

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)

隔月発行
2023

5.6月号 Vol.169

えぽ

ちよこつと ^{クイズ} Q

生活クラブ自慢のパスチャライズド牛乳。製造するときの殺菌温度と加熱時間は？
→ヒントは3ページ

特集

「私たちの牛乳」を未来の子どもたちへ

生活クラブのパスチャライズド牛乳

さがみ生活クラブ/相武台デポー

左:山本 真緒さん 中央:加藤 憲子さん 右:今井 真鈴さん
撮影:Photostudio-Home 葛谷 舞子 場所:組合員の自宅にて

▶加藤さんが考えた牛乳レシピは8ページへ

生活クラブの「私たちの牛乳」を子どもたちへ パステライズド牛乳



生活クラブの代表的な消費材、パステライズド牛乳。生乳本来の味わいを楽しめる自慢の消費材ですが、いまこの牛乳を取り巻く状況が変わってきています。今回は私たちの牛乳の特徴と、いま直面している危機を徹底解剖します。

欲しいものは 自分たちの手で

社会に声を上げられる市民の組織をつくらうと、1965年に東京で誕生した生活クラブ。みんなで買うことで「安く」牛乳を手に入れることから始めましたが、次第に組合員は市場で流通する牛乳の品質に疑問を感じ始めます。当時、「牛乳」という製品名で販売されているものには、脱脂粉乳やクリームを入れたり、乳脂肪を加えたりした加工乳まで含まれていたのです。

生活クラブは本物の牛乳を求めて乳業メーカーにかけあいますが、成分無調整などの酪農家が搾ったものか特定が可能な、安心できる牛乳の取り組みは難しいものでした。

「それなら私たちが、私たちの欲しい牛乳をつくらう」と、思いを一つにした組合員と賛同した千葉県の酪農家が設立したのが、牛乳の生産者／新生酪農株式会社とその牛乳工場です。日本の生協では唯一の取り組みで、現在は栃木県・長野県にも工場があります。

生産者とつくって来た私たちの牛乳

（こつして生まれた新生酪農（株）はまさに「組合員のための牛乳工場」で、組合員の意見をもとに変えていくことができます。これまで、パステライズド牛乳の取り組み（殺菌条件の変更）・びん容器の導入など、生産者と共により誇れる牛乳にしてきました。近年は生乳を余すところなく活用するため、加工品の開発に力を入れています。

いいところ③

72℃・15秒間の殺菌

72℃・15秒間(高温短時間殺菌／パステライゼーション)の最低限の加熱で、病原菌を確実に死滅させています。原料となる生乳の生菌数が少なく、生乳の質がいい状態でないと、この方法はとれません。

一般の牛乳

120～130℃・2～3秒間の加熱(超高温瞬間殺菌／UHT)。原料の生乳の品質は問いません。生菌数が多くても、ほぼ100%の菌が死滅し安全に飲むことができます。

だからパステライズド牛乳なんだね



栄養価

体の免疫に関わる、熱に弱い水溶性タンパク質の損失を最小限に抑え、本来の働きが残っています。

一般の牛乳

熱に弱い水溶性タンパク質は熱変性し、その効力が失われてしまいます。

風味

さらっとしてほんのり甘みのある、生乳本来の風味

一般の牛乳

熱変性して「焦げ臭」が発生

新生酪農株式会社 岩瀬 尚哉さん

生乳は加熱によって物理的・化学的变化が生じ、風味が変わることが前提にあります。ミルクは子牛を育てるための栄養と機能が備わった食べもので、安全のために仕方なく加熱殺菌する、という考え方なのです。一般で流通している超高温殺菌の牛乳は、常温で長期間保存するための殺菌方法です。紙パックは菌が増殖しやすいので、日本では冷蔵していますが、海外では滅菌後に缶詰に入れて販売しています。新鮮で良質な牛乳をみんな飲みたいはずなのに、超高温殺菌してしまうのは、もったいないと思いませんか？

いいところ④

生産者と協議

牛乳の安売りを集客の目玉にしている光景を、まちで見かけませんか？ 小売りの力が強すぎて乳業メーカーは値上げができず、結果的に酪農家にしわ寄せがいく構造になっています。

一方、生活クラブでは生産コストに見合った「適正価格」で供給できるように、生産者と協議して決める「牛乳事業推進費」※を、地域で統一の生乳の価格「乳価」にプラスしています。

生活クラブの牛乳には、生産者と直接対話し、協議できる場が整っています。

※牛乳事業推進費
パステライズド牛乳向けに生乳の乳質管理や、遺伝子組み換えの混入を防ぐために分別される飼料にかかるコストを基に決定します。組合員の牛乳利用が安定してあることが前提の設定です。

生活クラブの牛乳は、価格の中身まで分かるんだ



牛乳 900ml
通常価格 284円 (税込)

