



たんぽぽ

かわさき生活クラブ生活協同組合理事会
発行責任・佐野めぐみ
編集責任・機関紙編集委員会
問合せ:kawasaki.seikatsu.club@gmail.com

未来につながる **食** を選ぼう

年末年始

誰と、どこで、何を食べる？

CONTENTS

- 1-3. 特集 未来につながる食を選ぼう
- 2.3 かわさきを元気にする仲間たち
- 4 理事コラム
- 5.6 インフォメーション



そろそろクリスマスケーキやおせち料理の予約のチラシを見かけるようになりました。「早く予約して、年末年始には余裕が欲しいわ」という人の心をくすぐっています。今年は新型コロナウイルス感染症の拡大で宅配が日常化し、「時間をかけて買い物をしない」という人も増えています。



でも…
ちょっと待って！



生活クラブの「年末予約」は生産者に「食べるから作ってね」と早めにお願することで食べる人、食べる量がわかるからこそ不要な添加物を使わず、作ることができるのです。生産者が必要な原材料を確保して、必要な量を作ることで無駄な在庫を抱えることもありません。組合員は予約することで確実に手に入れることができます。



生産者とともに未来を考えて作られた消費材は年末年始にも生きています。



クリスマスケーキ、年末年始の特別な消費材も生活クラブの「年末予約」でばっちり！

共同購入で豊かな未来へ あなたの買い物は「よりよい社会や環境をつくることにつながっていますか？」

生活クラブの予約共同購入は、生産者に対して、利用します！という「約束」です。この約束は生産者の大きな支えです。私たちが望む、添加物や薬剤の使用を限りなく削減し、産地や由来の確かな原材料を使った消費材を生産者が安心してつくり続けることができるしくみです。私たちの共同購入は、「まとめ買いで安く購入してお得に分けましょう」という事ではありません。素性確かなものを生産者とともにつくり、食べ続けることで、豊かな環境と、健康で安心して暮らせる社会の実現を目指しています。それは、私たち 1 人ひとりの日々の判断に委ねられています。



❄️ 一般市場

クリスマス・正月商戦に向けて、早い時期から添加物を多用して見栄えを良くし、たくさんの商品を作り置きます。売れる時に価格も高くなる傾向にあります。大量生産、大量廃棄の問題も。

❄️ 生活クラブ

予約共同購入だから計画的に生産ができ、不要な添加物を使うことなく手間をかけて丁寧に作ることができます。この時期だけの特別な消費材も日常の消費材と同じ適正価格で取組みます。予約のチャンスは 11 月上旬！逃さず予約しましょう。

日々の選択(買い物)は未来につながっている！



日々の選択が国内自給率向上につながり、一部の多国籍企業が世界の食糧を独占してしまう遺伝子組み換え作物に反対し、減農薬栽培、食品添加物の削減、環境への配慮がされること、CO₂削減をすすめていくというチカラになります。



かわさきを元気にする仲間たち

04 あさお西コモンズ 泉 昌代さん



8コモンズ・3デポー活動紹介！

運営委員メンバーが毎月 1 回集まり（運営委員会）、消費材の話や「美味しいレシピ」「楽しい節約」等、わいわいおしゃべりして、とても楽しく活動しています。（現在は会わずに繋がれるようにオンラインを一生懸命勉強し、活動しています。）

運営委員になり良かったと思うことは、以前から家事が苦手でしたが、あさお西コモンズの運営委員メンバーとの出会いで、いろいろ教えてもらう事ができ、家事が楽しく出来るようになった事です。

現在、子育て中の組合員の方は、毎日お忙しいとは思いますが、子育て中こそ活動に参加しているいろいろな事を知って欲しいと思います。どうぞお気軽に参加下さい。

年末予約に参加しよう！

あなたのアクションが未来につながります！

「消費材大好き」「活用方法をたくさん知っている」組合員も、「加入したばかりで、まだまだ知らない消費材ばかり」「年末年始の特別な消費材は初めて」という組合員も、期間限定でたくさん学べるのが年末実行委員のいいところ！

各コモンズ・デポーでは年末実行委員会を形成してクリスマス・お正月の消費材の優位性を組合員に伝えています。身近な仲間と一緒に、未来につながる食を選ぶ大切さを改めて考えてみませんか。

私の参加はこれ！

- ★クリスマス、お正月の消費材を予約する！
- ★年末予約に関するインスタをフォローする！
- ★年末予約に関するインスタを投稿する！
#生活クラブ#サステナブルフェス#かわさき生活クラブ
- ★年末実行委員会に参加する！
- ★「お家で学ぼう」を開催する！

