

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2017  
No.410

CO-OP  
東都生協だより

2

特集

「土づくり」からはじめる  
食の未来づくり

今月の  
おすすめ

「東都水餃子」

皮はもちもち、のど越しツルン

わたしのこだわり

おいしいを、日本の畑から。  
産直の東都生協



今月の  
おすすめ

わたしのこだわり

# 東都 水餃子



皮はもちもち、  
のど越しツルン



わたしのこだわり

## 東都水餃子

36kcal 食塩相当量 0.1g/1個 製造地:神奈川県

16~18個 272g

通常価格:420円(税込453円)

企画:2月4回

# 「かぞの豚」を使った具を、 国産小麦粉のもちもちした皮で包みました



①産直豚肉「かぞの豚」の挽肉を攪拌  
②皮に具を充填し、餃子の形に成形  
③1つ1つ念入りに検品  
④完成した餃子は急速冷凍機で冷凍

## 春夏秋冬、どんな季節にもおいしい!

アレンジレシピも楽しんでください。

### 東都水餃子のデビューは?

東都水餃子は、1998年6月3日に登場。開発を担当した職員は、「当時は取り扱いの餃子が焼き餃子だけだったので、品ぞろえを増やすために水餃子を開発しました」と語ります。こだわったのは「国産小麦」「産直豚肉」の使用と、「化学調味料不使用」「ノンレー」。水餃子といえば、透明感のある皮が特徴ですが、国産小麦だとどうしてもあの透明感が出ない。真っ白になってしまうのですが、それが国産小麦使用の証でもあるのです。東都生協のこだわりが詰まっているのです。

### 産直豚肉をはじめこだわりの原材料

あんに使用している肉は埼玉・群馬の指定農家で生産している東都生協産直豚肉「かぞの豚」。肥育後期には、豚肉の食味が向上する麦類を多く含んだ飼料を与えて仕上げることで、肉本来のうまみ、おいしさが味わえます。さらに具には国産玉ねぎも使用。皮も国産小麦を使用し、もちもちした食感に仕上げられています。湯のびしにくいので、調理も簡単です。

原材料:皮(小麦粉(国産)、食塩、ばれいしょデンプン)、豚肉(国産)、玉ねぎ(国産)、豚脂肪(国産)、しょうゆ(大豆・遺伝子組換えでない)、すりしろうが、砂糖、食塩、こしょう、加工デンプン

### 国産小麦を使用した皮にもひと工夫

皮にはタピオカ(加工でん粉)も使用。これは、国産小麦は輸入小麦と比べてグルテンの結合力が弱く、コシを出すのが非常に難しいからです。そこで、グルテン量が少ない国産小麦とタピオカ(加工でん粉)を配合。現在のもちもちとした食感が生まれました。煮込んでも破れにくい皮(生地)で、うまみを逃がさないように仕上げられています。

製造者のこだわり:

J A全農ミートフーズ株式会社

東都水餃子を製造するJA全農ミートフーズ株式会社は、全国農業協同組合連合会の100%出資会社。国内畜産農家の経営の維持発展と、消費者に安全・安心で価値ある豊かな食を提供することを使命として、事業を展開。国産食肉にこだわり、生産者から信頼され、消費者に信用される総合食肉食品企業に成長することを目指しています。

### 品質管理の取り組み

J A全農ミートフーズ株式会社ではSQF(Safe Quality Food:安全で高品質な食品)に基づき、工場品質管理を実施しています。SQFとは、食品の安全性を管理するHACCP(※1)と品質管理システムISO9000(※2)の要素が取り入れられた国際規格。SQFシステムでは、第三者機関による審査・認証・監査が義務付けられ、その信頼性が担保されています。また、安全管理に加え、食品管理おいしさ、食感形状についても工程上管理できるシステムです。組合員に安全で高品質な商品を提供するため、工場管理を実施しています。

※1 HACCP: Hazard Analysis Critical Control Pointの略。危害分析・重要管理点。安全で衛生的な食品を製造するための管理方法の一つ。  
※2 ISO9000: 国際間の物資やサービスの流通をスムーズにさせるために、ISO(国際標準化機構)が定めている品質保証規格。

家庭ではなかなか作れない  
本格的な餃子です。



J A全農ミートフーズ株式会社  
工場長・石田泰則さんの  
コメント&おすすめレシピ

「家庭では作れないような本格的でおいしい東都生協オリジナルの水餃子を、皆さんにお届けしたい!」というコンセプトで商品開発を行いました。いつもの水餃子とはひと味違った味わいをお楽しみください。

### 子ども大好き「グラタン水餃子」

水餃子をゆでて、ホワイトソースとチーズをかけてオーブンで調理してください。もちもちした水餃子にホワイトソースやチーズのkokoroがなめらかに絡み合い、とてもおいしいですよ。



### HOTな一品! 「ガリンと麻婆水餃子」

水餃子をゆでて、麻婆タレと絡めます。麻婆タレのkokoroと水餃子のモチツツと感がおいしく絡み合います!







# 「土づくり」からはじめる 食の未来づくり

健康な農作物を作る基本は、「土が本来持つ生命力」を回復させること…。高度成長期、効率優先の生産で化学肥料や農薬への依存を強め、土が生命力を失っていく中、安全で良質の食料生産を目指し、東都生協は1987年、「土づくり宣言」運動を提唱。産地と協同した土づくり運動を開始しました。1988年には、「地域全体の農業・農村を支えたい」との考えから「地域総合産直」を展開。農業、自然環境、人々の暮らしの三つが互いに支え合いながら、安全で質の高い農作物を永続的に生産していく「土づくり宣言21 エコプラン」、そして現在の「食の未来づくり運動」へと発展し、今も確実に土づくり宣言の基本は受け継がれています。

日本は豊かな食生活を享受する一方、食料の大半を海外に依存。食の安全・安心を脅かす問題・事件も後を絶ちません。こうした中、国は食料・農業・農村基本計画で食育の推進と国産農産物の消費拡大を推進。東都生協は未来の食の安心を確保するため、産地・メーカーと直接手を結ぶ産地直結を軸に、国産応援商品の利用を通じて、日本の農業を守り、食料自給率を向上させる取り組みを進めています。

今回の特集では、東都生協が進めてきた土づくり—持続可能な循環型農業、食品ロス削減にもつながる取り組みを紹介します。併せて、産地直結と国産応援の意義を再確認した、昨年10月の鈴木宣弘先生によるTPP学習会についても報告します。



## お手軽、カンタン！ あったかスープで 食べる水餃子

**材料(4人分)**  
 東都水餃子……………1袋  
 にんじん……………80g  
 お好みの青野菜(にら、小松菜、ちんげん菜など)…適量  
 A…(中華だし汁800ml、みりん大さじ1、砂糖小さじ1、しょうゆ・塩少々《お好みの分量で調整してください》)

