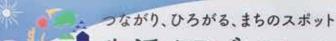


epo

隔月発行 **11.12**月号 Vol.178



組合員が講師料を支払うことで開催 できる講座を何という? →ヒントは2ページ。答えは裏表紙。



生活クラブステーションくりのきマルシェ

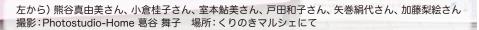
皇語のラブは金銭けじゃない! る。ひるげる地域の仲間





生活クラブ神奈川の HPやSNSは こちらから!

サステイナブルなひと. 生活クラフ





地域の方とつながり、組合員にも協力してもらいながら 子どもたちが参加できるイベントを行っています。

費材を渡すキャリ

かなと感じます。その後、コモンズステーションで消

くれようになり、外とつながるきっかけを作れている

先生以外の大人と関わることで、少しずつ話をして

護者の方が集まっておしゃべりできる会を始めま. 基金を活用し、不登校の子を含めたお子さんと、保

へと話すのに慣れていない子も、ここに来て親や







子どもたちと一緒に地域のゴミ拾い

コミュニティのきっかけ

コモンズ

ステーション

どのような活動をされていますか

生活クラブ神奈川の居場所アソシエ

五十嵐 美和さんに聞きました

ンを立ち上げた

「コモンズステーションはだの」で活動するアソシエーション

「はだの common」



地域の農家さんの厚意で軽トラックにペイント

秦野市鈴張町2-10

いかがですか?コモンズステーションで活動してみて 集まりを通して、組合員一人ひとりを覚えられて

はステー 備をするのでなく、声をかけたら進められる。それ リーがイベントを開くときは組合員に運営のお手伝 はエッコロ講座の講師の方に出店してもらい、 深いつながりができています。マルシェを開くとき メッセージなどありますか? ションという場があるからだと感じます。 して…と連携ができています! から準 、キャ

が大変な方は遊びに来て、エッコロプラス※などたす 組合員になれば、消費材の購入だけでなく、子育て ますが、組合員が増えず、存続は厳しい状況です 人が集まる場としてコモンズステ たくさんの方に生活クラブ ションはあり



簡単セルフケアの様子



ジュートバッグの飾り付け

の企画。刺繍が好きな組 真は矢巻さんの作品で、 たもの。

・ションのキャ おうちのよ いろ

んなことができるとわくわく が実現しました。マッチングすれば、

やかな雰囲気で始まりほっとしています。 健室のように、病院に行くまでのことで はない困りごとを話すなど、幅広くお話 これからが楽しみですね 8月には、コモンズステ ます。看護師さんもいるので、まちの保 いろんな年代の人が関わってくれて、 と組合員でバッグの飾り付けの企画

簡単な体操をしたりするのもい 師さんがいるときは椅子に座ってできる いなと思

月1回みんなでおしゃべりしたり、整体

生活クラブは食だけじゃない! 組合員でつくる・ひろげる 地域の仲間

地域に気軽に立ち寄れる場所や、ゆるやかなつながりがあると安心しますよね。 生活クラブでは組合員の仲間とコミュニティをつくることができます。 アソシエーション※やエッコロひろばなどの活動に参加して、 近所同士で顔が見える関係を広げませんか?組合員以外の方と参加できる集まりもあります。

※共通の目的を持った自主的なグループ

室本 鮎美さん(磯子コモンズ担当理事) 戸田 和子さん(磯子コモンズ運営委員)

矢巻 絹代さん(労働者協同組合W.Coキャリー) 加藤 梨絵さん(横浜みなみ生活クラブ常務理事)



コミュニティのきっかけ

コモンズ

ステーション

注文品の受け渡しスポット。登録

をした組合員は週1回、所定の曜

日・ステーションにて注文品を受け

取ることができます。地域の居場

所としても活用し、ステーションを

きっかけにコミュニティ作りが広

コモンズステーションくりのきマルシェで活動するアソシエーション

「Cafe ぽかぽか」

万や、ボランティアスタッフとして関わ

したい整体師、看護師、ケアワー

4が辛くなる前の日々のセルフケアや、 にい方が参加し、1緒に話を進めまし

쌷期検診の大切さを地域の人たちに広め

い、子どもの発達に悩みを持つ親の

詁会をしたいなどの想いを持った方が集

は9へ ことで、組合員が講座を開催できます。 に登録している講師を招き、講師料を支 に登録している講師を招き、講師料を支

横浜市磯子区栗木2-1-3 スタープラザ102 毎月第2水曜日 10:00~12:00

□講座*の講師を招き学習会を開いたと

ころ、居場所作りに関心があり、ここを活

どの ように始まりましたか?

居場所として、幅広い年代で集まれるコ

ミュニティカフェを開いていこうと話しま

した。まず居場所作りを学ぶため、エッコ

アソシエーションを始めているなさんに聞きました

県内に8か所あります

がっています。

- ■横浜市磯子区 ■横浜市南区
- ■横浜市瀬谷区
- ■川崎市宮前区
- ■相模原市中央区 ■海老名市

コミュニティのきっかけ

コモンズ **ステーション**

講師の皆さんに聞きました



子育て仲間で作った組合員のサークル

「うんとこ」

お

聞きしました

今回が初めての開催と

ひろばはゆるく開けてゆっくり話せるの 理の講座を行う先生をお呼びしました。 ノズが地域のNPOと共同で持っている エッコロ講座の補助を活用し、 ースがあり、 いなと感じます。 助かっています。 湘南ふじさわコモ 韓国料

エッコロひろばのよいところは?

