

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

隔月発行  
2024 9.10月号 Vol.177

ちよこつと <sup>ケース</sup> Q

生活クラブ共済「ハグくみ」の改定によって、  
ケガ通院の日額保障はいくらになった？  
→ヒントは3ページ。答えは裏表紙。



特集 **知ってる？ハグくみ**

9月から保障内容を改定しました

生活クラブ神奈川の  
HPやSNSは  
こちらから！

ハグみちゃん  
撮影：機関紙編集・SNS活用委員会  
場所：川崎市高津区イベント会場にて



知ってる？

# ハグくみ

## 9月から保障内容を改定しました



### 加入者が増えるほど 保障をよりよくしてきました

- 1995年 生活クラブ神奈川独自の共済として「ステップ共済」がスタート
- 2003年 女性の保障年齢を満65歳から67歳へ 加入者数10,209人
- 2008年 ケガ(災害) 通院の給付金を500円から1,000円に改定 加入者数15,876人
- 2011年 普通分娩での出産に産後ケア給付金10,000円を新設 出産祝い金1世帯5000円給付 加入者数18,852人
- 2013年 全国33の生活クラブの組合員が加入できるよう「生活クラブ共済ハグくみ」として発展 加入者数20,151人 **2万人の目標達成**
- 2016年 ケガ通院1日目から保障 出産祝い金5,000円の請求がパパもママも可能に 加入者数20,768人

### 保険と共済の違いってなに？

将来何かあった時のために、今から備えて、生活におけるリスクを回避する役割は同じです。

ただし、株主への配当を考える必要がある保険は、不特定多数を対象に、会社の利益も考え開発されている商品です。剰余は主に保険会社の資産運用に使われます。共済は、おたがいに助け合うことを意味し、非営利団体が運営し、そこに加入する人どうしがお金を出し助け合います。剰余がある場合は、加入者に割り戻します。

	共済	保険
運営	非営利組織	株式会社
目的	相互扶助(たすけあい)・共助	利益の追求・自助
剰余	加入者に割り戻し・地域へ還元	資産運用中心

生活クラブ共済ハグくみは、組合員が毎月1,000円を出し合い、ケガをした時や病気になった時に、出し合ったお金でたがいにたすけ合う仕組みです。

誰かの役にも立ち、何かのときに自分も助けてくれる保障です。組合員みんなが賛同し、加入者が増えることでハグくみの保障内容を充実させることができます。

### ハグくみは優れたもの

- 年齢に関係なく 掛金はずっと1,000円
- 持病がある人も入れる やさしい共済
- 1日目から保障
- 退院後や産後のサポート金があります
- 組合員の声で作り、変えていけます

### 保障がさらによくなりました

- ◆ケガ通院共済金の改定 **1,000円→2,000円**  
要望:「ケガ通院の増額」  
▶組合員の要望で保障額をアップ! 他保険他共済との差別化をはかる
- ◆退院後サポート金の改定 **10,000円→13,000円**  
要望:「退院後の通院の保障」  
▶サポート金の充実で退院後のフォローを
- ◆被共済者の範囲の改定(指定職業の加入引受)  
▶他保険などに加入できない方を、共済の持つ相互扶助の理念で参加できるように



### 生活クラブ共済ハグくみ 保障表

加入年齢 ▶ 0歳～満64歳  
加入できる年齢(発効日時点)

満期年齢 ▶ 男性67歳/女性70歳  
上記年齢の満期日まで同一保障

お支払い内容	保障内容	ポイント
病気入院・事故(ケガ)入院	日額 3,000円	1日目から保障、1共済期間45日分 日帰り入院も対象
手術(種類に応じて)	2.5万・5万・10万円	支払対象手術を受けた場合、日帰り手術も対象
事故(ケガ)通院	日額1,000円 → 日額2,000円	事故日から90日以内 1日目から保障 1共済期間10日分
退院後サポート金	10,000円 → 13,000円	退院後の生活復帰に一律保障
産後サポート金	1万円	健康保険の対象とならない出産の方に嬉しい保障
出産祝い金	5,000円	生活クラブ共済ハグくみより「出産おめでとう!」夫婦で加入していればパパもママも請求可能
病気死亡(重度障害)	50万円	死亡保障を抑えた生活重視型
事故死亡(重度障害)	100万円	

8年ぶり6回目の制度改定で、保障がよくなったのよ!

私たちがつくった『ハグくみ』がもっと良くなるんですって?!

でも... 満期年齢を迎える人も多くてもっとみんなに入ってもらいたいので使っほしいの

そう! 加入者が増えると、保障をもっと良くできたりもするの。

組合員で作る共済をみんなで支えていかなきゃね。

私は、ケガで通院したとき、事務局の対応が丁寧で共済金もすぐに支払われて助かったから、みんなにも『ハグくみ』をすすめたいわ!