<内訳>

- 原乳原価 134.47円
- 製造費 45.28円
- びん・キャップ 6.25円
- 生活クラブの配達などの費用 77円
- 消費税 21円

2023年3月現在

乳価(地域統一価格)と牛乳事業推進費(生活クラブでのプラス分)※が含まれています。

パステライズド牛乳のいいところ

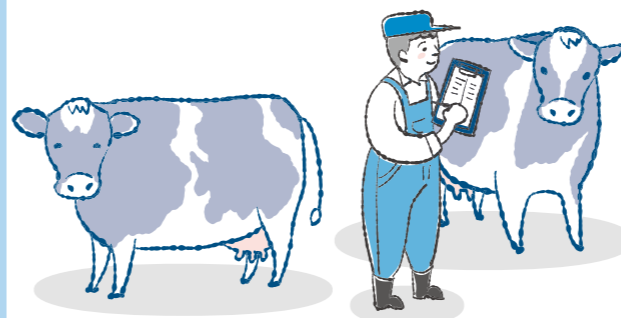


容器はリユースびん。冷蔵庫の匂いや容器自体の匂いが牛乳に移ることがありません。また、洗って繰り返し使えて、環境にも優しい容器です。

いいところ②

情報開示

酪農家が飼育しているすべての牛、約3,000頭の個体管理をしており、酪農家はその情報を開示しています。手元に届いた牛乳が、どの酪農家の元で搾られたものなのか遡ることができます。



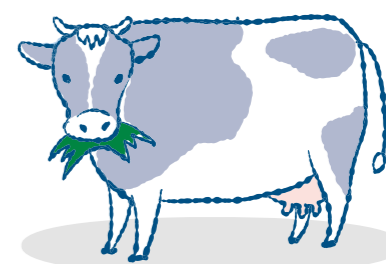
一般の牛乳

工場に生乳が入ってからの管理がほとんどで、どの酪農家が搾ったものかわかりません。

いいところ①

飼料(えさ)

牛の口は人の口。遺伝子組み換えの混入を防ぐために分別されたトウモロコシ・大豆かすや、収穫後に農薬が使われていない飼料を牛に与えています。一部には国産飼料の取り組みも。



一般の牛乳

どうやって作られた飼料かは不明確なことが多いです。安い飼料でコストを下げるのが最優先。



しかし!

こんなに誇れる私たちの牛乳がいま、かつてないほどの危機に直面しています。

私たちができること

生活クラブだからこそ、組合員だからこそ、酪農家と対話し直接応援することができます！



1 飲もう！

2023年4月から「牛乳応援基金」が始まりました。



対象の牛乳に一律2円をプラスして集め、提携の酪農家(千葉県・栃木県・長野県)へ届けます。

対象：牛乳200ml×2、牛乳900ml、ノンホモ牛乳900ml、低脂肪牛乳1000ml、パスタライズド牛乳500ml紙パック(デポーのみ)

2 食べよう！

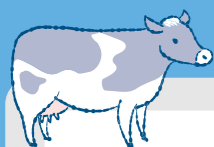
牛乳が苦手な人は、チーズやヨーグルトなど乳製品を食べましょう！



3 知ろう！

生産者のこだわりや今の現状を知って、家族・友人と話題にしたり、SNSで発信しましょう！
問題に感じる人やパスタライズド牛乳のファンを増やし、行動することが、酪農家の力になります。

動画で知ろう！
生産者の思い



乳牛は、産まれてから約2年の年月をかけて乳を搾れるようになります。酪農家が廃業し乳牛がいなくなると、「またあの牛乳が欲しい」と思っても再開にはとてつもない時間がかかります。私たち組合員が生産者と共につくってきたパスタライズド牛乳を絶やさず、未来に繋いでいきましょう。



酪農家のいま

生産コストの高騰

ロシアのウクライナ侵攻・気候危機・円安などの影響で飼料価格や燃料費が世界的に暴騰。輸入飼料はお金を出してもなかなか手に入らない状態になっています。

牛乳の需要が減少

コロナ禍で乳製品の需要が減少し、余った生乳を脱脂粉乳やバターに加工したものの、脱脂粉乳の在庫が過去最高になっています。

子牛価格の下落

人間と同じで、出産することで母牛は乳を搾れるようになります。産まれた子牛が雄の場合は肉牛として売りに出し、酪農家の経営を支えていましたが、子牛を買う肉牛生産者が飼料高騰で苦境に陥り、子牛価格が暴落しました。

体が弱い子牛は 100～200 円/頭で売られたり、そもそも値段がつかないケースも



年々牛乳の消費が減少している中、新型コロナウイルス感染症拡大やロシアのウクライナ侵攻により、酪農家は危機的な状況に陥っています。

この危機を打開するための一つの策が、「乳価」の値上げや「牛乳事業推進費」の調整ですが、それだけでは追いつかなくなっています。

酪農家の声

那須帯根酪農業協同組合

専務理事 印南 智久さん

全国の酪農家の廃業率が上がり、みなさんが牛乳を飲みたくても飲めなくなるのではと危惧しています。スーパーをはじめとした小売りの力が強すぎて、乳業界は値上げもできません。酪農家ができる努力はほぼないと言っても過言ではないと感じています。



組合長 伊藤 昭光さん

組合の酪農家のうち、半分は赤字の状況です。設備投資のリースが返せず、返すために借金をする人もいます。未だかつてない危機です。



酪農家 渡辺 秀則さん

現在の経営状況は、生活費を考えると赤字です。ちょうど設備投資をしようと考えていたところでしたが、実現できるのはいつになるか先が見えない状況です。



自慢の牛乳が飲めなくなる？



牛乳がなくなってしまうと、シチュー、ケーキ、パン、粉ミルクなどもなくなってしまいます。また、地域での雇用、糞からできるたい肥の活用、牧草地の活用など、酪農がなくなると農業界だけでなく私たちの暮らしに大きな影響が出てしまいます。



「キララ賞」は、県内でオルタナティブな活動（環境・文化・福祉・国際交流など）を行う若者を応援することを目的に、1991年に創設されました。毎年受賞者2組を選考し、キララ賞と副賞50万円を贈呈しています。