動範囲が広がっても、ひろばをきっかけがありますね。子どもが大きくなって行 も近い人たちが自然と集まり、 点で知り合えます。子育てや食の価値観 が、エッコロひろばは組合員という共通 外で知り合いを作るのは難しいです 安心感

コミュニティのきっかけ

エッコロひろば

エッコロ共済に加入する組合員 がつくれるサークル。生活・健康 文化などをテーマに、共通の関心 を持つ5名以上が集まれば活動 できます。年に3,000円の活動費 やエッコロ講座(対面7,000円 1回分/オンライン3,000円・2回 分)の補助が出ます。

> (湘南生活クラブ) エッコロひろばを エッコロひろばを始めた

ったきっかけは?

加者のし・ こでメンバーを募り、 口ひろばを知りま. べつつ何かできたらと始めまし 広げる活動に関わるようになり、 広場の連続企画に参加をしました。その 配達されたチラシをきっかけに、ベビー 生活クラブのたすけあいの仕組みを - NEグループがあったのでそ した。 おいしいものを食 ベビー広場の参 エッコ



よる新聞バッグづくり

防災をきっかけにつながる

「防災・減災コミュニティ」

居心地よく

行けばどんどん親しくなっ

台風などの

る

ダー宅で茶話会を開いています。

5

ŧ

年に1度防災物資の配布の際に、

IJ

防災・減災コミュニティは

いかがですか?

活動にも参加するようになりました。

ニティや、

消費材の利用を広げる委員会

ントへの参加を重ねるうちに、防災コミュベたり遊べたりと楽しかったです。 イベ

遊びに行ける場所を探

いたので、

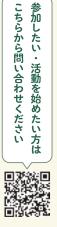
べ食

災害時に「どう?」と声をかけてくれ お知り合いに紹介しましたか? 知り合いができたのは心強かったです。 いくのも楽しかったです。

した。 防災・減災コミュニティについて声をかけ すすめたら組合員になってくれま 生活クラブが気になっていた友だちに

思うことは? 改めて組合員活動について

たくさん知り合いもできて刺激を受け 楽しめます! こういう仕組みは参加した方が 参加できるものもあります 楽しいし、 一人で参加しても、 お得です。 みなさん受 友だちと 安心.



お知らせはこちらから 県内に5つある地域生協の



パステルアート

(加藤さん)

地域のカルチャ

-スク

の講師をしていて、

コミューケーションツ

ルにもなります。

で作ったものを家に持ち帰れば、 ホッとできる時間になりますし、

声をかけてもらいました。 の代表をやることになり、 間がエッコロ講座講師団体

> 今後も様々な地域での活動を広げて 組合員同士や家族をつなげられるよう、

通じて生活クラブを知ることができま

講師団体を結成しました。この活動を

うので、

その橋渡しになれたら嬉しい

ブの良さは深く関わるほど分かると思

提供できる講師がおります。

生活クラ

(及川さん) バラエティに富んだ講座をご

です。頑張っている子育て世代の方は

講座

その後メン

をつないでいただき、

に出てみないかと声をかけられました。 景があり、運営委員の方からイベント レッスンやワークショップをしていた背

コモンズステーションはだのを拠点に 始まったエッコロ講座講師団体

「はだのフィールズ」

(奈良さん) フラワーアレンジメントの 師団体を立ち上げてみたら?」と提案 運営委員の方から「エッコロ講座の講 でもらい、企画に関わりました。その後、 ンのプレオープン時に講師として呼ん 話したことから、 (及川さん) アロマの講師をしていると ありますね ただきました。 コモンズステー

1つの講師団体になった経緯が 技 左から ショ

みなさん違う



加藤 菊恵さん

と私たちの活動がお互いに補い合えた(加藤さん) コモンズステーションの活動 組合員を増やそうと盛り上げていくプ と思います。コモンズステーションでは、 活動していかがですか?

を必要としていて、私たちはコモンズス レオープンの時期に、 イベントの講師

活動が生まれていますね 師団体になれたと感じます つの拠点から様々な ションで講座を重ねられたから、 講

家族の

今後についてはいかがですか?

師が、団体として育っていく過程をサ です。個々に声をかけられて集まった講

トしてもらいました。

でいただけたのは本当にありがたかった 必要なので、すでにあるところに呼ん (及川さん) 何か講座をするにも場所が

(かわさき生活クラブ) が災・減災コミュニティに

参加されたのですか?加入後すぐに の企画に参加していました。子連れで加入後はマーマレードや味噌づくりな

どの企画に参加していました。





コミュニティのきっかけ

防災·減災

災害時に組合員同士で助け合う ことを目的に、防災訓練などの自 由な活動を行うコミュニティ。 エッコロ共済制度から、防災に使 える消費材の購入費の補助もあ ります。

生活クラブ神奈川では、生産者「遊佐町共同開発米部会」 える雑草抜きを通じて、無農薬、有機栽培で育てている生 、組合員が田植えから脱穀までを行

害にあっても「食べる人たちがいるから、諦めずに作る」と生産 め食べる量を約束することで、私たちはお米を食べ続け、生産 米の注文が急増しました。お米は年 佐の田んぼには土木が流入し、それに伴 者は安心してつくり続けることができます。7 に大量の注文があってもすぐに届けることはできません。 今年は8月の南海トラフ地震臨時情報や台風の影響でお 土砂で埋まる被害などが生じました。このような大災 けい水を引く水路やパます。7月の豪雨で遊

者は力強く話してくれま ぜひ、生産者が思

田植之作業開始!

