

生活クラブ神奈川の組合員がつくる 組合員への機関紙
未来につなげる転換点(epoch/エポック)

えぽ

epo

隔月発行

2022

7.8

月号

Vol.164

ちょこつと



おもしろかわ
表紙の「大白川」はどこにある？
→ヒントは2ページ

特集 生活クラブでんき新電源開発レポート

**小水力発電で「さとやま」再生！
いま、100年先の暮らしをつくる**

さとやまエネルギー(株)代表/前田 仁さん
生活クラブ神奈川理事長/篠崎 みさ子さん

撮影: Photostudio-Home 葛谷 舞子



おおじらかわ小水力発電所の建設予定地は年間を通して降水量や積雪が多いため、深い山中の小さな沢でも水が途切れることがなく、小水力発電には理想的な環境です。

生活クラブの現地調査は2018年から行い、2019年度に生活クラブグループでこの事業への出資(100万円)・融資(25,000万円)を行いました。共同開発を担当する、さとやまエネルギー(株)などと「おおじらかわエネルギー合同会社」を設立して開発を進めています。2021年度中の着工を目指して許認可取得のための官庁協議を進めてきましたが、コロナ禍の影響もあり2022年度にずれ込み、事業開始は2024年度の見通しになっています。



発電所予定地

地域みんなの繋がりを大切にしてきた土地

「小水力発電で、地域の未来を描いているんですね。事業の環境への影響は問題ないのでしょうか？」

前田 今回の規模では、環境への影響を事前に調査・分析し、近隣住民など関係者みなさんの合意を得ながら事業を進める「環境アセスメント(環境影響評価法に基づく)」の実施は不要ですが、大白川に生息するイワナや動植物へ大きな影響がでないように、発電に利用でき



周辺はごつごつとした岩場

に採れた山菜も減っています。こんな現状を変えるため、小さくても地域内でお金が回る仕組みをつくりたいと構想しています。小水力発電所開発に関わるみなさん(地域・生活クラブ・行政・金融機関など)との繋がりを活かしていけば、様々な可能性があるのではないかと期待しています。



取水堰に向かう道中には、苔むした巨木が

おおじらかわ小水力発電所開発計画

長野県松本市安曇地区で、一級河川/梓川に流れ込む支流の一つ「大白川」の標高1,100m地点に、最大出力869kW/年間発電電力量4,080MkWh(約1,300世帯相当)規模の小水力発電所をつくる計画。

小水力発電って？

河川や農業用水などの水の落差水が流れ落ちるとき、その上下の水面の高さの差を利用して発電する。出力1,000kW以下の水力発電。川などから直接取水し利用するため巨大なダムを新しくする必要がなく、経済的で環境負荷が少ないことが特徴です。地域の資源を活かしたエネルギー事業として、また中山間地域の新たな価値を生み出す事業として期待が高まっています。

※目前発電所が30ヶ所、提携契約発電所が31ヶ所

生活クラブでは気候危機解決に向け、再生可能エネルギー(以下、再エネ)を基本とした脱炭素地域社会づくりを推進しています。その主軸となるのが、組合員による電気の共同購入「生活クラブでんき」です。

2022年3月現在、供給する電気の再エネ調達率は89.1%となり、2030年までに100%にすることを目指しています。その達成のカギとなるのが、新しい再エネの電源開発です。

現在、生活クラブでんきは全国61ヶ所※の発電所から電力供給を受けており、調査開発中の目前発電所が5ヶ所あります。今回はその一つ、おおじらかわ小水力発電所の共同開発を行う、さとやまエネルギー(株)代表の前田 仁さんにお話を伺いました。

さとやまエネルギー(株) 代表/前田 仁さん

高校卒業まで長野県松本市安曇地区で育つ。大学卒業後、エンジニアリング事業会社に就職。海外で石油工場・石油化学工場の設計・運転などに関わるなか、自身の仕事の持続可能性に疑問を持つように。ヨーロッパでコミュニティを築く新しい再エネの形を知り、地元の環境問題や過疎問題を解決したいと、2013年に故郷で起業。自身と母親は生活クラブ長野の組合員。



さとやまエネルギー HP



生活クラブ神奈川 (株)生活クラブエナジー 篠崎理事長&半澤代表がさとやまエネルギー(株) 前田社長に聞きました!

「前田さんはここ、長野県松本市安曇地区で生まれ育ったと伺いました。なぜ故郷で再エネ事業に取り組もうとしたのですか？」

前田 安曇地区の資源である水を活かして、地域の財産である「さとやま」を再生したいと考えたからです。

ダム開発で栄えた山あいの地である安曇地区は、地域みんなの繋がりを大切にしてきた土地です。私自身、幼いころは隣近所関係なく地域のみんなに育てられ、そんな住民みんなで地域をつくってきました。しかし現在は人口が減り、そうした地域の繋がりが消えてしまいうなくなっています。近くの林は手入れが行き届かず獣害が深刻で、かつては豊富

生活クラブでんき

新電源 開発レポート

小水力発電で「さとやま」再生! いま、100年先の暮らしをつくる

緑園デポーが リニューアルオープン しました！

2022年
5月13日



翌日は(有)小島米菓の手先せんべいを振舞いましたよ



リニューアルに間違った組合員のみなさん



鮮魚

冷蔵



詳しくはこちら



野菜

壁のイエローと木目調のブラウンを基調としたかわいらしいフロアに♪



働くワーカーズのみなさん

基準を大幅に超えて

リニューアル達成！

緑園デポーは今から9年前の2013年3月に誕生した、横浜みなみ生活クラブで一番若い(！)デポーです。2020年にはエリアを開き※1、2021年には一年前倒しでのリニューアル拡大に挑戦しました。毎週土曜日にテントを張り、毎月第一土曜日には生産者交流会や親子で楽しめる夕涼み緑日などの企画を開催。紹介呼びかけやチラシまきを継続して行いました。そして、3回のリニューアル基準※2は期限を待たずに順調にクリア！116名の拡大実績でリニューアルを実現しました。

