

生活クラブ生活協同組合 神奈川・機関紙

えぽ

epo

2015 隔月発行
5・6月号
Vol.121



組 織 概 要	組合員人数	69,013人 (2015年3月末)
	3月度加入	1,106人、脱退873人 (233人増)
	世帯当り利用高	21,154円 (2015年3月)
	世帯当り出資金	128,057円 (2015年3月)

配送車両のペインティングが新しく
なって、神奈川県内を走行中！
(小田原センターにて、職員の小松さん、
杉山さん)



特集

生活クラブの “たすけあい”

—暮らしやすい地域をつくろう—

P2-3 生活リハビリクラブ橋本ができるまで

P4-5 4月より実施中！(エコロプラス実験取組)

サステイナブルなひと、



生活クラブ

バイオサポ情報⑦ | P6-7

ごはん(お米)は未来を守ります!!

ひろげよう※たすけあい | P8-11

共済加入推進キャンペーン

茅ヶ崎たすけあいひろばほか紹介・コラム

神奈川活動情報 | P12-13

被災地とともに・ヒロシマ子どもツアー参加者募集
第25回キララ賞—エントリー受付中!—

インフォメーション | P14-15

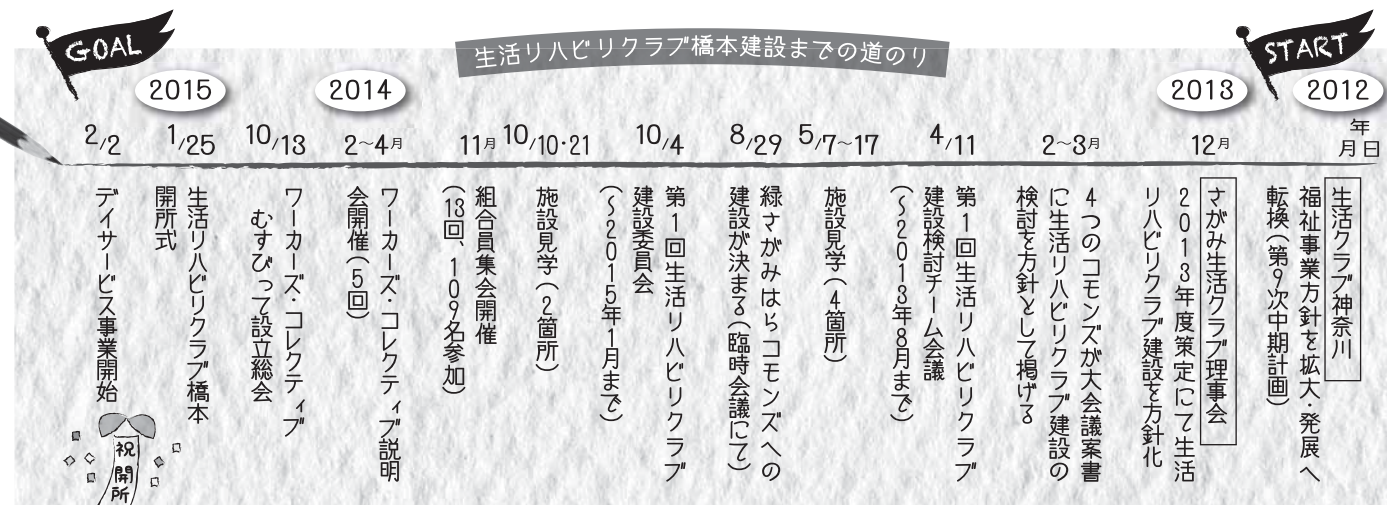
講座・イベント情報

地域とともに活動しています! <女性・市民コミュニティバンク>

生産者だいすき | P16

(株)豆彦 今井正樹さん

*カラーページは取り出して保存できる「たすけあい保存版」となっております。



生活クラブの“たすけあい”

地域に新しい施設を生み出しました！
——生活リハビリクラブ橋本ができるまで——

生活クラブ神奈川では、県内6
つ目の生活リハビリクラブ※1を相
模原市に建設し、今年2月にデ
イサービス事業を開始しました。4
月より介護保険制度改正、子ども
子育て支援新制度が施行され、介
護、子育てを取り巻く環境が変化
しています。

多世代が集う場所づくりをどの
ようにすすめたのか、建設に関わ
ったさがみ生活クラブの3人による
座談会で振り返ります。

地域にほしいものを 自分達でつくろう！

柴田 これまでの5つの生活リハビリ
クラブは、配送センターやデポの移
転で空いた物件を活用して作られま
したが、今回は物件探しも含めて
ゼロからのスタートでした。

森 あらかじめ建設場所を決めて
話を進めるのではなく、まずさがみ

生活クラブの中で建設を検討するコ
モンズ※2・デポを募りました。そ
の結果、4つのコモンズが手を挙げま
した。

柴田 そうして2013年4月に
建設検討チーム会議が始まり、施設
見学や話し合いを重ねるうちに介護
施設に対するイメージが変わりまし
た。自分が入りたいと思える、地域一
体型の施設がほしい！と感じました。
お二人はどのような気持ちで建設活
動に参加されましたか？

森 私は自分の身近な人の介護経験
から、「できることは自分でやる、で
きないことは見守りましょう」という



300人と会おう！

柴田 建設が決まって、コモンズの組
合員みんなが自分ごととして捉えら
れる機会として、組合員集会を
13回開催しました。

森 参加目標人数は300人！ち
ょうどクリスマス・お正月用品の試
食会が終わった頃でした。

松園 参加を呼びかけるために組
合員に電話をかけ続けました。そ
うすると、今までの活動と反応が
違うんです。

森 集会に出られないことを残念に
思う声、がんばってーという励まし
の声など、今までにない反応に驚き
ました。

柴田 電話かけ、集会を通してこの
新しい施設が自分にとってどんな場
所なのかを考える事ができました
よね。

松園 なにがなんだかわからない状
態の方が、集会に参加してみんなと
話すことで自分に関わることなんだ

生活リハビリクラブの考え方について
なと思い、参加しました。

松園 最初はたまたま組合員の方に
誘われて、戸惑いながらの参加でし
たが、やっていくうちに「なんでさが
み生活クラブには生活リハビリクラ
ブがないの？自分達の地域にほしい！」
という気持ちが強くなりました。

