

ひまわり

2015年
6月22日
No. 1119

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 放射能おしゃべりカフェ in 郡山 ① 「加入していれば...苦しみもなかった」
- ② 生産者からのお便り・収穫箱・6月2回ローカル品・測りて安心・測りて交換 ②
- ③ 岩瀬牧場農業体験会 ② 「みんな育つように祈りをこめて」
- ④ "「も、とやりたかったと娘が」"
- ⑤ 放牧パスちゃんシール ⑥ タオル貢呈に感謝
- ⑥ 高校生平和大使・あいコープ「高校生広島平和交流団」派遣
- ⑦ ~⑩ ローカル商品のご案内・なんでもカード・私の注文すきえも

ローカル商品のご案内（7月2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 0120-212-107

放射能

おしゃべり カフェ in 郡山 ①
加入していれば、さまざまな情報にふり回され、
ひとりで苦しむこともなかた....

→ 加入していれば（震災1年後より加入）あの頃、さまざまなお情報にふり回され、ひとりでこれほど苦しむこともなかただろうと思いました。

(郡山市中町)

後悔の反面、生協の取組みに安心

放射能おしゃべりカフェに初めて参加させていただきました。

私のグループは避難をして戻った方が多くいらしゃいました。私は8ヶ月位会津と郡山を往復し、主生活は郡山だったため、ちょとした後悔も再び生まれました。

その反面、理事長さんの生協の取組み、最近のデータに基づいた話を聞き安心もしました。しっかりとした知識をもって、生活、子育てをしていかなければならぬと改めて思いました。気を引き締めるためにも参加して良かったです。

ありがとうございました。コーヒー、ケーキも美味しかったです。ごちそうさまでした。

(郡山市)



今回、放射能おしゃべりカフェに参加し、みなさんのさまざまな体験を聞いて、みんなの悩んだり苦しんだことが、まるで自分のことのようで、当時のいろんな事を思い出し胸がいっぱいになりました。

あいコープさんの震災直後からの放射能対策もわかり、自分もその負から

現実から目をそらさず、時には休みながら

今気になっている事を話すことができて、また、皆さん様子を聞くことができた事が良かったです。

数値でしか分からぬ、やかましい問題にこれから長く向き合っていくなくてはならなくなつた現実から目をそらさず、でも時には休みながら前に進んで行きたいと思います。

(郡山市)

雨雲が空降り

*生産者からのお便り 1.5mの蔓が60cmで止まつたエンドウ

先週も雨が降るだろうという期待を持たせる天気予報でしたが、雨雲が福島県を避けて通り空振り（降り）で終わってしまいました。週間予報にも傘マークが出なくなりました。先週のお便りで現状をお知らせしましたが、今の時期では体験したことがないような天候のような気がします。1.5メーターくらいまで蔓が伸びて成り続けるエンドウが60センチで成長が止まつてしましました。玉の肥大期に入った玉ねぎやジャガ芋も育てないであります。皆様にお届け出来るだけの量は確保したいと願っております。田んぼの水は幸い私たちのところは十分あり除草機をかけてあります。今年は今のところ悩まされるイネミツゾウムシの発生が少ないようです。

石沢 重吉

000503 愛菜箱 905円(税別) 愛農会グループの農家から無農薬、有機栽培の野菜。量目と品目は生産者におまかせ下さい。
ローカル品

6月2回 お届け品

(大根1本・小松菜1束・きゅうり2本・)
(スナックえんどう200g・玉ねぎ800g)

6月3回 お届け予定

(キャベツ・凍大根・じゃがいも・
きゅうり)

ご注文の参考に!

