲茶点心詰合せ
家庭で本格飲茶を手軽に楽しめます♪
- 4位 日本の米育ち金華豚・三元豚合盛り
しゃぶしゃぶセット
- 5位 ナッツチョコ詰合せ
↑ギフトのみの消費材です



昨年人気だった品目をご紹介します!
参考にしておね～

2023冬 組合員受け取り 人気のギフト

- 上位にランクインしたのはお菓子ノ
- ナッツチョコ詰合せ
 - 素精糖カステラ 1本
 - トリュフアソート 10個入り
 - レーズン&クランベリー (バターサンドサブレ)
 - 京小町米菓 3種詰め合わせ
- ココでも平田牧場の豚しゃぶしゃぶは人気!ノ
- 日本の米育ち金華豚しゃぶしゃぶセット
 - 日本の米育ち金華豚・三元豚合盛り
しゃぶしゃぶセット



受け取った方や試食会で好評でした!

多摩南生活クラブの おすすめギフト

「生活クラブといえば豚肉」と言われるほど、人気の平田牧場の豚肉。
豚肉はもちろん加工品もおすすめです。ギフト限定品もお見逃しなく!

お魚もおすすめ!



肉厚な真あじ開きが絶品
奥和の干物詰合せ

超定番!

平田牧場豚肉みそ漬け 8枚入り

レンジですぐおいしい

**日本の米育ち金華豚
ハンバーグセット**

貴重な無塩せき生ハム!

平田牧場オードブルセット

温めるだけでふっくら

うなぎの蒲焼きカット 5枚入り

《冬ギフトの注文スケジュール》

※配付：カタログ配付 提出：注文書

	9/30～	10/7～	10/14～	10/21～	10/28～	11/18～	11/25～
早期 (約5%OFF、品目限定)	配付		提出				
全国宅配 (全ギフト)			配付		提出		
組合員受け取り				配付	提出		
ちょっと贅沢なお菓子 (旧 帰省用手土産)						配付	提出

★今年度より「早期」「全国宅配」はWEBでも提出できるようになりました!(配送/デポ-組合員ともに)

開催報告

7/20(土) 東京たま未来メッセ 《多摩南生活クラブ 30周年記念イベント》

おいしさのヒミツ 体感フェス!



多摩南生活クラブは今年で**30周年!**その記念イベントとして、7/20(土)八王子市の東京たま未来メッセにて、「おいしさのヒミツ体感フェス!」を開催しました。

組合員もそうでない人も、大人も子どもも。生活クラブのおいしさと取り組みを味わって、学んで、楽しんで、まさに「体感」できるイベントとなりました。

生産者、ワークショップ、出張デポーなどたくさんのブースと来場者でにぎわいました。

予想を上回る来場者数でうれしい悲鳴

ちょうど夏休みが始まる7月半ば。たくさんの親子連れで会場がいっぱいになりました。組合員 307 人(内子ども 104 人)、組合員外 402 人(内子ども 168 人)と、合計 700 人を超える来場者数!

当初 400 人程度の来場を想定していたため、途中で福引景品や試食品がなくなる事態も発生。(うれしい誤算ですが反省です…)

当日生活クラブに加入した人は7人+後日4人で、計11人の加入。多くの方に生活クラブを知らせる機会となりました^^



大人気だった
はちみつ絞り
体験→
(㈱スリーエイト)



学んで味わって、良さを実感!

なんと 14 もの生産者が参加・出展。消費材へのこだわりを聞きながら試食したり、ワークショップで手を動かしたり、クイズに挑戦したり♪ 楽しく学べる仕掛けが満載でした。



↑とうふ1丁に大豆はどれくらい使う?
(㈱)とうふ処三河屋・元気屋・(有)須黒食品)

学びながらお菓子バイキング
(ミサワ食品㈱)↓



↑箸づくり、木とプラスチックのお椀の違い実験(酒井産業㈱)

マイブレンドティー作り
↓(㈱黒姫和漢薬研究所)



生活クラブの活動や取り組みを伝えるブースも企画しました!



←何秒でできるかな!?
P袋の返却方法を
学んでやってみよう

添加物で無果汁
ジュースを作っ
てみる実験講座 →



NPO 法人 JFSA による
衣類回収→
売上はパキスタンの
子どもたちの
自立支援に。



生産者、当日スタッフの組合員、
実行委員会メンバー、事務局職員…

みんなで楽しんだ 30周年!

