

えいぽ

Vol.154

epo

ライフ
Q
ちよこつと

プラスチック問題の
キーワード「ワンウェイ
プラスチック」って
なに？
→ヒントは7ページ



特集

生活リハビリクラブと新型コロナ

これからもずっと、
「私らしい暮らし」をともに

生活リハビリクラブ茅ヶ崎

W.Coのびのび/寺崎 いずみさん(左)、利用者/富永 良彦さん(右)

撮影:Photostudio-Home 葛谷 舞子

生活リハビリクラブと新型コロナ

これからもずっと、「私らしい暮らし」とともに



episode

この間、利用者さんにお楽しみ企画を提供するボランティアさんを招くことができませんでした。そこでメンバーの一人が披露したのが、南京玉すだれ! 「自分たちのためにこんなに頑張ってくれてありがとう」と涙される利用者さんもいました。



episode

緊急事態宣言発令中、「父が退院するその日から、通常の利用時間で毎日利用をお願いしたい」との相談を受けました。相談した方のご自宅ではお母さまを既に介護されていたのです。「病院からは退院を迫られていたし、家で看ることは母の介護もあるので無理でした。コロナ禍でも希望通りの支援で、寄り添っていただいていた感謝しかありません」



生活リハビリクラブは、県内に6つの事業所がありますよね。新型コロナへの対応はどのようになっていますか?

(事業所一覧は4ページに掲載)

感染が拡大し始めたころは、事業所によって対応がバラバラでした。同じ生活リハビリクラブでも運営を担うW・Co※は違い、それぞれの独自性を尊重してきたので、同じ方向を向くことが難しかったです。5月頭に「リハビリクラブ・コロナ緊急対策本部」を設置し、通所介護(デイサービス)送迎車の定員を減らすなど統一の基準は作りましたが、利用者制限や時間短縮をするかどうかなどで考えの違いが出ました。

一般的には制限をかけることが主流ですが、生活リハビリクラブは違うのでしょうか?

感染予防のため制限をかけざるを得ないことは理解できます。ただ、そうすると困るのは利用者さんとその家族です。コロナ禍で利用を減らした方の中には、認知症の進行や足腰が弱るなどの悪影響が出たほ

現場の声

このような時だからこそ明るく、楽しく、安全に



生活リハビリクラブ橋本施設長 清水 美代子

未知の感染症の対策に関しては、様々な模索の連続です。日々変化する状況に対応しつつ、メンバーの不安や思いを聞きとりながら、私たちは通常の開所を続けています。

予防対策を行うという変化はあるものの、利用者さんにはいつもと変わらない時間を過ごしていただく事を目指しています。「このような状況だからこそ、明るく・楽しく・安全に過ごしていただく!」—この思いは、メンバー全員に共通しています。デイサービスで過ごしていただく事で生まれる、利用者さんの生き生きとした表情に「来ていただいてよかった!」とメンバー一同、手ごたえを感じています。気を緩めず、利用者さんが今の生活を続けていくことに寄り添ってまいります。

現場の声

自在性を活かしてその人に必要な支援を



生活リハビリクラブ葉山施設長 長谷部 明子

事業継続という自分たちの使命をメンバー全員で共有し、これまで手探りで運営してきました。メンバー間で対応について折り合えない場面があったり、判断に迷う場面があったり、葛藤の中で話し合い、協力してきたことを思い出します。

「小規模多機能型居宅介護み・かさ」では、通い・訪問・泊まりのサービスを組み合わせ、利用者さんを包括的に支えています。その自在性を活かして、「コロナ禍でも」人ひとりの生活が不安なく成り立つよう、通所(デイサービス)を控えるお宅を訪問するなど、普段と変わらない支援を大事にできました。緊張の毎日ですが、地域で安心して生活ができることを大事に、「おたがいさま」の優しい気持ちが息づく—そんな地域福祉の拠点でありたいと思っております。

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」。日々の生活の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、利用者のこれまでの暮らし(気持ち)を尊重しながら自立支援をすすめています。

コロナ禍においては感染の不安があらながらも、利用者に寄り添って事業を行ってきました。そこには、「生活リハビリクラブ」だからこそその信念と、強い思いがありました。

か、家族に大きな負担がかかった方もいました。私たちの仕事は、必要とする方に応えること。「私たちが最後の皆さんだ!」と各W・Coと確認、事業継続を基本としました。やむを得ず制限をかける場合でも一律とせず、一人ひとりの生活が成り立つように支援しています。

働くワーカーズの皆さんは、どんな気持ちで利用者さんと向き合っているのでしょうか?

「出勤したくないな」と思うメンバーもいると思います。消毒の徹底など業務が増えたほか、感染するかもさせてしまうかもと思うと精神的に苦しい。でも、不安だからと休むメンバーはいませんでした。利用者さんにとって何が一番良いのか考え行動したことで、個々のスキルが上がったと実感しています。

生活リハビリクラブが目指す今後の姿を教えてください。

消費材と同じで、生活リハビリクラブは組合員が欲しいもの(福祉)を組合員自身

が作ってきた事業です。設立の際、「素人の集まりに何ができるかしらね」と外部の方にあしらわれたと聞きましたが、今はこの形をモデルとした事業所が増えてきています。なにより大事なことは、生活者としての視点です。地域に密着したW・Coだからこそ、コロナ禍でも利用者さんの立場になれました。迷ったら、自分たちが受けた介護かどうか—その軸を基準に、組合員と地域に必要な事業を行っていきます。

※W・Co:ワーカーズ・コレクティブの略。雇われるのではなく、メンバー全員が出資・経営・労働する「働く人の協同組合」。働くスタッフのことを「ワーカーズ」と呼びます。



