

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2012  
No.372



# 11&12

第9回東都生協

平和のつどい

生命あふれる地球を未来へ



東都生協から平和への祈りを込めて



今月のおすすめ

「八千代ビーフ」

とろけるつまさがギューっ。



2012  
国際協同組合年

おいしいを、日本の畑から。  
産直の東都生協





団連へ提出する「平和メッセージ」



ピース・Peace 同友会



子どもの人権について展示

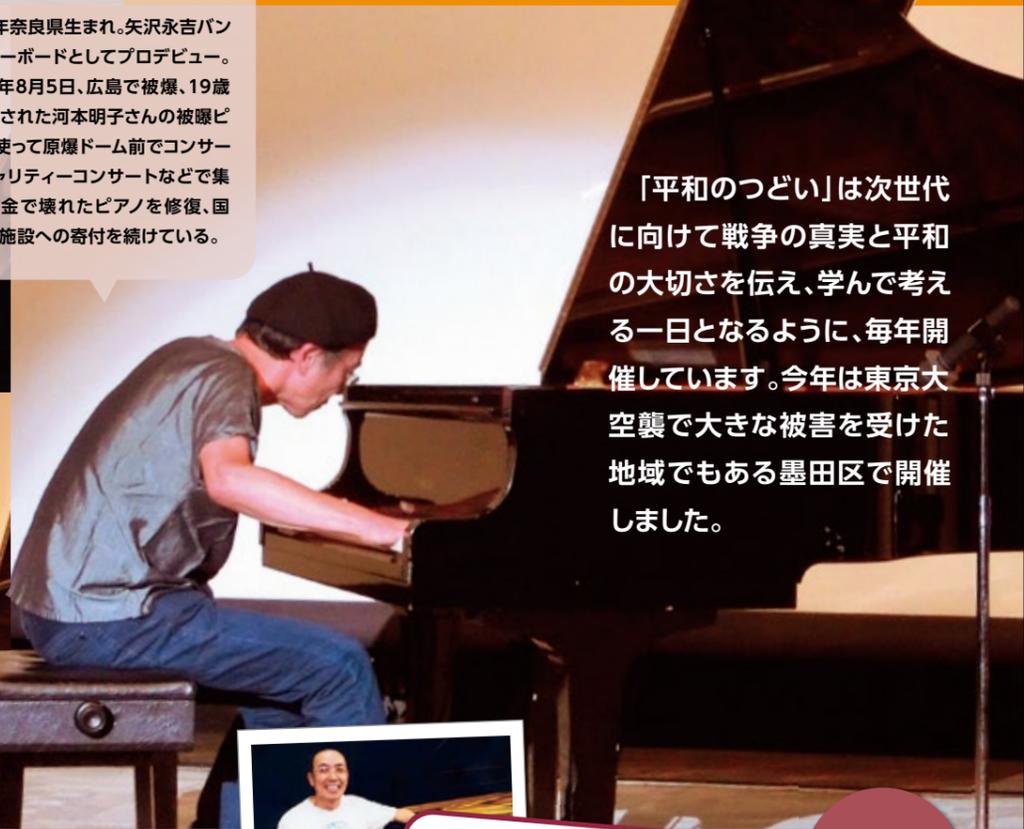


子どもが対人地雷の犠牲にならないように  
たぐさんの子どもが対人地雷の犠牲になっています。  
対人地雷の製造・使用・備蓄・販売・輸出を禁止する  
国際法を制定することが必要です。



### 河野康弘さんプロフィール

1953年奈良県生まれ。矢沢永吉バンドのキーボードとしてプロデビュー。2008年8月5日、広島で被爆、19歳で世界された河本明子さんの被曝ピアノを使って原爆ドーム前でコンサート。チャリティーコンサートなどで集めたお金で壊れたピアノを修復、国内外の施設への寄付を続けている。



「平和のつどい」は次世代に向けて戦争の真実と平和の大切さを伝え、学んで考える一日となるように、毎年開催しています。今年は東京大空襲で大きな被害を受けた地域でもある墨田区で開催しました。



### 河野康弘さんに聞く

### 第1部

## ファミリーピースコンサート 「ハルとこころのハーモニー」 ピアニスト 河野康弘さん

「会場のピアノも目覚めさせたい」と、力強く優しい演奏でした。

「1990年代に自然を題材に音楽の素晴らしさを伝える活動を始めた理由は？」  
1983年待望の子どもが誕生。湾岸戦争で日本が多額の拠出（130億ドル）をしたことがきっかけです。また「戦争に批判的なら自分で何か行動したら」と妻に言われ、音楽家なので音楽で具体的に行動しようと思いました。

「今後の活動は？」  
ピアノを再生して寄贈する活動をもっと進めたい。障害者の人たちに磨いてもらった1台は、中古ピアノとして販売できました。NPOを設立してピアノ置き場や障害者の人たちが働ける作業所を作りたいですね。作業場には音楽が流れています。障害者の社会参加にもつながり、環境にも優しい、素敵な仕事になるはずですよ。

「未使用のピアノを再生して、アフリカ・アジアに贈る取り組みを始めた理由は？」  
日本にはピアノが600万台あり、450万台は弾かれています。木を多く使うピアノの再利用は、環境を守ること。以前、南アフリカに贈呈に行った際、アパルトヘイトが残り治安は不安定でした。で

「平和のつどい」は「平和」への催しが満載

### 平和募金活動報告

東都生協の組合員から寄せられた平和募金を活用して行われている、ヒロシマ、ナガサキへの平和代表団や沖縄戦跡・基地めぐりの様子などを、スクリーンで紹介。

### 被爆の証言（東友会 山田玲子さんのお話）

原爆の被害にあわれた方たちは、高齢になり、直接お話を聞く機会はありません。被爆者の貴重なお話を次世代に語り継いでいかなければならないと思いました。

### ひざ掛けの贈呈

東都生協の長年の取り組みです。日ごろから思いを込めてひざ掛けづくりに協力している城南支部テーマ別委員会ピースニットカフェとグループ・パッチワーク三本杉から東友会への皆さんへ贈られました。  
※(社)東京都原爆被害者団体協議会

### 第2部

## 地球の希望は、 この子どもたちだ!



2005 MK Film Productions/Sri Rai Cinema Spa

映画の感想  
学校でユニセフの体験学習があり、バケツに水を入れて運びました(子どもたちが遠い川まで飲み水を汲みに行き、重い水がめを運ぶ模擬体験)。でも、映画のような子どもたちがいることは教わらなかったし、見たのは初めて。びっくりしました。最後の1本が一番印象に残りました。 桜田さん(小4女子)

### 映画

## 「それでも生きる子供たちへ」 (2005年、イタリア・フランス制作)

7カ国の子どもたちが直面する現実を、各国代表の監督がつづったオムニバス映画を上映。戦争・貧困・犯罪・エイズ、少年兵士やストリートチルドレンたちの厳しい現実。それでも生き抜こうとする子どもたちの姿は、平和にくらす私たちには衝撃的な映像でした。

