

生活クラブ生活協同組合 神奈川・機関紙

えぽ

epo

2018 隔月発行
3・4月号
Vol.138

組 組合員人数 76,606 人 (2018 年 1 月末)
織 1 月度加入 470 人、脱退 494 人 (24 人減)
概 世帯当り利用高 21,051 円 (2018 年 1 月)
要 世帯当り出資金 127,608 円 (2018 年 1 月)

サステナブルなひと、



生活クラブ

デポーや配達センターでワーカーズ・コレクティブ
(W.Co) として働く組合員4人からお話を伺いました。



デポー運営
W.Co デポット

消費材の配達など
W.Co キャリーエル
企業組合

特集 | P2-5 ライフスタイルに合わせて ワーカーズとして働く

インタビュー

デポット (すすき野デポー) 加山さん・吉野さん
キャリーエル (相模原センター) 佐藤さん・小澤さん

市が尾デポー オープン
4/6 (金) 11時
オープンイベント開催
4/6 (金)・7 (土)・8 (日)
アクセス ▶ 東急田園都市線
「市が尾」駅 徒歩7分
開所時間 ▶ 11~19時 (水曜定休)
詳細はHPやチラシを
ご覧ください

職場内の託児所を利用して働く

ワーカーズ・コレクティブ

キャリアーエル企業組合
相模原ランチ

【勤務地】相模原センター 【取材】1月19日

キャリアーエルで働くきっかけ

佐藤 仕事を探していたときに、ワーカーズ募集チラシを見て応募しました。「託児所がある」ということが一番のポイントでした。

小澤 私は緑さがみはら commons の運営委員をしていた頃から、働くならワーカーズがいい!と思っていました。生活リハビリクラブ橋本で働く予定でしたが、下の子を妊娠し、見合わせることに。その後出産を機に託児所のあるキャリアーエルに誘われました。

託児所を利用して働く良さ

佐藤 正直、W.Co がどういうしくみなのかまだよくわかっていません。出資金は、託児費用のつもりで積み立てています。

小澤 託児費用がかからないのはありがたいです。元々託児してくれる方と顔見知りだったこともあり、自分の親に預けるような感覚です。(詳細は4ページ)

佐藤 最初は慣れるまで大泣きされて大変でしたが、安心して預けることができています。子どもと離れていつもと違う環境で働けることで、リフレッシュできています。

小澤 子どもが4人いると何があるかわからないのですが、急なお休みにも快く対応していただいて、こうして働けることがありがたいです。

働いてみて、感じていること

佐藤 まだ研修期間中のため、覚えることが多くて目の前のことに集中している状況です。重いものを運ぶとき、力の入れ方に気をつけないといけないと感じて

います。

小澤 私は8ヶ月

になります。色々おすすめるものがあつたりしてただ配達するだけではないんだ!と驚きました。生活クラブが大好きなので、配達先の組合員とつい話し込んでしまうことがあります…。

佐藤共子さん (30代)

お子さん2人 (小3・2歳)
組合員歴3年、ワーカーズ歴3ヶ月
職歴: 出産を機に退職し、専業主婦に。8年ほどブランクがあった。

キャリアーエル(相模原センター)はこんな職場です

佐藤 子育てで身に付いた腕力を活かします。体を動かしたり、人と話すことが好きな人におすすめです!

小澤 トラックの運転は思っているより大丈夫です! 運転指導がしっかりあるので、仕事以外の運転にも役立つと思います。みなさん優しい方ばかりですよ。

ライフスタイルに合わせてワーカーズとして働く

生活クラブ神奈川では、様々な業務をワーカーズ・コレクティブ(以下、W.Co)に委託しています。「働く人の協同組合」であるW.Coで働くメンバーのことを「ワーカーズ」と呼んでいます。

生活クラブから業務を委託されて働くワーカーズはおおよそ980人。実際に配送センター・デポで働いている組合員お二人ずつにお話を伺いました。

子育て・介護しながら働く

ワーカーズ・コレクティブ デポット

すすき野ランチ

【勤務地】すすき野デポ 【取材】1月17日

デポットで働くきっかけ

加山 下の子が小学校に入って半年ほどの頃、働きたいと思っていくつか面接を受けていました。そんなとき、吉野さんに声をかけていただいたのがきっかけです。

吉野 私はデポに入る前、個別配送を利用して、わかば commons の運営委員を4年していました。たまたま前職を辞めて仕事を探していたときに、メンバー募集をしていたため説明会に参加しました。物売るということは得意ではないのですが、「消費材だったら自信を持つてすめ

られるな!」と思って働き始めました。

子育て・介護しながらでも働きやすい!

加山 子どもが小さい頃は学校帰りにデポに寄ってから習い事に行く、あるいは仕事が終わるまで待っていたことがありました。また、学校行事等でシフトを配慮してもらえることもありがたいです。

吉野 一緒に働いているメンバーそれぞれが子育てや介護等を経験しているので、授業参観といった行事や、子どもや家族が体調を崩したとき、すぐ状況を理解してもらえます。正社員や派遣社員の間にはどんな状況でも休めませんが、デポットは女性が働きやすい、幸せな職場だと感じています。

様々な経験ができる

加山 業務内容としては、やることが際限なくあります。「やろうと思えば何でもやる」とも言えますね。

吉野 自分が発注したものが売れた!とか、おすすめたものをおいしかったと言われ

るとやりがいを感じます。

加山 働くことに12年ほどのブランクがありました。自分で色々考えて働けることはやりがいにつながります。

吉野 単純作業を繰り返すような仕事ではなく、発注、売上の管理、仲間づくりといった様々な業務を担って働けることが嬉しいですね。

デポット(すすき野デポ)はこんな職場です

加山 みなさん元気で若々しい! 今では家族と過ごすよりも、職場でワーカーズといっしょにいる時間の方が長いです。

吉野 おもしろい人が多いですよ。お買い物に来る組合員との出会いも楽しいです。

加山 飛び込んでみたら楽しい職場です。フロアでの組合員対応だけでなく、様々な経験ができますよ!

吉野庸子さん (50代)

お子さん3人 (28歳・24歳・大2)
組合員歴16年、ワーカーズ歴7年
職歴: 正社員18年、派遣社員5年を経て、ワーカーズに。



ワーカーズ・コレクティブってどんな働き方?