今回の受賞者2組は、組合員からの推薦が応募のきっかけとなりました。受賞した「SHO Farm」は贈呈式で、自然と共生する不耕起栽培とジェンダーレスな農業の取り組みを発表し、社会課題への問題提起を行いました。小学生のための居場所づくりを行う「一般社団法人かけはし」は残念ながら欠席となりました。2組ともに受賞の感謝と活動について熱意のこもったメッセージをいただき、会場は感動の渦に包まれました。

後半には過去の受賞者や、受賞者と連携して活動する組合員を交えたパネルディスカッションを実施。「若者がほっとできる地域づくり」をテーマに、それぞれの立場や住んでいる地域で、若者が気軽に相談や自己表現ができて、のびのびと暮らせるようになるために何ができるのか意見交換を行いました。「自分を大切にしているか」の問いには「仲間と活動していることが自分の大切な部分」と答えられ、継続して活動している受賞者の今の思いを聞くことができました。



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



2022年度受賞
SHO Farm代表/仲野 晶子さん



2019年度受賞者/スタジオ◎きのこのダンスから贈呈式はスタート

2023年度 キララ賞 エントリー受付中!

8/31 まで

あなたの周りにキラリと輝く若者はいませんか? ぜひ推薦してください!

ワーカーズ・組合員・職員の連携で、サステイナブルな地域社会を創る

パートナーシップ促進センター

第4次政策討議集会

2023年2月16日
@オルタナティブ生活館
(オンライン併用)

パートナーシップ促進センターは、生活クラブと、その業務（デポ・配送業務など）の委託請負契約を結ぶワーカーズ・コレクティブ(W・Co)がパートナーシップを通じて「多様な人々が自分らしく生き、心豊かに暮らせる地域社会」を創るための政策を立案・提言するものとして2004年に設立されました。

その第4次政策を討議するために開催された本集会では、オンライン参加者を含めて83名のワーカーズ(W・Coで働く人)・組合員・職員が参加しました。参加者からは「ワーカーズ・組合員・職員が代わりあう組織の中で、目指している方向性を一致させることが重要だと再認識した」との声が聞かれています。おおよしの参加とパートナーシップによって、希望の見える持続可能な地域社会を創っていくビジョンを改めて共有する場となりました。

- ※パートナーシップ 促進センター
- 構成団体
- 生活クラブ神奈川
 - 地域生協
 - 委託W・Co (デポット、キャリア、Jam、スマイル、生活リハビリクラブ、Lavori)



共同購入 政策

まちに優しく ひとうれしい

おいしく 食べよう! 私たちの地場野菜

地場野菜って?

「地場」の名の通り神奈川県内の提携生産者が作る農産物で、デポー限定で取り組んでいます。年間を通して20種類以上の野菜・果物がフロアに並び、デポー近郊の生産者から届く農産物は「鮮度が違って美味しい」と人気です。

神奈川県は市街地面積の割合がとて大きな県のため、地場野菜の取り組みは都市の緑を守るという役割も果たしています。また、産地が近い輸送時のCO₂排出を抑えられるというメリットもあります。

顔の見える関係を大切に

安心で美味しい農産物を栽培するため、生産者は生活クラブの自主基準に沿って減農薬栽培にチャレンジし、人にも環境にもやさしい農業を実践しています。

また、組合員が産地で農作業を行う「計画的労働参加」や交流を通じて、地場野菜生産者と組合員は連携を深めています*。お互いの顔が見え、どこでどのように作っているかなど、生活クラブでは直接話ができる関係性を大切にしています。

*地域ごとに取り組みが異なります。機関紙・チラシなど自身が所属する地域の生活クラブからのお知らせをチェックしてみてください。



- 1 横浜生産者グループ (横浜市緑区・都筑区・保土ケ谷区)
- 2 JA 横浜瀬谷生活クラブ出荷組合 (横浜市瀬谷区)
- 3 向丘農産物流通組合 (川崎市宮前区・高津区)
- 4 下曽我ミカン生産者グループ (小田原市)
- 5 やさいらんど湘南 (藤沢市)
- 6 関谷グループ (鎌倉市)

生活クラブとの提携は 1981年から始まり、畑の見学会や計画的労働参加(草取り隊)など交流が続いています。横浜生産者グループの6名の生産者からは、全てのデポーに野菜が出荷されています(2023年4月現在)。パクチーやロマネスコなど珍しい野菜が並ぶのも、地場野菜ならではの!



横浜北生活クラブ組合員が行う「草取り隊」

生活クラブの基準に合った栽培方法は大変だが、皆さんに喜んでもらえるように頑張っています。5月はキュウリやミニトマト、6月末にはトウモロコシがデポーに並びます。トウモロコシは収穫後すぐに保冷庫に入れたものを、翌日の朝には届けるので鮮度が違う。ぜひ味わってください。

大久保 和義さん



地場野菜は 緑のプライスカードが目印です

「みんなの農園」の野菜が 4つのデポーで買えます

生活クラブ神奈川が取り組む、組合員を対象とした農業体験農園「みんなの農園」(横浜市泉区)。この農園で栽培した野菜の実験取り組みが、市が尾・つつじが丘・霧が丘・東戸塚の各デポーで週1回始まっています。持続可能な生産と消費を推進し、私たちの足元から「食の自給圏」を作り出し、私たち自身が「生産する消費者」になる新しい試みです。ぜひ注目してください。

デポー組合員だけでなく、 commons (配達) 組合員もデポーに地場野菜を探しに行ってみてください。これからもおあせいで食べ続けて行きましょう!