**作り方**  
 1. にんじん、お好みの野菜は食べやすい大きさに切る。  
 2. 鍋にAとにんじん、お好みの野菜を入れて煮込む。  
 3. (2)が沸騰してきたら東都水餃子を入れ、再度沸騰したら出来上がり。

**Attention, please!!**  
 【アテンション・プリーズ】  
 水餃子と焼き餃子、どちらがお好き？  
 あなたの家の餃子アレンジレシピは？  
 p.13のパズルの答えに添えて送って下さいね。

### 毎日食べておいしい健康野菜

**にら (100g)**  
 1月3回 価格:168円(税込181円)  
 企画:東都わかば (農)房総食料センター(千葉)周年、東都わかば JAやさと(茨城)4月~5月、東都みのり (南大地と自然の恵み(高知)周年

#### にらの産地の一つ「(農)房総食料センター」について

生産者は山武郡横芝光町を中心とした千葉県北東部の7市3町で、にらなどの野菜とお米を栽培・生産しています。九十九里海岸に沿った平野部と北総台地の土質の特性、さらに黒潮のおかげで冬でも温暖な気候という恵まれた風土を生かし、根もの、葉もの、なりものと多品種を周年生産できる、農業が盛んな地域です。

#### 独自のボカシ肥料で生命力を引き出す

にらはスタミナ野菜の代表選手。β-カロテンやビタミンA、C、カルシウム、鉄などを多く含み、昔は薬として使われていました。収穫期間は長く60日、短くても25日ぐらい。土中にびっしりと伸ばした根っこが強い生命力の源です。切っても切っても、次々と葉を伸ばす元気野菜。同じ株から何度も収穫するので土づくりが重要です。収穫後は周りに独自のボカシ肥料\*を補い、この勢いを保ちます。元肥、追肥ともボカシを中心に土づくりをしているため、病害虫も少なく、収量も安定しています。  
 \*ボカシの中には、岩石、ミネラル、炭、海水などを配合しています。

### 関連商品

**わたしのこだわり**  
**東都果汁たっぷり味付けぼん酢**  
 360ml

フドーキン醤油(糖)  
 原材料:しょうゆ(大豆・遺伝子組換えでない)、かぼす果汁、醸造酢、発酵調味料、ゆず果汁、食塩、砂糖、異性化液糖、酵母エキス、こんぶエキス、しいたけエキス、(原材料の一部に小麦、米を含む)

栄養成分表示(大さじ1杯15ml当たり) エネルギー 7kcal/たんぱく質 0.6g / 脂質 0g / 炭水化物 1.0g / ナトリウム 530mg / 食塩相当量 1.3g

本醸造しょうゆにだしを合わせ、大分県産かぼす果汁と四国産ゆず果汁をたっぷり加えた、さわやかな味と香りの味付けぼん酢です。果汁率は26.15%! かぼすは、2種類の搾り方の果汁を組み



合わせることで苦味を抑えました。かつおのたたき、さんまの塩焼きには、しょうがや大根おろしなどの薬味を添えるとさらにグレードアップ。そのまま餃子のタレにしても、とてもよく合います。環境に優しいリユースびんを使用しており、使い終わったびんは東都生協が回収し、再利用します。

通常価格:343円(税込370円) 企画:3月2回



水餃子に合う!

### にら 豆知識

春に種をまき、翌年冬から収穫が始まります。収穫した株からは新しい葉がニョキニョキ出てくるので、ときどき休ませながら、同じ株で1年近く収穫していきます。主な産地は千葉、高知、栃木、茨城。全生産量の5割以上を占めています。



前日収穫した株から、新しい葉がニョキニョキ

### 柔らかく風味の良いにら。レバーなどと一緒にご利用ください

#### にらの香りが苦手な方には…

生産者:(農)房総食料センター 越川貞さんより  
 刻んだにらに、ごま油、しょうゆ、おかかを加えて粘りが出るまで混ぜる「にらの混ぜ混ぜ」がおススメです!!

#### 組合員からのヒント

- ◆にらはお味噌汁の具にしてもおいしいですよ!
- ◆豚汁に入れると風味と甘みが増します。
- ◆めんつゆの中に刻んだにらを入れて、とろろんにかけます。あっさりしておいしいですよ! 東都つゆ 360ml





# 循環型農業を実践する各産地

## JAやさと

### JAやさとの地域まるごと産直!

JAやさととは、東都生協の「地域総合産直」のモデル産地で、茨城県のほぼ中央に位置した自然豊かな地域です。昔から養豚、酪農、養鶏が盛んで、家畜の有機物や落ち葉を堆肥にした多品目・複合農業を実践。地力保持を図り、多品目の輪作によって農薬の使用を減らし、恵まれた自然環境を守る環境保全型農業に取り組んでいます。

東都生協との産直は、1976年に産直たまごからスタート。現在では、産直たまご以外にもさまざまな青果物、産直加工品(納豆)など「地域丸ごと産直」に取り組んでいます。JAやさとで使用される堆肥は生産者による手作りで、くず大豆、くず小麦、米ぬかなどを利用したぼかし(肥料)や、家畜のふん、もみがらなどを利用しています。1997年には有機栽培部会も設立。農家の後継者不足の中、新規就農者の育成にも積極的です。同産地との交流活動には数多くの組合員が参加しています。



## (農)埼玉産直センター

### 各作物に最適な肥料で土づくり

(農)埼玉産直センターは、利根川の氾濫から生まれた肥沃な土壌と、浅間山・富士山などの火山灰に由来する関東ローム層という2種類の地質と、冬場でも長い日照時間を生かして農産物を生産しています。安全・安心な野菜を生産するために、東都生協の「土づくり基金」を活用して肥料センターを建設し、作物に最適な肥料を製造することで微生物農法を実践しています。

微生物農法では、わらや木くずをたっぷりの空気を含ませて丹念に土に混ぜ、寝かせることで土本来が持つ保水性・保湿度・保肥性を引き出します。肥料センターで製造している肥料「ぼかし」は、規格外の大豆やおから・魚骨粉などを微生物発酵させた野菜の喜ぶ有機質肥料(※)。肥沃な土地で、手間と時間を惜しまない農法を展開することにより、他に真似できない独自の味わいを実現しています。

※「ぼかし肥料」に、各作物に必要な肥料(お茶の葉、鶏ふん、食べ物残さ、綿実油かす、魚粉など)を混ぜ合わせたもの。「米の精」をプラスすることで、発酵がより活性化されベストな肥料になります。



肥料センター。2014年2月の大雪で倒壊しましたが、2015年3月に再建。

「米の精」のイメージキャラクターです!



# 「米の精」でつながる「おいしい」「やさしい」

東都生協では、金芽米(無洗米)の精米工程でできる肌ぬかを加工した有機質資材「米の精」を、産直産地での野菜・果物栽培で使用する肥料や八千代牛の飼料に使用しています。産地・メーカーとの協同で誕生した「米の精」商品。研ぎ汁として捨てられていた成分を有効活用することで、「安全・安心」「おいしさ」「環境保全」を実現する循環型農業の輪が広がっています。



### 「米の精」って何?

一般的な精白米には、精米して外側のぬかを取り除いても、まだ粘り気の強い「肌ぬか」が米の表面に残っています。この肌ぬかを落とす研ぎ洗いを省くために生まれたのがBG無洗米で、無洗米の精米工程で取り除いた肌ぬかを熱処理して粒状にしたものが「米の精」です。

米の精にはでん粉質が多く含まれ、これが土中で分解することで微生物の発生を促進します。土中の微生物の活動が活性化すると、植物の茎が太く根が張ります。また、米の精は土中でゆっくりと分解するために、長く安定した効果を得られます。