1880年代にフランスで生まれ、欧米で発達した働き方です。日本では生活クラブ神奈川のデポを運営する担い手として、1982年に第1号のワーカーズ・コレクティブにんじんが誕生しました。
W.Coの働き方は、誰かに雇われるのではなく、メンバー全員が出資し、経営に責任を持ち労働も担うという他にはない働き方です。神奈川県では130団体、約3500人の人々がW.Coとして事業と運動に参加しています。(W.Co連合会に所属している団体数。2017年3月現在。)

小澤夕季さん (30代)

お子さん4人 (中3・小4・小1・2歳)
組合員歴5年、ワーカーズ歴8ヶ月
職歴: 専業主婦だったため、はじめての勤務となる。



ワーカーズ・コレクティブで私らしく、

働こう (ワーカーズ募集中！)

生活クラブ神奈川の業務の一部を担う7つの委託請負W.Coでは、新メンバーを随時募集しています。
あなたの得意なことを活かして、地域で働いてみませんか？
詳細は各問合せ先までお尋ねください。

家事代行サービス「生活クラブくらしサポート」

ワーカーズ・コレクティブ Lavori

生活クラブくらしサポート事業(家事代行サービス)を中心とする業務

- 👤 17人 🕒 時給1,200円～(研修期間あり)
- 🕒 週1回2時間～OK
- 📍 横浜市青葉区、都筑区、緑区、港北区、鶴見区、川崎市宮前区、高津区、中原区、幸区、川崎市、多摩区、麻生区の組合員宅(18年度、順次エリア展開) ☎ 045-620-0734

ワーカーズの声

Lavoriに加入して良かったです！

以前誘われた時、自宅の掃除や片付けも苦手なのに、他の自宅の掃除なんてできないと断っていました。後日いざ仕事をしたくなった時、なかなか条件に合うものが見つからず、自分の都合でシフトを入れられるワーカーズに魅力を感じました。苦手な掃除もいざ仕事にすると、きれいになることにやりがいも感じ、利用者さんも喜んでくださり良い気持ちに！自分の家事スキルも上がり、無理なく働ける職場です。



白井 暁子
W.Co型 3ヶ月

共済事務業務

共済ワーカーズ・コレクティブ スマイル

ユニオン共済事務局：エコロ共済および生活クラブ共済の事務業務。共済推進スタッフ業務：生活クラブ共済ハグくみ、CO・OP共済の加入推進業務。

- 👤 16人 🕒 時給956円(見習い期間後)
- 🕒 ユニオン共済事務局業務9:00～17:00(月～金) 週3or4日。
- 共済推進スタッフ業務：週3日程度。＊働く時間は応相談
- 📍 ユニオン共済事務局業務(新横浜)
- 共済推進スタッフ業務(高津センター、あやせセンター)
- ☎ 090-1420-7050

ワーカーズの声

家庭のごとも
気軽に相談できる職場です

つまみコモンズで運営委員をしている時に、そろそろ働きたいと考えていました。そんなとき、コモンズの理事からスマイルを紹介されたことがきっかけで加入しました。スマイルは、生活クラブのユニオン内(新横浜)に事務所があります。パソコンを使った入力作業やフリーダイヤルの対応、ハグくみやエコロなど共済の事務手続きを行っています。



小川 輝美
(ユニオン共済事務局業務)
W.Co型 5年

配送センター事務局業務など

協同組合事務局ワーカーズ・コレクティブ Jam

配達関連のニュースのセット、組合員拡大業務、共済業務、コールセンター業務など。

- 👤 130人 🕒 時給932円
- 🕒 1日2時間～OK、週1日～OK
- 📍 県内の各センター(10センター：緑、矢向、旭、港南、高津、葉山、ちがさき、相模原、小田原、あやせ)、新横浜(神奈川コールセンター)
- 人形町(生活クラブエナジーコールセンター)
- ☎ 045-472-4456

ワーカーズの声

組合員活動の経験を活かして働いています！

運営委員を退任後、下の子の入園をきっかけに、その経験や限られた時間を活かしたいと思って働きはじめました。メンバー全員がそれぞれの個性を発揮して成長でき、急な休みなどもフォローし合える、温かい職場です！



浦辺 愛
(港南プラント)
W.Co型 2年

介護関連業務

生活リハビリクラブ委託W.Co協議会

生活リハビリクラブの運営：通所介護(デイサービス)、訪問介護(ホームヘルプ)、居宅介護支援(ケアプラン作成)、通所の食事サービスなど

- 👤 316人 🕒 各W.Coによって異なる
- 🕒 週1日～OK(各W.Coによって異なる)
- 📍 県内の各施設
- (6か所：生活リハビリクラブ鴨居、麻生、幸、茅ヶ崎、葉山、橋本)
- ☎ 046-876-0234(事務局)

ワーカーズの声

とてもアットホームな職場です

生活リハビリクラブ茅ヶ崎の2階にはぽかぽか保育園があり、子どもからお年寄りまで地域の人々を元気にする活動をしていることに大変興味を持ち、加入しました。施設の独特な閉塞感はなく感じず、和やかで笑い声の絶えない職場です。ワーカーズ1人1人の個性が活かされており、皆で支えあいながら、ご利用者も含め、大きな家族？のような場所です。ご利用者へのサービスの提供が私たちの仕事ですが、仕事以上に自分自身が充実した日々を送らせていただいています。



浜田 麻美
(W.Coのびのび：生活リハビリクラブ茅ヶ崎)
W.Co型 1年5ヶ月

牛乳配達などの配達業務

企業組合 ワーコレ・キャリアー

生活クラブの牛乳配達、パン・菓子のセンターへの入荷作業、デポーキャリアー便、はっぴい&キャリアーくらしのサポート事業など。

- 👤 51人 🕒 時給1,100円
- 🕒 8:30～17:00(短時間、早朝、夜間もあり)
- 📍 県内の各配送センター
- (5センター：鴨居、高津、葉山、小田原、あやせ)
- ☎ 045-934-1911

ワーカーズの声

用事があるときなど、
融通し合える職場です

妹がキャリアーだったこと、受け取り時に誘われていたことがきっかけで加入しました。自分たちの意見を出し合って運営し、やろうとしたらいろいろできるところがキャリアーの魅力だと思います。



