

Ciao!

JANUARY
2019 1



発行責任者 高塩徳美／多摩南生活クラブ生活協同組合
町田市小山ヶ丘 2-3-11／Tel 042-798-4371／Fax 042-798-4376



※生活クラブ 50 周年記念ロゴ

多摩南生活クラブ

検索

★多摩南のきらきらさん

多摩南の組合員のみなさま

新年あけましておめでとうございます。

みなさんにとって去年はどんな年でしたか？多摩南にとっての2018年は概ね良い年でした。3月のテレビ放映では、ちゃんと組合員で自主運営・自主管理をしているところにスポットを当ててもらったおかげで、価格にも活動にも理解を示してくれて、加入もすんなり♪今までにない経験をさせてもらい、生活クラブ50周年のお祝いをいただいたようでした。

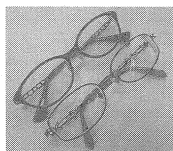
映画「おだやかな革命」では、食の安全だけでなく、再生可能な社会をめざしていることも発信できました。10月にもさらにテレビ放映があり、ここでもちょっと賑わいました。こんな年はもうないのだろうなあ、と思うくらい世間に登場し、改めてメディアの力を思い知らされました。ただ…、加入後間もなく脱退する組合員も少なくありません。こちら組合員の力で、ちゃんと利用し、参加する組合員になってもらわなければ！どうすればいいのか？みなさんも一緒に考えてくださいね。

●理事長●

高塩 徳美



高塩さんおすすめ！展示会のメガネ (有)アイ・メイト



福井県鯖江産のフレーム中心でとても質がいいです。丁寧に対応してくれるので、フィット感が違います。1年以内だったら、「見にくい」「度が変わった」「割れた」場合にも無料で対応してくれますよ。

♡ もくじ ♡

- P2・組合員活動で誕生したとうふを食べよう！
集まれ！まちのイチオシ生産者活動発表会
- P3・保障の見直し、してみませんか？
1月の子育てひろば ライフプラン講座
- P4・5・まち大会・総代会って何？
- P6・災害支援物資受渡訓練を行ないました。・デポー
- P7・お気に入り「きばるの甘夏みかん」・レシピ「甘夏クッキー」
みんなの声・わたしが配達しています
わたしのまちのコミュニティ「多摩」・今月の太陽光発電

多摩南を支える仲間たち

11月末現在	配送	デポー
組合員数	15,776人	5,141人
加入者数	215人	55人
脱退者数	88人	30人
世帯当り	26,614円	11,310円
総利用高	416,799,486円	57,759,818円



①多摩統合センター
町田市小山ヶ丘 2-3-11
tel : 042-798-4372
月～金 9:00～19:00
fax : 042-798-4376

②調布センター
調布市国領町 3-4-3
tel : 042-483-4881
月～金 9:00～19:00
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

編集：多摩南生活クラブ広報委員会

組合員活動で誕生したとうふを食べよう！

とうふの共同購入は物流方法の制約などがあり、以前はできませんでした。1993～94年、生活クラブ東京から、4単協（多摩南・多摩きた・23区南・北東京）が設立された後、各単協でさっそく検討された課題のひとつがとうふの共同購入でした。

素性確かなとうふの共同購入を実現するために、組合員が地元のいろいろなとうふ屋さんを訪れ、原材料・製法・容器などを聞き取り、私たちが食べたいとうふをつくってもらえるか話し合いを重ね、5生産者と取組みが始まりました。残念ながらその後2生産者は高齢化で廃業してしまいましたが、現在「とうふ処三河屋」「尚須黒食品」「元気屋」が、国産大豆100%・天然にがり使用・消泡剤不使用で安心なとうふを供給しています。

そんな多摩南のとうふを「買い支えること」と並んで、私たちのとうふがより良いとうふになるように、毎年組合員による「消費材 Step Up 点検（旧おおぜいの自主監査）を行ない、工場の石けん使用、包材のインクの安全性さえも一つずつ課題をクリアしてきました。