※1 それまでデポーエリア(デポー周辺)の組合員はデポーのみの利用に限定されていましたが、配送への移籍ができるようになりました。
※2 リニューアルは、デポーを利用する組合員が一定数いることが条件で実施が決まります。

「お買い物以上」の

価値を生み出すデポー

成功の秘訣は何と言っても「風通しの良いパートナーシップ」だと思います。組合員・ワーカーズ・職員で形成したリニューアル拡大チームで毎月の状況を確認し、計画をしっかり話し合い、できることを集中してやり続けました。これがおおぜいの組合員を動かし、地域に広まり、生活クラブを選択する人に届いたのだと思います。旭南コモンズ・泉コモンズにエリアがまたがっている緑園デポーは、配送組合員の来所も多く、「お買い物以上」のいろいろな可能性が詰まっています。その特徴を活かして一人ひとりの組合員の声を聞き、出合いの場をつくり繋げることで、地域に必要とされる新たな活動を生み出していきたいと思っています。

前運営委員長・現担当理事 齊藤 邦子

小水力発電所は
孫の世代のためにつくる

水量を独自に調査・算出しています。

流量調査と解析はカナダの水文学※専門家と連携し、これまで6年以上かけて慎重に行なってきました。水の流れる季節によって異なりますが、通年で発電に必要な流量が得られるか、川にどれくらい水の流れを残すことができるかを調査し、問題ないことが確認できています。

また、地元漁協が放流しているイワナは小水力発電所予定地までさかのぼってくることはできず、水生生物の生態問題にも影響は認められていません。もつと上流に生息する天然イワナの対策としては、取水設備横に通り道(魚道)を確保することにしました。今後は地元漁協と連携しながら、自主的にイワナの産卵床の調査を継続的に行う予定です。

※地球上の水循環を主な対象とする地球科学の一分野。陸地における水を、循環過程から地域的な水のあり方・分布・移動・水収支などに主眼を置いて研究する科学。

計画が当初から2年余り遅れているようですが…

前田 計画の遅れは、国の許認可取得に時間がかかっていることが要因です。川で事業を行うにはこんなにも各所との調

整が生じるのかと痛感しています。

ただ「小水力発電所は孫の世代のためにつくる」という言葉があるように、小水力発電所はメンテナンスしながら100年は稼働することができま。焦らず丁寧に、地域に貢献できる発電所の実現を目指していきたいと考えています。

いまの数々が、つぎの100年の資源になるんですね。今後の進捗を楽しみにしています！

発電地域と組合員で

新しい物語をつくらう

前田さんの描く「安曇地区の地域資源を活かした再生エネで豊かな『さとやま』を再生し、幸せな地域社会を創る」というビジョンは、生活クラブエネルギー7原則のひとつ「地域への貢献と自然環境に留意した発電事業をすすめる」に合致するものでした。その開発の進め方も丁寧に、ご自身の故郷への愛情を感じました。

おじらかわ小水力発電で、地域の方と生活クラブ組合員がつくる、生活クラブ電源開発の物語はこれから始まります。2022年度着工に合わせて組合員との交流を始めるほか、長野県内の生活クラブ生産者との連携も考えていきたいと思っています。どんな形で地域間連携をつくっていくのか、いろんなアイデアを出し合い、一つひとつ実現させながら、生活クラブでんきならではの再生エネをつくっていきましょう！

生活クラブ神奈川 理事長 篠崎 みさ子

切り替え
生活クラブでんきにスイッチングして、
おじらかわ小水力発電開発を支えませんか？

問合せ
☎ 0120-112-075
月～金 9:30～17:30

生活クラブでんきについて詳しくはこちら▶

オリジナルチーズ
開発プロジェクト
進行中！

いのちを育む牛乳を まるごと食べよう！

生活クラブのチーズ 生乳100%

生活クラブの牛乳は、酪農生産者との共同出資で設立した自前の牛乳工場で、厳しい乳質管理のもとつくられる自慢の消費材です。しかし近年、牛乳の利用は減少しています。飼料(エサ)価格高騰や酪農生産者の高齢化もあり、このままでは近い将来、大切な牛乳が飲めなくなってしまうかもしれません。

牛乳・乳製品の生産者

新生酪農(株)がつくるチーズ



Cheese

那須でつくったゴーダチーズ

(125g)

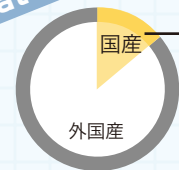
まるやかでクセがなく、サンドイッチの具材やサラダに。加熱で溶けて風味が増すので、ピザやグラタンにも万能に使えます。



これがゴイッ

原料は、提携生産者の生乳100% と 沖縄の塩「シマムス」だけ！

Data



チーズ総消費量に占める
国産の割合14.1%
国産チーズを選ぼう！

現在、国内のチーズ消費は増加傾向にありますが、そのほとんどが輸入チーズです。輸入品は価格の乱高下や品不足が頻発し、安定的な供給ができるとは言えません。

日本の食と酪農を支えるためには、国産チーズが安定的に生産され消費されるサイクルをつくる必要があります。

サイクルを回すためには、生産者がつくり続け、消費者が食べ続けることを、お互いが約束していくことが大切です。

チーズの原料の「生乳」って？

その1 健康な牛

生乳は牛が子どもを育てるために出してくれる恵の食べ物。「健康な牛から良質な生乳ができる」という考えのもと、牛に優しい育て方を重視しています。

- ◆ ストレスを減らすゆったりとした開放的な牛舎
- ◆ 遺伝子組み換えや収穫後に農薬を使わない安心な飼料(エサ)
- ◆ 1日2回、タオルで乳房をきれいに拭き、牛の状態をチェックして搾乳