青野 幸代
(あやせプラント)
W.Co型 1年

託児所あり

デポー運営

ワーカーズ・コレクティブ デポット

デポー(店舗)の消費材の陳列・レジ操作・発注・在庫管理、組合員拡大業務、共済業務など。

- 👤 304人 🕒 時給960円～(研修期間あり)
- 🕒 9:00(9:30)～20:00(20:30) 交替制 ＊相談に応じます
- 📍 県内の各デポー(22店舗：すすき野、つつじが丘、霧が丘、みたけ台(4月～市が尾に移転)、大丸、つなしま、東寺尾、センター南、せや、日限山、東戸塚、ほんもく、緑園、のぼりと、宮前平、たかつ、ちがさき、らいふたうん、鎌倉、ひらつか西海岸、相武台、南林間)
- 📍 ひらつか西海岸のみ(費用：補助有) ☎ 045-472-0530

ワーカーズの声

今日もデポーで
何かが起きているかも～！？

緑園デポー建設活動に関わっている頃から、いずれココで働きたいと思っていました。デポーは消費材を目で見て購入だけでなく、地域交流の和みの場にもなっています。「このごろ〇〇さん見かけないね」と心配になったり、レシピなど暮らしのヒントになる情報交換もあちらこちらで行われていますよ。そしてなんといっても明るい雰囲気のプロアは日々業務を頑張っているワーカーズがいるから。健康で明るくてやる気のある方！大好きな消費材に囲まれて一緒に働きませんか？



副島 里恵
(緑園プラント)
W.Co型 3年8ヶ月

託児所あり

消費材の配達など

ワーカーズ・コレクティブ キャリーエル企業組合

組合員宅への消費材配達およびそれに付随する業務。組織拡大業務、利用促進活動、経済共済業務など。

- 👤 142人 🕒 時給1200円(見習い期間あり)、配達以外：時給930円
- 🕒 午前(8:30～13:30)、午後(12:30～17:30)
- 【応相談】 週2回～OK
- 📍 県内の各配送センター
- (9センター：緑、矢向、旭、港南、高津、葉山、相模原、小田原、あやせ)
- 📍 矢向、旭、港南、高津、葉山、相模原、小田原(準備中：あやせ)
- (費用：無料)
- ☎ 045-363-5053

ワーカーズの声

とても働きやすい職場です！

配達担当の方と話す中で仕事をさがしているという話になり、声をかけていただいたのがきっかけで加入しました。下の子が小学校に上がり、タイミングが良かったというもありました。ライフスタイルに合わせて働き方が選択でき、子どもの急な病気や学校行事等、快く代わりを引き受けて下さるのでとても助かっています。皆さん良い人ばかりで、助け合いながら仕事をしています。

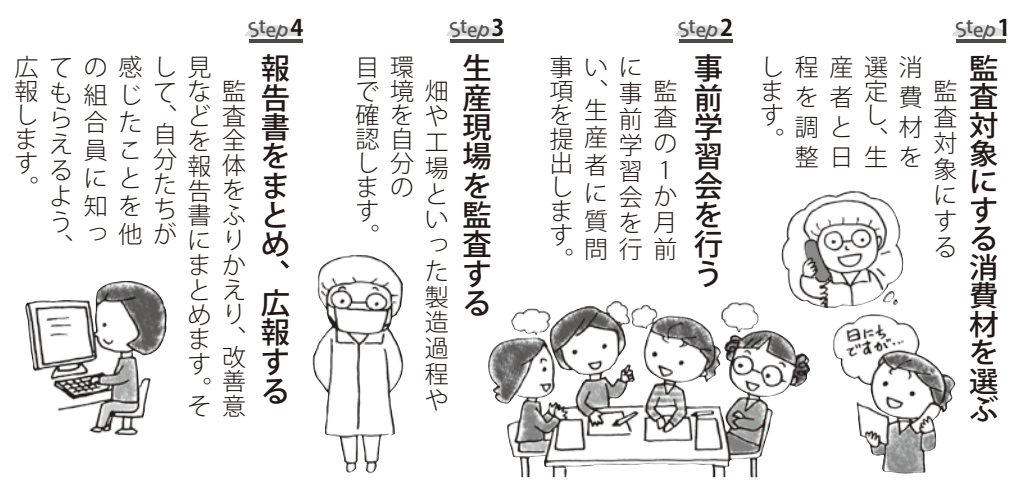


宮木 華奈子
(あやせプラント)
W.Co型 2年

おおぜいの自主監査

「おおぜいの自主監査」とは、生活クラブオリジナルの組合員活動です。『安全・健康・環境』生活クラブ原則』に基づき、消費材が自主基準通りに作られているかどうか、組合員が自ら生産現場を訪ね、生産者と共に確認し合います。メーカーが見せたい部分だけを見せる市販品の工場見学とは異なり、組合員が見たいもの・知りたいことを直接確認することができます。消費材をより良くするにはどうしたらいいか、生産者と組合員が一緒に考える機会となっています。

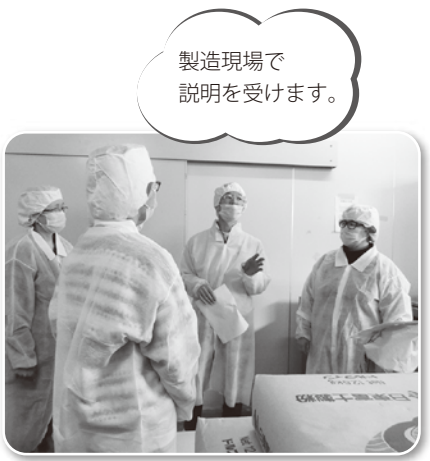
自主監査の流れ



『白神酵母食パン』の自主監査を行いました！

2017年度共同購入政策委員会では、生活クラブ神奈川がつくりだしたパンの生産者㈱オルタフーズがつくる『白神酵母食パン（6枚スライス）』の自主監査を行いました。

- 主に監査したのは、次の3項目です。
- ① 原材料の確認および保管状況
 - ② 工場の管理、整理整頓、衛生管理
 - ③ 製造工程（異物混入防止対策）



消費材の規格や自主基準などについて事前学習会を行った上で、実際に製造工場を訪問（現地監査）しました。現地監査では、工場長に説明を受けながら製造現場を見学し、実際に確認できたこと、監査者（組合員）からの改善意見や要望などをまとめて、生産者に伝えました。