ほくは違うけど、かまぼこの原料の魚肉の95%にはリン酸塩が使用されているんだ。原料に食品添加物が使用されていてもキャリーオーバーのため、表示義務がないんだ！知らないうちに食べている添加物が多いんだよ！



「お家で学ぼう」

少人数で学んで意見交換する会をお友だちや組合員の仲間で開催しませんか？学べる動画や資料を紹介します。詳しい開催方法は各コモンズ、デポーからのお知らせチラシ(デポーは掲示)をチェックして！疑問や不安を解消、年末予約でつながりましょう。



★かわさき生活クラブから開催補助金 500 円が出ます。少人数で動画を見て報告を提出するだけ！(申し込み期限 ~11 月末)

「お家で学ぼう！」を体験しよう！

消費材の物語を「知れば、伝えたい！」

★消費材10原則

★食をつむぐ人たち 牛肉編

(株)北海道チクレンミー直営農場
美生ファーム 蛭名洋介さん



★これに賭ける!伏見蒲鉾編

極上のすり身で作る魚肉練り製品を、日々の食卓に

★消費材10原則



★食をつむぐ人たち 牛肉編



★これに賭ける!伏見蒲鉾編



05 宮前平デポー

デポーの原点にかえろう。デポーを様々な使い、デポーに関わろう！



宮前平デポー運営委員会

川崎市宮前区宮前平 2-12-6 宮前平駅徒歩5分
営業時間: 11:00-18:30
(日曜日定休・祝日開所)



今年の1月から運営委員になりました。子どもが生まれて食の安全を考えるようになり、1年前に生活クラブに加入しました。まだまだ分からないことだらけですが、運営委員の皆さんやベテラン組合員の方々に色々教えて頂きながら、楽しく活動していきたいと思っています。(佐藤笑加)

今年はコロナ禍ですが、運営委員は活動しています。皆さんも参加しませんか？私は2年目で、楽しく参加しています。興味のある方は、ぜひ運営委員会の見学に来てくださいね。何か良い事あると思いますよ。(男全佑理子)

人数は少ないですが、実は加入歴1年~20年、年代もさまざまなメンバー構成です。みんな美味しいものと楽しいことが大好き！分担しながら和気藹々と活動しています。一緒にデポーライフを楽しむ委員会仲間も絶賛募集中！(志村久美子)

ちょっと
一息しませんか？



私のおススメ

消費材

—理事コラム 第3回—

早くも人気コーナーになった理事コラム！今回は新任理事2名が登場します。ぜひ皆さんも、おススメ消費材をお試ください。消費材1つひとつのストーリー、こだわりを知れば、ファンになること間違いなしです。

無添加の練り物 高橋徳治商店(株)



うちの子も達は練り物が大好き。『笹かまぼこ』はおやつ代わり。無リンの国産原料だから安心です。『おとうふ揚げ』はおでんの種にもなるし色々アレンジできるので、もう一品欲しい時のお助け食材です。

皆さんは、生活クラブ連合会公式 YouTube チャンネル『食をつむぐ人たち』をご覧になったことはありますか？「二度ほど死のうと思いました。震災後…」から始まる動画は、何回観ても涙が溢れます。工場が全壊し、途方に暮れながらもなんとか再建。それだけでなく若者の就労支援をして、心に傷を負った子ども達の居場所まで作るとは、なんて素晴らしい会社なんだろう、と思いました。そして、生産者と組合員の絆を深く感じました。いま私たちにできることは、震災を忘れず、食べ支え続けることだと改めて感じました。

生産者の素顔を伝える

食をつむぐ人たち



宮城県東松島市 株式会社高橋徳治商店/
高橋敬敏さん、高橋英雄さん、高橋利彰さん



かわむら
河村ひとみ
高津 コモンズ

豆腐 共生食品(株)



共生さんのお豆腐は、大豆本来の甘みがあり家族も大好きな消費材の一つです。材料は国産大豆とにがりのみで消泡剤は不使用。特にこの時期は「寄せ豆腐」が大のお気に入り。「自然との共生をめざした食作り」からと言う社名「共生食品」からも、もの作りのこだわりが伝わります。

