

ひまわり

2024年
4月15日
No. 1561

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 親子で考えよう 浜通り見学ツアー報告
何も終わっていない! まだ13年なんだと痛感!
- ② ↓ 浜通りツアー写真
- ③ 石けんコーナー
- ④ ゴールデンウィークに備えよう! -外食したつもりでおうちいごはん-
- ⑤ ⑥-⑧ ローカル商品案内、なんでもカード、注文控えメモ



ネット注文
QRコード



ローカル商品のご案内(5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

親子で考えよう大震災・原発事故 浜通り見学ツアー報告

何も終わっていない! まだ13年なんだと痛感!

3月28日(木)親子で考えよう大震災・原発事故 浜通り見学ツアーが開催され、組合員親子、家族(大人2名、子ども2名)42名が参加しました。

今回のツアーは公益財団法人福島県観光物産交流協会のホープツーリズム・教育旅行推進部門のツアーということで、東日本大震災・原子力災害伝承館と浪江町フィールドワーク(請戸小学校、大平山聖園、棚塩工業団地)見学をしました。

またフィールドパートナーの山口さんに同乗していただきバス移動中にも子ども向けの福島県クイズや浜通りの復興状況の説明が行われ参加者が学びました。

今回のツアーでは震災・原発事故から13年を振り返り考えるきっかけになりました。また、震災と原発事故を知らない子どもたち、多くの組合員家族に命を守る判断と行動の大切さを伝えるあいコープふくしまの活動は今後も継続したいと思います。

→ P.3 につづ

(副理事長 齋藤 真理江)



福島イノベーションコasts構現、
り新しい町づくり。
棚塩工業団地の高台から

震災遺構
浪江町立
請戸小学校

①

皆様のお力添えに感謝し甘えて浜通り見学ツアーに参加させていただきました。
私は郡山に住んで45年、同じ福島でも相馬市出身です。3月11日は仕事先で地震にあい家に戻る途中、マンションの火災の為、すぐに別荘で家に戻りました。テレビもつけたら、相馬市松川沖の松林が津波にのまれる瞬間でした。今回、もう13年と思い参加させていただきましたが、何も終わっていない、まだ13年なんだと痛感いたしました。年少さんから高校生、親子で参加された方、あいコープ、フィールドパートナーの方、皆様ありがとうございました。必要なこと、温かい心、わからぬ事、思いやりを忘れないこと、その大切さを学びました。

有難うございました。

(郡山市)



わたしは、しんさいはすくくこわいなあと思いは
した。とくに、うけど小学校がすごか。たです。
一番、おとろがされしたのは、つなみかさ
時に、8分で全員校庭に集合させ、いせいに
大平山までつけて、全員ふじたたこととです。
わたしは、この、すばおれ、考え、行動を頭に入れて
今後の生活に生かしていけたらと思、ています。

(114)

地震や津波は天災だけど 原発事故は人災

「地震や津波は天災だけど 原発事故は人災」 今回の流通ソッパーズ着印象に残った言葉です。東京電力や周辺町村のみならず、県民が信じていた「安全神話」「原発は安全」そのおかげに早く負付き、警鐘を鳴らしてあげれば、原発も人間が作らなければ。そういう気持ちで込められた言葉だと思います。しかし、原発が相双地区に大きな雇用を生み出したことも事実です。冬は出稼が行かなければいけない住民の方々が原発を求めたのも道理です。そこで、今私たちが過去の経験から考えなければいけないのは、原発に頼らない町をどう作るかだと思います。

浪江町では再生可能エネルギーを使って震災から立ち直ろうとする相双地区の姿を見てきました。震災によって失ったものや払った代償はあまりに大きかったけれど、同じことを二度と起こさないために過去から自分のできることを考えていきたいと思いました。

(須賀川市 高2)

請戸小学校 全員無事は奇跡ではない!