今回の自主監査では、普段あまり気が付かないような視点での指摘を色々と受けました。今後改善していきたいと思っています。

監査に限らず、※工場見学といった企画でたくさんの方に来ていただき、生活クラブ自前のパン工場だということを知っていただきたいです。

自主監査に参加した組合員の声

毎週予約購入している我が家ではおなじみ『白神酵母食パン』の自主監査に参加しました。工場見学とは違い、原材料の内容やこれまでの自主監査で指摘を受けた項目について、生産者が努力し改善している過程などを実際に見聞きできるのは、生活クラブだからこそ。

私たちが大切に守っていききたい消費材を「おおぜいの組合員」が監査することで、生産現場も消費材もどんどん進化していくのだと感じました。原材料は国産にこだわって、トレースもはっきりしているのに、低価格。やっぱり食パンはこれでないとい！

かわさき生活クラブ 中原 commons 高木孝代

連載コラム 組合員参加の開発改善ストーリー

最終回

（株）ニッコーとコラボした新しい消費材が誕生！ おうちで手軽に タイ・ガパオ

横浜北生活クラブでは、今回は初めての取り組みとして、横浜北エリアの組合員全員に「あったらいいな、をカタチに」という開発チーム募集チラシを配布し、メンバー募集を行いました。テーマの選定、工場見学、市販品の食べ比べや価格の調査、試食を重ねて、消費材の開発にチャレンジしました。

女性はエスニック料理が好きな人が多いですが、家族と食事に行くとすると香草やスパイスが苦手なご主人やお子さんからは敬遠されることが多いようです。そこで、いつでも手軽に楽しめるエスニック食材を提案しました。平日のお昼ご飯にいかがでしょうか？

開発チームリーダー 菊名 commons 古橋 智子

おうちで手軽にタイ・ガパオ
生産者：（株）ニッコー
内容量：200g（2袋入り）
賞味期限：1年 冷凍品
価格：646円（税込698円）



取組み

班個配
3月2回（配達：3/19～）
4月2回（配達：4/16～）

デポー
3/19～20
4/16～17入荷予定
※在庫は各デポーにお問い合わせください。



開発チームメンバー（中央が古橋さん）



アレンジ色々！



ガパオ焼きそば



ガパオ豆腐

※写真は盛付例です

季節の食養生 12

最終回

～よもぎ大福～

（株）ウエルライフ（あんず薬局）



あんずちゃん おばあちゃんのお庭、いろいろな草が出てきたね。小さくて白い花が集まっているのは・・・

おたまばあちゃん ナズナ。

あんずちゃん こっちの白い花は・・・

おたまばあちゃん ハコベ。どちらも春の七草にあるね。

あんずちゃん この葉っぱは裏側がふんわりして白っぽいね！

おたまばあちゃん よもぎだね。大福になる葉っぱだよ。よもぎは漢方薬にもあるんだよ。体を温めて血行をよくする。白玉粉を使えばもち米だから体を元気にしてくれるし、あんこは小豆だからむくみをとってくれるよ。

あんずちゃん よもぎ大福作りたい～！



よもぎ大福

<材料> 白玉粉、豆腐、よもぎ、小豆、素精糖（各適量）

<作り方>
【あんこ】

- ① 小豆を洗って鍋に入れ、たっぷりの水で、焦げないように差し水しながらやわらかくなるまで1時間ほど煮る。
- ② やわらかくなったら好みの甘さになるように素精糖を加えて、つぶしながら練る。
- ③ へらで鍋底に一文字が書けるようになったらできあがり。

【よもぎ餅】

- ① よもぎは新芽のやわらかい部分を摘み、さっとゆでて水にさらしてよくしぼったものをみじん切りにして、すり鉢で細かくする。
- ② 白玉粉と①をあわせて少しずつ豆腐を加え、耳たぶくらいの硬さになるようによくこねる。（白玉粉1：豆腐1.2くらい）
- ③ ②を耐熱の皿に入れて②を包むようにぴったりとラップをして電子レンジにかける。（白玉粉80g：600Wで2分半くらいを目安に）
- ④ ③のラップをはずし、加熱ムラがあるので、菜箸でしっかり混ぜて、再びぴったりとラップをして、③の1/3～1/2の時間電子レンジにかける。
- ⑤ ④をすりこ木などでしっかりこねる。
- ⑥ 手を水でぬらし、食べやすい大きさにちぎって広げて、あんこを包む。



えばでの連載は終了となりますが『生活と自治』にて「おいしく、楽しく、食養生」を毎月連載しています。こちらもぜひご覧ください。

ハグくみ共済金を受けた方から、
たくさんの「ありがとうの声」
が届いています。
「ありがとうの声」からハグくみ
の特徴などをご紹介します。



入って良かった！ 生活クラブ共済ハグくみ

白内障の日帰り手術で手厚い保障を
受けることができました！

(64歳 女性 傷病名：白内障)

今回初めて共済の請求をしました。白内障
の手術の保障が思ったよりも手厚く、助かり
ました。他にも加入していたものがありました
が、日帰りの手術だけの申請ができません
でした。

給付金50,000円

※上記は一例です。実際のお支払額はケースによって異なります。

これまで健康に過ごされていた中での手術
とあって、不安も大きかったと思います。白
内障の手術は、ハグくみの給付申請の中で大腸ポ
リプに次いで 2 番目に多い傷病で、その大半が
日帰り手術での申請です。ハグくみは、日常生活
の中で、誰にも起こりうる病気やケガについての
保障を大切に考えています。この度の手術にもお
役に立てて何よりです。

ハグくみは、誰もが参加しやすい掛け金 1,000
円で支え合うしくみとして作られた生活クラブオ
リジナルの共済です。入院 1 日目からの保障、日
帰り手術やケガでの通院についても保障し、更に、
退院後サポート金、出産祝金や産後サポート金な
どもあり、幅広い年代で支え合うことのできる温
かい共済として、組合員みなさんに広く愛され
ています。加入者が増えることで更に良い制度に
して行くこと（制度改定）ができるのも魅力です。

