

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2016
No.408

▲▲▲
CO-OP
東都生協だより

1112

平和な世の中であるために
考え、伝えていく...

今月の
おすすめ

産直牛肉（八千代ビーフ）
くせのない、赤身のうま味

おいしいを、日本の畑から。
産直の東都生協

●八千代牛生産者：
宇井敏一さん（宇井牧場 ホルスタイン200頭）

指定配合飼料として米の精・飼料米とともにホールクロップサイレージを給餌しています。また、稲作農家との関係により堆肥を水田へ還元し、もみがらの副産物を牛舎の敷料に使うことで耕畜連携を進めています。



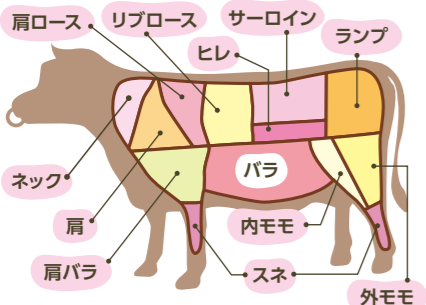
●八千代黒牛生産者：
嶋正一さん
（嶋牧場 交雑270頭、和牛10頭）
毎日1頭ごとの健康状態を注意深く観察し、多頭肥育を避けて牛にストレスがかからないように心掛けています。堆肥は近隣の農家で使用し循環されています。

どこで生まれ誰が育てたかが分かる。だから安心。

生産履歴の追跡などトレーサビリティも万全です。

牛肉の部位とおすすめ料理（東都生協取り扱い部位）

- 肩：脂肪分が少なく硬いが、うま味が豊富。カレー、ポトフ、シチュー、煮込み料理
- 肩ロース：ほど良い脂肪。薄切りにすると味が引き出せる。冷しゃぶ、ローストビーフ、トマト煮、すき焼き、ハッシュドビーフ、焼肉
- サーロイン：きめ細かい脂の上質なうま味。厚切りがオススメ。ステーキ、ローストビーフ、網焼き、すき焼き、しゃぶしゃぶ



- ヒレ：脂肪・筋はほとんどなく、最も軟らかくきめ細かい。ステーキ、ローストビーフ、カツレツ、バター焼き
- パラ：肉質は粗く硬めだが、幅広い料理に使用できる。牛井、ハヤシライス、肉じゃが、炒め全般
- スネ：筋が多く脂肪少なめ。コラーゲン質が豊富。カレー、具だくさんスープ、ビーフストロガノフ、シチュー

牛肉の特別企画のお知らせ（価格は本体価格）

11月4回
八千代牛ロースすき焼き用150g
特価999円（半期に一度の最安値）
11月5回
八千代黒牛ロースステーキ150g
特価1,298円



自宅用冬ギフト企画

ご注文は11月25日（金）まで！

八千代黒牛 肩ロースすき焼き用500g 4,698円
八千代黒牛 モモしゃぶしゃぶ用500g 3,820円

冷凍肉の上手な解凍方法

必要量をお皿に移し、まんべんなく広げてラップをかけて冷蔵庫に移すと、短時間で解凍できます。

八千代ビーフのふるさととは千葉県八千代牛・八千代黒牛は、千葉北部酪農農業協同組合の生産者が千葉県内の農場で生産、安全性が確認された配合飼料を給餌し、丹精込めて育て上げた安全で安心な牛肉です。現在、生産者は12軒、飼養頭数は4,000頭。通常よりも時間をかけてゆっくり大切に育てています。そうすることで、高品質でおいしい牛肉がでるのであります。

八千代牛、八千代黒牛の特徴
八千代牛は、約21カ月かけて飼養されます。乳用種の赤身肉をメインとした味わい深いうま味の感じられるお肉です。さっぱりとした赤身は、かめばかむほどお口の中に濃厚なうま味が広がります。
八千代黒牛は、和牛とホルスタインの交雑種（F1）で、飼養期間は約28カ月程度。父方の和牛の肉質と母方のホルスタインの骨格の良さを引き継いだ牛ならではの肉と脂（サシ）のうま味のバランスが良く、上質な脂のうま味と柔らかさが自慢です。

今夜のごちそうに おいしくて安全・安心な八千代ビーフ

餌にこだわり、丹精込めて育てられた
高品質な牛肉です。



今月の
おすすめ

産直牛肉 （八千代ビーフ）

牛は用途により2種類に分けられる

牛は、牛乳や乳製品を作る目的で乳を搾るために飼う乳用牛と、牛肉として食べるために育てる肉用牛の2種類に大きく分けられます。乳用牛は、白黒のまだら模様のホルスタイン種や赤褐色のジャージー種が有名。肉用牛には、肉専用種、交雑種、乳用種、オーストラリアやアメリカなどから輸入される外国種があります。

和牛、国産牛肉とは？

和牛とは、牛の品種を表す区分で、「国産の牛肉」という意味ではありません。和牛と表示できるのは、「黒毛和種」「あかけ褐毛和種」「日本短角種」「無角和種」の4種類と、それらの交雑種のみです。全て品種や日本国内での出生、飼養が証明できるものとされています。

国産牛肉とは、「原産国が日本となる牛」のこと。国内での飼養期間が、外国での飼養期間（※）よりも長い牛を、国内でと畜して生産された牛肉を指します。国産牛肉には、肉専用種（和牛）、交雑種（F1）、乳用種の3種があります。（※2以上の外国で飼養された場合には、それぞれの国の飼養期間）

東都生協の牛肉は？

全て、日本国内で生まれ育った国産牛肉。子牛期に初乳をたくさん飲ませて抗体をもらったり、予防接種で免疫をつける健康な飼育を目指し、与える飼料、肥育履歴もはっきり分かる「生産者の顔が見える」産直牛肉です。加工、お届けまでの過程も全て明らかで、1頭ずつの個体識別番号・製品ロット番号の管理によって、生産履歴を追うことができます。

おいしさと安全・安心にこだわった牛肉を、産地直結でお届けしています。

くせのない、
赤身のうま味



八千代牛
ロースすき焼き用
（150g）

半期一度の
最安値 価格：999円（税込1,078円）

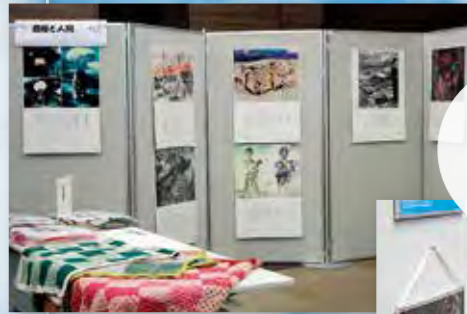
企画：11月4回



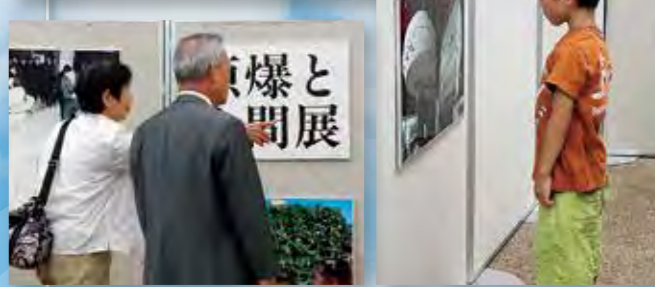
堀さんのひとり芝居からは生きることの大切さが伝わりました



今年は練馬区で土曜日に開催。組合員のほか、役職員も数多く参加



真剣な眼差しで展示を見る子どもたち



時間が止まったかのような長崎の戦争遺構。人々の平和への願いを痛感しました



平和な世の中であるために

考え、伝えていく……

「日々の生活を安心して送りたい」「平和で平等な世界であってほしい」と誰もが願うことでしょう。しかし戦後71年が過ぎ、戦後生まれが総人口の8割を超える今、戦争体験者も高齢化し、国内外に多くの犠牲を強いその事実が薄れつつあります。