コンサートの感想  
核兵器が世界からなくなればいいと思いました。 岡本みう(12歳)

平和のつどいの感想  
親として自分が学び、子どもたちに伝えたくて参加しました。こういった映画も初めてです。コンサートでは3歳の娘が曲に合わせて体を動かし喜んでいました。子どもたちには人のことを考えられるようになってほしいです。(4人の子を持つ母親)

コンサートの感想  
きれいな音だな~と思いました。おばあちゃんに誘われて参加しましたが、このようなコンサートは初めてです。 唐木田 温静(中1)

10枚のひざ掛けを完成させました。昨年度は、続いて、東友会の東條明子さんのお話。3月10日の東京大空襲で雨のような爆撃を体験し、広島へ疎開、そこで運命の8月6日を迎えます。

「光るだけで音がしない何か」で学校のガラスが木っ端みじんに砕けたけれど、学校から帰って子どもたちは日暮れまで外で遊んでいた「キノコ雲」が3日間残っていた——当時、東條さんは10歳。自分の体験したことを伝えるために、語り部になることを決意されました。「若い人たちは戦争の話を書きたくないけれど、ぜひ体験者から話を聞いて後の世代に伝えてほしい」と訴えます。参加者からは「体験した人の話は苦しみも伝わる」との声も。語り部との交流の大切さをあらためて感じました。



被爆者の話を聞く会(社会委員会開催)  
「ピースカフェ 戦争体験のお話し会」  
(8月28日 渋谷区立商工会館)

～被爆者のお話を聞くこと…  
それは次世代へ伝えること～

※東友会:「東京都原爆被害者団体協議会」。東京に住む原爆被害者が1958年11月16日に結成。互いに励まし合いながら被爆者のための活動をしています。

1945年3月10日  
忘れてはいけない…  
これからもずっと…

東京大空襲・戦災資料センターにて (東京都 江東区)

アメリカは爆撃の効果を徹底的に研究し、東京の下町に無差別爆撃を行いました。アメリカ軍の空爆によって10万人の命が奪われた事実を風化させないように、2002年3月「東京大空襲・戦災資料センター」が多くの市民の募金により設立されました。センターは、どこにでもある住宅街の一角にあり、この地が東京大空襲で多くの犠牲者を出したとは思えないほど、平穏なたたずまいです。

ここでは、実際に投下された焼夷弾をはじめ、空襲による被災品が展示されている他、二瓶治代さんの体験談を聞くこともできます。

戦後67年を経た今でも、日々、戦争の恐ろしさを伝え続ける二瓶さんから『MOGMOG』では貴重なお話を伺いました。



二瓶治代さん

語り継ぐことは使命

戦争体験者・二瓶治代さんは、私たちを笑顔で迎えてくれました。「当時、私は8歳で国民学校の2年生でした。その日の夜はいつもと違う。『起きろ』という父の声で飛び起きました。南の空が赤く染まり焼夷弾が雨のように降り注いでいるのが見えました。』

東京大空襲を体験した二瓶さんのお話は、とても衝撃的でこんな悲惨なことがあったのか、と身につまされる思いでした。二瓶さんは、まるで昨日の体験のようにつらい話を淡々と語られ、時には涙をためて「それでも生きたい」という気迫を感じさせました。

二瓶さんが戦火をかいくぐってこられたのは偶然が度重なったからだそうです。家族と離れて避難していた防空壕の中では、「ここにいなさい」とご近所の人に服の裾を引っ張られながらも、その防空壕が攻撃され、命拾いをします。また、火の海の中を逃げまどう中、何度も転び、多くの人の下敷きになったために焼死を免れたそうです。道端には、火だるまになって転げ回る人やどこまでもどこまでも死体の山が続いていたという話には、思わず耳を塞ぎたくなりました。

被害の大きかった下町は、人口密度が高く木造の平屋が多かった上に、川に囲まれた土地だったために狙われました。全ては計画された攻撃でした。その中で、二瓶さんは生き延びたのが不思議でならないそうです。当時空を見上げるのは、B29が飛んでいる静かな空が好きだと…。そして平和な日本を守るために「事実を隠さない。戦争の恐ろしさを知る。日本の過去にあったことをしっかりと受け止め、それを後に残すことが大切」と結ばれました。

二瓶さんが使命感を持って、東京大空襲の悲惨さを語り継いでおられる姿には、深い感銘を覚えました。次世代に向けて平和を訴え続ける二瓶さんの話を、多くの人に聞いてもらいたいと思います。

松代大本営地下壕見学会

7月31日 象山地下壕、舞鶴地下壕、天皇御座所など

参加者からは

「今回の見学を通して平和がどんなに尊く大切なことであるかをあらためて確認するとともに、真実を正しく理解していかなければならないと思いました」

「悲しい出来事から目をそらさず真摯に向き合い伝えていくこと、そして戦争を二度と繰り返してはいけなく伝えていくこと。大切なことを高校生の生徒たちに教わりました」

などの感想がありました。

松代大本営とは太平洋戦争末期、国家中枢機能移転のために現在の長野市松代地区の3つの山(象山、舞鶴山、皆神山)に掘られた地下坑道です。当日のガイドは地元の長野俊英高等学校郷土研究班の生徒の皆さんと顧問の先生にお願いしました。



沖縄戦跡・基地巡り

3月27日～29日

沖縄県立平和祈念資料館、平和の礎、ひめゆり平和祈念資料館など

参加者からは

「大きな視点で、目の前で起こることを絶えず物事の関連性を考えながら、ジャーナリズムを意識した報道を注視していく大切さに、あらためて気付かされました」

「今回、戦争体験者の話を聞き、ガマに入り、基地を眺め、辺野古の浜を歩いた2泊3日は、これまで感じていた本土と沖縄の『距離感』を埋めてくれた、とても有意義な旅でした」

などの感想がありました。

沖縄戦と基地を学び、現在の沖縄における諸問題やこれからの平和に向けての課題について、また戦争体験の伝承について考え合うことを目的に行われました。



東京平和めぐり

アメリカがマーシャル諸島のビキニ環礁で行った水爆実験による被害を受けたマゴロ漁船「第五福竜丸」の展示館や「東京大空襲・戦災資料センター」の見学などを行っています。(組合員活動情報紙「ウォ」でご案内します)



ナガサキ平和代表团



ヒロシマ平和代表团



残念ながら、今年は最少催行人数に至らず実施を見送りました(写真は2011年)

平和募金企画は組合員から寄せられた募金によって行われています。(参加者の感想は抜粋です)