(執筆協力：共済ワーカーズ・コレクティブスマイル)

生活クラブ共済ハグくみのご加入についてはこちら

0120-220-074
(9:00 ~ 17:00・月～金)



エコロ共済およびエコロプラスの
詳細・申請方法など、詳しくは生活ク
ラブ加入時に配布される『エコロ共
済ガイドブック』をご覧ください。

詳細は生活クラブ神奈川の
ホームページをチェック！

『エコロ共済ガイドブック』や申請用紙、
エコロプラスの加入申込書などが掲載されています。

生活クラブ神奈川 エコロ共済 検索

問合せはこちら 共済事務局

フリーダイヤル **0120-311-543**
(9:00 ~ 17:00・月～金)

エコロプラス エコロ プラス

100 円 / 月 (任意加入)

エコロ共済の生活保障のオプションで、毎月プ
ラス 100 円の掛け金で加入できます。

下記の利用条件に当てはまれば事前の依頼で事由を
問わず託児や家事支援などの生活サポートが利用でき
ます。

- ① 妊娠中もしくは小学校 3 年生以下の子どもがいる
- ② 高校生までの子どもがいる母 (父) 子家庭
- ③ 障がい児・障がい者が家庭にいる
- ④ 要介護認定者が家族にいる (同居・別居とも可)
- ⑤ 加入者本人が 70 歳以上 (独居者は 65 歳以上)

身近に助けてくれる組合員が見つけれなくても、地
域のコーディネーターがサポーターを探してくれるの
も魅力です。

※横浜市の一部を除く神奈川全体で取り組んでいます。



生活クラブ Facebook ページにて

◆ 使ってみよう！『エコロプラス』◆ を連載中！

利用事例を紹介しています。(月 2 回)

ご存じですか？

組合員どうしの
たすけあい

エコロ共済

100 円 / 月 (原則全員加入)



エコロ共済の 3 つの保障



共同購入
保障

消費材の盗難・破損など
の保障をします。デポー
での買物中 (行き帰りも
含む) の事故やデポー買
物代行ケアグループ活動
中の事故も対象です。



活動保障

事故、家事支援、託児
などの保障で、生活ク
ラブの組合員活動の企画・
運営に関わっている組合
員や企画に参加する組合
員を支えています。



生活保障



組合員本人や家族が病
気やケガで入院・在宅
療養をしたときに、
ちょっとした家事やデ
ポーでの買い物といったケアなどに使われています。
妊娠中や出産後の家事支援や託児など小さなお子さんの
いる組合員の支えにもなっています。

給付事例紹介 (生活保障) (2017 年 4 月 ~ 12 月)

健康診断や妊婦検診、お子さんの予防接
種を受ける際の託児など ▶ 63 件

お子さんの学校行事 (入学式、授業参観、
保護者会、入学オリエンテーションなど)
の際の託児など ▶ のべ 126 件

妊娠中や出産後の家事支援やきょうだいの
託児など ▶ のべ 366 件
※妊娠・出産に伴うケアは一人の組合員を周
りの複数の組合員で支える事例もあります。



安心して住み続けられる 地域福祉をめざして30年

多世代が、福祉の悩みを気軽に相談できる地域の中にとけこんだ居場所として、生活者の視点からの地域福祉を、みんなでもにも考えながら活動を継続し展開していきたいと思っています。



生活リハビリクラブ麻生運営会議
代表 佐野めぐみ

多世代の参加をつくるために様々な企画を行い、その都度伝えていくことで30周年をみんなでお祝いしました。30周年ワイワイまつりにはおかげが集まりました。かわさき生活クラブの全組合員に向けて30周年記念カンパ活動を行い、看板を寄贈したことで所有感が高まりました。

多世代が集う地域福祉の
拠点をめざして

30年前、私は学生でしたがその頃に生まれた組合員が活動の中心となっていた。今、生活リハビリクラブ麻生をよく知らない組合員も多くなりました。また、在るのが当たり前で認識が薄れてきた人も増えてきました。まずは組合員の共感づくりを一番に考え、地域の居場所として開催していた「カフェひなたぼっこ」へ組合員が参加する提案から始めました。また、学習会を開催し、当初から活動が続いている先輩組合員の方々から改めて当時の強い思いを聞く機会を何度もつくりました。「あつたらいいな」を自分たちでつくりだし、ワーカーズをつくり事業と活動を継続してきた歩みと苦労話は、「地域に必要な場所だと解った」とその後の活動に参加する人を増やすことに繋がりました。

生活リハビリクラブ麻生 30周年記念

生活クラブは、安心・安全な「食」の共同購入だけではなく、暮らしや地域にこだわり福祉事業活動に取り組んできました。「生活リハビリクラブ麻生」は介護保険法が施行される10年以上も前に、地域に住み暮らす生活クラブ組合員とワーカーズ・コレクティブがともに地域づくりに取り組んで創り出した生協として日本初の「デイサービス第1号」です。

30周年を迎え、これからの生活リハビリクラブ麻生に込める思いを施設長、組合員代表に伺いました。

参加型福祉をひろげる拠点 のこれまでと今後



生活リハビリクラブ麻生は1987年に、「より多くの人が地域福祉に関心をもち参加体験できるように、また高齢になっても障害があっても自宅や地域で生活し続けていくことを可能にする仕組みを模索しよう」と生活クラブ生協が運営するデイサービスとして開設されました。公的サービスの利用制限（年齢、利用回数、障害の程度、居住地等）にとらわれることなく、一人ひとりのニーズに応える活動を展開してきました。2000年より介護保険制度が始まり、事業の柱は介護保険サービスとなりましたが、開設当初からの思いは変わらず地域課題の解決をめざし、組合員と「カフェひなたぼっこ」、「ザ・キルト」の居場所等の活動も行っています。

地域包括ケアシステム※体制がすすめられ、より専門的な分野は専門職で、軽度者の「生活支援」は地域住民のたすけあいや基準緩和のサービスでというように動いています。課題はありますが少子高齢化がすすむ中で、他人事ではなく自分のこと

