

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2013
No.375



3&4



東日本大震災から2年
「これならできる！ 私なりの応援」

今月のおすすめ

「天然酵母パン研究会のパン」
この、こだわりの味をぜひ！

おいしいを、日本の産から。
産直の東都生協



商品を利用して応援する

何か特別なことをするのではなく、東都生協を利用して被災地支援になります。

支援

東日本大震災から2年 「これならできる! 私なりの応援」

東日本大震災から2年、いまだに被災地の苦しみや厳しさは消えることはありません。東都生協は、震災直後からさまざまな支援に取り組んできました。支援を通して私たちもいろいろなことを知り、学びました。被災地支援に参加した組合員から「何か役に立ちたくて機会を待っていたが、今回ようやくお手伝いできた!」という声もありました。今月号では東都生協の支援と支援によって生まれた絆についてご紹介します。一人でも多くの方が「これならできる!」という活動を見つけ、被災地支援を続けていきましょう。



「鯨大和煮缶」のメーカー・木の屋石巻水産さんから、こんなうれしい写真が届きました。支援した私たちも勇気をいただきました。工場が津波に流れられ大きな被害を受けましたが、今春内陸部に新工場がオープンする予定です。



商品案内のこのマークをcheck!

東都わかめを利用して 本多商店を応援!



その2
東北の被災産地やメーカーの商品です。利用することが応援になります。



商品案内のこのマークをcheck!

対象商品を 利用して1円を募金!



写真は3月4日の商品例

その1
1点1円募金
産地やメーカーの協力により、商品1点につき1円の東北への支援募金となります。

その4
関東を食べよう! ボックス
原発事故の影響で、関東の生産者は農業を続けることに不安を抱えています。そこで関東の野菜を「食べる」ことで生産者に元気になってもらうこと、残留放射能検査で安全性を確認した関東産の野菜6品目を1箱に入れて2012年3月と5月に供給し、2回で4、295点の利用がありました。

組合員コメント(抜粋)

東都生協の商品、野菜などは生で食べる物が多いので、生産者がきちんと分かっているというだけで安心していただけます。

なんとと言っても、地元で取れる野菜が一番おいしい。生きていく野菜が一番です。自分で作ったものもおいしいけど、やっぱり生産者の皆さんには負けてしまいます。



その4 関東を食べよう! ボックス

その3
東北支援企画「iCOOP商品」
いわて生協のオリジナル商品。県産原料にこだわり復興に向けて頑張る岩手県らしい商品です。収益の一部は支援活動に充てられます。東都生協でも、この商品を取り扱うことで被災地を応援しています。



がんばる産地を応援しましょう!

被災産地の放射能対策事例～JAみどりの(宮城県)～

- カリウムと放射性セシウムは性質が類似し、土壌中のカリウムが不足するとセシウムを代替吸収するといわれているため、全生産者の農地にカリウム散布を実施。
- 表層部に残留しやすい放射性セシウムを15cm～20cm深耕することで拡散・希釈させる。
- 田んぼの土と水をかき混ぜて平らにする代かきは、できるだけ浅水(少ない水)で行い、カリウム成分の流出を防止。併せて田んぼの生きもの調査などの環境保全や、空間線量調査や玄米の放射能検査も行う。



2012年12月 宮城県石巻市 表浜 炊き出し支援メンバー



東北の被災メーカーにギフトを贈る

被災しても頑張って商品を届けてくれたメーカーの皆さんに、組合員にギフト用募金(一口500円)を募り、東都生協のギフト商品を購入し、被災メーカー9社にお届けしました。

2011年ウインターギフト

応援に参加した組合員 2,444人 募金総額 2,393,000円
(木選びみかん、国産丸大豆しょうゆ、葉牡丹の正月寄せ植えなど)

2012年サマーギフト

応援に参加した組合員 853人 募金総額 856,500円
(長崎かすてら・フルーツゼリー、多摩の恵み地ビールセットなど)

木の屋石巻水産以外にもたくさんのお礼状が届いています!

復活した商品

高砂長寿味噌本舗 高砂和典さん

社員全員が無事だったこと、お客さまやお取引先からの激励や注文が復興への原動力になりました。生産は、みそ85%程度、しょうゆ40%程度回復しています。地域産業の復活にはまだ時間がかかり、人口流出も大きな問題ですが、今後とも温かく見守っていただければと思います。



復興に向け頑張っています

高橋徳治商店 高橋徳治さん

東松島市の高台の新工場は今年4月下旬完成予定。全国の皆さんからの義援金、温かいメッセージをいただき、29人(震災前の35%)のスタッフが頑張っています。生産量は震災前の20%、厳しい財務、スタッフ不足、協力工場の廃業、原料製造施設がない、放射能問題、資源減少などが、復興を妨げています。





東京で被災地を応援し、被災地の現状を伝える

組合員が企画し、被災産地・メーカーに参加いただくイベントも行っています。参加することも身近な地域でできる応援です。

安心して住める福島を取り戻す署名

福島県生活協同組合連合会からの協力依頼を受けて、政府・国会への要請署名に、東都生協でも8月20日から9月29日まで取り組み、24,461筆の署名が集まりました。

《要請の主な内容》

1. 東京電力福島第一原発の事故を早く収束させ、第一・第二原発ともに廃炉にすること。
 2. 全県民の内部被ばくの検査と無料検診を行うこと。
 3. 食品の検査体制の充実を図り、食の安全を守ること。
 4. 正確な汚染状況を調査し、正しい情報公開を行うとともに除染を進めること。
 5. 原発事故により被った全ての損害を補償すること。
- 以上の問題を二度と引き起こさないために脱原発を進めること。