食の未来をつくる 私たちの消費材

NEW

困ったときはお互いさま
つかって ひろげよう!

エコロ共済

3つの保障

共同購入保障・生活保障・活動保障

顔見知りの組合員どうし、自然とたすけあえる関係を築くための仕組み「エコロ共済」。生活クラブ神奈川では87.1%(2023年3月末)の組合員が加入し、毎月100円の掛け金をもとに、各地でこの仕組みが活用されています。1年間で1万件以上の利用申請がありますが、利用したことがない方も多いのでは?

全6回にわたって、**エコロ共済の事例を基にその価値を考えてみましょう。**

第1回

共同購入保障 編

※申請数は2021年度のもの

保障の事例

班・個配

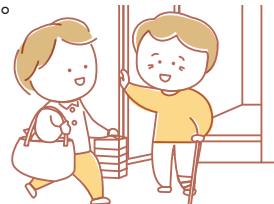
- 高齢で視力が弱いため申し込み用紙の記入が難しく、手伝ってもらった。
- 腰が悪く重い荷物が運べないので、配達されたものを家の中に運んでもらった。

手助けが必要な
加入者本人の
買い物・受取

申請数: 4,816件

デポー

- 足を怪我してしまい、デポーへの買い物を代わりにお願いした。



班・個配

- 高齢家族の介助で手が離せないため、配達受取を代わりにお願いした。

手助けが必要な
家族*を持つ加入者の
買い物・受取

申請数: 398件

デポー

- 悪天候で乳幼児を連れて買い物に行けないため、買い物をお願いした。

※家族の定義は、同居・別居を問わず、親・子・配偶者・祖父母・孫、兄弟姉妹及び兄弟姉妹の配偶者

班・個配

- 配達された卵やパンがカラスの被害にあい、全部食べられなくなった。
- 配達された牛乳を家族が家にしまう時に、うっかり落として割ってしまった。
- 不在配達で保冷ケースに入れてあったが、強風でフタが飛び、冷凍品が溶けてしまった。

共同購入品の
盗難・破損保障

申請数: 337件

デポー

- 購入した消費材を袋に詰めている時に、手が滑り牛乳を落として割ってしまった。



エコロ共済ではこうした「組合員どうしのたすけあいが成立したこと」に対して、ケア金(加入者みんなの気持ち)が支払われます。

エコロ共済を使って、気軽にお願いで手助けすることが当たり前な地域をつくりましょう! 次回は「生活保障」の事例を紹介します。

私って加入している?

参加したい!

問合せ

エコロ共済フリーダイヤル

0120-311-543 (月~金・祝 9:00~17:00)



私と生活クラブ



横浜北生活クラブ
市が尾デポー

岡田 真由美さん

● 2017年11月加入

加入のきっかけを教えてください

市が尾デポーのオープンに向けて、公園でのイベントに参加したことがきっかけです。消費材を試食して、安心・安全は美味しいんだ!と実感しました。息子が2歳のときで、食事はもちろんですが、お菓子などの加工品にも安心できることが魅力に感じました。

生活クラブに加入して、暮らしに変化はありましたか?

運営委員会に入ってから生産者交流会などで安心・安全への取り組みをたくさん知り、感謝の気持ちをより感じるようになりました。息子にそれを話しているうちに夫にも伝わり、家族で「美味しいね!すごいね!」と食べています。加入して3年間、買い物以外でデポーを利用することはありませんでした。いま組合員活動で得られることに感動するばかりです。



息子は運営委員会の企画のお手伝いが大好き。夫もワークに参加して、家族みんなでデポーに通っています。

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♪



もっとおいしく、もっと楽しく、生活クラブの消費材を食べよう! 組合員自慢のレシピを紹介します♪

作り方

- ① 鮭の両面に塩少々をふり、20~30分ほど経って水気が出たらふき取る。
- ② ほうれん草はさっと茹でて一口大に切り、玉ねぎは薄切りにする。
- ③ ★を鍋に入れて5~6分ほど馴染ませる。中火にかけて2分半、とろっとするまで混ぜる。
- ④ フライパンに油をひき、一口大に切った①に焼き目をつける。玉ねぎを炒める。
- ⑤ 炊いたごはんを耐熱皿に入れ、炒め玉ねぎと混ぜる。
- ⑥ ⑤の上にほうれん草、鮭をのせ、③のクリームソースをまんべんなくかける。塩こしょうで味付けし、チーズ、小さく切ったバターをのせる。200℃のオーブンで15分焼く。



牛乳と米粉でつくる クリームソース 鮭とほうれん草のドリア

材料(4人分)

- 鮭2切れ
- 玉ねぎ.....1/2個
- ほうれん草.....1束
- ごはん.....2合
- バター.....15g
- チーズ.....適量
- 真塩少々(4gほど)

- 粗びき塩胡椒..... 適量
- ★牛乳 400ml
- ★米粉(上新粉)..... 30g

米粉の
取り組みは
おおよそ2ヶ月
に1回。
次は6月の
予定です。

私の おすすめ消費材ベスト3 ★

1位 芽吹き屋の三色だんご

息子の第1位。3色3味のアレンジで、手も口も汚さずにパクリとできるのが、子ども心にヒットです。芽吹き屋さんの冷凍和菓子は、くるみ大福・よもぎ大福など本当においしくて大好きです。



2位 おうちで手軽に
タイ・ガパオ

辛味とグリーンカレーのような香辛料の香りがして、お店のような満足感が。7歳の息子も一緒に食べられて、常備しています。忙しい日も、卵とご飯があればOK!