生活リハビリクラブ委託W・Co協議会代表 岡田 朋恵



活動情報

報告

市民政策提案活動

神奈川県に意見書を

提出しました！

一人ひとりが、心豊かに暮らし続けられる政治であるために



左：篠崎理事長／右：秋山神奈川県くらし安全防災局消費生活担当部長

意見書の概要

1. 農業・農地・食を守り促進するための提案
2. 省エネルギーの推進・再生可能エネルギーの導入促進に向けた提案
3. 災害多発時代に対応できる、長期停電に強いまちづくり推進を求めするための提案
4. ワンウェイプラスチック削減を推進するための提案
5. 生活困窮者支援を推進する提案
6. 核兵器廃絶に向け、県からの発信を強めるための提案

※それぞれの提案は関連する部署に渡され、回答をいただく予定です



詳しくはHPへ 9/8、「くらし安全防災局 消費生活課」職員と意見交換の後、意見書を提出しました

市民政策提案活動とは、組合員活動から見えた様々な課題を地域（社会）の課題として捉え、行政に意見・要望として届けること。自治体の政策や予算を、どこに・どの様に使うかは私たちの日々の暮らしに深く関わるため、生活クラブ神奈川や各地域生協は、より良い政策が行われるよう働きかけています。

私たちがサステイナブル（持続可能）な地域社会をつくるには、市民の自律・連帯・共同による実践とあわせて、自治体の政策が果たす役割が重要です。行政にお任せするのではなく、お任せの組合員が関心を持ち積極的に政策提案活動に参加することで、地域の課題解決につながっていきます。

生活クラブ神奈川 理事長 篠崎みさ子

市民政策提案活動を
継続する理由

アドバイザーの先生から

上記の生活クラブ神奈川の活動のほか、各地域生協では組合員の参加で、アンケート調査・まち歩きで問題発見を行い、子育て・介護、学校給食、エネルギー、地域の居場所などについての提案活動を行っています。このような組合員・市民が参加する活動は、地域で生活する多様な個人が暮らしやすい社会を考え、議論する良い機会になります。こうした政策提案活動が大事なのは、自治体が新たな政策を開発する場であるからです。地域の市民のニーズは日々変化し、まちも変わ



市民政策提案連絡協議会
アドバイザー
早稲田大学名誉教授
坪郷 實

り、自治体の政策は変動します。自治体の政策は、市民による決算・予算の検討や継続的な政策提案により、より良いものになります。「継続は力」です。生活クラブ神奈川は毎年着実に地域の問題解決のための活動を継続していますが、自治体で政策を実現するためにも、自治体行政・自治体議会との対話を積み重ね、地域の市民やNPO・団体との連携をさらに拡げることが課題となります。

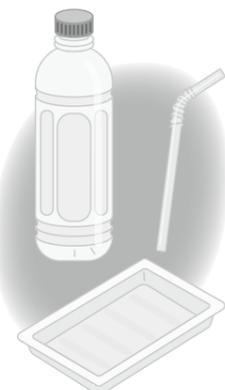
ワンウェイプラスチック削減のために

環境・平和委員会について

生活クラブ神奈川の環境・平和運動を推進する専門委員会。各地域生協理事会から選出されたメンバーで構成され、神奈川の共通政策の決定・推進、関連する学習会や見学会の開催、各地域生協の活動共有などを行っています。

前ページの意見書提出に先立ち、神奈川ネットワーク運動^{*1}/佐々木ゆみこ県議会議員のコーディネートで、8/24・8/27に県の担当部署と意見交換を行いました。その中から、環境・平和委員会が担当したワンウェイプラスチック（以下、ワンウェイプラ）^{*2}削減の意見交換について報告します。

- ※1 地域から市民・女性がつくる政治を目指す地域政党
- ※2 ストロー・ペットボトル・トレイなど、一度だけ使用し廃棄するプラスチック製のもの



「ワンウェイプラ削減に向けて、マイボトル推奨のため県の施設へ給水機を設置、積極的に取り組む姿勢をアピールし県内自治体を牽引してほしい」という環境・平和委員会からの意見に対して、環境農政局資源循環課課長の田中氏より、2020年3月に出席された『かながわプラごみゼロ宣言アクションプログラム』について説明がありました。このプログラムは

- ① ワンウェイプラの削減
- ② プラごみの再生利用の推進
- ③ クリーン活動の拡大

の3つが柱として打ち出されています。①・②について、左記の2点が強調されました。

▼ペットボトルがペットボトルに再生される仕組みづくりを、清涼飲料製造事業者やごみ処理・再生事業者、市町村と連携して推進することを目指している点

▼ボトル本体・ラベル・キャップの3分別回収の徹底と回収から処理までの効率アップが課題となっている点



手前：県の担当者／奥中央：桜井副理事長
生活クラブのグリーンシステムもアピールしました

生活クラブ神奈川としては、まずは「ワンウェイプラのリデュース（削減）をすすめてほしいこと」また「③クリーン活動の拡大」については、河川や海岸でのクリーン活動を計画している組合員組織もあるため、

✓回収したごみの処理を担う市町村を増やしてほしいこと

など、多くの県民が参加しやすくなることに期待する旨を伝えました。これを機に県の動きについて学び、今後その進捗を確認しつつ必要なタイミングで意見を提出していきたいと考え、市民政策提案活動を継続していきたいと思えます。

生活クラブ神奈川
環境・平和担当副理事長
桜井 薫

『かながわプラごみ
ゼロ宣言』



詳しくはこちら

私たちの声を
まちづくりへ

環境・平和委員会を取り組む内容は、たくさんの方が行動することで実現できるものです。今回の意見提出にあたっては、神奈川の組合員みんなの思いを伝えるという気持ちで取り組みました。生活クラブも自治体も、目指しているものは「サステイナブル（持続可能）な社会」の実現です。組合員の声を形にしていくことは、私たちにとって次の活動へのモチベーションにもなります。安心して暮らせるまちづくりに、私たちの提案をぜひ活かして欲しいと思います。



