

# ひまわり

2021年  
5月17日  
No. 1414

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

ネット注文の  
QRコード



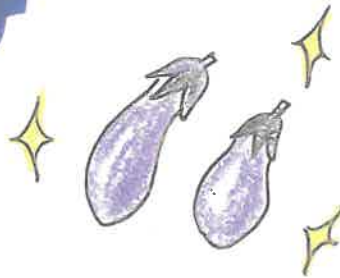
も  
く  
じ

- ① ふくしまGAP 八代昌子さん 茄子 之ど味なく軟らかい 密度しっかり
- ② ↓ ふくしまGAP 安藤工ムラコリー / 3800名 組合員
- ③ ↓ / 新型コロナ感染に抗する力 郡山北地区
- ④ 奈良時代 天然痘ウイルスを全人口が犠牲、774年の原理
- ⑤ ワクチンが獲得免疫を始動させる。
- ⑥ 生産者からの お便り / 産地回りの案内 / ネット注文 Q&A
- ⑦ ~ ⑩ ローカル商品のご案内・なんでもカード・共通申請書・注文控えメモ

ローカル商品のご案内（6月1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

組合員さんが  
**ファーストタッチ**の茄子

之ど味なく軟らかい 密度しっかり



ふくしまGAP  
八代昌子さん

茄子 **ピカピカ**に光る



この茄子は  
素手で触ると  
手が乾いて  
生焼けに  
届きます

だれも磨いてません  
触れてません

自分の顔が早るほど光るナスの照り  
GAPグループの還元液や光合成の力によって  
ナスの密度がしっかりしている。  
味は、之ど味がなく軟らかい。

薄紫の花を付けたナス



1月に種まきした茄子  
↓  
台木に接ぎ木  
↓  
成育中  
肥料は ぼかし使用

品種 **PC筑陽**

ふくしまGAP とげのない  
料理しやすい茄子  
(八代昌子さんのハウス)

生産者はあえて手袋作業してます。

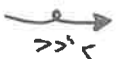
今年、初の地元の**なす**が出ます。生産者 ふくしまGAP 八代昌子さん(郡山市大平町)のお話です。

**なすに顔が早るほど**

※注1  
※注2 **なす**に自分の顔が早るほど光るのはGAPグループの『濃縮還元液(なすも乳酸発酵)』と『SPSB(光合成細菌)』の力で**なす**の密度がしっかりし、その細かい表面だからで、決して磨いて光るわけではありません。

このきれいな表面に手の脂や指紋が残ると**なす**にも組合員にも申しわけないと、天にも話し、手袋で収穫と袋詰をおこない、組合員さんが初めて触れる“ファーストタッチ”の**なす**に、何かいい感じでしょ!

①



## 傷のつかない「めんこい」なす

栽培を露地畑からハウスに昨年から変えました。露地では風が強いため、なすがランコのように振られてぶつかり合い傷が付くんです。

せめて大切に作って「めんこい」(可愛い)なすですから、傷がついたら可哀相です。

ハウスで良かったもう一つは、害虫対策に放す「コバチ」効果が高くなったことです。

価格は高いですが殺虫剤「ネオニコチノイド系」を使うより絶対安全です。大切なお金をどこに使うかが重要で、私は安全に使っています。

## 孫たちが食べるものに農薬はNo! 組合員も同じ!

私たちには、二人の娘がおり、近くで家庭を建てており、孫たちがきます。そして「ばあちゃんの野菜はおいしいね!」となすなど生のまま食べるんです。この孫たちに農薬を使ったものは食べさせられません。特に、3.11原発事故直後に生まれた子たちなので、作物に農薬は使えません。組合員も同じです。だから種から苗作りをします。苗を買うと仕事は楽ですが、農薬が恐く、5年前から変えました。

### ※注1 「濃縮還元液」(乳酸菌で発酵)

茄子を使う場合は茄子の残滓(ざんじ)をペースにして、乳酸菌を加えて発酵させる。(20~30%) (7日~14日)で、ドロドロの液体状の「濃縮液」が出来、これに加水等して「根」や葉面に散布すると、味がちがって濃くなります。