元気に実りますように!

6年目の今年は、 稲刈りまでの時点で 延べ79名が参加

しました!



レポートは noteから!

5月

10月

2024 IJ

in 神奈川横浜みな ッシ ユ ーツア

み

/14(±)

16(月)

島と栃木から6家族19名のご家族を迎えま 流する「リフレッシュツアー」を実施して 福島の組合員家族を迎えて、神奈 と伝えられたことの意味 人震災の翌年

みについてもお聞きしました。 が気になっていても周りに気軽に話せない もたち等、置かれて 住んでいなかった方、生まれてい から離れるため保養した家族、まだ福島には 年を経た福島や栃木の方から、放射能のこと いた状況は様々でした。 、なかった子

入れることの意味を改めて実感を経たからこその悩みがあり、私 て心を込めて作った朝食や、カレーやBBO遊ぶ姿も見られました。そして、消費材を使っ でしたが、子どもたち同士が和気あいあいと 青少年センターで、大部屋で男女別での宿泊かったとの声が多くありました。三ツ沢公園の う」との言葉が多くの方から聞かれました。 リフレッシュツア 夕食での交流に感激され、「忘れないで 、参加者全体での交流が図れて を続けてく

作業終了後、鳥海山をバックにはいチーズ!

これからも「忘れていない

13年の時間を経て「忘れてないよ





















過去の戦争から知る、学ぶ

環境平和委員会で核兵器廃絶、 戦争のない世の中を目指す活動への共感をひろげるために、 過去の戦争から学び、ともに未来を考える企画を開催しました。

ゆる被害と、その先の環境や

います。核の被害についても、広島・長崎に留まらず、米国内外のあら

ん。世界で唯一の被爆国である日本以外も視野に入れた運

人体への影響にも目を向けていかなけれ

これまでの気候変動のしわ寄せは、若者世代に大きな負担を強いて

「核保有国は何か国? ⇒ 9か国」 「現役核弾頭は減っている?

変えて新機能を付加している」

⇒ 核軍拡が進んでいる。減らしても作り

等々のクイズを通して理解を深めました

高橋さん推奨のドキュメンタリー映画 SILENT FALLOUT(死の灰)

米大陸が放射能で汚染されていることを

乳歯で証明し、核廃絶への行動を促すこ

るべきです。若い命や才能、多くの

には、必要あり

遺跡、遺構が神奈川にはあります。優秀な研究者や技術者の力は、

、人を助け、みなが豊かに暮らす

っために使.

人の日常が奪われて

電波の妨害がない高台という理由で選ばれた登戸

、や日吉台、他にも

進めた戦争。その裏側で上層部は豊かに暮らしていたようです。若

人々の暮らしや、学生の学びに大切な時間と場所を取り上げて

命が奪われたことへ憤りを感じ、涙が溢れました。

戦争には何も良いことはありません。東京からの便利な立地と、

加害の事実を知る機会となりました。

器は実際に使われ、亡くなった方もいます。アジア太平洋戦争で

2024年11・12月号

戦時中や終戦前後の、驚くべき事実の数々を知りま 秘密戦のための兵器が開発された場所です。開発され

現在は議員との対話、政策提言、高校での授業などより多くの・

高橋悠太さん(核廃絶ネゴシエ

代表理事

え、運動を広げています。核廃絶運動と市民社会の関わり方、若者や

リティと言われる人々の

2権問題として声を上げていく

日吉地下壕(慶應義塾大学日吉キャンパス内 戦争遺跡日吉台地下壕)

戦争遺跡、

・和学習の場として川崎市にある 遺構の2ヶ所に足を運びました ツ

高橋悠太さんる

んの話を聞

41

和

企画

⁷/₁₅**5**

@ オルタ館

まなびや

の

戦争遺跡

|構を巡 る

いつもの暮らしから、未来に繋がるアクションを

用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!

エッコロ共済

3つの保障 共同購入保障・生活保障・活動保障

毎月100円の掛け金で組合員どうしのたすけあう関係を つくるしくみ、エッコロ共済。

今回はエッコロ講座について紹介します。

エッコロ講座って?

エッコロ共済加入者は食や子育て、環境などさまざまなジャンルの講座(600以上) に参加することができます。講座の参加をきっかけに、地域に顔の見える関係を つくり、おたがいさまのたすけあいを広げていきましょう。

例えばこんな講座があります



料理教室



他にもさまざまな講座があります。

厚木コモンズの活動を紹介! 🗾

厚木コモンズでは、エッコロ講座の「親子で楽しもう! こど も哲学」を毎月開催しています。こども哲学は、正解のない問 いを話し合う場。「どんな意見も否定しない」「誰かが考えてい るときは待つ」「自分の意見が変わっていくことを楽しむ」など いくつかのルールを守りながら、のんびり思考を楽しむ時間で す。安心して意見を言える場をつくり、子どもたちに自分の頭 で考える力と自信を育んでほしい、そう思って始めました。

そんな子ども哲学を生活クラブの場で開こうと思ったのは、 「これこそが組合員活動だ」と思ったから。安心して意見を言 える場は、大人にとっても最良のコミュニティづくりになりま す。疑問を持ち、それを共有し、他者との関わりの中で深め、 広げ、そして結束して行動していく。そんな組合員活動の基礎 を次世代の子どもたちと共に育んでいきます。継続は何よりも 力になります。毎月継続できるのは、専門の知識をもった先生 をエッコロ講座の仕組みで派遣していただけるから。 エッコロ 講座にはコミュニティづくりの種がいっぱい詰まっています!