平和活動を通じて、歴史の事実と平和を実感

## 戦争の「語り部」たち

第二次世界大戦終結から67年。日本人の4分の3が戦後生まれとなり、戦争を体験された方のお話を聞く機会はますます貴重になりました。平和のつどいでは、東友会の山田玲子さんのお話を聞き、「原爆と人間」パネルでヒロシマ・ナガサキへの原爆投下と核の脅威を展示しました。今もお、世界には2万発以上の核兵器があり、人類を何度も全滅させられる量が存在することを忘れてはなりません。

東京への空襲は1944年から100回以上に及び、今回の平和のつどい会場(墨田区)周辺も、1945年3月10日の大空襲で大きな被害を受けました。約10万人が亡くなったといわれ、墨田川や吾妻橋は大勢の犠牲者で埋め尽くされたそうです。東京大空襲・戦災資料センターの二瓶治代さんの体験談を聞いてみると、自分自身が東京の市街地を逃げ惑っているような気持ちになりました。

山田さん、二瓶さんがつらい体験をあえて私たちに話してくださるのは、次世代へ語り継ぐ強い使命感からです。悲惨な戦争を生き抜いたお二人の強い意志を伝えることは、私たちの役目です。

### ヒロシマ・ナガサキ 原爆と人間



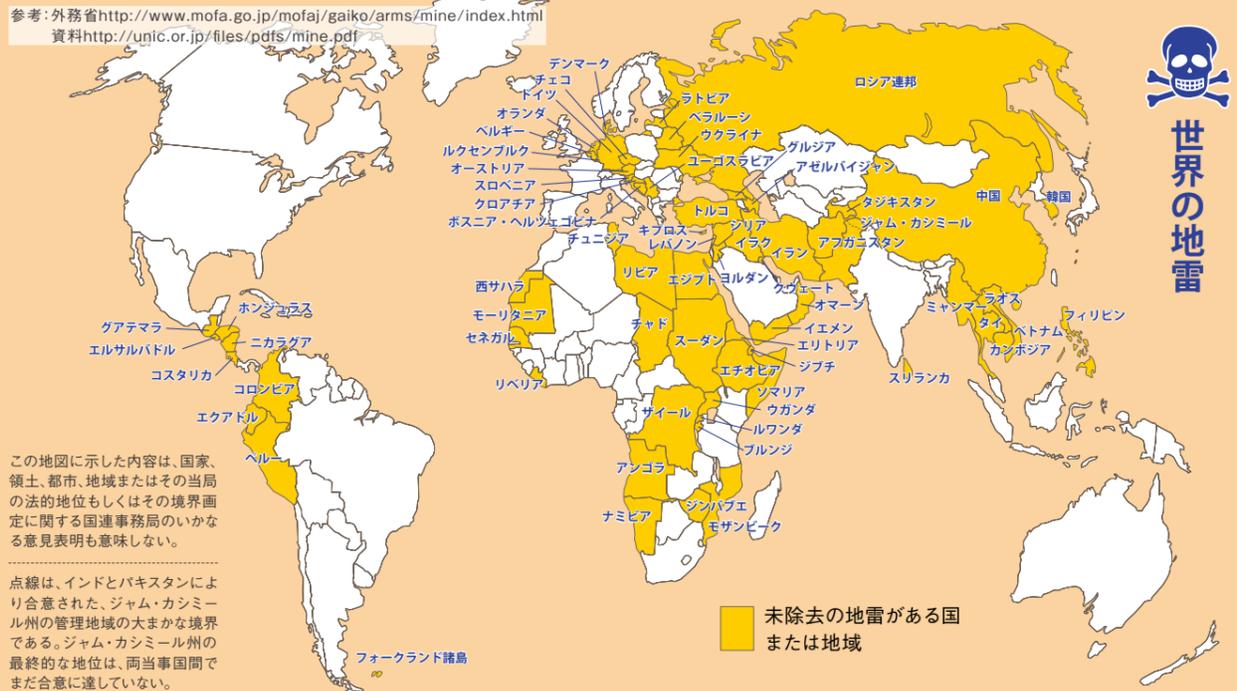
(世界の子どもたちの平和像(江東区 東京大空襲・戦災資料センターにて))

## 世界の平和は子どもの人権から

地雷は数百円から数千円でできる安価な兵器。でも撤去するには100倍以上の費用がかかります。今も世界には1億1000人以上の子どもや女性たちが犠牲となっているのはご存知でしたか? 1996年には「特定通常兵器使用禁止制限条約」を改正、対地雷の使用を原則禁止とすることが採択されました。また1999年「対地雷の使用、貯蔵、生産及び移譲の禁止並びに廃棄に関する条約」(オタワ条約)が発効され、156か国が締結(2010年6月時点)、地雷をなくす動きは広がっていますが、完全撤去には十年かかるといわれています。地雷は子どもや一般市民を巻き込む悪質な兵器。平和のつどいでは地雷のレプリカや子どもの権利パネル展示、映画「それでも生きる子供たち」を上映し、子どもを取り巻く世界の情勢をお伝えしました。

国連総会は1989年、18歳までの子どもの権利を守る「子どもの権利条約」を採択、世界中の子どもにも学ぶ権利と平和な環境で生きる権利が約束されました。子どもの人権を学び、戦争の語り部に耳を傾けること、そして家庭で話題にすることは誰にでもできる次世代へ向けた平和活動の第一歩です。組合員一人ひとりが関心を持ち続けるために、東都生協はこれからも平和活動を進めていきます。

参考:外務省<http://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/arms/mine/index.html>  
資料<http://unic.or.jp/files/pdfs/mine.pdf>



世界の地雷

この地図に示した内容は、国家、領土、都市、地域またはその当局の法的地位もしくはその境界画定に関する国連事務局のいかなる意見表明も意味しない。

点線は、インドとパキスタンにより留意された、ジャム・カシミール州の管理地域の大まかな境界である。ジャム・カシミール州の最終的な地位は、両当事国間でまだ合意に達していない。

## 今月のおすすめ

### ハ千代ビーフ

安全・安心な飼料で一頭一頭じっくり時間をかけて育まれるハ千代ビーフ。上質な牛肉の深い味わいをお楽しみください。

# とろけるうまさかギューッ。



### 素材のウンチク

#### 24 牛肉

#### 牛肉の種類

国内で流通している牛肉は、和牛・国産牛・輸入牛の三つに分類できます。和牛は、「黒毛和種」「褐色和種」「日本短角種」「無角和種」の4種類。国産牛は和牛以外の国産の牛のことです。輸入されてから3カ月間以上日本国内で飼育されていれば、国産牛となります。

#### 肉を柔らかく、おいしくするポイント

- すりおろした玉ねぎや果物に20〜30分漬けると、玉ねぎなど酵素の働きのおかげで、うま味も加わって柔らかくおいしくなります。牛乳やヨーグルトに漬けても同様です。片栗粉を表面にまぶして焼くと肉汁が閉じ込められ、柔らかく仕上がります。調理の際には、
- 1. 肉を常温に戻す
- 2. 筋を切る
- 3. 塩を振るのは直前

#### 牛肉の栄養

牛肉には鉄分・亜鉛・ビタミンB群が多く含まれています。特に鉄分は吸収率が高いので、貧血気味の方や女性にはおすすです。このほか必須アミノ酸※もバランスよく含まれています。脂身は飽和脂肪酸が多くコレステロールを作る原因となりますので、取り過ぎには注意しましょう。肉を焼くときは良質な植物油を使いましょう。※必須アミノ酸:タンパク質を形成する20種類のアミノ酸のうち、体内で合成することができない9種類のアミノ酸のこと。栄養素として外部から摂取する必要があります。

今月のおすすめ

# ハレの日のメインディッシュは、ローストビーフ♥

それぞれのご家庭でもパーティーが増える年末。おいしい八千代ビーフを使ったメニューはいかが？

アテンション・プリーズ!!