### ※注2 「SPSB」

光合成細菌株(PSB)を培養して強い株(ストロング)ができます。これが「ストロング光合成細菌」(SPSB)で、光合成が通常の500倍も促進する。これを葉面、根周辺に使用することで成長促進します。GAP 岡部 洋一氏の「研究成果」です。

### 八代昌子さんのおすすめレシピ

油との相性のよい茄子は揚げても、焼いても、漬け物でも美味しいです。

定番メニューの他に、塩茄子漬けにし冷凍保存したものを自然解凍し一口に七かて水分を絞り、和からし(練りからし)と砂糖を混ぜ合わせた物に絡ませると、簡単に茄子のこがらし漬けができます。

ローカル案内

000706

地元のなす

300g 税込 246円

防除回数 5回/40回

(1代目栽培)



②

ふくしまGAP

安藤さんの

ブロッコリー



2年くらいかけて作った「もみ殻堆肥」と岡部さんの「ぼかし」を使用しています。今年は定植の1/3くらい根が張らず失敗でした。理由は、早く出荷するため、マルチをかけずに定植したことと関係あるように思っています。そのような状況のため1週ずらして6月1日から出荷します。4月7日に定植(マルチなし)したものです。根にSPSBをたっぷりかけて、まず根から吸収させ、その後、葉っぱが出てきたらSPSBを1~2回くらい葉面散布します。(GAP 安藤 節子)

86

ふくしまGAP 安藤さんの ブロッコリー 防除 3/9

差し替わります。

1玉 税込 216円

3800名の  
組合員さんへ

新しい組合員さんウエルカム!!

試食品の「感想カード」の紹介

- ① 「いつも飲んでいる牛乳より甘くておいしかった」と子どもたちが喜んでいました。(郡山市)
- 牛乳好きのお子さんたちが気に入ってくれてよかったです。子どもたちのパフォーマンスを食でサポートしましょうね。(紹介組合員)
- ② 味がしっかりしておいしかったです。110%ジャムが気に入りました。(郡山市)
- 竹がすすりも体のバランスの崩れで食が大きくなっていきます。お互いに子どもたちの体を食でサポートしていきましょうね。(紹介組合員)
- ③ 米粉パンはもちもちして美味しかったです。ジャムは母が作ってくれるジャムに近く、甘さも調度良い。牛乳はあたためて飲むとコクがあって美味しい。卵はゆで卵にして食べる。味がしっかりしている気がするが、正直よくわからない。(須賀川市)



ふくしまGAP  
安藤節子さんの畑

4月7日に定植した  
ブロッコリー  
「SPSB」(スポンジ光合成細菌)  
を葉面散布



ふくしまGAP  
八代昌子さん  
郡山市大平町  
(2019年6月露地畑)

畑で  
生のきま  
かじると、甘さが  
あり、おいしく  
食べました。



(2019年6月)  
八代さんの  
露地畑

郡山北地区拡大委員会報告

新型コロナウイルスに抗する力  
免疫システムは二段構え

コロナとワクチンについて

「自然免疫と獲得免疫」についても「ひまわり」で学習しました。人間の免疫システムは二段構えになっており、自然免疫力を強くすることも基本にあると学びました。「自分たちの体の仕組みの深いところまで知れた」「自分の体に感謝だね」と話し合いました。

ワクチンについては、

- Eさん: 母がネット・電話の両方から予約を試みた。電話はつながらず、ネットはわかりにくい。他市の情報から「なんとかネット」で予約できた。
- Fさん: 主人がワクチン接種し、だるくて腕が上がらなくなった。接種したときよりも次の日がつらいよう。医療従事者で今までいつも心配していたがこれで安心。私も早く打ちたいです。
- Iさん: 今までわざわざ体に入れなくてもいいかと思っていた。もう少し様子を見たいが、もしも自分が感染しているのに症状がなく知らずにまわりの人に広がっていたら…と考えるとワクチン接種も必要かと思うようになった。
- Fさん: 順番が来たら受けたい。「あさイチ」でワクチンも早く接種した方が感染が広まらないと言っていた。日本は遅いから今でも騒いでいる。イスラエルはもうマスクを外して生活している。
- Mさん: 子どもが感染しても症状がなかったりするとわからないのが怖い。ワクチンも打ってほしい。少しは安心。
- Fさん: 看護学生の時に健康な人でも1日に20個のガン細胞ができていると聞いた。寝ているときに入浴剤を入れたら早く寝方がいい。
- Tさん: 睡眠が大事ということですね。笑うこと、ストレスをなくすこと、そしてよく噛んで食べる。体を動かすことも大切ですね。