成分として、米の精は植物の生育に必要な3要素となるチッソ・リン酸・カリウムをバランスよく含んでいます。マグネシウムも豊富なので、作物の食味を良くします。その上、通常のぬかとは異なり、余計な成分(脂質など)を必要以上に含んでいません。利用した組合員からも「普通の野菜とは一味違う」「にんじんは生でもおいしい」との声が寄せられています。

この「安全・安心」「おいしい」「やさしい」米の精を開発した東洋ライス㈱とは、1994年ごろ「BG無洗米」の取り扱いを開始して以来のお付き合い。同社で「金芽米」「金芽ロウカット玄米」といった新商品が出るたびに、東都生協でいち早く企画してきました。長年の信頼関係が、「米の精」商品誕生の背景にあるといえます。

### 「米の精」でつながる循環型農業



## 北里八雲牛の資源循環型畜産

現在日本の飼料自給率は28%(2015年概算)。大半を海外からの輸入に依存しています。東都生協が企画する北里八雲牛は、地元の北海道八雲町産飼料100%によって生産されています。夏期(5~11月ごろ)は牛を広大な牧草地で放牧し、牧草が雪で覆われる冬季は牛を牛舎に入れ、夏の間に刈り取った牧草などを与えています。牛の排せつ物は堆肥として牧草地に還元し牧草を生産。環境にも牛にも優しい「資源循環型畜産」に取り組んでいます。

ここで生産される肉は赤身が多い肉質が特徴です。かみごたえがあり、牛肉本来のコクのあるうま味が楽しめます。



## ひたち野 穂の香卵

### 卵を食べて水田を守る「ひたち野 穂の香卵」

東都生協では2009年から飼料用米を主体にした産直たまごの取り扱いを開始。一般的に養鶏の主な飼料は米国などからの輸入に依存しています。しかし2007年、原油価格が高騰し、バイオエタノールへの需要が高まり価格が高騰。併せて遺伝子組換えへの不安も高まったため、今後も海外依存のまま進めば、安全・安心な畜産も、産直たまごへのこだわりも維持できなくなるとの不安から、国産飼料を確保できる農業と畜産の仕組みづくりが必要と考えました。

### 養鶏農家と稲作農家が手を結ぶ「耕畜連携」の循環型農業

そこで誕生したのが「ひたち野 穂の香卵」。国産飼料用米を60%以上与えています。稲作農家は休耕田を活用して生産した飼料用米を養鶏農家へ、養鶏農家は鶏ふんを稲作農家へ... 耕畜連携による循環型農畜産業の取り組みが始まりました。「ひたち野 穂の香卵」を利用することで、この循環を支えることができます。

「ひたち野 穂の香卵」の黄身の色はレモンイエロー。卵特有の臭みもなく、さっぱりとしてほんのり甘い優しい味が特徴です。黄身の色が違って、普通の卵と栄養価はほとんど変わりません。

### 「米の精」商品の利用が環境保全につながります

「米の精」の使用において、一定の基準を満たした農産物を「米の精」商品としてお届けしています。金芽米やBG無洗米、「米の精」商品の農畜産物を利用することで、私たちが気軽に環境保全に取り組むことができ、食料自給率の向上や「食の未来づくり」にもつながります。

### 「米の精」商品の品目・産地

※表以外にも、「野菜・果物」では、紀ノ川農協(和歌山県)、久保産直会(長野県)、佐久産直センター(長野県)、「畜産」では、千葉北部酪農農協など多くの産地が「米の精」を利用しています。

産地	品目	大根 11月~12月	にんじん (洗い泥付) 11月~2月	にんじん (WN101) 11月~2月	さつまいも (べにはるか) 12月~4月	大和いも 周年	無玉ねぎ 7月~8月	りんご 11月~1月	柿 12月1回
山形南陽のんのん倶楽部								●	
埼玉産直センター		●	●						
埼玉西部産直グループ		●	●						
埼玉県産直協同上里グループ		●							
茨城県西産直センター			●	●					
JAやさと		●	●						
房総食料センター		●	●		●				
多古町旬の味産直センター					●				
北社ベジファーム							●		
奈良五條産直組合							●		●

### 生産者も絶賛! 「米の精」



#### 益田吉仁さん(奈良五條産直組合)



「以前は黒砂糖・米酢農法で柿を作っていましたが、その農法では柿のおいしさが組合員にちゃんと伝わってない気がしていました。同時に、産地として東都生協にしかないものを作りたいと思っている時に『米の精』に出会い、もう10年になります。昨年ようやく「スーパーのとは違う」「初めて柿がおいしいと感じた」といった声をいただきました。もう「米の精」とは離れられません。」

#### 田村憲二さん(農)埼玉西部産直グループ



「私たちの地域は火山灰のため土がさらさらし、野菜の収穫がしやすい土地です。そのためににんじんも柔らかく甘みがありますが、「米の精」を使うと甘みが増します。日中はカラスの大群が寄ってくるため、カラスが山に帰る夕方に米の精を畑に散布します。「米の精」の味を動物はよく知っていると感じながら散布しています。」



**食に安さだけを求めるのは命を削ること**



TPPで関税が下がれば米国から安い牛肉・豚肉が入り、牛丼や豚丼も安くなります。しかし関税収入も減るため、結局消費者の税負担は増えることに。しかも、米国では牛の肥育のために日本では認可されていないエストロゲンなどの成長ホルモンを投与（EUでは発がん性があるとして、国内使用も輸入も禁止）。また、成長促進剤・ラクトバミンは中毒症状の危険があり、欧州、中国、ロシアでは国内使用も輸入も禁止されていますが、飼料に混ぜて使用。乳牛にも人の健康への懸念が指摘されている遺伝子組換えの牛成長ホルモンを注射しています。さらに、日本が狂牛病の発症例がほぼない20カ月齢以下の牛に限定して輸入していたことに対し、米国の要請でTPP交渉参加の「入場料」としてすでに30カ月齢以下まで緩和。米国の検査率は1%未満で、危険部位の除去も不十分です。すでにこうした牛肉・乳製品などが港を素通りしてどんどん輸入され、消費者は知らずにそれらを食べているのが実態です。

**食の安全基準はすでに緩められている**

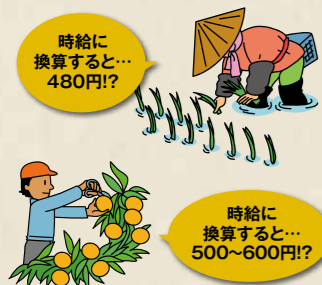


政府は「TPPでは日本の食の安全基準は影響を受けない」としていますが、これは全くのうそです。何年も前から米国は「日本の安全基準をTPPで緩めさせる」と明言。今後、遺伝子組換え表示について「遺伝子組換えが安全でないと言うなら科学的根拠を示せ」などと日本は迫られるでしょう。すでに、日本が大量に輸入している遺伝子組換え大豆やトウモロコシには、発がん性がある除草剤を直接散布され、しかも耐性雑草が増えて、さらに散布量は増えています。米国からの果物や穀物には日本への長期間輸送に備え、防カビ剤を使用。日本は「収穫後農薬」は認められていないため、米国のために防カビ剤を食品添加物として二重に分類しましたが、これは食品パッケージへの表示義務があり、今度はそれを米国への不当差別とされて日本はさらなる規制緩和を約束したことが発覚。このように輸入農産物はさまざまな健康リスクがあり、食に安さだけを追求することに健康リスクを考えれば、表面的には安い輸入品の方が、命を削ることになりかねません。総合的には国産品より高くつくことを認識すべきです。