私たちの自慢のとうふ、ぜひ食べ続けましょう。生産者からのメッセージ（多摩南のとうふ 検索）、とうふレシピ（これいいクラブ検索→卵・豆の料理→豆腐）はこちらのQRからどうぞ。

＜配送組合員は、自動的に届く「安心よやくやぶ」が便利です。＞

消費材	配達サイクル	価格(税抜)	予約番号	消費材	配達サイクル	価格(税抜)	予約番号
きぬとうふ	毎週	205円	802311	油揚げ	毎週	160円	802841
もめんとうふ	毎週	205円	802321	絹生揚げ	隔週(AC)	200円	802852



ジョイエス 2011 秋号 しるクンのそうだったのか！より



生産者のメッセージ



とうふレシピ

集まれ！まちのイチオシ生産者活動発表会

今年度は全まちで、まちの「イチオシ生産者」を決めて生産者交流会や工場見学などを行ない、年間を通してその消費材の利用を増やす活動をしてきました。生産者から聞いた「目からウロコ情報」がたくさんあるので、独り占めしたらいけない！みんなにも知らせたい！と発表会を行ないます。他のまちの活動や生産者の努力・消費材の良さを知ってください。員外のお友だちの参加大歓迎です！

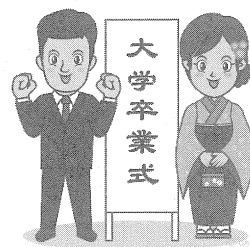
- ・日 時：2月6日(水)10:00～12:30
- ・場 所：多摩統合センター
- ・託 児：15名まで
- ・託児×切：1月25日(金)

まち	イチオシ生産者	イチオシ消費材
八王子北	(株)第一物産	白菜キムチ
八王子南	エスケー石鯛(株)	固型せっけん
日野	美勢商事(株)	餃子
多摩	(有)小野田製油所	ごま油
稲城	(有)須黒食品	とうふ
町田西	ワーカーズコレクティブ凡	しょうがシロップ
町田中央	(株)平田牧場	豚ひき肉
町田南	(株)生活クラブたまご	鶏卵
三鷹	タイハイ(株)	醤油・白だし
府中	(株)浜食	福神漬・しば漬
調布粕江	(株)スリーエイト	国産純粋はちみつ

保障の見直し、してみませんか？

お子さんが成長し、就職したら、保障の見直しのチャンスです。
 万一の時、子どもの学資を確保するために、と掛けていた生命保障は
 不要になります。世帯主の年齢も上がり、掛金も高くなっていませんか？
 50歳代になったら、生命保障よりも医療保障。
 必要となる保障額を見直し、病気に備えましょう。

**保障の見直し
相談無料！！**



そして見落としがちなのが、一家の主婦の保障です！

「お母さんは病気にならない？！」 いえいえ！50歳を過ぎたら思わぬ病気・ケガに備えましょう！

CO-OP共済 たすけあい L2000円 コース

加入年齢 満18歳～満64歳
 満期年齢 満65歳の満期日まで

月掛金 2,000円

<主な保障内容>

病気入院・事故(ケガ)入院 **日額 5,000円**
 (1日目から184日分)

女性特定病気入院 **プラス日額 3,000円**
 (1日目から184日分)

事故(ケガ)通院 **日額 1,000円**
 (事故日から180日以内 1日目から90日分)



生活クラブ共済 ハグくみ

生活クラブの組合員とその家族だけが
 加入できるオリジナルの共済です。

加入年齢 0歳～満64歳
 満期年齢 男性67歳/女性70歳

月掛金 1,000円

<主な保障内容>

病気入院・事故(ケガ)入院 **日額 3,000円**
 (1日目から保障、日帰り入院も対象)

事故(ケガ)通院 **日額 1,000円**
 (事故日から90日以内、1日目から保障)

退院後サポート金 **1万円**
 (退院後の生活復帰に一律保障)

