

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2014
No.386



6

今月のおすすめ

バラ凍結「産直合挽肉」
やっぱり安心、東都生協のバラ凍結「産直合挽肉」。

東都生協のトマトには
おいしさとお味の未来が、ぎゅー！

おいしいを、日本の畑から。
産直の東都生協

東都生協のトマトには おいしさと食の未来がぎゅっ!

「高原露地トマト」「トマトリサイクル」「登録トマト」3つの取り組み

東都生協でしか食べられない夏の風物詩、「高原露地トマト」。産地・久保産直会とは、1975年にじゃがいもの取引から始まりました。露地トマト栽培は天候に左右されるため、生産量が全国的にも年々減少。それでもこの味を待っている人、産地訪問の際、生産者の仕事ぶりに感動して涙する人…久保産直会の「高原露地トマト」には、何か心を惹きつける多くの秘密があるようです。今回は東都生協のトマトをめぐる取り組みに迫り、食の未来を考えます。



トマト作りの詩

生産者・掛川シサエさん作

春まだ浅き三月の 陽の温もりを背に受けて
トマトの播種はバラバラと 夢を託して
苗床に五日間を過ぎし頃 双葉のかわいい顔のぞき
中には帽をつけたまま 恥ずかしそうにこんにちは

夜の寒さに合わぬよう 昼の気温も気づかって
育苗の日々つみ重ね 多くの実りを得るように
農夫のうでの見せどころ

五月の空は晴れわたり 支柱の準備を整えて
霜の恐れが遠のけば 畑へと巣立つ日やってくる
苗の根付きに気を配り 花房のおさまり見きわめて
労力惜しまず手入れに励む みんなの願いかなえてほしい
機械化の波のり越えて 明るい家計を築くこと
きびしい陽ざしに耐えぬいて 真赤に熟した味覚こそ
汗と努力の実りにて 待って下さる皆さまへ
感謝をこめて届けます

「お願いします」と声をかけ 全通の車に載せて生協へ

※全通：産地からの集荷・物流センターへの納品などを担う東都生協の提携先



久保産直会のトマトはここが違う!

始まりは、組合員の一言だった

猛暑の中、じゃがいもの視察のために久保産直会を訪れた組合員を気遣って、生産者が自家用に栽培していた冷えた露地トマトを皿に載せて出してくれました。これを食べた組合員が思わず「このトマトを東京でも食べたい!」と言ったところから高原露地トマトの物語は始まります。しかし、取り扱いの実現は簡単ではなく、話し合いを重ねた結果、ようやく供給が始まりました(今でも東都生協商品部では代々語り継がれているエピソードです)。

器量は悪いが味はピカイチ

久保産直会の露地トマトは昼夜の寒暖差や、雨・朝露に当たることでヘタ周辺に同心円状のヒビが入ることもあり、見た目は良いとはいえません。

しかも、収穫前に大雨が降れば実が割れたり、台風の被害を受けるリスクにもさらされています。でも、高原露地トマトの実に入った「ヒビ」は「おいしい」のサイン。見た目より味を優先した高原露地トマトは、一度食べたら、きっとその味にびっくりするはず。

収穫量が多い時は増量や、「引き売り」をします。引き売りとは、供給担当者が余剰トマトをトラックに積んで、組合員に追加購入をお願いすること。20年近く前の引き売りは量も1箱4kgと多かったのですが、多くの方にすすんで協力いただきました。反対に、天候の影響で収穫量が減ると規格変更や欠品になることも、それでも「この露地トマトだから」と、次を楽しみに応援いただいています。



「ヒビ」は「おいしい」サインです。

「うんめえトマトを食わせてえ、でも最大の壁は後継者」

「楽しみに待っている組合員さんに、うんめえトマトを食わせてえ」。この思いを支えに、粘土質の土にわらや米ぬかなど有機質肥料を入れ、辛抱強く土づくりを続けて約40年。

しかし生産者の高齢化、後継者不足は今や深刻な問題です。そんな中、80歳前後の生産者が頑張る姿を見て、昨年は50歳代前半の若手生産者が加わりました。

出荷の際には「今年もトマトがおいしくなりますように、みんなが達者でいられますように」と願うそうです。生産者の優しさが詰まった赤い結晶なのですね。



味へのこだわり・選んだ品種は「サンロード」

2000年になると、種苗会社から従来の露地用品種「豊将(とよまさ)」が入手できなくなりました。久保産直会では多くの品種を試験栽培し、東都生協の野菜担当者が選んだのは「サンロード」。酸味と甘みのバランスが良い代わりに、収穫量が少なく栽培が難しい品種です。

「やっぱりそれを選んだかあ」とついこぼした生産者に、「うんめえトマトを届けるんでしょ。熟練の腕の見せ所!」と担当者がハッパを掛け、生産者魂に再び火がつけました。



「久保」という地域

「久保」は、浅間山のふもとの標高600~800mに位置します。昼夜の気温差が約10度と大きく、年間降水量は約900mmと本州の中で少なく、梅雨でも雨の少ない地域です。トマトは収穫間際に雨に当たると実が割れるため、「ハウス栽培」か、パイプハウスの上にビニールを張った「雨よけ栽培」が一般的です。

一方、久保のトマトは、雨が少ない地の利を生かし完全な露地栽培。太陽の恵みをたっぷり受けて育ちます。

美しい眺望の浅間山。



久保産直会の露地トマトだけじゃない

トマ ト エ ト セ ト ラ

おいしい真っ赤なトマトが添えられるだけで食卓が華やかになります。でもトマトは生で食べるだけではありません。ジュース、ケチャップ…加工品の原材料にもなります。ジュースの利用がケチャップの生産を支える、もう一つの取り組みをご紹介します。

トマトサイクルで好循環 ～トマト倶楽部の取り組み～

東都生協では、(株)ナガノトマト松本工場・契約農家との交流や収穫体験、ユニオンソース(株)の見学など、産地・メーカーとの交流を企画しています。どのように栽培され、ジュースやケチャップになるのか理解を深めます。

(株)ナガノトマト

収穫したその日のうちに工場に運び、ストレートジュースに加工します(シーズンパック)

