

生活クラブ生活協同組合 神奈川・機関紙

えいぽ

epo

2015 隔月発行

3・4月号 

Vol.120

**組
織
概
要** 組合員人数 69,034人 (2015年1月末)
1月度加入 367人、脱退425人 (58人減)
世帯当り利用高 17,903円 (2015年1月)
世帯当り出資金 128,249円 (2015年1月)

加工食品の生産者、(株)ニッコーのキャベツ畑
(神奈川県綾瀬市)
詳しくは、裏表紙「生産者だいすき」を見てね!



特集 | P2-5

生活クラブライフを 楽しもう!

P2-3 5 地域生協理事長による座談会

P4-5 新しい生活クラブ、はじまります!

サステイナブルなひと、



生活クラブ

神奈川活動情報 | P6-7

被災地とともに・キララ賞贈呈式開催報告

ビオサポ情報⑥ | P8-9

旬の野菜を食べよう!

ひろげよう  たすけあい | P10-13

あったかいな たすけあい (エッコロ共済紹介)

生活リハビリクラブ橋本紹介・コラム

インフォメーション | P14-15

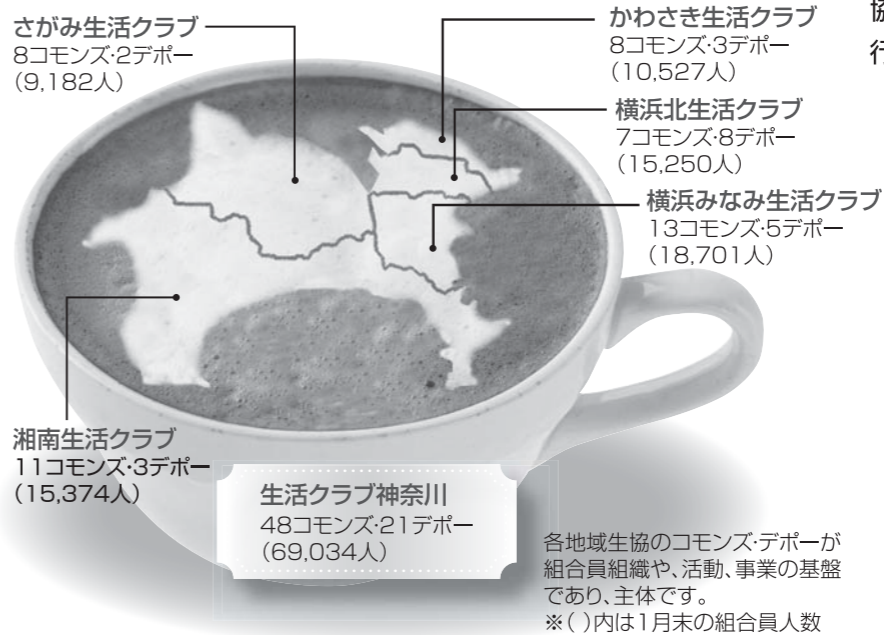
講座・イベント情報・公告

生産者だいすき | P16

(株)ニッコー 山崎雅文さん

生活クラブライフを楽しもう!

生活クラブ生協神奈川は5つの地域生協で構成されています。この春、新しい生活クラブがスタートするにあたり、今回は各地域生協の理事長による座談会を行いました。進行は神奈川の五十嵐仁美理事長です。



気がついたら20年!?

五十嵐 みなさん加入して何年ですか?
安永 私は20年です。最初は同じ社宅の人と班を作りました。
大久保 私も自分で班を作りました。きっかけは、ポストに入っていた1枚のキャラバン(展示即売)チラシです。加入して22年ですが、雨の日にキャラバンへ行き、「5人集めると加入で

生活クラブ神奈川 五十嵐仁美理事長



かわさき生活クラブ 大久保明美理事長



きますよ!」と言われ友達を4人誘って班を結成したときのことは忘れられません。
桜井 私もチラシを見て立ち寄ったキャラバンで加入して、16年です。その前は他生協や他の宅配を利用していましたが、生活クラブには憧れと敷居が高いイメージがありました。
中井 私はデポーに友人からの紹介で加入して、15年です。
君島 デポーに加入して20年ですが、仕事をしていて買い物に行けなかったので利用していない期間が長くありました。加入のきっかけは個別訪問です。
五十嵐 私も個別訪問で班に加入して、25年経ちます。

「サステイナブルなひと、生活クラブ」

五十嵐 この春からシステムが新しくなり、生活クラブのロゴやスローガン、ブランドカラー等も変わりましたね。
桜井 生活クラブがこれまですすめてきた、「サステイナブル(持続可能)な生き方をしよう」という想いはそのま

組合員ひとりひとりが主人公!

桜井 何でもネットで検索できる時代ですが、食・環境・子育てなどについてちゃんと知りたいと思っている人はたくさんいますよね。そんな人にこそ、生活クラブの学習会やイベントに参加してみしてほしいです。
君島 生活クラブの学習会やイベントはテーマや参加者が多種多様でおもしろいですよね。
安永 そうですね。でも、イベントなどの企画・広報・運営をしている各コモンズ・デポーの運営委員※の中では思うようにいかないことも多く、悩みはつきません!..

五十嵐 運営委員だけでなく、たくさんの方の参加で組み立ててい

生活クラブきほんのき

生活クラブは各コモンズ・デポーを主体として、消費材の共同購入や、地域のコミュニティづくりなどを組合員一人ひとりの参加ですべてしています。

コモンズってなあに?

班・個別配送組合員が、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)

デポーってなあに?