3位 デミグラスハンバーグ

私が作るものよりおいしいそうで「ママのもまあま美味しいけど、骨からソース作れないからしょうがないよ〜。これはタレでご飯おかわりできるもんね」と、フォロー(?)してくれます。



あなたのレシピを 大募集

選ばれた方には取材を行います。
グループ応募も大歓迎!

現在募集中のテーマ

水産物(缶詰など加工品もOK)、お米



生活クラブ神奈川 みんなのビオサポレシピ 検索

ポイント

- ◆ 小麦粉と違って、米粉はダマになりません。③で、ソースがぼつたりしすぎた場合は加熱中に牛乳を加えて調整してもOK。
- ◆ ごはんはバターライスにするとより美味しいです。



さがみ生活クラブ
相武台デポー
加藤 憲子さん
● 1991年10月加入

10年以上前から、なるべくお米を取り入れた生活を送っています。天ぷら・パンなど、米粉でのアレンジは無限大ですよ。
天ぷら粉:「小麦粉 100g + 米粉 50g + ベーキングパウダー-小さじ1」を混ぜて冷蔵庫に保存。使う時に水で溶く。

生活クラブのたすけあい

現物ケア給付

エコロ共済

事例は
9ページへ

組合員どうしのお互いさまのたすけあい(消費材の破損時の保障・託児など)



エコロプラス

エコロ共済のオプション。利用者・サポーター・賛同者で成り立つ、コーディネート機能のあるしくみ



現金給付

生活クラブ共済 ハグくみ

エコロ共済から金銭面での補償を強めた医療保障



生活クラブ共済ケアサービス ハグくみケア

福祉W.Coによる専門的なサービス(家事介護・配食など)

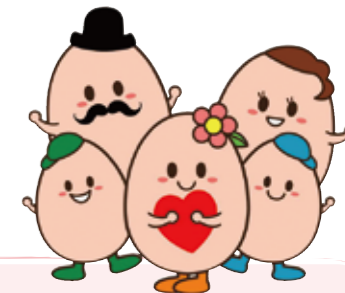
生活クラブ共済ケアサービス

他の医療保障にはない!
心の通った温かい仕組み

ハグくみケア

生活クラブには、組合員どうしのたすけあいの仕組み「エコロ共済」からひろがった取り組みがいくつもあります(左図)。その一つが「生活クラブ共済ハグくみ」。組合員がケガや病気で困った時に必要な、組合員が本当に欲しい医療保障を組合員自身で考えつかった「たすけあいの消費材」です。

ハグくみはこれまで、加入者を増やしながら保障内容をより良いものに変えてきました。そのなかで生まれた「生活クラブ共済ケアサービスハグくみケア」を紹介します!



こんなときに使われています!

家事介護

対応
労働者協同組合
W・Co Labori



平塚での里帰り出産で、住んでいる横浜市の支援が受けられず、地元・平塚の顔見知りのW・Coに、産後の赤ちゃんの沐浴と上の子どもの保育園の送迎をお願いしました。知っているW・Coだったので、安心して任せられました。
30代組合員

保育

対応
W・Co笑顔

移動

対応
移動サービスW・Coそと風



50代組合員

利用できる期間

入院

入院中45日間、
退院後30日以内まで

手術

手術日から30日以内

通院

通院中45日間

出産

出産入院中の45日間と
出産後30日間、
通院中の45日間

問い合わせ

ユニオン共済事務局 ☎ 0120-220-074 (月~金・祝 9:00 ~ 17:00)

ハグくみケアは、生活クラブ共済ハグくみに加入している人が利用できます

利用できるサービス例

初回は5,000円(上限)が補助されます

料金(1時間あたり)

家事介護

1,200 ~ 2,000円

介助、付き添い、食事づくり、掃除、買い物など家事全般

食事

800 ~ 1,500円

弁当・惣菜の配食

移動

1,500円~ ※移動距離、サービス内容による

入退院、通院、外出時送迎、外出サポート

保育

1,200 ~ 2,000円

お子さんのお世話、幼稚園などの送迎

- ・利用者と契約を結んでからサービスが始まったり、事前現地打ち合わせ料金がかかったりする場合があります。
- ・支払いはサービス終了後に直接、サービスを提供した福祉W.Coに支払います。

「ハグくみケア」って?

「生活クラブ共済ハグくみ」は、ケガや病気などの際に加入者に現金を給付する共済。これに直接的なたすけあいを受けられるサービスを「ハグくみケア」です。自宅の近くにある福祉ワーカーズ・コレクティブが心のこもった専門的、継続的なサポートを行い、ケガや病気で辛い方の気持ちにも寄り添います。

ケアの担い手

「福祉ワーカーズ・コレクティブ」って?

ワーカーズ・コレクティブ(W・Co)は、地域に必要とされる「もの」や「サービス」を、地域に暮らす人の視点で事業化している非営利の団体です。
「おたがいさまのたすけあい」を基盤に、高齢になった自分が受けたサービス、家族に安心して食べさせられるお弁当・惣菜、自分が受けたかった子育て支援など、利用する側の価値を大切に、事業を展開しています。

サービスを提供する福祉W.Co一覧はこちら



脱炭素社会へ、
小さくても、大きな一歩を

2023年4月
デビュー **オリジナルロゴが誕生しました!**

さあ今すぐ、
スイッチしよう♪

9/3 (日) まで
新ロゴグッズがもらえる
加入キャンペーン実施中!



期間中に「生活クラブでんき」加入
で全員にステッカーをプレゼント

生活クラブでんき スイッチしよう!