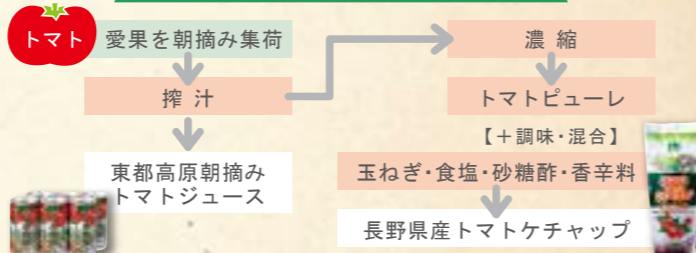


トマトからトマトジュースとトマトピューレが作られ、トマトピューレはトマトケチャップなどの原料となります。今、トマト加工品のほとんどは輸入原料に依存しています。国内の加工用トマトの3割強を生産する長野県でも年々生産量が減少し、トマト加工品の原料になる国産トマトピューレも慢性的に不足。2011年以降は、福島第一原発事故の影響で国産品の需要も落ち込んでおり、国産トマトジュースの生産量・消費量を底上げしていくことが急務です。

東都生協は2009年夏、(株)ナガノトマト、ユニオンソース(株)と一緒に**トマト倶楽部**を立ち上げました。東都生協の「高原朝摘みトマトジュース」と「国産トマトケチャップ」は、(株)ナガノトマトが長野の契約農家と協力して開発した独自ブランド「愛果(まなか)」が原料です。通常トマト1個は60～80gですが、この愛果は120g前後の大玉で、柔らかくジューシーで酸味が少なく、旨味成分である「グルタミン酸」が豊富なのが特徴。

組合員はおいしくて安全・安心な国産トマト加工品を利用でき、組合員との交流を通じて産地・メーカーも元気になり、意欲を持って作り続けられる——これが「トマトサイクル」です。

トマトからジュース・ケチャップができるまで



◆**トマト倶楽部**では、組合員が1本利用すると1円が募金される「1本1円募金」にも取り組んでいます。募金は国産加工用トマトの生産支援の基金となります。



ユニオンソース(株)

新鮮な野菜を丸ごと使い、自家ひきの香辛料、日光の天然水を惜しみなく使用。



加工用トマト生産者

手作業で夏場に収穫。



組合員

商品を利用して産地・メーカーと交流します。

おいしい国産トマト加工品をお届け

もうひとつの露地トマト

加工用品トマトは、大きさや見た目に影響されず、安定価格で原料供給を行う必要から、ハウス栽培ではなく露地栽培をします。栽培は「地這い」といって棚を設けず、地面にはわせる方法。剪定作業などの手入れを生食用ほど小まめに必要としないので、コストを低く抑えることができます。



東都生協だけの「露地トマト」は完全な登録制

高原露地トマトは完全登録制の商品です。登録数は年々増加しており、昨年だけでも、毎週・隔週合わせて9,738人から10,080名の登録があった東都生協の大人気商品。東都生協以外からも「久保の高原露地トマトを扱いたい」とラブコールが送られていますが、いまだにこのトマトを扱っているのは東都生協だけ。産直の東都生協でしかできない全量買い取りで産地を支えているからです。

今年の登録を逃してしまった人は、来年ぜひ登録を!!
毎年、6月ごろに登録を開始します。
「商品案内やチラシ」などでご確認ください。



余剰トマトも有効に活用

収穫量が増え、大幅に余剰となったトマトは増量や職員が引き売りしていましたが、留守の組合員も多く、年々難しくなっています。

「おいしいトマトを無駄にしたい」そんな思いから「産直乾燥高原露地トマト(スライス)」が2012年に登場しました。高原露地トマトを低温で乾燥させ、うま味を凝縮させた濃厚な味わいの商品です。そのまま食べてもよし、スープなどの料理に入れてもおいしく仕上がります。

実現したのは(株)ジェイラップ

「産直乾燥露地トマト(スライス)」を作ったのは(株)ジェイラップです。

(株)ジェイラップは、福島県の生産者団体「でんでん倶楽部」の販売部門も担っています。(株)ジェイラップの乾燥工場は、旬の時期に多く採れた農産物を加工するために設立されました。

露地トマトの生産を続ける久保産直会の生産者の心意気に共鳴し、トマト加工を請け負ったものの、熟したトマトやヒビがあるトマトを乾燥トマトにするのは一



「産直乾燥高原露地トマト(スライス)」調理イメージ

苦労。しかも収穫量が不安定で工場の製造工程の予定が立たず、四苦八苦。それでも(株)ジェイラップが乾燥トマトの製造を諦めなかったのは、「この素晴らしいトマトをシーズン終了後も東都生協の組合員に食べて喜んでほしい」という気持ちと、トマトを栽培した生産者の思いに打たれたからです。久保産直会と(株)ジェイラップの思いが一つになり、幾多の苦難を乗り越えて「産直乾燥高原露地トマト(スライス)」は生まれました。

野菜ソムリエ・平野職員が語る「ト・マ・ト」

暑さが増すこの季節。冷えた水やお茶もおいしいですが、ガブ飲みすると胃液を薄めて胃の働きを弱めることもあります。そこで、夏の代表的な野菜の一つ「トマト」はいかが

すか。旬を迎えた真っ赤なトマトの独特の酸味は、胃を適度に刺激して消化液の分泌を促します。果肉のゼリー状部分はのど越しが「ツルン」として、後味もさっぱり。夏の暑さを一時忘れず。生で食べる際は、塩を振ってから少し時間を置くと、二層甘みが引き出されます。

トマトに含まれるグルタミン酸にはだしのようなうま味があるので加熱調理もお勧めです。ビタミンB1が豊富な豚肉などと一緒に煮込むとトマトの適度な酸味が油っこさを抑え、暑い日でも食が進みます。

さらにトマトはビタミンCも豊富で保湿効果があるといわれるコラーゲンの生成を助けるので、紫外線対策にもおすすめです。野菜の世界では、地面の下にできる作物(根菜類)は体を温め、ツルなどを伝い地面の上に行ける作物(果菜類)は体を冷やすといわれています(例外もあり)。夏は熱中症が怖いのでクーラーも必要ですが、夕方には窓を開け、体を中から冷やすおいしい夏野菜を食べて暑さと上手に付き合いたしましょう。

花火に風鈴、夕涼み。打ち水、縁側、冷えたトマト。日本の夏は情緒たっぷりですね!