委員長の決断

柴田 半年の建設検討チーム会議を
経て、最終的に緑さがみはらコモンズ
に建設することが決まりましたが、
そのことについて運営委員※3の全員
が賛成でしたか？

森 仲間づくりの活動が常にあつて
苦労していたため、建設に賛成・反
対がちょうど2つに分かれてしま
いました。運営委員長としてチャン
スを活かすのか？潰してしまうのか？
頭の中が真っ白になりました。でも、
ここでチャンスを潰してしまつてはい

と理解して帰っていく、そんな気持
ちの変化を感じました。

森 「私、介護の資格持つてるんで
す。」「こんなことだったらできま
す！」など、自分だったら何ができ
るかを考えてくださり、心強い味
方がどんどん増えていきました。

柴田 実際の参加は約100人で
したが、単純に「建てます」ではな
く、夢や可能性を語り合うことで
自分ごととして捉えてもらうことが
できました。

人と人がつながって、 広がる夢

森 この2年間は、無我夢中でし
た。完成して、施設の前を通る度に
「形になっている！」と喜びを感じま
す。

松園 建設して終わりではなく、こ
こからまた新しいつながりができて
いくことにわくわくしています。

森 デイサービスを利用できること
はもちろん、子育てひろばとして
「読み聞かせ&ママたちのホット一息
たいむ」を定期的に開催していま
す。ひろばへの参加をきっかけに生
活クラブに加入された方もいます。

松園 地域に昔の大家族のような
皆が集える場所を創りたいという
想いがある、ひろばは絶対にやり
たい！と思っていました。

森 その他、建設活動を通して運



生活リハビリクラブ橋本

相模原市緑区橋本台1-18-10パストラル長田103 電話:042-703-1951

2015年2月開所。運営は「ワーカーズ・コレクティブ*むすびつ」が担っています。

*誰かに雇われるのではなく、働き方や働いた代価の分配を全員で決定する働き方。



営委員のお父様から畑を無償で提
供してもらおうという思いがけない展
開もありました。

松園 いも掘りやブルーベリー園を
やつてみよう、施設の廃棄物をコンポ
スト堆肥にして循環させようなど、
夢が広がります。

柴田 生活リハビリクラブ橋本は、
ゼロから手探りでみんな考えて、
お互いを育て合いながら建設するこ
とができました。これからも「地域
にあつたらしいな！」をみんなの力で
実現させていきます。

※1 生活リハビリクラブ

1987年、1つ目の施設「生活リハビリクラブ
麻生」開設以降、地域の拠点としてあたたかく
在宅福祉を支えています。(詳細はたすけあい保
存版参照)

※2 コモンズ

班・個別に活動している自治体や行政区といっ
た地域別に活動している組織のこと。例：横浜
市南区在住の組合員「南コモンズ」に所属

※3 運営委員

各コモンズ・デポの活動をすすめる主体となっ
ている「運営委員会」のメンバー。コモンズ・デポ
大会で決定された方針を執行し組合員活動を
実現するために、それぞれが得意なことを活か
して様々な活動をしています。



ふれママ・ママ特典

登録
受付中!

特典 赤ちゃんグッズプレゼント
1 オーガニックコットンの「やさしいたおるハンカチ」2枚
配布時期、方法は各地域生協で異なります。

特典 期間中は
2 **個別システム手数料が0円**
(個別配送組合員のみ)

対象者 登録時に妊娠している方(プレママ)、2歳未満のお子さんがある方
登録方法 申請用紙を提出
詳細は神奈川コールセンター(配送組合員のみ)・所属のデポーへお問合せください

班・個別配送の方へ

電話番号変更および新システム関連のお知らせ

配送センターの電話番号が、4月27日(月)をもって全センター統一の電話番号に変更となりました。

各種お問い合わせは

- 配達関連について
- 消費材について
- コモنزの企画参加についてなど

こちらへ

神奈川コールセンター

0570-001-902(有料)

受付 月～金曜(祝日も含む)9:30～18:00
オペレーター担当: W.Co Jam、組合員のアルバイト
※時間帯によってはつながりにくい場合もありますので、ご了承ください。

注文用紙を出し忘れてしまったら

方法は
2つ

1 電話注文センター

フリーダイヤル **0120-808-733**

携帯・PHSなど **0570-783-711**
(有料)

●注文可能期間

カタログ配布週の月曜日9時から注文用紙提出日の翌日11時15分まで

●受付 月～金曜(9時～21時)
土曜(9時～11時15分)

注)電話注文の際は、必ず注文用紙をお手許にご準備ください。

2 インターネット注文

生活クラブのインターネット注文

●注文可能期間

カタログ配布週の月曜日7時から
注文用紙提出日の翌日11時30分まで

●注文不可時間 毎日AM3時～AM6時59分

●問合せ eくらぶ事務局 月～金曜(10時～18時)
0570-666-153

*3月より問合せ電話番号が変更されています。ご注意ください。



予約登録制度

よやくらぶはじまっています!

5月2回(5/11～15)
配達開始

注文用紙に記入しなくても、登録しておいた消費材が定期的に届きます。
次週配達分の予約の数量は注文用紙・電話注文センター・eくらぶで変更することができます。

ビジョンフードよやくらぶ(通年予約)

対象品 米・牛乳(900ml) 鶏卵(10個パック)

安心よやくらぶ(定期予約)

対象品 豚肉・鶏肉・調味料・パン・豆腐・石けん類など

よやくらぶに関するお問い合わせは神奈川コールセンター(0570-001-902)までお願いします。

いつからでも
登録できます!
5月1回(5/4～8)
提出分より

特集 生活クラブの“たすけあい”

エコロプラス

(掛金100円/月)

地域の組合員から
エコロサポーター
を募り、コーデ
ィネーターが利用
者(手助けが必要な
組合員)とエコロサ
ポーターをつない
でたすけあうしく
み



エコロ共済

(掛金100円/月)

組合員活動や共同
購入をみんな
で支えあうた
めにくみ

「組合員から
病気をケガで困
ったときにサポ
ーターしてくれ
る人を地域で
探すことが難
しい」という声



エコロ
コーディネーター

③ 申し込み後、コーデ
ィネーターより、確認の
連絡があります。

① エコロ共済に加えて、エコ
ロプラスに加入します。



ユニオン共済
事務局

② 実施希望日の1週間前まで
に下記ユニオン共済事務局に
利用を申し込みます。

④ エコロサポーター
がきます
1回あたりのサポ
ートは1時間を基本とし、加
入者1人あたり年間20
サポーター受けことが
できます。サポーター料は
利用者が支払う必要は
ありません。

応援加入者も募集します!