詳細は、チラシを参照ください。

コープ共済たすけあいL2,000円コースと生活クラブ共済ハグくみの組み合わせなら、月々3,000円で、病気・ケガ入院に日額8,000円、女性特定病気入院なら日額11,000円、ケガ通院にも日額2,000円が出るんです！
 これだけあれば医療費のほかにも何かと日常生活の中にかかる費用もカバーできますね！

**子育て中の若い家庭には、お守り代わりの
CO・CO共済たすけあいJ1000コース がおすすめです！！**



J(ジュニア)コースは満20歳の満期日までの保障です。付添に必要な交通費や外食費など、子どもが入院すると医療費以外にもかかる費用はたくさんありますよね。自治体の医療費助成があるからと安心してはいけません。そして家族で一人、個人賠償責任保険(月額プラス140円)に加入していれば、家族全員の賠償責任が受けられます。保障の見直し・ご相談は多摩統合センターの共済スタッフ(☎042-798-4372)までどうぞ！！



1月の子育てひろば ライフプラン講座

「家計管理 はじめの一步 ～見直して変わる明日の家計～」

社会保障や税金の負担が重くなり手取り収入は目減りしています。目先の節約ではなく家計全体を把握し、将来も安心な家計をめざしましょう。
 家計管理のための作業シートが役立ちます！

★日 時：1月29日(火) 10:00～12:00

★場 所：多摩統合センター 2階ホール

★持ち物：電 卓(携帯可)

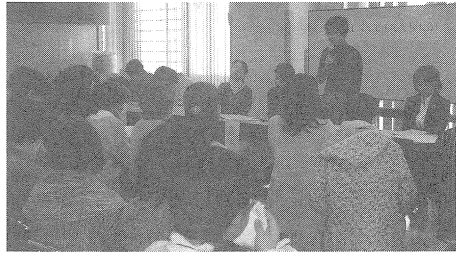
★託 児：15名まで

★託児×切：1月22日(火)

すべての世代に共通の必須講座です！

目をそらさないで向き合ってみましょう！





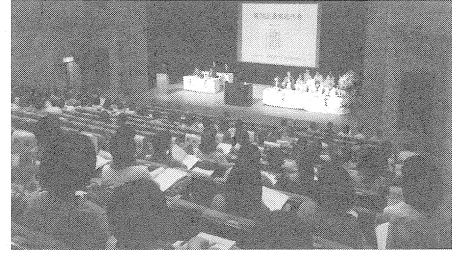
第17回まち八王子北 まち大会の様子

組合員の
最高意思決定機関！

まち大会・総代会って何？

総代選挙の時期が近づいてきました。あなたのまちのまち大会、多摩南や生活クラブ東京の総代会に総代として出席したことはありますか？
総代会は生活クラブの活動を一番理解できる場です。組合員なら誰でも総代

になることができますので、ぜひ立候補してみてくださいね。生活クラブのしくみを理解してより多くの組合員でまちを、多摩南を盛り上げていきましょう！今週、まち大会の総代候補者応募用紙が届いています！



第24回多摩南通常総代会の様子

◇まちの総代は、何をするの？◇

各まちの総代の任期は1年間です。まち大会に出席だけでなく、まち大会で決議した方針に基づいてまちの運営がなされているか確認し、1年間通して活動に協力したり意見を出したりします。総代の立候補数が定数に満たない場合は、電話などをお願いすることがあります。ぜひ総代になって、みなさんのまち活動費の使い方やまちのいろいろな活動を一緒に考えていきましょう。

＜総代募集からまち大会までのスケジュール＞

- 1月 総代募集のお知らせ
→総代立候補(応募)者決定後、名簿をセンターやデポー、まち広報紙に掲載し、まちの組合員に告知
- 2月 総代候補者決定のお知らせ
→総代決定のお知らせをまち広報紙に掲載
→総代に配達便か郵送で議案書を配付
- 3月 まち大会