野菜ソムリエ 平野 亨 職員 (東都生協商品部 商品企画グループ マネージャー)

●野菜ソムリエ二般社団法人日本野菜ソムリエ協会が認定する資格。

組合員との交流は毎年9月

毎年9月、組合員が久保産直会への交流訪問を行っています。高原露地トマトの栽培方法を見学し、生産者と交流します。さわやかな風と優しい生産者の笑顔が迎えてくれて、現地で産地のこだわりを実感できる機会です。





今月のおすすめ

バラ凍結「産直合挽肉」

東都生協の挽肉は、全て国産の産直原料だけを使用しています。

やっぱり安心、東都生協の バラ凍結「産直合挽肉」



（株）コープミート千葉は、生産者団体（千葉県酪農農協協同組合など）50%、消費者団体（東都生協など）50%の出資で、2002年「畜産食肉製品の加工および販売」を目的に作られた全国でも類のない会社です。品質最優先で冷蔵・冷凍商品やバラ凍結商品・味付け加工商品などを生産しています。

（株）コープミート千葉は品質最優先

産直肉の安全・安心を最優先に考えたとき、産直豚・産直牛を加工販売する（株）コープミート千葉で、「かその豚」「八千代牛」の組み合わせが生まれました。食味・用途・利便性・価格を考え、現在の配合規格・形態になったのだそうです。

かその豚、八千代牛を組み合わせたのはなぜ？

産直の、かその豚と、八千代牛を原料に製造される「産直合挽肉」は、両畜種共に国産で、産地も明確な、こだわりの商品です。

合挽肉原料の特徴

かその豚・開放豚舎で、麦類やいも類を多く含む専用飼料を与えて飼育された豚です。肥育期に麦類やいも類を多く与えられているので脂の色は白く、うま味がありながらもさっぱりとした味わいの特徴です。

産直の豚肉・牛肉を使用しています

八千代牛・乳用種である八千代牛は、和牛や交雑種（八千代黒牛）に比べると霜降りは少ないものの、赤身にしっかりと味があるのが特徴です。挽肉にしても赤身本来のうま味が味わえます（挽肉には経産八千代牛（乳を搾り終えた母牛）も含まれます）。

登録制のトマト

登録できるよ！



登録制は、常に一定の注文数が確保できます。これは生産者に安心感と「特定産地のトマトを特定組合員へ届ける」という意気込みを生み、高品質の維持が可能になります。

登録制トマトから生まれた生産者同士の絆

トマトの登録制は久保産直会の露地トマトが先駆けでした。この成功は、他産地の若手生産者を刺激し、群馬の井上嘉輝さんが作る「一株マイルトマト」、(農)埼玉産直センターの「百年トマト」、熊本の前田銀二郎さんの「銀二郎トマト」につながりました。それぞれの若手生産者は「登録トマト」の縁で、お互いの産地を訪問し、栽培技術の交流を行っています。

地域の若手生産者がつなぐ登録トマトリレー



銀二郎トマト

熊本・八代マルタの「銀二郎トマト」は、有機質肥料を使った土づくりへの思いと高い栽培技術を父親の前田健一さんから受け継ぎ、息子の銀二郎さんが作った、九州男児の人柄がにじみ出たトマトです。昨年は畑日記をトマトに添えました。

登録終了。来年はぜひ！



一株マイルトマト

毎週500gのトマトを8週間連続で利用すると、ほぼ1株分です。生産者カードで畑の様子を伝え、組合員が「トマトの1株オーナーになる」気持ちで、と名付けられました。生産者の利根農民の会・井上嘉輝さんは、食の未来づくりフェスタなどでの組合員との交流を楽しみにしています。

登録受付中！まだ間に合うよ！

「百年トマト」は雪害のため、企画は中止です

孫の代まで続く商品にしたいとの思いで名付けられた「百年トマト」。2012年の誕生以来、毎年好評でしたが、2月の雪害により壊滅的な被害を受けて今季の企画は中止を余儀なくされました。でも、「百年トマト」は復活に向けてチャレンジし続けます！応援してください！

雪害について

2月8日に降った雪が残る中、14日未明から15日にかけて記録的な大雪と雨により、関東・甲信を中心とした農業用施設や生育中の作物は大きな被害を受けました。栽培施設のパイプハウスが倒壊し、集荷施設や肥料の製造設備まで倒壊した産地もあり被害額・再建費用は約20～35億円。東都生協では、被害を受けた産地と生産者の皆さんを支援する募金を行い、復旧・復興に向けた支援活動に取り組んでいます。（4/16時点で10,219,400円もの募金が寄せられました）



日頃の交流の成果、応援出荷トマト

2月の降雪で大打撃を受けた(農)埼玉産直センターのトマトが不足すると予測される中、熊本県・八代マルタの前田さんが応援出荷をしてくれることになりました。前田さんは、例年この時期、同センターの出荷が始まると、別の取引先へ出荷していましたが、今年は取引先に事情を説明して回り、東都生協への応援出荷が実現しました。登録トマトを通して、普段から交流があったからこそです。



まとめ

「おいしい!と褒めてくれる組合員がいるから頑張ることができる」取引を始めた当初40歳代だった久保産直会の生産者の皆さんも、今では多くが70～80歳代に。日本の農業は食料自給率の低下、高齢化、担い手の減少など問題が山積しています。

東都生協は、2010年に「新世代チャレンジプロジェクト」を立ち上げ、若い生産者と東都生協職員が中心となり、「一株マイルトマト」「銀二郎トマト」「百年トマト」の登録トマトリレーを実現。また、高原露地トマトの全収穫量を引き取り、組合員が全て買い取る仕組みで生産を支えています。これらの取り組みには産直の理想が込められています。

多くの組合員が「高原露地トマト」が一番のお気に入り商品と絶賛します。その理由はおいしさだけでなく感動があるから。東都生協は生産者と組合員をつなぎ、これからもこの取り組みの意義を広く伝えていきます。

おいしいから、
作ってみてね！

今月の
おすすめ

おいしい！ 使いやすい！ バラ凍結「産直合挽肉」

使いたい時に使いたい分だけ調理でき、安全・安心な東都生協産直肉が原料のバラ凍結肉。
中でもおすすめは、おいしくてお手頃価格のバラ凍結「産直合挽肉」。ストックしておけばとても便利。ぜひご利用ください。

