

ひまわり

2021年
5月10日

No. 1413

生活協同組合 あいコープふくしま

郡山市安積町日出山1-110-1

Tel 024-956-0011 Fax 024-956-0055

フリーコール 0120-910-408

もくじ

- ① 愛農会の二本松市・大内さんの畑見学：春野菜 朝暗いうちに収穫・鮮度抜群！
- ② “地粉うどん”は有様の小麦畑から
- ③ “生産者からのお便り・ローカル品 地産地消の愛菜箱
- ④ アスブル：オーロラソースとても合いますよ！ / 満点あおばちゃん等 値上げのお知らせ
- ⑤ 2020年高校生平和大使 報告「原爆は“恐ろしい”言葉だけで終わってはいけない」
- ⑥ シフォンケーキ作りカフェ：BP未使用でもふわふわ / コープ艾渚シリーズ
- ⑦～⑩ ローカル商品のご案内・なんでもカー・交通申込書・注文品控えメモ

ローカル商品のご案内（5月4回）はうしろのページからです ホームページ <http://icoop-fukushima.jp>  CO・OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-80-9431

愛農会の二本松市・大内さんの畑見学（4月27日）

4月27日(火) ローカル生産者・愛農会の大内督さん（二本松市）の案内で、
小麦、さやえんどう、スナックエンドウ畑の見学とお話を伺いました。

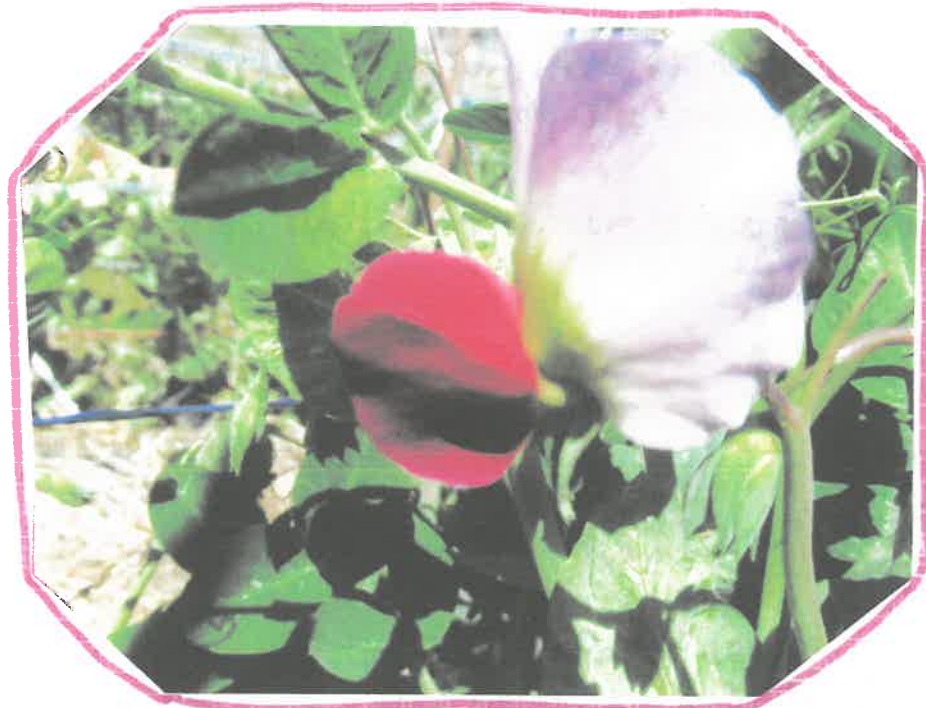
春野菜

さやえんどう
スナックエンドウ

防除
0回!!

朝、暗いうちに収穫、鮮度抜群!