初めてあいこアのイベントに親子で参加させて頂きました。3.11から13年。震災後に生まれた小十と小一の息子と13年前に福島県で大地震の後、何が起き、住んでいる人たちはどうなったかを少しでも自分の目で見て心で感じて欲しくて参加しました。請戸小学校の震災遺構を見学した際には、子どもたちも真実に教室の様子、水圧で曲がった蛇口、ボロボロになった体育館(次の日卒業式だったので、舞台の上に卒業証書授与式と書かれたものがそのまま飾ってあります)を一掃にだまて見せていました。あいこアさんに頂いたパンフレット内には絵本があり「請戸小学校物語 大平山をこえて」を帰宅してから何度も子どもたちに読んで聞かせています。全員が助かった小学校は奇跡ではなく、命を守る行動、近隣住民と普段からの風通しの良い関係など、必然だったという山口さんの言葉が今も胸にひびいています! 本当にありがとうございました。

(須賀川市)

ふつうの旅行とは、ちがって地震を学べました。
地震があったときに思い出したいのです。(小5)

しょうが「くせい」が「せんいん」に「しげ」れて
よかつてます。(小2)

請戸小がボロボロで無惨だった。津波でこんな風になってしまうのかと津波の強さを目の当たりにした。うまく言葉に表すことができないけれど、想像以上どころか...こんなにも大きいのかと...コンクリートが、鉄が、壊れていた)ぐしゃっとつぶれていたり曲がっていたりして驚いた。私は、絶対、津波にのまれたくないと思った。災害時に備えて、正しい判断・行動ができるようになりたいと思う。

中1

自分の命をきせいにしても、市民の命を守ろうと、ひな人をよびかけ続けていた2人のけいさつかんがいたことを聞きました。

津波の高さや速さが思ったよりもすごくて、こわかったので、2人のけいさつかんは本当にゆうかんだと思いました。



小四

「つなみ」をはいめて矢口りました。
でんしゃうかんで見たえいぞうがこわかったです。まがったつぶされたしゃりぼう車があつておどろきました。

小2

壁から引きはがされた複合盤



津波により壁は壊され、各室の時計や火災報知などを一括管理していたこの複合盤はむき出しになり、壊れたまま機能停止してしまいました。
そのため、構内に残っている時計はすべて15時37分を刻んだまま停止しています。



請戸小学校は、その日のまま、津波の威力が刻まれている。



先生と児童の避難経路

地震発生から8分避難を開始した。迎えに来た保護者に児童を引寄せると、全部避難。全員無事。奇跡ではなく、語り継ぐべきもの。



浪江町に向かう途中で通過する町の復興状況が説明され。

- ・大熊町震災前 7000名
避難指示解除 11年
帰還者 100名
- ・富岡町震災前 16000名
避難区指示解除 6年
帰還者 2200名
- ・楡葉町震災前 8000名
避難指示解除 4年
帰還者 4300名

避難指示解除が遅ければ、なほ住民の帰還は少ない現状を知りました。

バスツアーでは、ならはスマートICから6号線を北上しました。

この子の未来のために



～3.11 大震災を忘れない、許せない原発事故！～

原発事故後作成した「あいコープふくしま健康手帳」私たちの取組みが言っています。ご希望の方には無料と配布いたします。事務局まで

請戸小学校物語

2011年3月11日金曜日
福島県 浪江町にある
請戸小学校の物語をお話しします。

請戸小学校の3.11の出来事が赤本になっています。参加者ご共有しました。

請戸小学校物語 大平山をこえて



絵 天のきだのりゆき

はじめに今回のツアーの目的、震災・原発事故のあいコープふくしま取り組みについて説明しました。当時の私たちの食生活も「測りて安心 測りて対処」の方針や「あいコープふくしま健康手帳」は当時の私たちの願いも込められていることは、お伝えできて良かったです。

参加者自己紹介ではそれぞれが当時の振り返りや現在の心境などを話してくれました。今だから話せること、思い出すことも辛くて考えないよりにしてきたこと、今でも続いている気持ちなどをそれぞれに経験した東日本大震災・原発事故は13年が経過した今でも胸に残る思いに共感しました。



石けんコーナー

香りのある製品で起こる健康被害「香害」が問題になってきたら、次は「抗菌・消臭」系柔軟剤、洗剤が登場してきました・・・。

Q 「抗菌・消臭系」柔軟剤だから香害とは関係ないでしょう？

A 抗菌・消臭成分をマイクロカプセルで包んだ製品が新たな空気公害の原因になっています。

●無香料のものはほとんどない

「抗菌・消臭系」製品

フローラル系や柑橘系などのいわゆる“いい香り”がしなくても、抗菌・消臭成分をマイクロカプセルに包んで効果を長続きさせています。

「無香性」は「独特なおいがする原料臭を感じにくくするために香料を配合している」（花王）ものです。無香料と記載されているものだけが完全に無香料です。

●ニオイの元なんて

なくならない消臭柔軟剤

実際は別の香りで覆ったり、何かに吸着させて隔離したりする方法が多用されています。

●ニオイを感じさせなくする技術？！

・・・使っても大丈夫なの？

「消臭」技術が進化して、ヒトの嗅覚受容体に直接働きかけて、悪臭を感じさせなくする方法が開発されています。たとえば、ライオンの柔軟剤「ソフランプレミアム消臭ウルトラゼロ」では、悪臭を感知するヒトの嗅覚受容体に先に香料（ニオイキャンセリング成分）がはまることで、体臭などのニオイを感じさせなくする技術です。