さがみ生活クラブ 小田島 梨絵さん



子どもの考えていることを、とことん ゆっくり聴き、受けとめます。我が子 が1人の"個"であることを改めて感じ、 また成長を覗く貴重な時間です



生活の中で「当たり前」になっている ことに、あえて疑問を持つ時間。 大人も頭がパンパンになります

エッコロ講座に 参加するには…

配達便・デポー情報ワークで配られるチラシや、 デポーでの掲示板、各SNSをチェック! QRコードからお問合せいただくこともできます。



エッコロ講座を活用して心と身体のリフレッシュを!

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



エッ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・

生活クラブに加入して、暮らしに

洗濯や食器洗い、お風呂掃除など、合成洗

剤は特に気にせず生活していたのですが、

余計なものが入っていない安心なせっけん

の良さを知ってから切り替えました。体を

洗ったついでに浴槽も洗えるし、環境や肌

への負担も少なく、リーズナブル。においな

どの刺激もなくなり、生活する上で気持ちに

変化はありましたか?

ゆとりができました。



さがみ生活クラブ 伊勢原コモンズ 中山 沙山美さん 2020年11月加入

加入のきっかけを教えてください

1人目の子が2歳の時、仲の良いママ友の 多くが生活クラブを利用していて、おやつ の時間に用意している黒豆やゼリーを見 て気になりました。初めはママ友に買って もらっていましたが、妊娠中で買い物が 大変だったこともあり、日常的にも利用 できればと思い加入しました。





子どもと一緒に 楽しむ時間を大事に しています

私の おすすめ消費材ベスト3 ★♡

1位 チキンナゲット

慌ただしい朝食にも、用意が億劫な昼食にも、 オーブンで温めて食卓に出すと、 家族全員が群がるほど大人気で す。子どもは市販品を出しても食 べなくなりました(笑) 生活クラ ブのケチャップをつけて食べるの が我が家の定番です。



新生酪農の生乳で作ったバターと ホットケーキミックス

加入当初に参加したイベントで、メレンゲを 加えたふわふわのホットケーキの美味しい 作り方を教わりました。おすすめされ て白いバターで食べてみると、脂っ ぽさがなく、これまで味わったことの ない美味しさに魅かれました。贅沢 消費材です。



味の決め手になり、料亭で食べているかの ような上品な味がお気に入りで日々欠かせ ません。鶏肉や里芋、大根を入れ たお吸い物や、炒め物に重宝して います。素材の味を残した美味し いごはんが完成します。お料理する のが得意になったような気分にさ せてくれる私の強い味方です。



くらしに役立つ生活クラブの情報をお届けします♪



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



堀井さん のレシピ 🌾

秋鮭とさつまいもの 味噌グラタン



【作り方】

● さつまいもをよく洗い、食べやすい大きさに切り、水にさら した後、レンジで2分加熱する。

- ② 鮭を一□大に切り、塩胡椒を軽くふり、オリーブオイルをひ いたフライパンで両面を焼き、取り出しておく(骨がある場 合はこのとき取り除いておく)。
- 3マカロニは10分茹で、たまねぎは薄切り、しめじは石づきを 取り、エリンギは食べやすい大きさに切っておく。
- 4 フライパンにバター、下ねぎを入れ、しんなりするまで炒める。
- 6 さつまいも、しめじ、エリンギ、鮭を入れ、2~3分中火で 炒めた後、小麦粉を入れ粉っぽさがなくなるまで炒める。
- ⑥ 牛乳を少しずつ入れ、マカロニ、塩、味噌も入れてよく混ぜる。
- ⑦ グラタン皿に入れ、チーズを乗せ、オーブントースターで5~ 8分程度焼き色がつくまで焼く

材料 3~4人前

鮭 ……1切れ マカロニ… 100g 玉ねぎ……1/2個 しめじ……1/2株 さつまいも… 1本 エリンギ… 1本

大きさによって量を調整してください

全酪連バター …… 30g オリーブオイル …… 大さじ1 国産小麦粉薄カタイプ… 30g パスチャライズド牛乳… 400cc 味噌 … 小さじ1/2~小さじ1

ミックスチーズ …… 適量

塩 … 小さじ1/2

塩胡椒…少々

■ № ポイント ·--·--

- ●鮭は骨抜きのものを使うと楽です。
- 味噌の味をしっかり感じたい場合は 小さじ1がおすすめです。また牛乳を 豆乳に変えてもおいしいです。
- ●きのこ類はお好みで増やすとより秋ら しいグラタンになります。
- ◆素材を生かし、薄い味付けで料理して います。野菜も入れて、栄養バランスと 彩りが良くなるよう心がけています。
- ◆毎週牛乳をとって、ヨーグルト・バナナ ジュース・おやつ作り・牛乳プリンなど に使っています! グラタンを作るとたく さん消費できます。