実験取り組みエリアではサポートを受ける人、サポートをする人はもちろん、新しいたすけあいのしくみを応援するエコロプラス加入者も募っています。今は日常的な手助けを必要としない人も加入者となって「困ったときにたすけあえるしくみづくり」を応援しましょう。

- ① 妊娠中から小学校1年生までの子どもがいる加入者
- ② 高校生までの子どもがいる母(父)子家庭の加入者
- ③ 障がい児、障がい者がいる家庭の加入者
- ④ 要介護認定者が家族に同居、別居とも可加入者
- ⑤ 加入者が70歳以上の高齢者、独居者は65才以上

どんな人がサポートを受けられるの?

実験取り組みコモンズ・デポー
● 横浜北 つぎコモンズ、
センター南デポー
● かわさき 高津コモンズ
● 湘南 コモンズひらつか、鎌倉デポー
● さがみ 緑さがみはらコモンズ、
南林間デポー、相武台デポー

問合せ ユニオン共済事務局 フリーダイヤル 0120-311-543

ホットケーキ
ミックス

みかんジュース
485ml

ケチャップ



消費材3点セット

期間中に加入した方へ、
消費材3点セットをプレゼント!

生活クラブ
リニューアル記念

加入キャンペーン

6/30
火 まで

班・個別配送

期間中に加入した方は 初回集金時に
1,000円 値引き

加入後1年間 個別システム手数料*が0円

※個別システム手数料
通常、利用金額が週に0円～1,999円(本体価格)の
場合、個別システム手数料100円(税別)が発生します。

デポー

期間中に加入した方へ 1,000円分の
買い物券プレゼント!



お友達を
誘うなら今が
お得!

開発改善運動は、2012年度から意志あるコモンズ・デポーの組合員が取り組んでいる活動です。容器容量や新規品の開発・改善の要望を、チーム会議や消費委員会で検討後、利用が見込まれる物は取り組み実施となります。

チキンナゲット 200g

価格 班・個配 397円(税込) / デポー 405円(税込)
※2015年3月末現在



チキンナゲット200g

子どもに大人気で、お弁当にも重宝!でも、金額だけでいうと、市販のチキンナゲットの3倍位……。そもそも400gだと大容量なので、冷凍庫内も占領される。少容量にすれば、浮いたお金でおかずをもう一品買うことができ、値段も抑えられるので、今まで高いと思った人も買いやすくなり供給高アップになるのでは?と考えました。市販品との食べ比べをすると、中身の安全性や鶏肉自体の使用量の違いに驚かされました。1個あたりで考えると中身がほとんど鶏肉でこんなに安全なのに、この価格!



買ったことのない人は、ぜひ一度試してみてください。

湘南生活クラブ
コモンズひらつか
神原加代子さん



*2015年度は班個配は毎月隔週、デポーは常時取り組み予定です。

ナゲット丼



●材料(2人分)●

チキンナゲット 200g 1袋(10個)、白菜 50g、長ねぎ 1/2本、やまびこしめじ 80g、ミニトマト 6個、キヌサヤ 5枚、ご飯 400g、甘酢【水 1/2カップ、食酢大さじ 1と1/2、洋風だし粉末小さじ 1/2、トマトケチャップ大さじ 1と1/2、素精糖大さじ 1、丸大豆醤油小さじ 1/2、真塩少々】、水溶き片栗粉(片栗粉、水…各大さじ 1/2)

●作り方●

- ①野菜は食べやすく準備する。
- ②甘酢の材料を合わせておく。
- ③油大さじ1を熱して白菜、長ねぎ、しめじ、ミニトマトを炒め、軽く火を通す。
- ④チキンナゲット、甘酢を入れて4分ほど煮てキヌサヤを加え、水溶き片栗粉でとろみをつけて、ご飯にかける。

消費材を使ったレシピは、生活クラブホームページの「レシピ大事典」や「これいい♪クラブ」で検索!

ごはん お米は未来を守ります!!



減らしすぎると キケン!! 炭水化物ダイエット



「炭水化物は太るから食べない!」という
キケンな食事制限をしていませんか?

炭水化物(糖質)はタンパク質、脂質と並ぶ三大栄養素の一つです。1日に摂取するカロリーの50~70%を炭水化物で摂取するのが望ましいと言われています。

炭水化物が不足すると、

脳が栄養不足になり
ボーッとしたり、
集中力が低下。

肝臓に蓄えられた
糖分が分解され
肝臓機能が低下。

体内のたんぱく質
が分解され、
疲労が蓄積。

など、体調にデメリットを引き起こす可能性があります。

最近は食の欧米化が進んで動物性タンパク質や脂質の摂取が増え、米などの炭水化物や食物繊維の摂取が減るという「現代型栄養失調」が問題となっています。

ごはんと一緒におかずを食べれば、脂肪や糖分をたくさん含むおかずの摂取量が抑えられ、自然にバランスがよくなりますよ。



日本の原風景「田んぼ」が守る未来



日本の食文化の継承

お米は日本の気候風土に合う主食として定着し、郷土料理もごはんとともに育まれてきました。お米を食べることで郷土料理(食文化)を次世代に継承し、産地と日本の未来を守ることができます。

自給力の向上

遊YOU米の産地である山形県遊佐町では東京ドーム約1600個分の水田が予約米(右記参照)によって維持されています。また、生産調整によりお米を作れない田んぼを活用し、飼料用米や大豆・なたねなどを作付けし、自給力向上に取り組んでいます。

資源環境の保持

田んぼはお米以外に多様な生物を育みます。また雨水を一時的に蓄えて洪水を防ぎ、地下水を作り、気温の上昇も防いでくれるなど私たちの生活に大切な恵みをもたらしてくれています。

共同購入 政策委員会

『バランスよく食べよう!』と言いますが、これがなかなか難しい。毎食気にしすぎても続かないので、「今日はお肉食べすぎたから、明日は野菜を多めに食べようかな!」「野菜は全部味噌汁にほうり込んじゃお!」こんなのもありだと思います。

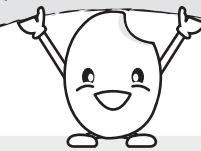
でも、やっぱり毎日の「ごはん(お米)」だけは欠かせません。

生活クラブの健康な食デザイン



食べものの事、食べ方の事、両方わかって
食べよう!! の情報発信ページです。

予約して、
お米を食べよう!