さがみ生活クラブ
渋谷 裕子

家事代行サービス

暮らしサポートがつながったすけあい



W.Co Lavoriが担う、組合員限定の家事代行サービス「生活クラブ・暮らしサポート」。自宅に何うサービスだからこそ、組合員の「困った……」が見えることも。そんなとき、地域の様々な団体・機能を紹介します。暮らしサポートを通じて組合員の生活が豊かになっていく例をご紹介します。

食事を作るのが億劫……何かいい方法はないかしら？
あと病院の帰りはタクシーを利用しているけど、帰りが遅いとタクシーもなくなっちゃって。Lavoriさんに付き添いをお願いできない？
一人では不安な時もあるのよね。



このあたりは福祉クラブがあるので、食事サービスを利用すると便利だと思います。生活クラブと同じ食材で調理しているので安心ですよ。せっかく加入されるのであれば、移動サービスも使ってみたらどうでしょうか。

Hさん：90歳/鎌倉在住・一人暮らし
暮らしサポート利用者
利用歴：約2年(月1回/5時間2人体制)
その他の利用サービス：ヘルパーさん週2回、便利屋さんで庭の手入れなど

Lavoriから

福祉クラブの食事サービス「W.Coキッチンがまくら」
移動サービス「W.Coらら・むーぶ・かまくら」へ



お弁当を手渡しする際にご様子も伺いますが、ちょっとした時間でも、いつもと違うかどうかは分かりません。安否確認にもなるため、一人暮らしの方は特に安心されます。

毎週2回お弁当を届けてもらい、すごく楽になりました。色彩豊かで、食べても胃にやさしいんです。移動サービスは家の前まで迎えに来てくれるし、診察が終わるのを待っているからとても助かります。

市村さん
福祉クラブ生協
食事サービス W.Coキッチンがまくら

9月で90歳になった Hさん、今後はエコロプラス*にもお繋ぎできたらと思います。そのためにまず私がサポーター登録をしてみました!



寺尾さん
W.Co Lavori

福祉クラブ生協は1989年、日本初の「福祉専門生協」として設立しました。地域の中で育んできた人間関係を保ち、たすけあいながら自分らしく暮らすという「在宅福祉」の充実を目指し、実践しています。

*エコロ共済に100円/月をプラスして加入できる、「日々の暮らしのちょっとした「困った」」をみんなで支える仕組み
利用条件対象の加入者がサポートを申し込むと、地域のコーディネーターが、手助けしてくれる「サポーター」を探します。実際のサポート活動には参加しなくても、賛同者として仕組みを支える加入者もおおぜいいます。

お片付け・お掃除・お料理など、組合員限定家事代行サービス

生活クラブ・暮らしサポート

☎045-620-0734 (月~金:9:30~18:30)
✉ kurashi.support@s-club.coop

詳しくはHPへ



私と生活クラブ



湘南 ちがさきデポー
青木 美穂さん
2016年3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？

今暮らしている地域は主人の地元で、知り合いがほとんどいませんでした。娘と二人、家にいることばかりで煮詰まっていたのですが、デポーの企画に参加したことがきっかけで世代問わずたくさんの方と知りあうことに。いつの間にか運営する側へ回り、楽しいことも大変なことも子育てしながら一緒に活動したことで、「知り合い」が「友人」になりました。娘も私もみんなで成長し、「行く場所」ができて世界が広がったんじゃないかなと思います。



加入のきっかけを教えてください

「娘の離乳食に、放射能や農薬の不安がない安全な食べ物を目で見たい」と探していたところ、デポーを見つけました。実は消費材で育った私、大好きだった味を思い出したのと、生協では生活クラブの基準が一番厳しいと聞いて加入しました。



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

「デポーは〇〇ちゃんママじゃなく、私が私らしくいられる自慢の場所!」と笑顔で話してくれました。



私の おすすめ消費材ベスト3★

1位 豚バラスライス

絶対的に美味しい! 食が細い娘&味音痴な夫も、何も言わなくても生活クラブのお肉と当てる事ができて、本当によく食べてくれます。



2位 万能つゆ

夏のそうめんには必須! 違うつゆだと娘が食べません。嫌な甘さがなく使い勝手が良いので、めでたく大瓶(900ml)買いへ昇格、一夏で3本ほど消費しました。



3位 なつめ

1日3粒食べると良いと聞き、小腹が空いた時に食べています。ポットに4~5個ちぎってお湯を注いで「なつめ茶」に。優しい甘さでホットします。



ビオサポ情報

レシピといっしょに「ビオサポ」関連情報(栄養素など)を紹介します。

*ビオサポ:生命を意味する「BIO」と「美」を掛け、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



女性のごはんの適量は「中盛り3~4杯!」



炭水化物は、体や脳のエネルギー源として利用されます。農水省「食事バランスガイド」によると、12歳~69歳の女性で身体活動量が普通以上の方は、中盛りごはん(150g) 3~4杯が一日の適量。話題の糖質制限ダイエット、エネルギー不足で疲れやすくなっていませんか?