次ページへつづく

学習した。大食漢のマクロファージはガン細胞や農薬、添加物など老廃物がたくさんあると食べ切れなくなる。自然免疫力を高めることはそういうリスクを減らすことでもある。原発事故後の私たちの対策と一緒に話しました。

また、ワクチン接種で集団免疫力が確立していくという理解が深まってきました。

(4月北拡大地区委員会より)

奈良・天平時代(735年~)

## 天然痘ウイルス、全人口の1/3が命の犠牲

「感染での獲得免疫は犠牲が大きかった」

奈良時代の天平7年(西暦735年)に、天然痘の大流行があった。中国との往来が感染源といわれ全国に感染が広がり、死者100万~150万(全人口の3分の1)の命が失われ、当時の「国の閣僚8人中5人」も亡くなったとの記録が残されている。

当時は「痘病」と呼ばれ、対策は「生水を飲むな、体を温めよ、ニラ、ネギを食べ、大皿ではなく小皿で1人ずつに…」などの記録にある。

天然痘はコロナと同じ飛沫感染に接触感染があったため、こうした対策も効果があつた。(自然免疫アップ、食事での接触を避ける) 感染しても回復した人、軽症だった人もいたが、150万人の命も犠牲。こうした人達が300万人~350万人程度、存在した事で、全人口

約500万人中60%~70%の「集団免疫」が形成され、感染の拡大ペースが低下し約4年後には収束した。

感染による獲得免疫を得ることは、医学が不十分な時代ゆえに貴重な命の代償ともなった。

1796年、医者のエドワード・ジナーが始めた予防のワクチン接種により、<sup>大流行</sup>「感染」なしに免疫抗体が作られウイルス包囲網が世界中に作られそしてこの200年後の1970年代に痘瘡(とうそう)ウイルスが根絶された。それは天平の大流行から1300年後であった。



## 「獲得免疫」特定ウイルスに効果

しかし「体験・記憶」が必要が「ワクチンの原理」

獲得免疫は、自然免疫と異なって特定のウイルス別に鋭く専攻的な攻撃をおこないます。(抗体)しかし、弱点があつて特定ウイルスを事前に1回、体験があつて「記憶」が残り、次の体感染からは強力な抗体が作られ特定ウイルスを破壊します。この一度目の感染体験(記憶)での獲得免疫力が発生すると二度目の感染はしないという特効的な免疫を獲得できたことで「ヒト」は、多くの犠牲生を代償に未来に命を繋ぎました。前項の奈良、天平時代の感染死は、幾千万年の人間とウイルスの歴史の最後の方の話かもしれません。

事前体験を医学的に挑戦したジナー医師は「牛痘」の疑似ウイルスを使うことで獲得免疫・記憶を作りました。これが「ワクチンの原理」の始まりといわれます。記憶を残すことで「本物のウイルス」が侵入した時に獲得免疫が働くわけです。しかし、本物と見間違えやすい疑似ウイルス作りに難しく「有効性・安全性」確立は現在も継続している課題です。

また、ワクチンの効果期間は「1年から終生」とワクチンの種類(質)によって決まらうので今回の「mRNA」ワクチンは「約1年間程度」といわれ、完成まで10月かかる「生ワクチン」では「終生」といわれています。

こうした「ワクチン」は、「天然痘の歴史」のように多くの生命・犠牲と世界の研究者「積り上げ」研究で得たもので人間社会の共通の財産ともいえます。今作られているワクチンも企業や国の利益を優先させずに全て人の命と健康を守るために使用されるべきです。