横浜北生活クラブ 菊名コモンズ 堀井 華愛さん ● 2018年3月加入

----2024年11・12月号



生活クラブの生活リハビリクラブ福祉事業

生活リハビリクラブ麻生

川崎市麻生区東百合丘3-17-4 る一むら麻生 生活リハビリクラブ橋本



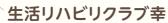






生活リハビリクラブ鴨居





川崎市幸区南幸町2-4-2 ビクセル川崎101









三浦郡葉山町長柄1275-1









相模原市緑区橋本台1-18-10

パストラル長田103

生活リハビリクラブ茅ヶ崎

通所 訪問

茅ヶ崎市茅ヶ崎234-1

通所 訪問 居宅 障害者 支援

県内に6施設

生活リハビリクラブで働くメンバーの声

働くメンバー募集中 仕事いろいろ!未経験OK!

ケアマネジャー、訪問介護、看護士など資格 を活かせる働き方の他、通所や小規模多機能で は資格や経験がなくても大丈夫です! 働きなが ら資格を取ってステップアップもできます。

送迎ドライバー、食事づくり、清掃、産前産 後の子育て支援など様々な仕事があります。人 と人とのふれあいを大切にしながら、地域で充 実した時間を過ごしませんか?



詳しくは、各生活リハビリクラブまたは 一ムにてお問い合わせください。

働くワーカーズの想いがまとまった 動画はこちらから



「生活リハビリクラブ葉山を利用 して良かった!楽しかった! 1と 思ってくれるように、ご利用者との コミュニケーションを大事にしてい ます。「介護はチームで」と思って いますので、ワーカー同士のコミュ ニケーションも大切にし、ご利用者 の日々の様子を観察しながら、そ の方にとって最適なケアになるよう に皆と話し合いながらすすめるよう に心がけています。

生活リハビリクラブ鴨居で は『笑顔のキャッチボール』 をモットーに、利用者さんとス タッフみんなが家族のように 笑ってこの町で暮らし続けられ る、たすけあいの地域社会を 目指しています。地域住民が 中心となって働いています。

生活リハビリクラブ麻生は 2022年4月に、交流スペース を併設する複合施設「るーむら 麻生 | に移転し2年半になりま す。地域の方も参加できる組合 **員活動も活発で、「お互いさまの** たすけあい | をモットーに、顔 の見える関係を大切に活動して います。

「さがみのエリアにも福祉の拠点 を!参加型で『生活リハビリ』の視 点を持った自分ごとの施設をつくる う!」という組合員の思いから生ま れました。現在生活リハビリクラブ 橋本では37名のワーカーズが力を合 わせて利用者のみなさんと共に歩み をすすめています。これからも生活ク ラブたすけあい8原則が息づき、食 を大事に、ケアだけではない生きる 力につながる支援を行っていきます。

生活リハビリとは...

医療的なリハビリでなく、日常の「生活 動作全てがリハビリ」と考え、自立した 生活の維持向上を目的としています。

ど)や身体介護(入※伺い、家事支援(掃除

浴・食事の

居宅

(ケアプラン作成)

宅介

護支援

組みです。

の相談はこちらへ。
おに考えます。介護の疑問・不安ちに寄り添ったケアプランを一ちに寄り添ったケアプランを一か合わせて、利用者・家族の気持か、選保険や地域のサービスを組

など)を行

へい、家事支援(掃除·買い物なけるように、ヘルパーが自宅に住み慣れた家で自分らしく暮ら

生活リハビリクラブは、1987年に日本の生協で初めて デイサービスをスタートした、地域の在宅福祉を支える拠 点です。行政主導の福祉では、利用できる対象などに制限 があります。そこで、公的福祉ではカバーできないニーズ にも目を向け、柔軟なサービスを実現しています。組合員 とワーカーズ・コレクティブが中心となり、地域住民やボラ ンティアとの交流を通じて、身近な社会とのつながりを 作っていることも大きな特徴です。

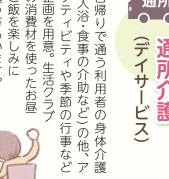
※メンバー全員で出資・経営・労働を担う非営利の事業体。

事業内容

下記事業のほか、介護保険では 対応できないニーズに応えます。













通所

スを行います。ど、生活全般にわたる援助サービど、生活全般にわたる援助サービ浴・排泄・食事の介護や外出支援な障がいをお持ちの方に対して、入

障害者総合支援







える

24時間365日t-ビスを組み合ない・訪問・泊まりの





共同

開催しました

左から斉藤さん、神山さん

購入

政策

栃木開拓牛・ほうきね牛 取り扱い中

● デポー

月2~3回の限定取り組 みです

● 班個配の方

ほうきね牛のみeクラブ 限定で注文できます

地域で連携し、エサにまでこだわった安 心・安全な美味しい牛肉、利用していますか? 残念ながら、ここ数年の牛肉利用率は生活ク ラブ神奈川のデポー組合員の20%程です。

私たち組合員の利用が少ないために、肥育期間が過ぎても牛たちが畜 産農家のもとにさらに約2か月とどまる事態が起きています。そしてこの 間にかかる飼料代などが経営を圧迫しています。酪農家の危機が叫ばれ たことが記憶に新しいですが、飼料や資材の高騰に直撃されているのは畜 産農家も同じです。

栃木ならではの乳肉連携を支えるために、おおぜいで食べて応援しま しょう!生活クラブの牛肉やパスチャライズド牛乳を美味しくいただくこと は、私たちの消費材を守ることでもあるのです。

良質な稲で丈夫な胃袋に

加熱後に押しつぶした 子実トウモロコシ

〔一般には…〕

遺伝子組み換え飼料の割合が非常に 高い。収穫後に殺菌剤・防腐剤を使 用している飼料もある

ココが違う!