デポー組合員とワーカースが運営し、消費材を共同購入できる生活クラブのお店のこと。(デポー (Depot)=フランス語で「倉庫、荷捌き所」)

横浜北生活クラブ 安永寿子理事長



けるといいですよね。
君島 それに、若い人が提案したことや「やりましよう!」と支えてくれる人も必要ですよ。
大久保 そのためにも、今まで生活クラブを支えてきた世代にもう1度登場してもらいたいです。
安永 横浜北のあるコモンズでは、ベテランの組合員で「語り隊」を結成しました。
桜井 いいですねーベテラン組合員は発信する力が強いですよ。今年2月にオープンした、さがみの生活リハビリクラブ橋本を創ったとき(P12参照)もいろいろと力になってくれました。
参加することで世界が広がる

五十嵐 生活クラブの活動の中で、参加して楽しかったイベントや感じていることはありますか?
大久保 「新規加入者向けビギナーズクッキング」に、委員を始める以前に参加しました。生活クラブとはどんな生活なのか、話を聞きながら料理をベテラン組合員と共に作り、食べる会です。

湘南生活クラブ 君島周子理事長



このときに冷凍するめいかのさばき方を教えてもらったことがきっかけで、毎月注文するようになりました。今もずっと大好きな消費材です。
中井 横浜みなみで2010年に開催した「Sマーク収穫祭」です。各コモンズ・デポーの消費委員会がブースを持ち、テーマ消費材を生産者のようにアピールしました。準備からわくわくし、当日はみんなで生き生きとアピールすることができました。今の私の活動の原点です!
安永 ここ最近だと、「生活クラブまつり」です。都筑区の仲間づくりの山場として開催したイベントで、おおぜいの組合員や地域の人の交流の場となり、多くの人の加入につながりました。
桜井 「相模原に冒険遊び場を作る会」と知り合って共に活動したことが

さがみ生活クラブ 桜井薫理事長



印象深く残っています。生活クラブを道具として、地域に市民の想いを形にできるおもしろさを感じました。
中井 今在籍している組合員はもろろん、この春に新しく加入した方には、「気になる学習会やイベントには気軽に参加して!」と伝えたいです。
安永 参加することで、自分の世界が広がりますよね。
大久保 日常生活では接点がないような、価値観も世代も様々な人との出会いがあります。
君島 自分のことを認めてもらえて、やりたいことができる場所ってなかなかないですよ。
桜井 消費材を購入できるだけではなく、生活クラブのおもしろさを感じてほしいです。
五十嵐 各コモンズ・デポーの広報をチェックして、ぜひ参加してください。

横浜みなみ生活クラブ 中井知佐子理事長



※運営委員 各コモンズ・デポー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・デポー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、イベントの企画・運営、ニュースの発行、仲間づくりなど様々な活動をしています。

フレママ・ママ特典

対象者 登録時に妊娠している方(フレママ)、
2歳未満のお子さんがいる方

登録方法 申請用紙を提出
詳細は所属の配送センター・デポーへ
お問い合わせください

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。
(登録時期によって、2歳1ヶ月以降のお届け
となる場合もあります)



優しい肌触りで、
子育てに活用できる
アイテムです♪

特典 2 お子さんの2歳の誕生日までは、
個別システム手数料が0円
(個別配送組合員のみ)

生活クラブリニューアル記念 加入キャンペーン開催!

期間：4月1日(水)～6月30日(火)
期間中に加入した方へ、
消費材3点セットをプレゼント!



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



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♪

春のごきげん3DAYS

4月16日(木) 5月14日(木)
17日(金) 15日(金)
18日(土) 16日(土)

特典 1
ウエルカムプレゼント
招待状持参者はお買い物
10%値引き!&消費材1点
プレゼント♪

特典 2
組合員はポイント2倍!

♪写真撮影にご協力いただきました♪

エッコロひろば(P10参照) 『デポちゃん会』

(横浜北生活クラブ つなしまデポー)
デポーでお買い物したら、月に1回、川原
遊びやランチなどを通してママ同士おしゃべり
や情報交換をしています♪外遊び以外に
子育て講座なども開催しています。



新しい生活クラブ、はじまります!

ロゴやスローガンをリニューアル!

新スローガン「サステイナブルなひと、生活クラブ」

生活クラブの組合員一人ひとりが、サステイナブル(持続可能)な社会をつくる生き方を選択することを宣言しています。



サステイナブルなひと、
生活クラブ

車両デザインもリニューアル



電車・バスに広告を掲載4月初旬から4月中旬(路線により異なります)
●電車 横浜市営地下鉄、相鉄線、JR相模線 ●バス 小田急バス、東急バス、神奈中バス、京急バス、川崎市営バス ※一部の営業所に限りです

新しいシステムがスタート!

班・個別配送の変更点

3月30日(月)～4月3日(金) 配達分より

1 毎週注文・翌週配達 注文した翌週*に消費材が届きます。

*一部例外の品目があります。お盆やお正月の時期はまとめて注文となる場合があります

▶注文方法は**3種類**に

注文方法	1 個人注文用紙	2 インターネット(eくらぶ)	new 3 電話(電話注文センター)
注文締切	配達当日のみ	配達翌日のAM11:30まで	配達翌日のAM11:15まで

2 すべて個人注文に

班取組品がなくなり、それに伴い「班注文集計用紙」「集金OCR」もなくなりました。

- ケース単位での消費材(鶏卵5kg・7kg、丸大豆醤油12本、青果物など)は個人で注文できます。集金OCRがなくなったため、班で分け合う場合、購入代金は直接受け渡しをしてください。
- 4人以上の班での4%値引きは継続されます。

3 個別システム手数料

(対象:個別配送の組合員)

8点ルールの廃止に伴い、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(税抜)が発生します。

週に2,000円以上の利用があれば、今まで通り手数料は発生しません。

※「フレママ・ママ特典」(左ページ参照)に登録すると、妊娠中からお子さんの2歳の誕生日までは個別システム手数料が免除されます



3月23日(月)より開設

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 注文用紙配布週の月曜日9時から
注文用紙提出日(=配達日)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)
●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。