ある日、市販品で「乳化にがり不使用」と書かれた豆腐を見つけました。調べてみると、乳化にがりとは油脂や乳化剤でにがり（塩化マグネシウム）をコーティングした物で、塩化マグネシウム、植物性油脂、水、グリセリン脂肪酸エステル、ミックストコフェロール、ビタミンCパルミテートといった成分から作られた合成添加物。加工助剤は表示義務がないため「にがり」と表示され、消泡作用もあります。消泡剤、遺伝子組み換えだけ気を付ければよいのではなかった事、乳化にがりを見分ける方法がない事に驚きました。これから市場の疑問、問題点を消費委員会の活動を通して、皆さんと考えていきたいと思っています。

市販の豆腐は、6割以上がにがりを使用していますが、その内4割以上が乳化にがりだそうです。



こばやし
小林 ちえ
あさお東コモンズ



理事会報告

7月 ▼ 討議: 春の活動総括と秋の活動方針 ▼ 報告承認: 総代会総括、2020年度共育計画修正、Non-GM(遺伝子操作)アクション活動計画、W.Coという働き方を広げるキャンペーン実施計画、理事会研修実施計画、農あるまちづくり活動 中間報告と秋の活動計画、7月活動再開にむけた高津センター使用ルール変更について、Web会議開催ルールについて、在高ハガキ送付時の理事会メッセージニュース配布計画、共済活動費及び理事立替の専門委員会経費の精算方法の変更について、リフレッシュツアー中止について、矢向センターと(株)三協運輸サービスとの委託開始について、矢向センター三協運輸サービス導入にむけた事務所改装、たんぼぼ発行計画

8月 ▼ 討議決定: のぼりとデポーリニューアルにむけた実施方針 ▼ 報告承認: 秋の活動実施方針、センターデポー下期拡大推進計画、新規加入者フォロー推進計画、W.Coという働き方を広げるキャンペーン実施計画、生活リハビリクラブ幸30周年を契機とした参加型福祉推進活動計画、エコシティかわさきフェス2020実施計画、FEC+W KAWASAKIまつり実施計画、広報学習会開催計画、おひさまフェス 星空上映会 in かわさき出展計画、神奈川ネットワーク運動との政策協定の締結、生活クラブ神奈川創立50周年記念誌発行について、たんぼぼ発行計画、新型コロナウイルス拡大下でのワーカーズ・コレクティブ支援計画

基本報告

	組合員数		世帯当たり 利用高(7月)
	期首(4月)	7月末	
班	806	796	38,140
個配	7,476	7,619	35,014
デポー	3,830	3,846	17,155
合計	12,112	12,261	—

編集後記

新型コロナウイルス感染防止のため、移動を極力控えた夏休み。遠くに行こうが身近で遊ぼうが、「センス・オブ・ワンダー」つまり、「神秘的や不思議さを目を見はる感性」を持っている子どもにはなんら問題なかった。かわさきの自然に遊んでもらった夏休み。今日も早朝から国際宇宙ステーションの観測をしたいという息子のお付き合いで、寝不足気味。(S)



あなたの「したい！」がきっと見つかる！ FEC+W KAWASAKIまつり

10/17(土) 11:00~14:00

会場：高津センター（ZOOM 講演会あり）

雨天決行、会場参加申込み不要

「体は離れていても、心は近くに」をテーマに、展示と動画で、Food(食)、Energy & Ecology(エネルギー・環境)、Care(たすけあい)、Work(働く)と、生活全般に渡る生活クラブ運動グループの団体の活動をご紹介します。安心な素材にこだわったお弁当などのテイクアウトコーナー、11時~12時には認定NPOこまちぷらす※によるオンラインセミナー「あったらいいな★の育て方」も開催します(会場20名、オンライン参加50名まで参加可)。

コロナ禍の今だからこそ、改めて、人とつながること、活動し続けることの大切さ、今どんなことができるのか、一緒に考えてみませんか？(生活クラブ運動グループ地域活動連携協議会かわさき FEC+W KAWASAKIまつり実行委員会)



※「子育てをまちでプラスに」を合言葉に、子育てが「まちの力」で豊かになる社会をめざし、活動しているNPO団体です。

↓オンラインセミナー参加申込みはこちら



新しい組合員の皆さんへ

10月29日(木)に開催する「ビオサボ講座」は、生活クラブを使いこなすヒントになる講座です。ご案内の〆切は過ぎていますが、ご希望の方は参加できますのでお問い合わせください。Zoomでの参加も可能です。



生命を意味する「BIO」と「美を」を掛け、生命力にあふれた健康的な食生活をサポートしていくという意味の生活クラブの造語です。



お詫びと修正：たんぼ 169号特集記事(P2)の③廃食油回収に「2019年度、川崎市内の小学校の給食、組合員、地域で回収した廃食油は10,260.9ℓ」と記載していましたが、この数値はかわさきかえるプロジェクトの回収量でした。正しくは川崎市民石けんプラントで回収した81649.8ℓでした。お詫びして訂正いたします。