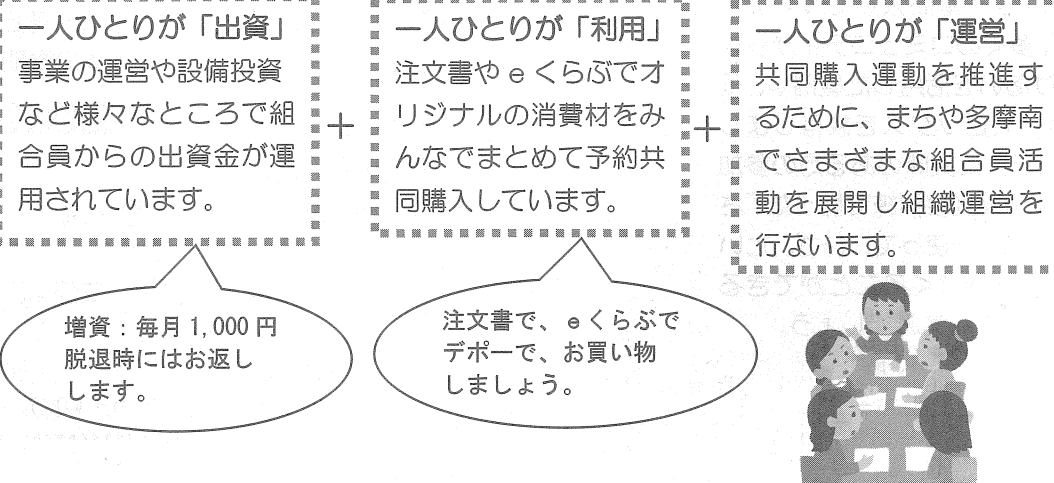
◇まち大会で、何をするの？◇

以下の議案を審議し決定します。

- ① 各まちの当年度の活動報告
- ② 中間会計報告
- ③ 次年度の活動方針
次年度組合員を増やすために、どんなことをしようか？
消費材の良さを伝え、利用(注文)を増やすにはどんな企画をしようか？などなど
- ④ 次年度予算
③を実現するために4月と10月に集金しているまち活動費の使い方
- ⑤ まち委員の承認
まち大会で決めた方針のもと、一年間のまちの活動をすすめるリーダーとなるまち委員の承認
- ⑥ 多摩南役員候補者の承認
多摩南の活動を執行する理事と監査する監事候補者の承認

生協（生活協同組合）は、出資・利用・運営が基本

生協は営利を目的としない事業を行なっています。
組合員自ら「出資」し「利用」し「運営」する、
自主運営、自主管理で成り立っています。



組合員の組織は、まち・多摩南・東京・連合会

組織ごとに、事業と組合員活動の長期(中期)計画を持ち、それに則って年間計画を立てて実行していきます。各々組合員の最高意思決定機関となるまち大会・総代会を年1回定期開催し、当年度の活動を総括し次年度の事業計画(利用計画や拡大計画)や活動方針を決定します。組合員の代表である総代は、総代会に出席して、それぞれの執行体(まち委員会・多摩南理事会・東京理事会)が提案した議案を審議します。

- まち大会(全11まち) 3月開催 : 総代はまち組合員30~50人に1人を基準に決めます。
- 多摩南通常総代会 6月上旬開催 : 総代定数200人
多摩南組合員人数約20,800人
- 東京通常総代会 6月中旬開催 : 総代定数300人(多摩南74人)
東京組合員人数約85,300人
- 連合通常総会 6月下旬開催 : 代議員定数319人(多摩南18人)
連合組合員人数約40万人

◇多摩南生活クラブ通常総代会◇

◇生活クラブ・東京通常総代会◇

6月に開催される多摩南・東京総代会に出席する総代は、2月に各まち委員会が立候補を受け付けます。

＜第25回多摩南総代会＞

2019年6月6日(木) パルテノン多摩(多摩センター)