その2 パスチャライズド殺菌

生乳の風味・栄養を損なわない殺菌方法である、72度15秒間のパスチャライズド殺菌で処理。最低限の過熱ですむのは、生産者が衛生管理を徹底するなど牛と真摯に向き合っているおかげです。



このコーナーでは、生活クラブ神奈川が取り組む活動を紹介しています

活動情報

報告

地域とつくる「生活クラブの学校」
子どもの多様な学びを
考えるフォーラム

2022年
3月25日

プロジェクトについて
詳しくはこちら



基調講演を行った前川さん

フォーラムの基調講演では現代教育行政研究会代表・元文部科学省事務次官／前川喜平さんから、今の学校行政を取り巻く課題と教育機会確保法※制定の背景について、またフリースクールなど多様な学び場の必要性と課題について話していただきました。

2021年で創立50周年を迎えた、生活クラブ神奈川。その記念事業の一つとして「生活クラブの学校づくり」が構想され、2021年4月に生活クラブ神奈川理事会のもと「子どもの多様な学びを考える調査チーム」が立ち上がりました。

チームでは調査・検討をすすめ、各地のフリースクール・学校見学などを行なってきました。そこで得られた気づきをもとに「生活クラブがつくる多様な学び場づくり構想」をまとめ、2022年3月25日にフォーラムを開催。オンラインも含めて73名が参加し、この構想をおおげいで考える機会となりました。

いま地域のなかでは、そこに暮らすおおげいの市民が関わり、子ども一人ひとりの個性・人権が尊重され生きる力を育む「多様な学びの場」が求められています。2022年度は、生活クラブ神奈川理事会のもと「多様な学びの場づくり実施検討プロジェクト」を組合員の参加で行い、学び場づくりに向けて具体的に検討をすすめていきます。

※正式名称「義務教育の段階における普通教育に相当する教育の機会の確保等に関する法律」



チームメンバーから構想を発表

報告

みんなで目指す2030目標

生活クラブ神奈川SDGs宣言

2022年6月、生活クラブ神奈川ではサステイナブル(持続可能)な未来を子どもたちに残すため、2030年に向けた目標を「生活クラブ神奈川SDGs宣言」としてまとめました。

生活クラブ神奈川でこれまで取り組んできた活動を基軸に、「食・農・環境・福祉・働く・学び(教育)」という主要テーマに対してそれぞれ具体的な目標を設定、より積極的なアクションに繋がっていきます。

いま世界を脅かしている感染症・紛争・地球過熱化などを他人事として捉えるのではなく、私たち自身の事として捉え、日々の暮らしや消費を通じてサステイナブルな環境と社会の実現を目指します。具体的な目標値は、生活クラブ神奈川ホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。

宣言の内容を
パンフレットにまとめました。

生活クラブ神奈川
SDGs宣言

人・地域・自然がつながりあうことで、協同の価値が根をはる地域社会へと変革をすすめる。すべてのひとが人間らしく生きられる豊かで持続可能な社会を次世代へ手渡します



生活クラブ 神奈川

詳しくは HP へ

生活クラブ神奈川
SDGs宣言





ちょっとお願い！ エコロプラス

エコロ共済に100円/月をプラスして参加できる、エコロプラス。地域のコーディネーターが、あなたの「ちょっとお願い！」に応えるサポーターにつながります。そんな仕組みを覗いてみましょう！

※利用条件あり

今回は シニア世代の利用者編 です

利用者

コーディネーター
Wさん

サポーター
Uさん

またそろそろお庭の
草むしりをお願い
できないかしら？

今回もUさんに
お願いして
みましょうか。

はい、行きます！
お庭の花に癒されて、
毎回伺うのが楽しみ
なんです♪

湘南生活クラブ
城下町 commons
和田 美恵子さん

エコロプラスを知ったきっかけを教えてください

エコロプラスが始まったころ、チラシを見て「100円でお互いに助け合うっていいな」とすぐに参加しました。長い間利用していませんでしたが、ある時ふと「草むしりとかお願いできるのかしら」と電話して、みなさんに来ていただくようになりました。年間20時間までという制限はありますが、ほんのちょっとの手助けがありがたいです。

エコロプラスの良さは、どんなところだと思いますか？

もともとお庭を通じて「お花が咲いたの」「三つ葉が食べごろよ」など声をかけると、お友だちが来てくれていました。エコロプラスでお手伝いをお願いするようになってその輪がさらに広がり、前々からやりたかった「生活と自治を読む会」も始まりました。みなさんが来てくださることで、私の暮らしがとても豊かな時間になっています。



作業が終わるとお庭の一角で火をおこして
お茶の時間に。お手伝いに来た方と話
が弾みます。



エコロプラスに興味がある方は…

問合せ

ユニオン共済事務局

☎0120-311-543(月～金・祝 9:00～17:00)

利用条件など、
しくみの詳細は
HPへ



私と生活クラブ



横浜みなみ生活クラブ
ほんもくデポー

柴田 優美さん
2015年2月加入

生活クラブに加入して、 暮らしに変化はありましたか？

R(リユース)びん利用で地球に負担がかかりづらい暮らしが見える形でできる、などがありますが、一番は幅広い世代の知り合いができたことです。生活クラブで知り合った方は価値観が似ていて、すぐに仲良くなれます。エコロプラスにも加入し、幼稚園の送り迎えなど組合員同士で助け合っています。



お子さんの菜奈ちゃん、
侑理奈ちゃん、脩社くん
と近くの公園で♪消費
材の牛乳のファンだそう！

くらしに役立つ生活クラブの情報をお届けします♪

生活クラブライフを 楽しもう♪

バイオサポ 情報

レシピといっしょに「バイオサポ」関連情報
(栄養素など)を紹介します♪

*バイオサポ:生命を意味する
「BIO」と「美を」をかけ、生命力にあふれた
健康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

バイオサポレシピサイトへ



トマトのさわやか夏カレー

フライパンを使って
15分で完成!