申し込み・問い合わせ

かわさき生活クラブ生協高津センター
宮前区宮崎2丁目1-1東急田園都市線
「宮崎台」駅徒歩7分 FAX:044-852-0680



託児ケア利用ルール

- 託児にはエッコロ共済の集団託児ケアを利用し、組合員のケア者が見守り託児を行います。(1歳以上)
- 申込みの際は、お子さんの名前・年齢、アレルギーの有無をお知らせ下さい。(1週間前〆切)
- 当日はおにぎりやパン等の子どもが一人で食べられる軽食(お菓子以外)と飲み物をお持ち下さい。
- 託児ケアはエッコロ共済に加入している組合員が利用できます。加入手続きは、問い合わせ先まで。
- 未加入のまま託児ケアを利用する場合は、子ども1名につき1時間600円を当日現金で支払って下さい。

広報学習会 ～「生活と自治」を読む～

11/10(火) 10:00～12:00

会場：高津センター3階 大会議室 **託児あり**

※オンライン(ZOOM)でも参加できます

講師：「生活と自治」編集委員長 宮下睦さん

「生活と自治」は生活クラブ連合会が発行する「生活者のための新聞」です。広告は一切掲載せず、発行経費はすべて読者からの購読料でまかなわれています。「生活と自治」編集長と一緒に「生活と自治」を読み、「生活と自治」とは何か、機関紙と情報誌の違いから、情報とは何かを考えます。伝えたいことは何かに気が付いて発信したり、自分の言葉で発信する際の参考にしてみませんか？「生活と自治」のファンの方必見、編集の様子などの裏話も知れますよ。(広報担当)

憲法学習会

11/16(月) 10:00～12:00

会場：高津センター3階 大会議室 **託児あり**

※オンライン(ZOOM)でも参加できます

講師：神奈川新聞社 経済部記者 田崎基さん

環境平和委員会は、せっけん・エネルギー・平和の3つを活動の柱としています。平和は私たちが安心して暮らすための基盤です。私たちの生活に関わる政治の問題。憲法改定、という言葉はよくニュースで聞くけど、それって何？何が問題なの？私たちの生活にどう関わってくるの？憲法を全く意識してこなかった人も、憲法改定の動きが気になる人も憲法が置かれた状況を知る機会になる学習会です。今を知る事で、将来を考えたいくなる発見の機会にしませんか？

平和活動に興味のある方は、平和チームのメンバーとおしゃべりしませんか？当日13時～平和チーム会議も参加下さい。(環境平和委員会)



どこからでも企画に参加できる！
会場へ来られない方も参加できます！

ZOOMを使うとパソコンやスマートフォンで、講座や学習会などの企画にオンラインで参加できます。無料でダウンロードして使用でき、操作も簡単です。通信料は個々の契約によります。

講師に質問でき、参加者の様子も解かるので、この機会にぜひ、自宅から企画に参加下さい。



オンライン(ZOOM)参加を希望する方へ

開催の1週間前までに企名、申込者の所属、氏名、連絡先等を記載してメールで込み下さい。資料、ミーティングID、パスワードを主催者から送付します。

おさるさんでもわかる！ 参加型福祉の世界

11/19(木) 10:00～12:30

会場：高津センター3階 大会議室 **託児あり**

※オンライン(ZOOM)でも参加できます

講師：佐塚玲子さん

(NPO 法人横浜地域福祉研究センター副理事長)

住み暮らしやすい地域は、そこに住む私たちの参加でより良くなります。参加型のまちづくりについて、講師の実践からお話をうかがいます。

かわさき生活クラブに2つある生活リハビリクラブとの連携も考え、地域が豊かになる福祉を参加型ですすめるために、今必要なものは何か、自分たちに何が出来るか、みんなで考えましょう。

(理事会)



たんぽぽイベント申込票

- 11/10 広報学習会
- 11/16 憲法学習会
- 11/19 参加型福祉学習会

高津センター：かわさき生クラブ理事会事務局行
矢向センター：かわさき生活クラブ担当行

※ZOOM 参加を希望する方は、ミーティングID、パスワードを送付するため、メールで申込み下さい。

名前 _____ コモンズ/デポー名 _____

☎ _____ Mail _____

託児 有・無 子どもの名前 _____ (歳) アレルギー 有・無