＜第51回東京総代会＞

2019年6月13日(木) 新宿ワシントンホテル

総代会への出席は、生活クラブの事業や活動を理解するいい機会になります。またあなたの意見を伝えられる場にもなります。

ぜひ、総代に立候補(応募)して多摩南通常総代会・東京通常総代会に出席してください。

まずは、まち大会の総代になり、次に多摩南⇒東京の総代になってみると、東京全体で何をめざしてどう動いているのかがよくわかります。

◇生活クラブの社会的評価◇

電力の共同購入や遺伝子組み換えでないエサの継続給餌、国内自給率UPなど、まちや多摩南だけではできない事を連合会(北海道から兵庫県まで33単協)全体でどうしたいのかを決め、その方針に則って、東京、多摩南の活動を行なっています。

*生活クラブの様々な取り組みは、もう一つの経済活動として世界的にも評価されています。

1989年：ライト・ライブリフッド賞受賞

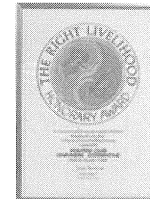
1995年：われら人間：50のコミュニティ賞受賞

2018年：第6回環境省グッドライフアワード

環境大臣賞 NPO・任意団体部門受賞

本来の協同組合の姿である「多くの組合員の討議」を経て運営している数少ない生協のひとつです。一員として積極的に参加していきましょう。

ライト・ライブリ
フッド賞



われら人間：50の
コミュニティ賞

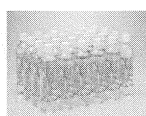


第6回環境省グッドラ
イフアワード 環境大
臣賞 NPO・任意団体部門



災害支援物資受渡訓練を行ないました

「地域に住む組合員どうしがつながり、たすけあえる関係をつくろう」と、まちではすべての組合員が所属するコミュニティをつくり、リーダーを中心に日頃からお茶会やエコロ学習会、ライフプラン講座などを開催することを提案しています。まだ、すべての地域を網羅するには至っていませんが、多摩南には現在 80 のコミュニティがあります。そして毎年秋には災害支援物資受渡訓練を行ない、希望するコミュニティにはエコロ掛金からの補助で購入した支援物資を届けています。今年度の災害支援物資受渡訓練には 44 のコミュニティ、延べ 606 人が参加しました。10 月 20 日には多摩統合センターと調布センターからトラックで、今年度になって新しくできた 4 つのコミュニティを含む 11 のコミュニティに「さば水煮缶、トマトジュース、水 500ml」を参加人数分届けました。10 月初めには、33 のコミュニティの代表宅に配達便で参加人数分の支援物資を届けました。それぞれのコミュニティでは集まる日を決めてコミュニティメンバーが顔を合わせ、消費材モニターの試食や、冬ギフトの試食、クリスマス正月用品の試食なども兼ねて、防災や避難についても話し合いました。



今年は、これらの消費材が一つずつ配られました。



災害支援物資受渡訓練の様子



「コミュニティ発表会」は 2 月 2 日(土)に!!

多摩南のコミュニティが一堂に会して今年度の活動を発表し合います。多くのコミュニティから参加して、エコロたすけあいを活用した事例や、それぞれのコミュニティのトピックスを共有しましょう。もちろんコミュニティに興味のある方の参加も大歓迎です。災害支援物資受渡訓練で配った「さば水煮缶、トマトジュース」を使って、いざ、という時に避難所でどんな料理をつくることのできるか、サバイバル調理にも挑戦してみましょう。

日 時：2 月 2 日(土) 10 時～13 時

場 所：多摩統合センター 2 階ホール

持ち物：エプロン 昼食をご一緒に!!

託児申込〆切：1 月 25 日(金)

デポー

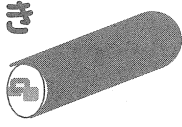
2 月 3 日(日)節分の恵方巻き

●今年の恵方は、**東北東!!**

悪いものを吹き飛ばしましょう!

各デポーで恵方巻きの予約ができます。

デポー国領駅前も開所です!