メリットがたくさん!

生産者

- ☆化学合成農薬の使用削減にチャレンジできる
- ☆次の世代を担う後継者を育成できる

組合員

- ☆毎回注文しなくても、定期的に届く!
- ☆不作の時や非常時にも優先して届けてもらえる!
- ☆通常の購入方法より価格がお得!

予約の方法

班・個別配送

OCR(注文用紙)に予約番号を記入し提出

デポー

予約申込用紙を提出

詳しくは、カタログ・ニュース類をご覧ください。配達担当者・所属のデポーへお問合せください。

※6月末~7月中旬にかけて開催される出資金在高確認集会でも詳しい説明が受けられます。今後お手元に届く開催案内をご確認ください。(開催は地域生協により異なります)

予約番号は、
よやくらぶ
カタログを
チェック!



転倒予防教室

みんなで足を上げて
転倒予防

まつり

地域の円蔵中学校
吹奏楽部も参加した
ほかほかdeまつり



デイフロアの様子

保育園のお子さん
との交流もあります



問合せ先

介護スタッフ・ドライバー・看護師・ケアマネ
ジャー・保育士・食事作りスタッフ募集しています。
ご興味・ご関心のある方はお気軽にお問合せ下
さい。ボランティア参加もOKです！

所在地: 茅ヶ崎市茅ヶ崎234-1

生活リハビリクラブ茅ヶ崎 TEL 0467-55-1716
(W.Coのびのび)

食事サービス TEL 0467-55-8181
(NPO法人W.Coほっぺ)

ほかほか保育園 TEL 0467-55-2032
(NPO法人ワーコレたんぽぽひろば)

転倒予防教室も開催

組合員以外の地域の方にも、「ほかほか」を知
って利用してもらいたいと、2014年度から茅ヶ
崎市の地域支援事業「はつらつ健康プログラム転
倒予防教室事業」を受託しました。講師は、以前
保育園ほかほかを利用したことのある健康運動指
導士の方が快く引き受けて下さいました。

1階のデイサービスで日曜日の午前中、月一回、
フロアいっぱいに広がって体操しています。70代
の方が中心で皆さんお元気です。デイサービスの
ナースによる健康に関する話や、スタッフが行う顔
面・口腔体操も好評です。

住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らせる
よう、顔の見える関係性をつくるためにも継続して
いきたいと思っています。

生活リハビリクラブ茅ヶ崎
施設長 北野あや

2階

生活リハビリクラブ
茅ヶ崎新事務所

キッチンスペース



みんなのひろば



生活クラブの保育事業「認可
保育所「ほかほか保育園」。
NPO 法人ワーコレたんぽぽひ
ろばが運営を担っています。

認可保育所
ほかほか保育園



「生活リハビリクラブ茅ヶ崎」
の事務所
ヘルパー派遣、ケアプラン作
成、介護相談を行っています。

親子の居場所「フリースペース」、高
齢者対象の「ほかほかサロン」、組合
員の活動スペースとしても活用！キッ
チンスペースもあります。

※生活リハビリクラブについては、たすけあい保存版をご参照ください。

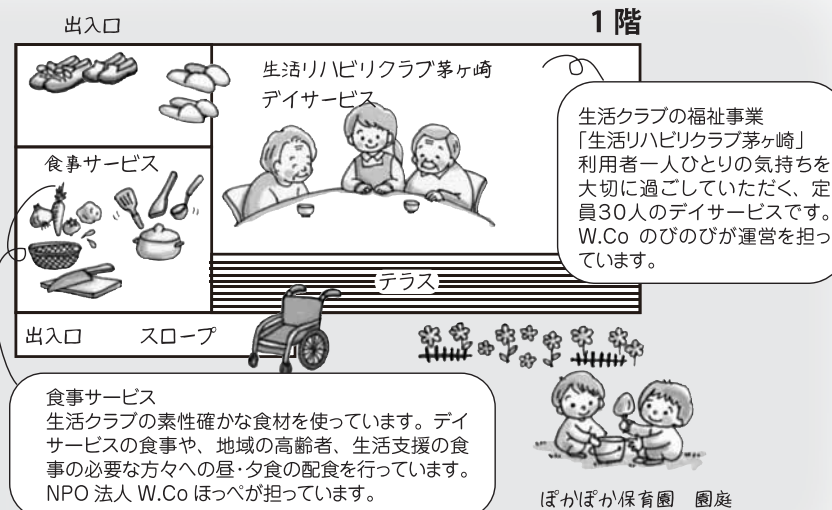
たくさんの人が出会い集う場

「茅ヶ崎たすけあいひろばほかほか」を通じて、
地域の人たちが、ずっとこの地で住み暮らせるよう
に、人と人との関わる場をつくっていくことを目指
して、生活クラブ湘南の組合員と、デイサービス・
訪問・居宅事業、食事サービス事業、保育事業の3
つのワーカーズ・コレクティブで構成する「ほかほ
か運営会議」を開催し様々な企画を行っています。

高齢者対象の「ほかほかサロン」を毎月一回、親
子支援のフリースペースを週2回行っています。夏
休みには小学生向けのひろば、秋には地域に開いた
お祭り「ほかほかdeまつり」を開催。またボラン
ティア体験会など多世代に向けた働きかけもして
います。

いろいろな人と様々ななかかわりを持って生きて
いきたい：そんな思いを込めて、これからも、地域
の人がたくさんの人と出会い、関わりあい、その人
らしく居られる場所となるよう活動していきます。

ほかほか運営会議 招集者 長谷川由紀子
(湘南生活クラブ理事)



自分で作る 元気なわたし

今回は
健康・医療推進協議会の
紹介です

「自分でできる、自分で
治す」文化を拡げること
を目的に生活クラブ、食・健
康・医療をテーマとしたワー
カーズ、アソシエーション等12団体
で2007年に設立しました。

専門性を活かし、健康なライフスタ
イルやたすけあいのネットワークづく
りを支援します。健康の自主管理をす
すめていける場として、「健康フェス
タ」「出前健康ブース」や学習会を提
案しています。

なお2012年8月まで、えぼに掲
載したコラム「すこやかライフ」の一
部は、生活クラブ神奈川のホームペー
ジでご覧になれます。

生活クラブ運動グループ
健康・医療推進協議会代表
神馬純江
(エコジカルコミュニティあおいほし代表)