Wチャンス!
合計320名に当たる

期間中の加入者に毎月抽選で
豪華オリジナルグッズをプレゼント
環境に配慮した物づくりをしているブランド
(SIGG・BAGGU・西海陶器) とコラボして作っ
た、「生活クラブでんき」オリジナルのグッズです。

1ヶ月ごとの加入者で抽選を行います*。キャンペーン終了間際は
対象者が多いことが予想されるため、早めの加入がオススメです!
※ユニオン環境・平和委員会にて実施



トラベラーボトル(0.6L) SIGG
ショッピングバッグ BAGGU
Tシャツ
マグカップ 西海陶器

生活クラブでは脱炭素社会(脱原発・脱化石燃料)への転換に向けて、「毎日、誰もがつかう電気を他人事とせず、自分たちがつかう電気を自分たちでつくり、再生可能エネルギー100%の電気で暮らす未来を拓きたい」と、各地で組合員が「生活クラブでんき」をひらき始める活動をすすめています。

それぞれの地域でエネルギーをつくり、地域のなかで自治・循環できる仕組みづくりにつなぐ「生活クラブでんき」。これをつかう人が増えれば、地球にも自分にも優しい暮らしをひろげることが出来ます。あなたも一緒にすすめていきませんか？



生活クラブでんきの
気になる中身はHPへ



SEIKATSU CLUB DENKI

みんなで作る、つかう、つなく。

わたしたちは、もう、原発に頼りません。省エネルギーを推進し、志をおなじくする地域や顔の見える生産者と共に再生可能エネルギーをつくり、つかい、つなぎます。それは、わたしたちみんなの願いのエネルギー。大切にしていきたい。わたしたちは、いま、エネルギー自治をめざします。太陽や風や水や森から、そこに暮らす地域のひとたちの理解や想いのもとにつくる再生可能エネルギーで、エネルギー自給率を高め、地域に活力をもたらす、温室効果ガスをへらします。わたしたちは、もっと、よい未来をつくりたい。再生可能エネルギーをみんなでつくり、選び、つかうことで、もっとサステイナブルで、もっと安全で、もっと安心して暮らせる社会につなげます。そんな未来の可能性を、みんなでいっしょにひろげます。

生活クラブでんき

問い合わせ
資料請求

政策調整部
☎ 045-474-0985
(月～金・祝 9:00～17:00)



資料請求
フォームは
こちら

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

初夏の特別講座 入会金不要

教室 記載のない講座はオルタ館

ヴァイオリニストのレクチャーコンサート

～音楽の品を愉しむ～

5/22(月) 10:30～12:00 2,500円

①初めての「ヒモトレ」 13:30～15:00 ヒモ代110円要

②基本の骨ナビ体操 15:30～16:30 骨・関節から
若返る

5/22、6/26、7/24(月)
① 2,500円 ② 1,800円 ①②同時受講4,100円

超簡単! 内臓から元気になる体操

内臓を元気にして
身体の不調を解消

5/22、6/26、7/24、8/28(月)

13:00～14:15 2,000円/1回

修験者に教わる心と身体の使い方

チャクラワークで瑞々しい身心を取り戻す

5/24(水) 14:00～16:00 3,500円

新緑の湯河原 こだわりのパン屋さん和地場のランチ

5/29(月) 横浜駅10:00出発予定 8,000円(ランチ付)

金継ぎ お直し出張講座

基本的に講師がお直ししますので、見て学べます。

日時相談・予約制(日祝可)

3時間 10,000円/④実費/④別途

十四経絡体操 ～経絡歩行と歩行瞑想法～

6/12(月) 9:30～12:30 3,500円

④別途(初回受講時は900円)

脳と心と修行のはなし ～脳の働きとマインドフルネス～

6/28(水) 10:30～12:00 2,800円

Curry Curry Curry

サモサ&特製ガラムマサラのお土産付

7/6(木) 11:00～14:00 8,000円/④込

個人レッスン もっと気軽に日本舞踊

日時相談・予約制

3,500円/40分/1名 4,500円/40分/親子

※各講座とも講座維持費200円が必要
 が必要です。日程が変更になる
 ことがあります。詳しくはHPへ



講師
募集中!

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

国の「住宅省エネキャンペーン」 補助金が始まりました

国の「住宅省エネキャンペーン2023」が3月から始まりました。目玉は「先進的窓リノベ事業」と「子どもエコ住まい支援事業」。前者は、住宅の省エネの急所である窓を、高レベルに断熱することで得られる補助金です。例えば、掃き出し窓2ヶ所にLow-E複層ガラスの内窓設置工事で税込29万円ほどですが、補助金が16.8万円つきまします。後者は、窓断熱の補助金額は少ないですが、他の省エネ工事にも色々使えます。ご相談ください。



既存の窓の内側に高性能内窓を取り付けた例

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

はじめてのハーブ講座 ハーブティー付き

～朝摘みフレッシュハーブでつくる香りのブーケ～



ハーブ(葉草)の力が一年の間でも最高になるといわれる夏至の頃。鎌倉市にある講師宅の自然なお庭で朝摘みした元気なハーブを使って、香り豊かなブーケをつくり、五感を目覚めさせましょう。ハーブの日々の暮らしへの取り入れ方のお話と育て方もお伝えします。