4 払込票手数料

2015年
5月集金分より

毎月の利用代金の支払いが払込票によるコンビニや郵便局払いの場合、「払込票手数料」100円(税抜)が発生します。

新しく加入された方へ

加入後5ヶ月は、「払込票手数料」請求の対象外となります。6ヶ月目以降、払込票によるお支払いの場合は手数料100円(税抜)が発生します。

口座引き落としのご利用については、所属の配送センター・デポーへお問い合わせください。

5 その他

- 予約登録制度「よやくらぶ」開始
- 牛乳の注文方法の変更
- カタログ、注文用紙のリニューアル

デポーの変更点

- 「払込票手数料」(内容は上記4と同様です)
- 季節品の注文が毎週に(3月18日(水)配布分より) 毎週水曜日からカタログを配布し、翌週火曜日が注文締切となります。(eくらぶや電話注文センターでの注文はできません)



詳しくは3月配布の「ガイドブック(保存版)」をご覧ください。



2014年度 東日本大震災復興支援活動報告

東日本大震災から4年が経過しました。この間、生活クラブ神奈川として、各運動グループ団体と連携した支援活動を実施してきました。被災地復興にむけて今後も継続的な支援が必要です。15年度も、復興にむけた支援活動をさらにすすめていきます。

■神奈川カンパ活動

2014年9月に復興支援神奈川カンパ活動を実施し、317万円のカンパ金が寄せられました。このカンパ金から、復興支援活動として、復興支援まつり、夏のリフレッシュツアー、甲状腺検査活動、重茂味まつりへの参加・支援、巨理町加工用トマト援農として290万円を拠出し、残ったカンパ金は15年度の復興支援活動として使います。

また、14年度からの取り組みとして「放射能汚染に立ち向かう生産者を支援する基金」カンパを2、3月（湘南生活クラブのみ追加で6月）に実施し、550万円のカンパ金が寄せられました。

■重茂味まつり参加・支援

8月3日（日）重茂漁港（岩手県宮古市）

「肉厚わかめ」等の生産者である重茂漁協主催の味まつりに3人が参加し、加工品販売の支援を行いました。前日の交流会では、地元の方や生活クラブ岩手の組合員と交流することができました。参加・支援を通して、重茂の復興状況を実感する事ができました。



トラックを活用したメインステージ

■夏のリフレッシュツアー

i n 神奈川・湘南（夏だ！湘南！江ノ島ツアー）
8月6日（水）～8日（金）



江ノ島で磯遊び

生活クラブふくしまの組合員親子（大人11人、子ども10人）が参加。子どもたちは磯遊びや花火といった企画を楽しみ、親同士受入れ側の組合員と日頃話せない悩みや苦悩等を共有することができ、親子ともにリフレッシュできるツアーとなりました。

■東日本大震災・復興支援まつり2014

11月29日（土）山下公園（横浜市中区）



参加者による黙祷（開会式）

雨天での開催にも関わらずおおぜいの来場があり、出展者と来場者、出展者同士といった参加者全体で交流ができ、多くの人と震災復興への想いを共有することができました。

後援20団体、協賛114団体、出展80団体（112ブース）、来場者約4000人。売上約330万円の一部を支援団体に寄付しました。



■福島の子どもの権利を守るための活動（甲状腺検査活動）

福島の子どもの比較を主な目的として、12年度より実施しています。

14年度の参加者は126人（13年度からの継続者93人）。検診受入機関は10か所。12月末～2月末の期間で検診を実施しました。福島県による甲状腺検査結果の情報開示は不十分な現状です。今後も継続して検査活動を行い、福島と神奈川の子どもの検査結果を照らし合わせながら見守っていく必要があります。

■巨理町加工用トマト収穫支援（宮城県巨理町）

9月5日（金）～7日（日）

生活クラブは共生地域創造財団を通して、12年度より巨理町の復興支援活動に取り組んでいます。いちごの生産地としても知られる巨理町は津波による泥、がれき、塩水の影響を受け、ビニールハウスが流され、いちごの栽培はほぼできなくなりしました。こういった状況から、農地の除塩作業の取り組みの一つとして比較的塩害に強いといわれている、「加工用トマト」の栽培を行っています。



復興支援企画

デポー限定取組

巨理の真っ赤なトマトケチャップ

2月初旬からデポー店頭にて販売中！（班個別配送の組合員も購入できます）

巨理町の加工用トマトを原料とした「トマトケチャップ」「トマトジュース」を取組むことで、農家や地域の人々の雇用の支援を広げ、巨理町の復興支援につながっています。

8月の降雨と低温の影響でトマトの収穫量が計画を大幅に下回ったため、今年度は「トマトケチャップ」のみの取組みとなります。



370g 423円（税込）

*数量限定のため、売り切れの場合はご了承ください。

キラリと光る若者にキララ賞を贈呈しました！

第24回 キララ賞（神奈川若者生き生き大賞）

1989年、生活クラブ神奈川が「もう一つのノーベル賞」といわれるライト・ライブリフッド賞を受賞したのをきっかけに創設された「キララ賞」。今年も神奈川の地で、素晴らしい活動をする二人の若者に会えることができました。水生生物の保全活動を続け、現地調査や子どもたちへの環境教育を行っている佐野真吾さん（27歳：ふるさと侍従川に親しむ会 副代表）と、相模原地域を中心に親子を対象にした教室やイベントを開催し、虐待をなくし、子どもが安心して育つ環境づくりに取り組んでいる岡歩美さん（29歳：神奈川わかものシンクタンク 代表理事）のお二人が受賞されました。

2月7日（土）には贈呈式を開催し、約100名の参加で受賞をお祝いしました。キララ賞年間活動報告や昨年度の受賞者からの近況報告もいただきました。今後もキララ賞として、生活クラブとしてお二人の活躍を応援していきます！