おかずが少ないときの救世主

ブロッコリーとツナのご飯



作り方

- ①米は研いで水気をきり、炊飯器の内釜に、米・★・軽く油を切ったまぐろの油漬缶を入れる。水を2合の目盛りまで加えたら、軽く混ぜ炊飯する。
- ②ブロッコリーはよく洗って粗みじん切り、耐熱容器に入れふんわりとラップをかけて、電子レンジで500W/3分間加熱する。
- ③ご飯が炊き上がったら、②のブロッコリーとマヨネーズを加え軽く混ぜて器に盛る。



- 材料 (2合分)
- ◆米 2合
 - ◆まぐろの油漬缶 1缶(70g)
 - ◆マヨネーズ 大さじ1
 - ★万能つゆ 大さじ3
 - ★素材まるごと顆粒和食だし 大さじ3
 - ★塩 小さじ1/2



人から人へ受け継ぐ

伝承療法・暮らしの知恵も、人のつながりが生む

“たすけあい”



戸手生活館での大勢の漆喰DIY (2019年5月)

本物の「漆喰」には調湿・空気清浄、さらにカビ・ウイルスを抑制する力があります。これまで、生活クラブ生活館・介護W・Coのフリースペース・NPO運営の居場所・天然酵母のパン屋などで、大勢のDIYによる漆喰塗りをサポートしてきました。みんなの集まる場所が、みんなのDIYで、空気の綺麗な心も体も安らぐ場所になってほしいです。

統括部長 山田孝志

漆喰DIYで、つながりづくり
オルタスクエア(株)

理事長 山岸香

組合員とのつながりを地域の中で

地域で頼られる存在

W・Coあんず

新型コロナウイルスは、日頃から健康に配慮して過ごしてきた組合員の暮らしにも影響があるようです。「生活の中で自然治癒力を高める方法を教えて!」「病院や薬に頼る前にセルフケアで健康維持ができるかしら?」というご質問をいただきます。漢方とハーブのあんず薬局を開局して四半世紀。お役に立てる嬉しさとともに、皆さまの健康の自主管理に寄り添う責任を感じます。地域で健康に暮らしていくための提案を続けていきます。

健康・医療推進協議会とは?
2007年、健康の自主管理活動を行う団体で設立。「自分で作る元気なわたし」をテーマに、組合員が自分の健康を自分で管理できるように、相談窓口/ニュース配布/講座・学習会開催など、たすけあいの活動の一環として役立つ情報の提供や、健康とたすけあいのネットワークづくりのお手伝いをしていきます。復興支援まつり等への参加や団体間の情報交換も行っています。

自分の体を知り、自分に合った健康・医療法を見出す
地域の活動を、組合員とともに!

日本には家庭や地域の生活の知恵をベースとした、自前の健康文化があります。しかし、核家族化や人とのつながりが希薄になったことから伝え合う場面が減り、「知恵」が廃れかかっています。次々と出回る健康情報に、根拠がわからないまま振り回されてしまうことも多いのではないのでしょうか。

自分の体を知り、自分に合った健康・医療法を見出す
地域の活動を、組合員とともに!

参加団体の紹介

ライフサポートW.Co 樹(アープレ)	「健康づくり講座」の提供
W.Coあんず	漢方・ハーブ等を中心とした「あんず薬局」の運営
健康づくりワーカーズ“ばーとなー”	健康情報および健康講座の提供
生活クラブアトピーネットワーク	薬に頼らないアレルギー改善の支援事業
生活クラブ家庭菜膳の会	日本型菜膳料理の研究、講座開催
コミュニケーション“談”	東洋医学等の講座企画
エコロジカルコミュニティあおいほし	せつけん・へな等でエコ・健康ライフ提案
(株)ウエルライフ	健康補助食品の共同購入・健康講座の開催
オルタスクエア(株)	生活クラブ奈川住まい部門の子会社
住まいのW.Co+one	住まいや暮らしの相談対応



あんず薬局での相談風景

企画のお知らせ

自然に暮らす ~コロナ禍を経て~

日時 2021年1月29日 金 14:00~16:00

会場 オルタナティブ生活館301
※地図は14ページ上部に掲載

定員 会場20名
オンライン(zoom)聴講100名

参加費 無料

講師 田口ランディさん

2000年に「ひきこもり」をテーマにした小説「コンセント」(幻冬舎)を発表しベストセラーに。社会問題を通して人間の心の闇をテーマに広く執筆活動を展開。



11月24日(火)
9:00より申込順

申し込み、団体・記事全体に関する問い合わせ

健康・医療推進協議会 事務局
(オルタスクエア(株)内/保原)

☎ 045-476-1105 (FAX) 045-476-1106

✉ info@a-sq.co.jp

特別企画

健康・医療推進協議会が紹介する「新型コロナウイルス対策 免疫力を高める」方法

新型コロナウイルスの世界的蔓延は望まない出来事ではありますが、自分たちはもちろん、大きく世界、ひいては地球全体の在り方を考えるきっかけとなったのではないのでしょうか。私たちの活動が過度な行動を見直し、誰も犠牲にすることのない生き方のヒントになればと思います。

健康・医療推進協議会代表 神馬純江

食 発酵食品を食べよう

感染症や生活習慣病から体を守るためには「食べ物の選び方」が大切。腸は、食べ物の消化・吸収・排泄の働きと共に、免疫機能を担います。それを支えるのは腸内細菌です。好物の食物繊維や発酵食品が豊富だと、善玉菌優勢の腸内環境を作ります。

例えば発酵食品の味噌は、大豆に麹と塩を加え発酵させて作ります。発酵過程では、抗癌作用・コレステロール低下・血糖値上昇の抑制・インスリンの分泌亢進など健康効果が生まれ、同時に善玉菌が活性化。一方、腸内環境を悪玉菌の天下にするのは、揚げ物など高脂肪食です。そこから悪玉菌が作り出す代謝物は免疫細胞を傷つけ、感染症も引き寄せてしまいます。