署名を通して組合員一人ひとりが、復興とは何かを、あらためて考えるきっかけになったのではないのでしょうか。

ありがとう♥をつたえよう

- 3月3日 町田センター「産直市」
9月29日 調布センターまつり「産直ひろば」

震災で被害に遭われた産地・メーカーを応援したいという思いから、組合員とセンターが協力して産直市を開催。被災産地・メーカーの生産者が出店し、販売を通じて来場した組合員と交流をしました。また多くの参加者は、会場に展示された被災地の写真などに見入っていました。



被災地に行って応援する 2012年度の炊き出し交流

現地に行かなければ伝えられないのが笑顔やあいさつ。炊き出しや交流を通じて私たちの思いを伝えます。

5/19 石巻市立大原小学校炊き出し

地域を挙げての小学校の運動会で、お弁当などの炊き出しをしました。東都生協寄贈の大漁旗が青空にはためく中、生徒たちが元気良く太鼓を叩く姿が印象的でした。



6/20 表浜炊き出し

宮城県石巻市の牡鹿半島沿岸部、表浜の給分浜、大原浜地区で行いました。



7/14 表浜炊き出し

表浜の小淵・小網倉地区で炊き出しを行いました。



11/21 表浜炊き出し

表浜の給分浜、大原浜地区で行いました。



12/15 表浜炊き出し

表浜の小淵・小網倉地区で行いました。すっかりおなじみになったトラックを見て、皆さんが早くから集まってくれました！

炊き出し支援の取り組み(2011年度から計11回)
東都生協は震災後の6月から、宮城県石巻で炊き出し支援活動を行いました。初回から現在まで取引先の(株)コープミート千葉・(有)匠匠ジューシーセンター・(株)マルダイ長沼・(株)加工連・J.Aみどりの皆さんが、炊き出しや物資の調達に協力してくださいました。現地のニーズに合わせた物資や、炊きたてのご飯、温

かいおかず、生野菜など、震災前の日常において食べ慣れたメニューを提供できたのも、取引先の皆さんとのつながりがあったからこそ。コソコソ地道に続けたからこそ、「表浜まで来てくれるのは東都生協だけ」と言ってくたさるのでしょうか。

夏休み親子体験教室

8月4日 「夏休み親子体験教室 ～めざせ! めかぶ・わかめ博士!～」

三陸の美しい海が早く戻ってくることを願い、さんぼんすぎセンターで「夏休み親子体験教室」を開催。三陸のわかめ・めかぶの産地は復興が進み、待望の商品が復活しました。当日はわかめを使ったランチを作ったり、三陸の海を作ったりと、親子で「わかめ」について学んで産地を知る教室を開催しました。

①「海からの贈りもの!

簡単おいしい「わかめランチ」を作ろう!!

“海の中では茶色のわかめが熱湯に入れると緑色に変化するのなぜ?”など、いろいろなわかめの性質などを学習した後、親子で3品のわかめ料理に挑戦。初めは包丁を持つ手もぎこちなかったちびっ子たちも、やがて手慣れた様子で、豚肉の上にわかめとにんじんのせて巻く「わかめくるくる豚肉ロール」や「塩麹わかめご飯」「わかめナムル」と次々に仕上げていきました。



②さんぼんすぎセンターが三陸の海になった!

わかめの一生や海藻の種類などを勉強した後、美しい三陸の海が早く戻ってくるようにとの願いを込めながら、みんなの力で三陸の海底を再現しました。わかめに見立てた布を作ってつるし、新聞紙で作った大小さまざまな「岩」を置いて、海底の映像を投影すると、たちまちそこは幻想的な三陸の海底に!参加者は魚や海の生き物になりきって復興を願いました。



①布を段ボールの型に沿って切ります



②布の裏にハンガーを付けます



③仕上がった布をロープにつります



④背景に海の映像を投影

表浜の仮設住宅で浜の母さんたちと交流しました。帰り際のこと忘れないう言葉という言葉に、復興に向けて頑張るぞという気持ちを感じました。



表浜のお母さんたちと楽しく交流

7月21日～22日 宮城県漁協表浜支所、(株)マルダイ長沼

津波被害を受けた(株)ささま。昨年5月には新工場が完成しました。



津波被害を受けた(株)ささま。昨年5月には新工場が完成しました。

被災地・メーカー 訪問した組合員の感想
7月14日～15日 (有)本多商店(株)佐々直(株)ささま
早く組合員に届けたいとの思いを伺いました。仙台の笹かまぼこのメーカー、(株)佐々直(株)ささまの2社は津波で被害を受けました。復興が進む様子と聞き、応援したい!



今月のおすすめ

天然酵母パン研究会のパン

添加物に頼らず作ったパンは、
かむほどにパン本来の味が味わえます。

この、こだわりの味をぜひ!



素材のウंचीク
27 パン

天然酵母とイーストの違い

英語のイースト(yeast)は日本語にすると酵母のことですが、日本では、製パン用酵母を「イースト」と呼んでいます。イーストは、自然界にある酵母菌の中から製パンに適したものを選り、糖蜜などを用いて純粋培養したもので、安定した発酵力があります。

一方「天然酵母」と呼ばれるものは、一般に、果物や穀物などについているたくさんの酵母菌やその他の菌を利用して発酵させたものです。安定して発酵させるには、「イースト」と比べて手間と時間がかかります。酵母菌以外に乳酸菌などの菌が多く含まれているため、これらの相乗効果により、使われる「天然酵母」によって、味・香りなどに特色があるパンが焼かれます。

参考：パン食普及協議会ホームページほか



組合員の皆さん! 募金をありがとうございました

2012年度 支援募金総額 5,502,740円(2月20日現在) 1点1円募金 1,975,099円(1月20日現在)

組合員からの募金を活用し、さまざまな支援活動ができました。被災地生協にも協力ができ、また他団体と連携し、東都生協の支援の幅を広げることができました。皆さんからの募金はこれからも大切に活用していきます。