キララ賞 選考委員 内田富士子



お二人の受賞を皆でお祝いしました！



佐野さん（右）と岡さん（左）

●受賞したお二人からのメッセージ●
佐野真吾さん…贈呈式ではたくさんの方が駆けつけてくださりありがとうございました。生きものから広がった出会いや活動が、このような素晴らしい賞に繋がったこと、そしてまた新たな繋がりへの第一歩となったことを大変嬉しく思います。

岡歩美さん…素敵な賞を戴き光栄です。贈呈式や交流会でも多くの組合員の方や過去受賞者と繋がり、今後の活動への大きなエネルギーとなりました。また地域の若者へこのエネルギーを繋げていきます！ありがとうございました。

開発改善運動は、2012年度から意志ある commons・デポ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。

かつお細けずり 小袋パック

ほんもくデポの開発改善チームでは、好奇心旺盛な30~40代の子育て真っ最中の主婦たちが、消費材の良さを追求しました。

「どう改善したら使いやすいくなるの?」「大袋から小袋に分けたら乾燥せずに何度も新鮮な味として食卓に出せるわ!!」「冷蔵庫にストックしておきやすい形にしたらどう?」「容量は小家族や高齢者に適量かしら?」「生活クラブの添加物無しの味覚を感じてもらうにはどうアピールしたら伝わるかしら?」と、デポを愛するチームの活動は、市場調査と討議を重ねて真剣かつ活気に溢れていました。

今後も未永く活動を続けて「改善したよ!」「開発したよ!」とアピールできるよう、がんばっていきます!



横浜みなみ生活クラブ
ほんもくデポ 島田佳枝さん

*2014年11月より取組み開始。15年度は5月に取組み予定です。

旬の食材+組合員開発の
パンで作る

ひじきツナトースト



●材料(2人分)●
玉ねぎ 1/10個(20g)、
パセリ適量(2g)、
ひじきドライパック缶 30g、
まぐろ油漬缶 40g、
ミックスチーズ 20g、
食パン(6枚切り)2枚

●作り方●
①玉ねぎはみじん切りにし、さっと水で洗い、水気をよくきる。パセリはみじん切りにする。
②食パンに①、ひじき、汁気をきったまぐろ油漬をのせてミックスチーズをかけ、トースターで焼く。

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!

旬の野菜を食べよう!

共同購入
政策委員会

体と旬の関係を知って、旬の野菜を上手に取り入れよう♪

春 3~5月

春野菜は冬にたまった老廃物を排出たけのこ、新玉ねぎ、アスパラ、ふき、イチゴ、キャベツなど



秋 9~11月

秋野菜は夏に疲れた体を癒します(穀物やイモででんぷんを補給)サツマイモ、里芋、チンゲン菜、柿、りんご、ぶどうなど



夏 6~8月

夏野菜は体を冷やします(水分の多い野菜が多く体の熱をとる)きゅうり、トマト、かぼちゃ、なす、ピーマン、にら、シソなど



冬 12~2月

冬野菜は体を温めます(体の組織を引き締めて温める)ごぼう、蓮根、大根などの根菜類、ほうれん草、小松菜、白菜など



旬の地場野菜は、地域・環境に優しい

食材が一年で最もおいしく、栄養価が高くなる「旬」は、人間がその季節に必要な栄養素をたっぷりと含んでいる時期。

日本には、「地産地消」、「身土不二」といった食の知恵があり、これらは地球環境の保全や食料自給率の向上にもつながっています。その季節、その土地ならではの旬の食材を見極め、パワーとおいしさを体に取り入れましょう!

生活クラブの「地場野菜」で旬ならではのおいしさや栄養を摂り、体にも環境にも優しい暮らしをはじめませんか?

* 体と環境は切り離せず、その土地でその季節にとれたものを食べるのが健康に良いという考え方

●旬に関する情報は、生活クラブのホームページで「ヒオサボだより」や「旬」のワードを検索!

旬の野菜が「美味しい」「体にいい」理由をご存知ですか?

旬の野菜が持つパワーを知り、意識して、もっと生活に「旬」を取り入れましょう!

生活クラブの健康な食デザイン

ヒオサボ

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。

レシピ 3~4月の旬をたっぷり味わおう!

新たまねぎの明太子マヨ和え

- ①新玉ねぎ(2個)を繊維に直角にスライスし、水にさらして辛味を除き、よく水気をきる。この葉かまぼこ(4枚)を細切りにする。
- ②からし明太子を薄皮からはずしてほぐし、マヨネーズ(大さじ3)、レモン汁(小さじ1)と混ぜ①と和える。



旬の野菜に牛乳と卵をプラスして、更にパワーアップ!

牛乳のタンパク質には人の体内では生成することができない必須アミノ酸がバランスよく含まれ、育ち盛り子どもはもちろん、美しい肌を保ちたい女性にもぴったり!

同じく卵にも必須アミノ酸が多く含まれ、免疫力アップ・脳の活性化・老廃物や毒素などの排泄・美肌づくり・生活習慣病予防に効果があると言われていきます☆



組合員開発の誕生! 「もちもち米粉食パン」

山形県産の米粉を40%使用。しっとりもちもち感が特徴です♪湘南生活クラブ城下町 commons の開発改善チームが榎オルタフーズと共に開発しました。2月下旬より取組みがはじまっています!