ライフサポートW.Co 樹

東洋医学

ツボ療法で心身のバランスを

私たちはコロナ禍で、不安・恐怖・怒り・悲しみなど負の感情に晒され続け、免疫力もダウンしがちです。東洋医学には「養生」という考え方があり、自然に沿ったリズムを大切に、心身のバランスが取れている状態にあると、生命力に溢れ精神的に安定するとされています。養生を現代に置き換えると、規則正しい生活・旬の食物・適度な運動・気分転換などに当てはまります。

養生の一つ「ツボ療法」には、ストレス解消や免疫力アップのツボとして「百会」があります。人差し指または中指の腹を百会に当て、3秒×数回押しします。また就寝前などにゆっくり呼吸をして体を整えましょう。穏やかな心は、不安を呼び込まず正しい判断ができるようサポートしてくれます。

健康づくりワーカーズ“ばーとなー”

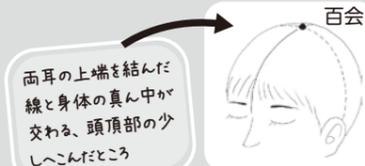
くらし

「せつけん」で手洗い

感染症予防に有効で、日本では手軽にできる「手洗い」。15秒の流水手洗いで99%のウイルスが取れるそうです。意外とできないものです。洗剤を使えばより効果がありますが、合成洗剤の多用で手荒れが起こると、却ってウイルスが侵入しやすくなってしまいます。

そこでおすすめなのが「せつけん」。「せつけん」は分子がバラバラになって「あぶら」を取り囲み引きはがしたり、ウイルスの脂肪膜を壊したりしますが、表面の汚れを取り去るだけで細胞内に浸透しないので、人体への影響は小さいです。また洗い流す瞬間から生分解が始まるので、環境への影響も小さいです。しっかり泡立てて手を洗い、泡を流すことを2回行うのがおすすめです。

エコロジカルコミュニティあおいほし



百会
両耳の上端を結んだ線と身体の真ん中が交わる、頭頂部の少しへこんだところ

今号から3号連続で、識者のみなさんから新型コロナがあらわにした問題について、ご寄稿いただきます。第1回目のテーマは「食」です。

特別企画

見つめなおそう
「いま」の暮らし

コロナ禍で食の風景が変わった。外食が減った。飲み会が減った。あちこちにリユークを背負った配達員が自転車で走り回り、家庭に外食の味を運んだ。プラスチック容器やビールや酎ハイの缶が家庭用ゴミ袋を圧迫した。他方で、家庭で料理をする機会も増えた。とりわけテレワーク従事者は、満員電車で揺られる時間をベランダの鉢植えいじりや料理の時間に回すことができた。

食

見かけではない

の変化に向けて

以上の収入を持つ人間だけだ。以上の変化を「日本の食の変化」「新しい生活様式」と考えることを拒絶すること。私は、これがあるべき世界の思い描くための前提であると考え。コロナ禍で学校給食と子ども食堂が閉ざされたことが、どれだけのひとり親や、働くだけでその日のエネルギー全てを費やすような親を苦しめてきたのか。コロナ禍の最中でも車で通い続け、電気・ガス・水道・地下鉄のメンテナンスをし、介護・保育・看護を続けた人びとに、どれほどの飲食店のテイクアウトを購入する余裕があったのか。そもそも食料が行き渡らない世界各地のストラムはロックダウンに耐えられるほどの食

べ物を備蓄していたのか。日本の外食を支えるインドネシアのパームヤシの農業労働者、フィリピンのバナナ農園の農業労働者、そして日本の農村の外国人労働者が働かなくてはならないのは、日本の大手商社や大手小売店に勤務するテレワーク従事者がパソコンの画面から発注したからではなかったのか。過度な食の商品化とグローバル化の代わりに、食の公平と正義を求める運動が、その存在感を増しつつある。利潤よりも理念、競争よりも共存を重視する協同組合もまた、その存在をかけた試験が現在進行中だと考えるべきだろう。



藤原 辰史さん
京都大学人文科学研究所准教授。専攻は農業思想史・農業技術史。人文科学の視点から、私たちの命と直結する「食と農」の現状に警鐘を鳴らす。近著『分解の哲学—腐敗と発酵をめぐる思考』（青土社）。



「くらしの玉手箱」って?

食・暮らし方・政治など、様々な分野に興味を持つ組合員が学ぶ機会として開催されるセミナー。まずは知ることから始め、問題解決に取り組むきっかけとすることを目指しています。



10/5

第1回 開催報告

4月に発表された「パンデミックを生きる指針」が大きな反響を呼んだ藤原さん。「歴史から見た、食と新型コロナウイルス」と題してご講演いただきました。参加者からは、「新型コロナと食の問題が実は密接な関係にあることがわかり、生活クラブの食の自給圏づくりの活動に自信を持つことができました」との感想が寄せられました。



B面の岩波新書
「パンデミックを生きる指針」

生活クラブ運動グループが協同で設立した市民立のシンクタンク

NPO法人
参加型システム研究所

研修・講座を
多様に開催

地域ケアアカアップ研修、参加型福祉リーダー講座「共育塾」、介護職員初任者研修など、地域活動に役立つ研修を企画・実施しています。また、学生・組合員等を対象とした、生活クラブ主催「神奈川大学生活クラブ寄付講座」(2020年度は新型コロナの影響で中止)を2012年より開催し、参加型システム研究所が企画・運営を担っています。協同組合等がめざす社会の方向性、実践、可能性等について生協研究者、生活クラブ組合員や職員、生活クラブ運動グループ関連の講師が講義し、好評を得ています。

調査・研究の他に
市民に役立つこんな活動もしています!