世界ではテロが多発し、日本国内は2013年の国家安全保障会議の設置をはじめ、特定秘密保護法の成立、武器輸出三原則に代わる防衛装備移転三原則の策定、日米防衛協力のための指針の18年ぶりの改定、安全保障関連法の成立・施行と、生協の願い求める「平和とよりよい生活」が脅かされかねない状況にあります。さらには、憲法改正が現実のものになろうとしている今、私たちはこうした一連の動きを正しく認識しておく必要があります。

先の戦争の実相を知り、どのような出来事があったのか——学び伝え、あらためて平和の大切さをみんなで考える…そのために私たちが毎年開催している「東都生協平和のつどい」や、さまざまな平和への取り組みを紹介します。



甘さ控えめ、しっとりおいしい 牛肉のハチ巻

材料(4人分)

- 八千代牛肩ロースすき焼き用 200g
- ごぼう 18cm程度
- にんじん 40g
- いんげん 4本
- サラダ油 少々
- A [塩・こしょう・小麦粉 各少々]
- B [だし汁 200ml、しょうゆ 大さじ2、みりん 大さじ1、砂糖 小さじ1]

作り方

1. 牛肉を解凍する。
2. ごぼうは皮をこそげて9cm長さの四つ割りにし、水にさらしてアク抜きをし、やわらかくゆでる。にんじんはごぼうと同じ長さ・長さ、いんげんも同じ長さに切り、下ゆでする。
3. (1)の牛肉を広げ、(A)を薄くふり、(2)を芯にしっかりと巻く(同様に4本作る)。
4. フライパンにサラダ油を熱し、(3)の巻き終わりを下にしてのせ、中火で全面に焼き色を付ける。
5. 鍋に(B)を入れ火にかけ、煮立ったら弱火にして(4)を並べ、落としぶたをして5分ほど煮含め、火を止めて出来上がり。



お正月にはかかせない 産直のしもち

マルシン食品(株)
 (大)1.8kg 本体価格:1,800円
 (小)1kg 本体価格:1,050円
 企画:12月4日

関東では四角いのし餅、関西では丸餅が主流とされています。東都生協の「のしもち」は、もちろん四角。秋田県産こがねもちを使用した滑らかなコンがあるお餅です。年末の風物詩、のし餅はお届けする前日に製造しています。

お届けは、アルミ保温袋に入れて柔らかい状態でお届けします。硬くならないうちに切り分けましょう。袋の線に沿って切ると便利です。お雑煮、おしるこ、磯辺餅などにどうぞ。

上品で滑らか、粘り自慢の「産直のしもち」

せいろで蒸したのち100回以上杵でついてるので、キメが細かくコンがあります。滑らかに伸びるおいしいお餅です。焼けば風味が良く、煮崩れもしないのでお雑煮にぴったり。粘り自慢の上品なお餅です。原料の「こがねもち」は、生産調整で野放しになっていた休耕田を復活させて栽培しています。環境にも生産者にも優しいお餅です。

「産直のしもち」早割申し込みについて 受注は10月24日(月)~12月2日(金)(11月1回~12月1回の6週間)。本体価格 大1.8kg 1,674円 小1kg 980円

関連商品

「すき焼割り下 400ml」

製造: (株)ポールスタア 標準価格: 430円(税込464円)
企画: 11月3日、12月2日

原材料: しょうゆ(大豆: 遺伝子組み換えでない)、砂糖、昆布だし、黒酒、本みりん(原材料の一部に大豆、小麦を含む)



遺伝子組換えをしていない大豆を使用した本醸造しょうゆに、北海道産の真昆布を使用した昆布だし、本みりん、鹿児島伝統の調味料「黒酒」をブレンドし、化学調味料やエキス類に頼らずにうまみ



とコクを出しました。ちなみに一般的な昆布だしは水200mlに対し昆布2g~4gのところ、「すき焼割り下」に使用の昆布だしは水200mlに対し昆布20gを使用しています。

親子丼、肉じゃが、きんぴらなどのお料理に使えばプロの味に大変身!! そのほか煮物全般(ひじき、かぼちゃの煮物など)にもご利用ください。

すき焼きの作り方

あなたの家は関東風? 関西風?

関東風は、割り下を鍋に入れ、煮立ったらねぎ、火の通りにくい野菜、豆腐、しらたき※の順に入れ、ひと煮立ちさせて味を見たら肉を入れて、お好みでとき卵と一緒にいただきます。関西風は、鍋を火にかけて牛脂を溶かし、牛肉を広げて入れて両面を軽く焼き、酒・ざらめの順に入れ、しょうゆを加えます。ここに野菜を加え、水気が出たら水気を切った焼き麩を入れ、お好みでとき卵を付けていただきます。

関東風は割り下で「煮る」、関西風は牛脂を使って「焼く」感じ。基本の具材や調味料はほとんど同じなのに、料理法によって仕上がりがや味が違ってきます。どちらがお好みですか?

※しらたきを含むカルシウムには牛肉を硬くする作用があるので、牛肉の周りには野菜を置きましよう。

Attention, please!!

[アテンション・プリーズ]

牛肉はお好きですか? 牛肉を使ったお家の定番メニューは何でしょう?
p.13のパズルの答えに添えて送ってくださいます。



「産直のしもち」製造風景

原料のもち米は産地のJA秋田おぼこ南支店の生産者より直接搬入。メーカーの原料検査に加え、東都生協でも残留放射能検査などを行い、品質を維持し、安全性を確保しています。



アルミ保温袋に入れて柔らかい状態でお届け

第13回 東都生協平和のつどいを開催

7月23日(土)、練馬区立区民・産業プラザ (coconeriホール)にて

今年の「平和のつどい」は、被爆の証言、東友会の皆さんへの膝掛け贈呈などの他、声優・女優である堀絢子さんによるひとり芝居と朗読が行われ、平和といのちの尊さを実感しました。



ひとり芝居『朝ちゃん』
 児童書『広島島の母たち』(山本真理子原作)を堀絢子さん自ら脚本化した作品。原爆投下翌朝の広島。15歳の少女秋子が一人で焼け跡をさまよっていると、焼け跡の中から、全身焼けただれた瀕死の朝子を見つけ出す。秋子は、朝子の母を呼んできて朝子と再会させるが、朝子は「水がほしい」と言い続けながら母の腕の中で徐々に弱っていく。「朝子」を早く休ませるために急いで家に向かう3人。秋子は「朝子」の家族を見て、自分の境遇について思いを巡らせる。堀さんは、秋子、朝子、朝子の母、朝子の兄、そして語りの5役を一人で演じ分けています。

東友会 被爆の証言

戦時中のお話や被爆体験などを直接お聞きする機会は年々減っている中、広島で被爆された方の証言を聞きました。

脳裏に焼け付いた、三日三晩赤く燃え続けたキノコ雲

一般社団法人 東友会 東條明子さん



私は東京生まれ、東京育ち。3月10日の東京大空襲を体験し、その後、広島に疎開して被爆しました。8月6日は夏休みでしたが、登校日で5年生の私は晴天の中、みんなでガラス拭きを始めた。すると、一人のお友だちが「あ、B29!」と叫びました。飛行機が何かバツと落ち、次の瞬間、太陽が爆発したと思ったくらい閃光で、お教室は真っ白になり、みんな目が眩んで伏せました。続いて、ものすごい轟音と爆風。全てのガラスが木っ端みじんに割れて吹き飛びました。私たちは伏せていましたので、がれきはかぶりましたが無事でした。

発していきました。その光景は私の脳裏から消えることはありません。キノコ雲の下で、一夜にして10万人という方が亡くなりました。ピカッと光ったのでピカドンと呼んでいましたが、建物と一緒に人体を焼き、蒸発させるほどの威力のある爆弾でした。勤務奉仕のため市内に出ていた近所の女学生たちの多くは焼け死に、生きていてもぼろぼろに焼けただれた状態で帰宅し、皆さん1週間くらいで亡くなりました。