獲得免疫と自然免疫は人間の命を守ることは共通しているがその役割は個別と全体、非常時と日常的に分担しており、かつ緊急時の「119 救命車」の時は獲得免疫が前面に出て自然免疫は後方支援と相互の協力関係を感じます。もともと自然免疫の白血球、好中球、リンパ球(節)によって獲得免疫が支えられており、両者・密接な連携内容は専門家にかかれます。いずれにせよ、ヒトの免疫システムが長い長い歴史の中で高度に関連し形成されたことに驚きと感謝であり、今まで知らなくてごめん下さい。

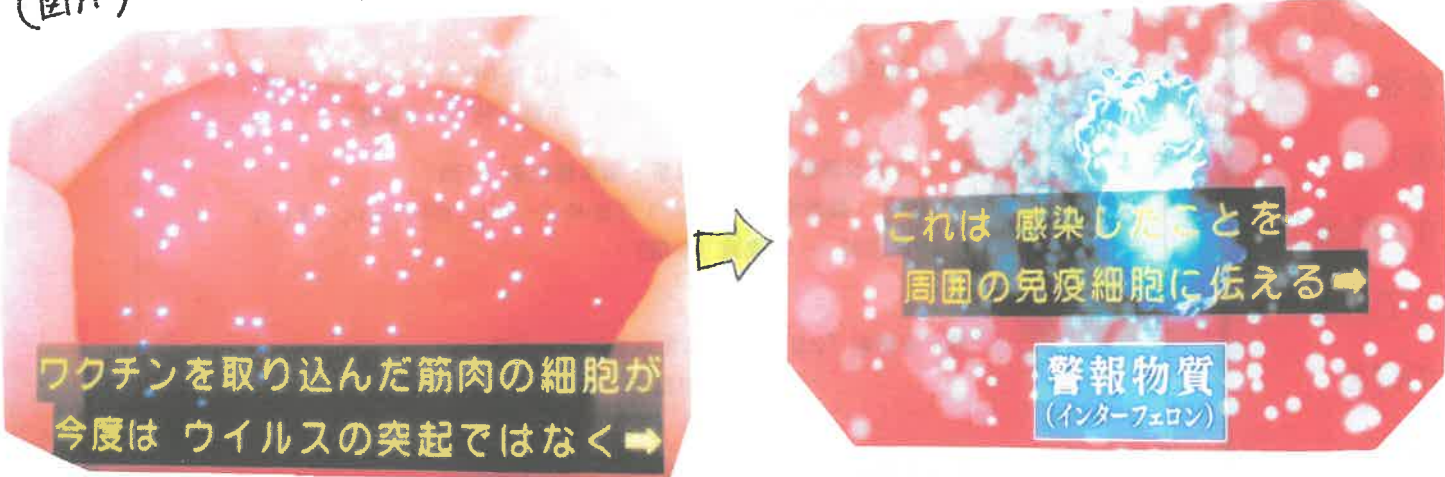
(あいか-731くま 佐藤孝之)



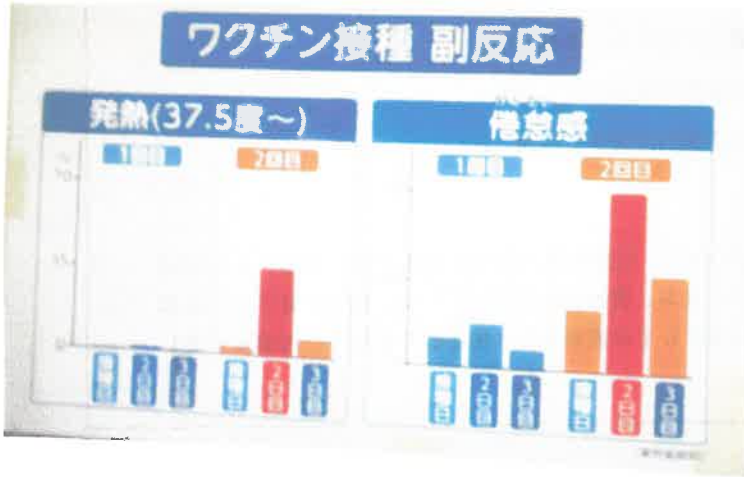
# ワクチンは獲得免疫を始動させる

ワクチン接種した筋肉細胞は警報物質を出す

(図A)