悪臭を感じる前に、



デザイン・夢路はち

●体調不良の原因

香りだけでなく、主成分である合成界面活性剤や添加剤、マイクロカプセルの壁材など複数の化学物質の複合影響ではないかと考えられています。今度は抗菌・消臭成分があらたな脅威になっているのです。

●最近の抗菌剤の代表格QUAT・・・吸い込むのは要注意

現在、抗菌剤の代表格は第4級アンモニウム塩（QUAT）です。これは陽イオン系界面活性剤で、洗浄力は落ちますが、殺菌力が強いのが特徴です。

「抗菌・消臭」系柔軟剤と合成洗剤の例（2023年8月現在）

商品名	メーカー	抗菌成分
ハミング消臭実感	花王	エステル型ジアルキルアンモニウム塩 塩化ベンザルコニウム
レノア超消臭1WEEK	P&G	エステル型ジアルキルアンモニウム塩 ポリ4級アンモニウム塩 抗菌成分
ソフランプレミアム消臭ゼロ	ライオン	エステル型ジアルキルアンモニウム塩
アタック ZERO	花王	アルキルトリメチルアンモニウム塩
アリエールジェル部屋干しプラス	P&G	成分不明
トップスーパー NANOX	ライオン	成分不明

塩化ベンザルコニウム

・QUATで最も強力な成分
・通常は病院の消毒・殺菌剤などに使われている。

エステル型ジアルキルアンモニウム塩

・QUATで次に強力な成分
多くの柔軟剤に含まれる。

◇これらは抗菌・消臭が長続きすることを謳う最近の製品のあくまでも数例です。他にも空気公害を生むたくさんの製品があります。製品を選ぶ際は、合成界面活性剤を主成分とする合成洗剤、柔軟剤は購入しないようにしましょう。
◇どの製品にも主成分である合成界面活性剤の他に安定剤、PH調整剤、酵素、酸化防止剤、香料、蛍光増白剤、泡調整剤、着色剤、粘度調整剤など多くの添加剤が含まれ、健康への複合影響が懸念されます。

ワキの臭いはアルム石で

体臭が気になる方へのご紹介です。ワキのニオイには天然のアルム石（ミョウバン）が効果的。菌の繁殖を抑え汗をかいても臭いません。お薦めは、水で濡らして皮膚に塗る固形のもの。ローションなどと違い保存料などの添加物も入らないので皮膚に優しいです。風呂上りに塗ると24時間脇臭を防ぎます。1個1000円程度から、ドラッグストアやネット通販で購入できます。体の消臭は石けん素地だけの石けんで優しく洗うだけで大丈夫。続けるうちに皮脂の分泌が落ち着いてきます。石けんやシャンプーを使わない有名人もいます。



イラスト・夢路はち

石けんは洗浄力に優れ、部屋干し臭に悩まされることもないので、香りでごまかす必要はありません。洗い上がりも柔らかく、ふんわりです。アレルギーに悩んだり、環境を汚したりすることのない石けんを使っていきましょう。

参照：〈消費者レポート〉
（石けん会議）

ゴールデンウィークに備えましょう!

～外食したつもりでおうちごはん～

あいシテル

もちもちの麺に特製スープがよく合います。



調理例

赤色品
冷やし中華

あいコープ材料
と使えばお
店にも負けな
味が実現!!
夕れもうまい

タンボボ村(専業)

75 あいコープのローズハムスライス 85g (6~8枚) **298円(税込322円)**
産直豚ロースで作った発色剤不使用のローズハムです。
賞味 10日

タンボボ村(専業)

76 あいコープのそのままボンレス 100g **298円(税込322円)**
産直豚モモ肉で作ったハム、発色剤不使用のため穴あき・ひび割れなども含まれます。
賞味 10日

こだわりのタレが
おいさを引き立てます。
北海道産小麦と花見園の花たまごから作ったこだわりの麺は、つるつとしたのどごととコシのある食感が楽しめます。添付の特製タレは、鎌田醤油の国産丸大豆醤油をベースに、ごま油で香りを調え、国産レモン果汁でさっぱりと仕上げているため、食欲の減退するこれからの時期にもぴったりです。