※1「ダンマバダ(法句経)より」 ※2「仏説無量寿経」より

組合員の声

参加者のインタビュー

平和な世の中であるために、子どもたちに残したいものは何ですか？

おとなへのインタビュー

- 青空。きれいな空気。自然。
- 忘れないこと 伝え続けること。
- 安全な日本に感謝すること。
- 正しい歴史の認識。

子どもへのインタビュー

- お金の寄付 (小6)。
- 戦争をしないこと (小6)。
- 友達とけんかしない、仲良くする。
- 生きること。平和についての知識を学ぶこと。

平和な世の中にするために、何ができますか？

平和活動の発表

膝掛け贈呈

東都生協は毎年、年末に東友会(東京在住の被爆者の会)の皆さんへ、膝掛けを贈呈しています。

対象は、特に高齢の方や病気の重い方など約200人の方々。今、一番若い被爆者の方は、70歳。被爆当時お母さんのお腹にいた人です。

東友会・家島昌志さんからは「毎年年末に贈られる膝掛けを心待ちにしています」と感謝の言葉がありました。

毎年膝掛けを贈る取り組みを続けるとと会、「ピースニットカフェ」からは、「東都生協の皆さんから毛糸を寄付していただき、現在7人のメンバーで毎月一度、大田センターに集まり、作っています。先日、96歳の方からお礼のお手紙をいただき、うれしく思いました」というお話がありました。

※とと会「パッチワーク三本杉」も同様の活動を続けています

活動発表



とと会「ブルーヘブン」は、パワーポイントを使いながら、原発事故での放射線汚染による子どもたちの現状と「福島子ども保養プロジェクト：杉並」について発表しました。

堀絢子さんへのインタビュー

「子どもたちも食い入るように見ていましたね。無理だと言われていましたが、幼稚園でも演じたことがあります。でも、すごいですね。最初は興味がなかった子どもたちが、次第に正座をし始めたんです。難しい言葉など分からなくてもいいのです。何か胸に突き刺さるものがあればいい。時間がたつてからまた見ると、以前と感じ方、受け止め方が違います。何度も見ていただき、次へとながっていくことが大切だと思います。」

●「朝ちゃん」はいつから演じられているのですか。
 1989年です。スタッフや大勢の人の協力、公演回数は今回で252回になりました。目標は反戦にかけて千の半分の500回。今、ようやく半分まできたので、できる限り続けていきたいと思っています。

●演じようと思われたきっかけは何ですか。
 私、父親が亡くなった41歳を自分が超す時に、父が生きていた方が世の中のためになったのではないかと悩みました。そこで、役者であり声優である自分であることではないかと思ひ、反戦・反核についての本を読んでいくうちに、山本真理子先生の『広島島の母たち』に出会い、「これだ、これをやろう」と思い自分で脚本を書きました。そして信頼できる仲間と共に演じ続けています。

●このお芝居で伝えたいことは何ですか。
 医者だった父は徴兵され、広島で被爆しました。母は当時小さかった私を置いてすぐにも父を探しに行きたかったのを止められ、ようやく少して駆け付けました。父がその後亡くなったことを、母から幾度となく聞かされて育ちました。そういう背景があり、この芝居で伝えたいことは、「戦争はいけない」ということと、父親やヒロシマ・ナガサキで無念の死を遂げた方たちへの鎮魂、そしてやっぱり戦争への怒りですね。併せて唯一の被爆国として、平和利用という言葉に感銘されず、原発をつくっちゃいけないかと言いたいです。

●印象深かった出来事がありますか。
 自ら命を絶ちたいと思っていた方が、芝居を見て「もう、死にたいなんて言いません」と言ってくれたことです。ちゃんと受け止めてくれたんだ、とうれしく思いました。

●本日はありがとうございました。

●最後に、組合員へメッセージをお願いします。
 私、「死にたくなかった人の分まで一生懸命生きてください」と、出会う方に言うんです。戦争で亡くなった方は、死にたくなかったのに突然命を奪われました。当然、その人たちの分まで長く生きるといことは、それだけ嫌なこともたくさんあります。でもその人たちの分まで一生懸命生きてください、と思うのです。これからは戦争を起こさないこと、生きるこの大切さを、演じ伝えていきます。またいつでも呼んでください。

●取材後の感想。
 身長148cmと小柄な堀さんですが、「一人でも多くの方に」見てもらいたいという思いで演技を続けていらっしゃるの印象的でした。

堀絢子さんプロフィール



中国・奉天(現在の瀋陽)生まれ。青山学院大学卒業後、俳優に。主な出演作に帝劇ミュージカル『スカーレット』、文学座『にごりえ』など。声の出演では『新オバケのQ太郎』(オバQ)、『忍者ハットリくん』(ハットリくん)、『チンプイ』(チンプイ)など多数。

展示コーナー

展示会場ではパネルや資料に関心を持つ人も大勢いました。折り鶴コーナーには子どももおとなも立ち寄りしていました。



今でも使われている地雷のレプリカ

平和ブックレットの紹介

『生協の歴史から戦争と平和を学ぶ』

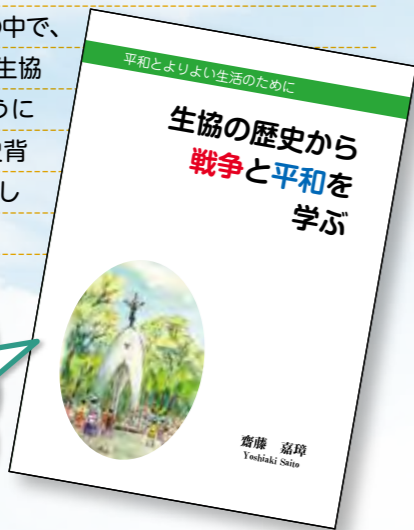
さいとう よしあき 齋藤嘉璋著 / 東都生協発行

東都生協で長く顧問を務めた齋藤嘉璋さんが執筆した本書は、いばらきコープでの講演をもとに書き直したもので、表紙や中扉の挿し絵も著者自身による作品です。この一冊からは、日本の生協が明治以来歩んできた足跡をうかがい知ることができます。

戦時下で幼少期を過ごした齋藤さんは、学生時代より生協活動に参加。日本生協連時代に平和活動に尽力され、生協の歴史編さんに携わる中で、歴史を書き継ぎたいとの思いから本書を執筆されました。

1879年(明治12年)、日本で初めての生協が誕生するところから説き起こします。日清戦争から太平洋戦争まで、戦時統制下での生協の活動を紹介。生協は社会的・経済的に弱い立場にある人々の協同扶助の組織として、強者の立場に立つ戦争を容認しなかったために、国から弾圧を受けます。

戦後、その教訓から「平和とよりよい生活のために」を掲げ、生協運動が再出発。その発展の中で、原水爆禁止運動の始まりなど生協の反核・平和の活動がどのように展開されていったのか、歴史背景とともに分かりやすく解説しています。



このブックレットの学習会を開催しました。p.15をご覧ください

戦争体験文集より

〈匿名希望〉

戦争も末期になると、食料も物資も不足したのは、福島(福島の田舎でも同じだった。農家でも、食べる物はあまりなかった。供出(いっしゅ)と言って、作物をみんなに分配するので、作ったとしても、残るのはわずかだった。さつまいものツルを干して食べた。そ

れは、割とおいしい方だった。ご飯はほとんどが刻んだ大根ばかりの大根めしだった。村には働き盛りの男は、召集(しょうじゅう)されていなかった。戦時の訓練では道路の脇に穴を掘って爆弾を抱えて待ち、戦車が来たらそのまま飛び込む訓練をした。今思うとばかっているが、洗脳(せん脳)されていたから、それが当然だと思っていた。国のために尽くせ命まで捧げよという教育だった。母は虫下(むじま)しが手に入らなくて、死

んでしまった。葉(か)も手に入らなかったからだ。昭和20年1月2日、私は小学生だった。父は生まれる前に病死していた。戦争は、そちらに動きだしたら、民衆(たみしゅう)も乗せられてしまうし、だれにも止めることができない。安倍さんだって止められない。犠牲(ぎせい)になるのは、一般の人たちだ。特権階級(とくけんかいきゅう)ではない。だから、何があっても、そのきっかけを作ってはいけない。