アテンション・プリーズ！！

挽肉をよく使いますか？
お家で人気の挽肉レシピは？

p.13のバズルの答えに添えて
お送りください♡



野菜嫌いな子どもにも食べやすい

エッグ・イン・ミートローフ

【材料(18cmパウンド型分)】

合挽肉(牛5:豚5)バラ凍結	300g	ベーコン	100g	玉ねぎ	中1個
いんげん	6本	にんじん	50g	卵	3個
サラダ油	大さじ1				

A【塩小さじ1/2強、こしょう・ナツメグ各少々、パン粉50g、卵1個、牛乳大さじ3】

【作り方】

- 挽肉は解凍する。玉ねぎはみじん切りにする。いんげんは筋を取り、にんじんは皮をむきスティック状に切って、共に下ゆです。卵3個もゆです。
- フライパンにサラダ油を熱し、1の玉ねぎを焦がさないように炒め、取り出す。
- ボウルに1の挽肉と2の玉ねぎ、Aを加えてよく練り混ぜる。
- パウンド型にベーコンを敷き詰め、3の約半量を空気が入らないように手で押し込みながら入れ、丸ごとのゆで卵とにんじん、いんげんを等間隔に並べ、残った3の半量を上から詰める。
- オーブンを180度に熱し、約30～40分焼く(機種により加減)。中央を竹串で刺し、透き通った汁が出てくれば焼き上がり。
- 焼き上がったらアルミホイルでふたをして粗熱を取り、型から外して切り分ける。
※マヨネーズ、ケチャップなど、好みのソースを添えても。

バラ凍結「産直合挽肉」ができるまで

機械だけに頼らず、重要な場面で人が作業・点検を行っています。だから安全・安心！



5 完成
バラ凍結「産直合挽肉」の出来上がり。



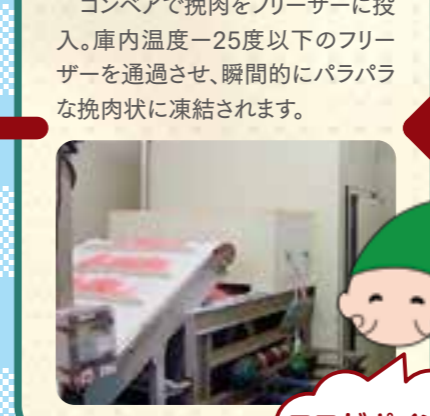
パラパラだから
使いやすい。

4 計量・包装
コンピュータースケールで自動計量後、自動包装機で個包装されます。



早く確実に。

3 フリーザー投入
コンベアで挽肉をフリーザーに投入。庫内温度-25度以下のフリーザーを通過させ、瞬間的にパラパラな挽肉状に凍結されます。



ココがポイント。

1 ミキシング
原料の産直豚肉・牛肉を作業員が目視で全面点検後、機械で細かくカットしてミキシングし、挽肉機へ。

2 挽肉・攪拌
挽肉機から出てきた挽肉を、作業員が先端が熊手状になった器具を使ってパラパラにほぐし、冷却しやすいようコンベア上に薄く広げます。ここでも異物のチェックを行います。



品質には
自信があるよ。

冷凍食品をおいしく食べるポイント

POINT1 解凍して利用
挽肉などのバラ凍結品は、必要量をお皿に移し、まんべんなく広げてラップをかけ冷蔵庫に移せば短時間で解凍できます。冷凍のまま使用するよりおいしくいただけます。

POINT2 「合挽肉」は料理ごとに使い分けて
合挽率「牛5:豚5」 味を引き出す料理に適しています。ミートソース・そぼろなどにオススメです。
合挽率「牛6:豚4」 しっかり形を作る料理に適しています。ハンバーグなどにオススメです。
牛豚の比率で料理の食感や味が変わります。合挽の比率をいろいろ試して、好みの黄金比を見つけましょう。



ボクの
おすすめです。



私たち
みんな
るんるん
です。

「合挽肉(牛5:豚5)バラ凍結300g」
八千代牛・八千代乳牛とかその豚を50%ずつ配合しました。赤身率は約70%。使う量だけ解凍できるバラ凍結をしています。

もう1つ
おすすめ

グラントリーフ (株)果実堂

通常のベビーリーフにセットされている品種に、サラノバ系レタス品種「レディーロゼ」スパイキー(ほか)の幼葉を加えた、ポリウム感と独特のシャキシャキ感が新鮮な商品です。色鮮やかでゴージャスなサラダが手軽に作れます。リーフは土の上で栽培され、出荷前には洗浄を行っているのだから、サッと洗ってからご利用ください。



冷凍食品は、家庭用の冷凍庫で長く保存していると劣化が進んでしまう可能性があります。家庭の冷蔵庫は扉の開閉が多く、温度変化が起こりやすく、一定の温度を保つことが難しいからです。また、空気に触れることも劣化が進む要因になります。特に、肉が1粒1粒、1枚1枚パラパラなバラ凍結商品は、空気に触れる面積が多いので早めに利用することが肝心です。使いかけを保存する場合は、保存袋の空気を抜いて、チャックをしつかりと閉じて保存しましょう。

バラ凍結商品は早めに
使いましょう！

その③ 急速凍結
短時間で凍結する急速凍結は、肉の組織内に発生する氷の結晶が小さくなり、細胞の破壊も少なく、解凍した時の肉汁の流失が少ないとされています。肉をよりおいしく食べることができるのが、この凍結方法です。

その② 合挽率
合挽肉の場合、牛肉の配合が高いと肉の食感が強くなり、より締まった食感になります。

その① 赤身率
肉は赤身率が低いと脂分が多くなり、調理すると柔らかい食感に。逆に赤身率が高いと締まった食感になります。赤身率70%は、柔らかくても肉の食感を感じさせる割合。肉の食感をより味わいたいなら、赤身率80%の「牛6:豚4」合挽肉をおすすめします。

バラ凍結「産直合挽肉」 おいしいの秘密

MOGMOG ニュース

2014年 6月号

(株)大矢野有機農産物供給センター — 視察訪問 第5弾 —

2月5〜6日、熊本県(大矢野有機農産物供給センター)の視察を行いました。

1日目は、まず東都生協の「土づくり基金」を利用したボカシ肥料工場を視察。作物によってさまざまですが、魚粉・米ぬかなどを3カ月切り返しをして混ぜ、年3回、共同作業で希望量(約140t)を作っているそうです。