神秘的な色合い



柔らかくて美味しい さやえんどう (二本松市・大内さんの畑) 4月27日



↑小麦畑で笑顔でわかりやすく話してくれた大内督さん(右側)

大内督さんのお話から

どちらも、昨年10月末～11月初めに種まきました。この畑には、9月までキャウリを作っており、その後に輪作したことで、キャウリの残した肥料を吸収したり、キャウリのネットをそのまま使うなど輪作効果を活用しています。

しかしモグラが土を掘り（エサのミミズを探し）その穴をネズミが通り根っこを食べて根が十分に張らないと3もあります。5月中旬には穴が空き一気に成育します。今年は昔は「三度豆」と呼ばれ3回も収穫できましたが、近年は地球の温暖化でほぼ「一度」です。スナックエンドウは、豆と皮部分が軟らかく栄養価も高く丸ごと食べられます。

4時からの朝採りと たとえ1束100円でも作り続ける

「さやえんどう」「スナック」の収穫は、早朝4時頃の暗いうちに督さんとお母さんの二人で畑に行き行っています。朝採りで一番新鮮なものを組合員に届けたい気持ちが伝わってきました。

収穫作業は下段では、屈んで上の方は腕を伸ばして

000704 5月4日 100g 157円(税込み)

防除回数 0回 ①

1個おつてから、体・手間して根気が必要です。特に上に伸ばした腕の袖口から朝露が浸透してびしょびしょになって...と話していました。

帰り際に大内さんが自分たちが農業に取り組んでいる気持ちを一言話してくれました。

「いろんな野菜を長年作っていると、全く手におえない場合があります、気持ちか折れそうに...。そんな時はスパッとあきらめ、『春がダメなら秋がある!』と自分に言い聞かせるんです」と。

もう一つは、「たとえ小松菜1束100円でも切らすおに作り続ける小さな積み重ねが大事です」と。私たちあいコープはこうした生産者に支えられていることを実感しました。

(あいコープふくしま 橋本由美子)

地粉うどん は 有機の小麦畑から

この小麦畑は、太陽光のソーラーパネルの下にあり、広さは2反歩で小麦収量は約300kg。小麦品種は「ゆきちから(中力粉)」で、グルテン度(タンパク質含有量は2.5~10.5%)でうどんと小麦粉に使用。

肥料を多くすると、タンパク質が増え、グルテン質も多くなるが、肥料のやりすぎは病気になるため与えてません。秋蒔きのため虫の発生、雑草も少なく手間がかかりません。

被害はスズメでした。糸を張り鳥の声をスピーカーに流すほど大変でしたが、大震災と境に被害は激減しました。放射能かネオニコチノイドか、それとも生態系の異常かは分かりません。

(大内 督さんの話)

種蒔き

... 昨年11月下旬で種は自家畑から採種したもので5年間続けていますが、だんだんとグルテン度が低下してきたので「新しい種」を購入しよう。

麦踏み

... 早春2月と夏10cm程に伸びた芽を踏むことで根張りを良くし、分けつが促進されます。体重60kg以上のの方が効果が高いそうです。うちも昔はやりましたが今はやってません。