**米国の要求に応え続ける「アリ地獄」**

農産物関税以外にも、軽自動車税の増税、自由診療の拡大、薬価公定制の見直し、かんぼ生命のがん保険非参入と郵便局窓口での特定企業の保険販売、食品の安全基準の緩和、ISDS条項への賛成、さらには日本のTPP交渉参加のための米国への「入場料」交渉など、国民を守る約束は早くから全面的に破綻。さらに驚くことに、付属文書で米国投資家の追加要求に、日本は規制改革会議を通じてさらなる対処を約束しています。際限なく続く日米二国間協議で、巨大企業の利益のために日本の国民生活が犠牲になる「アリ地獄」にはまっているのです。

**日本では「命の要は食料」という認識が欠如**



ジョージ・ブッシュ元大統領は「食料を自給できない国は国際的圧力と危険にさらされている国だ」と語っています。米国のある大学教授は「日本人の食料、畜産の餌穀物を米国が全部供給すれば日本人を完全にコントロールできる」としています。米国は多い年では、年間1兆円もの補助金を使って国内生産者に市場との差額を補填し、増産と輸出を推進。スイスでは100%が補助金で、仏国・英国でも90%。命、国境、環境を守る産業をみんなで支えるのは当たり前というのがEUの考え方です。一方、日本は農業所得に占める補助金の割合は4割弱。しかも、日本の農産物はスーパーや大手小売り店から買ったたかれ、この20年で生産者の取り分は3割から1割へと減ってきています。時給換算すると、米で480円、野菜・果物でも500~600円です。日本の農業は世界で最も保護されず、競争にさらされています。

カナダの国産牛乳価格は1リットル300円と高いのですが、カナダの消費者は「米国の成長ホルモン入り牛乳は飲みたくない」と国産を選びます。スイスでは国産卵が1個80円（輸入物の5~6倍しても売れている）。それを買った女の子が「生産者の生活も支えられ、そのおかげで私たちの生活が成り立つのだから当たり前でしょ」と答えたそうです。スイス国民には「人間、環境、生き物、景色に優しい方法で生産すれば、できた物も本物で安全でおいしい。これらはつながっているのだから、私たちはその本物を支える」という感覚があります。こうした背景には、スイス・ミグロ生協の「国の基準に頼らず、生協独自の高い基準を作り、それを広める」取り組みなどがあります。

**消費者が国産、安全・安心な本物を食べ、国民の命と健康を支えるだけでなく、環境や国土・文化などを支える多面的機能を持つ日本の農業を支える取り組みを、今こそ広げていく必要があります。**

**まとめ**

TPP発効の見通しが不明な今、日本を待ち受けるのは日米二国間協議。日本はTPPを批准した以上、米国から一層の譲歩を迫られる可能性があります。目先の利益のみ追求する「今だけ、金だけ、自分だけ」では、私たちのいのちと暮らし、持続的な地域の発展は守れません。鈴木先生が指摘された通り、今後ますます、みんなで国産の安全・安心なものを支え、生産者と消費者とのつながりを強めることが大切です。私たちが安心して食べ続けるために、生産者が安心して作り続けるために、環境や国土・文化など多面的機能を持つ農業を守るために、長期的・世界的な視点で、消費者自身が食とくらしの在り方を見直し、持続可能な社会に向けて行動していく必要があります。食の未来づくり運動と一緒に進めていきましょう！

**食の未来に向けて見過ごせない「食品ロス」**

**売れ残り、期限切れ、食べ残りなど、まだ食べられるのに捨てられる「食品ロス」。**日本では年間約630万トンにも上ります。これは世界中で飢餓に苦しむ人々への食料援助量（2014年は約320万トン）の約2倍。日本は食べ物の大半を輸入する一方で、こんなにも大量に廃棄しているのです。食の未来のためにも食べ物を無駄なく消費し、食品ロスを減らす必要があります。

※数字は、農林水産省及び環境省「平成25年度推計」より

**食品ロスの見直しは、まず家庭から！**

食品ロスの約半分は家庭で発生（約302万トン）。廃棄の理由は、「食べられる部分までを除去」「食べ残り」「消費期限・賞味期限切れによる廃棄」などです。日本国民1人当たりの毎日の食品ロスは「お茶碗約1杯分（約136g）」。まずは家庭から「食品ロス」を減らしましょう！

**★食材を「買い過ぎず」「使い切る」ために、生協の共同購入を賢く活用しましょう**

「必要分を注文→決まった日時に供給」という共同購入の仕組みは、売れ残りや余剰の削減、計画的な消費や家計の節約に役立ちます。残った食材は別の料理に活用しましょう。

●登録米、登録商品を利用して日本の農業を応援しましょう  
常に商品を安定して手に入れるには、生産者が安心して生産できる環境が必要。登録して「きちんと購入する」ことで生産者と日本の農業を元気にします。

**★「消費期限」と「賞味期限」の違いを理解して無駄なく食べきましょう**

●「消費期限」は品質の劣化が早い食品に対しての「食べても安全な期限」です。  
●「賞味期限」は品質の劣化が比較的遅い食品に対しての「おいしく食べられる期限」です。賞味期限超えの食品については、見た目や臭いなどで個別に判断しましょう。  
※消費期限や賞味期限は、「表示されている保存の方法で保存した場合」「開封前」の期限です。開封後は早めに食べましょう。

**食とくらしを守り、豊かな地域社会を次世代へ！**

**— 東京大学教授 鈴木宣弘氏「悪夢の食卓～背筋凍るTPPの真実」学習会報告 —**

昨年12月9日、環太平洋経済連携協定(TPP)承認案・関連法案が、国民への情報公開や審議も不十分な中、与党などの強行採決で可決・成立。しかし、この時点で米国トランプ大統領はTPP撤退、二国間交渉の推進を表明しており、日本はさらなる譲歩を求められる恐れがあります。



東都生協は10月5日、東京大学大学院教授（農業経済学専門）の鈴木宣弘氏を講師に「悪夢の食卓～背筋凍るTPPの真実」と題した学習会を開催、東都生協組合員など63人が参加しました。その概要を抜粋して紹介します。

**「自由貿易」「規制改革」の名の下に、国民のいのちとくらしを犠牲に**

多国籍企業は資金力を利用して政治、官僚、マスコミ、研究者を操り、制度改変を推進。命、くらし、環境よりも企業利益を追求する「3だけ主義（今だけ、金だけ、自分だけ）」こそが、富の集中する「1%」の人々が主張する「自由貿易」「規制改革」の本質です。英国のEU離脱、米国の大統領選挙が示すように「格差是正」「自由貿易見直し」が世界の流れとなる中、TPP批准を急ぐ日本政府は国民の命と暮らしをどうするつもりなのでしょうか。

**日本は米国の草刈り場**

2015年10月、TPP交渉が大筋合意に達し、「歴史的快挙」などと日本では報道されましたが、その裏で日本は「オバマ政権のために譲れるものは全て譲る」という方針でした。食料関税は国会決議にも反しほとんどゼロ。さらに7年後に日本だけが農産物の関税撤廃の再交渉をさせられるという屈辱的な内容。一方で米国の普通自動車の2.5%の関税は25年後に撤廃、大型車の25%の関税は日本が米国車の輸入を増やせば30年後に撤廃という気の遠くなる内容。双方が熾烈な交渉を展開しているかのように報道されましたが、とっくに決まった上での「猿芝居」だったのです。