## たすけあいをテーマにした カフェを開催中

5つの地域生協\*では commons (各エリア)・デポーごとに小さなカフェを開いています。「おたがい様のたすけあい」をテーマに、地域でのつながりを作り、生活の知恵やハグくみの活用の仕方など役に立つ情報が満載です。あなたもお茶を飲みながらしゃべりませんか？

※生活クラブ神奈川では県内を5つに分け、独立した法人生協として事業・活動を行っています

### かわさき

#### スマイルカフェ (あさお東 commons)

一むら麻生(組合員が使えるスペース)で毎月25日、様々な年代の組合員が集まり、お茶とお菓子付きで世間話をしたり、困ったことの相談をしたりと和気あいあいとした時間を過ごしています。



### 横浜北

#### スマートな保険の考え方講座 (東寺尾デポー)

共済と保険の違いなどをお伝えしています。参加者からは「将来を考える良い機会。ハグくみの1,000円は知らない誰かではなく組合員に使われ、保障だけでなく助け合いになっていくと知り、多くの方に入ってもらいたいと思いました。」との声をいただきました!



### 横浜みなみ

#### ハグみちゃんカフェ(東戸塚デポー)

来所する組合員に声をかけ、ハグくみやエコロ共済の話をしています。たくさんの組合員が立ち寄り、お茶を飲みながら話せる場になっています。



### さがみ

#### ハグみちゃんカフェ&骨こつ体操 (伊勢原 commons)



定期的におエコロ講座\*の骨こつ体操を企画しています。6月はハグみちゃんカフェと同日開催し、手作りの小豆ミルクゼリーやおにぎり、消費材のおやつが並びました。美味しいものがあると場が和み、新しい組合員の方やもうすぐ出産予定の方にハグくみをすすめることができました。



※p.9のエコロ共済を原資とする様々な講座

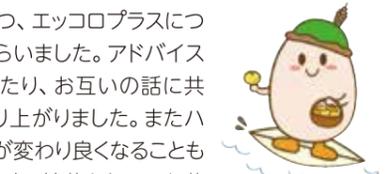
### 湘南

#### カフェ C.o(茅ヶ崎 commons)

組合員一人ずつ、エコロプラスについて話してもらいました。アドバイスを熱心に聞いたり、お互いの話に共感したりと盛り上がりました。またハグくみの制度が変わり良くなることも伝えました。途中、抹茶をたててお茶の作法を教える時間も作りました。



エコロプラスとは



各企画はお住まいの地域生協ごとに機関紙で案内しています。参加希望の方はフォームよりお問い合わせください。

## 支払内容 (2023年度)

手術	1,072件
病気入院・事故(ケガ)入院	1,029件
退院後サポート	815件
事故(ケガ)通院	670件
出産祝金	141件
産後サポート	61件
病気死亡	21件
事故死亡	2件



毎月1,000円のたすけあいで、たくさんの方を支えています

骨折の通院のみで給付を受けられたのはありがたかったです。他の保険では対象外でした。電話で問合せしたときの対応もとても親切で頼りになります。

60代

お支払い内容 5,000円(災害通院/右足小指骨折)

月1,000円の掛金で入院・手術・退院後サポート金までいただけてありがたかったです。

60代

お支払い内容 314,000円(疾病入院、退院後サポート、手術/胆管癌)

出産祝金と産後サポート金の給付、嬉しかったです。

30代

お支払い内容 15,000円(出産祝、産後サポート/出産)

他の医療保険と比べて掛金が半分なのに同じ保障がうけられました。本当に心強いです! ハグくみは生活クラブの組合員しか加入できないものなので、もはや組合員の特権と言っても過言ではないと思います。

40代

お支払い内容 25,000円(手術/大腸ポリープ)

いつもの生活の「お守り」としてとても頼れる共済です。加入して全くと損はない、むしろこんなに良い共済は他にないのでは?と思います。

30代

お支払い内容 25,000円(手術/下肢静脈瘤)

家で倒れ、外傷と頭にひびが入るケガをしました。通院のみで完治しましたが、何度か通院して交通費もかかるのでとても助かりました。

50代

お支払い内容 6,000円(災害通院/頭部切傷)

掛金が安く継続しやすいので、元気な時に加入して支払い続けるのはもったいないと思うかもしれませんが、いざ病気になると心強く支えてくれます。

40代

お支払い内容 167,000円(疾病入院、退院後サポート、手術/乳癌)

## 制度改定記念企画 加入プレゼントキャンペーン 期間:9/1(日)~12/15(日)

ハグくみに加入した方の中から、抽選で地域生協ごと5名ずつに「バルミューダ」の電気ケトル(15,000円相当)をプレゼントします!

さらに、プレマ特典(妊娠中からお子さんが7歳になるまで)登録中の方は、ご加入でもれなくエコーレアハンドクリームをプレゼント!

組合員と同居のご家族だけが加入できる特権です!組合員同士の経済的な(急な医療費の出費などの)たすけあいの輪をみんなで広げましょう!



