

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
2026

3.4月号 Vol.186

えぽ

ちよこつと 

組合員が消費材の開発に携わる取
り組みを何という？
→ヒントは2ページ。答えは裏表紙。



特集 生活クラブの“押し”を教えて！

生活クラブ神奈川の
HPやSNSは
こちらから！

地域生協のリーダーのみなさん
撮影：SNS活用・機関紙編集委員会
場所：臨港パーク



生活クラブの“押し”を教えてください！

生活クラブで活動*する5名の組合員に、生活クラブの「ここが押し！」と思うポイントを聞きました。

*生活クラブでは、組合員が「食」「環境」「たすけあい」など、暮らしに身近なテーマで活動しています。生産者との交流会や、学びの場などをみんなでつくっています。

生活クラブを始めたきっかけは？



横浜北生活クラブ 伊藤 あゆみさん

妊娠をきっかけに加入しました。妊娠中は市販品が食べづらく、国産品のもので早く感じることもありました。そんなとき、特に生活クラブのゼリーやお味噌に本当に助けられました。



横浜みなみ生活クラブ 清田 美咲さん

義母が生活クラブに入っていて、消費材を分けてもらっていました。娘が生まれるタイミングで加入しました。



湘南生活クラブ 太田 明子さん

母が組合員だったのもあり、出産前に勧められて加入しました。



かわさき生活クラブ 永野 絵美さん

近くの公園で開催されていたイベントです。子どもが生まれてから添加物が気になっていたので、加入しました。



さがみ生活クラブ 宮島 萌枝さん

昔から添加物が気になっていて、パッケージを確認しながら買い物をしていました。「手間を取るために試してみようかな」と思い加入しました。

“押し”活動

清田

ママ友とも普段会う友達とも違う、「同じ金の飯を食う」「人生の先輩や同世代の方と出会えるのが楽しいですね。子育てで悩んでいる方も多いと思いますが、先輩組合員の方に「うちも昔はみんなに面倒を見てもらったわ」と優しく子どもを見てもらっています。

永野

私も下の子の妊娠中から活動に参加しています。家で子どもと1対1で過ごすのではなく、会議の場でみんなと話しながら子どもを見てもらえました。「みんなに育ててもらった」感覚があり、子育てがとても楽しかったです！

太田

組合員活動を通して、いろんなところに行かせてもらえるのが楽しいです！庄内交流会で平田牧場さんの工場を見学したり、「こんな消費材を作ってほしい」という声を直接届けたりしました。



緑園デポー前でのマルシェ



耳ツボジュエリー講座

共済ハグくみの企画



ハグみちゃんフェス

地域のおまつりでブースを出しました



まんなかフェス

木竹用品の生産者「酒井産業」の本社にも



研修で酒井産業へ

山形まで会いに行きました！



庄内交流会

私にとっての“押し”

清田

なにを食べてもおいしい！素材がいいので、料理が得意じゃなくてもシンプルな味付けで美味しくなります。

宮島

食品の背景まで安べできるところ。添加物が気になるソーセージやチキンナゲットなどの加工品も、安心してお弁当に入れられるのは本当にありがたいです。

永野

生産者とのつながり。添加物の削減や国産にこだわる商品は増えていますが、生産者と直接話せることはなかなかないと思います。大変な状況や想いを聞けたからこそ「組合員が利用しないとなくなってしまう」ことも実感しました。

太田

消費材開発改善運動。組合員が消費材の開発に携われるのは、生活クラブならではの仕組みだと思います。市場調査やアイデアを話し合う過程が楽しかったです。この運動でパッケージが変わったり、牛乳の液だれキャップが生まれたりしていますよね。

伊藤

せっけんシャンプーバー！コンディショナーバー！消費材開発改善運動で生まれたせっけんです。パッケージまで脱プラにこだわり、せっけんは完成までに長い年月がかかると聞いていたので、実際に使ったときは感動しました。背景を知って使うと、より大切にしようと思えます。利用者がつくる側に参加できるのは、すごいことですよね。



あ、おいしいね!

つながる!ひろげる! キャンペーン

組合員ではないお友達にホットケーキミックスを食べてもらおう! お友達にも、組合員のあなたにもホットケーキミックスをプレゼント!

紹介キャンペーンの詳細はこちら



ホットケーキミックス活用法

今回登場の5名に聞きました

ちょこっとカレーやまぐろ缶を混ぜて、おかず系に

チョコやソーセージを入れて、たこ焼き器で焼くのが定番

炊飯器で蒸しパン風に。材料を混ぜてスイッチを押すだけです

人参入りのパウンドケーキに。素材の甘さが引き立ちます

ミックスベジタブルやウイナーを入れて、ケーキサレに



お友だち紹介フォーム

生活クラブのおいしい!を広げませんか?