もちもち
米粉食パン



*配送・デポー共に隔週取組みです。班個別配送の組合員は5月以降に「安心よやくらぶ(定期予約)」として予約登録もできます。

たけのことわかめの炊き込みごはん

●材料(4人分)●
たけのこ(ゆでたもの)…150g 肉厚わかめ…20g 米…2合
A 丸大豆醤油・料理酒…各大さじ1
みりん風醸造調味料…小さじ2 真塩…小さじ1/2
だし汁(昆布・かつお)…2カップ弱



- ①たけのこは、穂先は4cm長さに切って8つ割に、根元は5mm厚さのいちょう切りにする。肉厚わかめは水で戻し、熱湯に通して冷水にとり、ざく切りにする。
- ②米はといて炊飯器に入れ、Aを加えてひと混ぜし、たけのこをのせて普通に炊く。
- ③炊きあがったら、わかめを加えてさっくり混ぜ合わせる。

第2期 福祉 たすけあい基金 助成団体 決まる

2013年10月、(公財)かながわ生き生き市民基金は生活クラブ組合員・市民や団体からの寄付金をもとに、神奈川県内でボランティアな活動を行う市民団体へ助成を通じて応援する「福祉たすけあい基金」を開始しました。

この基金には、意志ある生活クラブ組合員の約11,000人の方が月100円×12ヵ月＝年間1,200円の寄付に参加しています。

2014年度(第2期)は17団体から7,071,529円の申請があり、地域生協選出メンバーを中心とした選考部会、および外部委員中心の選考委員会において厳正なる選考を重ね、以下の12団体の助成を決定しました。一人ひとりの100円の寄付が有効に活用されます。

第2期(2014年度)助成団体一覧

団体名	主な活動地域	助成内容	助成金額(円)
NPO 法人 Music of Mind	藤沢市	知的障がい者が音楽活動を通じて就労の場を広げるための事業拡大支援	678,710
NPO 法人「CLIP・あこーん」電話相談室	横浜市	社会で生きにくさを抱え・悩みを持つ人と心をつなぎ、心を結ぶボランティア電話相談事業の継続支援	558,200
NPO 法人大和子どもミニディサービス W.Co もこもこ	大和市	市民の視点で地域に必要な子育て支援を継続してきたが、15年4月からの子ども子育て新法に対応する認可保育園移行に伴う設備費支援	295,920
Charkhafe チャルカフェ	小田原市	フェアトレードショップに新設する親子の居場所内の親子で利用するスペース整備費支援	368,000
おしゃべりッチ∞ (よこすか commons 登録アソシエーション)	横須賀市	市民がおこなう子育てママの居場所(親子のひろば)の会場費支援	17,000
認定NPO法人エンパワメントかながわ	神奈川県全域	虐待・いじめ・誘拐など子どもへの暴力を防止するCAPをさらに普及させる新キャンペーンと次世代ボランティア育成費用支援	421,220
就学前親子のためのふれあいサロン「いぬぞう」	川崎市	宮前区の住民急増地域における、新旧コミュニティの就学前親子のためのふれあいサロン(ひろば)の設備費支援	109,214
NPO 法人ひまわりの会	横浜市	緑区及び周辺地域の外国籍の子どもたちの生活(学習・入試ガイダンス他)サポート事業の研修費支援	100,000
湘南小麦の会	茅ヶ崎市中心の湘南エリア	認知症や障がい者の介護者・当事者が、手作り小麦で元気を分け合う交流会開催費用支援	150,000
アートが子どもたちを訪ねて来る会	横浜市	フォスターケア(里親制度)で暮らす子どもたちを訪ねるアートプログラムのワークショップ等の備品、講師料等の支援	160,000
NPO 法人 アール・ド・ヴィーヴル	小田原市	地域で初めての知的・精神障がい者のアートを中心とした障がい福祉サービス事業所(多機能施設)開設に向けた整備費支援	800,000
神奈川県かもものシンクタンク	相模原、愛川、神奈川	中学生を対象にしたみんなで楽しく「神奈川県防災副読本」作成費支援	286,686
助成総額			3,944,950

あつたがいな

たすけあいエッコロ共済



「困った時はお互い様!」
と言うけれど・・・
たすけあう関係、
出来ていますか?

エッコロ共済は組合員による毎月100円の掛け金で運用されています。「生活クラブの組合員どうしが日常的にたすけあえる環境をつくりたい。たすけあいを広げたい。」そんな思いを込めて、1986年に生まれました。

一般の共済は、契約した本人または家族がケガをしたり、病気になった時にお金が支払われますが、「エッコロ共済」は本人や家族に何かあった時、組合員どうしがたすけあった際に、その「たすけあい」に対して手助けした組合員にケア金(お礼の気持ち)が支払われるというしくみです。

エッコロ共済には、生活保障・活動保障・共同購入保障の3つの保障があります。

前回の活動保障に続いて、今回は生活保障にスポットを当てて紹介します。

生活保障は、組合員本人や家族が病気やケガで入院・在宅療養をした時に、本人や家族へのちょっとした手助けをしあうための制度です。小さなお子さんのいる組合員の支えにもなっています。

生活保障編

給付実績の一部

14年4月～12月実績

子どもの予防接種・小学校の就学検診・学校行事などで下のお子さんを連れて行けない時の託児

延べ **438**人

健康診断や定期検診・歯科検診・妊婦検診などの際の託児

延べ **46**人

妊娠中や出産後の家事支援や託児

延べ **118**人



詳しくは、加入時に組合員全員に配布されているエッコロ共済ガイドブックをご覧ください。

「エッコロ共済」に関する
問い合わせ先

0120-311-543
(ユニオン共済事務局)

地域の組合員と顔見知りになり、声をかけあえる関係をつくりませんか。
「エッコロ共済」は、年間5000円の活動費の補助があります。
「エッコロひろば」をつくってみたい」「近所にエッコロひろばがあったら入りたい」という方は左記のユニオン共済事務局にお問い合わせください。

15年4月より
エッコロひろばは
5人から
はじめられます。



エッコロ共済を使ってみたいけれど、知り合いの組合員がいない! そんな時はエッコロひろばをつくらう!