情報誌「参加システム」
情報誌「オプティマム」

隔月発行の情報誌「参加システム」(は、食・環境・エネルギー、子ども、人権、民主主義など多岐にわたるテーマを取り上げています。また、季刊情報誌「オプティマム」を発行し、既存の福祉システムだけに留まらない自主的な市民活動の先進事例などを紹介しています。

さまざまなテーマで
情報発信

2001年、市民の参加で市民社会を強めていくことを目指して、生活クラブや神奈川ワーカーズ・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、(社福)いきいき福祉会などの生活クラブ運動グループが設立しました。生活クラブからは、生活クラブ神奈川と5つの地域生協の組合員リーダーなどが理事として運営に関わっています。幅広い分野にわたる課題や事象を対象とした調査・研究を行い、その成果の共有を通して市民参加による解決策を社会に提示していくことをめざしています。

「研究フォーラム2020」のご案内

今年度はコロナ禍の中で県内の協同組合等で構成する実行委員会が始まり、初のオンライン企画となりました。コロナ禍の中で見えてきた多文化社会について学びます。多文化といえども数多くの課題があり、協同の力で何ができるか共に考える場としていきたいと思っています。



実行委員
大久保 明美

—with コロナの時代と新しい社会の創造— ~誰もが生きやすい多文化共生社会をめざして~

コロナ禍の中、社会にある不平等やジェンダー、民族、国籍などによる分断・差別があらわになっています。分断でなく、多様性を力に平和と安心を享受できる「社会づくり」に向けて、「with コロナの時代の新しい社会の創造」をテーマに開催します。ぜひご参加ください。

内容

—基調講演—
「人びとの営みを守りあう新しい共同の世界をつくる」
内山 節氏 (哲学者)

—てい談—
「with コロナの時代における多文化共生社会の課題と展望」
内山 節氏、鈴木 江理子氏 (国土館大学教授)、
海田 祐子氏 (WE21ジャパン理事長)

● コーディネーター 菅原 敏夫氏
(公財)地方自治総合研究所研究員)

日時 12月7日(月)13:30 ~ 15:30

開催方法 オンラインによるライブ配信

参加費 無料

主催 研究フォーラム2020実行委員会

申込み 参加型システム研究所

☎ 045-222-8720 WEB申込みはこちら



2020年度「地域ケアアカアップ研修」中止のお知らせ

機関紙「えび」20年5.6月号で予告した9月以降の地域ケアアカアップ研修は、新型コロナ感染拡大により、全て中止いたしました。

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

講師
募集中!

秋冬の特別講座

入会金不要

教室▶
記載のないものはオルタナティブ生活館

楽しい切り絵 11/20、12/18、1/15、2/19、3/19(金) 13:00～15:00
 3,000円/3回/初回1,000円・必要時実費

基本から学ぶ十四経絡体操 鍼灸師が指導
 11/30(月) 13:30～15:30 3,000円 300円

デコレーションケーキ お菓子屋さんに負けない!

①スポンジを焼く秘訣 ②失敗しないデコレーション
 ①11/25(水) 13:15～16:00 ②12/10(木) 10:00～12:30
 5,000円/1回 9,500円/2回

幸せを呼ぶクリスマスのスワッグ

11/27(金)、11/28(土) 13:30～15:30 6,000円/1回/初込

とっても美味しいシュトレーン 毎年人気の講座!

12/1(火) 13:15～16:30 5,500円/初込

はじめての香道

①12/10(木)or12/26(土) 三才香(古代中国の考え方、天地人)
 ②1/14(木)or 1/23(土) 鶴亀香(祝長寿)
 13:30～15:30 3,500円/1回/初込

クリスマスのおもてなし

簡単だけど豪華な
メニューを予定

<ハンガリー風チキンのパプリカ煮・
 カマンベールの茶わん蒸し・Xmasクッキー等>
 12/14(月) 10:00～12:30 4,000円/初込

骨ナビ健康法 ～自分の身体のクセを取る～

12/16(水)脚・膝・股関節中心に 1/15(金)首・肩・腰中心に
 13:30～15:30 2,500円/1回

手品1日教室

～日用品を使って ①透視・読心術 ②出現 ③予言の3種～
 12/25(金) 10:30～12:30 3,500円/1人 5,000円/ペア割 初込

星が語る2021年 ①社会はどうか? ②あなたの2021年は?

①12/25(金) ②1/22(金) 14:30～16:30
 3,500円/1回 6,000円/2回 200円

お正月飾り 12/25(金)、12/26(土) 13:30～15:30

3,500円/1回/初込

New! **楽しいマクラメ結び (入会金要)** なごみ郵教室
 第2(火) 13:30～15:30 2,000円/月1回/初別

※各講座とも講座維持費 200円/月が必要です。

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

無料 アレルギー生活相談

「ステロイドを使い続けるのは不安……薬がいらなくなればいいな」 そんな、アトピー・喘息・食物アレルギーに悩んでいる方の思いに寄り添い、ご相談をお受けしています。

- ・自分の使っている薬を知ろう
- ・衣食住の生活に使用している化学物質をチェックしよう
- ・食物アレルギーの方は、少しの間だけ症状と食事記録をつけてみよう

など、電話でその方のお悩みに合った方法や、ご紹介できることをお伝えします。一つ一つじっくり冷静に見て、「なんとかいける!」という気持ちになるためのお手伝いができればと思っています。