知る安心感、つながる楽しさ

生活クラブは「おいしい」だけではなくありません。生産者の思いを聞いたり、産地を訪ねたりして、「なぜ安心なのか」納得できる機会がたくさんあります。

さらに、仲間同士の何げないおしゃべりも大切な時間です。「話を聞いてもらえる安心感」が、子育てのしやすさや、心地よい近所づきあいへと広がっています。

気軽な「いいよ!」が未来を守る力に

毎日がちょっと楽しくなり、安心して暮らすためのヒントは、実は身近な「仲間づくり」にあります。

「生活クラブ、いいよ!」
「配達してもらえし」
「おいしいから食べてみて」

—そんなみなさんの共感が活動を広げる1番の力となり、家族の健康や未来の環境を守ることもつながっています。

これまで、組合員の声や思いから、食はもちろん、エネルギーや福祉、地域の支え合いへと活動を広げてきました。人と人のつながりから、地域にわたるさまざまな暮らしを育て、より良い社会をつくる循環を生み出していきたいでしょう。



生活クラブ神奈川 篠崎 みさ子 理事長

仲間づくりのメッセージ

宮島

生活クラブでは、自分たちで交流会や学びたいことを形にできません。普段の生活や政治の世界では、受け身になりがちで「声を出しても変わらない」と感じることもありますが、「ここでは「変えたい」と思ったことを形にできる仕組みがあるのです」といえると思います。



クリスマス・正月の試食会

横浜市資源循環局の方を招き、分別後の「ゴミ」について掘り下げました



神奈川県議の青木さんよりPFAS(有機フッ素化合物)の話聞き、工場や基地、防水スプレー等が水源を汚染する実態に迫りました



伊藤

温暖化などについて気軽に話す「環境カフェ」を開催しています。「もやもやしていることを話せる場は普段ないから素晴らしいかった」と感想をもらって。組合員だからこそつながれる人、学べる機会があるのが面白いです!それまでは夫と話すくらいでしたが、自分の興味も広がりました。

“推し”活動



宮島

生産者交流会

とても楽しいです!他のお店だと価格勝負になりがちですが、交流会で話を聞くと、国産品や製法を守っていることが良く伝わって、納得して選べるようになります。日常ではなかなか出会えない、食や環境などに関心のある人たちと自然と話せるのも嬉しいですね。

永野

困ったときにたすけあえる!

毎月1000円のエココ共済やさらにプラス1000円のエココプラスを使うと、ちょっと困った時に組合員に助けられます(9ページ参照)。私は、子どもの幼稚園のお迎えをお願いしたり、急な歯痛で歯科受診時に子どもを見てもらったりしました。エココ共済やエココプラスをきっかけに、加入する方もいますよね。

清田

とにかくおいしいところ!

組合員が生産者とお米作りを行う「遊佐田んぼクラブ」も、YouTubeなどでお米が育つ様子を見ることもできますよ。子どもに「大事に作られているんだよ」と伝えられるのもいいなと思います。生活クラブのおかげで、うちの子は何でも食べるので食育大成功です(笑)

伝えたい“推し”ポイント



太田

企画や講座がおすすめ

託児付きや親子向けの企画もあるので、子どもを連れて参加できるのがいいところ。学びになるし、食の企画なら美味しい消費材が食べられるのもポイントです(笑)。エココ共済に加入していると、さまざまな分野の講座に参加できるのもお得だなと思います。組合員や職員の方と自然に仲良くなっていく子どもの成長も見られて楽しいです。

親子でシュートレンジづくりに参加しました



伊藤

生活クラブ共済ハゲくみ

子どもが小さかった頃から、けがをしたときに何度もお世話になってきました。組合員から生まれた営利目的でない仕組みに安心できます。

組合員の方へメッセージ

- ★ お一人でも、友だちを誘ってでも、企画に参加してみてください! 消費材に愛着が湧くようになります(笑)
- ★ 家事や託児をお願いできる、たすけあいの仕組みもとてもおすすめです!
- ★ 環境、食が気になる人、手助けが欲しい人、それぞれに響くポイントがあると思うので、興味がありそうな方には気軽に声をかけてみてほしいです。
- ★ 機関紙やSNSで様々な案内をしていますのでチェックしてみてくださいね。

身近なNON-GMO運動で、大切な食と環境を守ろう

生活クラブでは「疑わしいものは使わない」という考えのもと、遺伝子組み換え作物(GMO: Genetically Modified Organism)に反対するNON-GMO運動に取り組んでいます。

なぜGMOに反対？

GMOは害虫に強い作物をつくるなどの目的で開発されていますが、多くの懸念が指摘されています。

- アレルギーや免疫機能、妊娠・出産、代謝などへの影響
- 在来種と交雑し、地域の生態系が壊れてしまうおそれ
- 特定の巨大企業が種子を独占し、小規模農家の経営が脅かされるリスク

知らないうちに食べているGMO

日本で流通が認められているGMOは、大豆、ナタネ、とうもろこし、じゃがいも、綿、テンサイ、パパイヤ、アルファルファ、カラシナ(2025年6月時点)。

食品表示法では、この9作物と、これらを使った一部の加工食品(豆腐や納豆など33品目)に遺伝子組み換えの表示義務があります。

表示不要となっているものも多々あります

- 加工の過程で遺伝子やたんぱく質が検出できなくなる食品(大豆油や醤油など)
- GMOが主な原材料(重量割合が上位3位以内で、全体の5%以上)でない場合
- 畜産物のえさに含まれるGMO