抗生剤やホルモン剤も不使用

ます。 1日に約1.キロ、ほうきね牛は、ホルモン剤を使用しない開拓牛 キロの増加。開拓牛は200 や豪州の牛の輸入は認められて ほうきね牛は270日かけてじっ 健康に育てることで、 ・豪州の牛の輸入は認められていされていますが、使用する米国でれていますが、使用する米国・使用。これは日本では使用が禁 日に平均約1.8 また成長を早めるホルモン剤も ホルモン剤を使うと体重は キロ増えますが、 、抗生剤は不 日_{0.9}は

レスを与えな

一般には…

ホルモン剤を使った輸入牛や、抗生剤 を使って育てた肉牛も販売されている

-ウモロコシです

飼料にも「安全」が詰まっています

ました。栃木開拓牛ではエサの実トウモロコシの給餌も始まり 育後期では20%を占めています。 と呼ばれる子牛の時期に与える させたエサ) が中心で、 WCS(穂と茎を丸ごと乳酸発酵 にも飼料用米が使われて 栃木開拓農協では稲わらや稲 新たに、減反田等を利用 - ウモロ 以外は全て国内産。 。配合飼料 チモシー

身まで明らか。

収穫後の農薬

エサは非遺伝子組み換え品で

ココが違う!

生活クラブ生産者の農畜連携

にもなっています。生産者のごの鶏や平田牧場の豚の飼料ウモロコシは生活クラブたま います。 料の国産化を一歩ずつ進めて連携による循環型農業が、飼 でも使わ は栃木開拓農協の青果物の畑 では、牛の排泄物をたい肥と 飼料用米やトウモロコシ畑 、牛たちはそこで採 子実ト 삞



牛の排泄物

片内から見える、栃木のつながるローカルSOGs

生活クラブの牛肉は ココが違う

「牛乳」は酪農家、「牛肉」は畜産農家が生産しているため、つながりがないと 思っていませんか?実は、主にデポーで取り扱う栃木開拓牛やほうきね牛は、牛乳 を生産する酪農家で生まれたオス牛と交雑牛。そのこだわりの飼育方法について、 栃木県開拓農協農畜産部の神山雅如さんと斉藤慶太さんよりお話を伺いました。

ココが違う!

生産の過程がわかる

その原乳を生産する乳工場である「新生 地域内で育てる ある

野菜の生産者 「栃木県開拓農協」、 活クラブでは、栃木県内の牛 販売されます。対して生子牛は家畜市場を通じて 「那須箒根酪農 -肉·豚肉

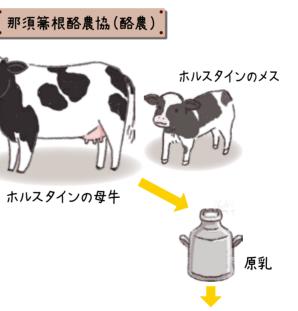
わっています。<mark>移動によ</mark>牛を購入する場合も、 牛は栃木開拓農協のもとで、肉牛とし て育てられます。箒根酪農協以外の子 たメスの子牛は乳牛 ジスの子牛は乳牛となり、オスの子那須箒根酪農協の乳牛から生まれ



子牛は家畜市場で畜産農家 (肥育農家) に売られる



- ・遠くへの移動が子牛の負担
- ・子牛の素性がわからない (何を食べて育ったか等)



栃木開拓農協(畜産など)



ほうきね牛※ 栃木開拓牛

那須箒根酪農家のホルスタインのメスに和牛のオスを掛け合 わせた交雑種。初産の母牛の負担を軽くするため、体の大き いホルスタインではなく和牛を父とする子牛を生みます。

やわらかな肉質で 組合員にも人気

牛乳・チーズ等

新生酪農栃木工場

(乳製品製造)

2024年11・12号

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

おすすめの特別講座



オンライン初心者でも簡単!ネイルチップ装着

ネイルチップの取扱い方を学ぶ 12/13(金) 10:00~12:00 4,800円

クリスマススワッグ

①初めての「ヒモトレ」

②基本の骨ナビ体操 ~骨・関節から若返る~

11/29(金) ①13:30~15:00 ②15:30~16:30 ①2,800円 ヒモ代110円 ②2,000円 ①②同時受講4,600円

十四経絡体操と目のツボタッチ呼吸法

目の緊張をほぐし、疲れ目などの症状を改善します 12/9(月) 9:30~12:30 (最初と最後の30分は脈診) 3,800円 @300円/1冊 (初回は@600円要)