パーティーのメイン料理といえば何？  
あなたの一番好きなお肉料理は？

p.13のバズルの答えに添えて  
お送りください♥

★本格的なお味に挑戦!



## ローストビーフ



【材料(500g分)】

八千代牛モモブロック……500g  
オリーブ油……………大さじ2  
にんにく……………2片  
白ワイン……………大さじ3

A [ 塩……………小さじ2  
こしょう……………小さじ1/2 ]

※ 次回の八千代牛モモブロック企画は12月3回(予定)です。

【作り方】

1. 牛肉は解凍し、Aを全体にすり込む。
2. 鍋にオリーブ油とつぶしたにんにくを入れて火にかける。香りが出たら弱火にして1を入れ、ふたをしながらミディアムレアに焼く(各面約2分)。
3. 2に白ワインをふってふたをし、2~3分蒸し焼きにしたら火を止め、ふたをしたまま粗熱を取る(煮汁は取り置く)。
4. 3を1cm幅に切り、3の煮汁をかける。

※グレイビーソースはもちろん、さっぱりとゆずこしょうやわさびで食べてもおいしい!  
※グレイビーソースの作り方: 調理した肉汁に赤ワインを入れてアルコールをとばし、弱めの中火で作ります。仕上げにしょうゆを少々加えても美味。

千葉県酪農農業協同組合で生産する産直牛肉

# ハ千代ビーフとは

生産者の木我整一さんご家族

八千代ビーフは、コンピューターで生産者・出生地・ワクチンの種類や接種日、飼育の記録などの個体情報を管理。「いつ、どこで、誰が育てたか」がはっきりした「顔が見える」産直牛肉です。BSE発生以前から、Non-GMOで東都生協仕様の中身が明らかな配合飼料と粗飼料※を給餌し、牛の健康を最優先に肥育しています。

放射能検査も徹底。東都生協の自主検査(ゲルマニウム半導体検出器-検出限界値を1ベクレル/kg程度)に加え、産地でも千葉県の全戸検査、と畜業務を行う千葉県食肉公社での全頭検査を行っています。

※食べた物を十分に消化吸収できるようにする安全・安心な米や稲ワラなど。



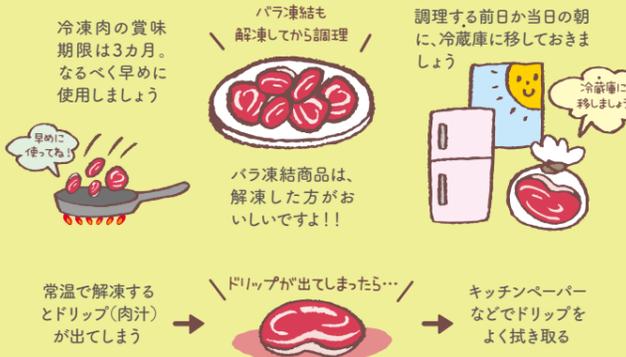
### 利用者の声 (ひとこえ生協より)

八千代牛のおいしさは衝撃的でした。月に1回はステーキと決めています。

八千代牛切り落とし肉をととも気に入っています。

### お肉の美味しい解凍方法

低温でゆっくり解凍し、うま味のもと「ドロップ(肉汁)」が出ないようにするのがコツ!!



### 八千代ビーフは2種類

#### 八千代牛

ホルスタイン主体の肉用種。PHF・Non-GMOの指定配合飼料で、約21カ月かけてじっくり飼育。しっかりした赤身肉

#### 八千代黒牛

黒毛和種×ホルスタインの交雑種。八千代牛同様、中身が明らかな飼料で約26カ月かけて肥育。和牛の資質を受け継いだ霜降り肉

### お味がワンランクアップ! 薬味&調味料

#### JANE'S クレイジーソルト



岩塩とペッパーをベースにハーブなどをブレンド。肉料理、サラダ、卵料理など幅広く利用できます。

#### 青柚子こしょう



青ゆずと青唐辛子と塩を合わせた練り状の香辛料。うどん・そばの薬味、餃子などいろいろな料理に。

#### にっぽんの海塩



長崎・崎戸島周辺の海水をろ過・濃縮し、平釜でゆっくりと炊き上げた、ふんわりとした粗塩。

信州あづみ野産おろし本わさび  
長野県安曇野産の本わさびをすりおろし、独特の風味と辛みを閉じ込めました。

香りが良く、品質の良いコンコード赤ぶどうを使用し、甘さを抑え辛口に仕上げました。ミディアム・ボディの飲みやすいワインです(アルコール度数11度)。冷やして飲むのがおすすめ。他社と比較してもポリフェノールが大変豊富で、酸化防止剤無添加なのが自慢。醸造は、山梨県勝沼町で100年の歴史があるワイナリー、蒼龍葡萄酒(株)発売15年、変わらない味わいが評判のロングセラーです。



もう1つおすすめ

酸化防止剤無添加  
蒼龍赤わいん(辛口)  
720ml



- ① じゃがいもはよく洗って皮付きのままゆでるか、電子レンジ(600W)で8分加熱し、竹串がスッと入ったら熱いうちに皮をむき、つぶす。
- ② ①にツナ、マヨネーズ、塩をよく混ぜ合わせ、こしょうで味を調え、固めのポテトサラダを作る。
- ③ 黄色のピーマンは大きな星型で1個抜き、残りは小さな星型で抜く。オレンジピーマンまたはにんじんも小さな星型で抜く。小さな星型のピーマンは裏面の中央に、ミニトマトはへたの部分にスパゲティを挿す。
- ④ ②のポテトサラダを皿に載せ、高さ20cm程度の円錐型に形どる。
- ⑤ ④にブロccoli、リー、ミニトマト、小さな星型のピーマンをバランス良く挿す。最後に大きな星型のピーマンを頂点に、スパゲティを挿す。