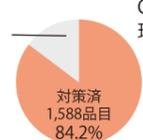
しかし

生活クラブの「NON-GMO運動」に参加しよう！

1. 消費材の利用

生活クラブでは国内でGM原材料が使用される可能性がある1,887品目のうち、1,588品目の対策を完了しています(2024年3月末時点)。消費材の利用は、GMO反対の意思表示になります。

要対策
299品目
15.8%



GM対策済+GM混入防止管理済消費材の割合

生活クラブでは、消費材の原材料や、畜産物のえさからも遺伝子組み換え作物を取り除いてきました。

2. GMナタネ自生調査活動

輸入港から運ばれる際にこぼれ落ちたGMナタネが自生していないかを各地域で調査。結果を公表し、企業や行政への問題提起につなげています。



検査キットで判定

春には各地で調査を予定しています。詳細は配達便・デポで配布される地域の機関紙をご覧ください。



地域の調査活動申込はこちら

3. GMOフリーゾーン運動

GMOを「作らない・食べない」地域を広げる取り組みです。この意思表示する人を「宣言者」、その思いを応援する人を「サポーター」と呼んでいます。

サポーター募集中

反対の声が増えることで社会を動かす後押しになります

- 栽培規制などを求める交渉力につながる
- フリーゾーンが広がり、遺伝子汚染を防ぐ
- 生産者が安心して「組み換えでない種」をまき続けられる



フリーゾーンサポーター登録はこちら

「GMOを栽培したり、食べたりしたくない」という思いがある方なら、どなたでも登録できます。

湘南生活クラブ 山村 みや子

環境・平和委員会

いつもの暮らしから、未来に繋がるアクションを！



ひまわりオイル

ひまわりせんべい

ひまわりプロジェクト製品

26年度の参加申込はこちらから



3/27(金) 締切



大山のケーブルカーに乗り、阿夫利神社でお参りをしました！

NPO法人シャローム(福島)の「ひまわりプロジェクト」に参加し、組合員でひまわりを育て収穫した種を福島へ送っています。この種は、障がいのある方々の手によってひまわり油・ひまわりせんべいなどの加工品となり、地域の復興支援につながっています。あなたも参加してみませんか？

ひまわりプロジェクト
4月~12月

リフレッシュツアー

福島の子どもたちの放射能汚染からの保養と、生活クラブ組合員同士の交流を目的に開催しています。2025年度はさがみ生活クラブで実施しました。

日程 2025年7月29日(火)~31日(木)
参加者 福島の組合員2家族10名(子ども6名・大人4名)

甲状腺検査活動

福島第一原発事故後に小児甲状腺がんが多発している調査がある一方、福島県は放射線の影響とは考えにくい」との見解を示しています。市民によるデータを蓄積し、脱原発社会につなげています。神奈川県では、組合員のお子さん76人が参加しました。

詳しくは生活クラブ連合会HPへ



第13回

東日本大震災復興・支援 ネットワーク神奈川 総会・記念講演 「第7次エネルギー基本計画から紐とく日本の原子力政策」

東日本大震災・原発事故からの真の復興と原発のない社会の実現に向けて、市民一人ひとりに何が出来るか考える機会として開催しました。

日時 2025年6月20日(木) 14時~16時
会場 オルタ館B1スペースオルタ
講師 原子力資料情報室事務局長 松久 保肇さん
内容 福島第一原発の廃炉作業の現状や核燃料サイクルの問題、日本のエネルギー政策について
参加者 31名

復興支援カンパ

これらの復興支援活動を組合員によるカンパで支えるため、2013年から実施しています。

2025年度実績
参加人数：1,843名
回数：3,437回
金額：1,718,500円



東日本大震災復興まつり

東北と首都圏の市民が交流し、つながりを深める機会として開催し、約5,000人が来場しました。当日の売上の一部は被災地団体・支援団体に寄付しました。

日時 2025年11月22日(土) 10時~14時30分
会場 臨港パーク芝生広場
寄付金 総額 690,124円
※詳細はえぼ1・2月号に記載

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コ共済。

今回は「集団託児ケア」について紹介します。

エコ共済って?

毎月100円の掛け金で、消費材が破損したときの金銭的な保障を受けたり、家事や託児などの手助け(“ケア”)を組合員にお願いできたりします。

お子さんが
いる方の味方!