★祝い旗を寄贈

行事に欠かせない大漁旗。牡鹿中学校・谷川小学校・大原小学校の名前を入れた祝い旗を3校に贈りました。



大原小学校へ寄贈した祝い旗

★いわて生協 移動販売車の購入

被災地での買い物支援として始まった移動販売車店舗。到着すると大勢の被災者が買い物とおしゃべりに集まります。地域とつながる大事な取り組みとなり、他地域の組合員からも切実な要望を受け6台購入。代金の一部として、支援募金を活用しました。



地域とつながる移動販売車

★その他の応援

～いわてを走る移動図書館プロジェクト～

シャンティ国際ボランティア会は本を読む機会とおしゃべりや情報交換の場を提供するため、移動図書館を運行。移動図書館車の脇にスペースを作ったり、集会所を借りるなどし、コーヒーやジュースも提供しています。東都生協では、図書館の運営や話し相手、子どもたちの遊び相手のボランティアを広報紙で募集して協力しました。



★支援物資や炊き出し用食材を購入

(有) 匠瑛ジーピーセンターの大型トラックで機材や物資を現地に運びました。トラックが被災地に到着すると、被災者の方々の中には「このトラックがあると、東都生協が来た! と分かります」と話される方もいます。支援する私たちにとっても心強い存在です。



すっかりおなじみとなった大型トラック

★みやぎ生協 被災地の子どもたちの心の支援活動

震災以前から教育現場に関わってきたみやぎ生協。震災でストレスを抱えた子どもたちに、ディズニーランドや北海道での農場体験など、泊りがけの体験プログラムを提供。この「生きる力」を育む取り組みの費用に当ててもらうため、支援募金の一部を送金しました。

東京災害ボランティアネットワーク

首都圏の大災害対応を検討する組織として1998年に発足。組織的なボランティア活動が地元住民との絆を生んでいます。東北大震災後も被災者を支援。仮設住宅を回り、被災者の交流の場「ふれあい喫茶」の手伝いに5回25人の東都生協の職員と組合員が参加しました。



三宅島噴火の支援以来、赤い帽子をかぶって活動

ボランティアに参加して・石渡由美子さん(世田谷区) 仮設住宅で声掛けをし、集会所でお茶を出し、大勢の方々と話しました。一主婦が役に立つのか不安でしたが、「ありがとう」の言葉に不安は消えました。高台から南三陸を見渡すとその被害の甚大さにハッと、あらためて自分にできることを考えさせられました。

まとめ

東日本大震災の被災地への支援活動をご紹介しました。原動力は、「手助けしたい」という組合員や生産者、役職員の思い。産地・メーカーと築いてきた産直のつながりがある東都生協だからこそ、さまざまな取り組みができます。しかし、被災地の復興にはまだまだ支援が必要です。東都生協は、被災者を元気づけるきめ細かな活動を続けていきます。一人ひとりが「自分にできること」を見つけ、息の長い支援を続けていきましょう!

★募金方法

OCR注文書の裏面下段、特別企画注文欄の「商品(申込)番号」の欄に6ケタ番号を、「数量」欄に募金口数を記入します。

■ 1口 200 円の場合

⇒商品(申込)番号: 365998

※「200円 × ご記入口数」の募金額になります

■ 1口 1,000 円の場合

⇒商品(申込)番号: 365980

※「1,000円 × ご記入口数」の募金額になります

日本のパン食の歴史

16世紀半ば、ポルトガル人から日本に初めてパンが伝えられました。その後、伊豆の代官・江川太郎左衛門が長崎の料理人を呼び寄せてパン窯を作らせ、1842年、日本初の本格パン作りがスタート。明治時代には政府の欧風政策に伴ってパン食が普及、菓子パンも作られ、あんパンは当時の人気商品となりました。大正時代になると、現在のようなパン酵母を使ったパン作りが盛んに。また、第二次世界大戦後の食料不足の折に配給の小麦粉を使って各家庭でパンを焼き米の代用食としたことで、主食としてのパンがますます普及。今やパン専門店のみならず、スーパーマーケット、コンビニエンスストアなどにも多種多様なパンが流通し、食卓においてパンが並ぶようになりました。

こだわりのパン作り「天然酵母パン研究会」。

おいしいパンとの出会いから国産の原材料にこだわって作り続ける、パン職人の心意気を感じてください！

アテンション・フリーズ!!

どんなタイプのパンが好きですか？
オリジナルのパンやレシピはありますか？

p.13のバズルの答えに
添えてお送りください!!

今月の
おすすめ

子どもたちも
大好き

フレンチトースト

卵・砂糖・牛乳を深めの器に入れて混ぜ、ここに食パンを入れて汁を染み込ませたら、バターをフライパンに熱し、食パンと残りの汁を入れて弱火で焦げ目が付くまで両面焼いたら完成!



忙しい朝に、
簡単

のせパン

トーストした食パンに野菜と目玉焼きとベーコンをのせただけの簡単メニュー。ベーコンをツナに代えれば、サッパリ味に!



☆切り干し大根・ひじきなど、和の総菜をのせても意外とおいしいので、ぜひお試しください。

食パン以外のおすすめパン

軽くトーストしてバターを塗るのはもちろん、お好みでお好きな物をのせたり挟んだりして、新しいアレンジも楽しんでくださいね。

使用するレーズンやいちじく、アーモンドなどの原材料も、オーガニックにこだわっています



白パン



フルーツライ



全粒くるみレーズン

お気に入りの具を
挟んでください

トーストサンド

シンプルなサンドイッチは、パンのうまみをいっそう引き立てます♥



シンプルなのに、何をものせてもおいしい!

パン種作りは午後10時から行います。



ホシノ天然酵母

パン種作り
スタート!



その後、発酵→成形→二次発酵→焼き→袋詰め→仕上げ、と全ての工程はほとんど手作業。終わるのは翌日の午後1時（なんと15時間）です!