簡単パーティーマジック

見た目にも華やかなマジックを2つ以上習得できます 12/11(水) 10:30~12:00 3,000円ペア割5,000円 動1,000円

入眠气功

12/13(金) 13:30~15:00 2,000円

大倉山記念館ホール

クリスマスコンサート ~朗読&ヴァイオリン~

12/17(火) 13:30 開場 14:00 開演 3,500 円

お正月飾り アーティフィシャルフラワーを使ったしめ飾り 12/21(土) 10:00~12:00 3,500円/砂込

きもの着付け 2日間コース

涼しくなってきたので着物を着てお出かけを 12/6、1/17、2/7、3/7(金)から2日を選んで受講 10:00~13:00 7,500円/2回 願いを整理し

修験者に教わる心と身体の使い方

~願う人生を送るために~

1/29(水) 14:00~16:00 3,800円

Ju 必安じず 詳U<はこちら→ **ロ** ※各講座とも講座維持費200円が必要です



オルタスクエア オルタスクエア 検索

TEL 045-476-1105 FAX 045-476-1106

横須賀市不入斗町の 住宅確保用配慮者用 戸建て賃貸の案内

一般の賃貸物件ではまだまだ入居を 断られることがある高齢者・障がい者・ ひとり親世帯・外国人世帯に、優先的 に戸建を貸したいという生活クラブ組



合員の大家さんがいます。物件の所在は、横須賀市不入斗町3T目52 番地。前面道路がせまく車が入れない、築年が1969年と古い、などが デメリットですが、3LDK:99.76㎡と部屋が多く広い、1・2階それぞれ にトイレあり、眺望良い、近くには不入斗運動公園がある、 など魅力もあります。家賃は月額75,000円を想定。詳し

くはオルタスクエアホームページを。

オルタ健康ステーション

オルタ健康ステーション 検索

TEL 045-471-1733

オルタ健康ステーションの相談室 健康医療に

健康上の不安、検査結果・診断・治療方法等について、科目を問わず 医療に関する疑問・質問、お気軽にご相談ください。健康診断の結果 をお持ちいただいてアドバイスを受けることも可能です。



セカンドオピニオンのご相談

にも応じます

パネルディスカッション

第2土曜 14時~ 17時

- 対面相談30分: 2,000円(税込)
- 電話相談30分:無料
- ▶事前に電話 (045-471-1733) で ご予約ください

水谷 顕洋先生(医師)

1992年医学博士取得/2011年より昭和薬科 大学薬物治療研究室教授(専門は薬理学) 介護老人保健施設施設長のご経験もあります

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も 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。



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

新・五感を育む自然あそび塾

冬講座 参加者募集 冬の公園って何もなさそう、と

思っている方も、実は寒さを忘れる ほどの見どころ満載ですよ。工作や 体を使う遊びもあります。

日 時 2025年1/11(土) $10:00 \sim 12:00$

自分で探し出した 自然物で「ビンゴ!」

場所 横浜市立こども自然公園 (横浜市旭区)

参加費 親子3人まで4,000円 (人数追加毎に500円)

問い合わせ・申し込みはエデュカル (会員団体) まで▶ ■ 3000 回

<春・夏講座受講生の声>

「よく見る草や葉でこんなにずっと遊べるなんて」 「始めは公園の遊具に一目散だったのに、最後まで夢中で 葉っぱ遊びやってました」「不思議な驚きいっぱい」 「雨の余韻も楽しい」「大人も時間忘れるくらい」

12月の対話の場 申し込み不要、参加無料

★ 対話的研究会 in かながわ

日時 12/14 (土) 14時~16時

★ 10代限定雑談カフェ「ちっと・ちゃっと」

日時 12/21 (土) 12時~15時

開催場所はいずれもオルタ館5階アソシエ事務所

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)

黒川さんさ踊りを学ぶ横浜グルー プ、二子流東京鬼剣舞、金津流横浜 獅子舞。首都圏で岩手県の郷土芸能 を学ぶ三グループが、一年の踊り納め を新横浜の篠原八幡神社に奉納する 恒例の場を開きます。参加無料。



【奉納舞】12:00過ぎ頃開始場所:篠原八幡神社境内(新横浜駅から8分) 【舞納め】14:00頃開始 場所:オルタ館とびはねルーム

※道行き同行ご希望の方は11時30分迄にオルタ牛活館1Fにご参集下さい。

共催・問合せ先:

スペース・オルタ/シルクロード舞踏館 (進藤TEL:045-473-3407夜のみ)

新井 英一 — FINAL LIVE 2024 —

日時 12/27(金) OPEN▶16:30 START▶17:00

料金 3,500円(前売り・要予約)

朝鮮半島の血を引く自らを「コリアンジャパニーズ」 と呼ぶ新井英一が、混乱と変化の時代の中でフアンに 贈る渾身の年末ライブ。お屠蘇もご用意して、静かに 深く燃えるステージをお届けします。



主催:スペース・オルタ/新井英一事務所 予約申込み:スペース・オルタ ⊠ info@e-arai.com

理事会だより

●第3回定例理事会(9/3)● 報告承認事項(抜粋)

- 1. 庁内豪雨復興支援カンパと 1. 各地域生協における「子ども・ 支援活動の取り組みについ て承認した。
- 2. 基金管理運営団体 「生活ク について承認した。
- 3. みんなの農園2024年度上 承認した。