杉山 典子 さん

生活クラブ
アトピーネットワーク
相談員

時間内にお電話ください

日時 第1・第3木曜日 10:00～13:00

相談方法 ☎045-471-1733

お返事までに数日いただく場合があります

✉ sugiyamn@gmail.com

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

冬の浴室の寒さを内窓で解決しよう

冬の暖房費を削減するには、窓の断熱が有効です。特に、今ある窓の内側にもう一つ窓を取り付ける内窓(インナーサッシ)が好評です。浴室用の内窓もあります。浴室の断熱はヒートショックによる体への負担を減らせるので、健康面でも重要です。ペアガラスの浴室内窓取り付け1箇所(サイズ縦1m×横1.5m)で、費用は税込約7.5万円。設置箇所が増えるとともにリーズナブルに。お見積りは無料です。

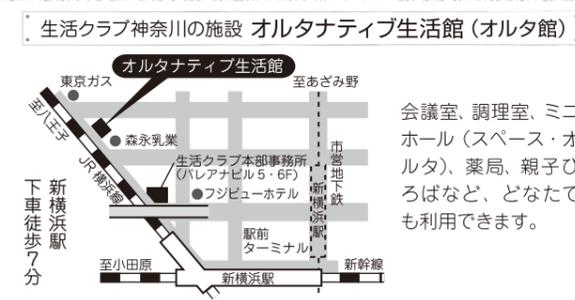


浴室用内窓。ブラインドを内蔵したものもあります。

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があります。詳細はお問い合わせください。



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 問合せ TEL/FAX045-472-6349(担当/佐藤)

うろのひびき 仮面劇 結成30周年記念公演 「間沙羅ヶ池伝説」

男女二人で劇団を立ち上げ幾星霜。うろのひびき結成30周年公演を前に、突然と世はコロナ禍に突入し、現実世界が有為転変!それでも生公演に拘り30周年に相応しい壮大なる物語を紡ごうと、集大成の意気込み溢れる本公演。舞台は仮面を駆使し、楽師・役者と早変わりしながら、笑いあり、緊張感あり、音楽あり。泉鏡花の夜叉ヶ池・ノートルダムスの僞僕男(せむしおとこ)を下敷きに、水と人を巡る様々な思惑・理不尽な差別・満たされぬ愛が錯綜し、物語は大団円へとなだれ込みます。芝居の元気で免疫力を高めることを願い、皆様のご来場を心よりお待ちしております。基本、予約制で、当日はマスク着用でのご観劇となります。



うろのひびきの他の公演から

日時 11/21(土)18:30～、11/22(日)14:00～、
 11/23(月・祝)14:00～(3回公演、開場は各30分前)
料金 前売り3,000円/当日3,500円(高校生以下2,000円)
定員 1公演につき40人限定

主催・問い合わせ・予約 うろのひびき
 Mail:uro481@gmail.com
 Tel:070-8313-9817 Fax:045-952-5911

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

子育てLABO ～知る・繋がる・成長する 子育て支援者のための講座～

昨年からスタートした「子育てLABO」、今年はオンライン(zoom)で開催します。子育て世代への学習会やサポート企画は数多くありますが、支援者の研鑽・交流、関わる人同士で知見を分かち合うような講座はほとんどありません。「子育て支援」という共通テーマで一緒に学び合いましょ。

11/29(日) 0歳児の発達を知る

講師 永田 陽子さん(臨床心理士)

2021/1/23(土) パパとの子育て

講師 山口 理栄さん(育児後コンサルタント®)

夫婦が協力して育児をするためには、パパが出産前から主体的に関わることがカギになります。プレパパから始まり、最近急増しているパパの育児休業も上手に活用する、現代的な夫婦の協力体制の作り方をお伝えします。



講師の山口理栄さん

2/14(日) 子どもとメディア最前線

講師 古野 陽一さん(NPO法人子どもとメディア 常務理事)

2/28(日) 自然とあそぶ子育て

講師 岸 由二さん(慶應義塾大学 名誉教授)

時間 10:00～12:00(前半:講師による講座/後半:座談会)
参加費 各回1,500円 **定員** 各回40人
参加方法 zoomを使ったオンライン講座です
 HPからお申し込みください 申し込みはこちら▶



理事会だより

●第3回定例理事会(9/7)●
 報告承認事項(抜粋)

- 1.生活クラブ・神奈川創立50周年記念事業 基本構想案と今後の進め方について承認した。
- 2.新型コロナに伴う臨時的な対応(厚労省第12報)への要望書の提出について承認した。
- 3.テレビ朝日ネット番組の「平和学習番組」へのスポンサーの実施について承認した。

●第4回定例理事会(10/9)●
 報告承認事項(抜粋)

- 1.50周年記念事業「50周年記念消費材の開発と取組みのすすめ方」について承認した。
 - 2.PRTR法の改正に対する意見書への対応について承認した。
- 報告事項(抜粋)
- 1.「神奈川県下W.Co支援カンパ」組織カンパ状況報告と協力要請について報告した。

編集後記

新型コロナ感染拡大を受けオンライン開催となった、「東日本大震災・復興支援まつり2020」。プロからアドバイスを受けながら「被災地との繋がりを絶やしたくない」との思いで、被災地と神奈川をつなぎました。YouTubeのアーカイブでも視聴できます。ぜひご覧ください。(しょうゆ)

デポ一情報

12月は開所日数を増やします!
 年末年始のお買い物はデポへ!

定休日に関わらず、全デポ一開所

12/17(木)～30(水)は連続オープン

予約品の受け取りをお忘れなく!

12/22(火)・23(水)▶クリスマス品受け渡し

12/27(日)～30(水)▶お正月品受け渡し

12/31(木)～2021/1/5(火)▶年末年始のお休み

定休日に関わらず

2021/1/6(水)▶全デポ一開所

12月は18:30開所です。来所時はマスクの着用をお願いします。

地域でともに活動しています!