①発酵



②分割作業



③成形



④二次発酵



⑤焼き上がり



スタートから
15時間後完成

焼き上がったパンは、夕方5時までに東都生協の配送センターに運ばれ、翌日、組合員の手元に届きます。一つひとつに作り手の思いがこもったパンです。

どうぞ
召し上がれ!



組合員にパンが供給されるまで

「天然酵母とは何?」と(有)ホシノ天然酵母パン種に直接電話して天然酵母を手に入れ

給食パンの製造が家業でしたが、これを継ぐとは考えていなかった私は、別の道を目指してドイツに留学した際、すごくおいしいパンに出会いました。ドイツの街の小さなパン屋さんは、それぞれに味が違うのです。帰国後、市販のパンが軟らかいだけで添加物の化学的な味しかなかったことにショックを受け、一方でイーストを使わない天然酵母のパンの存在も知りませんでした。

(天然酵母パン研究会 中村謙介さん)

パン作りにかける 思いとこだわり



実家のパン職人に焼いてもらおうと、まさに自分が食べ続けたいと思うパンができました。ただ、職人が作る場合、製造のロットは1000斤。食べ切れないので近所に配ったり、さらには近くの自然食品店に卸すように...。これがパンメーカーとしての始まりでした。自分が食べ続けたいパンを追求する。小麦粉・砂糖など基本的な原材料は可能な限り国産の物を使う。国産で手に入らない物は厳選したオーガニックの材料などを用い、添加物に頼らず、昔からの製造方法でパンを作る。これが、天然酵母パン研究会のこだわりです。ほとんどのパンは卵・大豆・牛乳を使わず、天然酵母と国産小麦だけで製造。アレルギー対応を優先したわけではないですが、結果的にアレルギー対応を求める人のニーズにも応えることにつながりました。

満足いくパンができるまで2年!
今も味を追求中

天然酵母と国産小麦粉にこだわり、余分な物が入っていないパンを作る「天然酵母パン研究会」の取り引きは、組合員の声「ひとこえ生協」がきっかけで始まりました。何の前触れもなく東都生協から連絡を受けた中村謙介さんは、大変びっくりしたそうです。こうして、1994年2月から東都生協に天然酵母パン研究会のパンがお目見えすることになりました。

きつかけは「ひとこえ生協」から

シンプルな原料の安全・安心なパンが食べたい!

もう一つ おすすめ

はちみつ



花とばちみつの関係、
ご存じですか?

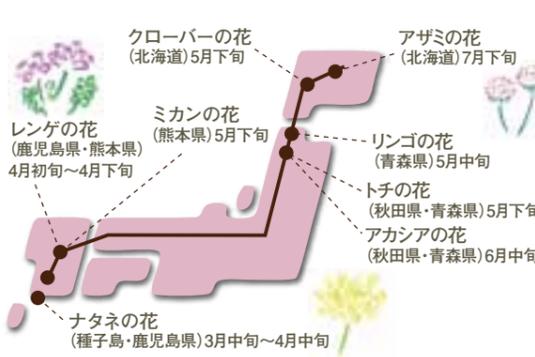
ミツバチは蜜源が見つかったら、自分の仲間へ知らせを伝え、大群して蜜源に向かいます。この蜜源が良いと決めて蜜を採り始めたら、「訪花の一定性」といって、採り終えるまでミツバチたちは同じ種類の花々に通い続けるのです。この習性があるからこそ、ミツバチは良い蜜源に集中でき、また花別の蜜が採れるというわけ。不思議ですね。

(株)藤井養蜂場のばちみつ

創業明治42年、日本最大の転地養蜂グループです。南は鹿児島から、北は北海道の果てまで、季節の花を追って約2,000箱(2千4百万匹)のミツバチと共にちみつやローヤルゼリーを採蜜。ミツバチが花粉交配することで農作物の増産にも貢献しながら、日本列島を移動しています。

藤井養蜂場の花キヤラパン

おいしいはちみつを求めて日本縦断。



はちみつの講習会

ブロック委員会など地域の活動では、(株)藤井養蜂場の方を講師に「はちみつ」の上手な使い方講習会を開催することがあります。はちみつの試食やレシピを楽しんでみませんか。

クリスマスに素敵な手作りリース

杉並東支部 成田東ブロックは、プリザーブドフラワーでクリスマスリースを作る講習会を毎年開催。昨年は、12月21日に東都人材バンクの村田直子さんを講師に迎え、エレガントな材料にワクワクしながら、自分のアイデアも駆使して、豪華で素敵なリースを作りました。作品が出来上がった後は、東都生協のクリスマス商品を試食しながら交流。キッシュ、パーティピッツァセット、テリーヌのほか、デザートは安曇野チーズケーキにいちごを添えて…。優雅に楽しくおいしいひとときでした。



新たな活動に向けて活力に！ 第1ネット交流会

すみだ生涯学習センターユートリアでは昨年11月29日に第1ネット交流会を開催。支部・ブロック紹介、組合員活動担当職員・東都人材バンク講師・グループの自己紹介の後、東都人材バンク坂戸由香先生の「ラフターヨガ」では、笑いのミニ講習会をしました。みんな最初の戸惑いがうそのように自然に大笑い！お腹の中心からポカポカして元気になる、不思議なヨガでした。試食品やお掃除グッズなどが当たる抽選会では、たくさんの東都生協商品も紹介。参加者48人、楽しく和んで大満足の2時間30分でした。参加者からは、「東都人材バンク講師を呼んで企画してみたい」「他のブロックや支部の人たちと話して活動の参考になり、とても楽しかった」「委員になって良かった！団結力を感じた！」などの声も。新たな活動に向けての活力となったようです。



第1回総代会議が開催されました

昨年12月、都内10会場で第1回総代会議が開催されました。合計290人が参加。どの会場でも活発な意見交換が行われ、次年度方針の策定に向けた大切な議論の場となりました。