4月より

「子育て協同センター保育室ぼかぼか」は



神奈川県認可保育所と
なります。



子育て協同センター保育室ぼかぼかは、2003年10月の開園以来、ワーカーズ・コレクティブ*が運営を担ってきました。親を支えることにより、より良い育児ができるよう見守ることが本当の意味での子どもの育ちに繋がると信じ、「子育て支援は親支援」を実践しています。

この4月よりこれまでの茅ヶ崎市の認定保育園から、神奈川県の認可保育所となり名称も「ぼかぼか保育園」とします。認可保育所になることで、託児料が所得に応じた対応ができ、利用者の負担軽減につながります。また神奈川県の中でも茅ヶ崎市は待機児童が多く保育施設の充実にも寄与できます。

定員30名という小さい保育園ですが、小さいからこそフットワークが軽く地域に根差した活動を続けていきたいと思えます。基本理念の「一人ひとりの子どもの個性を尊重し、生きる力をつけ、豊かな心を育てます」を大切に、これからもみんなのこころの居場所になればと思います。

NPO法人ワーコレたんぼぼひろば
代表 門松真由美
連絡先0467-55-2032



さあ公園に行こう！

*ワーカーズ・コレクティブ
誰かに雇われるのではなく、働き方や分配も全員で決定する非営利市民事業。

新たな生活リハビリクラブが誕生しました!!!

「生活リハビリクラブ橋本」が、
生活クラブの6番目のデイサービス
として2月に開所しました。

参加型福祉の拠点としておおいの
人が集える場所にしようと思われ

2月に開所を迎え、多世代が集い、地域に開かれた参加型福祉の拠点としてスタートしました。今後高齢者だけが集う場所ではなく、子育てひろばも開催していきます。

さがみ生活クラブの中で緑さがみはらこモンズに建設が決まり、まず行ったのが組合員集会です。多くの組合員とどんな施設が欲しいか、夢を語りました。高齢者施設の建設に向けた活動ですが、それぞれの世代で、自分事として考え、この施設をどう活用していきたいか、活発な意見が出されました。

いろいろな世代が集まり、賑やかな施設にしていけば、これから向かっていく高齢化社会は決して暗いイメージのものではありません。自分達がこころから地域にしていきたいと思いついたことを実現させていく活動をこれからも一歩一歩積み重ねていきます。

さがみ生活クラブ 理事 柴田正子

生活リハビリクラブ問合せ先

介護・福祉の相談も
受け付けています

食事作り・ドライバー・看護師・ケアマネジャーを募集しています。興味・ご関心のある方はお気軽にお問合せください。ボランティア参加もOKです!

- 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 TEL:042-703-1951
- 生活リハビリクラブ葉山
三浦郡葉山町一色1743 TEL:046-876-0234
- 生活リハビリクラブ鴨居
横浜市緑区鴨居町2430-1 TEL:045-932-0740
- 生活リハビリクラブ麻生
川崎市麻生区東百合丘3-2-7TEL:044-954-8123
- 生活リハビリクラブ戸手
川崎市幸区戸手1-5-11 TEL:044-556-1122
- 生活リハビリクラブ茅ヶ崎
茅ヶ崎市茅ヶ崎234-1 TEL:0467-55-1716

つながりを大切に
ほつてできる場所にしたい

相模原市緑区の中心地である橋本は神奈川の生活リハビリクラブの中では一番北に位置しています。2月2日からのデイサービス事業を前に1月25日に開所式を迎えることができました。これまで関わってくださった皆様に感謝しています。

生活リハビリクラブ橋本のデイサービスのフロアは広く明るく、大きな大黒柱があり、床暖房を備えています。消費材を使った昼食は生活クラブのデイサービスならではのアプリルができるやさしく美味しいものです。また来なくなるほつてできる場所にしたいねとスタッフ



で話し合っています。そのためにも利用者の安全を一番に考え、送迎、フロアでの時間を過ごして頂けるよう研修に励んでいます。

「生活リハビリクラブ橋本」ができたことで近くに住む方々が立ち寄ってくれています。さがみの組合員、緑さがみはらこモンズの組合員とともに、地域住民の皆さんとのつながりを大切に参加型福祉の拠点を創っていきます。

生活リハビリクラブ橋本
施設長 井上由美



自分で作る
元気なわたし
春こそ首を冷やさぬように



3月! もうすぐ暖かくなると思うと、気持ち緩み、防寒についても油断します。しかし、日中と夜の気温差が大きく、空気もまだ乾燥しているのが、風邪が侵入しやすい時期なのです。漢方的に春は「風病(風邪など)」にかかりやすい」と云われています。まだまだ油断することなく、寒いと感じたらまず風邪の入り口といわれる首の後ろを保護しましょう。スカーフ1枚でも大きな効果が出ます。

私たちの身体は、大きい温度変化が苦手です。現代は冷暖房のおかげで、年中快適に過ごせますが、それだけ外気温との差が大きな中で暮らしているということでもあります。「春こそ」とタイトルにつけましたが、この注意は冷房を使う夏にも必要です。

「コミュニケーション」談
代表 桜井美紀子
連絡先
0467-178-15270

※このコーナーは、生活クラブ運動グループ健康・医療推進協議会が担当します。健康をテーマに活動する団体が横につながり伝承医療、統合医療などの取り組みを発信しています。



こころが満たされていれば、
子どもは強い気持ちをはくくみま



子どもは日々、体も心も成長しています。体が大きくなるのは目に見えても、心が成長するのは見えません。乳幼児期は心の成長にとって大事な時期です。大人になって困難に立ち向かうとき、子どものころに体験した様々な思い出が心の支えとなり、強い気持ちへとつながります。

では実際に何をすればいいのかわからないと特別なことは何もなく、一緒にいる時間を楽しみ、自然な愛情を注ぎ、優しいなかで生活することです。どこかへ出掛けなくても、一緒に手をつないでお散歩したり、ゆったりとしたなかで絵本を読んであげるだけでも、子どもが幸せで満たされます。そんな毎日の積み重ねが子どもの心を育てていきます。

子育て協同センター茅ヶ崎保育室ぼかぼか
施設長 三浦裕子

※本号よりレイアウトを変更しています。

2015年度 神奈川大学 寄付講座受講生募集!