デポー独自ワインの取組み

ネロ・ディ・トロイア赤とボンビーノ白

南イタリア・プーリア州ガルガーノ国立公園で
つくられる EU オーガニック認定ワインです。



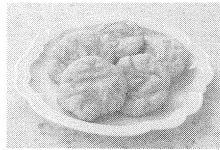
好評につき、再登場!

展示即売会 (予定) 「見て、触れて、たしかめて」 購入できます。

デポー八王子みなみ	デポー国領駅前	デポー町田
1/21(月)・22(火) かたやま工芸 (宝飾品)	2/12(火)・13(水) かたやま工芸 (宝飾品)	1/14(月)・15(火) かたやま工芸 (宝飾品)
2/11(月)・12(火) センプレ (婦人服)	2/14(木)・15(金) アイ・メイト (メガネ)	1/26(土)・27(日) スーツ・ワイシャツ アイ・メイト (メガネ)
		1/28(月)・29(火) センプレ (婦人服)
		2/9(土)・10(日) 陶芸わき (陶磁器)
		2/14(木)・15(金) アフロディーテ (靴)

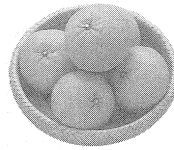
おすすめレシピ!

レシピ大事典より

甘夏クッキー
～手づくりマーマレードで～

- 【材料】 (15 枚分)
 ホットケーキミックス…1 袋(200g)
 甘夏マーマレード…大さじ 3
 なたね油…大さじ 3 と 1/3 牛乳…1/4 カップ
- 【作り方】
 ①ボウルにホットケーキミックス、甘夏マーマレード、なたね油を入れてゴムベラで混ぜ、牛乳を加えて粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
 ②15 等分して丸め、手の平で押して直径 4～5cm の丸形に整える。
 ③170℃のオーブンで焼き色がつくまで 15 分ほど焼く。(色や食感は少し違いますが、トースターの場合は約 8～10 分で焼けます。)

多摩南20,000人のルー

私のお気に入り
195

きばるの甘夏みかん

配送税込価格 (予定)

2 kg 754 円・ 5 kg 1,801 円

まち調布粕江

木下 安子さん

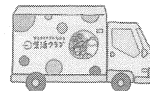
自然なすっぱさを味わいつつ、水俣病被害者の方々が漁を離れて甘夏作りを始め、無農薬栽培に至った経緯に思いを馳せます。多めに購入して、近所のお友だちにも食べてもらいます。

今回の取組みは 2 月 3 回 (7 週) です

みんなの声

★「孫育て 親育て 祖父母の役目とは」を読んでとても共感しました。私の孫も、昨年運動会の見学に行った時、お遊戯を踊らなかったので、「どうして踊らなかったの?」と聞くと、「パパママおばあちゃんたちがとても楽しそうにみんなで座って笑っていたので、その仲間に入りたかった…」とのこと。踊らなかったことを注意せずに話を聞いたことで、孫にも理由があることを知りました。今年は元気に踊ったので、成長したなあ…とホッとしました。

★泡あわせせっけんを試してみます。粒状せっけんの洗浄力は本当にすごいです。洗濯以外にも使ってみます。もう少し優しい香りがいいです。



わたしが配達しています

気が付けば早 3 年。今年入職 4 年目になる配送員です。動物に好かれる事が多く、ペットを飼われている方々からは動物に愛される配送員さんとして親しまれております。



そんな私のおすすめ消費材は、やはり『牛乳』です! 幼いころから親しんできた牛乳の中でも、生活クラブの取り組むパスチャライズド牛乳は一味違います。濃厚な口当たりの中に広がるほのかな甘み。この自慢の味を今後とも末長くご愛顧いただければと思います。