- 【材料(4人分)】
- ブロccoli(小房に分けてゆでる) 1個
  - じゃがいも 500g
  - ツナ缶(油を切る) 1缶
  - マヨネーズ 大さじ6
  - 塩 少々
  - こしょう 少々
  - ミニトマト(小さめ) 10~12個
  - カラピーマン(黄色) 1個
  - カラピーマン(オレンジ)またはにんじん 1個
  - 乾燥スパゲティ(3~4cmに折る) 5本

ハレの日のサイドディッシュ  
クリスマスツリーサラダ

### 親子でとんぼ玉作り体験

深大寺支部 東部南ブロックでは、8月22日、東都人材バンクの鶴島明子さんを講師に迎え、「親子でとんぼ玉作り」に挑戦。おとなはネックレス、子どもはストラップを作りました。「とんぼ玉」とは、ひもを通す穴のあるガラス玉のこと。欧米では、グラスビーズと呼ばれています。作り方は、まず色付きのガラス棒をバーナーの炎で溶かしながら芯棒に巻き付けて丸玉の形に整え、次にその玉の上に模様を描きます。最後に徐冷剤が入った容器に入れて冷まして完成。真剣に炎を見つめ、懸命にガラス棒を回す子どもの姿を、親がカメラに写すシーンがほほえましい1日となりました。



### 夏の新品をみんなで試食

8月29日、国立支部 日野ブロックは、日野市東部会館で「夏の試食会」を開催。夏の新品を知ってもらうことが目的です。各テーブルでは、子どもたちも参加して調理。「バーニャカウダソース」「黒豚の一口麦味噌焼き」「冷たいじゃがいものスープ」「冷凍博多あまおういちご」「おそるべき村田マンゴーシャーベット」などを試食しました。ご飯に合う黒豚や、今までの商品にない冷凍いちごは好評でしたが、マンゴーシャーベット(130ml 1,158円)は高くて手が出ないとの声が大半でした。江田智子委員長は、「お子さんが積極的に調理に参加してくれたのが良かった。今日の商品を注文したり、お友だちに紹介して下さるとうれい」と話していました。



### 「こころを育てるお金のはなし」～親子でおこづかいゲーム～

組合員活動委員会の「生活力UP! 消費者力オープン講座」第1回では、お金の扱い方や消費者としての自覚について、子どもたちがゲームを通して楽しく学びました。本や文房具を買ったり、お小遣いを銀行に預金したり、小遣い帳も付けました。必要な物、欲しい物をいつ買ったら良いかなど、限られたお小遣いの中でやりくりを体験します。おもちやのお金を使った購買体験も、とても楽しそう。小学生の参加者からは「お小遣いは大事に使いたい」、保護者からは「お金の管理を学ばせるには、任せることも大事」「お小遣いの渡し方が参考になった」などの感想も…。親子で参加することで、いろいろな気づきがあったようです。



### ぶどうに込められた、安全・安心の理念

新宿支部 西戸山ブロックは、9月3日、山梨フルーツラインを訪問。食べ比べのために用意されたぶどうは13種類もあり、東都生協の訪問を歓迎する生産者の気持ちが伝わりました。13種それぞれ特徴も味も全く違うことに驚きながらいただいた後は、ぶどう狩り体験。昼食後はぶどうについて学び、クイズも楽しみました。今年のぶどうは甘いけれど、品質を均一にするため間引く必要があり、数は少ないそうです。「種なしぶどうを作るための薬品は安全性が確定するまで使用しない」という生産者の安全・安心のこだわりや、よりおいしい物を届けるための日々の努力に感銘を受け、有意義な1日を過ごすことができました。



### 「ぴっかりぴん」のふるさとを訪ねよう!

主催: 組合員活動委員会 協力: JAやさと・産直協議会

マイ米メッセージ2012  
～お米を真ん中に～  
\*やっぱりお米にこだわりたい\* 第2弾



#### ぴっかりぴん

JAやさとの生産者が、筑波の山々から流れる水と丹念に土づくりされた田んぼで育てている米(コシヒカリ)。供給または店舗のみでしか購入できない東都生協専用米です。

暑い中での開会式



現地到着後、地元の実験「朝日里山学校」で開会式を行い、風間常務理事、JAやさとの廣瀬専務理事のあいさつの後、約10人のグループに分かれて田んぼに移動しました。「体験田」では、生産者から生き物の見つけ方

8月25日、JAやさと(茨城県)を99人が訪問し、夏の一日を生産者と共に楽しく学習、交流してきました。



何がいるのかな?

やその名前などを教わりながら、小さな網を片手に1時間ほど生き物観察。カエル、ザリガニ、イナゴ、バッタ、ドジョウなど、捕まえた生き物は、みんな観察してから元の田んぼに返しました。

昼食は、生産者と商品部職員が用意したバーベキュー。グループごとに生産者を交えて、「ぴっかりぴん」の塩むすび、取れたての野菜、やさと本味どり、産直たまご、東都納豆などをおいしくいただきました。

食後の「やさとのちなんだ〇×クイズ」も大変盛り上がり、全問正解の優勝チームには「ぴっかりぴん」2kgがプレゼントされました。

やさとの〇×クイズ



優勝には「ぴっかりぴん」が

「見学では、子どもたちは初めて見るかまどとお金に興味津々。このほか精米施設・米低温倉庫も



優勝には「ぴっかりぴん」が

見学して、最後にJAやさとの直売所へ。生産者と同じか話し、生き物たちがたくさんいる田んぼやきちんと管理されている倉庫を見て安心し、JAやさとの登録米を申し込んだ家族もありました。

参加者からは、「田んぼに興味があり、子どもたちに体験させたかった」「塩だけのおむすびがおいしかった」「夏休み最後の思い出になった。今後子どももおともも楽しめる企画を!」などの感想や、「やさとの大豆収穫ツアーで『やさとのファン』になり、今回も参加した」「実際に会って話を聞くと商品への愛着が深まる。天候による被害など苦労もたくさんあると思うが、これからも安全でおいしい作物を届けてほしい」などの声もありました。

実際に田んぼを見て、生産者と交流し、学習することによって、産地の取り組みへの理解を深める…暑い一日でしたが、貴重な体験ができました。



「ここにいるよ!」生産者が見つけてくれました



産直米の低温倉庫の内部はとっても涼しい



「ひとこえ生協」に寄せられた質問にお答えします！



**Q** 「登録東都産直青果ボックス」を毎週注文しています。自分では購入しないような野菜が入っていたりして便利です。あまり利用したくない野菜の場合、レシビがあるところでしょうか。

**A** なじみのない野菜をお届けする際には、なるべくレシビなどをご案内するようにしています。紙面に限りがあるため複数のレシビは載せられませんが、ご利用に役立つ情報掲載を工夫していきます。また、作柄により当初の予定品目が出荷できず急ぎよ変更となった場合には、レシビなどの掲載が間に合わないことも想定されます。ご理解ください。