成育期~収穫期

... 穂が養分を吸ってまっすぐに伸びる時期。6月下旬の収穫期は、私の胸下ぐらい。黄金色に染まり美しいが、刈り遅れると穂の折れや落ちが発生します。

この収穫期を「麦秋(ばくしゅう)」ともいわれ、俳句の季語で「初夏のこぼれ」をあらわすそうです。

昔は7月1週目に収穫で初夏でしたが、今は地球温暖化のため早くなっており、「季語」とズレています。

次に大豆を

... 収穫後の畑の7月に輪作として大豆を植え、大豆の根粒菌、栄養分が次年度の小麦を活性化させます。二つの相性が良いそうです。

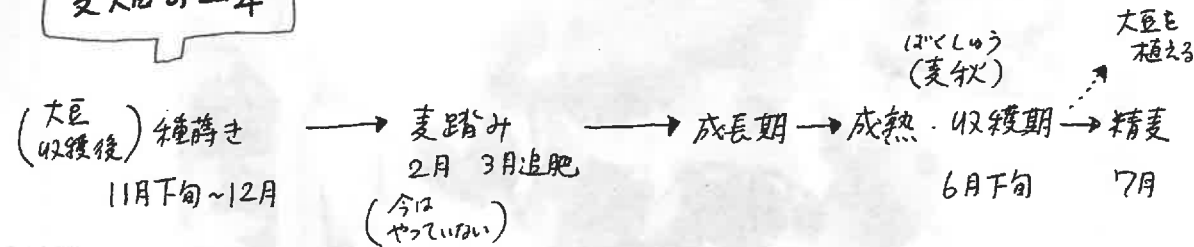
精麦し地粉うどんへ

... 精麦(粉を挽く)とうどん作りは滝根町の加工所です。小麦の「ふすま」を残すことで、地粉の味わいが生まれ、食物繊維ミネラル分が残ります。

一度、地元の加工所で精麦・加工をやったところ、「ツルツルだけで味わいはよかったです」

加工場が有機認証ではないため、「二本松うどん」の表示。

麦畑の一年



「三度豆」が1度の収穫なのは温暖化のため

・栽培の畑見学は、短時間でしたが手入れが行き届いておりました。また地球の温暖化により「三度豆」が一度しか収穫できなくなっていることや、小麦畑に集まるスズメが「見当たらず」になった等は、現場(畑・生産者)に行くことで知りました。また小麦の精麦でふすまを残すこだわりもよく分かりました。

そして大内督さんの人柄も明るく素晴らしい方だと改めて思いました。私たち生協組合員がしっかり買い支える事で少しでも手助けしたいと思いました。

(あいコープセンター 佐藤直喜)



← 成育中の小麦

現在は50cmくらいで、
6月下旬の刈り取り時には
大内さんの胸の下くらいの
高さまで成長し
色も黄金色に変わります。

小麦の収穫量は
反当り150kgで
この畑は2反歩。



ストックエンドウ
の花

大内さんの
畑にて

次回6月1日に
企画されます



↑
安達太良山の残雪
大内さんの畑から
望む
(4月27日)

D-カル品

000750 5月4回

『二本松の
地粉うどん』

値引きセール
△ 10円
値引き

500g (5人前)

税込計 480円

D-カル案内
地産地消の愛菜箱
000703 税込 977円

4月4回 お届け品

葉玉ねぎ 400g・ほうれん草 1袋
ミニトマト 1袋・きゃうり 2本・ニら 1束

③

*生産者からのお便り
清楚な山桜
「私も忘れないで」に励まされ

安達太良山の残雪も日毎に少なくなり、田んぼに畑に出る人も増え、忙しさ
増す日々です。稲の種まきを終えビニールハウスで育苗中ですが、暑さ寒さ
天候によって、温度調整に神経を使う日々です。畑では今年最初に播いた、
ほうれん草、小松菜、サニーレタス等が出荷可能なほどに育ちました。一緒に
播いた大根、カブ、キャベツ等はもう少し時間がかかりそうです。今は春、
良き季節ですが、まだ害虫や病気は少なく作物も人も天国です。豪華に咲き
誇った桜も散り、今、山桜が山中に目立ちます。日頃質素に清楚に目立たぬよ
うに過ごす山桜が「私も忘れないで」と、新緑の中に咲く山桜に励まされ、
急に増えた野良仕事に精出す日々です。

大内 信一

5月1回 お届け品

葉玉ねぎ・小松菜・サニーレタス・
ほうれん草・トマト

(※大内信一さんは、
大内智さんのお父さんです)

『アスブロ』 我が家で大ヒット!

「ひまわり」で新商品に挑戦



オーロラソース
とても合いますよ!

私もアスブロに
はまっています♪

★私もアスブロにはまっています!! 味はブロッコリーみたいなの...
歯ごたえはアスパラガスのような...

うちでは、オーロラソースと合わせて、そのまんまボンレスハムと共に
サンドイッチで食べたりしています。

アスブロとオーロラソース、とても合いますよ!!

(福島市)

5月4日
ローカル案内 000707 アスブロ (ぶくほGAP) 150g 税込計 208円

まなま通信 58 そのまんまボンレスハム 100g " 322円

満点!あおばちゃんなど

次回、6月1日より値上げになります



・花見糖の仕入れ価格の
値上がり分

「ベーカリーバニータナキ」さんの
諸経費増を抑えてきた分
二つの理由です。

あおばちゃん 6枚・8枚・12枚 税込計 240円 (税込計13円の値上げ)

あおばちゃん 1.5斤ノンフライ 税込計 355円 (" 15円の値上げ)

コッペパン3本入 税込計 186円 (" 13円の値上げ)

黒糖レーズンパン) どちらも 355円 (" 31円の値上げ)
黒糖くるみパン) 税込計

生協としても値上げ分を
価格に上積みすることは
申し訳なく思います。

ご理解の程
よろしくお願ひします

ネット注文 やってみました!