「集団託児ケア」編

企画に興味はあるけれど、「子どもがいるから参加できないよね」と諦めていませんか? そんな時に頼りになるのが「集団託児ケア」です。生活クラブの試食会や生産者交流会の間、別の部屋や同じ会場内でお子さんを預けることができます。チラシ等に「託児あり」とあれば、イベントの申し込みと一緒に予約できます。

安心して
預けられる、
納得のルール

- ★ 託児を担当するのは、プロのベビーシッターではなく、**組合員**。グループで子どもたちを見守るため、新しいネットワークが広がります。
- ★ 子どもとケア者、双方のことを考えて無理なく「**原則3時間まで**」。
- ★ 万が一の事故が起きた場合、保険が適用されます。
 - ・ケア者本人のケガ(死亡・入院・通院)
 - ・ケア者による対人・対物賠償(各上限1億円/対物は免責5,000円)

利用者の声

組合員になる前は、興味のある講座やイベントがあっても「子ども向けでない」と諦めていました。しかし、生活クラブの企画では集団託児ケアを利用できるので、学習会や講演会、映画上映会に参加する際も、**子どものことを気にせずゆっくり参加できて本当に助かっています**。おかげさまで出かける機会が増えました。

慣れている方が多いので安心して預けられます



託児ケア者を探す必要もなく、**知人がいなくても任せられる**のもありがたいです! 何度も利用するうちに顔馴染みになり、一緒に子どもの成長を喜んでくれる仲間ができて嬉しいです。

さがみ生活クラブ
海老名 commons 池田 陽



お子さんを預けて自分の時間もしっかり楽しむ。そんな過ごし方を、**あなたもしてみませんか?** 月々100円のエコ共済に加入して、新しいつながりの一歩を踏み出しましょう!

問合せ エコ共済
フリーダイヤル

0120-311-543
(月~金・祝 9:00~17:00)



エコ共済について

私と生活クラブ



湘南生活クラブ
茅ヶ崎 commons
やまなか あすみ
八十田 菜都美さん
2016年12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?

鶏肉学習会に誘われたことをきっかけに、組合員活動に参加し始めました。30代から80代までの友達ができ、企画では子どもを気にかけてもらい、こんなにづくりの会に当日参加できなかったときには、家までこんなにやくを届けに来てくれました(笑)

加入のきっかけを教えてください

母が福祉クラブで働いていたので、小さい頃から消費材が身近にありました。子どもが離乳食を始める頃、ポストに入っていたチラシを見て加入しました。

三姉妹仲良くにぎやかです!
頼りになる消費材に
助けられています。



暮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!

生活クラブ神奈川 みんなのレシピ 検索



矢野さんのレシピ

鮭の竜田揚げ エスニック風



- 材料 2人分
- 生鮭 2切れ
 - 塩 ひとつまみ
 - 片栗粉 大3
 - なたね油 適宜
 - 水菜(付け合わせ用) .. 1房
- ねぎだれ
- 長ねぎ 1/2本
 - 鶏ガラ 小1/2
 - (A)
 - ごま油 大1/2
 - すし酢 大1/2
 - ナンプラー .. 小1

作り方

- 1 鮭に塩をふり、5分ほどおいてから、水気をふき取る。
- 2 ①を食べやすい大きさに切り、片栗粉をまぶす。
- 3 フライパンに油を薄くひき、中火で焼き目が付くまで揚げ焼きにする。
- 4 ねぎだれをつくる。長ネギをみじん切りにして耐熱皿に入れ、鶏ガラを加えてレンジで30秒加熱したものに、(A)を加えてよくなじませる。
- 5 器に水菜と鮭を盛り、④のねぎだれをかける。

ポイント

- ワンパターンになりがちな鮭も、竜田揚げにすることで食べやすく、いつもと少し違う味わいに。
- ねぎだれはエスニック風。鶏肉や豚肉、油淋鶏にもよく合います。切り干し大根のサラダ、キャベツの塩もみにもおすすめ。

生活クラブのすし酢は、甘めでだしが効いていて味が決まりやすく、よく使っています。たとえば……

- 輪切りにしたきゅうりを塩もみし、ホールコーンを合わせるだけで手軽な一品に。
- オリーブオイルと合わせればイタリアン風のドレッシングとして楽しめます。さらにレモン汁を加えると、サーモンや玉ねぎ、にんじん、たこのマリネにも活躍します!



やの まり
矢野 真理さん
2023年10月加入

かわさき生活クラブ
高津 commons

あなたの1時間が、誰かの「困った」を支える



組合員の参加でひろげようたすけあい

生活クラブには、毎月100円で消費材の破損の保障を受けたり、組合員活動中の家事などを組合員にお願いしたりできる「エコ共済」の仕組みがあります。これをさらに発展させたのが、毎月100円で利用できる「エコプラス」です。コーディネーターが、手助けしてほしい組合員とサポートできる組合員をつなぎ、日常生活全般の困りごとをサポートします。

エコプラスは 全て組合員で成り立っています

1 利用者

- ・妊娠中、または小学校6年生までのお子さんがいる方
 - ・母子家庭・父子家庭
 - ・18歳以下のお子さんご家庭
 - ・障がいのあるお子さんご家庭
 - ・（本人含む）同居・別居
 - ・要介護認定を受けているご家族がいる方
 - ・（本人含む）同居・別居
 - ・加入者本人が70歳以上（独居の方は65歳以上）
- 右記のいずれかに当てはまる方