戦禍の歴史をたどり、平和を考える

今年も、私たちの暮らしを守り、子どもたちに平和な世界を引き継いでいくために、組合員から募った平和募金を役立て、平和活動を進めています。主な取り組みを紹介します。

ピースアクションinナガサキ報告

長崎は異国情緒あふれる観光地ですが、1945年8月9日に原子爆弾が落とされたことは、決して忘れてはならないことです。8月7日〜9日、日本生協連主催「ピースアクションinナガサキ」に、東都生協からは中学生を含む4人が参加しました。被爆体験を聞く「証言と紙芝居」、爆心地から1km以内にある遺構を巡る「生協平和のまち歩き」では、71年たつ今でも、戦争の恐ろしさを目の当たりにしました。長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典では、大勢の方と一緒に黙とうをささげました。夏の暑さの中で、原爆犠牲者の無念さを思うと言葉もなく、とても貴重な体験となりました。

大きな石の柱が爆風で破壊されながらも辛うじて形をとどめている姿は、核のすさまじい威力を71年経た今もまざまざと見せつけただ圧倒されるばかりでした。

浦上天主堂の遺壁(移設) / 爆心地周辺



自由行動



下の川 / 爆心地周辺

この川は水を求めてたどり着き力尽きた人たちであふれたそうです。その他にこの周辺では原爆落下中心碑、浦上天主堂の遺壁、被爆当時の地層などが見られます。

平和の灯(ともしび)



平和公園で開催。約5000本のキャンドルをともしイベント。この街に日常のくらしが確かにあったことを思い折るため、平和祈念式典の前夜から追悼の行事が行われます。



日が落ちるにつれて公園内のキャンドルの灯がだんだん浮かび上がります。

(参加者の感想)

- 被爆者の苦しみは想像の範囲内ではなかったが、証言を聞いたり資料館を見学したりして再認識することができた。
- 原爆のことは東京に住んでいるからよく分らなかった。実際に来ているいろいろなものを見て、原爆の悲惨さを知った。平和の大切さにも気付けた。

ナガサキ虹のひろば



長崎市民会館にて開催。全国から43生協、約850人が参加。長崎を中心とした平和活動の取り組みが発表されました。中でも高校生1万人署名活動「ビリョクだけどもリョクじゃない」のスローガンが印象的でした。

平和公園内を見学し 千羽鶴を奉納



長崎医科大学正門門柱 / 爆心地から約500m



山王神社の大クス(被爆クス) / 爆心地から800m



山王神社二の鳥居(一本柱鳥居) / 爆心地から800m

沖縄戦跡・基地めぐり

3月29日〜31日、9人が参加。嘉数高台や糸数壕、辺野古などを巡るとともに、くらしのすぐ近くに基地の脅威がある現実を目の当たりにしました。

ピースアクションinヒロシマ

8月4日〜6日、6人が参加。平和公園内の主な遺構や慰霊碑をボランティアガイドの説明を受けながら見学。原爆投下翌日に入市被爆した証言を聞きました。広島市原爆死没者慰霊式並びに平和記念式典に参加し、千羽鶴を手向けました。

松代大本営地下壕見学会

松代大本営地下壕とは、太平洋戦争末期、国家中枢機能移転のために、現・長野市松代町の善光寺平一帯に作られた地下軍事施設群のこと。今年は10月20日、現地や関連施設を見学し、実相を学びました。

平和募金って何?

一人ひとりの平和への思いを形に、

組合員からお預かりした募金は、広島・長崎・沖縄などの戦跡巡り、東都生協平和のつどい、「戦争体験文集」の編さんなど、東都生協のさまざまな平和活動に役立てています。

平和募金は11月3回〜12月2回の注文で受け付けています(「フォ」第262号をご覧ください)。OCR注文書やインターネット注文から受け付けていますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

まとめ

夏は、8月15日に終戦の日もあり、戦争について考える多くの機会があります。東都生協では平和のつどいや平和募金を活用した企画として、今年度は9つの地域でも工夫をしながら身近な地域での平和を考える場を設けています。

また、とーと会・サークルの「ピースネットカフェ(第2地域)」「ヒマジン(第4地域)」「麦藁帽子」「ブルーヘブン(第5地域)」「ピース・Peace・同友会(第6地域)」「パッチワーク三本杉(第7地域)」など、学びたい、平和を伝えたい、という思いを持ち、活発に活動をしています。

ヒロシマ・ナガサキへ原爆を落とされた悲惨な出来事の詳細は、東京まではなかなか伝わってきませんが、東京においても1945年3月10日の大空襲をはじめ、度重なる空襲により甚大な被害を受け、多くの市民が犠牲となりました。死者は10万人を超えるともいわれ、さらには家屋の焼失や負傷者・被災者など、当時の食料事情や医療事情を考えると、その被害は想像を絶するものでした。

しかし、戦争体験者が少なくなっている現在、記憶の風化が懸念されます。「平和なくして生協なし」。平和とよりよい生活のために、東都生協では戦争や被爆体験を伝える活動にこれからも取り組んでいきます。平和であり続けるために、どのように伝えていくか。子どもたちの笑顔や未来につなげていくために、私たちにできることを一緒に考えてみませんか?

(参加者の感想) 戦争は「人を人ではなくてしまう」絶対に繰り返してはいけない、と思った。

(参加者の感想) 原爆後の生きていくことへの苦悩が今も続いていることを改めて知りました。

MOGMOG ニュース

2016年 11・12月号

夏休み親子体験交流会！ 大豆の産地でみそまる作りと星空観賞



大豆の産地でみそまる作りと星空観賞

夏休み親子体験交流会！大豆の産地でみそまる作りと星空観賞。8月2日、3日、無添加あやこがね味贈一の松亀味噌（贈一）の契約栽培大豆の産地・JA会津よつばの協力を得て、福島県猪苗代町で体験交流会を行いました。1日目は到着後、大豆やみそについての学習と震災後の安全・安心への取り組みを学習しました。次に「ずんだ」と「みそまる」作り体験。蒸した枝豆をすり鉢でつぶし、これに砂糖・塩・水を加えると「ずんだ」ができます。「みそまる」は、みそ汁1人前のみそに、だしと8種類の具（フリーズドライ）から好きな具を入れてラップで丸め、思い思い作ります。お湯を加えてみそ汁を試食したり、千代紙でキャンディのようにラッピングもしました。夕食交流では、みんなでついたお餅を「ずんだ餅」「納豆餅（あやこがねの納豆）」

「きな粉餅」にしていたきました。雨で星空観賞はできませんでしたが、猪苗代町役場の小坂橋さんより、星の話を伺いました。翌日は、トマトの収穫体験、JA会津よつば扇島倉庫で米の放射能検査の説明と貯蔵施設見学でした。倉庫では実際に米の全袋検査を見学し、安全を確認することができました。参加者からは「福島の人々は温かく、応援したいと思った。検査場を自分の目で見て安心した。積極的に周りの人に伝え、自分も買い支えたいと思った」「星空が見られず残念だったが、いろいろ体験できて良かった。一番楽しかったのはずんだ作り」など感想が寄せられました。2日間盛りだくさんのスケジュールでしたが、夏休み、親子で楽しく学べる場となりました。



米の放射能検査の様子

トマト倶楽部主催 トマト収穫援農・交流を行いました

8月9日～10日、長野県松本市にある（株）ナガノトマトを訪問し、わたしのこだわり「東都高原朝摘みトマトジュース」の原料「愛果（まなか）」の畑と工場見学、ジュース用トマトの学習、朝5時半からのトマトの朝摘み収穫を行いました。トマトの収穫の最盛期は7月下旬～9月上旬。このときに収穫した「愛果（まなか）」で1年分のトマトジュースを製造します。今年は猛暑かつ不安定な天候が続きましたが、寒暖差がある松本ならではの甘みが強いトマトができました。今回は参加した組合員と生産者・加工メーカーが力を合わせ、2360kg・約300ケース分のトマトを収穫しました。