次に視察したのは、かんきつと葉付き玉ねぎ畑。同センター・鬼塚理事長から、栽培理念・基準のほか、かんきつ選果時に行う糖酸度検査などについて説明を受けました。

2日目は、せり・しょうが貯蔵庫、にんじん畑を視察。地域が広いため出荷場まで40分以上かかる所があったり、インシシによる被害があるなど、生産上のご苦労も伺いました。生産者の皆さんは真剣に作物と向き合い、品質向上や安定供給に努めているのに、気候の影響に左右され、規格外で出荷不可となる作物が想像以上に多いことも驚きます。お話を聞き、参加者から「規格外商品を東都生協で取り扱ったらい？」という意見も出ましたが、見栄えが

悪いだけでクレームになることもあるので、扱いが難しいとのこと。さらに、生産者の高齢化で後継者不足問題を抱えているという現実もあります。日々努力している生産者の思いを忘れず、今後も感謝をもって食べていきたいと思いました。

不知火の品種や病気の説明をする生産者



ボカシ肥料工場

知っておきたい! 用語解説

ボカシ肥料

ボカシ肥料とは、土に鶏ふん、油かす、米ぬか、魚かす、燐炭(もみがらをいぶし焼きにした炭)などの有機物に、過リン酸石灰などの肥料を積み重ねて発酵させたものこと。

子どもたちに安全な食を届けるために。

春休みに入った3月26日、と会「ふたば」は3歳から小2までの子どもも加わってJ.A.やことを訪問、納豆工場の見学、「なばな」の収穫を体験しました。有機農法でふかふかの畑に感動して「供給で届く野菜を見るたびに生産者の皆さんを思い出します」「子どもは東都生協の産直野菜で育てたい!」などの声も聞かれました。

また、子どもたちは「へんとう虫や気の早いカエルを見つけて大喜びで、たくさんさんの生物が暮らす畑を実感したようです。」「ふたばでは「子どもたちの安全な食」をテーマに、今後も学習会・産地訪問を通じて子どもたちと食について勉強していきたいと思っています。東都生協の食の未来づくり運動の姿勢が次の世代へしっかり受け継がれていくことを、肌で感じた産地訪問でした。



試食品はあっという間に空! エム・シーシー食品(株)学習交流会

4月17日、田柄ブロックはエム・シーシー食品(株)の岩本浩平さんを招き、同社の商品の学習交流会を開催。同社は食材や製造にこだわり、毎日1,000種類もの商品を試食しているのだとか! 本当に驚きます。

この日は、パスタ3種類、ピザ3種類、カレー2種類、ジェノベーゼソースを使ったスープ1種類を試食。「全部温かい状態で食べてほしい」という岩本さんの心遣いから、スープができてからパスタをゆで、ソースを温め、ピザを焼く、という手順で調理を行いました。

「試食品の量が少々多いのでは」との声もありましたが、あっという間にお皿は空。「ソースはどれも家庭ではなかなか出せない味で、おいしかった」「グリーンカレーは辛すぎると思ったが、クリーミーでおいしかった」など、参加者に大好評の試食会になりました。



雨の収穫体験もまた楽し!? ~三浦半島EM研究会訪問

三軒茶屋ブロックは、春とはいえと肌寒い4月18日、三浦半島EM研究会を訪問。温暖な三浦半島とはうらはらな冷たい雨が降る中、「イイジマ農園」のビニールハウスでEM栽培についての説明を聞きました。

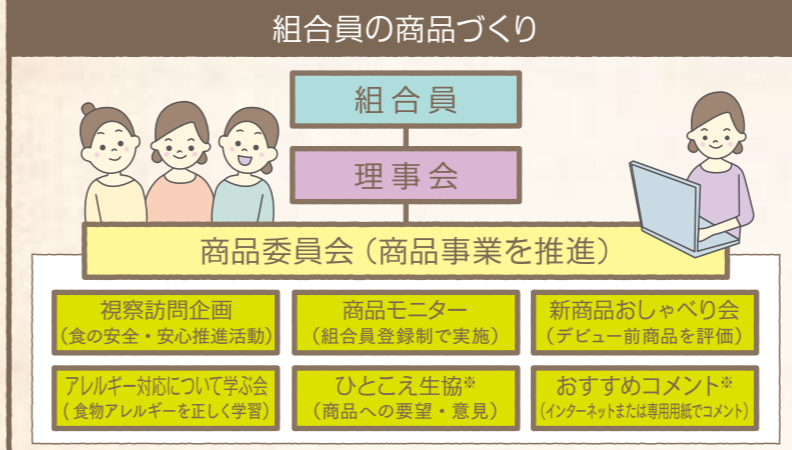
EMとはEffective(有用な) Microorganisms(微生物群)の略語です。同研究会は、EMと米ぬかなどの有機物を使い、農業・化学肥料を減らし、野菜作りを行っています。お目当てのキャベツ・にんじん・大根は草と共生しながら、健康な土壌ですくすくと育っています。にんじん収穫のころから激しい雨に見舞われてしまいました。が、ビニールハウス内で雨宿りする人、雨にもめげず大根を抜く人、雨の農園を美しいと眺める人...それぞれに見学と収穫体験を楽しみました。



Pick up! ラフターヨガ(笑いヨガ)で元気になろう!

3月17日、第8地域委員会では、ブロック委員会がない地域の応援企画として、東都人材バンクの坂戸由香講師を迎え、「ラフターヨガ(笑いヨガ)&ぶちカフェ」を開催しました。日本に紹介されてまだ7~8年のラフターヨガは、普通のヨガと違って、老若男女、誰でもどこでもできるヨガです。

おとなになるとなかなか自分から「大笑い」をする機会もなくなるので、最初はみんな、照れながら笑っていましたが、坂戸先生の指導のもと、本当に「大笑い」ができるようになっていきました。ハードな動きではないのですが、体も温まり、凝っていた体も柔らかくなり、楽しくなる「ラフターヨガ」、皆さんにもおすすめですよ。



*ひとこえ生協、おすすめコメントは組合員全員が参加することができます。

2014年度 商品への活動について

「視察訪問企画」があります。商品について安全・安心を確かめ、産直の取り組みなどについて理解を深めるこの企画は、組合員活動情報紙「ウォ」で募集しています。参加者には視察後、良かったこと、気になったことなどの報告書を提出してもらい、商品委員会を確認します。さらに「商品モニター」「ひとこえ生協」おすすめコメント」からの意見も商品事業に生かされています。皆さん、ぜひご参加ください。