材料(4人分)

トマト ……1個
オクラ ……8本
オリーブオイル ……大さじ1
すりおろしにんにく・根生姜
……………各小さじ1/2
豚肉切り落とし ……200g
トマトケチャップ ……大さじ3
コクと甘みのカレールー(甘口)
……………2かけ
温かいご飯 ……適量
★水 ……150ml
★トマトジュース ……1本(190g)

作り方

- ① トマトは大きめの乱切りにする。オクラはガクの部分を取り除く。
- ② 鍋にオリーブオイル・にんにく・生姜を入れて熱し、豚肉を加えて炒める。豚肉に火が通ったらトマトを入れて軽く炒め、★①のオクラを加えてふたをする。
- ③ 煮立ったら火を止め、ケチャップ・ルーを加えて溶かす。ルーが溶けたらとろみがつくまで3分ほど煮込み、ご飯とともに器に盛る。

マイルド風味のチリコンカン

ソースとして
アレンジ料理
にも♪



作り方

- ① 玉ねぎと人参はみじん切りにする。
- ② フライパンに油を熱して①を炒め、牛ひき肉を加えて炒め合わせる。
- ③ 豆まめミックス・洋風だし顆粒・トマトジュース・トマトケチャップを加えて煮立て、弱めの中火で時々混ぜながら約15分、水分が少なくなるまで煮込む。お好みでウスターソースを加えても♪

材料(4人分)
玉ねぎ ……大1個
人参 ……1本
油 ……大さじ1
牛ひき肉 ……250g
北海道豆まめミックス ……1袋
洋風だし顆粒 ……1袋(8g)
トマトジュース ……3缶(190gx3)
トマトケチャップ ……大さじ2

トマトの加工品には リコペン がたっぷり!



果実や野菜の赤い色素「リコペ(ピ)ン」。抗酸化作用があり、肌の健康保持や老化抑制、さまざまな疾患のリスクを軽減すると言われています。トマトは生食用より加工用がリコペンを多く含みます。また加熱加工時に、リコペンが体内で吸収されやすい構造に変化! ケチャップやジュースも活用して栄養を摂りましょう。



制作の流れ

制作チーム会議
(企画・シナリオ作成)

制作会社
打ち合わせ

出演者依頼
打ち合わせ

撮影

編集

言葉はとても便利なものですが、多くのことを一括りにし、その内容を曖昧にする側面があります。『介護』と一言でいっても、その内容は多岐に渡り、様々な人が様々なカタチで関わっている。そんな当たり前のことを改めて思い出させていただきました。

今回動画の中でお話をいただいた皆さんは、個々のライフスタイルに沿ってそれぞれのスピード感で、自分らしい働き方を着実に叶えているように感じました。スタッフも利用者も安心して生活に取り組める『環境』がある。生活リハビリクラブの素晴らしさはそこにあるのだと思います。



主人公ナレーション
湘南生活クラブ/鎌倉デポー
小松 あかり さん



地域社会を支えるのは ワーカーズの“輝く笑顔”



生活リハビリクラブで働く ワーカーズ募集動画を公開!

メイキングを
紹介します!

誰もが自分らしく安心して暮らせるまちづくりを目指す、生活クラブの福祉事業「生活リハビリクラブ」。地域での人と人との“たすけあい”を大切に、これまで事業を展開してきました。

そんな生活リハビリクラブではこの春、事業紹介や働くワーカーズの想いをまとめた動画を制作しました! ワーカーズと利用者さんの笑顔で溢れる生活リハビリクラブで、一緒に働きませんか? まずはぜひ動画をご視聴ください!

動画は
YouTubeで公開中!
もしくは

生活リハビリクラブ 検索



動画制作チーム座長より

動画の見どころ

いま、介護職不足が社会的な問題になっています。生活リハビリクラブも例外ではなく、人手不足は大きな課題です。仕事を探している人は沢山いるはずなのに、チラシの反応もひとつ。どうしてなんだろう?

推測すると、介護職は、キツイ・暗いイメージを持たれているのではないかと。事務やコンビニの仕事内容は見た事がある。でも介護の仕事は室内がほとんどなので見えづらく、一歩踏み出すには不安があるのではないかと……。そこで、生活リハビリクラブでは、どんな仕事をどんな人が、どのような気持ちを

持って働いているのかを知って欲しいと動画制作を提案しました。

動画中では、デイサービス・訪問ヘルパー・ケアマネジャー・小規模多機能と、各事業の説明とやりがいを伝えています。未経験・無資格の方でも働け、どんどんスキルアップしていける仕事であること、そして生活リハビリクラブで働く事が「安心して暮らせるまちづくり」につながる事も、動画で伝えたいポイントです。

生活リハビリクラブ委託W.Co協議会
平野 ひろみ (W.Coメロディー理事長)

生活リハビリクラブ
に出会う



主人公



生活リハビリクラブを
紹介します!