**Q** 通い箱が、黒く汚れていて不衛生です。洗剤などで洗えばきれいになるはずですが、食品関係を保つ所なので、容器などもきれいにしてください。

**A** ご迷惑をお掛けして申し訳ありません。コンテナの汚れなど衛生面の問題については、洗浄作業の実施や、新規の箱と入れ替えることに対応していきます。現在、ドライ箱はセットセンターでセットライン投入前に選別し、から拭きや水洗いを行っています。センター内だけの処理では追い付かないため、外部業者に洗浄を委託する方法を検討中です。箱の入れ替えについては、10月からレギュラーサイズ10,000箱、ハーフサイズ5,000箱を新規品に交換しています。皆さまに不快な思いをさせることのないよう、早期の解決を図ります。

**Q** 商品案内の野菜米、食品に国産60マークが付いていると、何か他の物が混ざっているのかと不安になります。100%の物には国産100というマークにできませんか。また、なぜ60%で区切るのですか。

**A** 分りにくい表示でご迷惑をお掛けしました。国産応援マークから国産60マークに変更した理由は、「可能な限り国産原料を使用し、自給率向上を目指す」という取り組みの結果を具体的に伝えるためでした。国産60マークは、商品重量の無水配合比で国産原料を60%以上使用している商品に付けています。60%で区切っているのは、「半分以上国産原料を使用しています」という意味です。

また、ご指摘の通り、果物、野菜、米、肉などの素材は明らかに100%ですが、一律のマーク表示のため分りにくくなっています。生鮮品など明らかに国産原料100%の商品には国産100というマークが最適なのですが、ジュースや茶葉、はちみつ、漬物などの加工品にも国産100に該当する商品があります。この点検には正確性が要求される時間がかかるため、今後は生鮮品のみにかかわりマーク表示を検討します。

**Q** 若手県産や三陸産の「塩わかめ」などを使用したいのですが、放射性物質の検査結果は4月に1度記載されていただけでした。これからは海での汚染が気掛かりです。魚、海藻類をよく検査してください。

**A** 現在、東都生協では毎週商品をピックアップし、放射能検査を行っています。塩わかめ(若

手県産)は、7月4日、8月2日にゲルマニウム半導体検出器(検出限界値:1ベクレル/kg)で検査を行い、不検出となっています。検査結果はチラシやホームページでお知らせいたします。今後も継続的に商品検査を行い、安心してご利用いただけるよう情報提供していきます。

**Q** 「かへわ」かまぼこなどの練製品には、防腐剤が使われていないのでしょうか。商品案内に記載がないので教えてください。

**A** ソルビン酸、ソルビン酸カリウム(ソルビン酸K)など一般の魚肉練り製品に使用される保存料は、東都生協の「かへわ」かまぼこなどの魚肉練り製品には使用されていません。安心してください。



**Q** インターネット注文では登録商品の確認がマイページでしかできないため、通常の注文を入れるときに、登録しているかどうかを忘れてしまいがちです。受注する画面に登録済みの商品が一緒に表示されれば、注文商品がダブルのことではないと思います。登録商品も受注済み画面に表示されるようになりませんか。

**A** ご要望の「登録商品の受注済み画面への表示」については、現在、実現に向けてシステムの開発を行っているところです。来年2月ごろに完成予定ですので、しばらくお待ちください。



クイズ応募はがきで見つけた、コメント紹介

「手作りウィンナー教室」楽しかった。東都生協はメーカーや産地との交流を大事にしていますね。  
世田谷区 加藤伸子

町なかの勧誘で加入しましたが、確かな品揃えで入ってよかったです。感じています。  
東村山市 須田法子

東都生協には、今まで食べなかった物(特に冷凍品)があり、料理の苦手な私も幅が広がりました！  
八王子市 石原洋子

食品を届けてくれる職員の方の明るさとほっとする優しさ…毎週会うのを楽しみにしています。  
あきる野市 宮村和子

東都生協の利用と知人に東都生協の良さを伝える。  
杉並区 久保川雅子

食の未来づくり宣言  
曲がり、傷あり、へちまむくだけでもいい！新鮮で安全な野菜を安く欲しい。たくさん買います！  
世田谷区 吉田敦子

産地・メーカーの交流会に子どもが小さくて参加できません。なんとか参加したいのですが…。  
川口市 斉藤貴子

あなたのおまかせ  
①好きなおむすびの具&  
②ご飯に合うおかず

①梅干は食欲があってもなくても、元気なとき、疲れているとき、いつでも心と体にフィット！  
町田市 原桂子

②大根の皮とにんじん、ブロッコリーの芯の三色きんぴら。4歳の孫の大好きなおかずです。  
中野区 深作京子

①「だししょうゆ・白ごま・おかか」で味をつけたご飯のおむすびが好き。ご飯は硬めに！  
世田谷区 久我慶子

①一番はおかか。究極は新米の塩むすびかも！  
町田市 原君代

②塩こうじをまぶして焼いた鶏肉。マイブーム。  
国分寺市 須崎とみ子



MOGMOG クロスワード

- 参考にしてはがきに書いて送ってね。
- クイズのこたえ
  - 住所/氏名(お子さんは学年も)/電話番号/センター・ブロック・班名
  - パーティーのメイン料理は何? あなたの好きなお肉料理は?
  - 食の未来づくり運動「私にできること(私の宣言)」
  - そのほか、イラストや一言コメント・感想など、なんでもどうぞ!

※おたよりや個人情報は、「MOGMOG」でご紹介する場合がありますが、編集目的以外への使用はいたしません。  
※おたよりへの個別回答は行っていません。

10月号の答えは「コウタイ」だよ!  
締め切りは11月28日(水)(消印有効)

あて先 〒156-0055 世田谷区船橋5-28-6 吉崎ビル4F 「MOGMOG」係

A~Eの順に並べてできる言葉は。ヒント:長いよで短い? この計画は元旦に立てよう。

1	A	6		10
2	4			
	5		8	C
3			9	
	B	7		D

- タテのカギ  
 ①昔の南海道の国の名。今は愛媛県  
 ③お雑煮の必須アイテム  
 ④家を守ってくれるらしい爬虫類  
 ⑥〇〇ミュージック、〇〇ボリス  
 ⑧機械銃のこと。〇〇ガン  
 ⑩竜巻き。野茂投手でも有名
- ヨコのカギ  
 ②美容院や歯医者では「コレ」をしないと…?!  
 ③「木を見て〇〇を見ず」  
 ⑤動物や人物にぞっくり似せる〇〇〇〇芸人  
 ⑥キャンプはやっぱりコレに泊ろう!  
 ⑦人口12億!? 首都はニューデリー  
 ⑨「海」も「見る」も英語だとこれ