2016年の「1本1円募金」は総額670,193円。集まった募金で生産者に汗ふき用のタオルを贈りました。



収穫したジュース用トマト「愛果（まなか）」



収穫したジュース用トマト「愛果（まなか）」

参加者からは、「トマトの収穫・加工、米養価など、知らなかったことを学べて大変参考になった」「高品質でおいしいトマトジュースを作るために、収穫時に色や

わずかな傷みも見逃さず選別する厳しさを知った」「国産の安全・安心なものを利用する人が増えるように頑張りたい」などの声が寄せられました。日本で生産されるトマトはほとんど生食用で、ジュース用トマトの生産量は全体のわずか6%と、とても貴重です。ジュース用トマトからは、トマトケチャップなどの原料となるトマトピューレが得られます。「東都高原朝摘みトマトジュース」「東都長野県産トマトケチャップ」など国産トマト製品を利用して、国内のジュース用トマト生産を応援していきましょう。



早朝からみんなで収穫

「愛果（まなか）」（株）ナガノトマトが品種改良を重ねて開発した独自ブランドのトマト。トマトの赤い色の素の「リコピン」が豊富で中まで真っ赤に完熟するので甘みが強く、ジュースに加工に適した品種です。

知っておきたい！用語解説

トマト倶楽部

信州産加工用トマト製品の消費拡大を目的に（株）ナガノトマト、ユニオンソース（株）、東都生協が2009年に設立した協議会。トマトの収穫援農などで産地・組合員の相互理解を深め、加工用トマト振興に努めます。「東都高原朝摘みトマトジュース」の購入ごとに加工用トマト栽培が支援できる「1本1円募金」も2013年に開始。

子どもたちも真剣に聞き入った被爆体験談

7月26日、アットホームな雰囲気のリタルキッチンスペース「odekake kitchen」で、第2地域委員会主催の平和募金企画「戦争のおはなし&すいとんを食べよう」を開催。講師の山口淑子さんは、13歳のときに広島で被爆した体験や、被爆してから戦争との闘いだっただけを、DVD映像を交えて語ってくださいました。当時の中学生はいっぱしの大人。今の子はそれよりも幼く見える。だからこそそんな思いはさせられない」と力強く、前向きな言葉が印象的でした。真剣に聞き入っていた子どもたちからは、「やけどになったのがかわいそう」「悲しくて涙が出そう」という感想が。お話のあとは夏野菜を使ったすいとんを作りました。おいしいすいとんとともに平和の尊さをかみしめる貴重なひとときになりました。



防災駅伝 ～親子で学ぶ防災～

板橋南ブロック委員会は8月20日、「防災駅伝」と称し、親子で考える防災ゲームを企画しました。公益財団法人市民防災研究所が用意した「すごろく」は、コマを進めながら日頃の防災知識が確認できるというものです。2人1組になり、1人がたすき掛けをしたランナーになってクイズに答え、もう1人がサイコロを振ります。大人でも考え込んでしまう難問もあって前に進めず、各組とも苦戦。最初は「簡単な問題でしょ」と高をくくっていたのが吹っ飛び、「結構難しい！」との声が上がりました。その後、袋に水を入れるだけでマカロニやご飯がすぐにできる防災食や、柔らかい真空パックのパンを試食。これが非常食なの？と感動していました。防災知識も得られ、試食も楽しかったと好評の企画でした。



おいしいご飯の炊き方を学びました

8月24日、とーと会・杉並東は「おいしいご飯の炊き方を伝授します」と題し、東洋ライス（株）の北本嘉平さんをお招きして学習会を開催。まず、おいしいご飯とおいしくないご飯を食べ比べました。すると、精米しすぎのご飯はうまみを感じられませんが、ご飯のおいしさは食感の良さもポイントで、精米しすぎないことが大切です。また、家庭で冷蔵庫の野菜庫での保存が勧められています。同社のお米はほとんどが無洗米ですが、BG精米製法を用いて肌ぬかの粘着力により肌ぬかを取り除くため、安全・安心なのだとか。精米方法ははじめとして保管方法やとき方、料理法も教わりました。試食会では、金芽米、金芽ロウカット玄米、金芽米、炊き込みご飯、ホイコーローと味噌汁、梅干しとおしんこに舌鼓。新米の季節。栄養価の高い金芽米を食べて、バランスの良い食事をしましょう。



Pick up! 夏休みキッズ企画～科学実験で自由研究～

第6地域委員会は8月3日、夏休みの子どもたちの学習につながる実験教室を開催。安全・品質管理部の新谷喜久夫部長と大井章子職員を講師に迎え、みかん・ぶどうと果汁100%ジュース、スポーツドリンクなどを飲み比べ、感じた甘さと糖度計で測った糖度の違いを確かめる実験を行いました。その後、野菜の色素（アントシアニン）のpHの実験で

は、アルカリ性・酸性の素材を加えると色が変化する不思議も体験。今回、お子さんには夏休みの自由研究にも役立ち、食品の「安全・安心」「食の大切さ」を知る機会になってほしい、保護者の方には東都生協の活動の楽しさを感じてもらいたいと催されたこの企画。「実験が楽しかったのでまた参加したい」「糖度計で数値を確認でき子どもにはいい体験になった」と好評でした。





A~Eの順に並べてできる言葉は？

ヒント：今から取りかかれば楽勝かな…。

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

タテのカギ

- 「ざる」や「もり」の後、出てくる
- 階級、地位、年齢などが自分より上であること
- 商品を値引きすること。値引きの代わりに景品を付けたりすること
- 飛行機などが飛び立つこと
- 電波を利用した音声放送、またその受信装置

ヨコのカギ

- 頭上はるかに高く広がる空間。天。天空
- 故人が〇〇〇〇〇に立った
- 顔または視線が向いている方向。「まっすぐ〇〇を向く」
- 評判・反響、人気。〇〇がいい、〇〇をねらう
- 液体の底にたまったかす。よどみ
- 組織・団体を代表し、事務を処理する役職。「専務〇〇」
- 枝・葉を取った竹や木の細長い棒。魚を釣ったり、洗濯物を干したり

正解者から抽選で、10人の方に

図書カードをプレゼント。



発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



はがきを書いて送ってね。

- クイズのこたえ
- 住所／氏名(お子さんの場合、年齢・学年)／組合員コード
- 牛肉は好きですか？ 牛肉を使ったお宅の定番メニューは何ですか？
- 「食の未来づくり運動」(p.16)のために「私にできること」はありますか？
- 特集やその他の記事へのコメントや感想、イラストなど、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、編集目的以外で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。



10月号の答えは、「モミジガリ」だよ！
締め切りは11月23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4階「MOGMOG」係

Q 野菜は関東産地が多いですが、九州、北海道などの産地からも調達したいです。

A 日本の農産物は、九州から北海道(あるいは高原)まで産地リレーしながら消費者に届けられています。また、消費地に近い産地のものを消費地が利用することで適切な生産量と農産物価格が形成されています。首都圏にある生協の場合は、関東甲信越・東北南部の農産物を年間でも最も消費し、それでも届けきれない分を西日本や北海道などから手配することになります。

とはいえ西日本産の青果物への需要も多々、その意見にお応えするために、商品案内やインターネット限定商品では九州・西日本の野菜セットを毎週ご案内しています。また、登録商品としては期間限定で「鹿児島野菜小さめセット」を企画しています。これらの商品は、産地を九州・西日本に確定していますので、西日本産の青果物を希望される方にはご利用しやすいセットとなっています。東都生協では今後も食の安全の確保に力を注ぎ、情報を包み隠さず公開することで、組合員の皆さんが安心して利用できるよう努力していきます。

Q 離乳食用に、味を付けていない、骨・皮を除いた魚を多く取り扱ってほしいです。

A 東都生協では、子育て世代の魚の消費量が落ち込んでいる現状を考慮し、魚の消費を伸ばすためにも「調理が簡単な商品」「骨取り商品」の必要性を感じています。ご希望の内容についても前向きに取り組みたいと考えています。