生活クラブ神奈川では、2012年度より神奈川大学にて寄付講座を開講しています。学生に限らず、どなたでも受講いただけます。非営利事業・協同組合の現代的意義について、テーマごとにゲストスピーカーによる実践報告も交えて学ぶことができます。

寄付講座概要

テーマ サステナブルな暮らしのために
～非営利・協同セクターの役割と展望～

講座期間 4/8(水)～7/22(水) 全15回
お好きな回のみ受講することも可能です
毎週水曜日3時限(13:00～14:30)

場所 神奈川大学・横浜キャンパス 東横線「白楽駅」徒歩15分

受講料 無料 **申込** 生活クラブ神奈川ホームページまたは電話にて
TEL:045-474-0985(政策調整部)

▶詳細は生活クラブ神奈川のホームページをご覧ください。

生活クラブ東京の施設

「五日市協同村ひだまりファーム」利用案内



4月1日より、生活クラブ東京の施設である「協同村」を、神奈川でも東京の組合員と同じ料金で利用することができます。「協同村」は自然豊かな環境にあり、古民家宿泊、キャンプの他、イベント、川遊び、農作業体験など日帰りで楽しむこともできます。

組合員利用料金	日帰り	宿泊	キャンプ
中学生以上	500円	2,700円	800円
小学生	300円	1,700円	800円
未就学児	0円	0円 布団なしの場合	0円

▶詳細は生活クラブ神奈川のホームページをご覧ください。

所在地:東京都あきる野市戸倉863
TEL:042-596-0103

図央道が開通したことにより、アクセスしやすくなりました。

理事会だより

●第8回定例理事会(2/3)●

監査報告

1. 監事会より2014年度末監査実施について通知を受けた。

報告承認事項(抜粋)

1. 2015年春(1-6月)の拡大月間目標の承認と2015年の拡大計画補正報告について承認した。
2. 神奈川コールセンター設置計画について承認した。
3. 神奈川拡大フリーダイヤルの導入について承認した。

●第9回定例理事会(3/3)●

報告承認事項(抜粋)

1. 第10次中期計画PJ設置について承認した。
2. 第44回通常総代会の開催について承認した。
3. 組合員参加による自然エネルギー(太陽光発電)事業の取組方針について承認した。

編集後記

2015年8月、広島・長崎の被爆から70年を迎える。それに先立って4月にニューヨークの国連本部で「核不拡散条約(NPT)再検討会議」が開催される。世界の人々とともに未来に向けて核兵器のない世界への道筋をつけていくためにも、被爆の苦しみ、悲しみを知る日本から核兵器廃絶を訴えていくことが大切だ。(フルーツキャロット)

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

鍼灸体験講座 季節のお悩みを鍼灸で対処する!

第1弾「アレルギー性鼻炎」

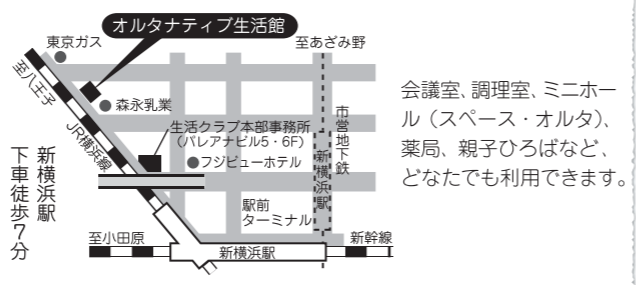
日時 4月21日(火)
11:00～12:00
場所 オルタ漢方堂
(オルタ館2F)
参加費 500円
定員 限定5名
講師 福嶋美奈子先生



鼻水にくしゃみ連発、目もショボショボ、つらいですね。鍼灸治療でスッキリ体験してみませんか?花粉症などのアレルギー性鼻炎は鼻の中に炎症を起こしている状態なので、身体は冷やそうと思ってどんどん水が集まってきます。すると、鼻のまわりがむくんでせっかくの美人も台無しに。今年からスッキリ美人をめざしましょう。もちろんお子様でもOKです。

今回は体験なので数か所のみです。鍼灸治療に興味はあるけど、ちょっと勇気が出ないという方のための体験講座です。

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)



公告

第44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	内容
6月11日(木) 10:00～12:30	2014年度活動・事業報告/2014年度決算報告及び剰余金処分案の承認/2015年度事業計画及び活動方針の決定/2015年度予算、役員報酬限度額の決定/議案決議効力発効の件/総代会アピール
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)	

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持ちます。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、選出されることとなります。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。

2015年3月16日
生活クラブ生活協同組合 理事長 五十嵐仁美
第44回通常総代会事務局 政策調整部
TEL:045-474-0985

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 春の新規講座案内

心身のびのび簡単気功
4/3～ 第1・3(金) 14:00～16:00 14,000円/3か月/月2回

中高年のためのボディコンディショニング
第2・4(土)13:00～14:00 3,000円/月2回

ボールペン講座
第2・4(火)10:00～12:00 3,000円/月2回(教材費別途)

楽しいバルーンアート **入会金不要**
4/23(木)13:30～15:00 2,200円/回

おしゃれセミナー **入会金不要**
4/23, 30(木)13:30～15:30 7,000円/2回

マイナス5歳 若返りメイク
4/6・20, 5/11・25(月)13:30～15:00
9,600円/4回 教材費300円

「ウェディングブーケレッスン」「パリスタイルのフラワーアレンジ」他
フランススタイルフラワーレッスン各種 日程、受講料はお問合せ下さい

パンプロ基礎
4/21～第1・3(火)13:15～16:15 92,000円/全20回/回

パンとお好みメニュー(なごみ邸)
第2(火)13:15～16:00 第2(土)9:30～12:30
22,000円/5回/回

自家製酵母パン<基礎>
4/9～ 第2(木)13:00～16:30 52,000円/11回/回

自家製酵母パン<応用>
4/23～ 第4(木)13:00～16:30 53,000円/11回/回

小麦酵母パンと発酵食
4/16～ 第3(木)13:30～17:00 54,000円/11回/回

※教室は記載がないものはオルタナティブ生活館です。
※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。