6月2回 ローカル品 注文数 20ヶ以上

1位 ちびあま(445) 2位 地元のレタス(282kg) 3位 地元のきゅうり(259袋)

商品名 供給数量

ミニトマト ちびあま	445	満点! あおばちゃん8切	47
地元のレタス(農薬不使用)	282	さつま芋紅はるか	46
地元のきゅうり3本	259	野菜セット「愛菜箱」	43
地元の小松菜	254	ミニキュウリ	37
地元のきゅうり5本	234	さしみこんにゃく	35
中玉トマト ララフルティカ	159	焼き塩さば	33
満点! あおばちゃん6切	107	さんま蒲焼	31
オイルサーディン	90	板こんにゃく1/2×2	27
地元の京菜(みず菜)	74	いかさしみパック	27
生芋板こんにゃく	68	こんにちは塩麹	27
生芋糸こんにゃく	63	オイスターオリーブオイル漬け	23
こんにちは料理酒	53	リキッド アイスコーヒー	22
三陸唐桑 生わかめ(茎付き)	52		

② 浪江町 強制避難者支援 本宮市仮設住宅65戸へ

6月2回 リキッドアイスの5% 575円
これまでの残高 14,049円
14,624円

愛菜箱(ローカル品) 葉付大根 うれしかった



生産者 大内信一さんの大根が6/1に大根葉付で届き、とても喜びました。子どもとも「葉がクククするねえ~」と話すことができました。

大根は週に1,2本は注文するのですが、葉付で届いたのははじめてでした。
ありがとうございます。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。

(須賀川市)

測って安心、測って対応

家庭菜園・もらいもの測定 126

単位: ベクレル/kg

2015年

測定日	場所	品目	量目	結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定時間
6月3日	郡山市安積町	スナップ(PP)	520g	下/下	3.66/2.93	7200S (2H)
〃	郡山市富山町	小梅	330g	下/下	5.38/4.21	10800S (3H)
6月4日	須賀川市	絹さや	740g	下/下	4.97/4.62	7200S (2H)
〃	郡山市 湖南町	白米	1030g	下/下	2.83/2.55	3600S (1H)
〃	二本松市	スナップ エンドウ	480g	下/下	4.02/3.19	7200S (2H)
〃	本宮市	たけのこ (ゆで)	420g	下/下	4.10/3.26	10800S (3H)
〃	〃	たけのこ (生)	570g	7.21/下	4.27/3.42	3600S (1H)
6月5日	福島市	青大豆	340g	下/下	5.54/4.57	7200S (2H)
〃	福島市	ショーンベリー	1060g	3.63/下	2.66/2.49	3600S (1H)
〃	福島市	あらび (水煮)	380g	下/下	4.56/3.62	10800S (3H)
〃	郡山市 富田	うど・みょうが	550g	21.9/5.35	3.14/2.49	10800S (3H)

→ 「測りて安心・測りて対処」(126) つづき

① 郡山市富田「うど・みょうが」は、組合員より2種混りで提出され、「混合」のままの測定値です。合算（セシウム137とセシウム134）で27ベクレル/kgでした。食べる量、回数、人の年令などで、食するかどうかの判断になります。

② 水煮のワラビ、ゆでたタケノコは、「不検出」の傾向です。
ベリー類のジューンベリーは、「検出下限値」に近い数値です。
長沼町の柳沼さんの生ブルーベリーも低い数値になるかもしれません。

岩瀬牧場 農業体験②

みんな育つように祈りをこめて

4月に蒔いたトウモロコシの生育状況は、全体の5割ほどしか育っていないとのこと。種を食べられてしまったり、芽が腐ってしまったことが原因とのこと。残念！ですが、畑では20センチ程に成長していました。早くも農業の難しさを感じました。

今回は里いもの種蒔き。少し芽が育った種を蒔きました。なんと、種を埋めるための“オリジナル穴掘り機”の登場。ベテランの種蒔き部長さんが10cm程の穴をつくり、そこへ種植え。里いものはみんな育つよう祈りをこめて植えました。