現在、味付きでなく、骨・皮取り済み関連の商品として、東都生協のプライベートブランド、わたしのこだわり商品で「東都天然ふり便利カット」「東都秋鮭の便利カット」「東都白身魚の便利カット」(※皮付き)「東都くるかじぎの便利カット」をはじめ、各種取り扱っています。商品案内の水産ページでは、「骨とり」マークを付けてご案内しています。骨取り商品は毎週、何かの魚種の商品を必ず配置している、企画頻度が高い商品群です。ぜひご利用ください。



Q 「ポディバランスヨーグルト」の企画終了が大ショックです。子どものおやつとして、甘味もちょっと良くと定着と思っていました。同様商品または再企画をお願いします。

A 「ポディバランスヨーグルト」は、2002年にコップ商品として発売以来、約15年にわたって愛顧いただきましたが、近年いるいるヨーグルトが世の中に出回るようになって、全国の生協で利用者が減少していました。メーカーには頑張って製造を続けていただきましたが赤字が続く今年3月末で製造終了となりました。

代わりに、東都生協では5月1日から「毎朝快調ヨーグルト」という商品が新登場しました。こちらも乳酸菌に加え食物繊維(イヌリン)を加え、「ポディバランスヨーグルト」と同様の機能性を持っています。味もほほ近い味わいとなっていますので、ぜひお試しください。

Q 「スマ注アプリ」は、お気に入りタブから商品をカートに入れた後、戻るボタンを押すとお気に入りの商品先頭に戻ってしまい、非常に使いづらいです。戻るボタンで、選択した商品まで戻れば使いやすいのでは？ アプリの仕様修正を要望します。

A ご不便をおかけして申し訳ありません。指摘の点については、使い勝手改善の課題としてすでに改修を進めています。指摘の現象は、一覧表示に戻った時にプログラム内部で実行される「注文数量を最新にするため商品一覧データを改めて読み込み直す動作」が原因となっています。再読み込みを行わずに、注文商品の数量のみの表示を更新する方法に改修中ですので、今しばらくお待ちください。今後も「スマ注」はさらに使いやすいさを追求していきます。

Q 食器洗いや他の用途で使う分けをしたので、ピンク色の「プロミスポンジ」を作ってください。

A 「プロミスポンジ」は過去にピンク色の取り扱いはありましたが、色落ちについて指摘があったため、現在は色落ちしにくいグリーン色のみの取り扱いとなっています。ご希望に沿えず申し訳ありません。今後同様の意見を多くいただくとしたら、あらためて販売元のサングリーンに要請します。ご不便をおかけしますが、ご理解ください。

Q 「手作りおかずキット(酢豚)」は1セット2人前ですが、量が少なすぎて納得がいきません。価格も高すぎます。

A 食材キットの各分量については、メニュー開発時に管理栄養士と相談しながら設定しています。「酢豚」は、1人前分の基準(豚唐揚げ60g、玉ねぎ40g、たけのこ40g、にんじん10g、ピーマン10g)で、2人前の量を設定しました。価格は分量だけで見ると割高に感じられるかもしれませんが、簡単に料理できるようにするための下ごしらえ処理(唐揚げ、野菜カットなど)の費用も含まれ、また豚肉は東都生協の産直肉、使用しているタレも化学調味料を使用しない生協仕様のためこの価格になっています。今後も組合員の声に応えて、より良い商品作りをしていきます。

こだわりの食べ方
ご飯は柔らかめと硬め、どちらが好きですか？
お米を使ったご自慢のレシピはありますか？

- 硬めのご飯が好きです。大きめに切ったさつまいもとしめじが盛りだくさん入った炊き込みご飯と豚汁を食べた時は最高です！
多摩市 村尾広之
- 柔らかめのご飯が好きです。まいたけと油揚げの炊き込みご飯(にんじんと油揚げをだしとしょうゆで煮て、まいたけをさつと茹で、適当に小分けをして研いだお米と一緒に炊く)がおいしいです。
三鷹市 大石すみ江
- 硬めのご飯が好きです。れんこんとベーコンをマヨネーズで炒め、それをご飯に混ぜるとおいしいです！
世田谷区 横山正代
- ご飯は硬めがいいです。自慢のレシピは、コーンとハムと塩こうじで作るチャーハンです。
墨田区 大野芳枝
- 切り干し大根をはさみで粗みじん切りし、炊き込みご飯にするとおいしいです！！
日野市 石坂昭子



- 『MOGMOG』9月号の表紙のお米、本当に見てみたいです！
横浜市 金野スミ子
- 商品の産地名、成分など詳しく表示してほしいです。
目黒区 笠田さよ子
- 『MOGMOG』は、記事を読んだり、クロスワードクイズを解いたり、食について考えたりして、そういう時間が大切だと思わせてくれます。食の安全・安心を考えるきっかけになります！
港区 野津理恵子
- 東都生協の供給の人たちは、いつも明るく元気です！
足立区 江幡弘道

- 食の未来づくり宣言！
食の未来づくり宣言 国産品を利用する。野菜の形などは気にせず食べる。
世田谷区 実原永子
- 食の未来づくり宣言
みんなが国産野菜を買えば安くなる！TPP撤廃を！！
武蔵野市 野村美智子
- 食の未来づくり宣言
東都生協の品を利用することを心掛ける。さらには、国産品を購入し、生産者の苦勞を感じると共に、感謝して食べ物を食べる。
新宿区 井沢絹代
- 食の未来づくり宣言
体に良いものを選ぶ。食の大切さを子どもたちに日々伝える。
杉並区 田中真琴



食の未来づくり宣言
何かの話の折には、なるべく生協利用の話につながるようにしている。
世田谷区 諏訪き子



8月の私たち

2016年8月20日現在 ※[]内は前年比

組合員数	234,553人[101.5%]
加入	7,673人[121.0%]
脱退	5,150人[100.6%]
総事業高	13,270,350千円 [101.7%]
共同購入事業	12,741,417千円
弁当配食事業	66,099千円
生活文化事業	138,422千円
生活支援事業	15,200千円
その他事業	309,212千円
出資金	6,698,450千円 [99.5%]
1人当たりの出資金	28,869円 [98.6%]

東都生協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。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ご登録ください。

- ★年会費は1000円です。登録時に、商品代金と共に引き落とします。会の仕組みをご理解の上、お申し込みください。
- 援助する会員への登録
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
- 賛助会員への登録
商品(申込)番号: **365971**、数量: **1** を記入
※賛助会員は5口5,000円まで受け付けます。
- ★保育・掃除・洗濯・炊事など、日常の家事援助など、1日1~4時間の活動を行います。
- ★援助を受ける会員は援助する会員に、活動費と交通費実費を当日、直接支払います。
- ※1時間分活動費:
月曜~金曜 午前9時~午後5時 850円(うち50円は事務費)
月曜~金曜 午前8時~午前9時、午後5時~午後6時 1,000円(うち100円は事務費)
土曜 午前9時~午後5時 1,000円(うち100円は事務費)

問い合わせ [ほっとはんど事務局]
電話 03-5374-4748

編集後記

太陽がキラキラと照り付ける8月、(農)茨城県西産直センター・しいたけ生産者の安喰さんを訪問しました(p.16)。しいたけの原木栽培が天職だった安喰さんは、菌床栽培への道を選びましたが、「菌床栽培は奥が深い。特に温度管理が大変」と言われたのが印象的でした。仕込みは冬ですが、それは雑菌が繁殖しにくいからだとか。長男の啓太さんは、自分が菌を持ち込まないようにと、仕込み時期は納豆も食べないそうです。菌床栽培、ますます奥が深いぞ…! ハウスの中は出番を待っていただけでいっぱいでした。出荷と仕込みが同時期の冬は、家族総出の繁忙期。安喰さんご家族と茨城県西産直センターの飯塚さん、取材へのご協力、ありがとうございました! 原木栽培の中止を余儀なくされた生産者の気持ちを思い、もう二度とあの悲惨な事故を繰り返さないことを願うばかりです。(Y.K)

今後の理事会日程(予定)

11月17日(木)、
12月22日(木)、
1月19日(木)