●第4回定例理事会(10/3)●

純化して

- 子育て支援」に関する各自治 体への市民政策提案活動の すすめ方について承認した。
- ラブまちづくり基金」の設立 2.第11回生活困窮者自立支援 全国研究交流大会への参加 について承認した。
- 期報告と下期計画について 3.2024年度パルン生協との定期 交流実施計画について承認した。

毎年のように記録更新される真夏日の日々。 のどかな春やすがすがしくさわやかな秋がほとんど無い。 四季折々の季節を楽しむ行事も開催が危ぶまれるこの頃。 動物たちも四苦八苦しているのでは。人間活動がもたらし た気候沸騰に見える危機は、地球上の生命の危機となって いる。近未来の問題として一人ひとりが考え行動することが 大事になるのではないでしょうか。(しょうゆ)

研究フォーラム2024 」

人が中心のケアに満ちた社会 -地方自治法改正と市民自治-

日時 12/11(水)13:30~16:10

会場 横浜市情報文化センター6階ホール

参加費 無料 (オンラインライブ配信はありません)

| 基調講演 | テーマ: ケアに満ちた社会づくりにおける市民社会の役割 講師: 駒村 康平さん (慶応大学経済学部 教授)

テーマ: 市民の力でケアに満ちた協働のまちづくりを

- パネラー: ① 谷本 有美子さん (法政大学社会学部 准教授)
 - ② 大池 玲奈さん (横浜北生活クラブ 理事長)
 - ③ 奥平 ます美さん (NPO法人ワーカーズ・コレクティブ ケアびーくる 理事長)

コーディネーター: 菅原 敏夫さん (東京自治研究センター 理事) コメンテーター: 駒村 康平さん

地域でともに 活動しています!

特定非営利活動法人 地球の木

地球の木は、1991年に生活クラブ神奈 川から生まれた国際協力団体です。現在 はネパールとラオスの自立支援プログラ ムを行っています。国内では、地域や学 校での出前講座やエッコロ講座 (P.9参 照)、地球の木講座を行い、支援地の状況 や国際的な問題点を共に考えています。

多くの外国につながる人たちが神奈川 にも住んでいます。私たちは、地域で多 文化共生を考え、つながるための活動も 始めました。また、ラオスなどの生産者

や伝統的な手仕事の継承を支援するた め、デポーや配達便でクラフトを販売し ています。

地球の木は、16年前の2008年にラオ スの森の現実を多くの人に知ってもらい たいと、絵本作家の田島征三さんに絵本 製作を依頼し、今年7月に『森の歌がきこ える』が出版されました。ラオスの森の豊 かさがさまざまな開発により失われてい ます。ぜひ、読んでください。

地球の木 事務局長 大嶋 朝香





『森の歌がきこえる』の 取り組みについて

--- 2024年11・12月号 ----





2024/7/26 湘南生活ク



生産者「ブナの森」よりパウンドケーキの試食販売

デポー開設12年目、部分リニューアルを迎えた鎌倉 デポーですが、かなりハラハラした局面がありました。 働くワーカーズによる学習会やチラシ配り、運営委員会 による要望アンケートの実施や組合員への周知など、 積極的な活動を経て順調に第一次基準*を達成しまし たが、第二次基準達成後からペースダウンしはじめまし た。第三次基準達成期限日が迫る中、もう延期かな?と 思うところまで緊迫しました。

しかし、そこからの鎌倉デポーを思う組合員の底力 は凄かったです。運営委員もフロアに立ち友だちの紹介

を呼びかけ、多くの知り合いを紹介してくださった先輩 組合員の皆様のおかげもあり、期限前日に何とかクリ ア!無事リニューアルオープンを迎えることができました。 そうしてこれから、鎌倉デポーが次の10年をこの鎌

倉の地で存続していくために、さらに安心安全な食の 仕組みを広げる活動をみんなで支えていきます。

> 前運営委員長 小島 淳子 現運営委員長 曽山 光美

※リニューアルの実施は、一定数の組合員が該当デポーに 加入していることが条件になります。



ベビーカーを押しながらでも 買い物がしやすい広い通路は そのままに



新たにショーケースを入れ替えました!



鎌倉デポーに来てねり



鮮魚コーナーの 壁紙も明るく一新



湘南生活クラブ DATA 鎌倉デポー **☎**0467-32-7622

こちら



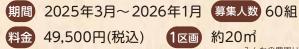
開所時間 所在地

10:30-19:00 (日曜日定休·祝日開所) 鎌倉市常盤165-1

information

牛活クラブみんなの農園

栽培から収穫まで、野菜づくりを体験しませんか?







約20㎡



説明会

日時 2月15日 (土) 10時30分~

参加必須

1/24金 ※応募多数の場合は 抽選になります

申し込み締め切り

会場 JA横浜みなみ総合センターまたは オルタナティブ生活館5階

申込・問合せ 農園サポーター 一政(いちまさ) メール: farm@f-associa.com

組織概要(神奈川)

農園所在地

組合員人数 87,478人(2024年9月末 190人增) 9月度加入 774人 脱退 584人 世帯当り利用高 17,348円(2024年8月) 世帯当り出資金 136,025円(2024年8月)

横浜市泉区中田町2848 (「立場駅」 徒歩15分)

ちょこっとQの答え ▶ エッコロ講座。それぞれの特技を持った 講師の方に講座を依頼し、組合員や地域の人をつなげています。