次はあなたも一緒に
企画してみませんか?



生活クラブが大好きな
組合員を紹介します！

☆☆多摩南のきらきらさん☆☆

まち三鷹 林 昌子さん

以前から生活クラブのことが気になっていて、転居をきっかけに加入しました。
質が良く手頃な価格で消費材が購入でき、こだわりの調味料がリユースびんで利用できる
ところが魅力です！

まち三鷹で企画された試食会やゴミ拾いに参加し、他の組合員との出会いがあったことが
うれしかったです。私もまち委員として企画を考えたり、参加者の方に喜んでいただきたり、
つながりができたりと、楽しさと充実感がありました。

これからは、エコロたすけあい制度が使えるようなつながりをもっと作りたい、コミュ
ニティを作りたいと思っています。



林さんのおすすめ！



豚肉モモスライス 310g

(株)平田牧場
689 円(税込 744 円)

脂肪が少なく、きめが細かく柔らかい肉質。煮物や炒め物
に、野菜やきのこの肉巻きにも。

エサは遺伝子組み換えの混入を防ぐために分別した穀物
や、国産飼料用米を与えています。

*子豚のころから4か月間、1頭あたり総量102kgの
飼料用米を与えています。



かに風味スティックかまぼこ

伏見蒲鉾(株)
268 円(税込 289 円)

無リンのたらしり身にかにペースト、かにエキスなどを加
えたスティックタイプのかまぼこです。紅麴色素で淡く色
を付けてあるので料理の彩りにも使い回しが効きます。

好きな消費材は、「豚肉モモスライス 310g」と「かに
風味スティックかまぼこ」です。

豚肉モモスライスは、おいしくて手頃な価格！脂身の
苦手な家族がいるのでモモ肉はありがたいです。色々つ
くりたいと思いつつ、結局作るのは生姜焼きです。

かに風味スティックかまぼこは、チーズやきゅうりと
共にのり巻き、炒飯やわさびマヨ醤油をつけていただい
ています。

こめや食品(株)や千葉県漁連の交流会、スリーエイト(株)
の工場見学などに参加しました。生産者のお話はおもしろ
く楽しく、ためになります。日頃の小さな疑問が解消さ
れ、より大事に消費材をいただくようになりました。

これからも生産者を訪ねるイベントに参加し、家族で
学び楽しみ、生産から食卓まで考える機会にしたいです。

また、「生活と自治」やカタログなど生活クラブの発信
情報から、生産現場や国の施策をもっと学んでいきたい
です。



バイオサポレシピより

かぶのわさび醤油和え



【材料】4人分

- ・かぶ 3個(300g) ・小松菜 100g
- ・かに風味スティックかまぼこ 4本
- ★真塩 小さじ 1/3
- ★純米酢 小さじ 2
- 丸大豆醤油 大さじ 1/2
- わさび 小さじ 1/2

【作り方】

- ①かぶは3mm厚さのちょう切りにし、
★をもみ込んで水気を絞る。
- ②小松菜は塩ゆでし、4cm長さに切る。
- ③かに風味かまぼこは食べやすい大きさに裂く。
- ④ボウルに●を混ぜ、①～③を加えて和える。

☆☆生活クラブのお店 デポー☆☆



展示即売会の日程

展示即売会 詳しくはこちらから→



各デポーの秋まつり

ぜひ来てくださいな

- 八王子みなみ 10/18(金)~20(日) 秋の味覚フェア
11/8(金)~10(日) 収穫祭
- 国領駅前 10/18(金)~19(土) 秋まつり
- 町田 10/5(土)~6(日) オータムフェア

み八 な王 子	10/5(土)~6(日) スーツ 10/12(土)~13(日) 生活アートクラブ (自然素材の小物 他)
駅国 前領	10/24(木)~25(金) かたやま工芸 (宝飾品)