2012年度事業・活動の進捗状況報告の後、出席総代全体での質疑応答。その後、7～8人のグループに分かれ、質問・意見交換を行い、「組合員の参加と参画スタイル」についての具体的な要望なども出しました。出席総代からは「今後も産地交流を進め、放射能検査・各種検査も自主的に継続してほしい」「組合員の参加と参画スタイルが、若い世代の組合員を取り込む魅力になればと思う」「商品あつての東都生協。商品について交流・情報交換する機会を作してほしい」などの声が出されました。



継続すると効果的！ リンパマッサージ

1月10日、世田谷南支部 岡本ブロック主催でリンパマッサージと簡単エクササイズ講習会が行われました。昨年の夏から月に1回のペースで開催。みんな2回目以上のリピーターです。

持参したバスタオルやマットを床の上に敷くと、講師の松谷佳子さんの指示により、エクササイズとリンパマッサージを開始。各動作・マッサージごとに、その効果が説明されます。痛かったら無理せず止めて、別の動作に移ります。いすを使ったさまざまなエクササイズも行いました。

横田良子ブロック委員長は、「継続して行くと効果的です。始めて2カ月後から便秘が解消されました。今後も続けていきたい」と言っていました。参加者も、「都合がつかるときは、ぜひ参加したい」と意欲的でした。



白くておいしいキャンペーン



組合員活動委員会では、2012年度の商品活動として、八千代牛乳とひたち野穂の香卵について学び、利用普及や食の未来づくり運動を推進する「白くておいしいキャンペーン」に取り組みました。



ひたち野穂の香卵を使ったケーキ



穂の香卵を使ったぶどうのケーキ

「ワオ」やブロック委員会・支部運営委員会に寄せられた組合員のレシピやアイデア、生産者への応援メッセージは、昨年10月に開催された「食の未来づくり」に努めました。

第一弾の「MOMO応援団 ドンドン飲もう！八千代牛乳」は、「75度15秒の高温短時間殺菌」遺伝子組換えをしていない安全・安心な飼料の使用「毎週実施している放射能検査」など八千代牛乳の特長をアピールし、牛乳を使った料理レシピや生産者への応援メッセージなどを募集。第二弾の「教えて！白くておいしい・穂の香卵」では、ひたち野穂の香卵の黄身の白さのわけや、休耕田を活用して飼料用米の生産を進めていることなどを学習し、穂の香卵を使ったデザートや料理のレシピを募集しました。組合員活動情報紙「ワオ」に掲載し、多くの組合員に産地のこだわりを知ってもらうことができました。また、たぐさんのブロック委員会・支部運営委員会が、ブロック・支部ニュースにレシピを掲載するなど、八千代牛乳・穂の香卵についての利用普及に努めました。

知っておきたい！用語解説

「ワオ」

組合員活動の紹介や情報を知らせる組合員活動情報紙。各種委員会などが催す学習会や講習会、映画上映会、講演会、各種まつりや産地・メーカー交流訪問などの募集記事を掲載しています。

組合員からの応援メッセージ

いつもありがとうございます♡
あか「家では八千代牛乳しか食べません。中学生の娘は給食の牛乳を好きそうです。給食も八千代牛乳になればいいのに！これからも頑張ります。応援しています。



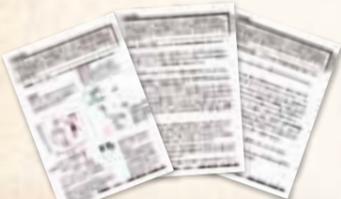
また、昨年9月には支部運営委員長の学習の場として、ネット協議会全体会で「MOMO学習会」を開催。千葉北部酪農業協同組合から「八千代牛乳のこだわり」と「酪農農家の現状」についての説明と、「レンネット実験」が行われました。

こうした一連のキャンペーンを通じて、八千代牛乳と穂の香卵の良さを伝えることができました。



ひたち野穂の香卵を使った卵焼き

マガン鑑賞・交流ツアー ～JAみどりの田尻 産直委員会 交流訪問～



参加者からは、「強風の中、餌場に向かって飛び立つマガンの集団に感動！」「米作りが自然保護に貢献していることを実感できるので、他の人にもぜひ勧めたい」「生産者の熱意が感じられた。ぜひお米を買って日本の農業を応援したい」などの声が寄せられました。

昨年12月15日～16日、東都生協のお米(まなむすめ、ひとめぼれ)の産地の一つ、JAみどりの田尻産直委員会(宮城県大崎市)への「マガン鑑賞・交流ツアー」を実施しました。この交流は8年目。今回は、天然記念物の渡り鳥・マガンが毎年4万羽以上飛来するという無栗沼で、無栗沼・周辺水田の関係を学びました。

1日目は産地紹介の後、無栗沼のガイド・鈴木耕平さんから渡り鳥と農業の関係について話を聞き、無栗沼でマガンのねぐら入りを鑑賞しました。2日目は、夜明けから無栗沼でマガンの飛び立ちを鑑賞。ほかに農作業・野菜収穫体験、正月飾り作り体験、餅つきも行いました。

参加者からは、「強風の中、餌場に向かって飛び立つマガンの集団に感動！」「米作りが自然保護に貢献していることを実感できるので、他の人にもぜひ勧めたい」「生産者の熱意が感じられた。ぜひお米を買って日本の農業を応援したい」などの声が寄せられました。



無栗沼



クイズ応募はがきで見つけた、コメント紹介

『MOGMOG』に載った恵方巻きの作り方を参考にぜひ作ります。“新春座談会”は勉強になりました。
世田谷区 川端恵子

郡山に住む妹から「3.11」以降は「安全だから送ってもいい?」と言添えられ果物が送られてきます。東北地方の支援と思い、おいしくいただいています。
東久留米市 杉崎裕美