**影響試算では前代未聞の数字操作**

内閣府の試算は、「価格が1割下がれば、生産コストは9割下がる」と仮定したようなもの。農林水産業では当初4兆円の損失という試算を、最終的に1,300~2,100億円と1/20以下に圧縮。これは、本来「影響→対策」の順に検討すべきを、「影響がないように対策を取るから影響がない」という本末転倒した理屈です。SBS米（商社と国内卸業者が直接取引で輸入）の問題では、実質価格が1俵換算で3,600円も安いのに、高く偽装した輸入米が出回っていたことが明らかに。「今輸入米は高騰し国内米と価格が変わらないから国内米への影響はない」と主張した政府の根拠は完全に崩れました。

**TPPで賃金は下がり、雇用は減る**

TPPがチャンスというのは、多国籍企業にとっての話で、国民の仕事を増やし賃金を引き上げることは困難です。例えば、ベトナムでの賃金は日本の1/20~1/30。投資や人の移動が自由化されると、日本人の雇用は減り、賃金は下がります。米国のある大学の試算では、日本のGDPはTPPによって今後10年間で0.12%低下し、雇用は7万4,000人減少するとしています。

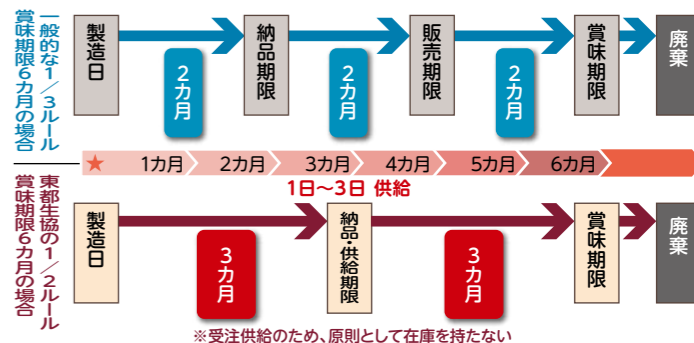
**ISDSで命と健康よりも企業利益を優先**

多国籍企業による健康・環境被害を規制しようとしても、逆に損害賠償をさせられるISDS条項で濫訴防止が担保されたというのも、疑問です（たばこ規制は対象外）。異議申し立てをしても国際法廷が棄却すればそれまでで、企業利益が健康や環境よりも優先されてしまいます。遺伝子組換え表示やその他の食品表示、食の安全基準、地産地消運動なども、TPPの条文に規定されなくても「米国企業に対する差別・不利益」としてISDSの提訴で崩される危険があります。

**東都生協の取り組み**

**東都生協1/2ルールを採用し、ロス削減**

現在、日本では従来の商習慣から賞味期限が比較的長い加工食品において、多くの場合、製造から賞味期限までの期間を1/3ずつに分けて運用しています（1/3ルール）。東都生協では1/2の賞味期限を残した商品（1/2ルール）を供給しています。



**★産直青果を供給**

「東都みのり」など、化学合成農薬や化学肥料の使用を極力抑え、皮ごと食べられる安全な青果物を生産することで、廃棄の削減につなげています。

**★余剰青果の供給**

グリーン・サポート、東都みのりサポート、フルーツ・サポートなどで余剰生産物を供給します。

**★循環型農業の推進**

米の精商品、耕畜連携による商品の供給、セットセンターから排出される青果残さの堆肥化など循環型農業を進めています。

**★農から学ぶ食育を推進**

生産者と直接交流し、学ぶ数多くの機会を生かし、「農から学ぶ食育」を推進します。産直・国産応援商品を利用し、産地・メーカー交流訪問や学習会などに参加しましょう！

参考：農林水産省・環境省ホームページ、政府広報オンライン



### 30年も前から農業無散布～くらぶち草の会を訪問～



11月9日、船橋東ブロック委員会では「くらぶち草の会」を交流訪問。世田谷センターを出発し、道の駅「くらぶち小栗の里」に到着したのは午前11時ごろ。早速、みんなで小松菜、みず菜、サニーレタスの収穫体験。苗植え付けごろの台風の影響で生育が遅れ、全体にまだ小ぶりの仕上がりがでした。その後、生産者と昼食交流をしました。

創始者の一人の佐藤さんからは、くらぶち草の会が30年も前から農業無散布で化学肥料を使わない農業に取り組んできたこと、苦労したことなどを聞きました。生産者37世帯のうち、新規就農者が19世帯というの驚きでした。

「生産者の苦労話を直接聞いたので、これからもっと買いたい」「たくさん野菜を収穫できてうれしかった」と好評だった交流訪問。天候にも恵まれ、楽しいひとときを過ごすことができました。

### おいしさ広がるカット野菜



第8地域のとーと会「まなびたい・やってみたい」たべてみ隊は11月11日、(株)健食(宇都宮市)を講師に招き、カット野菜で簡単！ラクラク調理・交流会を開催。当日の商品は、きんぴらごぼう用野菜ミックス・豚汁用野菜ミックス・ミックス野菜サラダです。カット野菜をバターで炒め、ゆでたパスタと東都つゆを加えて絡ませた「焦がしバターしょうゆのきんぴら風パスタ」、カット野菜と豚肉を煮込む豚汁に挑戦。野菜はもろろん国産、カットする手間が省けてゴミも出ず、味付けも自分流でOK、野菜高騰の折にも助かる魅力ある商品です。(株)健食は新しい食品安全システムの国際規格認証(FSSC22000)を取得していることや、原料入荷から出荷までの流れも学びました。やってみて、学び、食べてみた価値がありました。

### 参加者みんな楽しく収穫体験「埼玉産直センター収穫祭」



11月12日、墨田北ブロック委員会は埼玉産直センター収穫祭に参加しました。大きなキャベツをお母さんと一緒に収穫する子どもたち、生産者の方に手伝ってもらって長ねぎを収穫する子ども、自分で選んだ野菜の収穫をする組合員：長ねぎ、白菜、大根など10品目の収穫を全員が楽しみました。

会場には赤飯・焼きそば・豚汁などの出店や野菜の即売会、キッズコーナーも。深谷市のイメージキャラクター「ふっかつちゃん」も会場の賑わいに一役買いました。参加者からは「野菜の種類も豊富で家族みんなで楽しめた」「新鮮な野菜を安くゲットできて良かった」などの声が聞かれ、主催者は「収穫体験では各コーナーの生産者の方といういろいろな話ができたと、産地交流訪問とは一味違う生産者との交流ができる収穫祭参加を喜んでいました。」

### 清水農民組合産直部会訪問

Pick up!