出演

生活リハビリクラブ葉山・小規模多機能型居宅介護
浜田 沙耶 さん

動画制作への参加は緊張しましたが、貴重な体験ができました。また娘と親子で参加できたのは良い思い出となりました。

生活リハビリクラブは、子育てをしながら働けるのが一番のアピールポイントです。幅広い年齢層のワーカーズがいるので、お互いに助け合いながら働いています。ワーカーズ同士で仕事についての話だけでなく子育ての情報交換などもでき、公私ともに充実した生活を送れています。

問い合わせ たすけあいネットワーク事業部 ☎ 045-472-8101 (月~金・祝 9:00 ~ 17:00)

みんなで力を合わせて、地域の未来と一緒に創っています!!

福祉・たすけあい
活動情報

まずは8月~9月に横浜エリアから講座を開催し、順次、川崎エリア(10月~11月)、県央エリア(12月~2023年1月)、湘南エリア(2023年2月~3月)で開催していきます。詳しくは、今後のチラシなどでお知らせします。

問い合わせ

全員参加による
地域未来創造機構
事務局/担当:片山
TEL 045-534-7131 FAX 045-534-7151
Mail minnano@miraikikou.org

●メインは講座・研修事業で、その柱は左記の2本です。

●地域を豊かにするために活動する市民基礎講座
(たすけあいコミュニティ・ワーカーズ養成講座)

●地域を豊かにする活動を推進するリーダー講座
(コミュニティ・コーディネーター養成講座)

全員参加による
地域未来創造機構

2022年4月11日に生活クラブを含む14団体から50名の参加オンライン(含む)をもって、「全員参加による地域未来創造機構」(以下、「未来機構」)が設立されました。未来機構はその名の通り「みんなで力を合わせて、地域の未来を一緒に創っていく」ための様々な機能を持っています。

生活リハビリクラブとは

生活クラブの福祉事業である生活リハビリクラブは、1987年に日本の生協として初めて、独自事業でデイサービスを始めた取り組みです。「自分や家族が受けたい福祉を作りたい」「住み慣れた家やまちで安心して暮らし続けたい」という組合員の想いから、消費材と同じように組合員自身が作ってきました。

現在は神奈川県内6ヶ所で地域ごとに、組合員から生まれた事業運営を担うW.Coと、その地域で暮らす組合員が協力し、意見交換しながら運営しています。両者の協力が、地域と組合員が必要とする福祉を生み出してきました。

生活リハビリクラブでは日々の生活動作すべてがリハビリになるという「生活リハビリ」の考えのもと、「生きる意欲を活かす支援」を目指しています。利用者のこれまでの暮らしや気持ちを尊重しながら、在宅福祉を支える地域の拠点として総合的な支援をすすめていきます。

生活リハビリクラブ一覧

●生活リハビリクラブ麻生 川崎市麻生区東百合丘3-17-4 通所 訪問 居宅 小多機 障害者支援	●生活リハビリクラブ鴨居 横浜市緑区鴨居町2430-1 通所 訪問 居宅
●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 通所	●生活リハビリクラブ幸 川崎市幸区南幸町2-4-2 ビクセル川崎101 通所 訪問 居宅 障害者支援
●生活リハビリクラブ茅ヶ崎 茅ヶ崎市茅ヶ崎234-1 通所 訪問 居宅 障害者支援	●生活リハビリクラブ葉山 三浦郡葉山町長柄1275-1 通所 訪問 居宅 小多機 障害者支援

開催報告

プラスチックごみ削減フォーラム @オンライン / 173名参加

2022 3/31

生活 クラブ

プラスチックごみ削減に 向けての提言

3R(リデュース・リユース・リサイクル)を基本に、消費材の包装の簡素化などプラスチック使用を減らしてきた生活クラブ。グリーンシステムなどにも取り組み、ごみを出さない暮らしを提案してきましたが、近頃「消費材の包装にプラスチックが増えてきている」との声が聞かれるようになりました。

そこで生活クラブ神奈川環境・平和委員会では、消費材から出るプラごみ調査を実施し、その結果を踏まえて「生活クラブプラスチックごみ削減に向けての提言」をまとめました。

これまでの生活クラブの

取り組み

- 包材の簡素化
- グリーンシステム(Rびん)の普及
- 牛乳キャップ・ピッキング袋・カタログの回収

成果

- グリーンシステムは2020年度、2,733t / 東京ドーム1.2個分のCO₂削減効果あり

課題

- さらなるプラスチック包材の削減
- 自主回収認定を受けている500ml・900mlびんの回収率目標80%が達成できていない

80%以下だと、現在国から免除されているリサイクル費用が発生してしまいます!

提言

◆ グリーンシステムへの参加を広げる

グリーンシステムについて詳しくはHPへ

◆ 消費材の包材のプラスチック削減をすすめる

3月からプラ削減対応を始めた消費材にはカタログなどにマークがつくことになりました。

◆ 量り売りの推進

つなしまデポー・ちがさきデポーで、7月から液体せっけん類の量り売り実験取り組みを行います。



まずはここから始めよう!

ピッキング袋回収 キャンペーン

生活クラブ神奈川
独自企画
(配送限定)

2022/9/5~12/3

参加でプレゼントがもらえるかも!
詳しくは8月配布のチラシや
ホームページをご覧ください



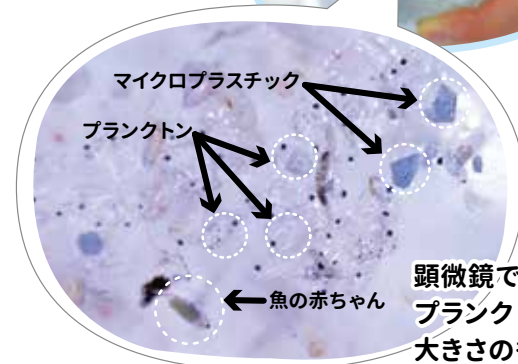
海上で採取された

マイクロプラスチック



何も無いように
見える海面を
網ですくうと……

マイクロプラスチックが
たくさん!