日時 6/20(火) 14:00～15:00

参加費 1,500円(税込) 材料費込

会場 オルタ館 講師 坂元 朋子

ご予約は上記の
電話番号まで

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。



NPO法人 フォーラム・アソシエ TEL/FAX
 フォーラム・アソシエ 検索 045-472-7093

その「もやもや」、 話し合ってみませんか

～対話的研究会inかながわ～

おかしいと思うことは、おかしいと言う。

異なる意見に耳を傾ける。



「対話」の必要性を感じながら、人と会って実行するのはなかなか難しいですね。もやもやすることや嬉しかったことなど、参加者の話から「問い」を立て、自分の意見を言い、人の意見を聞き、考えが変化することを楽しむ対話の場をオルタ館で月1回開いています。

ご興味のある方はご連絡ください。子ども・若者の参加も大歓迎です。

2023年度の日程▶毎月第4日曜日

4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24、10/22、
11/26、12/24、1/28、2/25、3/24(全12回)

時間▶15:30～16:30

問い合わせ▶上記の連絡先まで

✉info@f-associa.com

留守の場合は
メッセージを
残してください

スペース・オルタ 会場スペース・オルタ(オルタ館地下1階)
 スペース・オルタ 検索 TEL/FAX 045-472-6349 (担当/佐藤)

シリーズ・言葉のある風景

照井 翠『釜石の風』を読む

2011年3月11日から12年。当時、岩手県の県立釜石高校で国語教師を務めていた照井 翠さんは、その時の壮絶な体験を『龍宮』『泥天使』『釜石の風』という震災3部作として世に出し、朝日新聞「天声人語」「折々のことば」にも取り上げられ、高い評価を得ている俳人です。

「双子なら 同じ死顔 桃の花」「泥の底 蕨のごとくに 嬰と母」

その中の『釜石の風』を、痙攣性発声障害でオペラ歌手を断念し、その独特の声で宮沢賢治作品の朗読に転じた野口 田鶴子さんが読みます。共演は野口さんの朗読の師であり、ひとり語りのスペシャリスト古屋 和子さん。

3.11との対峙の中から生み出された呻吟の結晶を、ひとの肉声にのせ解き放つステージ。奮ってご参集下さい。



野口 田鶴子さん

日時 6/17(土) 14:30～16:00 (14:00開場)

料金 2,500円(要予約) 会場 スペース・オルタ

出演 野口 田鶴子、古屋 和子

共催/問い合わせ: スペース・オルタ ※ご連絡は上記電話番号へ

理事会だより

●第9回定例理事会(3/2) ●第10回定例理事会(4/10)●

報告承認事項(抜粋) 報告承認事項(抜粋)

1.URと連携したローカルSDGsの実現に向けた検討会 基本構想一次案について承認した。

2.生活クラブ福祉たすけあい基金20年総括PJ(仮称)の設置について承認した。

3.ラジオ日本番組「イゴナマ」への協賛と予算について承認した。

編集後記

やらなきゃいけないことに追われ、やらなきゃいけないことがなかなかできない日々。何の策も案もなく、ただ焦る。もう観念して、ゆっくりと熱いミルクティーでも飲もう。プルンジ紅茶にはパス乳をたっぷり入れる。紅茶のおともに、今日はサブレにアイスクリームをのせよう。いい案が浮かぶかも。(ぴい)

地域でともに活動しています!

社会福祉法人いきいき福祉会

ラポール 地域に信頼される福祉拠点

いきいき福祉会は生活クラブ神奈川20周年記念事業として、1993年に設立。「七万人の信頼」を定礎に掲げ、生協が設立の社会福祉法人第1号として市民によって生み出されました。1994年には特別養護老人ホーム「ラポール藤沢」を開設し、参加型福祉の理念を提示しながら、住み慣れた生活の場として、地域に拓かれた特別養護老人ホームとして運営してきました。

このほかにも居宅介護サービス・地域包括支援センター・ケアプランセンターなど、現在は25の事業所を横浜エリアと湘南エリアに展開しながら、地域に信頼(ラポール)される福祉拠点となることを目指しています。私たちは地域でのセーフティネットとして、市民の安心した暮らしを支え続けていきます。

本部事務局長 市村 慶子 HPIはこちら



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?

消費材「トマトジュース」安定生産のため、組合員が有償で作業を行う企画です。

日程 8/22(火)～24(木)

★8/22 7:30 新宿駅西口集合後、
現地までバスで移動 2泊3日
雨天決行

★8/24 19:30 新宿駅西口着、解散予定
※8/22昼食から8/24昼食までの食事、宿泊費は無料

収穫作業実施団場

JAながの管内 飯綱地区/信濃町地区の
加工トマト生産者の畑(長野県上水内部)

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4,000円
(その他交通費として一律1,400円)支給

主な持ち物

健康保険証・作業着・着替え(長袖シャツ/ズボン)・手袋・帽子・カッパ(上下)・長靴・タオル・寝巻・洗面具など



応募要領 <締め切り> 6/2(金) 必着

※定員を超えた場合は抽選となります。応募された方全員に、6月末までに結果をご連絡します

募集人数 15名(組合員とその家族が対象、性別問わず、18歳以上 ※ただし高校生は不可)

応募方法 HPまたは往復ハガキ投函。往復ハガキでの応募の場合、往信の裏面に「トマトの収穫作業参加希望」と右記をすべて記入してください。

問合せ 政策調整部 ☎045-474-0985(月～金・祝 9:00～17:00)

記入事項 ①参加者氏名(ふりがな)、組合員の氏名と続柄 ②配送・デポどちらの在籍か ③組合員コード ④郵便番号・住所 ⑤連絡の取れる電話番号 ⑥性別 ⑦年齢 ⑧以前の参加経験(定植・収穫の参加回数)やその他農業経験の有無