問い合わせ 生活クラブ共済事務局 0120-220-074(月~金・祝日含む) インターネットからも加入できます





# デポ-の鮮魚はなぜおいしい？

川崎北部市場の中にある川崎食品サービス

生活クラブは持続可能な生産と消費を目指し「わかって食べる」を大切にしています。今回はデポ-の鮮魚の仕入れ先「川崎北部市場」を見学しました。なぜデポ-の鮮魚がおいしいのかをお伝えします！

国産にこだわった鮮度抜群なのがデポ-の鮮魚の特長です。卸売を行う横浜魚類(株)の岩澤支社長と、デポ-から注文を受け、魚を仕入れる仲卸の(株)川崎食品サービスの柳代表取締役から魚の仕入れについて説明してもらいました。柳社長は約10年前からデポ-の仕入れに携わり、組合員の好みを知るために一時期、デポ-で魚をカットしていたそうです。市場では当日入荷した魚でも少し悪しがあり、買い付けには見極めが必要です。スーパーなどは書類での仕入れにすることが多いようですが、川崎食品サービスは魚の目の色、エラ、うろこ、張りなどを見て、一つひとつ魚を選んでいきます。またデポ-の好みに合わせて、値ごろ感のある旬の魚をおすすめ品として仕入れることもあります。プロの目利きが直接選ぶことで、質の良い魚が私たちの元に届いています。

## デポ-の鮮魚がおいしいわけ

海水温上昇によって、北海道ではスルメイカやサンマは激減し、ブリが多く水揚げされています。南方のフグやサワラは北上し、沖縄のマグロは味や見た目が劣化する「ヤケ」が見られます。近年、各地で漁獲量の急激な増減や水産物の変化があり、漁業者は苦境にありますが、これを理解して食べ続けることが生産を支える力になります。

## 魚の生息地が変化している？



時期ごとに旬の魚が入荷します！



かわさき生活クラブ 松下彰子

## デポ-の鮮魚を楽しもう

デポ-の鮮魚が目指すのは地域の魚屋さん！鮮魚は、朝6時に市場から直送便で届けられ、一本ものはデポ-に届いてから大きな柵に切り分けられ、新鮮なまま店頭に並んでいます。例えばスーパーでは冷凍保存し解凍したメカジキもありますが、デポ-ではとれたての生メカジキを購入できます。

## 小さなお魚さん

また刺身の魚も多く入荷し、価格や好みに合わせた刺身の盛り合わせが予約できるのをご存じですか？腕利きの仕入れで珍しい魚も入荷し、働くワーカーが食べ方も気さくに教えてくれ、調理しやすいようにさばいてくれるのもスーパーと違う魅力です。週2〜3回鮮魚の日があるので、ぜひ食べてみてください。わが家では鮮魚のおいしさが手軽に味わえる「お寿司の日」の「ばらチラシ」がとっても好評です！

## 共同購入

### 川崎北部市場レポート

## 持続可能な食と未来をつくる

### 2023年リフレッシュツアー

福島と栃木の組合員家族が参加しました

小田城周辺を散策



ドッジボール大会



2023年復興まつり

(株)泰山食品商工 いろいろのおやつまみ販売

## カンパ 申込方法 1口500円

### デポ-

9月情報ワークで配布するカンパ申込用紙に必要事項を記入して所属デポ-に提出  
提出締切 11月8日(金)  
集金 2025年1月の共同購入代金一括引落

### 班個配

OCRまたはeくらぶより、6桁の番号で申込  
申込締切 10月43週 (10/21(月)~25(金))  
集金 2025年1月の共同購入代金一括引落

2023年度実績  
約298万円

## 活動紹介

### 被災地とともに

### 募集

東日本大震災から13年が経過し、被災地ではインフラの整備は進みましたが、地域コミュニティや人々の生活再建は道半ばとなっています。生活クラブ神奈川では2024年度も活動方針に基づき、復興まつりやリフレッシュツアー<sup>※1</sup>の開催、甲状腺検査活動<sup>※2</sup>などに取り組みます。これらの活動を支える復興支援カンパへのご協力をお願いします。

※1 放射能汚染に不安を抱く被災地の組合員に神奈川で過ごしてもらおう企画。今年は9月に横浜で開催予定  
※2 「福島の子どもご知る権利を守る活動」として2012年より毎年実施

## 報告

2024年度

## 第1回 会津こつちやこ倶楽部

今年4年目になる会津こつちやこ倶楽部は、年3回組合員が会津電力グループを訪問し、自然エネルギー発電所の見学やワイン用のぶどう栽培作業等を行い、食とエネルギーの自給をめざすグループの取り組みを学習・体験するプログラムです。

会津は盆地のため梅雨の晴れ間もかなり蒸し暑く、昨年は雨が多かったためか、ぶどうが病気でほとんど収穫できなかったと伺いました。第1回目は組合員10名と子ども2名の参加で、ぶどうの病気の元となる蔓をハサミで切り取る作業を手伝いました。木にはすでに小さな実が生っていて、秋にはたくさん収穫ができるようにと願いながら作業に集中しました。会津電力グループで喜多方シードルを製造するアイプロダクツ(株)では、原料のりんごがすべて喜多方産になったこと、大和川酒造店では、原料米も自分たちで栽培し、現在使用している燃料を重油から木質チップに変更していく展望を伺いました。食とエネルギーの自給を目指す取り組みを、私たちは消費財を利用して応援していきます。

政策調整部 藤田ほのみ



ぶどう園場にて



アイプロダクツ(株)のワイナリー見学



前段右より会津電力(株) 佐藤さん、山田さん



大和川酒造店の酒蔵



レポートはnoteから

6/29(土) ~ 30(日)

困ったときはお互いさま

毎月100円の掛け金で  
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

生活クラブの組合員どうしですすめあう関係をつくるしくみ  
エコロ共済。エコロ共済は、共同購入保障/生活保障/活動  
保障の3つの保障があります。

今回は「活動保障」について紹介します。

### エコロ共済って?

毎月100円の掛け金で、お金の保障だけでなく、組合員どうしの手助け(“ケア”の給付)  
も受けられます。手助けした組合員には、集まった掛け金から「ありがとう」の気持ちと  
して、ケア金(1ケア/2時間につき600円)が支払われます。