第7地域 武蔵野西ブロック委員会は11月15日、みかんの収穫体験と学習、交流を目的に「清水農民組合産直部会」(静岡県清水区)を訪問。山の斜面を染める鮮やかな色、たわわに実ったみかんを収穫しました。どれも甘く果汁たっぷりおいしいみかんでした。

交流では、当初30人程いた生産者が4人に

減ったこと、高齢化に加え後継者がいない問題、放任園が増え鳥獣被害に苦慮していることなどの現状を聞きました。参加者からは「こんなおいしいみかんがなくなるのは寂しい」「ぜひ買いたい」「急斜面での作業がいかに大変かよく分かった」「後継者がいないのは残念」などの感想が聞かれ、日本の農業が直面する深刻な問題の一端を知ることができました。



※生産者が教える「箱みかん」の保存方法  
下のみかんに負担がかからないように、半分取り出して常温で保存する。



2日目は(株)実堂の有機ベビーリーフの圃場を視察し、種まきから収穫までの流れを

視察訪問は、組合員が産直産地の生産現場や関連施設などを訪れ、安全・安心な農産物が生産されているか、生産物は間違いなく届く仕組みとなっているかを確認することにより、「持続可能な農業や安全で豊かな食生活を考える」目的で行っています。

11月11日～12日は、熊本県の八代マルタ(八代市)と(株)実堂(上益城郡益城町)で実施。1日目は八代マルタの前田農園(登録銀二郎トマト)のハウスを訪れ、トマトの種まき、接木、定植など栽培期間中の状況や、有機質肥料を施肥していること、収穫終了後は太陽光による土壌消毒と微生物農法で栽培管理していることなどを確認しました。ミニトマトのハウスでは収穫体験を行いました。ミニトマトのハウスでは収穫体験を行いました。さらに選別の調整方法も視察。夕食懇談会で八代マルタ前田さん家族、(株)実堂の皆さんとの交流を深めました。

### 知っておきたい!用語解説

**微生物農法**  
土中の有用微生物や酵素の作用によって地力を高め、作物が持つ能力を最大に引き出し、安全で栄養価の高いおいしい農産物を増産する農法。八代マルタでは微生物の力を最大限に生かすため、自家製の土壌による土づくりを行っています。

確認。ベビーリーフとグラウンドリーフのパッキング工場、研究所、発芽大豆干場の施設見学では、トレーサビリティ管理と発芽大豆の製造方法について説明を受けました。昼食後は和木町にあるグラウンドリーフの露地栽培の圃場を視察して終了しました。

参加者からは「生産者や関係者から話を聞き、商品案内の倍以上の情報をダイレクトに得られた」「生産者がいかに真剣に生産に取り組んでいるかを知り、深く感銘した。これからは生産者の顔を思い浮かべながら買い求めるようになると思う」「など、安全・安心な農産物であることを確認したからこその感想が聞かれました。



### 連絡会で商品活動 利用促進商品を試食して広めています



しっかり味わってコメントを考えます

東都生協は事業区域を9つの地域に分け、毎月各地域で「連絡会」を開催しています。地域の中で活動している団体(ブロック委員会、とーと会、サークル、自治体連絡会)が集まり、活動について情報交換を行っています。連絡会では組合員活動情報誌「M.E」を基に、商品委員会からの報告や新商品のリスト、「新商品おしゃべり会」で試食したこれからデビューする新商品の紹介を行います。また、商品委員会で選ばれた利用促進商品を試食し、アンケートに答えて、おすすめコメントを商品委員会につなげる商品活動も行っています。商品を知るには食べてみるのが一番。商品の原材料や特徴、開発のコンセプトなど資料に沿って説明を聞き、試食します。連絡会で試食した商品が「わたしのお気に入り商品」になることも。毎回、いろいろな意見が出ますが、全地域のアンケート結果を次月に共有しながら、商品の「おすすめコメント」を各団体に広めています。

11月の利用促進商品は「とちおとめヨーグルト」。栃木県産とちおとめ(いちご)の果肉がたっぷり入って風味豊かな商品です。乳酸菌以外は全て国産原材料を使用し、原料乳にこだわった、香料や着色料などの食品添加物を使用していないフルーツヨーグルトです。

今回のアンケート結果は、回収153枚のうち「おいしい」と答えた人が127人、「注文したい商品」との答えが116人と高い評価でした。「栃木のとちおとめをふんだんに使ったヨーグルト」「このいちごの量でこの値段はとってもお得」「自然な甘さで、デザートやおやつにちょうど良いと思う」などのおすすめの声がありました。商品案内「さんぽんすき」で組合員の声として掲載

上半期(4月～10月)の利用促進商品

4月	ずんだ白揚げ
5月	伊勢のよもぎ三宮餅
6月	3種の和風おかず
7月	シャニーデリシャス果実100ゆずミックス
8月	釜飯せんべい(国産五穀入り)
9月	いわしの生姜煮
10月	国産舞茸と真イカのかき揚げ天

原材料:牛乳、いちごピューレ(いちご(国産)、砂糖)、砂糖、脱脂粉乳





A~Eの順に並べてできる言葉は。

ヒント：暖冬はキライ!?

1	5		9	12
2		7		A
	6		10	
3		8		13
4			11	C
	E			

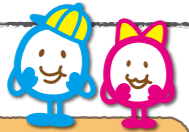
タテのカギ

- 1 親友。知人。自分のことを分かってくれる人。[○○を頼る]
- 3 種から芽を出して間のない草や木、足植前の草木
- 5 映画やテレビドラマなどで、俳優がやっていること
- 7 服を着ているとほっそり見えること
- 10 部屋。ワン○○マンション
- 12 湯などの表面から立ちのぼる水蒸気が白く煙のように見えるもの
- 13 ○○付きの悪党、干社○○

ヨコのカギ

- 1 物事を認識したり、判断したりする頭の働き。○○を絞る
- 2 非常に喜ぶこと。合格の知らせに○○○雀躍する
- 4 願いごとを書いて、社寺に奉納する絵の額
- 6 若い女性。娘。特に若くて活発な娘を言うときに使われる
- 8 無事に済むこと。間に合うこと。ギリギリ○○○
- 9 ある物事を似た物事を使って言い表すこと。たとえ
- 11 それをただのかわいがないこと。時間を○○にする

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
- 水餃子と焼き餃子、どちらがお好き? 餃子のアレンジレシピはありますか?
- 「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いません。

1月号の答えは、「A、C、E、G、J」だよ! 締め切りは2月22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 「ゆかりかけ詰め合わせ」の添加物にカラメルが入っていました。インターネットでは、着色料のカラメルは、添加物として問題があるとの情報もあります。東都生協の商品には入れてほしいなと思っています。

A カラメルは、糖の加熱処理によって作られる...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...

Q 「ゆかりと枝豆のごはん」と豚バラ大根セットですが、現在の商品名、商品説明文にお弁当という表記がないため分かりにくい。大変申し訳ありません。

A コールセンターの件で、迷惑をお掛けし、申し訳ありません。本年度、練馬センターのコールセンター化に伴い体制の強化を行いました...