として地域の資源を総動員して地域づくりを考えていかなければいけない時代に入っています。生活リハビリクラブは事業としての専門的な部分と、組合員とともに運営会議を持ちお互いさまのたすけあいを実践している部分の両方を持っています。地域のニーズに沿った新たな事業展開を模索するとともに組合員や地域の人たちと一緒に地域をつなぐ参加型福祉の拠点としての機能を強めていきたいです。

生活リハビリクラブ麻生
施設長 瀬下章子

※重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、「住まい・医療・介護・予防・生活支援」が包括的に提供される体制



30周年記念式典
(さわやか福祉財団 堀田力先生をお迎えして)

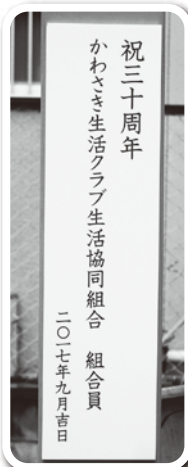
30周年 ワイワイまつり



組合員から
寄贈の看板

生活リハビリクラブ麻生
ホームヘルパー派遣チーム作成

祝三十周年



生活リハビリクラブ麻生
川崎市麻生区東百合ヶ丘3-2-17
044-954-8123(代)

かながわ生き生き市民基金

生活クラブの呼びかけで設立した(公益財団法人)かながわ生き生き市民基金からのお知らせや報告を掲載します。

●問合せ 基金事務局 045-620-9044 ●

100円寄付して、地域で使う！ 次はあなたも申請を

詳細日程は、決定次第ホームページに掲載

	説明会	募集	助成
第10期	4月	5月	8月
第11期 (スタート助成)	10月	11月	2019年 4月

「福祉たすけあい基金」は毎月100円の寄付で支えられています。

寄付の申し込みは
財団ホームページへ

かながわいきいき 検索



福祉 たすけあい基金

さがみ生活クラブの組合員チーム
「あいおい」みんなの食堂

相模原センターを使って月2回みんなの食堂を開催しています。毎回30~40人集まり、小学生、親子、高齢者まで一緒に食べることを通して、心地よい居場所となっています。

基金からの助成

看板・地域への回覧チラシ
フードプロセッサーなどの調理備品
費用 69,600円



第8期 助成団体を紹介します

生活クラブの認可保育園
「ぼかぼか保育園」を運営する
ワーコレたんぼひろば

茅ヶ崎市香川で築50年の空き家を利用した地域の居場所を開設し、おおぜいの子どもたちや地域の方々が訪れる場所になっています。

基金からの助成

エアコン・ガスコンロ・改築のペンキ
チラシ
費用 517,208円



コミュニケーション 桜井美紀子

*このコラムは「生活クラブ運動グループ健康・医療推進協議会」11団体が担当します。当協議会は地域への健康情報の発信・情報交換・学習を行っています。健康の自主管理をサポートする団体の入会を歓迎します。詳細は健康・医療推進協議会事務局までお問い合わせください。(オルタナティブケア) 045-476-1105

体も頭(脳)も！です。



「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

自分で作る 元気なわたし

ウィークポイントを
逆手にとって!?

「具合が悪くなるとき、まず症状が出るころは決まっているな」と思われることはないですか？

お腹、関節、喉...私は喉です。

小さいころ百日咳を患ったから喉が弱いのかなと思っていました。しかし、東洋医学的には別の考え方もできるとのこと。私の体質は『陰虚』(体をうるおす「水」が不足した状態)なので、「乾燥」を感じるセンサーの感度がよいと考えられる。反対に、不要な「余分な水分」を溜めやすい人は、「多湿」の感度がよい。つまり、自分が体質として持っていることにはより過敏になると考えられるということなのです。ならば、この感度の良さは早めの養生に生かれますよね。

ストレスの多い現代人にとつての養生には、

体は勿論、「頭脳を休ませる」ことが大事と言われます。それには「ぼーっとする」考えないで感じる「気持ち呼吸に集中する」

「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

「座禅する」などやり方はいろいろあります。センサーが異常をキャッチしたら、即休養！

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

春の特別講座

春休み親子パン教室 あんやクリーム入りの動物やキャラクターパンを作る人気講座。3/29(木)・30(金)・31(土)10:30～12:30 3,500円/親子1回/⑦⑧⑨ ⑩ ※3歳以上対象

男の料理塾 お試し入門講座 3/25(日)▶缶詰を使った簡単ごはん2品&だし巻き卵 4/22(日)▶春キャベツのシチュー&人参サラダを予定 13:00～15:00 2,500円/1回/⑦⑧⑨ ⑩

開運手相1Day講座 ご自身の手相と開運法を学ぶ。4/13(金)14:30～16:30 3,000円/⑦⑧⑨ ⑩

おもしろく学べる 手相入門 全2回 「手が語るあなたのタイプ」「手相3大線の基礎」「運命線の読み方」など、開運法としても活かし、現実役に立ててる。4/27、5/25(金) 14:30～16:30 5,800円/2回/⑦⑧⑨ ⑩

きもの着付け体験講座 ～着物の着方と半幅帯の結び方～ 「着付け世界一」ギネス世界記録を達成した講師が指導。4/13・27(金) 10:30～12:00 3,000円/2回

わたしの終活 全2回 「今日が終わりだと思ったら…」 「終わり」の視点から、これからの生き方を考える。①4/11・18(水) ②5/22・29(火) ①②共13:30～15:30 3,500円/2回/エンディングノート等 ⑦⑧⑨ ⑩

パンとお好みメニュー 入会金要 普通に手に入る食材で1級品の味を！4/14～第2(土)9:30～12:30 23,500円/5回/⑦⑧⑨ ⑩ なごみ邸教室(JR横浜線・市営地下鉄 中山駅6分)

猫でもわかる物理学 入会金要 4/7(土)～第1・3(土)15:15～17:00 4,000円/月2回/⑦⑧⑨ ⑩ 他では絶対聞けない物理の不思議な話。

※各講座とも講座維持費100円/月が必要です。
※エッコロ講座も開催。 ※講師募集中です！

オルタ健康ステーション TEL 045-471-1733
[オルタ健康ステーション] [検索] FAX 045-472-0109

第27回 ワークショップ 生活に溢れる香りは自然なもので

『本物の良い香り』と共に暮らす

大反響の『香り』のワークショップ第二弾！前回、「いい香り」に潜む危険と、化学物質から身を守る方法を学びました。今回は、日常にあふれる様々な香りの中でも「本物の良い香り」が心身に与える影響と、自分の体質や体調に合った香りの大切さを学びます。実際にルームフレッシュナー（消臭剤・防虫剤）か、アロマペンダント（芳香剤）を作ってみましょう。