2 サポーター

エコプラスに加入していれば、どなたでも登録可能。今は時間がある」「できることなら少しでも」「そんな気持ちで、誰かの助けになります。1時間につき800円が支払われます。



3 賛同者

「今は利用しないけれど、仕組みを応援したい」という賛同の力。毎月100円で支えることができます。加入者が増えるほど、制度はより使いやすくなります。



4 コーディネーター

利用したい人とサポーターをつなぎ、安心して使えるよう調整します。



コーディネーターの声

恩送りを地域でつなげよう

同じ地域で同じ消費材を分け合っている組合員同士が支え合えるしくみって良いな、と思います。誰でも助けが必要な時があり、誰かに助けてもらった経験がある。その受けた恩を他の人に送る「恩送り」をみんなが繋いでいくことで、より多くの仲間たちの笑顔が広がっていくと良いなと思っています。

さがみ生活クラブ 大和 commons 渡辺 まなみ

エコプラスの良いところ

- ★必要な人に必要な助けが届く
- ★利用をきっかけに新しい関係を築ける
- ★利用やサポートができなくても、加入するだけでくみを支えられる



commonsステーション*を起点に利用が広がっています！

- ★ commonsステーションに受け取りにきた組合員運営メンバーとの会話をきっかけに、託児を利用。
- ★ プレママさん（妊娠中～お子さんが7歳の誕生日を迎えるまで）利用方法を聞きにきて、産後の食事作りを申請。

* commonsステーション：注文品の受け渡しスポット。地域の居場所としても活用しています。



募集中!

利用者・サポーター・賛同者



エコプラス加入・サポーター登録フォーム

サポーターは、できることや空いた時間を活かし、簡単な日常生活の手助けをします。安心してサポートができる研修付きです！



問い合わせ：ユニオン共済事務局 ☎0120-311-543

信頼できる方に娘を預けられる安心感があり、無理なく頼ることができます。困ったときに「ひとりじゃない」と感じます。



（左から）利用者の小竹さんと長竹さん

サポーターの声

気軽に助け合える地域へ

以前はお願いする側でしたが、今はお子さんの預かり、お料理、草取りなどをお手伝いしています。組合員の方とお話する時間はとても楽しく、何よりも喜んでもらえることが本当に嬉しいです。人にお願ひすること、声をかけることを遠慮しがちな世の中ですが、助け合う姿を子どもたちが見てくれたら、困った時に「たすけて欲しい」と言いやすくなるのではないかと感じています。

横浜北生活クラブ 鶴見 commons 長竹綾子

利用者の声

「何かあった時」だけでなく、日常のリフレッシュにも

息子が赤ちゃんの頃は見守りをお願いし、3歳になった今は外遊びに連れて行ってもらう間に趣味の刺繍をしています。一人時間を確保することで心にゆとりが生まれ、日々の潤いになっています。実家が遠く、夫の出張中等は心細いですが、サポーターさんに息子の成長を見守っていただけたのが何より心強いです。「最近どう？」と、悩みを聞いてもらうと心が軽くなります。子育てで煮詰まりそうな時も、息抜きができる」とまた笑顔で頑張れます。感謝を込めて、今はコーディネーターを担っています。ぜひ気軽に利用してほしいです。



さがみ生活クラブ 厚木 commons 若林法子

生活クラブの魚の産地から

食卓の向こう側に会いに行く

私たちが食卓で口にする魚は、どんな海で、どのように育てられているのでしょうか。組合員が産地を訪ね、生産の現場に触れてきました。



エコシュリンプ

インドネシア 2025年7月



報告：横浜北生活クラブ 澤田妙子



生産者が養殖池に入って網を引き揚げます



プラヤン(竹籠)からエビを収穫

生活クラブの職員と共に、生産者に感謝を伝えました



大きめサイズのエコシュリンプは甘みと歯ごたえがあり、グラタンや炒め物にもよく合います



組合員代表として、2025年7月にエコシュリンプの産地を訪問しました。エコシュリンプは、環境に配慮して育てられたブラックタイガー。人工飼料や抗生物質を使う「集約型養殖」による環境悪化を背景に、自然に近い池でエサや薬を与えない「粗放養殖」で育てられています。スラウエシ島では、養殖池に入り収穫を体験。池は水を張った深い田んぼのようで、潮の満ち引きによって水が入れ替わります。生産者は水や土手を管理しながら、約3〜4か月で育て、年に3回ほど収穫します。また、生産者グループが運営するごみ処理施設の見学や海岸清掃にも参加し、環境を守る取

り組みにも触れました。

生産者と消費者が支え合う関係を目指し、エコシュリンプなどを輸入・販売しているのが、提携先のオルター・トレード・ジャパン。ジャワ島では、その現地法人A TERN A社の工場を見学し、エビの搬入から加工、冷凍まで、厳密な衛生管理のもとで行われていることを確認しました。また、エビ養殖に関わる、おおぜいの働く人達と交流することもできました。