顕微鏡で見ると、
プランクトンほどの
大きさのものも

武本さんと交流のある

せやろがいおじさんYouTube

せやろがいおじさんが
「今、地球がどうなっているか
知らない人たち」に一言!

環境問題をわかりやすく解説しています。
フォーラム当日の反響が
大きかった動画を、
ぜひご覧ください♪



動画はこちら



「プラじゃない方」を選びませんか?

生活クラブ神奈川環境・平和委員会*1では、グリーンシステム*2参加呼びかけや生活クラブでんきスイッチング(切り替え)キャンペーンなどを通じて、CO₂排出削減活動を推進してきました。また2021年度末には「生活クラブプラスチックごみ削減に向けての提言」を策定し、おおぜいの人にメッセージを届けたいとフォーラムを開催しました。

当日は基調講演を、活動を通して出会った環境活動家・プロダイバーの武本匡弘さんとお笑い芸人・Youtuberの「せやろがいおじさん」こと榎森耕助さん(当日は動画でのご出演)にお願いし、参加者から大きな反響がありました。最後に提言の発表と2022年度に向けての活動アピールを行いました。

*1:生活クラブ神奈川の環境・平和活動を推進する専門委員会。 *2:びんを回収・洗浄してリユース(再利用)、プラスチック類(配達のピッキング袋や牛乳キャップ)をリサイクルする仕組み。ごみを減らして環境負荷を低減しています。

タイトルのこの一言から、武本さんのお話は始まりました。見せていただいたのは、サンゴが白化してしまっただけの写真。「日本海域のサンゴは2024年には絶滅の危機にある」など、もう目前まで迫っています。私たちに見えていないところで、地球環境は絶望的なほど危機的な状態を迎えているのです。

気候危機の一番の原因はCO₂排出です。実はプラスチックは、製造工程からリサイクル工程、海上で劣化していくときにも大量にCO₂を排出しています。気候危機もプラスチック汚染も問題と同じです。またどちらも私たちの「暮らし」に原因があり、それらの被害は「将来世代へのつげ」になるのも同じです。



白化前のサンゴ



白化したサンゴ

2021年沖縄で武本さんが見た、白化したサンゴ。ガレキのように死滅しています。

写真提供:武本 匡弘

気候危機も
プラスチック汚染も
問題は同じ

武本 匡弘さん 講演レポート



環境活動家・プロダイバー。1985年に「パパラギダイビングスクール」を設立、日本屈指のダイビングスクールに成長させる。プロダイバーとして海と深く関わるなかでその急激な環境悪化を目の当たりにし、「NPO法人 気候危機対策ネットワーク」の代表として気候危機や環境破壊について共に考える場を設けている。

まずは
「ベター」に
チャレンジしよう!

では、そんな私たちはなにができるのでしょうか? 武本さんからは、「使い捨てをやめる・電気を再生可能エネルギーに変える・肉の過食を見直す」という3つの提案をいただきました。どれも大事なことは、ベストよりもベターを選ぶこと。まず変えてみて「あつなだ、やってみたらこつちの方がいいね」と実感できることもきっとあります。

「絶望的な現実を知り、明るい未来のために行動をする生活者が、社会を変える。生活クラブのような組織で、みんな力を合わせて行動することがますます大きな意味を持つ」というお言葉に、勇気と希望をいただいた講演でした。

かわさき生活クラブ 福本良子

アソシエの

新しい講座を紹介します

「自分の持っている技術を何かの役に立てたい!」と、2022年度は7名の新たな仲間が講師になりました。
あなたにぴったりの講座があるはず! 地域での人と人とのつながりづくりや、癒しのひと時にぜひご活用ください!

生活クラブの組合員活動なら、エッコー講座(講師料補助あり)が使えます

講師一覧・講座の詳細はこちら

地区センター・幼稚園・学校などでの出張講座や実参加・オンライン、いずれもOK



New! 講座タイトル

- ★ 野菜や果物でつくる「のこり染め(食育アートプログラム)」
- ★ ゆるっとふわっとおむつなし育児
- ★ ママこそ家族のヘルスケアマスター
- ★ EQ(感情知性)ストレスマネジメント
- ★ パパ・ママタイプ別仕事と育児の両立
- ★ 台所から考える気候危機
- ★ 環境問題「これって何だろう」
- ★ 笑う発酵×腸活〇〇レッスン!

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

カルチャースクール・アクト

検索

入会金
不要

おすすめ 特別講座

教室 記載のない講座は
オルタ館カルチャースクール・アクトは
講師募集中!

姿勢バランス改善

脳・神経系にアプローチする方法を用いてカラダを整える。
8/10(水) 13:30～15:00 2,500円

夏休み 腹話術にチャレンジ!(オンライン)

人形は
なくてもOK

基本の声の出し方、滑舌を良くする方法、人形の動かし方など。
小学4年生～大人 8/18(木) 10:00～11:30 3,000円/1回

骨ナビ健康法

自分の身体のクセを取り、動きやすく
疲れにくい身体づくりをする。

8/24、9/28(水) 13:30～15:30 2,500円/1回

十四経絡体操と緊張をほぐすツボ回旋法

背骨周り、胸・腹部をほぐして全身の緊張をゆるめる。
8/29(月) 9:30～12:30(最初と最後の30分は脈診)
3,500円 〆600円(初回) 2回目以降必要時購入