6月になり、ブロックリーの初出荷を楽しみにしていましたが、育ちが悪く、欠品とのこと。成育がだいぶ遅れていて、完全なる水不足が原因。1回でも雨が降れば、だいぶ良くなるそうですが、水まきでは追いつかない、という伊藤さんのせつないお話。“欠品”的お知らせを見ると、「残念！！」と思ってしまいます。生産者の方は私以上にやりきれない思いをされているのだなと思いました。収穫できなくても、かける手間は同じなのだから。届いた食材、味わっていただこうと思います。

(本宮市)

トウモロコシの発芽は半分…

ドスッ、ドスッと里いもの穴あけ

5月30日、組合員さんとご家族、総勢23名が参加して2回目の農業体験でした。岩瀬牧場社長の伊藤さんが、「前回蒔いたトウモロコシは、発芽はしたが、半分くらいはこの乾燥陽気で土の中で腐ってしまった」と掘り返した種を見せてくださいました。さらに、「トウモロコシの収穫までにカラスやハクビシンの被害で6割くらいやられてしまうこともあります。皆さんに十分に食べられる分ができるかどうか心配です」と厳しい現状を聞きました。

次に土づくりでは、岡部さんの指導で、震災前から「ばかし肥」を投入し、化成肥料は使わず、有機肥料だけで行っているとのこと。また現在使用している農薬は、生物製剤（BT剤）と言って散布回数にカウントされない農薬だそうです。例えば、キャベツなどに散布した後、虫が食べることでBT菌が虫の胃（虫はアルカリ性）（人間は酸性）と反応して胃腸炎のような症状を起こし、エサが食べれなくなり、やがて餓死するというものです。虫を直接殺す強い農薬ではなく、安全な方法で栽培しているなど、とても興味深い話でした。

その後、気になるトウモロコシ畑に移動し、先月蒔いた後の状況を見ると、マルチシートの穴が開いたところからトウモロコシが10~15cm位で成長していました。半分ほどの穴からは何も出ていなく、心配でしたが、収穫時まで無事に育ってほしい気持ちでした。

～マルチシートの役割～

ここでは、伊藤さんからマルチシートの役割について教わりました。①土の乾燥を防ぐ②土を保温する③雑草を抑えるの3点が主な役割で、シートの色も黒・緑・透明の3色あり、作物や時期によって使い分けていること。シート自体も環境に配慮され、日光や土の微生物で分解されるものだそうです。

里いも畑でも同じようにマルチシートに覆われ、40cmの間隔をあけて種いもを植える穴あけ機が登場し、ドスッ、ドスッとマルチシートに穴を開けている様子を見て、子供達は種いもを植えることよりも面白いとやっていました。今回植えた品種は、「土垂芋」（ドダレイモ）といい、「石川早生」という品種よりもねっとりし、柔らかくて美味しいとのこと。そして、10月の収穫体験では、その里いもを芋煮汁にして食べましょうと伊藤さんの話を聞き、種いもが美味しそうに見えて仕方ありませんでした。

(あいコープふくしま)

(廣中 聰明)



岩瀬牧場 農業体験

植えた種いもの上に土をかぶせていきます。
里いもの芽はたとえ下向きになっても、太陽に向って力強く伸びていきます。



「もっとやりたかった」と娘が

5/30 岩瀬牧場農業体験では、たいへんお世話をなりました。震災前、まだ小学低学年だった息子2人と2才になる娘を連れて参加させていただき、あれから数年。小学生になれた娘一人をつれて参加しました。

娘が「やってみたい」と言つたのがきっかけでしたが、私自身、改めて話をきいて学びたいと思い、参加させていただきました。

広大な畠を管理するのは想像できぬ苦労かと思ひました。土づくり、とうもろこしのこれからとの作業、管理、色々な話を聞くことができました。

体験が終わると、「もっとやりたかった」と娘がものたりなさそうに言つていたので、久しぶりに牧場のなかでゆくりと遊ばせることができました。

フカフカの土をさわって芽が出るたのしみ。次回も参加して、里いも、とうもろこしがどう育っていくのかみたいと思ふたようです。



穴あけ機を押し込んで、土に穴をあけていきます。写真の右手にある棒が目印となって、約40cm間隔で次々に穴を開けていきます!!