都市部の発展が進む一方、農村地域では工ビ養殖が重要な産業であり、働く人達の生活を支えているのは私たちの消費であることと強く感じました。



むきエビの加工も体験

雄武漁協

雄武漁協は、鮭やホタテなどの「育てる漁業」が中心。北海道に74あった漁協のうち、北海道漁連からの呼びかけに応じ、生活クラブとの提携を受け入れてくれた5〜6漁協の一つです。2002年から交流が続く、オホーツク海が流氷に覆われて魚ができない時期には、生産者と組合員がお互いに行き来を重ねてきました。

3年かけて育てるホタテ

海を4つの区域に分け、1年ごとに1区域へ稚貝を放流し、海底で3年間育てています。漁協併設の加工場で新鮮なうちに殻むきされ、凍結・選別・包装されます。水温上昇や海の栄養不足のせい、2025年は小粒のため、1袋の量を満たすには多くの殻むきが必要になっています。



人の手で選別します

川と海を行き来して命をつなぐ 鮭

幌内川にあるサケ・マス孵卵場で育てた稚魚を放流しています。鮭は海で育った後、川に戻り産卵する魚。雄武漁協は、成長した鮭が上流まで上れるよう、魚道をつくっています。一般に、日本の川で鮭の卵が稚魚になる割合は約10%ですが、雄武漁協では上下から新鮮な水が流れる水槽での飼育などに



網に掛かったホッケは手作業で外します

香深漁協

親魚の産卵を守り漁獲するホッケ

ホッケは産卵期に浜沿岸へ集まるため、刺し網漁では産卵前の「親魚」も獲られやすい魚です。そこで香深漁協では、北海道で認められている漁期(3月1日〜12月31日)よりも短い5月6日〜10月20日に定め、親魚が産卵できるよう配慮しています。

また、小さい魚を捕らないよう目の大きな網を使うなどの工夫により、「マリン・エコラベル・ジャパン」の認証を取得しています。



鮭の荷揚げ

より、生存率を約80%まで高めています。全国的に鮭の回帰数が減る中、2025年は雄武から多くの漁協へ卵が提供されました。植樹事業など、海を育てる取り組みも続けています。

新たな消費材を予定

朝3時頃に仕掛けた網は約4時間後に引き揚げられ、選別後すぐに凍結。このスピード感がおいしさを支えています。厳しい自然条件下で行われる漁のことだけに、漁業を中心とした私たちの暮らしそのものを知ってほしい」という言葉が、強く心に残りました。

※水産資源や生態系に配慮した漁業や養殖業を認証する仕組み。

近年、鮭やホタテが減少し、ニシンやカスベ(エイの種)の漁獲量が増えています。地元では日常的に食べられている魚で、今後消費材としても取り組む予定です。産地の暮らしを想像しながら、ぜひ味わってみてください。

食べて産地の未来を支えよう!

共通しているのは、今ある豊かで美しい海とともに生きる生業と暮らしを、未来へつなぐようとしていることです。私たち組合員が消費材を利用することは、産地と私たちの未来を守ることにつながります。生活クラブならではの、鮮度やおいしさを味わってください。

アップロード
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

教室 記載のない講座はオルタナティブ生活館
◆春の新講座 組合員は3・4月は春割で入会金が1,500円

禅密気功&気功瞑想 4/7開講 体験1,000円
第1・3火曜日 14:00~15:45 4,500円/月2回(2,800円/月1回も可)

マジック入門~楽しみながら脳トレーニング~ 4/8開講 体験1,500円
第2水曜日 13:30~14:40 2,500円/月1回(税込)

◆入会金不要の特別講座
2Days 手相の基本&簡単ハンドマッサージ
①4/2・16(木) ②6/18・7/2(木) 14:00~15:20
7,300円/①②(税込)2回

ヴァイオリニストのレクチャーコンサート
~音の美術館 名曲に浮かぶ情景~
4/15(水) 13:40開場 14:00開演 3,000円

はじめての香道
5/23(土)、6/11(木) 13:30~15:30 4,500円/①②
講師 募集中! ※各講座とも講座維持費200円が必要です。

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

身の回りから 有害化学物質を減らすための 床下定期点検管理

大人以上に子どもたちは、身の回りの有害化学物質から大きな影響を受けます。住まいにおいては、床下に散布するシロアリ防除殺虫剤が大きなリスクです。これからの未来のためには、床下への予防殺虫剤散布は削減していくべきです。オルタスクエアでは、年に1回の床下点検で、シロアリの発見した場合は「月桃」成分で駆除、いない場合はなにもしないという「床下定期点検システム」を行っています。詳しくはホームページまたはお電話で。



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)

「手に魂を込め、歩いてみれば」 上映会
(2025年、113分)

4月11日(土) 13:30上映開始
13:00開場 15:30閉会

またもや「力による現状変更」を見せつけられたイスラエルのガザ侵攻。この映画はフランスに亡命したイラン出身映画監督=セビデ・ファシルさんと、ガザ北部に暮らし戦禍の実状を発信し続けるパレスチナ人フォトジャーナリスト=ファトマ・ハッサーナさんとの1年におよぶビデオ通話で作られた記録映画です。