たくさんの人に
助けてもらい、
心豊かな子どもを
育てましよう！

子育て協同センター保育園ほかほか
は2003年10月に開園しました。そ
の後、2010年に茅ヶ崎市の認定保
育施設になり、今年の春からは生活ク
ラブ生活協同組合神奈川が認可をと
り、「ほかほか保育園」として新しい
一歩を踏み出しました。

私たちは開園当時から、困っている
人がいたら、そっと手をさしのべるよ
うな子育て支援をしてきました。時
には不安や孤独になるお母さんやお父
さんと一緒に子どもを育てていくとい
う気持ちで日々の保育をしています。

子育ては親だけが必死でするのは
なくて、おじいちゃんやおばあちゃん、
近所の人、一時預かりなど、たくさん
の人に助けてもらって下さいね。い
ろいろな人にかわいがってもらって、
子どもは様々な価値観があることや自
分を愛してくれる人がたくさんいるこ
とを知り、心豊かな人生を送れるよう
になります。

ほかほか保育園(認可保育所)
園長 三浦裕子

生活クラブ運動グループ 健康・医療推進協議会

参加団体一覧

生活クラブ神奈川、ライフサポート
W.Co 樹(アープレ)、W.Co あんず、
健康づくりワーカーズ「ばーとなー」、
W.Co ACT、生活クラブアトピー
ネットワーク、生活クラブ家庭菜膳
の会、コミュニケーション「談」、フォー
ラム・アソシエ、エコジカルコミュ
ニティあおいほし、(株)ウエルライフ、
(株)オルタスクエア

第25回 キララ賞 (かながわ若者生き生き大賞)

キララ賞とは

生活クラブ生協は、1989年に「ライトライブリフッド賞・名誉賞*」を受賞しました。この喜びを多くの人と分かち合いたいと、生活クラブ神奈川は、1991年にキララ賞 - かながわ若者生き生き大賞 - (Kanagawa Young Right Alternative Livelihood Award) を創設し、【キララ】はその頭文字をとったものです。今年で25年目を迎え、神奈川を舞台にさまざまな分野で活動している若者に毎年2件「キララ賞 (かながわ生き生き大賞)」と「副賞 50万円」

を贈呈しています。生活クラブ神奈川・福祉クラブ生協組合員と外部委員で委員会を形成し、推薦募集・運営・選考活動を行っています。

※地球の負う傷を癒して、より安全な生活と人間性を高めるために貢献したビジョンと仕事に与えられる賞。生活クラブ生協の主婦を中心とした組合員の組織運営、生活必需品(消費材)の共同購入、環境や資源再利用、共済・福祉、生活者政治の実現(NET)や働く場づくり(ワーカーズ・コレクティブ)など、共同購入を軸として暮らし全般に広がる運動が評価された。

★これまでの受賞者紹介★

2012年度受賞

藤田靖正さん (受賞時 32歳)
NPO 法人さんわーくかぐや副理事長

★ エントリーのきっかけ 組合員の篠原さんからの紹介

キララ賞受賞後、生活クラブと繋がったことで「東日本大震災・復興支援まつり」(2013・14年開催)で会場装飾を担当させて頂きました。来場された方々の震災復興への祈りを5色の旗へ寄せて頂き、風にのせて天へと届けました。装飾として色を添えただけではなく、皆さんの暖かい思いが目で見える形として一つにつながり、多くの人達の心に届ける事ができたのではないかと思います。

お金には決して換える事ができない、思いがけないご縁・人生を豊かにする人との繋がりがキララ賞受賞によってできました。これからも沢山の素敵な出逢いが作られていくと思います。是非、身近で頑張っている若者を探してほんの少し背中を押してあげてください。



2014年10月さんわーくかぐやにて、キララ賞実行委員と会場装飾を制作する藤田さん(左)

2013年度受賞

永岡鉄平さん (受賞時 32歳)
株式会社フェアスタート 代表取締役
NPO 法人フェアスタートサポート代表理事

★ エントリーのきっかけ

2011年キララ賞受賞者の高城さんからの紹介

キララ賞受賞後は県や横浜市への表敬訪問に行ったり、生活クラブの広報物や神奈川新聞に掲載いただいたり、組合員の方に賛助会員になっていただいたりと、手厚い応援で、活動を多くの人に知ってもらうきっかけとなりました。また、かながわ生き生き市民基金による『エラベル』(P8参照)では、寄付集めもバックアップしていただき、活動のそばには常に生活クラブが寄り添って下さっています。



『エラベル』の寄付金募集活動では多くの方に支援していただきました！(右：永岡さん)

※ 受賞者交流会に参加しませんか？詳細はキララ賞 HP へ！ <http://kanagawa.seikatsuclub.coop/kirara/>

あなたの周りで『生き生きと活動する若者』を推薦してください 締切：9月25日(金)

第25回キララ賞エントリーシート(推薦シート)

あなたのお名前(推薦者)	お名前	推薦する人(団体)について	お名前(団体名)
	住所〒		
	電話		いずれかにチェックを入れてください ☐ 若者の活動を推薦します ☐ 自分の活動についてエントリーします
	FAX		活動内容
	メールアドレス		

■エントリー方法：①キララ賞 HP からエントリー②左記エントリー用紙を郵送またはFAXにて提出
■推薦対象者：神奈川県を拠点に活動する若者(概ね30歳まで)・分野不問
■問合せ：キララ賞基金運営委員会事務局(政策調整部)
電話 045-474-0985
FAX 045-472-0999
住所 〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-2-15 パレアナビル5F

神奈川活動情報

このコーナーでは、生活クラブ神奈川が取り組む活動について紹介しています



2015年度東日本大震災復興支援活動へのカンパのお願い

東日本大震災から4年が経過しましたが、今後も継続的支援が必要な状況です。生活クラブ神奈川では、復興支援活動にかかる費用を組合員カンパ活動でまかなっています。詳細は6月配布のカンパ申込用紙をご覧ください。

2015年度復興支援活動 基本方針

①自分たちで行える行動を具体的に計画化し、組合員・事務局の参加と理解を広げて、よりおおぜいの参加で実施します。

②連合組織活動推進会議(15年度より新設)に参画し、連携した活動を推進します。

③東日本大震災・復興支援神奈川ネットワークに参加し、運動グループとともに活動を推進します。

申込用紙配布：班・個配 6月1日～5日
デポ：6月情報ワーク
金額：1口500円
(何口でも受け付けております)
申込方法：申込用紙に必要事項を記入し、所属の配送センターまたはデポへ提出
受付締切：7月31日(金)
集金：9月の共同購入代金一括引き落とし