「ひとこえ生協」に寄せられた質問にお答えします！

Q. 2月2回の「東都油揚げ」は商品案内に原材料記載がありません。全ての原材料と遺伝子組換えの有無について教えてください。

A. 「東都油揚げ」の原材料は、①国産大豆のフクタカ(愛知県産)・佐賀県産 ②海水より抽出した粗製海水塩化マグネシウム(にがり) ③オーストラリア産の菜種を原料とした菜種油 ④工場の地下からくみ上げた地下水を使用して製造をしています。①の国産大豆は遺伝子組換え大豆ではありません。また、国内では遺伝子組換え大豆の栽培は確認されていません。②は遺伝子組換え大豆の対象外です(遺伝子自体が原料中に存在しません)。③の菜種は遺伝子組換えでない菜種を使用しています。④は遺伝子組換え有無の対象外です(遺伝子自体が原料中に存在しません)。



Q. 欠品を当日朝までにメールで知らせるシステムを早く作成してください。

A. 長い期間お待ちさせて申し訳ありません。欠品情報発信システムは、4月28日から稼働しました。インターネット登録(メールアドレス登録)が必要なお知らせ、あらかじめ商品案内やチラシを活用して全組合員向けに広報します。

Q. 「白あえベース」は普通サイズと半分サイズのサイズがありますが、商品案内に大きさを表示がありません。グラム表示だけでは分かりにくいので、大きさを表示してください。また、安値のときの記載も、通常の値段を掲載してほしいです。

A. 「白あえベース」には180gと60g×2と50g×2の規格があります。商品名と内容は同一ですが、商品画像(60g×2)は2つを並べて掲載し、規格の違いを判断していただくかな。粉ふわり要素がありました。今後は紙面反映が間に合うようから60g×2の商品名には「少量パック」と追記するようにします。また、特価の際の通常価格の掲載については、割引率の大きい大特価商品(カタクダグでは黄色地に赤字で表示のみ、通常価格や前価格を掲載しているのが現状です。組合員の皆さんからは商品案内にさまざまな商品情報の掲載要望がありますが、紙面スペースが限られているため、見や

すさと掲載する商品情報量のバランスを図った上で現行の表記としています。引き続き、商品を選びやすい仕組み作りを研究していきます。



Q. 「豚肉」は冷凍・冷蔵がありますが、冷蔵商品で冷蔵商品にないものを冷蔵商品として企画しないのですか。

A. 「冷蔵肉」は毎週約6品を企画しています。東都生協の精肉は全て産直で、全部位(ハラ、肩、ロース、肩、ロースなど)をきれいに消化するには冷凍で原料を保管する必要があります。冷蔵商品が多くなります。冷蔵企画を増やすと部位によって欠品になる場合もあるため、「冷蔵肉」は生産量のある産地、かつ肉重量が確保できる部位で企画しています。引き続き、冷蔵品が増やせるよう努力していきます。



Q. 1月4回の「北海道冷凍うどん200g×5」は、「コシがおいしい」かったです。企画を増やしてほしいです。

A. 「北海道冷凍うどん」は、現在、3週に1回のサイクルで企画を実施しています。ぜひご利用ください。

クイズ応募はがきで見つけた、コメント紹介

- 鹿児島野菜小さめセットがすごく良いです。新鮮・おいしい・使い切り。このような企画を希望します。
武蔵野市 佐藤直季(大学3年)
- 絹さやが大好きです。ベーコンと炒めてもおいしいですが、シンプルに炒めて塩・こしょう、あるいはゆでたまヨネーズを付けるのが好きです。
八王子 衣川和江
- 納豆にはちみつ入りの梅干を入れ毎日食べています。
中野区 梅本泰子
- 野菜はできるだけ皮も食べます。
立川市 笠井真紀
- 生産者の声が届くような、身近な所で生産された物を利用していきたいです。
板橋区 奥澤直子
- 長生きするには、やはり手作りの食べ物がいいらしい。届く野菜を次の配達日までにどう調理するかが楽しみ。配達日には冷蔵庫を空っぽにするのも良い。
小平市 戸塚美美子



- 長女の食べ物アレルギーが判明して東都生協の利用を始めました。長女もアレルギーを克服し、来月から小学生。これからも安全・安心な食材のある東都生協を利用していきたいと思います。
東久留米市 小貫志帆
- 消費税アップで、家計もアップアップ。50円はがきを出す最後のクイズです!
相模原市 千葉理恵
- 『MOGMOG』3月&4月号合併号の水の特集は良かった。
小金井市 土方米子

スキスキメニュー 春の赤豆、何が好き? 自慢のレシピは?

- 豆ご飯です。わが家のえんどう豆がかわいい芽を出しています。雪にメゲナイデー! 早く花が咲き、実るのを楽しみにしています。
あきる野市 柳川至代
- グリーンピースが好きです。父がグリーンピースの炊き込みご飯が好きでした。子どものころ、私は嫌いで、豆をつまみ出していましたが、今は好きです。
練馬区 山田弥生
- そら豆の素材を生かしてゆで、塩を少々振りかけるととてもおいしい!
江東区 高知尾とよ

MOGMOG クロスワード

A~Eの順に並べてできる言葉は。ヒント:あじさいと似合う。

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

- タテのカギ
- 1 カビ防止にはこれが大事
 - 4 競泳やマラソンはこれを競う
 - 7 母と結婚した人
 - 8 1000ccは、1●●●●
 - 10 バッターが空振りをする
- ヨコのカギ
- 1 闘牛の武器
 - 2 南の反対側
 - 3 韓国の家庭の味
 - 5 ヒットを打つたらまず行く所
 - 6 映画監督が撮影を止める時、言う
 - 8 尻尾の太い小動物、ムササビも仲間
 - 9 猫に似た猛獣

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
 - 挽肉はよく使いますか? お家で人気の挽肉レシピは?
 - 食の未来づくり運動 「私にできること(私の宣言)」
 - 私のエコアイデア
 - 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。

5月号の答えは、「しんじゃが」だよ! 締め切りは6月25日(水)の消印まで有効。

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

夏に向かってエアコンを使用する前に、フィルターをまず掃除する。

東京都全場くらしの助け合いの会 兼 ほっとはんど

「ほっとはんど」は、困った時に組合員同士が対等な立場でくらしを助け合う会です。

「今は仕事をしているが参加したい」という方は、ぜひ賛助会員に!