「力による現状変更」に立ち向かう、共に24才の女性の友情を通し、ニュースでは伝わらぬ戦争と平和へのリアルな問を、観るものに深く迫るドキュメンタリーです。JVCのパレスチナ支援担当の高橋地千紬さんのお話もあり。

参加費 大人1,000円(高校生以下800円)
主催 地球の木、オルタナティブ生活館
協賛 スペース・オルタ

ウエルライフ TEL 045-471-2521
あんず薬局 検索 FAX 045-471-2522

オルタ薬局あんず 新横浜店

「自然治癒力を大切に」身体の不調を部分ではなく心と体を丸ごと見つめ、漢方、ハーブ、健康補助食品、薬膳、精油などで一人ひとりに寄り添い、健康やかに過ごすお手伝いをします。
4月から毎回好評の4回連続講座「漢方・陰陽五行講座」が始まります。生まれた日から五行のエネルギー、本能、性格などを知ることができます。ご興味のある方はぜひお問い合わせください。



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

言葉にできない子どもの声から始めよう!

田口ランディさんを囲む対話の会

「子どもたちが抱えるモヤモヤの感情を、これほど言語化できるランディさんはすごい!」川崎市子ども夢パークの総合アドバイザー西野博之さんがそう絶賛する小説家 田口ランディさん。学校ではしばしばぼ~っとしていたという気持ちをつづった Facebook の投稿をもとに、ランディさんを囲む対話の会を持ちます。

日時 2026年5月18日(月) 13:30~15:30
場所 オルタナティブ生活館 5階まなびや
参加費 500円
募集人数 30人
締め切り 5月7日(木)
※応募多数の場合抽選。当選者に連絡します。

申し込みはこちら



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

組合員の技術で癒しをご提供 “リラクゼーションルーム”

オルタ健康ステーション内「リラクゼーションルーム」では、様々な技術を持った組合員が癒しの場を提供しています。春は何かと体調不良が出やすい季節。あなたに合った癒しを見つけに来ませんか? 各施術の詳細内容はHPをご覧ください。

- リラクゼーションボディセラピー&タッピングタッチ
- アロマオイルトリートメント ●フットケア
- リセット整体 ●英国式アロマセラピー
- スライド式カップリング ●リンパケア
- オルタ薬局あんずのアロマオイルトリートメント

心も 身体も リフレッシュ
各施術のご予約はお電話でお願いします



理事会だより

●第7回定例理事会(12/23) ●第8回定例理事会(2/2)

報告承認事項(抜粋)	報告承認事項(抜粋)
1. 2025年度生活クラブみんなの農園中間報告と2026年度計画について承認した。	1. コーミ㈱との提携50周年を契機とした取り組み総括と次年度活動方針について承認した。
2. デポ-石けん量り売りモデル取組の総括に向けた実績報告および2026年度実施方針について承認した。	2. ほかほか保育園「子ども誰でも通園制度」の事業実施について承認した。
3. 生活クラブにおけるサプリーズ型住宅検討PJ答申について承認した。	3. 2025年度名古屋大学再生可能エネルギー社会学講座報告と2026年度寄付の実施について承認した。

編集後記 上野動物園のパンダが中国に帰ってしまっ、国内でパンダは見られなさそうです。パンダ人気は凄いです。姿形が可愛いのと動きも愛らしいからなのでしょう。一度見たことがあるかなぐらいのわたしですが、テレビで流される映像のパンダの動きは、凄くかわいかったです。日本で愛くるしいパンダの姿を見られるのはいつのことでしょう。(しょうゆ)

総代会 第55回 生活クラブ生活協同組合通常総代会の開催

生活クラブ生協定款第45条に基づき、以下の通り通常総代会を開催します。

日時 2026年6月16日(火) 10:00~13:00
会場 ロイヤルホールヨコハマ

総代の公募
総代は生活クラブ生活協同組合の最高決議機関である総代会に出席し、組合員の代表として年間活動方針を審議し、決定する重要な役目をもちます。任期は1年です。
*立候補、推薦される方は締切り日を確認のうえ、各区分選挙区の総代選挙管理委員会まで立候補あるいは推薦届けを提出してください。各区分選挙区で民主的な手続きを経て、選出されることになります。区分選挙区は横浜北エリア、横浜みなみエリア、かわさきエリア、湘南エリア、さがみエリアとなります。

役員定数と区分	内容	人数
役員定数と区分	理事 区分選挙区	各2人 10人
	ユニオン理事会推薦枠(非常勤)	4人
	ユニオン理事会推薦枠(専従)	5人
	ユニオン理事会推薦枠(員外)	5人
監事	区分選挙区	各1人 5人

役員に立候補される方は、当該区分選挙区の役員推薦委員会へ申し出てください。 2026年3月16日 生活クラブ生活協同組合 理事長 篠崎 みさ子
●問合せ: 第55回通常総代会事務局 政策調整部 ☎045-474-0985

地域でともに活動しています!