(図B)



発熱、倦怠感が出たことは、「獲得免疫が猛勉強中」と。



- ① 「獲得免疫」が作動し、「新型コロナウイルス」を記憶した(図A)
  - ② 「発熱」と「倦怠感」は 2回目の2日目が多い(図B)
- 1回目によるコロナウイルスの記憶から、2回目は獲得免疫によって抗体が作られ「ワクチン」(疑似ウイルス)に攻撃している。

(NHKBS放映 世界250万人のコロナ論文もAIが全文解説) ⑤

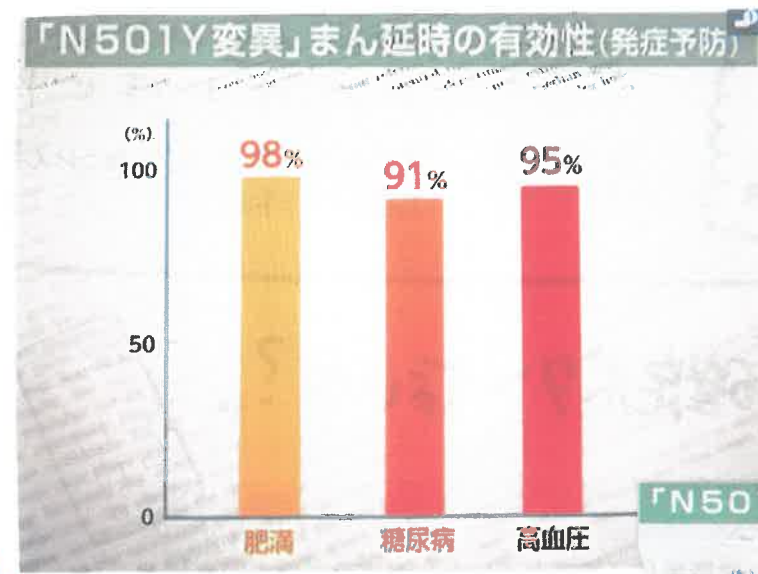
OECD 37か国中  
ワクチン接種率、日本最下位でわずか2% (4月22日時点)

1 イスラエル	62.09%	21 フランス	19.47%
2 イギリス	48.99%	イタリヤ	19.47%
3 チリ	41.06%	23 ポーランド	19.32%
4 アメリカ	40.60%	24 スロベニア	19.00%
5 ハンガリー	33.32%	25 キリヤ	18.47%
6 カナダ	29.98%	26 スロバキア	18.25%
7 フィンランド	29.82%	27 アイルランド	17.80%
8 アイスランド	29.65%	28 チェコ	16.76%
9 リトアニア	22.41%	29 スイス	15.32%
10 エストニア	22.29%	30 トルコ	15.17%
11 ドイツ	22.08%	31 ラトビア	10.89%
12 ヘルギー	21.91%	32 メキシコ	9.01%
13 スペイン	21.69%	33 オーストラリア	6.88%
14 オーストリア	21.44%	34 コロンビア	5.60%
15 オランダ	21.22%	35 韓国	3.97%
16 ノルウェー	21.08%	36 ニュージーランド	2.92%
17 ポルトガル	20.55%	37 日本	2.00%

日本医師会への接種 (22日現在)  
約480万人  
5月前半に完了見込み  
84万9051人 (2回目の接種)

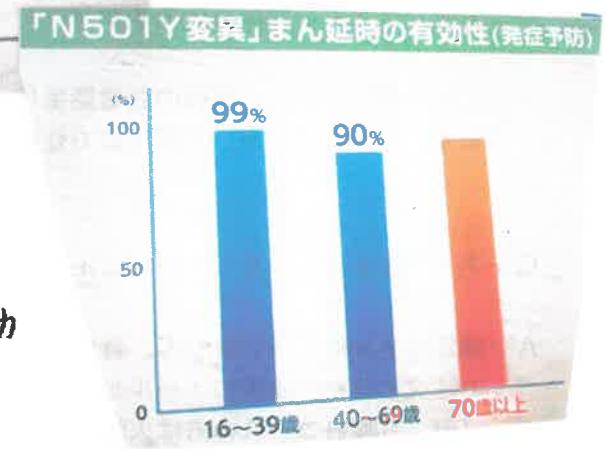
ワクチンの接種はスピード勝負といわねばならず  
ウイルス変異のスピードを上回らないと...