14年度決算および15年度実施予定の支援活動とカンパの使途

支援活動名<活動時期>	使途	14年度決算	15年度予算
東日本大震災・復興支援まつり 2015<11月7日(土)山下公園(横浜市中区)>	開催費用の一部(レンタル機材費、設営費、イベント費用、広報費、その他)	2,188,175	2,000,000
夏のリフレッシュツアー in 神奈川(横浜北・横浜みなみ合同で実施)<8月> ※生活クラブふくしまの子どもの一時避難としての受け入れ	実施費用の一部(参加者県内移動交通費・宿泊費・食費、スタッフ交通費・食費、その他)	450,396	450,000
甲状腺検査活動<12月中旬～2月>	活動費用の一部(検診参加親子の交通費)	170,000	200,000
福島県新地町りんご農家支援(下草刈)<7月>	支援参加者交通費		100,000
岩手県「重茂味まつり」への参加<8月>※被災地生産者の活動支援	支援参加者交通費・食費、その他	94,782	100,000
宮城県亘理町加工用トマト収穫支援<8～9月>	支援参加者食費、その他	16,654	50,000
福島県を中心とした被災地視察	視察参加者交通費		200,000
震災復興をテーマとした学習会の開催 ※主に福島から講師やパネラーを招いて開催	講師・パネラーへの謝礼、交通費等		200,000
福島県から神奈川県へ避難している人たちの交流	神奈川県内に避難してきている人たちの交流費		100,000
宮城県「蛤浜・折浜の活牡蠣 2kg」の実験取組み<16年3～4月>	有志による購入		0
福島県「青空市ファイナル」への参加	参加者交通費等	43,998	
次年度繰越金		2,029,380	
合 計		4,993,385	3,400,000

2015年ヒロシマ子どもツアー 参加者募集



未来を担う子どもたちに平和を繋げる活動としてスタートし、今年で21年目になります。戦後70年の節目の年に、広島を見て、聞いて、感じて、体験し、平和について考える、ヒロシマ子どもツアーにあなたのお子さんを参加させてみませんか。

対 期 間 8月3日(月)～5日(水)
象 小4～高校生

*一部費用の補助があります。0570-0001・902(神奈川コールセンター)までお問合わせください。
集合・解散場所 JR新横浜駅

問合せ 政策調整部 045・474・0985 (担当：露崎)

原爆ドームには、その周りを取り囲むように柵がありました。私はそれを悪戯目的の人達が入り込まないようにするためだと思っていました。しかし、実際は違いました。七十年たった今でも放射能が残っていて、危険だから人が入らないように柵があるのです。原爆による放射能で、今でも苦しんでいる人がいるのは知っていましたが、広島に来て、こども簡単に触れられそうな場所に、私が生まれるずっと前に落ちた原爆の爪痕が残っている事がリアルに迫ってきて、ショックを受けました。
2014年参加感想文より抜粋 高校1年生 柴田見梨花

組合員カンパによる
大人の広島代表
派遣も募集中！

詳しくは所属の
センター・デポに
お問合せください。

デポ情報

3 Week 3 Meet キャンペーン実施中!

5/11(月)～5/30(土)

生活クラブこだわりのお肉を、もっとたくさんの方に利用してほしい! 前年好評につき、今年も生産者の協力のもと、鶏肉・牛肉・豚肉の値引きキャンペーンを実施します。

★鶏肉Week (10%引き)

5/11(月)～5/16(土)
対象品目: 国産鶏種はりま チルドパック・丸鶏(手羽中・ハーブカット・モモムネセット・冷凍品は除く)

★牛肉Week (5%引き)

5/18(月)～5/23(土)
対象品目: 栃木県産 開拓牛 全品(量り売りは除く)

★豚肉Week (10%引き)

5/25(月)～5/30(土)
対象品目: 平田牧場 三元豚 全品(量り売りは除く)



「計画的労働参加」参加者募集!

ジュース用トマトの＜収穫作業＞に参加しませんか?

生活クラブ「トマトジュース」の安定生産のために組合員が有償で作業を行なう企画です。

日程 8月10日(月)～12日(水) 2泊3日 雨天決行

・8/10(月) 7:45頃 新宿駅西口集合後現地までバスで移動
・8/12(水) 19:30頃 新宿駅西口着・解散予定

8/10昼食から8/12昼食までの食事、宿泊費は無料

収穫作業実施会場

JAながの飯納支所
管内の加工トマト生産者の畑(長野県上水内郡)

労働時間

1日目実働3時間程度
2日目実働6時間程度
3日目実働3時間程度

作業報酬

実働12時間程度で
合計8,000円(その他交通費として一律1,400円)支給

主な持ち物

作業着、着替え、手袋、帽子、雨具、長靴、タオル、寝巻、洗面具など

募集人数: 30人(組合員とその家族が対象。18歳以上、性別問わず。)※高校生は不可
応募要領: 往信の裏面に「トマトの収穫作業参加希望」と記載し以下8項目をご記入の上、ポストに投函ください。

記入事項: (往信の裏面に記入ください)①参加者氏名(ふりがな)、組合員の氏名と続柄 ②業態(班・個配・テラー) ③組合員コードNo ④郵便番号・住所 ⑤連絡の取れる電話番号とFAXの有無 ⑥性別 ⑦年齢(18歳以上) ⑧以前の参加経歴(定植・収穫の参加回数) やその他農業経験の有無についてもご記入下さい。

応募された方全てに結果を返信はがきで連絡し(7月3日まで)、参加が決まった方には詳しい要綱を7月中にご自宅宛てに郵送します。

＜締め切り＞
6月12日(金) 必着
応募先: (返信先のご自宅の住所を必ず記入して下さい。)
〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-2-15 パレアナビル5F
生活クラブ生活協同組合事業部 担当: 藤原宛 Tel: 045-472-5128

オルタ健康ステーション 問合せ 申込み TEL 045-471-1733
http://www.geocities.jp/orutakenkou/ FAX 045-472-0109

第12回オルタ健康ステーション ワークショップ

毎日の生活の中に
幸せを見つける

マインドフルネス瞑想法



日時 6月18日(木)
10:30～12:30

場所 オルナティブ生活館
5F とびはね

講師 島田啓介先生

(精神科ソーシャルワーカー・カウンセラー、マインドフルネス瞑想ファシリテーター、翻訳家、大学非常勤講師)

子育て応援
無料託児あります!