「なんとなく不調」に、漢方とハーブの力を皆さまと歩んで30年、これからも健康と笑顔をお届けます



(株)ウエルライフ
私たちがめざすのは、心や体の不調や心配事を家族のように気軽に相談していただける場所。薬局では、お一人おひとりの体質に合わせた漢方薬、健康補助食品、薬膳、ハーブティーのご提案のほか、毎日の暮らしが楽しくなるイベントも開催しています!
これまでの歩みに心から感謝し、これからも皆さまの健やかな暮らしと笑顔のために、薬剤師・スタッフ一同、親身に寄り添い続けます。



- オルタ薬局あんず 新横浜店
- 藤沢店
- 厚木店
- 宮崎店
- 東戸塚店





消費材への思いをお伝えするコーナーです。今回は千葉県鎌ケ谷市にある工場で作を生産している「私市醸造株式会社」の野口 純さんにお話を伺いました。



100年続く酢づくりの技術を生活クラブとともに未来へつなぐ

きさいち 私市醸造株式会社 営業部 のぐち じゅん 野口 純さん

良質な酢の文化を絶やさないために生活クラブとの出会い

私市醸造は1922年の創業後、食酢を仕入れて寿司屋さん向けに卸販売をしていました。ところが、第二次世界大戦による食糧難で原料の穀物が枯渇。1950〜60年代は、手間のかかる天然醸造の酢づくりは難しくなり、安価で大量生産できる合成酢が普及していきまふ。そんな中でも、初代の私市万次郎は「このままでは良質な醸造酢の文化がなくなってしまう」と、自社で酢づくりを始めました。

生活クラブとの提携は1978年からです。協議を重ねて生まれた「食酢」は、40年以上変わらず組合員のみなさんに親しまれている、生活クラブの「定番調味料」です。

まずは定番の「食酢」から木桶熟成のまろやかさと広がるラインナップ

そもそも酢とは「酢酸菌」という菌が、果物や穀類を発酵させたアルコールを食べて、酸っぱくさせたもの。私市醸造では、2つの方法で酢をつくりまふ。今では希少となった木桶を使い、原料の表面で自然にまかせて発酵させる「表面発酵法」と、タンク内に常に空気を送り込みながら発酵を進める「通気発酵法」です。遺伝子組み換え対策にも積極的に取り組んでいます。生活クラブは、1997年1月に「遺伝子組み換え作物・食品は取り扱わないことを基本とする」と決定しました。当時、私市醸造では原料の輸入トウモロコシに遺伝子組み換えのものが混入している可能性があったため、解決法を模索。2000年、遺伝子組み換えの心配のないサトウキビを原料として使えるルートを確認し、原料アルコールのすべてを切り替えました。

食酢は、木桶で仕込んだ酢に、通気発酵法によるホワイトビネガーと、米酢をブレンドしたものです。毎日の食卓に使いやすい、和洋中万能の酢に仕上げられています。まず



組合員との対話が励みに酢の利用が減るいまだからこそ伝えたいこと

私たちは生産者交流会を行ない、組合員のみなさんと直接お話しする機会を大切にしています。「お酢ってそもそもどうやってできるの?」という基本的なことから使い方まで、興味を持ってもらえるように日々工夫しています。みなさんから使い方のアイデアをいただくことも多く、私たちにとても刺激になります。

一方で、酢そのものの利用は年々減少し、特に若い世代は酸味に触れる機会が少なくなっていると感じまふ。現在は気候変動による原料確保の難しさもありまふが、お子さんの食事に取り入れているという声や、健康のために使っている話を伺うと、とても励みになります。組合員の期待に応える生産者であり続けるために、これからも努力を続けていきます。



は料理に取り入れやすい「食酢」をぜひ使っていただきたいです。木桶の香りやコク、深みもありながら、さっぱりとした使いやすさにきつと驚きまふよ。ほかにも多くの消費材に取り組んでいまふ。いろいろ試してみてもほしいですね。





食酢

マイルドな味わいで和洋中幅広く使えます。



純米酢

深みのある酸味と香りが特徴。和風料理に◎



純りんご酢

国産りんご果汁100%使用でフルーティー。ドレッシングに。



純玄米黒酢

まろやかな酸味で中華料理やドリンクにも活躍。

information

あ、おいしいね! つながる! ひろげる! キャンペーン

6月30日(火)まで

下記をプレゼント!

配達利用の方

紹介した方



ホットケーキミックス 200g

紹介された方



加入で最大4,000円OFF

WEB加入し、条件をクリアすると最大5,000円クーポン

デポー利用の方

紹介した方



お知り合いが加入するとさらに500円分

紹介された方



選べるカタログからお好きな5品 + お買い物券 1,000円分

他にも特典があります!

詳しくはこちら



組織概要(神奈川)

組合員人数 87,872人(2026年1月末 130人減) 1月度加入 414人 脱退 544人
世帯当り利用高 23,397円(2025年12月) 世帯当り出資金 139,049円(2025年12月)

ちょこつとQの答え ▶ 消費材開発改善運動。組合員が生産者とともに、可能な範囲で消費材の開発や改善を行う運動を行っています。