## 「活動保障」編

組合員活動中の託児や家事支援、共同購入品の受取・デポーでの  
買い物代行、事故による治療費やケアの保障をします。

対象 加入者本人

- ① 対人対物事故で賠償責任が生じた際や車両事故の保障
- ② 所有物の破損時や活動費の盗難被害の保障
- ③ 家事支援(炊事、掃除、幼稚園や病院の送迎)や買い物代行、託児

対象 加入者またはその家族

- ④ 事故による入院・通院・治療費や  
ケアの保障

例 親子で組合員の調理会に  
参加して火傷した

### 利用者の声 組合員活動時に骨折 → 2,000円の保障を受けた

会議中、椅子から急いで立ち上がろう  
とした瞬間、尻もちをつくと同時に、手  
のつき方が悪かったため左手の薬指が腫  
れてしまいました。活動保障があること  
を思い出し、念のため病院で診てもらっ  
たところ、骨にヒビが入っていました。



エコロ共済があったので安心して病院に行くこと  
ができ、しっかり固定してもらって早く治せました。  
1日だけの通院でしたが、申請後に2,000円の共済  
金が振り込まれ、加入していた「ハグくみ」からも共  
済金を申請できました。「エコロ共済」は生活クラ  
ブの活動を支えてくれることを実感しました。

横浜北生活クラブ あおば commons  
荒井喜久美さん

私って加入している? 参加したい! 何でもお問合せください

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



横浜みなみ生活クラブ  
ほんもくデポー  
にしざき やよい  
西崎 やよいさん  
2012年9月加入

### 加入のきっかけを教えてください

小さい頃から母がせっけんを  
使ったり、添加物を気につけ  
たりしていたので、そういう  
生活をしたと思っていました。  
何度かお店の前を通り気  
になったので入ってみたく  
ころ、自分に合いそうなもの  
を取り扱っていたので利用し  
始めました。



家庭によって違う料理  
方法を教わったり、活  
動中の声のかけ方を見  
たりと様々な刺激を受  
けています!

### 生活クラブに加入して、暮らしに 変化はありましたか?

人との付き合いが少なかったのですが、  
組合員の委員会活動に誘ってもらって、い  
ろんな方と話す機会が増えました。交流  
会では生産者の考えがよく分かり、毎年  
行われる菜の花ウォッチングの事前学習  
会では遺伝子組み換えについて深く知れ  
て、視野が広がっているなと感じます!

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♪

みんなの

レシピ

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♪

生活クラブ神奈川 みんなのビオサポレシピ 検索



原口さんのレシピ

### なつかしの味

#### きな粉棒



材料 約10~15個分

きな粉..... 50g  
はちみつ..... 10g(スプーン1杯分)  
牛乳..... 35ml きな粉(まぶす用) ... 適量

#### 【作り方】

- ① タッパーに材料を入れて混ぜ、ラップでひとまとめに包む。
- ② 長方形に整え、冷蔵庫で1時間冷やす。
- ③ お好みのサイズに切り、きな粉をまぶす。

子どものころの家族で囲んだ食卓を目指して、  
手作りに拍車がかかります。消費材のおかげで、  
母よりレベルアップしたと自負しています。

6月には“さしすの梅干”、夏はぬか漬、冬は  
べつたら漬、ベーコン、わさび漬等……味の  
決め手に、しょうゆ麹、塩麹、玉ねぎ麹、ニンニク  
麹もそろえています。ただし、母のぬか漬のおい  
しさにだけは追いつけません(笑)

### ポイント

- あっという間に誰でも  
作れます。
- 材料はきな粉と蜂蜜と  
牛乳なのでとても健  
康的! ご友人へのおす  
そ分けにも。



かわさき生活クラブ  
あさお西 commons  
はらうち きょうこ  
原口 恭子さん  
2003年2月加入

# 生活クラブの「居住支援」が広がりました

## 住宅(HOUSE)ではなく 生活を支える居住(HOME)の提供を

生活クラブは、これまで「食(Food)」や「環境(Energy)」、「福祉(Care)」や「働く(Work)」など、社会が抱える諸問題を自分たちでよりよくするための活動を行ってきました。これらが地域で安定して循環するためには、安心して生活できる「住居」が欠かせません。

そこで生活クラブは、神奈川県より「居住支援法人※」としての指定を受けて、生活に困っている方々の「居住」の問題に取り組んでいます。

※住宅セーフティネット法に基づき、高齢者・障がいのある方・外国人・子育て世帯等、住宅の確保に配慮が必要な方に対して、「家賃債務保証の提供」「賃貸住宅への入居に係る住宅情報の提供・相談」「見守りなどの生活支援」等を実施する団体。

### 住まいに関する 総合的な相談窓口を 開設しました

「賃貸住宅への入居を断られてしまった」「収入に見合う手頃な家賃の物件を探したい」など、住居の確保にお困りの方、高齢の方、障がいをお持ちの方、外国籍の方、子育て世帯の方などへの「住まいと暮らし」に関する総合的な相談窓口です。