(世界250万人の研究論文)  
- AI-2 から -



## ワクチンの有効性

- ① 体に基礎疾患があっても 91%~98% 有効



- ② 年齢によって 差は少ない有効

\*生産者からのお便り

菜の花は晴天に鮮やか  
水稲の種まきと苗の管理 忙しい...

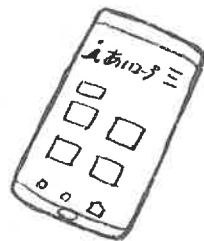
コロナ禍の行動自粛が続く中でのゴールデンウィークですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。外に向かうのではなく、普段の生活の見直しでしょうか。近くのホームセンターはお客さんがいっぱいです。私たち農家は毎年のことですが、一年で一番忙しい時期です。作付けの準備、草刈等、そして、水稲の種まきと苗の管理はとても気を使います。梅雨前のこの時期は強い日差しの晴天の日が多く、ビニールハウスの中はアツという間に高温になります。西風も強く、冷たく乾いているので温度調整は大変です。つきっきりな感じで、遠くへは出かけられません、ただ、この時期は野も山も美しく、ハウスの前の菜の花は晴天に鮮やかです。

石澤 智雄

ローカル案内  
 地産地消の愛菜箱  
 000703 税込 977円

5月1回のお届け 葉玉ねぎ 400g、小松菜 1袋、  
 サニーレタス 1袋、ほうれん草 1袋、トマト 1袋  
 5月2回予定 葉玉ねぎ、サニーレタス、ほうれん草  
 大根、ミニトマト

ネット注文したいが...「確定ボタンがないの?」



Q—登録がうまくいかないのですが?

A—ご加入頂いた際のご登録のお電話番号（携帯か固定か）が違っている可能性がございます。お手数ですが、事務局まで登録のお電話番号の照会をお願いします。

Q—ネット注文してみましたが、確定ボタンがないのですが?

A—**確定ボタンはございません。**買い物かごに入った商品がネット注文締め切り時に自動で注文となり、確定のメールが届きます。  
 (例、月曜日コースの方は火曜日午前8時に締め切り後メールが届きます。)

『第35回通常総代会』の案内

2021年5月1日  
 生活協同組合あいコープふくしま  
 理事長 佐藤 孝之

通常総代会は、定款50条の「2020年度事業の終了後3ヵ月以内に招集しなければならない」に基づいて、通常総代会を開催します。

1. 日時：2021年6月21日(月) 午前10時00分～12時00分  
 (受付：午前9時30分開始)

2. 会場：中央公民館 第3講義室・第4講義室(2階)  
 (住所：福島県郡山市麓山1丁目8-4 TEL：024-934-1212)  
 託児室…託児室(3階)

3. 議題

第1号議案「2020年度事業活動報告」の件

- ① 事業活動報告
- ② 財務報告(決算報告)

第2号議案「2021年度事業活動方針」の件

- ① 事業活動方針
- ② 予算案

第3号議案「定款の一部変更」の件

第4号議案「役員報酬限度額決定」の件

第5号議案「議案決議効力発生」の件

以上

※ 本総代会は「新型コロナウイルス」の感染拡大防止を優先させ、書面による議決権の行使もお勧めいたします。なお、書面議決書については、総代の皆さんに後日お届けいたします。また、来賓としての友好生協、生産者の皆様のご出席も予定しておりません。

Q—継続利用商品の変更はできないのですか?

A—**ネットでは継続の変更は不可**ですので、お手数ですが、生協事務所までご連絡下さい。翌週のみの変更の場合はお届けのご注文書にご記入でも大丈夫です。

Q—特別企画商品はネットではカタログ見れないのですか?

A—申し訳ございません一部企画(パックスナチュロン等まんま通信に付随している企画)以外はネットでの閲覧はできません。(注文は可能です。)お手数ですが、カタログをご覧頂いてご注文下さい。