はじめての香道

新古今集・源頼政の歌「澄清香」を楽しむ。
9/8(木) or 9/24(土) 13:30～15:30 4,000円/〆込

修験者に教わる心と身体の使い方

レジリエンス(ストレスを受けた時の精神的な回復力、復元力)を心と身体の両面から高める。
9/14(水) 14:00～16:00 3,500円

おもてなし茶の湯

お茶のたしなみをテーブル席で学ぶ。
9/22(木) 13:30～15:30 3,500円/〆込

中秋月餅と手作り焼売

ドライフルーツたっぷりの小豆餡具材の月餅と皮から作る焼売。
9/25(日) or 9/29(木) 12:00～15:30
7,000円/お土産付 講師自宅(荏田南) 駐車場あり。

もっと気軽に日本舞踊

日本の伝統文化を気軽に体験。
日時相談 個人レッスン(子ども連れ可) 3,500円/40分
親子受講歓迎。4,000円/親子/40分 対象3歳以上～

※各講座とも講座維持費200円/月が必要です。日程が変更になることがあります。

詳しくはこちら→



オルタ館

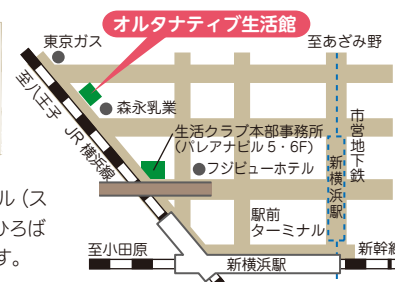
インフォメーション

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。

新型コロナの感染状況によっては、企画を中止する場合があります。詳細はお問い合わせください。

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)
新横浜駅 下車徒歩7分

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。



オルタスクエア 検索
TEL 045-476-1105・FAX 045-476-1106

夏の暑い日差しも防ぐ
インナーサッシ

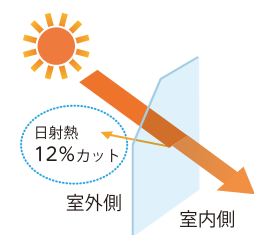
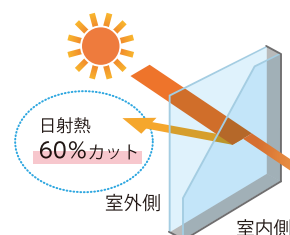
住宅の暑さ対策として、換気棟設置・断熱セラミック塗料・ルーバー式面格子などがありますが、インナーサッシもお薦めです。

今ある窓ガラスが1枚(単板)だとすると、日射熱は12%カットされています。これに、例えばLow-E複層ガラス(グリーン)の内窓(日射熱60%カット)を組み合わせると、相乗効果で約65%の日射熱カット。体感も全然違います。もちろん、冬は寒さ対策に大きく貢献します。ぜひお問い合わせください。

ガラスの種類ごとの日射熱遮蔽率

Low-E複層ガラス グリーン(高遮熱型)

単板ガラス



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

初心者歓迎! やさしい太極拳

夏バテ解消!

太極拳を始めよう!



世界大会優勝経験のある実力派講師が、分かりやすく教えます。

気を巡らせ、意識して動くことで自然に元気が湧いてきます。夏バテを解消し、爽やかに秋を迎えましょう。

講師:佐渡 正城先生

太極拳世界大会・全国大会優勝/独自太極道指導者/プリンセス天坊ファミリー

参加方法 会場(オルタ館)または Zoom

日時 8/30(火) 会場▶10:30～11:45
Zoom▶13:30～14:45

定員 各15名 参加費 1,000円(税込)

メール申し込みはこちら

申込み切 8/13(土) 振込み切 8/20(土)

申込方法

下記の必要事項をご記入の上、メールでお申し込みください

①氏名 ②電話番号 ③参加方法(会場またはZoom)

✉ kenkou-station@anzu-kanpou.jp



理事会だより

●第11回定例理事会(5/2)●

報告承認事項(抜粋)

- 第51回通常総代会議案について承認した。
- デポーにおける店内BGM導入について承認した。
- 共同購入配食事業の検討に向けた組合員ニーズ調査の実施について承認した。

●第12回定例理事会(6/6)●

報告承認事項(抜粋)

- 第51回通常総代会議案について承認した。
- 2022年東日本大震災・復興まつり実施方針について承認した。
- 旭、港南、相模原センターにおける自家消費型太陽光発電の設置計画案について承認した。

編集後記

東日本大震災や気候危機を契機に生き方を変えた方に出会うことが増えました。安定した収入のある立場から有機農家に転身したり、再エネ発電事業に取り組み始めたり。決して平坦な道ではありませんが、止むに止まれぬ思いに駆られ、自分が求めるものに正直に生きる姿に未来への希望を感じます。特集でお会いした前田さんもその一人、生活クラブでんきを通じてエールを送り続けたい方です。(山紫)

デポー情報

夏休みもデポーに行こう!

県内22ヶ所の生活クラブのお店「デポー」では、夏休み期間中、班・個別配送の配達がない週も一部開所します。「消費材が足りない!」そんなときは近くのデポーへ!

※期間中、定休日や閉所期間がありますのでご注意ください



デポー一覧はこちら

●●●●● 8月夏休み期間の生活クラブ スケジュール ●●●●●

	8/14日	8/15月	8/16火	8/17水	8/18木	8/19金
デポー	閉所				OPEN	OPEN
班・個別配送		配達なし				

※8/14(日)～17(水)の閉所期間は、全デポー統一です
※8/18(木)以降は通常通りOPENします

地域でともに
活動しています!