居住支援 相談専用ダイヤル  
**0120-472-379**

受付時間 祝祭日を除く月～金  
10:00～16:00

ご相談は、  
問合せフォームからも  
受け付けています。



## Housing Gift

### 1口300円からの寄付で、住まいにお困りの方への支援につなげます

この活動の推進と拡大にはおおぜいの組合員の共感と参加が欠かせません。そこで、生活クラブの組合員が「小さな大家さん」になって、安心して眠ることができる住居を提供する寄付の仕組み「Housing Gift」を年3回(6月、10月、2月)行います。

6月は895名の方より2,744口 823,200円の寄付が集まり、第1ステージを達成しました。第2ステージ以降のさらなる支援につなげるために10月も参加を呼びかけます。

### Housing Gift の使い道

第1ステージ clear 2000口	第2ステージ 4000口	第3ステージ 8500口	第4ステージ 8500口以上
Nagomo矢向内に緊急用居室1室を1年間確保できます。これにより必要な時には住まいを無償で提供します。	シェアハウスを退去する時に、新生活を応援するための生活必需品(5万円相当)をプレゼントできます。	突然家を失ってしまった方の一時的な住まいとして、すぐに入居可能な支援付きセーフティネット住宅を神奈川県内に3部屋確保できます。	制度のはざままで支援が受けられない方々にも対応します。また住まいに付帯する居場所や就労支援事業を支えます。

### 次回の申込方法

#### 班個配

10月7日～11日に配布予定の注文書またはeくらぶにて6桁の注文番号[109827]と[口数]を入れて申込。詳しくは、当該チラシをご確認ください。  
集金:11月の共同購入代金一括引き落とし

#### デポー

10月上旬の情報ワークで配布される申込用紙に必要事項を記入して所属デポーに提出。  
提出締切:11月14日(木)  
集金:12月の共同購入代金一括引落

長い間、無策に近かった家に住む権利の保障の実現にむけて、生活クラブ神奈川は動き出しました。住居を失うまたはその恐れのある対象者は女性だけでなく、若者、高齢者、男性と様々です。組合員一人ひとりの力で、必要とされる居住の提供、安心できる暮らしを広げていきましょう！

## ネットワークを活かして 進める支援

これまで培ってきた生活クラブのネットワークで醸成される関係性と、ほんの少しのケアを加味することで、網の目状の支援の広がりとなるよう活動していきます。

### 複合施設 ホームタウンみなみ @ 横浜市旭区

2023年、旭センター3階に女性のためのシェアハウスとコミュニティスペース「ホームタウンみなみ」を開設しました。地域で暮らしを支え合う拠点として、NPO法人さくらんぼ・横浜みなみ生活協同組合・生活クラブ神奈川の3者による共同企業体が運営しています。



保育スペース「Mitete」  
おやこで気軽に立ち寄れる交流スペース



食堂スペース「Minnnade」  
●フードパントリー  
食の支援が必要な方に無料で配布します  
●多世代食堂 子どもも大人もどなたでも!



シェアハウス  
「Nagomo」  
女性のための単身用4室・母子用1室の中期<sup>(※)</sup>シェアハウス(※1年程度が目安)



バスルーム



くつろいで談笑できる  
リビングダイニング

### 居室



### Nagomo 矢向

@ 横浜市鶴見区

ホームタウンみなみの実践を経て、矢向センターの3階にあった旧職員寮を改修し、生活クラブ神奈川の直営の「Nagomo矢向」(単身女性向けシェアハウス6部屋)を2024年9月に開所しました。生活支援はNPO法人W.Coメロディーと連携します。陽ざしあふれるこのシェアハウスで、安心した生活を送れるよう見守っていきます。

# 使って返そう！ グリーンシステム

調味料や飲み物のごみを減らすことで環境への負荷を低減できます。生活クラブの環境対策の仕組みを使って、組合員みんなの力でCO<sub>2</sub>を削減しましょう。

3Rの中で環境に一番優しいのはごみを減らすリデュース、その次が繰り返し使うリユースです。壊して別の製品を作り直すリサイクルは自治体でも行っていますが、年間3000億円という莫大な税金が投入され、多くのエネルギーが使われています。



生活クラブでは、1994年からびんや配達仕分け用袋・牛乳キャップなどをリユース・リサイクルしています。この仕組みを「グリーンシステム」とよびます。2018年には20年以上にわたる実績が評価され「第6回環境省グッドライフアワード環境大臣賞（NPO・任意団体部門）」を受賞しました。

例えば  
500mlびんを回収に出すと...

- 回収コストは、自治体 12円 がグリーンシステム 0円 に!!
- CO<sub>2</sub>排出量は、自治体 340g がグリーンシステム 90g に!!