- 「トマト倶楽部」のことを知りました。トマトジュース大好き! 愛飲しています! 狛江市 大木誠子
- 孫はトマトが大好きで、遊びに来た時「トマト食べる?」と聞くと「生協のトマトが食べたい!」と言います。 昭島市 久保幸枝
- 11月&12月号の堀絢子さんへのインタビュー(p.6)。「戦争は二度とさせてはいけない」と若い人たちに伝えたいです。 東久留米市 大関順子
- 牛肉に関して、どこで生まれ育ったかが分かるとは!...びっくりしました。 練馬区 小野麗子
- 11月&12月号の「しいたけ復興ものがたり」を読み、注文書に原木しいたけがなかったことを理解。同時に菌床の生産者に協力しようと思いました。「今後、原木栽培は復活できないかも」というのは重い言葉です。 杉並区 石田紀久子
- いろいろなイベントが紹介されていますが、うちは中学生になり付き合ってくれなくなったので、うらやましいな~と思いながら読んでいます。 足立区 青島美紀
- 商品カタログで、三陸や熊本産のものがあつたら、なるべく購入するようにしています。少しでも復興のためになれば! 横浜市 城井祐子
- 7割は東都生協の商品を利用しています。国産品はとてもおいしいし、生産者の方もとても頑張っていることを交流会で知り、日本の農業はとても丁寧だと分かりました。 江戸川区 原美恵子
- うちでは7割くらい東都生協からの食品でまかっています。子どもたちも生協のものだと安心しておいしいと食べます。 港区 黒田千景
- 安全・安心の国産品をずっと購入することを心掛けてきました。子ども、孫にも語り継いでいます。 小金井市 星野弘子



### 10月のわたしたち

2016年10月20日現在 ※[ ]内は前年比

組合員数	235,554人	[101.5%]
加入	10,636人	[117.8%]
脱退	7,112人	[103.8%]
総事業高	18,474,470千円	[101.0%]
共同購入事業	17,731,230千円	
弁当配食事業	104,683千円	
生活文化事業	187,206千円	
生活支援事業	19,082千円	
その他事業	432,269千円	
出資金	6,669,355千円	[99.4%]
一人あたりの出資金	28,744円	[98.5%]

今後の理事会日程(予定)

2月16日(木)、3月23日(木)  
4月13日(木)、4月25日(火)

- 【報告事項】
- 決算概況および各部業務報告
  - 東京南部生協2016年10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
  - きょうせいの第40回国会議議署名およびリサイクル洗ひセンター支援募金の件
  - 常任理事会決議事項報告
- 【審議事項】
- 2017年度理事会日程(案)と第44回通常総代会日程(案)確認の件
  - 役員制度の改正に関する件
  - JANコード管理システム導入に関する費用支出の件
  - 小金井市商工会に入会する件
  - 「環境管理規程」および「環境監査規程」の改正の件

## インフォメーション



### 理事会報告 (抜粋)

### 編集後記

暦の上では春。この言葉が長いこと信じられなくもあり、根柢しくもあり…。“こんなに寒いんだもん、まだ真冬じゃん”、なんて子どものころは思いつつ、時折、干した布団に触れる日向ぼっこの暖かさに、春を実感したものです。ところが、年月を経た今、寒い時季に聞く「春」の響きのなんととも素敵なことか。かつては庭の紅梅を見て、単にかわいいと思っただけだったのに、今は春の喜びの象徴のように思えます。近年は天候不順がその度合いを増していますが、凍えた大地の下には植物の芽が潜み、木々の枝にはつぼみが育ち、光あふれる春本番を待っています。土づくりをした母なる大地、「自然と向き合い作物＝生命」を育てる生産者の皆さんとその作品である「作物＝自然の恵み」に思いを巡らせ、今日もまたおいしい食べ物がいただけることに感謝。まだ寒さは続きますが、大地の恵み、生命力あふれるにらや水餃子をいただいて温まり、元気に過ごしたいものです。(H, H)

## 住所不明組合員のみなし自由脱退手続きに関するお知らせ

当組法定款第10条2項に基づき、住所の変更届を2年間行わなかった組合員は脱退の予告があったものとし、「のみなし自由脱退対象者」とさせていただきます。

(今回ののみなし自由脱退の条件)

2015年と2016年の両年に東都生協からの郵便物が宛先不明で返送された方で、東都生協事業の利用実績のない組合員。

2017年3月20日をもって「のみなし自由脱退の対象」となっている方は、共同購入センターに備え付けの住所不明組合員名簿に掲載されています。お心当たりのある方は、共同購入センターでご照会ください。もし、この名簿にご自分のお名前が掲載されている場合は、至急東都生協へご連絡願います。

なお、今回脱退手続きをさせていただいた方で、後日住所が判明した場合、お申し出を確認した日をもって従来の出資金額で、再度組合員として登録させていただきます。

2016年12月20日 東都生活協同組合 理事長 庭野吉也

お問い合わせ:システム部 システム運用グループ組合員係  
電話 03-3329-4927 午前9時～午後5時(日曜、月曜、年末年始休業日を除く)

## MOGMOG コラム

### 個人宅配の手数料制度のご案内

東都生協の個人宅配手数料制度をご案内します。

※手数料の金額については、特にことわりがない限り、税込の表示となっています。

**その1 基本手数料+配達手数料(税込)をいただきます。**

商品お届け	基本手数料	配達手数料	合計
あり	143円	51円	194円
なし	143円	0円	143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(税込)	基本手数料	配達手数料	合計
8,000円以上10,000円未満	143円	21円	164円
10,000円以上	143円	0円	143円

**その3 シニア割**  
世帯全員、または2人世帯のいずれか1人が65歳以上の場合。  
※申請書を提出いただく際に住民票(世帯全員記載)の目視確認を行います。

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

**◆ハンド・イン・ハンド割**  
加入名義者本人、または同居している方(家族・親族・内縁を含む)が身体障害・知的障害・精神障害による障害者手帳(知的障害者は愛の手帳、精神障害者は保健福祉手帳)または被爆者健康手帳を持っている場合。  
※申請書を提出いただく際、各種手帳の目視確認を行います。

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

**◆ハローベビー割**  
本人もしくは配偶者で母子健康手帳が交付されてから、1歳未満の赤ちゃん1人に付き1回のみ申請できます。  
※免除期間:申請から2年間は基本手数料・配達手数料(税込)を半額とします。  
※申請書を提出いただく際、母子健康手帳の目視確認を行います。

商品お届け	基本手数料	配達手数料	合計
あり	71円	25円	96円
なし	71円	0円	71円

ハローベビー割の利用金額による配達手数料免除

1回のお届け金額(税込)	基本手数料	配達手数料	合計
8,000円以上	71円	0円	71円

※双子や年子などで、1歳未満のお子さまが2人以上いる場合は、基本手数料・配達手数料ともに無料です。

## 紹介します! 私たちのとーと会

### 第1地域 足立とーと会

「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。


**地域を越えて、とーと会で楽しく活動**

「足立とーと会」は、足立弘道プロックで委員活動を終えた元のメンバーがとーと会として立ち上げて今年で4年目。今はプロックの地域にとらわれず、同じ興味をもつメンバー3人で構成しています。月に1度、足立センターの会議室に集まり、地道にコツコツと話して楽しく活動しています。

今までの主な企画としては、手作りソース教室(ニオンソース味、医療保険の勉強会、無農薬茶の会への産地訪問など)がありました。昨年の10月20日には群馬県の「畑野菜くらぶ」へ産地交流訪問に行き、小松菜やレタスの収穫体験や、グリーンリーフの生産加工施設の見学をして、「畑の土がとても軟らかいのに驚きました」「小松菜を抜くのがおもしろかったです。これからも産地を応援していきたい気持ちになりました」「実際に現地を見て農家の方のご苦労も分かり、感謝の気持ちでいっぱいになりました」など、参加者からは評価の高い感想をいただきました。充実した産地訪問を企画できていると実感でき、私たちが満足です。