雪の日、買い物に出るのも大変で配達は助かりました。配達の方は大変だったでしょう。感謝です。
相模原市 千葉理恵

新年号の専務理事の「新年のごあいさつ」に感動。座談会も面白かった。家族構成が違うと求めるものも変わるんですね。
世田谷区 加藤伸子

野菜の皮を炒めたりして生ごみを減らしています。
板橋区 城内小瑞

好き嫌いしないでおいしく食べる(お寿司は「食べたいな」とママに言った時に作ってくれます)。
練馬区 山中悠生(小5)

うちのスキスキメニュー 好きなおすし&「おすし、こんなときに作る!」

東都生協の大判「味付けいなり揚げ」を常備し、孫が来た時に一緒にいなりずしを作ります。
板橋区 西本洋子

夏はきゅうり、みょうが、うなぎ入りちらしずし。冬は手巻き。恵方巻き、東都生協の材料で作ります。
江東区 片岡初子

お母さんが気が向いたときだけ作ってくれます。私はにぎりずし好きです。
練馬区 吉岡華子(小5)

サラダえびといくらでちらしずしがグッと豪華に。
狛江市 毛塚浩子

自宅でおすしを作るのは決まって「手巻き寿司」。つい食べ過ぎます。『MOGMOG』楽しく拝見しています!
西東京市 竹内裕美

おかずが寂しいとき、五目ちらし寿司の素を使って豪華に錦糸卵とのりをかけて五目ずし。
中野区 瀧ヶ崎宏子



西東京市 まつ本ちなみ(小1)

MOGMOG クロスワード

A~Dの順に並べてできる言葉は。

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

ヒント:毎年時期が気になる!

- タテのカギ
- 入学式、卒業式に歌う
 - 昔の首都の呼び名
 - 小学1年生には大きいなあ
 - 〇〇〇を囲る
 - GPSがあるとすぐに分かる
 - 茶、黒、白、シマがある
- ヨコのカギ
- 新聞や雑誌の短い評論
 - これも実力のうち
 - ここは日当たりが良く住みやすい
 - 仏壇に供えたり蚊を退治したり...
 - 〇〇〇の舞
 - 人も車も通る

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。

- 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
 - どんなパンが好き? オリジナルのパンまたははちみつレシピはありますか?
 - 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おりません。

2月号の答えは「カミシバイ」だよ!
締め切りは3月27日(水)の消印まで有効。
〒156-0055 世田谷区船橋5-28-6 吉崎ビル4F 「MOGMOG」係



「ひとこえ生協」に寄せられた質問にお答えします!

Q: 霧島産や北海道産の肉が、千葉の加工場を経由して出荷されるのはなぜですか。放射能が心配です。
A: 千葉県の(株)コープ・千葉は、主に「かぞの豚」「八千代牛」などを取り扱っていますが、宮崎県産や北海道産の産直肉についても、原料肉(部分肉)で納入し東都生協仕様で製造することで作業効率の向上と物流経費の削減を図り、商品価格を抑えることになっております。ご心配が理解できます。
東都生協では、安全・安心な商品をお届けするため、残留放射能測定器で取扱商品の残留放射能自主検査を行い、検査結果を公開しております。関東地域の産直肉も継続的に検査を行い、現状では「検出せず」となっております(検出限界値1Bq/kg)。

Q: みかんをいろいろ注文していますが、S、M、Lの商品ではLの大きさの物は1〜2個、Mも少量でSが大部分です。もっと価格が高くなってもいいので、M〜Lだけ入れた商品をお願いできますか。
A: 東都生協では産地(生産者)を限定することにより、栽培内容が明らかな農産物をお届けしております。Lの畑でも、天候、個体差、土壌含水率、土壌成分などにより、サイズの違う物が収穫されます。産地限定の中で同じサイズをそろえることは難しい上、今季の早生系は小玉傾向であったことをご理解ください。12月3回からは青島みかんの企画がスタートしています。青島みかんはM〜Lの大き玉系ですので、ぜひご利用ください。



Q: 石巻震災復興期間限定品の「高橋徳治商店のおとつふ揚げ」は、おいしくて家族からも好評でした。食卓から家族で応援できるのので、企画を続けたいです。
A: 「高橋徳治商店のおとつふ揚げ」は、震災で被災したメーカーの復興商品で、現在毎月1回継続して企画中です。今回は4月1日に企画予定です。

Q: 「信州りんごジュース900ml6本入り」を愛用していますが、ラベルが変わり、はがしにくくなりました。元に戻してください。
A: 「信州りんごジュース」のラベルは、ご指摘のとおり、はがしにくくなっております。12月1回お届け分より、以前のようにはがしやすくなる変更しました。

Q: 「老人用の軽装用の紙おむつ」を扱ってください。私もたまに使用しますが、かさばって購入するのが大変なので、扱ってほしいです。
A: 「大人用紙パンツ」は、現在取り扱いに向けて依頼中です。企画としては、3月ごろを予定しております。東都生協では、「軽失禁パッド」「軽失禁ライナー」は取り扱っています。今後、「大人用紙パンツ」を含めて介護関連商品を企画できるよう取り扱いを進めさせていただきます。

Q: 商品案内掲載レシピの材料に、注文番号を振ってください。注文番号がないと、その企画で注文できるかどうかが分かりません。
A: ご指摘を受けて、1月4日より商品の注



文番号を掲載しています。商品名は一般名(にんじん、ごま油など)で表記します。貴重なご指摘をありがとうございます。

Q: 利用を一時休止するとき、今週・来週分の基本手数料が掛かるのはなぜですか。改善を望みます。
A: 個配手数料請求については、現在、休止する2週間前までに手続きをしないとお届け明細書での請求を止めることができないシステムになっています。申し訳ありませんが、今回のような場合は返金で対応してまいりますので、ご理解ください。改善には大きなシステム変更が必要ですが、貴重なご意見を生かせるように努力していきます。