調布センター 轡サングズ 青木 勇磨

◆わたしのまちのコミュニティ◆

旧諏訪団地の建て替えに伴い、5 年前にブリリア多摩ニュータウンの入居が始まりました。

生活クラブでは連続キャラバン、親睦ランチ会を開き、いち早く加入に繋げ、現在 36 名の組合員がいます。同時にコミュニティを立ち上げ、地域の情報共有、顔合わせお茶会、アルバムカフェ、エコロ利用で託児ケア、災害支援物資受け渡し訓練、美味しいお菓子で「スイーツパラダイス」などを開催。子育て世代から年配の世帯まで幅広い年齢層の大規模マンション。

【まち多摩【諏訪コミュニティ】

厳しいセキュリティと快適住居で顔を合わさずとも暮らせる日常。でも何かあった時、顔見知りの方がたくさんいたら心強いなあ～といつも思っています。

「生活クラブ仲間」というキーワードが、食の安全はもちろん暮らしの安心も生むといいですね。今後は若い組合員の方を増やし、アイディアを出し合いながら楽しく豊かなコミュニティをめざしたいと思います。横山の道ウォークや『生活と自治』を読む企画も検討中です。



生活クラブsolar多摩南事業所 ひまわり 11 月の発電量 6,019kWh あなたの家の何軒分?

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～土、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
甘夏生産者交流会	1月17日(木) 10:00～12:00	調布センター 2F ホール 託児×切: 1月12日(土)
おしゃれキッチン倶楽部 おとうふフルコース! 講師: 登録・食のコンシェルジュ	1月28日(月) 10:00～13:00	多摩統合センター 2F ホール 託児×切: 1月21日(月) 参加費: 700円(びよママ特典なし)
子育てひろば ライフプラン講座 「家計管理ははじめの一步」	1月29日(火) 10:00～12:00	多摩統合センター 2F ホール 託児×切: 1月22日(火)
コミュニティ発表会	2月2日(土) 10:00～13:00	多摩統合センター 2F ホール 託児×切: 1月25日(金)
集まれ! まちのイチオシ生産者 活動発表会	2月6日(水) 10:00～12:30	多摩統合センター 2F ホール 託児×切: 1月25日(金)

生活クラブ農業体験農園 のらっこ おいぬま 2019年度 利用者募集!!

☆区画数: 7区画 (30㎡、2.5m×12m)

☆場所: 町田市上小山田 1000番地 (小田急線唐木田駅徒歩15分)

☆期間: 2019年3月～2020年1月 費用: 43,200円/年(税込。指導料・農具・種苗代含む)

☆栽培: 春・秋 2期作

※ 詳細は本部事務局にお問い合わせください。

2019年度 多摩南生活クラブ生協 役員候補者の公募

2019年度は役員の改選期にあたります。定款及び役員選挙規約に基づき、2019年度の理事・監事の公募を行ないます。

選挙区は理事・監事ともに多摩南全体とし、定数は理事12名、監事は3名、任期は2年です。

★立候補受付期間: 2019年1月7日(月)～1月31日(木)

★受付方法: 所定の書面にて事務局へ提出

★問合せ: 多摩南生活クラブ本部事務局 TEL: 042-798-4371

《 編集後記 》

長年食べているきばるの甘夏。そのまま、サラダに、ちらし寿司で。今年こそ! マーメイド・ピール・クッキー・ケーキに挑戦したい! CH.

Ciao! 1月号 申込書



配送組員は配達便で、デポー組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() 班コード・組員コード()
 電話番号() FAX() メルアド()
 託 児(有・無) 名前() 年齢(オ ケ月)

希望項目に☑チェックしてください ※配達便が×切日に間に合わない場合は、FAX か電話で!!

- ☐ 甘夏生産者交流会に参加します。 ☐ おしゃれキッチン倶楽部に参加します。
☐ 多摩南子育てひろばに参加します。 ☐ コミュニティ発表会に参加します。
☐ 集まれ! まちのイチオシ生産者活動発表会に参加します。
☐ Ciao! への感想・意見などをお寄せください。(みんなの声コーナーへ掲載させていただく場合があります)

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。