※返信ハガキの宛先面に、ご自身の住所・お名前を必ずご記入ください

往復ハガキの宛先 〒222-0033 横浜市港北区新横浜2-2-15

パレアナビル5F 生活クラブ神奈川 政策調整部 宛



詳しくはHPへ



▲左：小山さん、中央：森田さん(社長)、
右：森田さん(部長)
▲安田さん

消費材への思いをお伝えするコーナーです。今回は、なたね油の生産者「米澤製油株式会社」(本社・埼玉県熊谷市)のみなさんにお話を伺いました。

妥協せずにつくり続ける 安心安全ななたね油

米澤製油株式会社 本社工場 代表取締役社長 ^{もりた まさお} 森田 政男さん
部長 ^{もりた ひでゆき} 森田 英之さん
営業担当 ^{こやま ひろき} 小山 拓紀さん
東京出張所 所長 ^{やすだ ひとし} 安田 仁さん



埼玉県の数少ない製油所

米澤製油は1892年、埼玉県熊谷市で創業しました。当時の日本は蔵を所有している家が米や大豆を貯蔵し、各地で米問屋や味噌、醤油屋を開いていった時代。米澤製油も同じようにナタネを集め、油屋を開いたのが始まりです。

そのころの日本は、春になるとあちこちで黄色い菜の花畑が広がっていました。しかし、在来種のナタネには心疾患につながると思われる工ル力酸が多く含まれるため、1955年ごろから徐々に栽培されなくなっていました。そんななか、カナダでは工ル力酸を含まない品種が開発されます。日本国内の大手製油会社は輸入原料に切り替えるため海沿いに工場を増やし、内陸の製油所は減少。埼玉県内に60軒ほどあった製油所も、現在は米澤製油を含め数社のみです。

化学薬品を使わず 安心して食べられる油を作りたい

私たちは「安全性が確認できないものは使用しない」という信念のもと、なたね油を製造し続けています。きっかけは1968年に発生した「カネミ油症事件」。食用油を製造する北九州市のカネミ倉庫(株)で起きた、PCB(ポリ塩化ビフェニル)が油の中に混入するという事件です。消費者が中毒を起し、大きな食品公害となりました。これを機に、米澤製油は製造工程に化学薬品を使わず、安心して食べられる食用油を作ろうと決意しました。一般的には、油を溶かし出す際に「ソルマルヘキサン」という薬品を加えますが、私たちは研究を重ね、1975年に化学薬品を使わない独自製法を生み出しました。昔ながらの圧搾法で油を搾り、お湯で何回も洗う「湯洗い洗浄方式」で精製する製法です。

湯洗い洗浄方式

誕生は偶然から!?

油 + 水 = 混ぜると...

水に油の汚れが移ります

先代社長の時代、油と水を一緒にして振った後、分離させたら水が濁りました。「この水がきれいになるまで繰り返せば、油の汚れが落ちるんじゃないか?」と考え、試行錯誤を経て生まれたのが現在の製法です。(森田社長)

生活クラブと力を合わせて 安心安全な原料への挑戦を続ける

生活クラブの「安全・健康・環境を大事な価値とする思い」と共に、私たちは国産原料への挑戦を続けてきました。1991年に東北農業試験場で低工ル力酸品種「モザキノナタネ」が開発されると、生活クラブとともに生産農家の協力を得て青森県横浜町での栽培をスタート。1992年には、遺伝子組み換えの混入を防ぐため分別した輸入ナタネと国産ナタネを使った「国産ブレンドなたね油」として組合員の手に渡りました。栽培地は広がり、今では国産原料の油を30%含む「国産ブレンドなたね油」と「国産100%なたね油」に取り組んでいます。

現在の大きな課題は、安心して原料にできるナタネの産地を確保することです。米澤製油では遺伝子組み換えの混入を防ぐために分別したことを確認できる西オーストラリア産のナタネを輸入していますが、作付面積は年々減っています。私たちは今後も安心安全な油をつくるため、現地視察や交渉を行ない産地確保に努めています。

価してくれ、翌1976年から現在まで取り組みが続いています。

information

遊佐町共同開発米部会×生活クラブ神奈川

遊佐田んぼクラブ

問い合わせ 政策調整部 ☎045-474-0985
(月～金・祝 9:00～17:00)

遊佐田んぼクラブって?

生活クラブのお米、「庄内遊YOU米」の持続可能な生産と消費をつくる事を目的として、2019年にスタート。2023年で発足5年目を迎えます。組合員が田植え・草取り・収穫・脱穀という米づくりの生産に参画することで産地への共感を助け、「庄内遊YOU米」の利用結集につなげる取り組みです。

2023年度作業計画

★ 稲刈り、脱穀日程は1週間のあいだで日程調整し確定後、ホームページに掲載します。

田植え 5/20(土)～21(日)	草取り① 6/10(土)～11(日)	草取り② 6/24(土)～25(日)
脱穀★ 10/9(月)～15(日)	稲刈り★ 9/25(月)～10/1(日)	草取り③ 7/8(土)～9(日)

詳細はHPへ



組織概要(神奈川)
組合員人数 86,637人(2023年3月末 111人減) 3月度加入 704人、脱退 815人
世帯当り利用高 24,689円(2023年3月) 世帯当り出資金 132,891円(2023年2月)

ちょこっとQの答え▶ 72℃15秒間。生乳本来の風味が味わえます。
※「牛乳」に関する記事は2～5ページに掲載