【会員は3種類】
希望の会員種別コードを、OCR注文書の特別企画品注文欄に記入してください。

- 賛助会員登録
商品(申込)番号 **365971** 数量 **1** を記入。
- 援助する会員登録
商品(申込)番号 **365955** 数量 **1** を記入。
- 援助を受ける会員への登録
商品(申込)番号 **365963** 数量 **1** を記入。

★年会費は1000円です。会の仕組みをご理解の上、お申し込みください。
★保育、掃除、洗濯、炊事などの日常の家事援助など、1回1~4時間の活動を行います。
★活動の謝礼は、援助を受ける会員から援助する会員に1時間750円と交通費実費を渡します。

問い合わせ【ほっとはんど事務局】
電話 03-5374-4748

3月のわたしたち

2014年3月20日現在 ※[]内は前年比

組合員数	230,474人	[99.2%]
加入	14,926人	[77.3%]
脱退	16,720人	[91.2%]

総事業高	32,814,956千円	[98.8%]
共同購入事業	31,445,303千円	
店舗事業	146,196千円	
弁当配食事業	110,450千円	
生活文化事業	323,831千円	
その他事業	789,176千円	

出資金	6,883,751千円	[98.9%]
一人あたりの出資金	29,868円	[99.7%]

HELLO 編集後記

「MOGMOG」の編集委員になって、あっという間に4年。最初は原稿の書き方や写真の撮り方など全く分からず、四苦八苦でした。今でも完璧とはいえませんが、満足のいく誌面が完成した時の達成感は格別のもので。最近、わが家の食卓には商品ページで取材した商品がいつもたくさん並んでいます。編集委員として取材すると、産地・メーカーの方々の人柄にも触れることができ、ますます私自身がファンになっていったからです。そんな思いを込めて毎回記事を書いています。今号は「バラ凍結の産直合挽肉」。取材してみてもおいしさについて「なるほど」とあらためて納得。この納得感が皆さんにも伝わることを願っています。(S.K)

インフォメーション

理事会報告 (抜粋)

〔2013年度第14回定例理事会(2014年3月20日開催)より〕

〔審議事項〕

- 2013年度末決算に向けた決算処理方針確認の件
- 2014年度予算案確認の件
- 2014年度資金運用計画の件
- 第40回通常総代会役員(委員)等の指名確認の件
- 2014年度理事会設置委員会および委員派遣に係わる関係団体等確認の件
- 11月への基金実行の件

〔報告事項〕

- 決算概況および各部審議業務報告
- 東京都生協の2014年2月度決算概況報告
- 洗心事業関連報告
- 組合員活動委員報告
- 商品活動関連報告
- 「私たちの願い」発行の件
- 「東都生協くらしの助け合いほっとはんど」の2014年度助成金および幹事選出の件
- 2013年度役員報酬検討委員会審議中に関する件
- 監事からの意見に関する件

今後の定例理事会日程予定 **6月5日(木)**

MOGMOG コラム1

包材・容器などのリユース・リサイクルにご協力ください

東都生協では、リユースびんや紙パック、商品案内などを回収する3R活動(※)を進めています。リユース・リサイクル品目の回収にぜひご協力ください。

※3R活動:①なるべくごみを減らす「リデュース」、②できるだけ繰り返し使う「リユース」、③使えなくなったものを形を変えて再資源化する「リサイクル」活動のこと。

品目	再生方法	現在の回収率	出し方
リユースびん	洗って繰り返し使用します。	70.6%	水で洗い、フタはそのまま返却してください。回収目標は80%です!
トマト箱	繰り返し使います。	81.8%	畳んで返却してください。
紙パック	古紙を使用した製品の原料になります。	88.2%	開き、水洗いして返却してください。 ※アルミ付き紙パックも回収しています
商品のお届けに使用しているポリ袋	袋類の再生原料として使用します。	19.8%	紙ラベルを切り取り返却してください。 回収目標は40%!ぜひご協力ください。
たまごパック(プラスチック製)	たまごパックの原料として使用します。	46.1%	そのまま返却してください。
たまごパック(紙製)	たまごパックの原料などに使用します。	37.3%	そのまま返却してください。
商品案内	再生紙の原料になります。	56.6%	そのまま返却してください。

注意! 仕切り用段ボール、たまごパックの中の日付カード、青果物の生産者カードなどはリサイクルしていません。自治体の定めに従ってご家庭で処分してください。

MOGMOG コラム2

厚生労働大臣から感謝状


—東都生協の東日本大震災支援活動—

2014年3月11日、厚生労働省は、東都生協が進めてきた東日本大震災での被災者支援活動に対し、厚生労働大臣より同省の所管事業に関する貢献をしたとして感謝状を授与することを発表しました。

対象は東日本大震災被災者支援活動などを行った団体などで、生協関係では全国で7生協が受賞。このうち購買事業などを行う地域生協は、東都生協とならコープの2生協でした。

募金や、商品利用・交流活動などを通じ東日本大震災の被災地支援にご協力いただいた組合員の皆さま、また支援活動に献身的に尽力いただいた取引先の皆さまに心より感謝申し上げます。

被災地が復興し、現地に笑顔と元気が戻るにはまだまだ支援が必要です。東都生協は引き続き支援に取り組んでいきます。力を合わせて被災地を応援していきましょう!



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

—いのちをつなぐ大切な食べものを未来につなげるために—

東都生協は「食の未来づくり運動」を通じて、消費者・生産者との信頼と協同による

①安心・安全な食料の安定的確保、②環境に優しい持続可能な農業の確立、③大量生産・大量消費・効率優先の社会から消費者本位の社会を目指す取り組みを進めています。取り組みやすいように、このページの上記にある3つの行動目標を立てています。読者の皆さんに「食の未来づくり運動 私にできること(私の宣言)」を募集し「おたよりCafé(p13)」で掲載していますが、紙面の都合上掲載しきれなかった声を紹介します。

〈行動目標1〉
1週間の食材を東都生協の供給品でまかなうこと。

〈行動目標1〉
生産者が元気で暮らせるよう、購買で応援します。

〈行動目標1〉
子どもたちに安心な物を食べさせるために、東都生協を応援し、購入すること。

〈行動目標2〉
地域で収穫される物をロスなく食べる。産地訪問に積極的に参加する。

〈行動目標2〉
今年はずいぶん生産者との交流会に子どもと一緒に参加して、東都生協の取り組みを見て同時に子どもにも伝えたい。

〈行動目標3〉
ひたすら国産を探して食べ続けること。虫がいののは安心と思ひ、手間を惜しまないこと。少しでも周りの人を巻き込んで、安心・安全な食品について考えていくこと。

〈行動目標3〉
なるべく国産、農薬無散布の野菜を買い、生産者に貢献したいと思ひます。安全で遺伝子組み換えをしていない種から育てることが大切だと人に伝えています。

皆さん、投稿ありがとうございました。これからもぜひ、「私の宣言」を書いてお送りください!