マツダ製菓(専業)

203 冷やし中華・たれ付き 130g×2 +たれ **255円(税込275円)**
生ラーメンに冷やし中華用のたれ(ストリートタイプ)を添付しました。お好みの具をのせてどうぞ。
賞味 8日

135 差し替わります 地元のきゅうり 3本
3本 防除10/36 本体213円(税込230円)
化学肥料は一切使わず、ぼかしとPSBだけで栽培。コンピュータ管理された最新のハウスで育てました。ふくしまGAP生産者協議会 須賀川市 高橋純一さん

145 差し替わります 地元のきゅうり 5本
5本 防除10/36 本体306円(税込330円)
化学肥料は一切使わず、ぼかしとPSBだけで栽培。コンピュータ管理された最新のハウスで育てました。ふくしまGAP生産者協議会 高橋純一さん

鎌田醤油の国産丸大豆醤油をベースに仕上げた、あっさりしたとんこつスープ。



調理例

マツダ製菓(専業)

207 生ラーメン とんこつ味 スープ **344円(税込372円)**
北海道産小麦をメインとしたこだわりの麺、スープは国産醤油と国産丸大豆醤油をベースにしたとんこつ味です。お好みの具をのせてどうぞ。
賞味 8日

食べたことありますか?

000719 石澤農園の米粉 1kg
本体1139円(税込1230円)
愛農会の石澤さんが無農薬・無化学肥料で作ったコシヒカリを使った米粉。パンに向くようにデンプンの損傷が少ない製粉方法で加工しました。石澤農園

定番のきゅうりやチーズ以外にも使えます!!

いちしろ(専業)

346 小ちくわ 5本 150g **350円(税込378円)**
タラ子身と薄力粉、卵黄液、酸味調味料、塩を原料に天然酵母で仕上げました。
賞味 10日

オーストラリア産Non-GMO菜種を搾油して精製した一搾搾りの油。酸化防止剤等不使用。

平田産業(専業)

356 菜種油 1250g **925円(税込999円)**

自然な味と色の
糸江しょうがです。
とんこつラーメンのトッピングに。
天ぷら、サラダにも
おすすめです。
お弁当の色どりにも。

産直豚肉と鎌田醤油の特製たれで作っています。



調理例

ミートコンパニオン(焼型)

264 産直豚の味付け豚ロース(塩麹) 230g 焼肉125g、たれ50g **630円(税込680円)**
産直豚ロースを使用し、鎌田醤油特製の塩麹たれで漬け込みました。
賞味 270日

ミートコンパニオン(焼型)

265 産直豚バラ肉で作った味わい角煮 170g 焼肉125g、たれ50g **628円(税込678円)**
産直豚バラ肉を一口サイズにカットし、国産丸大豆醤油を使用した鎌田醤油特製のたれで味付けしました。
賞味 365日

このお弁当にのっけて豚丼にします
小さい時湯呑みで飲むのは目かかります
チャーハンオンでお店のメニューになります
ネギやゆで卵を添えてお弁当にさっと添えとかせまいる。

紅しょうがちくわ天

材料

- 346 小ちくわ 1袋
- 277 紅しょうが(刻み) 20g程度(お好みで)
- 薄力粉、または
- 719 石澤農園の米粉 大さじ5程度
- 水
- 356 菜種油

①小ちくわは斜め切りし、紅しょうがとその汁、薄力粉(米粉)と少しの水でさっくり混ぜる。
②菜種油でかき揚げる

おかず、おつまみ、お弁当にどうぞ

(沼山市)

国産肉を使用した大容量のボリュームパック。



調理例

通定価格と比べて **33円** お得!

ヤヨイサン(専業)

17 ハンバーグ(ボリュームパック) 10個入り **968円(税込1045円)**
鶏、豚、牛肉(いずれも国産)を使ったふっふっとしたハンバーグ、カレーのトッピングにも。
賞味 365日

10個も入ってこの値段
隔月なので必ず買いたく
のすも

- チーズをのせて チーズハンバーグ
- ケチャップとソースを添えて 煮込みハンバーグ
- カレーにのせれば カレーハンバーグ
- ドリアにのせれば ハレバグドリア
- パンにはさませて ハンバーガー
- くずしひき肉がわり オムレツに

ひと手間が日替天婦りに
お弁当さん、水餃子さん、お見送りさん、お弁当さん、お弁当さん、お弁当さん