●●●●●●●● 日本アロマアーチスト協会会員、芳香
講師プロフィール 整体師、ハーバルエスティシアン、
●●●●●●●● 漢方アロマアドバイザー

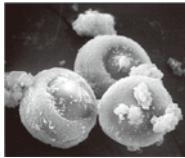


石井光子先生

オルタスクエア TEL 045-476-1105
http://www.a-sq.co.jp/ FAX 045-476-1106

花粉症の誤解を解く

当社では、住まいの健康を高めるためにスギやヒノキの天然床材をしばしば貼ります。それらの香りで花粉症になるのではと心配する人もいます。花粉にはたんぱく質があり、それが花粉症の引き金になりますが、香りにはたんぱく質がないので発症の心配はありません。また、スギ花粉自体が花粉症の原因ではなく、空気中の有害化学物質が花粉に付着し、それを人体が危険物質と判断して免疫反応が起きることがわかってきました。



都市部のスギ花粉(直径約30μm)に付着する大小の微粒子

理事会だより 公告

●第7回定例理事会(12/25)●
報告承認事項(抜粋)
1.2018年度活動計画策定資料の決定について承認した。
2.2018年度経済共済推進方針及び実施計画(案)について承認した。
3.2018年度生活クラブ・くらサポ事業方針・事業計画(案)について承認した。
●第8回定例理事会(2/7)●
監事会報告
監事会より2017年度期末監査実施について通知を受けた。

報告承認事項(抜粋)
1.旧緑センター活用実施検討プロジェクト最終答申案について承認した。
2.「東日本復興支援まつり2017inみなとみらい」開催総括と次年度について承認した。
3.21世紀の学校Vision2018年度講座カリキュラムと登録者の集約について承認した。

◆編集後記◆ 今年のはじめに、とても幸せになれる映画を観ました。それは『おだやかな革命』。これからの時代の「豊かさ」を巡る物語になっています。自然エネルギーを中心にストーリーが組み立てられています。本当の幸せって何なのか。人それぞれ違います。この映画を観て共に考えたいと思いました。(めいび)

第47回 生活クラブ生活協同組合通常総代会の開催

生活クラブ生協定款第 45 条に基づき、以下の通り通常総代会を開催します。

日時 6月20日(水) 10:00～12:50 会場 新横浜国際ホテル 南館2階 クイーンズホール (新横浜駅下車5分/JR横浜線、市営地下鉄)
内容 2017年度活動報告の承認/2017年度事業報告書および決算関係書類の承認/2018年度事業計画および活動方針の決定/2018年度予算の決定/役員選挙/総代会アピール

総代の公募
総代は生活クラブ生活協同組合の最高決議機関である総代会に出席し、組合員の代表として年間活動方針を審議し、決定する重要な役目をもちます。任期は1年です。
*立候補、推薦される方は締切り日を確認のうえ、各区分選挙区の総代選挙管理委員会まで立候補あるいは推薦届けを提出してください。各区分選挙区で民主的な手続きを経て、選出されることになります。区分選挙区は横浜北エリア、横浜みなみエリア、かわさきエリア、湘南エリア、さがみエリアとなります。
役員に立候補される方は、当該区分選挙区の役員推薦委員会へ申し出てください。
2018年3月16日 生活クラブ生活協同組合 理事長 藤田ほのみ
第47回通常総代会事務局 政策調整部 TEL:045-474-0985

役員選挙の公示
定款第21条に基づき、役員を選挙します。選挙する役員及び人数、区分は以下の通りです。
＜役員定数と選挙区分＞
理事 区分選挙区 各2人……………10人
ユニオン理事会推薦幹(非常勤) ……4人
ユニオン理事会推薦幹(専従) ……5人
ユニオン理事会推薦幹(員外) ……5人
監事 区分選挙区 各1人……………5人

オルタ館 インフォメーション

生活クラブ神奈川の施設「オルタナティブ生活館」を中心に活動を行う関連会社、関連団体の講座、イベント情報、キャンペーン等をお伝えするコーナーです。

スペース・オルタ 問合せ TEL/FAX 045-472-6349 (担当/佐藤)
http://spacealta.net/

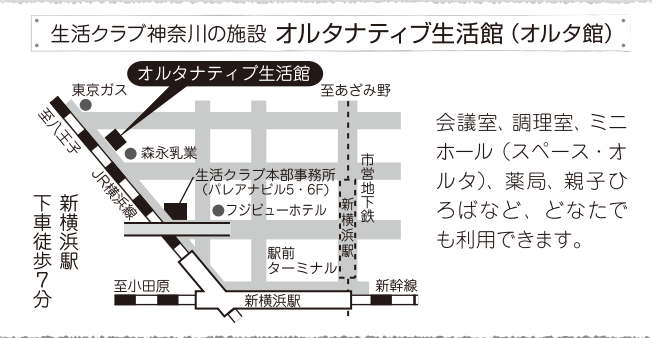
オープン・ワークショップ 岩手盛岡の芸能 黒川さんさ踊りを学ぶ 4/14・28(土) 各日18:00～21:00

民俗芸能の宝庫岩手県。その盛岡市では、毎年8月初頭、1万人を超える踊り手たちが集い「統一さんさ踊り」を4日間踊り通します。この元となったのが盛岡の各地域に代々伝わってきた伝統さんさ踊りです。
スペース・オルタでは、中華街のシルクロード舞踏館と共催でここ20年以上、オルタ館のとびはねルームを使って黒川地方に平安時代から伝わるといわれる「黒川さんさ踊り」を、現地から学ぶ場を開いてきました。「黒川さんさ踊り」は日本で一番躍動感ある盆踊りともいわれ、この列島に古くから伝わる身体所作の叡智と、輪踊りを地域の誇りとして継続するアソシエーションの豊かさを学んでいます。
毎月第2と第4土曜日が稽古日で、4月の2回を初心者が気軽に参加できるオープンワークショップとします。自身の身体と一緒に踊る仲間たちの気配に心を配り、輪踊り全体に生まれる躍動感を一度体験してみませんか？