## 環境平和委員会より

今年も6月から猛暑日が相次ぎ、長く過酷な夏でした。地球沸騰化は想像以上に加速しています。過熱化させた地球を、子どもや孫世代に渡すわけにはいかないですよ！Rびんの消費材を購入し、使い切ったら返却する。それだけでCO<sub>2</sub>削減の一助になります。まずはRびんの循環の輪に参加しましょう！



## ポイント10倍！ CO<sub>2</sub>CO<sub>2</sub>キャンペーン開催 期間：10/1（火）～12/27（金）

デポ-では200円のお買い物で1ポイントが加算されますが、RびんなどのCO<sub>2</sub>の削減効果の認められた対象消費材に対しこの期間、10倍ポイントが加算されます。Rびん消費材をお得に購入できる減多にないチャンスです。普段利用している方はいつもよりお手軽に、まだ利用したことのない方はぜひ購入しませんか？

### 牛乳キャップ 袋は再生利用

牛乳キャップ5個でゴミ袋（L）（再生原料6割使用）1枚に生まれ変わります。牛乳キャップ1つのリサイクルで、CO<sub>2</sub>排出量を約11g削減します。

サイドスコー-も回収しています！

5月回収率 牛乳キャップ サイドスコー- **61%**

配達仕分け用の袋や注文書フィルムは、もう1度仕分け用の袋や（再生原料は2割使用）、他の原料にリサイクルしています。袋1kgのリサイクルで、2,968gのCO<sub>2</sub>を削減します。

5月回収率 配達仕分け用袋 **37%**

### びんはリユース

規格を統一したびんと牛乳びんをリユースびん（Rびん）として回収を進めています。廃棄したものを一度資源に戻すリサイクルに比べ、廃棄したもので、エネルギー消費量やCO<sub>2</sub>の排出量を減らしています。

500ml容器1本あたりのCO<sub>2</sub>排出量 (g)

ワシウェイびん (リサイクル)	リユースびん 5回再使用	リユースびん 20回再使用
約200g	約50g	約10g

約77%削減

※データ：LCA手法による容器間比較報告書より

ラベルが剥がれにくいのはリユースされている証拠！  
新しいびんは、表面に傷がないためラベルがすぐに剥がれます。繰り返し使われているびんは表面に多少傷がつくため、ラベルが剥がれにくくなっています。ラベルはお湯につけると剥がしやすくなります。

5月返却率 (5月の回収数 ÷ 供給数)

	200ml	350ml	360ml	500ml	900ml	合計	
配達便	52%	167%*	76%	82%	76%	78%	89%
デポ-	51%	77%	48%	56%	45%	60%	56%
合計	52%	122%	62%	69%	<b>61%</b>	<b>69%</b>	72%

※デポ-で購入したびんを配達で返すケースがあるため100%を上回ることがあります

200mlのドレッシングも回収しています！

500mlと900mlのRびんは、国から「自主回収容器」に認定されていて、リサイクル費用が免除されます。ただし、認定の維持には回収率を80%以上に保つ必要があります。認定が取り消しになると、Rびんの価格が上がる可能性があります。

回収率80%の達成が必要

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

## 秋の特別講座 入会金不要

教室 記載のない講座はオルタナティブ生活館

### 自分年表をつくる 全3回

現役の編集者と一緒に自分年表を作らしましょう  
9/20・10/4・10/18(金) 10:30～12:00  
4,800円/3回

### 十四経絡体操と指組合せ療法

9/30(月) 9:30～12:30  
3,500円/回別途 初回受講時は600円

### 月餅と中華おこわと薬膳スープ

自宅(荏田南)・駐車場有  
ドライフルーツとあんこたっぷりの月餅、軽食付  
9/29(日)・30(月) 11:00～14:30 8,000円/1回  
お土産付

### New 2Days 手ヨガマッサージ&手相の基本3大線を学ぶ

①10/3・17(木) ②11/7・21(木) ③12/5・19(木)  
13:00～14:20 7,000円/回オイル代込/2回

### New 2Days 頭・首のマッサージ&呼吸法

①10/3・17(木) ②11/7・21(木) ③12/5・19(木)  
14:30～16:00 7,000円/回オイル代込/2回

### ①姿勢バランス改善 ②眼とカラダの体操

10/18(金) ①13:30～15:00 ②15:30～16:30  
①2,800円 ②2,000円  
①②同時受講4,600円

### マインドフルネス茶道 呼吸瞑想後にお茶を点てます

10/22・11/26(火) 13:30～15:00 4,000円/1回/回込

### 秋の気功瞑想

10/23(水) 14:00～15:30 2,000円

### 完全菜食ヴィーガンレストランと米粉パン屋さん探訪

10/24(木) 10時頃現地集合予定 都内  
8,000円/ランチ代込/交通費等は各自負担

### はじめての香道

香りを通していにしへの世界に誘います  
10/31(木) 13:30～15:30  
4,500円/香木代込

講師募集中! ※各講座とも講座維持費200円が必要  
です。詳しくはホームページ  
をご覧ください。詳しくはHPへ

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

## きちんと「栄養」 摂れていますか? 「栄養相談」がスタートしました

飽食の現代、ついつい“食べ過ぎ”を気にしがち  
ですが、近頃は栄養不足による不調も聞かれます。

離乳食や偏食、小食、不規則な食事時間、外食が  
多くなりがちなど食事に関する様々な相談に対応し  
ます。日々の食事について悩みをお持ちの方、ぜひ  
栄養相談をご利用ください。

● 清水 瞳 先生 管理栄養士、野菜ソムリエ

相談日 毎月第4火曜日10:00～13:00

料金 2,000円/30分 ※お電話にてご予約ください

お食事の悩み、  
ご相談ください!



詳しくは  
HPへ

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

## あなたの技術や知識 つながりづくりに生かしませんか?

食・環境・ケア・教育・文化など、何かしら技術  
や知識をお持ちの方はいらっしゃいませんか?