＜生産者のお話が聞けます ギフトやクリスマス正月用品の注文の参考に♪＞

八王子みなみ		町田	
・10/11(金) 10:30~14:00	(株)黒姫和漢薬研究所…野草茶	・10/24(木) 10:30~13:00	(株)泰山食品商行
・10/14(月) 10:30~15:00	農業生産法人(有)王隠堂農園…梅干		たらこ・辛子明太子
・10/14(月) 10:30~14:00	(株)ミサワ食品…お菓子の冬ギフト		ぶり味噌
・10/31(木) 10:30~13:00	こめや食品(株)…伊達巻・かまぼこ	・10/26(土) 10:30~13:00	中信興業(株) (美勢商事グループ)
・11/1(金) 10:30~13:00	(株)角谷文治郎商店…三河みりん		萬福祝膳和洋中三段おせち
・11/4(月) 10:30~14:00	(株)オーエスケー…どんこ	・10/31(木) 15:00~17:00	こめや食品(株)
・11/7(木) 10:30~14:00	全国農協食品(株)…鴨鍋		伊達巻・かまぼこ

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 小峯陽一

こんにちは多摩統合センターの小峯です。生活クラブの配達の仕事始めて1年が経ちました。この1年は、あっという間に時間が過ぎていきました。夏場の配達はずごく大変ですが、配達をしていると組合員の方々から「暑い中ご苦労さま頑張って！」と声を頂いたり、飲み物を頂いたりして『頑張って配達しよう』と、日々そんな気持ちになります。

8月のお盆休みには浜松に行き、ご当地グルメの餃子を食べて来ました。残念だったのが、静岡県民が大好きなさわやかハンバーグが2時間待ちで食べられなかった事です。これからも組合員の方々へ安心安全な消費材をお届けして、少しでも生産者と組合員の繋がりのきっかけ作りができれば嬉しいです。



☆☆多摩南の事業報告 (2024年8月) ☆☆

8月末現在	配送	デポー
組合員数	15,620人	5,894人
加入者数	86人	50人
脱退者数	80人	31人
世帯当り	19,726円	12,205円
総利用高	308,062,472円	71,654,312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」 8月の発電量 8,943kWh		
生活クラブでんき 契約保有件数 1,064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



考えてみよう やってみよう

省エネ・再エネフェア



地球と財布を守るために、自分にできることは？
知って、体験して、今できることから始めよう！

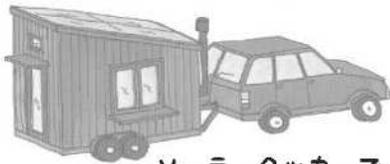
10月5日(土) 10:00-14:00 調布センター

京王線 国領駅より徒歩5分 ※駐車場なし



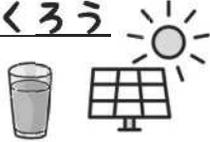
トレーラハウスで！

**エネルギーの
自給自足を体感**



ソーラークッカーで
焼き芋も焼いてみよう♪

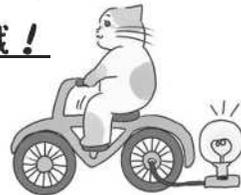
太陽光発電の力で！
**スムージーを
つくろう**



たまエンパワー(株)

何ワット発電できるかな？

自転車発電に挑戦！



ソーラー発電のしくみや
温暖化についても学べる

こだいらソーラー/市民電力連絡会



生活クラブ
でんき

当日、生活クラブでんきに加入すると…

オリジナルエコバッグ+ソーラーランタン プレゼント！

ゆっくり相談もできます。気になっている方はぜひこの機会に。

10月 多摩南エリアのイベント



まち八王子北

10/16(水)10:00-13:00

第2回サークル&コミュニティ
交流会 @台町市民センター

まち日野

10/17(木)10:30-12:30

クリスマス・正月用品試食会
@多摩平交流センター

まち町田西

10/19(土)10:00-13:00

ちょっと早いクリスマスパーティー
【まち町田西組合員限定企画】
@多摩統合センター

まち町田中央

10/25(金)10:00-13:00

クリスマス・お正月試食会
@市民フォーラム

企画の詳細・申込みはこちら、
またはまち広報紙から。



**多摩南生活クラブ
イベントページ**

ここには載っていない企画も
あるかも♪

多摩南生活クラブ イベント 検索



多摩南公式 LINE アカウント 友だち募集中！

イベント情報、お得なデポ情報、
おすすめ消費材、レシピ などを
定期的にお届けしています。

LINE アプリを立ち上げ、
「ホーム」⇒「友だち追加」から
右の QR を読み込んでください