参加費 1500円

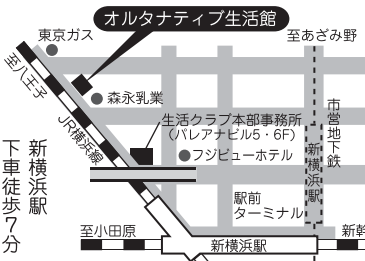
定員 30名

申込 オルタ健康ステーション

日常生活の中で「今ここ」の自分に帰り、幸せを育てるマインドフルネス瞑想。だれにでも学べ、その場で使えるこのやさしい瞑想法は、近年ビジネスや教育、医療などの分野で広く取り入れられ、大きな効果を上げています。また、単なる効果にとどまらず、継続すれば自分自身やまわりに対する見方が根本的に変わり、生き方にまで良い変化が現れてきます。

もとは仏教の実践法ですが、これを生活に取り入れやすくアレンジした基本的な実践法を、「呼吸と気づき」を中心にお伝えします。

生活クラブ神奈川の施設 オルタナティブ生活館(オルタ館)



会議室、調理室、ミニホール(スペース・オルタ)、薬局、親子ひろばなど、どなたでも利用できます。

地域でともに活動しています!

女性・市民コミュニティバンク

「おかねの使い方」に
「思い」を込める

■設立 1998年1月

■設立目的 市民がお金を出し合い、女性・市民を中心にした非営利・相互扶助による透明性の高い金融によって、市民事業の起業や運営を支援し、地域経済の発展や豊かな地域社会づくりに貢献すること。

■今後の抱負(公財) かながわ生き活き市民基金や市民事業創出・支援委員会と連携をとって、県内の市民活動・事業を支援していきたいと思います。

■事業内容 出資金を元手に、ワーカーズ・コレクティブ等の市民事業などに融資を行っています。これまで、保育園や高齢者のデイサービス、安全な食を提供するレストランの立上げ、リユース・リサイクルショップの立上げ、生活クラブの牛乳配達車両の購入、障害者や若者対象の働き場作り、リサイクル石けん「きなりっこ」製造機械購入資金など、地域社会が必要とする事業の立上げ・設備・運転資金や太陽光発電の設置費用などへの融資してきました。

女性・市民コミュニティバンク
理事長 向田映子

問合せ TEL: 045-651-2606
URL: http://www.wccsj.com/

◀融資先>高齢者デイサービス
「四季楽」(横浜市神奈川区)



カルチャースクール ACT(アクト) TEL 045-472-7633
カルチャースクール・アクト 検索 FAX 045-472-7644

ACT 入会金不要! 特別講座

日本舞踊1日講座

①半幅帯遊び&日本舞踊 ②浴衣着付け&日本舞踊
①②とも6/15、7/6、8/3、9/7(月) 14:00～17:00の間で予約
③第1・3(水) 13:30～18:00の間で予約 2,500円/1回/60分

浴衣着付け(港)

〈初めて着物を着る方〉
6/9、23(火) 13:00～16:30 6/30(火) 10:00～13:30 3,500円/1回
〈浴衣を着られるが帯結びを習いたい方〉
6/30(火) 14:00～16:30 2,800円

ルバーブと野菜 畑で収穫クッキング

6/20(土) 講師の畑で旬のハーブと野菜を収穫して調理。
7,000円/材料費込 交通費各自負担

直焼きタイプのチーズケーキ

6/22(月) 10:00～12:30 5,000円/1回込

ルバーブのコンフィチュールとタルト

6/22(月) 13:15～16:00 5,000円/1回込

アーティフィシャルフラワーの フラワーアレンジ

6/24(水) 18:00～19:30
6/27(土) 10:30～12:00/13:00～14:30
5,000円/1回/1回込

朗読講座 夏休み汗かきワークショップ ボイストレーニング&詩の朗読

7/15(水) 10:30～12:30 2,000円 1回200円

※教室は記載がないものはオルタナティブ生活館です。③は小田原センター、④は港南センターです。

※各講座とも講座維持費100円/月が必要です。詳しくはお問合せまたはACTホームページをご覧ください。



アーティフィシャル
フラワーアレンジ

スペース・オルタ http://spacealta.net/

5/24日 ドキュメンタリー 「日本と原発」上映会

2回上映 (製作・監督: 河合弘之 / 構成・監修: 海渡雄一 / 135分 / 2014年)

入場料 当日1,200円、前売1,000円

市民派弁護士が作った脱原発のための映画。独、伊など多くの先進国が脱原発をめざすなか、原発再稼働を急ぎ原子力プラントの海外輸出を打ち出す当事国=日本の暗部に迫ります。

5/31日 12:00 開場 12:30 上映開始 新しい世界のシステムを求めて 映画「オキュパイ・ラブ」上映会

(監督: ベルクロー・リッパ / 86分 / カナダ / 2013年)

料金 当日1,000円、前売り・予約800円

主催: トランジションタウンよこはま、脱原発市民会議かながわ、スペース・オルタ

1回目 11:45 OPEN 12:00 上映開始
14:20～15:00 河合監督のお話

2回目 15:10 OPEN
15:30 河合監督のお話START
16:00 上映開始

主催: 社福法人がれん、NPOまいんどくらぶ、ふえみん民主クラブ横浜支部、スペース・オルタ、他
協力団体: NPO・WE21 ジャパンこうほく、福島原発かながわ訴訟を支援する会、大岡原発訴訟の会・かながわグループ、他

フォーラム・アソシエ 申込み TEL 045-472-7093
http://www1.odn.ne.jp/forum-associa/ FAX



夏休みの5日間、オルタ館に子どもの居場所をつくります。落書きアート、歌う、踊る、読書、何でもできます! 宿題を片付けちゃうのもいいですね。期間中は出入り自由♪お弁当持参で一日過ごすのもOKです。料理教室や工作教室などオプション企画も準備中。

オルタスクエア
http://www.a-sq.co.jp/

TEL 045-476-1105
FAX 045-476-1106

10坪の土地でも 6人家族が暮らせる木の住まい

日時 6月13日(土) 13:30～15:00
場所 東京都品川区H邸 (東急目蒲線「西小山」駅から徒歩5分)

住み慣れた大好きな街で10坪強の土地が見つかりました。ここに6人家族が暮らせるお家が建てられるか。ホームページでオルタスクエアを見つけて相談した結果、完成したのが今回のH邸です。縁側、自転車置き場、吹き抜け、屋上物干し場など希望の空間を、設計の技で実現しました。