あなたに「できること」を宣言しましょう! はかきを書いて『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

食中毒予防には、やっぱり手洗い!

「手洗い」といいますが、これは風邪予防の原則ですね。細菌性食中毒予防の原則は、「付けない」「増やさない」「殺す」の3つ。ノロウイルス食中毒予防は、「持ち込まない」「付けない」「広げない」「殺す」の4つです。これらの食中毒予防原則を守るための必須は「手洗い」です。

ところで、「手洗い方法」をご存知ですか? 手洗いの前に、まずは手のどこがどれだけ汚れるか、白い綿の手袋をして、いろいろな作業をしてみてください。掃除をする、本を読む、靴を履くなど、水仕事以外の日常動作をしてみてください。すると、爪は先のみでなく付け根部分も汚れ、指と指の間、指の関節、手のひらの側面なども汚れます。今までこれら汚れた部分をきちんと洗っていましたか?

次に洗い方です。石けんを良く泡立て、汚れを浮かしてから洗い流します。指先などは手のひらにためた泡の中で洗います。計算上、手のひらの1ミリのシワにノロウイルスが2万個以上も入り込めるので、きちんと洗い流すには最低30秒は必要です。すすいだ後は清潔なタオルなどで拭きます。

手洗いとともに大切なのは「手のケア」。手荒れには細菌が、傷には食中毒起因菌である黄色ブドウ球菌が住みつきやすくなります。掃除の前後、食器洗いの後、寝る前などにハンドクリームをつけて手荒れを防ぎましょう。掃除などの場合は、作業の前後の予防がポイントです。

最近では、「手洗いなして99%殺菌」と広告をする殺菌剤がありますが、汚れが多く付着している箇所の殺菌にはあまり効果がありません。また殺菌剤に負けない菌だけが残ることもあります。ノロウイルスは消毒用アルコールがあまり効かないので、洗ってない手で何かを食べてしまったら大変、食中毒になる危険性も!きちんと汚れを落とす、その後殺菌、この順序を守ってくださいね。

手洗いの手順は(社)日本食品衛生協会のサイトを参考にしてください。

http://www.nhfw.go.jp/topics/syokuchu/dn/k01-01_leaf02.pdf

〈安全・品質管理部 部長 新谷喜久夫〉

Hope for Tomorrow / 語り合おう 平和への願い

第11回 東都生協平和のつどい

「次世代に歴史の事実を伝え、平和の大切さを学ぶ」ことが、東都生協平和のつどいを開催する目的です。今年はステージ・体験コーナー・展示・すいとんの試食など、さんぼんすぎセンター全館を使って開催します。ぜひご参加ください。

【開催日】7月26日(土)午前11時～午後3時30分

【会場】さんぼんすぎセンター全館(京王線上北沢駅北出口徒歩7分)

ステージ/地下ホール 午前11時40分～午後2時30分

ワタシがワタシであるために 定員 120人

島国に住む日本人にとって、人権や民族への意識はやや希薄といえるのではないのでしょうか？世界各国で暮らした経験を持つフランクルさんに、日本と世界の現状を「人権」の観点から語っていただきます。平和の基本はお互いの違いを認め合うことから。「明日の平和」のためにできることは何か…考えてみませんか。

【出演】大道芸&講演/ピーター・フランクルさん

- 平和募金活動報告(ヒロシマ・ナガサキ・オキナワ・松代) ●東友会の被爆証言
- ※ステージ企画は手話通訳を予定しています

展示・体験コーナー/2階、階段ほか

- 原爆と人間パネル展 ●第五福竜丸とビキニ事件に関する展示 ●折り鶴タペストリー
- 戦争ホーク作り ●るんるんズプラバン作り ●ひざ掛けモチーフ編み ●千羽鶴作り

試食コーナー/3階 午前11時20分～午後0時30分、午後2時30分～3時30分

●すいとんを食べよう!

チケットについて ※この企画の費用の一部は「東都生協平和募金」から支出しています。

購入方法 注文番号/378178

●前売り1枚400円 ●当日券500円
(すいとん1杯付き)

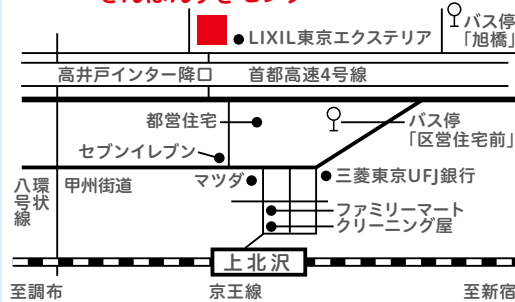
7月1回(6/23～27提出)までの
注文書の特別企画欄でご注文ください
(応募多数の場合は抽選)。
後日郵送でお届けします。2歳未満はチケット不要。

問い合わせ

組織運営部 月曜～金曜(午前9時～午後4時)

☎ 03(5374)4756 E-mail:kumikatsu@tohto.coop

さんぼんすぎセンター



PROFILE/Peter Frankl
●1953年/ハンガリー生まれ
●1971年/国際数学オリンピック金メダル ●1978年/サーカス芸人国家試験合格 ●1979年/フランスに亡命 ●1988年~/日本在住 ●1992年~/算数オリンピック設立以来、専務理事/日本ジャグリング協会名誉理事

「MOGMOG」機関誌 東都生協だより

第386号 2014年 6月10日発行
発行人/庭野吉也 編集責任/東都生協だより編集委員会
ホームページアドレス <http://www.tohto-coop.or.jp>

今月の表紙

太陽に向かって上へと伸びるオクラ。緑色が鮮やかで、表面にうぶ毛がびっしり生えているものが新鮮でおすすです。刻んで独特のネバネバ感を生かすのもよし、さっと茹でて浅漬けにするもよし。カレーやパスタの具材にしても良しの夏に大活躍の野菜です。

お問い合わせ 組織運営部

☎ 03(5374)4756

月曜～金曜：午前9時～午後4時
E-mail:kumikatsu@tohto.coop

東都生活協同組合

〒156-0055 東京都世田谷区船橋5-28-6 吉崎ビル4階 TEL 03(5374)4750(代)