Q: 「葉切り大根」や「かぶ」の葉はどうしてですか。できれば葉が食べたいので、「まなまばら」のような加工品や冷凍品にして、安価で扱ってほしいです。
A: 大根については、春夏の時期は葉の蒸散作用で実がしおれる、秋冬は葉が育たない・枯葉になるなど、安定的にお届けするのが難しいため、「葉付き」の企画をしていません。また、農薬使用を抑えているため、葉が害虫の被害を受けることも多いのです。カットした葉は、畑にすき込むことで土壌への活用されています。かぶについては、4月〜11月は「葉だけ」を大根の葉に代わる物として企画していますので、ご利用ください。加工品については、冷凍ほうれん草や冷凍ブロッコリーなどの企画がありますが、カットされた葉部分を使用した商品の取り扱いはありません。今後の検討課題とさせていただきます。

12月のわたしたち

2012年12月20日現在 ※[]内は前年比

組合員数	233,098人	[100.3%]
加入	15,759人	[95.3%]
脱退	13,953人	[110.3%]

総事業高	25,035,163千円	[95.4%]
共同購入事業	23,963,015千円	
店舗事業	149,623千円	
弁当配食事業	77,129千円	
生活文化事業	240,134千円	
その他事業	605,261千円	

出資金	7,018,016千円	[99.0%]
一人あたりの出資金	30,108円	[98.7%]

今後の定例理事会日程予定
 3月21日(木)、4月15日(月)、4月25日(木)、5月15日(水)

- #### 【報告事項】
- 決算概況および各部業務報告●洗びん事業関連報告
 - 商品活動関連報告●2012年度きょうざれん国会請願署名とリサイクル洗びんセンター支援募金の件●バナナ事業に関する方向性の変更の件
 - 2012年度上半期監査報告書への対応に関する件
 - 理事懇談会開催の件●常任理事会決議事項報告
- #### 【審議事項】
- 2013年度理事会等日程(案)と第40回通常総代会日程(案)確認の件●2013年度活動方針事業計画・予算及び業務組織機構の大綱確認の件●組合員の参加と参画スタイルに関する確認(その一)の件●2013年度商品事業に関する委員会等活動計画および関連諸規定の一部改正の件
 - 国産応援に係わる取り組み直しに関する件●2013年度役員改選手続きに関する件

理事会報告 (抜粋)

13.01.07 HELLO 編集後記

昨年の末、(農)茨城県西産直センター・原木しいたけ生産者の安喰さんを訪問しました(今月号16ページ)。ハウスの中には整然と「ほだ木」が並んでいましたが、お話を伺うと、原発事故の影響にがくぜんとしました。放射能検査の結果「基準値以下で安全」と言われても、依然として多くの消費者は原木しいたけを受け入れられない。風評被害は生産者の経営を苦しめ、伐採されない里山は荒れ果てていくという現実。言葉が出ませんでした。でも原木しいたけは、香りが違う! 本当においしい。必ず復活してもらいたい、今回の取材でそう強く感じました。

取材に応じてくださった安喰さん、堤代表理事、渡部さん、本当にありがとうございました。震災から約2年。再開までまだまだ時間がかかる産地・メーカーがあります。互いに支え支えられる関係を大切にし、復興に向けてこれからも息の長い支援が必要だと再認識しました。(Y・K)

MOGMOG コラム1

夕食宅配をご利用ください!

配食を通じた安否確認を行っています。

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・配達無料)

【ご利用いただける地域】
 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)