腰掛状にスキップを設け、ロフトもあるH邸のLDK

▶敷地面積: 35.26㎡ (10.66坪)
▶延床面積: 50.93㎡ (15.40坪)
▶外壁: ガルバリウム鋼板

▶設備: 1F 温水床暖房(熱源: ガス)
▶床: 杉、青森ヒバ
▶壁: 杉、青森ヒバ、和紙、漆喰

問合せ TEL 045-472-6349 (担当 / 佐藤)
FAX

14 年度理事会だより

● 第10回定例理事会 (3/31) ●

監査報告

1. ユニオン監事会2015年度活動方針並びに監査計画について報告を受けた。

討議決定事項

1. 2015年度基本方針の決定(第44回通常総代会)について討議し決定した。

報告承認事項(抜粋)

1. 第44回通常総代会関連の対応にいて承認した。
2. オルタナティブな地域包括ケアシステムの構築に向けた参加型福祉地域モデル研究会報告書の承認と今後の福祉政策の策定に向けてについて承認した。

● 第11回定例理事会 (5/1) ●

討議決定事項

1. 第44回通常総代会議案の決定について討議し決定した。

報告承認事項(抜粋)

1. 第44回通常総代会の運営について承認した。

編集後記

3月初旬「第10回GMOフリーゾーン全国交流集会 in くまもと」に参加しました。火の国熊本、阿蘇に古へより続いてきた草原の生態系を守るための野焼きを目的にしたり、雄大な阿蘇の地では多国籍企業による遺伝子組み換え戦略とは全く対極にある悠久の時間が流れていることを実感しました。(はちまん)



消費材に対する生産者の思いをお伝えするコーナーです。
今回は、豆腐の生産者 味噌豆彦の今井正樹さんにお話を伺いました。

生産者
だいすき

先代の思いを継いで国産大豆で豆腐をつくる



(株)豆彦 代表取締役 ^{いまい} 今井 ^{まさき} 正樹さん

生活クラブとの出会い

私の父である先代社長が脱サラをして、国産大豆にがりだけでつくる豆腐屋を始めたのは1980年のこと。お客さんの中に生活クラブの組合員の方がいらしたのがきっかけで、1983年、霧が丘デポーでの取り組みが始まりました。

「決心」の背中を押した出来事

15年前、父が一時的に体調を崩した時、私は当時勤めていた会社を辞め豆彦に入社しました。代表取締役を継いだのは4年前、父が亡くなる直前でした。父が豆腐屋を始めた当時、小学生だった私は学校から帰るとよく引き売りについて行きました。最初は10丁のお豆腐さえ売れませんでした。ある日全部売れ切れたときに、二人で喜ん



豆彦の製品は、以下の配送センター・デポーで取り扱っています

配送センター 旭・港南・葉山・小田原

デポー すずき野、霧が丘、せや、日限山、東戸塚、ほんもく、緑園、らいふたうん、ちがさき、鎌倉

直売所 横浜市港南区港南台 7-41-24

★第2工場に併設された直売所では、湯葉などを使用した惣菜も販売されています♪

配送 6月1回(22週) 取組み品

もめん豆腐、絹ごし豆腐、油揚げ、絹生揚げ、青大豆寄せ豆腐、押し豆腐

※押し豆腐は全センターでの取組みです。詳しくは「生活クラブ神奈川」カタログをご覧ください。



豆彦のスタッフのみなさん

だあの瞬間が今でも忘れられません。その記憶が、私が後を継ぐと決めた原点になっています。

引き継いだ当初は、先代を超えようと試行錯誤を繰り返し、結果うまくいかずに組合員の方から「味が変わったね」と言われたことも…。迷惑をかけながらも、少しずつ技術を磨いて、今に至っています。

豆彦のこだわり

豆彦の原料大豆はすべて国産(佐賀県産・新潟県産)です。佐賀県産大豆は契約減農薬栽培をして頂いております。輸入大豆は、遺伝子組み換え大豆が混入する可能性をゼロにはできません。また、日本で認められていない農薬の使用や検疫時に行われる燻蒸など、リスクも高いものです。凝固剤には昔から使われてきた伝統的な製法の「にがり」を使用してい

ます。にがりは豆乳のたんぱく質に触れるとすぐに固まり始めるので、ムラなく素早く混ぜ合わせるには高い技術が必要で、製造口スも多くなります。大量生産には向きませんが、手間をかけて、食品添加物に頼らずに作っています。

みえない添加物

「乳化にがり」の問題

実はあまり知られていませんが、にがりの中にも油でコーティングされた「乳化にがり」と呼ばれるものが回っています。伝統的なにがりよりゆっくりと固まるので製造口スが少なく生産効率もアップします。しかし食品添加物が含まれ、韓国では使用禁止です。日本では表示義務がないので消費者にはわかりません。

貴重な国産大豆の豆腐を食べ続けてほしい

みなさんが普段豆腐を食べる時、決まった種類に固定されていますか? 絹と木綿では豆乳の濃度が違うため、味わいが違つんですよ。

豆腐には体に良い栄養素がたくさん含まれ、吸収率も高く、毎日の食卓に欠かせません。国産大豆を使った豆腐は全体の2割程度。ここ2年ほどは高騰続きで、国産大豆で作ることをあきらめたお豆腐屋さんが増えています。そんな中、国産大豆の豆腐を絶やさず作り続けていけるよう、みなさんにぜひ食べ続けていただきたいです。

information

東日本大震災復興支援 神奈川独自活動へのカンパのお願い

東日本大震災から4年が経過し、5年目を迎えました。復興には長い道のりが必要であり、私たちは震災を忘れない、忘れていないことを伝えていくために今後も支援を続けていきます。

生活クラブ神奈川として実施する復興支援活動(リフレッシュツアー・復興支援まつりなど)にかかる費用を、組合員カンパ活動でまかないます。詳細はP12および6月配布のカンパ申込用紙をご覧ください。

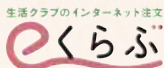


リフレッシュツアー
i n 湘南(磯遊び)

東日本大震災復興支援(2011-2014)



生活クラブ神奈川
Facebook



生活クラブのインターネット注文
注文用紙提出日翌日の
AM11:30まで注文ができます。



生活クラブ神奈川

検索

えぼバックナンバーは
ホームページでご覧ください。