発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

正解者から抽選で10人の方に 図書カードをプレゼント。

# ほっとはんど

「ほっとはんど」は、助け合いの精神に基づき、手助けを必要とする組員への家事援助活動を行っています。

- ◇活動内容：保育、料理、掃除、洗濯など、誰にもできる家事援助
- ◇活動時間：月曜日～金曜日 午前9時～午後5時
- ◇依頼内容や地域によりお応えできない場合もあります。ご不明な点はお問い合わせください。パンフレット請求可。
- ◇年会費：1000円 返金不可。会の仕組みをご理解の上、お申し込みください。
- ◇希望の会員種別のコードをOCR注文書の特別企画注文欄に記入してください。

援助をする会員登録コード	365955	で	1	です。
援助を受ける会員登録コード	365963	で	1	です。
賛助会員登録コード	365971	で	1	です。

問い合わせ【ほっとはんど事務局】  
電話 03-5374-4748

## 8月のわたしたち

2012年8月20日現在 ※[ ]内は前年比

組員数	232,144人	[100.6%]
加入	8,689人	[92.4%]
脱退	7,837人	[109.8%]

総事業高	13,893,679千円	[97.0%]
共同購入事業	13,319,346千円	
店舗事業	83,392千円	
弁当配食事業	38,720千円	
生活文化事業	131,790千円	
その他事業	320,431千円	

出資金	6,928,196千円	[99.2%]
一人あたりの出資金	29,844円	[98.6%]

HELLO  
編集後記

今月号の特集は「平和の取り組み」です。9月1日開催の「平和のつどい」では、原爆写真展やユニセフの活動展などを見て、原爆被害者のお話を聞きました。どれも胸が痛くなる内容でした。戦争・内乱からは憎みや悲しみだけしか生まれない、なぜ人間は戦争・内乱をするのかをあらためて考えさせられました。そして、今なお、戦火の中で暮らさなければならぬ人々のことを思い、一日も早く世界中の人たちが笑顔で暮せる日々が来ることを願いました。

日本も戦後67年経ちましたが、戦争は遠い所で起こっていると思うのではなく、私自身も「戦争とは何か」を伝えていかなければと、取材をしながら強く心に誓いました。ぜひ、皆さんも東都生協の「平和の取り組み」に参加して、67年前に日本で起こったこと、今世界で起こっていることを知ってください。そして、この地球上から戦火が消えることを願います。

(S.K)



## 理事会報告(抜粋)

- 2012年度第5回定例理事会 2012年8月28日(木)
- 【審議事項】
- 株式会社「ニューポート」の業務委託料追加申請の件
- 内部統制基本規程の一部改正の件
- 【報告事項】
- 2012年7月度決算概況報告
- 各部署業務報告
- 洗びん事業関連報告
- 組員活動委員会報告
- 商品活動関連報告
- 理事懇談会開催の件

## MOGMOG コラム1

### 夕食宅配の対象地域がさらに広がります!

～11月19日から西東京市、小金井市、東久留米市、小平市、清瀬市、武蔵野市でも夕食宅配が始まります～



#### 【対象地域】

杉並区、世田谷区、狛江市、板橋区、北区、練馬区(一部)、調布市、三鷹市、府中市、国立市、国分寺市、立川市(一部)、西東京市、小金井市、東久留米市、小平市、清瀬市、武蔵野市

- ◆商品 「お弁当」1食当たり540円 「おかず」1食当たり570円
- ◆お届け 月曜日から金曜日まで、日替わりの献立で毎日お届けします(冷蔵商品)。

※お申し込み、詳細については、下記までお問い合わせください。

店舗・配食事業部・粕谷夕食宅配センター  
電話：0800-100-8070(通話料無料)  
月曜～金曜 午前9時～午後5時(祝日OK)

東都生協の夕食宅配は、地域社会での高齢者の生活支援を目的とした事業です。

## MOGMOG コラム1

### 個人利用

東都生協の個人宅配手数料制度をご案内します。

その1 基本手数料+配達手数料(税込)をいただきます。

基本手数料 個人別配送に関わる手数料です。(商品案内・インターネットなどでの情報提供料を含みます) ※商品案内・注文書などの配付手数料ではありません。

配達手数料 商品お届けの際にいただく手数料です。商品のお届けがない場合はいただきません。

商品お届け	基本手数料	配達手数料	合計
あり	139円	50円	189円
なし	139円	0円	139円

その2 利用金額に応じて配達手数料を免除する制度があります。

1回のお届け金額	基本手数料	配達手数料	合計
8,400円以上10,500円未満	139円	20円	159円
10,500円以上	139円	0円	139円

※商品のお届けがあったときのみ配達手数料がかかります。  
※早朝牛乳、チケット、増資、土づくり基金、共済、各種募金、引き売り、宅配商品のみご注文の場合は、配達手数料はかかりません。  
※生協側の都合で商品のお届けが遅れた場合は後日になった場合、配達手数料はかかりません。ただし通常商品がある場合は、遅遅れの商品があっても配達手数料をいただきますので、あらかじめご了承ください。

#### 《お詫びと訂正》

10月号p.15インフォメーション「JAやさと降ひょう被害基金」の10行目のお名前に次の誤りがありました。お詫びして訂正いたします。(誤)田村和夫 (正)川井貞夫



# 食の未来づくり運動 私の宣言

- 行動目標1** 食費の5割以上は東都生協の商品を利用し、食卓から日本の農業を応援しよう
- 行動目標2** 年に1度は、生産者との交流や生産を支援する取り組みに参加しよう
- 行動目標3** 1人が5人に地域で「食の未来づくり運動」を伝え、その輪を広げよう

## 「TPPはいらない! 学習会」報告

8月29日、衆議院第一議員会館で、篠原孝衆議院議員を講師として「TPP学習会」を開催しました。篠原氏は「TPPは農業に限らず国の形を左右する問題」と指摘。「戦後日本は、アメリカから輸入する木材の関税をゼロにしたところ、国内の材木価格が暴落、林業で成り立っていた山村の中には限界集落になるところも生じた」との話もありました。韓国も米韓自由貿易協定(FTA)により国内が混乱しているのが現状です。一人でも多くの人にTPPの本質を見極めてほしい、と篠原さんは熱く語りました。



最新の情勢を分かりやすく解説する篠原孝衆議院議員

「今後の日本は内需中心の自立国であるべき」との篠原さんの提起は、東都生協の路線と相通じるものがあります。グローバル化した今日だからこそ、日本の国土、文化、伝統などを大切にしたい足腰の強い、自立した国づくりが求められます。参加者からも「東都生協の産直も、講師の言う自立した国づくりの基盤を日常的に築くことに他ならない」といった感想が寄せられました。



組員と役員、生産者など42人が参加

## 「TPP(環太平洋経済連携協定)」とは?

加盟国間での取引品目の関税を原則的に100パーセント撤廃しようというもの。農産物、工業製品、金融・サービス、電子商取引、知的財産、そして食の安全基準など多岐にわたる項目について、2015年をめどに関税を全廃するため、協議が行われています。現在の加盟国は、シンガポール、ニュージーランド、チリ、ブルネイ、アメリカ、オーストラリア、ペルー、ベトナム、マレーシア。すでにカナダが交渉参加を表明。今後、日本が交渉に参加するかどうかが目まぐるしく変わっています。



あなたに「できること」を宣言しましょう! はがきを書いて『MOGMOG 私の宣言』係へ!