注文点数と合計金額が一目瞭然!
注文履歴が確認できる

ネット注文の
QRコード



★インターネット注文してみました。

私が便利だと思った点は2つあります。

1点目は、注文点数と合計金額を確認しながら注文できる点です。

今までは、「だいたいこれぐらいだろう..と注文していたのが一目瞭然で確認
しながら注文できるので安心です。

2点目は、注文履歴が確認できることです。

注文品を忘れ翌週同じ物を注文することがありましたが、発注ミスも
防止できます。

カタログ無しで、空いている時間に注文できるのも嬉しいです。

私の場合はカタログを見て注文番号を入力する方法が一番合っています。

「インターネット注文」利用したいです。

(福島市)

3800名の組合員づくりへ

新しい組合員さんらエルカム!!

試食食品の感想カードの紹介

・ぎゅっと、もちりしている小さくとも食べごたえのあるパンでした。いつも食べるものなので
合成添加物が入っていない安心できるパンはいいと思いました。
ジャムも自然な色で、安心しておいしくいただきました。(須賀川市)

・無添加商品気に入っていただけ嬉しいです。生産者の方達の熱い思いを
もっともっと知ってほしいと思いました。コロナも一日も早い収束を願うばかり
です。(紹介組合員)

原爆は「恐ろしい」という言葉だけで 終わってはいけない!!

安積高校二年 吉井 佳音

今回、度重なる延期の末、多くの方々のご尽力のおかげで開催された第二十三代高校生平和大使広島研修で、私の心に残ったことを報告します。

一つ目は、被爆者・原田治さんのお話です。被爆当時五歳だった原田さんは、広島駅舎の陰にいたため、生き延びることができました。その広島駅からお父様と一緒に逃げる時に、亡くなられた方の内臓が足に入り込みながらも踏み続けて歩いたそうです。その時、なぜこのようなことをしてまで自分は生きなければならぬのか…と思いながら必死に逃げていると仰っていました。たった五歳の子どもに残酷にもそう思わせてしまう原爆は「恐ろしい」という簡単な言葉で終わってはいけない兵器だと改めて思いました。また、原田さんは被爆体験を原点としない平和活動は一過性のイベントに過ぎないと仰っています。その上で、私たち高校生平和大使には被爆体験者のお話を自分の中に吸収して、「被爆体験を原点」に活動して欲しいと訴えられました。私は原田さんのその思いに応えていきたいと強く思いました。

二つ目は、二日目のフィールドワークで広島平和公園を案内して下さった岸本伸三さんのお話です。その中でも、被爆によって左足を切断しながらも、そのことを一切隠さず、アジア地域で被爆証言活動を行っていた沼田鈴子さんのお話が衝撃的でした。沼田さんは2011年に亡くなられましたが、その訴えは被害者の立場よりも、加害者の立場での証言だったそうです。アジアの多くの国々が、日本に原爆が落とされたことで自分達は支配から解放され、救われたと捉えていることを、恥ずかしながら私は知りませんでした。そのため、沼田さんのお話はアジアで最初は受け入れられなかったことを聞き、大きなショックを受けました。以前、平和記念資料館を見学した際、たくさんの外国人が真剣に一つ一つの「展示物」を時間をかけてじっくり見っていました。その姿を見て、原爆に関心を持っている人、核兵器の脅威を知っている人は世界中にいると感じ、少しずつ平和な世界に近づいているのかもしれないと考えていた浅はかな自分を反省しました。原爆・戦争について私自身が被爆者の方や平和活動をしている方のお話に耳を傾け、学んだ事実、願いを多くの人々に伝え、原爆・戦争・平和について、皆さんに意見を持ってもらう必要があると痛感しました。

自分の考えや思いを明確に伝えたい

今回初めて顔を合わせた全国各地の高校生平和大使と同じ空間で、原田さんの被爆体験、第十八代高校生平和大使の井上つぐみさんと派遣委員会の平野伸人さん、在間秀和さんのお話、全国各地からの活動報告を共有したことで、全国に私達の活動を支えてくださっている大人の方々がたくさんいて、平和活動を行う同世代の仲間がいると身を持って感じることができました。