その技術や知識を生かして、人と人のつながりづくりに関わっ  
てみたいと思われたら、ぜひフォーラム・アソシエにご連絡ください。

私たちは、超高齢少子社会にあって、「子どもを真ん中にした人のつ  
ながりを多様につくる」をミッションに掲げ活動する団体です。法人の  
趣旨に賛同した多くの会員が、エコロ共済の掛金を原資とするエコ  
コロ講座のほか、自治会、町内会、学校のPTAなどに向けた一般講座  
の講師として活動しています。\*自薦、他薦とも歓迎です。食に関する講師希望の方  
のぞき、生活クラブ 組合員である必要はありません。

問い合わせ・申込み フォーラム・アソシエ  
☎ 045-472-7093 ✉ info@f-associa.com  
電話またはメールで

### 9・10月の対話の場

★対話的研究会 in かながわ いずれも 申し込み不要、参加無料

日程 9/21(土)、10/19(土) 14時～16時 場所:オルタ館5階

★10代限定雑談カフェ「ちっと・ちっと」 アソシエ事務所

日程 9/28(土)、10/26(土) 12時～15時

## 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。

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

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

## エコ住宅設備の設置に 補助金が出ます

2024年度の省エネ補助金は4種類。  
その中で「子育てエコホーム支援事業」  
は、様々なエコ住宅設備の導入に補助  
金が出ます。

浴室工事での高断熱浴槽に3万円。  
潜熱を回収して利用する省エネ給湯器  
「エコジョーズ」に3万円。

太陽熱利用システムに3万円、蓄電池  
に6.4万円、節水型トイレに2万円また  
は2.2万円、節湯水栓に0.5万円など。  
補助金合計が5万円以上であることが  
条件です。

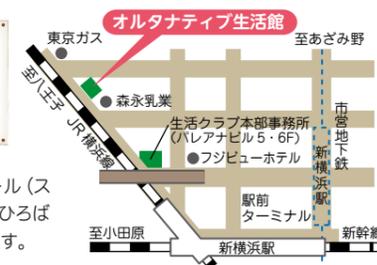
使いやすい補助金だと思いますので、  
ぜひご相談ください。



最近のトイレ便器  
は節水性能が高く  
掃除もしやすく  
なっています

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)  
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。



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)

## 「福島は語る」第1章・第2章 連続上映会

日時 10/5(土)・6(日)

ある日突然、放射能によって日常と生業、親しんだ自然と故郷を奪われた  
人々がいる。その理不尽さを語ることも奪われ、沈黙の中を生きる人々がいる。  
2011年3月11日に発災した福島第一原発。未曾有の汚染事故に晒され続ける  
避難者/被害者の「声」と「ことば」に寄り添い、個の体験の本質とこの時代の  
本質を可視化した長編・完全版の貴重な上映会。「福島」から何を学ばねばなら  
ないのか?その問いに答えうる映像体験があなたを待っています。

第1日目 10月5日(土)11:00～16:40上映(途中10分×2回休憩、飲食可)

『福島は語る一第1章一』(2018年/日本/カラー完全版:320分)  
100人を超える証言者の中から選び抜いた27の“福島の声”

第2日目 10月6日(日)13:00～16:22上映(途中15分休憩、飲食可)

『津島 福島は語る・第2章』(2023年/日本/カラー完全版:187分)  
裁判記録「ふるさとを返せ 津島原発訴訟 原告意見陳述集」に記された住  
民たちの言葉に衝撃を受け、作られた作品。

各日上映後に土井監督や  
避難者を囲んでのトークを予定

問い合わせ・申込み

料金 当日1,500円、1日予約1,200円(2日通し予約券2,000円)

予約 E-mail:spacealta1985@gmail.com FAX:045-472-6349  
(氏名、住所、連絡先と日にちを明記し申し込んで下さい。)

共催:福島原発かながわ訴訟を支援する会 福島原発かながわ起訴原告団、  
脱原発市民会議かながわ、スペース・オルタ

## 理事会だより

●第1回定例理事会(7/2) ●第2回定例理事会(8/1) ●  
報告承認事項(抜粋) 報告承認事項(抜粋)

- 1.「かながわ脱炭素アクション創出事業」への応募および実施計画について承認した。
- 2.フードバンク「おふくわけ」実験取り組みに関する神奈川意見について承認した。
- 3.大豆かす飼料の自主基準変更に関する神奈川意見について承認した。

- 1.さがみこファームの新たなソーラーシェアリング計画に伴うSPC設立方針と計画案について承認した。
- 2.コンフォール藤沢空テナント賃借申込について承認した。
- 3.にかほ院内風力発電(風車)の愛称選考のすすめ方について承認した。

編集後記 さくらんぼは、7、8月から次の年の実をつくる準備を始めるのだという。昨年の夏は猛暑で今年は双子果が多かった。来年はどうだろうと心配になる。地球沸騰化は大きな水害をもたらしただけでなく、植物の生理にも大きな影響を与えている。私たちの行動変容が問われている。再エネへのシフトを早急に進めたい。(くま)

こんな仕事 あんな仕事  
まっと見つかる 私らしい働き方



※ワーカーズ・コレクティブ(W.Co) 雇われるのではなく、一人ひとりが出資・経営・労働を担う、働く人の協同組合

## 地域で働く説明会 2024

各地域約20ヶ所でワーカーズ・コレクティブ\*の  
仕事の内容を説明します。

こんな方におすすめ

- ★住んでいる地域で活動したい
- ★ライフスタイルに合った仕事をしたい
- ★好きなことを仕事にしたい

気軽に参加して  
ください☆

予約・問い合わせ ☎ 045-662-4303

地域でともに  
活動しています!