皆さんにできることは...何ですか?

## 食の安全お役立ち情報 おしえて! 新谷さん

### ノロウイルスによる食中毒・感染を防止する

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年中発生しますが、特に冬に流行します。手指や食品などを介して経口で感染し、人の腸管で増殖、嘔吐・下痢・腹痛などを起こします。子どもやお年寄りなどは発症すると重症化する場合があります。吐物が気道に詰まると死亡することもあります。ノロウイルスはフクチンはなく、治療も輸液(水分や電解質)などを点滴静注により投与する治療法などの対症療法に限られます。

#### 【感染を防止するには】

- 感染防止の基本は「手洗い」と「うがい」です。汚れを落とすだけでなく、ウイルスは短く切りましょう。免疫力を高めるためには、栄養バランスの良い規則正しい食生活と十分な睡眠が必要です。また、食品は中心部まで加熱(85度1分)します。加熱殺菌が難しい容器・器具などは、塩素系消毒剤で殺菌しましょう。
- ノロウイルスは「こころいそぎ」(ノロウイルスは主に河川、二枚貝の中腸腺(内臓)黒っぽい部分)に生息しています。感染経路は、汚染食品、水、調理従事者の手を介して起こる経口感染、ノロウイルスを含んだ便や嘔吐物によって汚染された物を介して起こる接触感染、嘔吐物や便が飛び散った場合、その粒子を介して起こる飛沫感染があります。食品中での増殖はなく、人間の小腸など、生きた細胞の中で増えるのが特徴です。
- 東都生協で取り扱う生かきは滅菌海水で一昼夜「浄化」し、体内の細菌やウイルスなどを吐き出させ、さらに洗浄してパック詰めしていますので、安心してご利用ください。



《安全・品質管理部 部長 新谷喜久夫》



# 原木栽培 しいたけ復興ものがたり



福島第一原発事故から1年8カ月。今もなお原木栽培しいたけの生産者が苦しんでいます。今後数回にわたり、しいたけ生産者を応援する取り組みをお伝えしていきます。今回はしいたけ産地（農）常陸野産直センターの現状を報告します。

## 自然界からの貴重な贈りもの「樹の子」栽培を守りたい

農事組合法人 常陸野産直センター  
東都生活協同組合員と職員の方たち  
東都生活協同組合員 圓城寺美恵

東都生活協同組合員と職員の方たちへご協力、ご支援、ありがとうございます！

### 進む生産者の減少

原木しいたけの栽培は収穫までに時間がかかる上に、とても重労働です。加えて昨今は低価格な輸入しいたけや菌床栽培しいたけが増え、生産者は年々減少傾向にあります。原木栽培は植菌から収穫までを自然に委ね、化石燃料の使用が少なく済むために、何よりも味わいや風味がとてもしっかりと考へると、残念でなりません。

### 里山保全につながる原木栽培

春と秋には自生きの「一本山」メジヤアワタケなどが育つ里山は、夏はカフトムシやクワガタがすみ、私たち人間との共存共栄の場でもあります。樹齢15〜20年のナラやクヌギの原木を切り出すことで里山を保全しています。植林をしなくても、切り株から出てきた芽を育て、20年後に再び原木として利用でき



ます。里山で培われた養分が山林から河川を経て大海へ流れ、漁場をも守り育てるのです。こうした自然界の営みの一端を担えることは喜びでもあり、感謝しています。

### 放射能汚染の影響

福島第一原発事故で放出された大量の放射性物質により、原木も汚染されてしまいました。うちで保有のほだ木も放射性物質除去フィルターや煙突を持つ産業廃棄処分場へと、今も積み出し作業を行っています。その数8万本にもなります。

昨年からは福島からの原木調達を断念。このままでは福島のナラ・クヌギは伐採できず大木になってしまいます。しかも、多くは家具建築用材では不向きで製紙用パルプとしても使えません。今後、安い外国産に押され

て、手付かずの山林が増え、荒れてしまふことが心配です。

### 東都生活協同組合員の皆さんに「おいしく自然」を

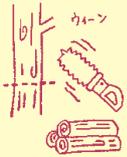
原木栽培を始めて36年余り。きっかけは子ども頃の味噌汁のしいたけのだしの味が忘れられなかったこと、ナラ・クヌギが身近に豊富だったことでした。わが家では夫と兄弟そして娘と息子夫婦が協力して栽培。かわい

い孫たちもときどき手伝ってくれます。この子たちに引き継ぐまでは、引退はできません。  
国の規制値を上回る放射性物質を検出後、かすみがうら市が原木栽培しいたけの出荷を自粛して8カ月。今までも何度か原木栽培を断念しようと思いましたが、でも原木栽培しいたけは肥料も農薬も使用しない自然界からの貴重な贈り物、「樹の子」です。一人でも多くの皆さんに、おいしいしいたけを提供できる日まで、頑張ります！

### しいたけの栽培方法は2種類 ～菌床栽培と原木栽培～

#### 《原木栽培しいたけ》

① 山林から原木(主にナラ・クヌギ)を切り出し、約1カ月～2カ月乾燥。



② ドリルで穴を開け、しいたけ菌を木栓で埋め込む(=ほだ木)。原木が完全なほだ木になるには、生種で約8カ月、普通種で10カ月～1年半。



③ しいたけ菌活性化のため、ほだ木をネットなどで覆い、浸水させる(=仮伏せ)。

④ 覆いを取り、適度な日照と水分が自然に保たれる山林(=ほだ場)で培養(=ほだ化)。ほだ木は立てかける(=本伏せ)。



⑤ しいたけ発生！  
ポクたち、2年近くかけて誕生するんだね。  
しかも相当な重労働よね。(ありがとう！)



#### 《菌床栽培》

ナラやクヌギなどのおがくずと米ぬか・フスマ(小麦殻)を主原料にした混合原料を袋詰めし、ボイラーで蒸圧滅菌した菌床ブロックにしいたけ菌を接種。適温管理された暗室で約4カ月間培養・浸水させ発生を促して約2週間後にしいたけができます。



今月の表紙  
慌ただしい年末は、一年の疲れもどっと出てきやすい時期です。ちょっと疲れたかな、と思ったら、ホットレモネードを飲んでリフレッシュ！身体がほかほか温まるので、風邪予防にもなりますよ。レモンの爽やかな香りで元気を出して、新しい年を迎えましょう！