1週間のお試し利用もできます。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時から午後5時

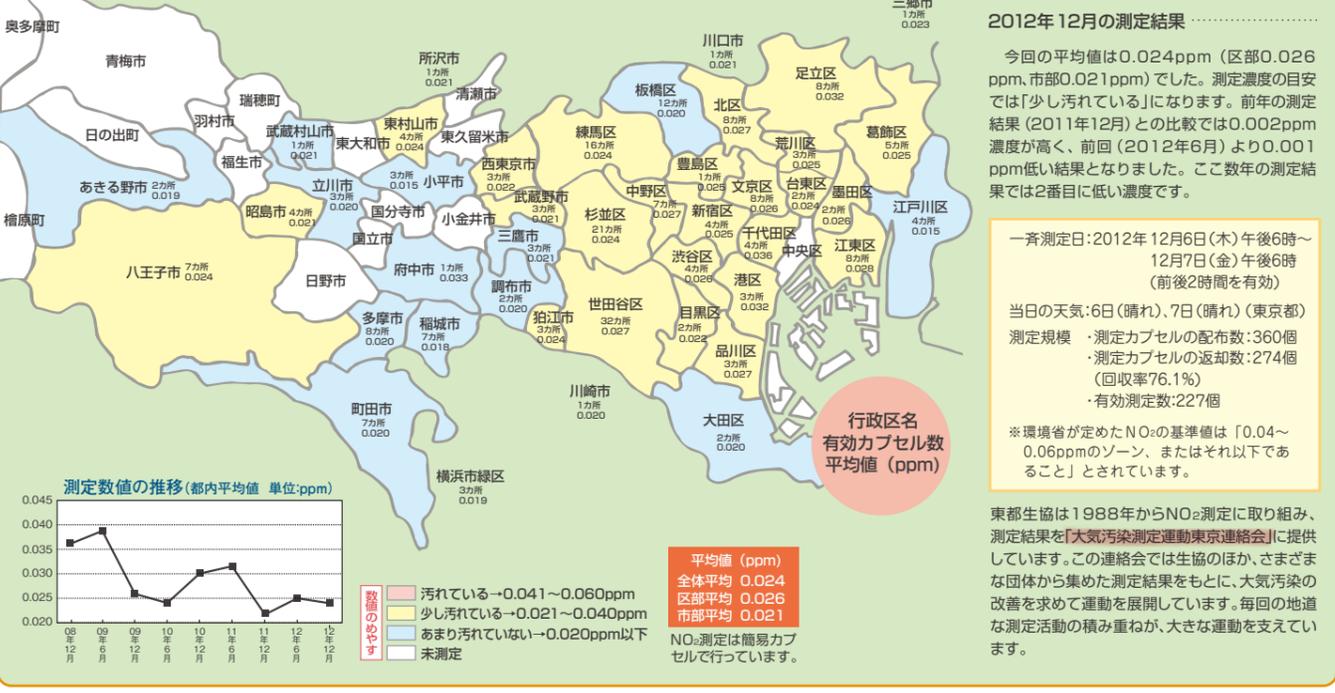
2012年12月 東都生協NO₂測定濃度分布図

2012年12月6日～12月7日に測定したNO₂(二酸化窒素)の測定結果をお知らせ致します。

※大気汚染測定運動東京連絡会

大気汚染測定運動に参加する各地域実行委員や団体の自主的な活動を基盤とする連絡会。大気汚染による健康被害を防ぐことを目的に活動を進めています。東京連絡会全体で取りまとめた測定結果は、東京都や環境省に報告され有害物質の排出抑制を進めるための貴重なデータとして活用されています。

NO₂測定は皆さんの身近な空気を実際に測ってみて、自分たちで確かめ、きれいな空気を取り戻すにはどうすればよいのか? を考えていただくことを目的に実施しています。きれいな空気を取り戻すために、身近なところから意識して普段の生活を過ごしましょう。



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

今月は皆さんから寄せられたお便りの中から、「私の宣言」をご紹介します。

お便りでは、東都生協の安全・安心な食材を利用し、その食材を無駄せずに使い切る…など、家庭ですぐに取り組み、産地応援にもつながる内容が多く寄せられました。持続可能な社会づくりに向け、消費と生産を結んで進める食の未来づくり運動。組合員、生産者、その子どもたちが、安心して産直・国産品を食べ続け、作り続けられる「未来づくり」をしていきたいですね!

行動目標①

- ★できるだけ国産の物を食べるようにします。
- ★野菜は、皮も炒めたりして、使い切り、生ごみを減らしています。
- ★残さず、きれいに食べます。(6歳)
- ★ハチイ牛を食べ続けます。牛乳、ヨーグルト、その他も東都生協で買います。
- ★卵は登録して15個入りの購入を継続します。今年も露地トマトを購入します。
- ★銀次郎トマトを食べています。
- ★東都生協の産直野菜は新鮮でおいしく、しかも安全。毎回、産直セットやグリーン・サポートを楽しみにしています。

行動目標②

- ★子どもが大きくなってきたので、産地交流会などに参加してみようと思います。
- ★食の安全は豊かな日本の大地から...そのためにも原産なんてとんでもない、官邸前にも行って「即刻ゼロロ」と声を上げています。TPPも絶対反対です。

行動目標③

- ★初めて参加した「食の未来づくりフェスタ」。いろいろなものを試食でき、おいさにビックリ。今度はお友達も誘って行ってみようと思います。
- ★知人に東都生協の安心できる食品を試食してもらい、加入を勧めています。
- ★今まで以上に国産にこだわり、野菜、お肉、お魚などを購入しています。子どもにも国産の良さと国産を守る大切さを伝えていきたいです。

皆さんにできることは...何ですか?

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



原木栽培 しいたけ復興ものがたり



—岐路に立たされる原木栽培しいたけの生産者—

東京電力福島第一原発事故から2年、岐路に立たされる(農)茨城県西産直センターの
原木栽培しいたけ生産者の“今”取材しました。(取材協力:原木しいたけ生産者・安喰攻さん)

ハウスの中に足を踏み入れた途端、約7000本ものほだ木に圧倒されました。早朝より収穫作業をし、休む間もなく出荷作業に入ります。

(農)茨城県西産直センター・安喰攻さんが栽培する原木しいたけは、震災直後から比較的高い放射性物質が検出されたため、出荷を一時休止しました。放射性物質の濃度を低下させるため、ほだ木にする原木の洗浄機を導入するなど、できることは全て行いました。対策が功を奏し、今は数値も下がり出荷が続いています。

しかし今深刻なのは、原木が入りてきないこと。安喰さんのハウスでは栃木県産のコナラの原木を使用していますが、震災前の在庫もわずかとなり、その後の見直しは立っていません。さらに風評被害により原木しいたけの利用も落ち込みました。週に



原木しいたけを安心して食べてもらえる日まで…

30000パックあつた注文が今では10000パックに減少。「作った物が売れない」という現実。安喰さんは三代目として原木栽培に30年間携わってきましたが、これほどのつらい経験は初めてだと、苦しい胸の内を語ります。

原木か、菌床か…

原木しいたけ生産者の今後の選択肢として、菌床栽培があります。ただ安喰さんのように今まで原木栽培にこだわってきた生産者は、菌床栽培に変更することを東都生協組合員が理解してくれるか、大きな不安を抱えています。ハウスの隅には



共に生きてきた生産者の苦悩はこれからも続きます。しかし、現実を受け止めた、安喰さんの心の復興は始まっていると感じた取材でした。

実験的に栽培している菌床しいたけも置かれていました。食べ比べると食感が変わりませんが、香りはやはり原木しいたけの方が上。安喰さんは「原木でも菌床でも、どちらでも安心して食べてもらえる物を作りたい」と語ります。

原木か菌床か、どちらを食べるかには組合員の選択です。手間暇かかる原木栽培。そのおいしさや里山保全に果たす意義を将来に伝えていくことは重要です。ただ原発事故が起こってしまった今、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが、求められているのも事実です。

今、残り少ない原木に、安喰さんたち生産者は植菌作業を施します。その後収穫まで約1年7〜8カ月。原木しいたけと