- 決算概況および各部業務報告
- 東京南部生協2016年7月度決算概況報告
- 組合員活動委員会報告
- 商品活動関連報告
- 役員評価制度の試験運用と今後の運用に関する報告
- 理事懇談会開催の件
- 常任理事会決議事項報告

インフォメーション

理事会報告(抜粋)

〈2016年度第4回定例理事会2016年8月26日(報告事項)〉

熊本地震緊急募金へのご協力のお礼とご報告

2016年4月14日より発生した「平成28年熊本地震」を受け、東都生協では5月1回~6月3回に熊本地震緊急募金を実施。組合員の皆さんや関係団体・取引先から合わせて19,491,000円の募金をお寄せいただきました(9月6日現在、取引先からの募金を含む)。ご協力ありがとうございました。

お預かりした募金は、日本生活協同組合連合会を通じ被災地に14,349,513円を送金しました。同連合会は、「2016年熊本・大分地震緊急支援募金」として、全国の生協からの募金を熊本県・大分県への義援金および被災地支援活動への支援金として活用しています。被災した東都生協の産直産地・メーカーには、被災状況に応じて16団体へ5,100,000円を贈呈。また、募金を活用した支援活動として、7月20日~25日に同連合会の熊本支援職員ボランティアに東都生協から職員2人が参加。益城町ボランティアセンターの運営支援を行い、引越しの手伝い、スコップや一輪車などの資材提供、被災者からの依頼を受けるニーズ係などを担当しました。

被災地では、まだ多くの方が避難生活を送られています。東都生協では引き続き、熊本地震被災地の支援活動に取り組んでいきます。



災害ボランティアセンターでの支援活動の様子

「生協の歴史から戦争と平和を学ぶ学習会」を開催(さんぼんすぎセンター)

9月17日、p.9で紹介したブックレット「生協の歴史から戦争と平和を学ぶ」の著者、齋藤嘉璋さんを講師に招き学習会を開催しました。

日本初の生協が誕生した明治期の治安警察法による解散・戦時統制から、時代に翻弄された生協の歴史を解説。戦時統制で生協の存在や自由な発展も許されない中、命の危険にさらされながらも生協活動を支えた人々がいたこと、戦後、生協運動の再興にあって女性が率先して進めた水爆実験反対署名運動など、草の根の活動にも触れました。

質疑応答では、日本の生協が掲げる「平和なくして生協なし」「平和とより良い生活のために」の成立経緯について説明。「各人が現状を踏まえ、主体的に平和への意識を高める必要がある。生協は学習機会や情報提供をすることが必要」と平和活動のあり方について提起しました。参加者からは「生協がなぜ平和活動に取り組むのかが理解できた」「平和活動を進めていく上での指針となった」との声が寄せられました。



参加者から多くの質問がありました

第8地域「ニュータウン多摩」

紹介します! 私たちのとーと会

「とーと会」「サークル」は、食の大切さを学んだり、趣味の仲間と講習会を開いたり、組合員であれば気軽に始められる活動です。活動へのアドバンス・費用の補助、東都生協広報誌への掲載など、皆さんの気持ちを応援します。

天木直人氏、アレン・ネルソン氏、辻井喬氏、安田節子氏、藤田紘一郎氏、黒田洋一郎氏、広瀬隆氏、鎌田慧氏など現代社会が抱える問題に精通した方々の講演会や映画会を開催し、さらには食の安全や平和問題を取り上げてきた旧ニュータウン支部および支部のテーマ別委員会「水を感じる委員会」「伝えたい食委員会の活動を継承するために、「ニュータウン」の名を付けて、多摩市で活動しています。

「ニュータウン多摩」では、「日本と原発」上映の他、TPPに関連する問題として国家戦略特区の危険性を奈須りえ氏(現大田区議会議員、羽田空港への住宅過密地上低空飛行にも反対運動中)と郭洋春氏(立教大学教授)に、原発での作業体験を三場清孝氏に、警察や検察によるねつ造犯罪の実態を「冤罪ファイル」主幹今井恭平氏に、アベノミクスのひびきを人権侵害に遭った教授職を失った経済学者植草一秀氏に伺いました。毎月、日本消費者連盟発行の「消費者レポート」の読み合わせなどから最新情報をゲットしています。

平和、環境、食と農、福祉、まっすぐなつていきます。これらの情報提供を引き続き行います!

「とーと会」は組合員のみ3人以上、「サークル」は組合員3人以上と組合員でない人もメンバーになることができます。お問い合わせは組織運営部まで。

食の安全お役立ち情報 おしえて! 新谷さん



「有毒植物による食中毒防止の徹底」に関する情報提供

天然毒素を持つ動物や植物を食べて、食中毒を起こすことがあります。中には毒性の強いものもありますが、どのような食品の、どの部分に天然毒素が含まれるのかを知っていれば、天然毒素が多く含まれるものを食べない、あるいはその部分を取り除くことで食中毒を防ぐことができます。「食中毒」と聞くと「飲食店での食事が原因」と思われがちですが、実は毎日食べている家庭の食事も発生しています。覚えておきたいものがあるかと思いますが、今年の春先からイヌサフラン(北海道:ギョウジャニンニクとの勘違い)やトリカブト(秋田県:シドケと勘違い)などの有毒植物を誤って食べて死亡するという報道がありました。このような食中毒事故は、昨年の同期と比較しても倍増しています。そこで厚生労働省は、5月3日に「有毒植物による食中毒防止の徹底について」を通知しました。

2016年の有毒植物による死亡事例(疑いを含む) (農林水産省ホームページより)

2016年	4月28日	イヌサフラン	1人	北海道
//	5月2日	トリカブト	1人	秋田県
//	5月31日	スイセン	1人	北海道
//	6月23日	イヌサフラン	1人	宮城県

左表のとおり、山菜狩りに行き、誤って有毒な野草を採取し、食べた結果、食中毒を発症して死亡した事例が4件ありました。厚生労働省の通知には、食用と確実に判断できない植物については、絶対に「採らない」「食べない」「売らない」「人にあげない」を徹底しましょう、とあります。年が明け野山に出掛けて山菜などを採る際には十分気を付けてください。

過去10年間の有毒植物による食中毒発生状況 (農林水産省ホームページより)

植物名	間違えやすい植物の例	2006~2015年			2015年		
		事件数	患者数	死者数	事件数	患者数	死者数
スイセン	ニラ、ノビル、タマネギ	37	149	0			
バイケイソウ	オオバギボウシ、ギョウジャニンニク	21	65	0			
チョウセンアサガオ	ゴボウ、オクラ、モロヘイヤ、アジタバ、ゴマ	21	55	0			
ジャガイモ	※親芋で発芽しなかったイモ、光に当たって皮がうすい黄緑~緑色になったイモの表面の部分、芽が出たきたイモの芽及び付け根部分などは食べない。	21	411	0			
トリカブト	ニリンソウ、モミジガサ	12	25	2			
クワズイモ	サトイモ	11	49	0			
イヌサフラン	キボウシ、ギョウジャニンニク、ジャガイモ、タマネギ	8	16	4			
コバイケイソウ	オオバギボウシ、ギョウジャニンニク	4	11	0			
リンクアジサイ	※アジサイの葉や花が料理の飾りに使われる場合が、ありますので要注意	3	14	0			
ハシリドコロ	フキメノウ、ギボウシ	3	8	0			
テンナンショウ類	トウモロコシ、タラノキの芽	2	4	0			
リンクグロイサ	ヤマノイモ	2	2	2			
リンクギタリス	コンフリー(現在、食用禁止)	2	2	0			
ドウザリ	セリ	2	6	0			
観音用ヒョウタン	ヒョウタン	2	17	0			
スノーフレーク	ニラ	2	5	0			
その他(ペニバニンゲン、タマダレ等)		44	105	0			
不明		5	19	0			
合計		207	977	6			