パートナーシップ(PC)促進センター

自分らしく生き、互いにたすけあい、
心豊かに暮らせる社会を創る

PC促進センターは、「自分らしく生き、互いにたすけあい、心豊かに暮らせる社会を創る」という目的のもと、2005年に設立しました。組合員・業務委託W.Co*・職員が共に生活クラブを作っていく、マルチステークホルダー型の生協運営の推進を目指しています。

これまでに、業務委託W.Coが生協運営に参画する力を強めるために必要な研修をすめ、地域生協理事会に業務委託W.Coが参画する「ワーカーズ理事制」などのしくみを作ってきました。2015年からは、子育てしながら安心し

て働ける環境づくりとして「働く人の託児所」を稼働。自主保育の形をとり、ケア者は組合員です。コロナ禍では厳しい労働環境となったワーカーズを組合員が支えることができました。

PC促進センターではこれからも、マルチステークホルダー型協同組合の強みを具体的に発揮できるような政策作りに取り組んでいきます。
(前)運営委員長 桜井 薫



※デポー運営・消費材の配達・事務局業務・生活リハビリクラブ運営・共済事務・家事代行など、生活クラブの事業の一部を請け負う団体のこと。



神山さん

消費材に対する思いをお伝えするコーナーです。今回は肉牛生産をはじめ農畜産業を行う「栃木県開拓農業協同組合」(栃木県那須塩原市)の神山さんにお話を伺いました。

肉牛を育てるとともに 地域全体で持続可能な生産をめざす

かみやま まさゆき
栃木県開拓農業協同組合 農畜産部次長 神山 雅如さん



戦後入植者たちの 「開拓」精神が原点

栃木県開拓農業協同組合(以下、栃木県開拓農協)は、生活クラブの牛肉や野菜などの生産者です。そのルーツは戦後まもない1945年、食料増産をめざす国の開拓事業で栃木県内に入植者が入り、多くの「開拓農協」ができたことから始まります。

生活クラブとの提携は、1983年に消費材の豚肉を委託生産したところから。1989年に生活クラブの牛乳を生産する新生酪農(株)の栃木工場ができました。そのつながりで1994年、原料の生乳を搾る指定酪農家／那須常根酪農協同組合の乳牛の子牛を、栃木県開拓農協の肥育農家が肉牛として育てる「乳肉一貫生産」の取り組みを開始。かつては15〜16戸もの肥育農家がありましたが、現在は2戸で肉牛を育てています。

乳牛の子牛を肉用種にする 「乳肉一貫生産」

生乳を生産するには、ホルスタイン種の母牛が子牛を出産する必要があります。ただ、ホルスタイン種は体が大きく出産の負担が重いため、初産では体の小さな黒毛和種のオスを掛け合わせてその負担を軽減します。この時生まれた交雑種の子牛を「ほうきね牛」とし、オス・メスともに肉牛になります。2産目以降は同じホルスタイン種と掛け合わせ、オスが生まれた場合は肉牛の「栃木開拓牛」として育てます。

肥育にはそれぞれ、約2年もの年月が必要です。肥育農家は子牛が病気になるように、毎日牛舎を回って健康管理に努めます。手間ひまをかけて育てた「ほうきね牛」は、ほどよくサシの入ったやわらかい肉質が特徴。「栃木開拓牛」は赤身肉で、かめばかむほど旨みが出ます。

栃木県内の提携生産者と協力して 資源循環

2008年、生活クラブと栃木県内の提携生産者が連携し「まるごと栃木生活クラブ提携生産者協議会」が発足。農畜産業の分野で、地域内資源循環の取り組みが始まりました。たとえば畜産で出る排せつ物からつくった堆肥を、提携生産者の農家のもとで野菜やお米づくりなどに活かします。同様に、肉牛の飼料にも栃木県産の飼料用米を配合するなどして連携。2021年度は230トンの飼料用米を与えました。

また、2022年は試験的に飼料用トウモロコシを栽培しています。耕作放棄地も活用し、自給飼料を少しでも増やしていきたいです。

コロナ禍以前は肥育農家と一緒にデポーに行ったり、組合員が農場を訪れたりと交流をさかに行なっていました。生産する側にとっても、自分たちが育てた牛について食べる側に直接話せる大切な機会です。2021年はオンライン交流も実現しましたが、いずれまた実際の農場まで見に来てもらいたいです。

ほうきね牛・栃木開拓牛は、
デポーで取り組んでいます！



取り組み日程は各デポー HPに
掲載の「日程表」をご覧ください
←デポー一覧はこちら

生産者作成 YouTube 動画で
生産の様子をもっと知ろう！



動画はこちら

2022年4月1日

@川崎市麻生区

るーむら麻生が オープンしました！

1987年に日本の生協で初めてのデイサービスとして誕生した「生活リハビリクラブ麻生」、「百合丘地域包括支援センター」、共に地域福祉を作ってきた「NPO法人W.Coあいあい(食事・配食サービス)」、「NPO法人W.Coそよ風(移動サービス)」が移転し、「るーむら麻生」で新たなスタートを切りました！

「るーむら麻生」には、かわさき生活クラブの組合員活動・地域交流スペースを併設。地域の人が集まる拠点となることを目指していきます。

組織概要(神奈川)

組合員人数 86,025人(2022年5月末344人増) 5月度加入 922人、脱退 578人
世帯当り利用高 21,085円(2022年4月) 世帯当り出資金 131,528円(2022年4月)

information



移転に伴い、生活リハビリクラブ麻生では
小規模多機能型居宅介護をスタート！



天然木のフローリングが
気持ちいいと好評です♪

「るーむら」って??

- お年寄りがいつもい「る村」
- 子どもたちがいつもい「る村」
- 自然と共存してい「る村」
- 笑顔が沢山あ「る村」

にしていきたいという願いが
込められています。

ちょこっとQの答え▶ 長野県松本市。安曇地区・奈川地区に位置し、大手電力会社の水力発電所もあるほど水に恵まれた、山あいの地域です。※「おおじらかわ小水力発電所」に関する記事は2〜4ページに記載