そして平和大使の仲間との交流で、福島の実状を質問された時に表面的な言葉でしか表現できなかった自分にもどかしさを感じました。自分の考えや思いを明確に伝えることを心がけていきたいと思いました。

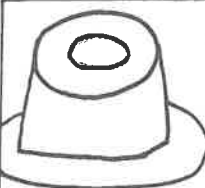
高校生平和大使・中高生広島平和交流団 巡遊

平和を未来につなぐ 支援金

ご協力に感謝します

4月3日 24名 18,500円

4月4日 14名 12,000円



シフォンケーキ作り カフェ会 (12月26日)

この卵にして このふくらみ!! を実感

* シフォンケーキは何度も挑戦したことがあったのですが、いつも上手くいかずにいました。でも今日、カフェ会で作ったシフォンケーキは、作り方もカンタンで、出来上がりもふくらみがすごく、とても感動しました!!

ふんわりというよりも、卵白のしっかり具合には おどろきました。この卵だからこそ、このふくらみのたね、と実感しました!! また家でもやろうと思います!!

(郡山市)

ベーキングパウダー

「B.P」不使用でも

シフォンケーキ作りカフェ会

ふわふわ♡♡♡

★今回ゲストさんと一緒にシフォンケーキ作り・卵のカフェ会に参加させていただきました。とても簡単に作れて、B.Pを使わなくてもふわふわもちりおいしいケーキが出来ました。やっぱり卵が新鮮だからですね!!

花見園の卵は殻が固く、黄味はもちり、白身は盛り上がっていて新鮮なのが見てとれます。飼料にこだわり、無薬で育てられた鶏が産卵翌日にはパックされ産卵後3日後には消費者の手元に届くというスーパーでは手にすることが難しく、安全面・栄養面・環境面にもこだわった貴重な卵であることを皆で学びました。

毎日の食卓に欠かせない卵。生産者さんに感謝して買い続けたいです。楽しく学びのあるカフェ会に参加でき良かったです。ありがとうございました。

(郡山市)

簡単に、あ、というまに

★難しいと思っていたシフォンケーキが簡単にあ、というまにできて感動でした。花たまご・菜種油・花見糖...という原材料がいいからふくらとふくれて、おいしくできるんだと分かりました。ぜひ家で作ってみたいと思います。

(郡山市)

3800名の組合員づくりに ～ 試食品「感想カザ」の紹介

・パンは食感がとても良く、子供も喜んで、頂いたジャムと共にあ、という間に食べてしまいました。甘すぎず毎日食べられそうです。

牛乳もやっぱりとしていて飲みやすかったです。(郡山市)

・モクモク食感でとてもおいしかったです!! (郡山市)

・再加入ということでしたが、米粉パンは食べたことがなかったとのこと。米粉パン好感想で良かったです。(紹介組合員)

CO-OP共済シリーズ

息子のケガに「動揺」の私でも、やさしく話が!

★息子の急に起きたケガで動揺していた私でしたが、電話での問い合わせの時のオペレーターの方はとても冷静に、やさしく話を聞いて下さり、落ちついて話す事が出来ました。

共済金も すぐに出たので とても助かりました。ありがとうございました。月1,000円でこんなに保障していただき、本当にどうもありがとうございました。

(郡山市 Y.A)

< CO-OP共済 2020年度の報告 >

2020年度 「68件の加入」 ありがとう

	たおけあい	あいぶらす	ずっとあい	火災	計
2020年度新規	51	8	7	2	68件
現在累計	900	186	41	21	1148件

※ 今年度の共済金のお支払いは142件でした。

内訳: ケガ通院 67件 ・ 病気入院 49件 ・ 病気手術 14件
ケガ入院 5件 ・ 異常災害 3件 ・ ケガ手術... 2件
・ 家族の死... 2件

・参考・ 共済の加入コース別に見たお支払い状況

ジュニア 73件 ・ 女性 43件 ・ 医療 17件
ゴールド 7件 ・ あいぶらす 2件

新しく加入された方に 感謝します

そして、共済金のお支払いを受けた方にお見舞い申し上げます

⑥