「興味のある方、よろしければ一緒に活動してみませんか? 足立センターまでご連絡ください。」

「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

### アレルギー相談室と武内さん

# おしえて! 新谷さん

「グルテンフリー食品と小麦アレルギー」について考える

**新谷** 最近、グルテンフリー食品はダイエット効果や健康に良いという報道が見受けられます。グルテンとは、小麦や大麦、ライ麦などに含まれるたんぱく質のことですが、これらの商品には問題があるとも聞いています。

**武内** 海外には、グルテンを摂取すると小腸の粘膜に炎症が起こり、栄養が吸収されにくくなる「セリアック病」があります。この病気は自己免疫疾患なので、グルテン不摂取療法が取られます。またグルテン摂取による病気としては、腹部膨満、腹痛、下痢などの症状が起こる「グルテン過敏症」もあります。その他、小麦アレルギーの原因物質もグルテンですが、これはセリアック病と違い、皮膚や呼吸器、消化器など全身性の症状が見られるアレルギー疾患で、こちらは治癒します。セリアック病も小麦アレルギーも治療法は、小麦を除去することです。

**新谷** 欧米のように主食が小麦の国では、グルテン除去の食事は大変ですね。

**武内** 欧米ではセリアック病やグルテン過敏症対策向けの「グルテンフリー」商品が多数あり、市中の店舗で手軽に入手できるようです。日本でもグルテンフリーダイエットの流行に伴い、輸入のグルテンフリーの Pasta やお菓子を見かけるようになりました。最近は国産のグルテンフリー商品も増えています。

**新谷** 輸入された「グルテンフリー」商品を日本の小麦アレルギーの人が利用しても大丈夫でしょうか?

**武内** 海外では、グルテン含有量が20ppm未満(1キログラム当たり20ミリグラム)の場合に限って、「グルテンフリー」表示ができる認証制度があります。なので、今販売の輸入グルテンフリー商品にはグルテンが含まれている可能性があるため、小麦アレルギーの方は知っておく必要があります。それを知らずに利用することはリスクがあります。

**新谷** 日本でもグルテンフリー表示の国産商品が増えましたが、それらについてはいかがでしょうか?

**武内** 日本も米粉製品が増え、グラノーラ、クッキー、パスタなど種類も豊富になりました。中にはアレルギーを考慮した商品もありますが、「動物性脂肪を使わない」「完全菜主義」などのマクロビオティックやヴィーガンに対応した商品もあります。日本のアレルギー表示は、10ppm(1キログラム当たり10ミリグラム)未満を陰性とする法的基準があり、違反すれば商品回収など重い罰則規定があるため、原材料だけでなく製造中の混入にも注意して製造されています。一方、マクロビオティックやヴィーガン対応商品には規定がなく、製造中に小麦が混入しても「グルテンフリー」の表示が可能です。


**新谷** 日本では「グルテンフリー」表示の基準は作らないのでしょうか?

**武内** 日本も米粉製品が増えましたが、日本の「グルテンフリー表示」商品にはグルテン含有量の基準がなく、今、農林水産省は小麦アレルギーの方が選択を誤らないように、海外よりも厳しい基準の適用を検討しているようです。なお、東都生協の「アレルギーを考慮した商品」でご案内している「グルテンフリー習慣フジリタイプ」は、米粉専用工場で製造されています。

**新谷** 小麦アレルギーの人は、「グルテンフリー」の表示には要注意ですね。東都生協の「アレルギーを考慮した商品」は毎月1回の企画ですが、ホームページでは毎週ご案内しており、インターネット注文の登録をしなくても注文書に注文番号を記入すればご利用できます。紙面に不掲載の商品もご案内していますので、ぜひご利用ください。

〈安全・品質管理部 部長 新谷喜久夫〉

■グルテンフリー習慣フジリタイプ  
(製造者:株式会社大淵村あきたこまち生産者協会)  
原材料名:発芽玄米粉(国産)、白米粉(国産)/加工デンプン、増粘剤(アルギン酸エステル、増粘多糖類)







# 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!

<p><b>行動目標1</b></p> <p>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</p>	<p><b>行動目標2</b></p> <p>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</p>	<p><b>行動目標3</b></p> <p>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</p>
--	--	---

## 「見て 聞いて 話そう! 交流フェスタ~みんな集まれ!! 暮らしに役立つ情報を発信!」に参加しました!



10月は東京都の消費者月間。講演会や展示会など、消費者啓発事業に東都生協も毎年参加しています。昨年も10月7日・8日新宿西口駅前広場にて「見て 聞いて 話そう! 交流フェスタ~みんな集まれ!! 暮らしに役立つ情報を発信!」を開催。東都生協などの消費者団体、市民団体、東京都、企業、事業者団体、公益法人など55団体が参加しました。「暮らし」「環境」「食」「安全対策」「消費者被害防止」のテーマのうち、東都生協は「食」エリアに出展しました。

### 食を通じて環境を考えろ!

東都生協は、「食からエコを考える」をテーマにしたパネルを展示。オーガニックブランド「東都ナチュラル」、「米の精」商品や、「ひたち野 穂の香卵」、「北里八雲牛」などを紹介し、これらの商品を利用することが環境保全にもつながることをPRしました。(本誌p.5~p.9の特集もご覧ください)



北里八雲牛

ひたち野 穂の香卵



米の精イメージキャラクター「コメ丸」

「東都ナチュラル」は、有機JASマークのついた農産物や加工食品、第三者認定機関のオーガニック認証を受けた日用品に加え、東都生協の農産物ブランド「東都みのり」を含む商品を取りそろえたブランドです。「東都ナチュラル」商品を利用し続けることは、環境を守り次世代に豊かな大地を残すことにつながります。



**有機JASマーク**…化学合成農薬や化学肥料などの化学物質に頼らないで、自然界の力で生産された食品に付けられます。有機加工食品のJAS規格に適合した生産が行われていることを登録認定機関が検査し、認定された事業者のみが有機JASマークを使用することができます。このマークがない農産物と農産物加工食品に「有機」「オーガニック」などの名称を表示することは、法律で禁止されています。



認定機関名

**東都みのり**…化学合成農薬・化学肥料を使用せずに栽培した、東都生協が定める農産物自主基準。第三者による認定を受けた有機JAS農産物も含まれます。



### 余剰野菜・規格外品を有効活用し、農産物の廃棄を抑制!

#### 産直青果物サポート ~余剰青果物の支援企画~

「グリーン・サポート」「東都みのりサポート」は余剰野菜の低価格供給です。「フルーツ・サポート」は余剰果物の通常価格供給、もしくは規格外品の低価格供給のいずれかとなります。何が届くかはお楽しみ!



#### (農)「房総食料センターのなす乱切り(素揚げ風)」

余剰や規格外となった(農)房総食料センターの産直なすを乱切りにし、油をまぶしてオーブンで焼きました。



**私の宣言** 「東都みのり」「米の精」商品を積極的に利用し、その良さをいろいろな人に伝えます。

今月の表紙

冬の間も田んぼに水を張ることで、抑草効果や施肥効果、さらには水資源の保全にもつながるといわれている「ふゆ水田んぼ」。極寒の時期には雪や氷に覆われ、春が来るのを待ちわびているかのよう。5月頃には、田んぼに残雪の北アルプスが映る風景、水鏡が楽しめます。(長野県安曇野)