毎年、篠原八幡神社で行われる「魂鎮(たましずめ)」の様子

参加料 1回 1,000 円(要問合せ)
会場 オルタ館 5F とびはねルーム
主催:スペース・オルタ、シルクロード舞踏館
問合せ:スペース・オルタ (TEL&FAX:045-472-6349)



NPO法人フォーラム・アソシエ 問合せ TEL/FAX 045-472-7093
[フォーラム・アソシエ] [検索]

育休後 職場復帰セミナー 全4回

「育休後」へのキックオフ
子育てと仕事の両立をどうやってうまく乗り切っていくかを、様々な角度から考える講座です。

育休後コンサルタント 山口理栄氏

日時 2018年6/24(日)、10/28(日)、2019年1/27(日)、2/24(日) 10:00～12:00
場所 オルタナティブ生活館 6階(和室)
ファシリテーター 山口理栄氏(育休後コンサルタント)
対象 仕事をしながら子育てしている(したい)方、育休中、または仕事に復帰した方(男女問わず。ご夫婦参加歓迎)
定員 各回 40名
受講料 各回ひとり:2,000円、ご夫婦:3,000円
託児 応相談(1歳半までのお子様の同伴は可能です)

ワークーズ・コレクティブあんず

地域でともに活動しています!

漢方とハーブの「あんず薬局」を運営しています

す。その上で、その方に合った養生法や漢方薬などをすすめます。
本当に必要な良いものをお届けしたいと選び抜いた健康食品や皮膚を大切に考える方々から喜ばれている自然派化粧品は共同購入にも提供し、ハーブやアロマも取り揃え、ほっと癒される街の相談薬局をめざしています。また、漢方をはじめとする「あんず薬局の健康講座」も運営しています。
ワークーズ・コレクティブ あんず 坂元 朋子

ホームページはこちら!



西村 光示さん

消費材に対する思いをお伝えするコーナーです。
今回は東京都板橋区に本社を構える、かりんとうの生産者
「東京カリント株式会社」の西村光示さんにお話を伺いました。



伝統と革新の「かりんとう」作り

東京カリント株式会社 代表取締役社長 西村 光示さん

提携当初は戸惑いの連続

東京カリント(株)の作る「かりんとう」は、生活クラブの甘い菓子第一号。1970年代から生活クラブと交渉を始めたが、「甘い物はいらぬ」と最初は断られました。粘り強く話し合いを重ね、81年ようやく取扱いがスタートしました。

創業約70年になりますが、業界の当たり前が生活クラブには通用せず、当初は試行錯誤の連続でした。それまで使用していた海外産の小麦粉を、サクッとした食感を出すのが難しい国産小麦粉に変更。コーティングに使用する黒糖は、真っ黒にするために添加していたカラメル色素の使用をやめることで、ほんのりと赤い自然な黒糖色のかりんとうになりました。ほかにも遺伝子組み換え対策のことなど、たくさん学ばせてもらいました。

材料も作り方もオリジナル

使用している国産小麦粉は、製粉会社と共同で開発したかりんとうの専用粉です。食感良く作るため、たんばく質や水分の量などが細かく決められています。揚げ油には、黒糖の風味を引き立てる米油を使用しています。

製造工程は大きく分けると、発酵・揚げ・蜜かけの3段階。かりんとう作りの6割は発酵にかかっています。練りあげた生地を、気温や湿度が管理された発酵室へ。しっかりと発酵させたら、ローラーで延ばし

切断機でカットし、揚げの工程に移ります。温度の違う油が入った3つの大きな釜で、生地を順番に揚げていきます。1つ目の釜ではゆっくりと揚げてカリッと仕上げます。この「大釜三度揚げ」と呼んでいる製法は、創業者である祖父が発案。天ぷら職人がネタによって揚げ方を変えるのを見て思いつきました。最後に、揚げた生地を機械で回しながら、90℃もある蜜を手作業でかけていきます。回しすぎると金平糖のようにツノが出たり、回しが足りないとベタベタしたりと熟練した技が必要です。基本的な作り方は昔から変わりませんが、機械に任せられる部分と人の手と目が必要な部分をつまみ分けています。

伝統も想いも受け継いでいきたい

食感をソフトにするなど、時代に合わせてかりんとうを進化させて続けています。また、培ってきた技術で「ミニリングドーナツ」や「キャラメルポップコーン」も作っています。これからも伝統を守りながら、今以上に安心で安全、そしておいしい消費材を作るチャレンジを続けていきます。

私たちのお菓子に限らず、食べたことのない消費材がまだまだあると思います。それぞれに込められた生産者の想いをみなさんに伝えることで、食べてもらうきっかけを作りたい。それが私たち生産者のやるべきことのひとつであると思っています。

東京カリントの消費材

沖縄産黒糖かりんとう



2015年5月、「かりんとう」のリニューアル消費材として誕生。生地に提携生産者のはちみつを練り込み、隠し味として生クリームも入っています。

その他、濃蜜かりんとう(黒光琳・白光琳)、野菜かりんとう、ミニリングドーナツ、牛乳ドーナツ、キャラメルポップコーン、芋けんぴ、おさつチップスなど



リニューアルしました



毎日のおやつに!

3月24日(土) 11時オープン★

information

「あんず薬局」東戸塚店が開局!

漢方とハーブ・アロマの「あんず薬局」第5店舗目となる東戸塚店が3月24日(土) 11時に新規オープンします!
最近なんとなく不調で気になっている...そんな時にお気軽にご相談下さい。
みなさまのお越しをお待ちしています。(関連記事: 14ページ)

住所: 横浜市戸塚区川上町574 (JR「東戸塚」駅西口徒歩10分)
TEL: 045-382-9033
営業時間: 10:00 ~ 18:00 定休日: 日曜・祝日・第2土曜
駐車場: 1台分有り

オープン前のお問合せは
ウエルライフ
045-471-2521 まで



生活クラブ神奈川 Facebook

生活クラブのインターネット注文 eくらぶ 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 えぼ 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。