この表を見るとじゃがいも(※1)による食中毒患者の数が多くですが、死亡数は栽培された農産物ではなく、山野にある有毒植物による食中毒が多くなります。中でも、山菜で人気の高い「行者にんにく」と間違えて「イヌサフラン」(アヤメ科の「サフラン」とは別の植物でイヌサフラン科に属し秋に花が咲く)を採取するケースが多いようです。イヌサフランはコルヒチンという物質を含み、誤って摂取すると皮膚の知覚が麻痺する、あるいは重症になると呼吸困難で死亡することがあります。東都生協で取り扱いは「行者にんにく」は栽培品なので、安心してご利用いただけます(※2)。

また、一部地域で山菜から放射性物質が検出されていますが、東都生協では山菜を含む農産物の残留放射線検査を実施しています。詳しくは東都生協のホームページか、隔週で全組合員に配付される「東都生協残留放射線自主検査報告」チラシをご覧ください。

※1 じゃがいもの芽(芽とその芽の根元)や、光に当たって緑色になった部分には、天然毒素であるソラニンやチャコニンが多く含まれているので、これらの部分を十分取り除くことが大切です。また、家庭菜園などで作られた未熟で小さいジャガイモは、全体にソラニンやチャコニンを多く含んでいることがあるので、注意が必要です。

※2 東都生協が取り扱う山菜(★は天然採取)
★ごごみ 50g[河辺農産(秋田)]、★細たけのこ 110g[河辺農産(秋田)]、★ふきのとう 150g[河辺農産(秋田)]、★わらび 150g[河辺農産(秋田)]、ごごみ 50g[JA秋田ふるさと]、やまうど 250g[JAやさと(茨城)]、行者にんにく 100g[JA北信州みゆき(長野)]

毒キノコによる食中毒発生状況(種類別発生状況)

最後に、天然のキノコ(東都生協では天然キノコの取り扱いはありません)についての注意です。夏の気温が高く、その後、適度な降雨があり、朝晩の気温が下がるとキノコが繁殖しやすい環境になります。天然のキノコの中には毒キノコも多く、食用のキノコと確実に判断できない場合は、絶対に採らない、食べない、人にあげないようにしましょう。

きのこの種類	間違えやすい食用キノコの例(自然毒のリスクプロファイルより)	2006~2015年		2015年			
		事件数	患者数	死者数	患者数	死者数	
ツキヨタケ	ヒラタケ、ムキタケ、シイタケ	206	746	0	14	39	0
クサクラベニタケ	ウラボシホテイシメジ、ホシシメジ、ハタケシメジ	87	269	0	11	32	0
テングタケ	-	18	32	0	4	6	0
ドウサソコ	ナラタケ、ホテイシメジ、アカハツ、チチタケ	14	22	0	1	1	0
イボテングタケ	-	11	16	0	1	1	0
カキシメジ	ニセアブラシメジ、チャナムツタケ、シイタケ	10	28	0	1	5	0
イボシメジ	-	9	33	0	1	2	0
オシロウカラカサタケ	-	9	16	0	0	0	0
ニガクリタケ	ナメコ、クリタケ、ナラタケ、ナラタケモドキ	4	5	0	0	0	0
オウライタケ	-	4	7	0	0	0	0
ニセシロウ	-	3	6	0	0	0	0
ハイロシメジ	-	3	6	0	0	0	0
ヒカゲシビレタケ	シロマツタケモドキ、ハラタケ、ツクリタケ	3	8	0	0	0	0
タマゴタケモドキ	キタマゴタケ	2	2	1	0	0	0
ドクツルタケ	シロマツタケモドキ、ハラタケ、ツクリタケ	2	2	0	1	1	0
ニセロハツ	クロハツ、クロハツモドキ	2	7	2	0	0	0
オシロシタケ	-	2	4	0	0	0	0
カブラアセタケ	-	2	2	0	1	1	0
その他	-	36	80	1	1	5	0
不明	-	67	185	1	2	2	0
合計	-	494	1476	5	38	95	0

〈安全・品質管理部 部長 新谷喜久夫〉



食の未来づくり運動

私の宣言

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!

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

原木栽培 続「しいたけ復興ものがたり」

―原木栽培の中止を余儀なくされた生産者の今― (農)茨城県西産直センターしいたけ生産者の安喰攻さん

3年前の本誌3月&4月号で、生産者・安喰攻あぐい おさむさんが福島第一原発事故の影響で原木を入手できず、さらには風評被害に悩んでいる様子を紹介しました。今年8月、あらためて安喰さん取材しました。



原木栽培から菌床栽培へ

あの事故が起こるまで安喰さんは代々半世紀にわたって、原木栽培に携わってきました。震災直後は、「原木を洗って、ただただ放射能の値を下げる」としか考えられなかった」と振り返る安喰さん。原木しいたけの安全性の問題やほだ木にする原木の不足から、菌床栽培の道をさぐり始めます。廃業するしいたけ農家も出る中、「しいたけ栽培をやめて野菜農家になるのは簡単でも、この地にしいたけ生産を根付かせた先代たちのことを思うと、どうしても諦めきれない」というのが当時の安喰さんの思いでした。
ちようどその年に就農を決めた長男・啓太さんが父の背中を押します。「だったら一緒にやってみよう」。



1ブロックの収穫目標は1kg
今は600~800g

まず、オガ粉を原料とする培地づくり。11月から3月にかけての冬場の雑園が少ないうちに寒い時期に行います。

菌床栽培の主な工程

しかし、これからは菌床栽培で栽培を続けていくことに、もう迷いはありません。

安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「設備投資や生産工程の勉強は大変ですが、今は息子が頑張ってくれています。だから自分もできる限りのことをして息子を支えたい。まだまだ目の上のたんこぶではないと(笑)」と安喰さんは目を細めます。

「肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。

「おばあちゃんも今も元気で袋詰め作業を手伝い、まさに家族一丸となつて一つのものを作ることに喜びを感じている様子でした。」

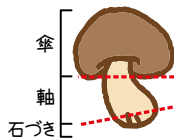
安喰さんによると、菌床栽培のしいたけは肉厚で形がそろって日持ちがいいですよ。でも、やっぱり香りは原木栽培の方が上」と語ります。いずれにしても、栽培内容や安全性が確認できる産直しいたけが組合員から求められるのは事実。「5年前の冬、しいたけの出荷は5分の1にまで落ちました。それでも東都生協の皆さんをはじめ、支えてくれた多くの人の励みがあつたからこそ、ここまでやってこれたんです」と安喰さん。ただ、原木しいたけを生産していた当時、手入れされていた里山は、今は荒れて手付かずだ。「今後、原木栽培は復活できないかもしれない」と安喰さんは厳しい現実に向き合います。



袋詰めをする奥さまの美千子さん

超簡単! しいたけの「軸」を使った一品

しいたけの軸を細く割いて、甘辛く煮てきんぴらの出来上がり! ちなみにしいたけの傘から伸びている部分を「軸」、軸の根っこ部分を「石づき」といいます!



啓太さん(右)は、組合員の思いを知ろうと積極的に交流の場に足を運びます。安喰さん今は菌床栽培に意欲を燃やします。



安喰攻さんと啓太さん(右)

- ① 広葉樹のチップ、栄養体(米ぬかのようなもの)、水をミキサーで混合し、栄養たっぷりの自家製培地を作る
- ② 高圧蒸気釜で殺菌。5時間かけて100度上げる。その後10時間かけて熱処理
- ③ 釜から無菌室に出し、70度から20度以下まで冷まし、菌を接種する
- ④ 培養ハウスに移し温度管理をする(約6カ月)
- ⑤ 栽培後の菌床は廃棄せず畑に戻す

残留放射能測定器(ゲルマニウム半導体検出器)により検査を行い、結果はホームページ、「東都生協残留放射能自主検査報告」などでお知らせしています。

私の宣言 産地で見たこと、聞いたこと、生産者の思いを周りの人たちに伝えます。

「MOGMOG」機関誌 東都生協だより

第408号 2016年11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>

東都生活協同組合

今月の表紙

稲刈りが終わった棚田を利用したイベント「棚田のあかり」が、晩秋から年末年始にかけて千葉県鴨川市で開催されています。LEDによるライトアップが夜の棚田を彩り、幻想的な世界へ誘います。

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

〒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)