市民連帯経済つながるかながわ 設立

## 市民参加で地域づくりをすすめましょう

神奈川ワーカーズ・コレクティブ連合会、  
NPO法人ワーカーズ・コレクティブ協会、生  
活クラブ神奈川(5つの地域生協含む)で、  
行政と地域の間立ち、団体の連携を支援  
する中間支援組織「(一社)市民連帯経済つ  
ながるかながわ」を設立しました。

地域のワーカーズ・コレクティブ(協同労働)とアソシエーション(共通の思いを持つ自主的なグループ)を中心とする市民団体や

自治体との連携も図りながら地域づくりを  
すすめます。

支援セクション・ネットワークセクション・  
事業セクションの3つの機能をもち、5つの  
地域生協エリアでまちづくり会議を開催し  
ます。コミュニティを基盤とした経済(社会的  
連帯経済\*)を目指し、持続可能で多様な  
暮らしや働き方を実現していきます。

生活クラブ神奈川理事長(共同代表) 篠崎みさ子



市民連帯経済つながるかながわ 設立総会  
(第1回臨時社員総会)  
役員と基調講演講師 立教大学 藤井敦史教授

\*地域の連帯性を深め、民主的な運営により持続可能な社会をつくる経済。構成するのは各協同組合、非営利団体など



左から小野さん、萱場さん、青木さん

消費材への思いをお伝えするコーナーです。今回は、まぐろや漬け魚の生産者「神奈川県漁業協同組合連合会」の萱場さんと小野さん、加工を担当する「丸福水産(株)」の青木さんにお話を伺いました。



## 神奈川県で獲れる新鮮なまぐろを組合員のもとへお届けします

神奈川県漁業協同組合連合会 販売部 部長補佐 萱場 弘さん  
課長補佐 小野 隆さん  
丸福水産株式会社 代表取締役 青木 淳一さん



めばちまぐろ中とろ赤身セット

発のことなどアドバイスをしてくださいました。正直なところは、視察にいらっしゃる日は「今日はどんな指摘を受けるんだろ」と職員は緊張していましたね。来られるのは主婦の方が多く、私たちとは違った利用者の目線で意見をしてくれるので新鮮でした。体制を整えるのは大変でした。

**厳しい基準をクリアし、高品質の魚介を**  
青木 当時、三崎の地域で生活クラブの厳しい基準にすぐに対応できる加工業者はおらず、そのラインをクリアするために手探り状態で体制を整えていきました。例えば、まぐろはなるべく鮮度を保ってお届けするため、皮を割ったり「サク」にしたりと一工程ごとに冷凍し直しています。定期的な組合員の方が視察に来て、衛生管理や消費材開



めかじき切り身

### 未来に向けて、組合員とともに進む

萱場 昨今、自然環境の変化や物価の上昇で海産物を取り巻く環境は常に変化し、安定してお届けすることが難しくなっています。このような場合、一般に流通する商品であれば添加物を使って価格を安定させる手段などが考えられます。しかし、組合員のみならず求めるものはそうではありません。子どもから大人まで安心して食べられて、手に取りやすい価格で提供できるようにと、常に考えています。最近では、まぐろを刺身だけではなく、麹漬けなどの加工品にしてみるなど新たな視点での消費材開発にも挑戦中です。



めかじき醤油麹漬

小野 デポや交流会で組合員のみなさんとの関わりがある点も大きいですね。実際に食べているみなさんと、とてもためになります。理解していただけていると感じますし、お褒めの言葉やこんな消費材だとうれしいといった要望など、全ての声が励みになります。神奈川県はまぐろやメカジキといった魚介のほか、海苔やわかめ、ひじきなど海藻類も豊富です。これからも、安心安全な海産物をみなさんの元へお届けできるように努めていきます。

## information

### 第11回 東日本大震災・復興まつり-ともに生きよう! 2024-

日時 11月23日(土) 10:00~14:30 場所 みなとみらい臨港パーク



2013年から開催してきた復興まつりは、同じ志を持つおおぜいの団体による参加で「ともに生きる」「復興」「脱原発社会」を掲げ、新たな出会いと再会を生み、人と人のつながりを広げています。この取り組みを積み重ねるため今年も復興まつりを開催します。復興に向けて東北、神奈川で暮らす市民が交流し、未来を共に考えましょう。たくさんのブースを出してお待ちしています!



#### 組織概要(神奈川)

組合員人数 87,216人(2024年7月末 92人増) 7月度加入 552人、脱退 644人  
世帯当り利用高 20,815円(2024年6月) 世帯当り出資金 135,612円(2024年6月)

ちょこつとQの答え ▶ 日額2000円。組合員の要望に応じて、事故(ケガ)通院の保障改定が実現しました。

お詫びと訂正 2024年7・8月号の表紙・裏表紙で、vol.177と誤表記してしまいました。正しくは、[vol.176]です。お詫びして訂正いたします。