一般社団法人グリーンファンド秋田

にかほ市と組合員をつなぐ

「生活クラブでんき」
詳しくはこちら



2012年3月、生協が日本で初めて作る風車/生活クラブ風車「夢風」が、秋田県にかほ市に建設されました。「夢風」は年間約470万kWh(一般家庭1,300世帯分)を発電し、「生活クラブでんき」として組合員の家庭に供給しています。グリーンファンド秋田は、その「夢風」の事業法人です。

にかほ市の風で作られた電気を単に都市で消費するだけでなく、地域の人々に資する形とするため、生活クラブとにかほ市は協議を重ね「共同宣言」を行い、交流事業や物産の共同購入を行っています。交流事業では組合員リーダーツアーや事務局リーダー研修を毎年行い、2019年度はデポワーカース研修も新たに実施。にかほ市の生産者と



「夢風」が建つ秋田県にかほ市芹田地区の皆さんと、組合員との交流(2019年)

組合員と一緒に開発した「夢風ブランド品」では、タラーメンのスープからさらに添加物を除いた再開発品が10月にデビューしました。

持続可能な自然エネルギー社会への転換を、おおぜいの組合員と共にすすめていきたいと思ひます。

事務局長 鈴木 伸予



消費材に対する思いをお伝えするコーナーです。今回は、水の豊かな静岡県静岡市で純米酒造りを行う生産者「英君酒造」の望月裕祐さんにお話を伺いました。

素材や料理の風味に寄り添う 純米酒を作り続けています

えいくん 英君酒造株式会社 代表取締役 望月 裕祐さん



望月 裕祐さん

生活クラブ生産者の紹介から始まった提携

英君酒造株式会社は、良質な水に恵まれた土地柄を生かし、明治14年に酒造りを始めた小さな蔵元です。生活クラブ神奈川が酒類の生産者を探していた時に、同じ静岡県の練物生産者／こめや食品株式会社さんの紹介で、デポーから提携が始まりました。以来20年以上のお付き合いです。当時は、醸造アルコールや酸味が添加された日本酒が主流。先代である父が品質を重視して純米酒に切り替え始めたことが、生活クラブの考えと合っていたのだと思います。

さわやかでクセのない純米酒と料理酒

本来、純米酒の醸造には寒い気候のほうが適しているため、暖かい静岡での酒造りには特に技術が求められます。以前は仕込みの時期だけ杜氏^{※1}が数名来ていましたが、今は常駐する50代の杜氏を筆頭に酒造りに勤しんでいます。蔵の温度が上がりすぎないように設備も整え、安定した品質を保っています。

醸造に欠かせない酵母は「静岡酵母」を使っています。さわやかな香りでクセがなく、素材や料理の味に寄り添うような風味に仕上がるのが特徴です。代表的な消費材である『純米酒 英君』は、女性でも飲みやすいと定評があります。「日本酒はどう飲んだらいいかわからない」との声も聞かれますが、難しく考える必要はありません。氷を入れてロック

など、自由に楽しんでください。

もうひとつ特徴的な消費材が「米だけで仕込んだ料理酒 英君」です。料理酒の多くは、照り良く仕上がるように砂糖やアミノ酸が添加されたもの。一方私たちは、毎日の料理に安心して使えるよう、純米酒と同様に米・米麴・水だけで作っています。洋風の料理にも合わせやすいので、ぜひお試しください。

※1主に日本酒の醸造工程を担う職人であり、酒造りにおける最高責任者



原料のお米は秋田県産。「米だけ」の仕込みで安心！

年末年始は、おいしい純米酒でゆったり

今年新型コロナ感染拡大の影響で、4月ごろには飲食店向けの出荷が例年の半分ほどに落ち込みました。一時はどうなるかと思いましたが、生活クラブで料理酒の利用が増え、支えになりました。年末年始には、自宅でおいしい純米酒とともに、ゆったり過ごしていただければと思っています。

福祉クラブ^{※2}だけで扱いはじめた、新しいお酒もあります。「山廃仕込み」と呼ばれる昔ながらの製法で深い味わいに仕上げた、じっくり楽しめるお酒です。時間がかかる製法のためまだたくさんは作れないのですが、少しずつ生産量を増やし、生活

クラブの皆さんにも味わってもらいたいと思っています。組合員と一緒にお酒の開発にも挑戦できたうれしいです。ぜひお声がけください。 ※2福祉専門生協。詳しくは9ページくらしサポートがなくなりました(すけあい)に記載。



由比港から車で10分。山間の街道沿いに蔵があります。

ちょっと変わった 今日は何の気分?

望月さんおすすめ『純米酒 英君』の飲み方

ロック 薄まるのではなく キリっとした味わいに

レモン スカッシュ割り

NGな飲み方はありません！ 自分が楽しいことが一番♪

information

生活クラブ神奈川は2021年で **創立 50 周年!** 未来につなごう!「おおぜいの私」のサステナブルスタイル

記念ロゴマーク募集中

応募メ切 2021年1月15日(金)

募集作品要件 ・10cm×10cmの正方形サイズ、フルカラー
・「50」の数字を入れたもの

組織概要(神奈川)

組合員人数 82,581人(2020年9月末182人増)7月度加入 777人、脱退 595人
世帯当り利用高26,989円(2020年9月) 世帯当り出資金 129,732円(2020年9月)

問い合わせ

創立50周年記念事業推進室
☎ 045-474-0985
(月~金・祝 9:30~16:30)

詳しくはHPへ



応募方法

応募用紙を郵送またはメールで送信

賞品

入選作品に3,000円相当、採用作品に5,000円相当の消費材をプレゼント

ちょっとQの答え▶ストロー・ペットボトル・トレイなど、一度だけ使用し廃棄するプラスチック製のもの。※「ワンウェイプラスチック」に関する記事は7ページに記載