スペース・オルタ http://spacealta.net/

「ヴァンダナ・シバ」 **ナマケモノDVDブック上映**
—いのちの種を抱きしめて—
(2014年/企画・制作 ナマケモノ倶楽部/58分)



4/4日 13:30 開場
14:00 上映開始
入場料 当日1,000円
前売り800円

ゲスト・スピーカー/ミハエラ・シュルブレアラ
ルーマニア出身の医師で1933年来日。がんの研究をしながら、ホメオパシーやマイナスイオンセラピー、東洋医学等を研究している。

主催 トランジションタウンよこはま
(高橋絵美TEL:080-5440-7262)
共催 スペース・オルタ

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

デビューします!
アソシエ防災プロジェクト
非常時に備える 毎日の暮らし **入門講座**
4/24(金)
10:00～12:00
参加費1,000円

春の New アソシエサロン
会場は全てオルタナティブ生活館です

男女問わずお仕事の帰りに 働くオトナの料理教室 **いつでも野菜が主役**
ベジタブル キッチンスタジオ
5/26(火)、6/23(火)、7/18(土)
各回10:00～12:30
参加費2,000円/回(税込)

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

5/16土 10時～15時
新横浜オルタ館
春の住まい展で 住まい手クラブがデビュー!
Kさんのスライドの表紙。やはり住まいの話は面白い!

快適な住まいをつくる -我が家の場合-

住まい手の立場から、家族の健康、暮らしやすい工夫、省エネルギー、お庭の楽しみ、コミュニティへのかかわりなど、情報を共有する集まりとして、「住まい手クラブ」が誕生します。5/16(土)の住まい展では、当社設計でお家を建てたKさんが、「快適な住まいをつくる～我が家の場合～」をスライドで紹介。新築を検討している人にとってもそうでない人にとっても、とても面白い話です。頼りになるのは組合員の情報ですね!

問合せ TEL&FAX 045-472-6349 (担当/佐藤)

生産者
だいすき

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、加工食品の生産者(株)ニッコーの山崎雅文さんにお話を伺いました。

同じ目線で話ができる 他にはない提携関係



やまざきまさひみ
(株)ニッコー 代表取締役 山崎 雅文さん



豆腐ハンバーグ
味付けが控えめなので
アレンジは無量大!
トマトソース煮込み

配送 4月3回(15週)、5回(17週)
※「生活クラブ神奈川」カタログをご覧ください。
デポー 冷凍品

予想の2倍以上!
「伝説」の初回「豆腐だんご」
お弁当用!

生活クラブ神奈川と出会ったのは約15年前のこと。生活クラブ神奈川の提携生産者である(株)豆彦の原料を使った「おからコロック」が最初の消費材でした。その後も提携生産者の食材を活用した冷凍食材を数多く提案し、今では20アイテムを数えるまでになりました。
忘れられないのは2002年、初の連合企画「豆腐だんごお弁当用」のこと。当時、電子レンジ使用を前提にした消費材がほとんどない中、初回の申込数を20,000パックと予測して製造を始めました。ところが結果は何と45,000! 当時わが

社の製造能力は1日4,000パック。積み上げられた原料の山を見て呆然としたことを今でも覚えています。1日24時間フル稼働で3日間、寝る間も惜しんで何とか納品しました。
「家族に食べさせたいもの」をモットーに

加工食品ですから、常に安定した味と品質が求められます。しかし季節によって原料野菜の水分量も変わりますし、夏と冬では室内の温度や湿度も違います。食品添加物を使えば簡単ですが、私たちは「自分の家族に食べさせたいもの」を基本に、食品添加物を使わず、同じ味と食感に仕上げる工夫を重ねてきました。ですから、組合員の皆さんにも安心して食べていただくことができます。

生産者と組合員が消費材を「ともに育てる」

通常の取引では買う側の立場が強くなりがちで、協同組合組織であっても対等な立場での提携とはなりづらいのが実情です。しかし生活クラブの皆さんからは、消費材も運動も「消費者と生産者が一緒につくっていく」という意識を強く感じます。他ではみられない「生活クラブらこわ」の一つだと思えます。
ニッコーでは、生活クラブの活動に共感し、揚げ油をすべて、生活クラブの提携生産者、米澤製油(株)の遺伝子組み換えでないなたね油に変更しました。将来にわたって安心な油を



ミニたい焼き(あずき)

配送 5月1回(18週) 予定
デポー 冷凍品
卵・乳不使用のため、アレルギーのお子さんも安心です

食べ続けていくために、一人でも多くの「食べる力」を集める必要があると考えたからです。
揚げ油は遺伝子組み換えなたねであつても原材料表示ではわかりません。また、ほとんどの業務用油には、消泡剤のシリコーン樹脂が入っていますが、それも記載されません。そんなことも組合員の方にはぜひ伝えていきたいと思っています。

子どもたちが楽しめる交流企画を

私たちは3年前から近隣の農家に土地を借りて畑を始め、一部ですが消費材の原料にもなっています。組合員と畑での交流も行っています。これからは収穫した野菜を使って子どもたちと一緒に調理をするなど、食育を意識したイベントも進めたいですね。



手作業(手作り感)を大切にしています

information

生活クラブのデイサービス 「生活リハビリクラブ橋本」オープン!

2015年2月、相模原市緑区に県内6つ目の生活リハビリクラブが誕生しました。(詳しくはP12をご覧ください)
「生活リハビリ」とは、生活の中の動作ひとつひとつがリハビリにつながっているという意味の造語です。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(P13※参照)がともに地域づくりをすすめる、地域の拠点としてあたたかく在宅福祉を支えています。



1月25日(日) 開所式でのくす玉割りの様子

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 検索
えぼバックナンバーは
ホームページをご覧ください。