この黒いビニールラートのようなものは何?といういい質問が出ました。

マルチシートは、雑草を抑え、土の乾燥を防ぎ、保湿するなどの役割があります。

材質もとうもろこしがらてきたもので、太陽の光や微生物の力で、そのまま土にかえています。

こういう体験を企画してくださり、感謝しております。また次回宜しくお願ひします。幼かった息子を覚えていてくださった伊藤さんの記憶力にびっくりしました。小さいおさんを連れての参加者の姿を見て、数年前は自分もこうだったのかと、昔が思へ出されて、なつかしく思いました。

(須賀川市)

放牧バスちゃんシリーズ⑥

— パスチャライズド殺菌の効果 —

胃で 吸収し易く 固まる

① 牛乳のタンパク質についても新谷医師は言及しています。「牛乳ほど消化の悪い食べ物はない、牛乳に含まれるタンパク質の8割を占める「カゼイン」は胃の中ですぐに固まり消化がとても悪いのです。」(同氏、著書「病気にならない生き方」と)。

② しかし現実は、カゼイン、タンパク質が胃の中で「固まる」のは、胃の中の酸素で柔らかく(ヨーグルト状) 固形され胃の中で「吸収されやすい状態」になることです。
それは、けして「消化が悪い」状態ではありません。

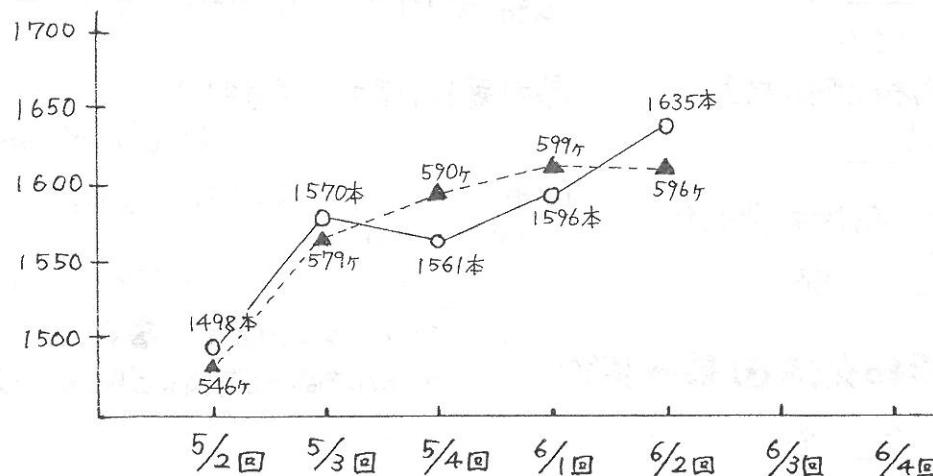
でも、超高温殺菌の場合は、「カゼイン」が多少熱変成し、胃の中で「固まらず」に吸収されにくく腸に下る結果になります。こうした殺菌方法の違いを区別することです。

残りの20%は、ホエータンパク質(水溶性)と言われており120°C ~ 130°Cの超高温殺菌によって変質します。この変成によって、ホエータンパクが持っている院内感染菌、胃がんの原因菌(ピロリ菌など)に対する効果が低下するとされています。

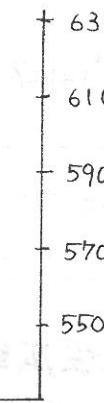
牛乳本来は、こうした消化や効果を持っており、バスちゃんはそれを保っている優れものの牛乳です。

— バスちゃん牛乳・バスちゃんヨーグルト注文数 —

○印:バスちゃん牛乳(本)

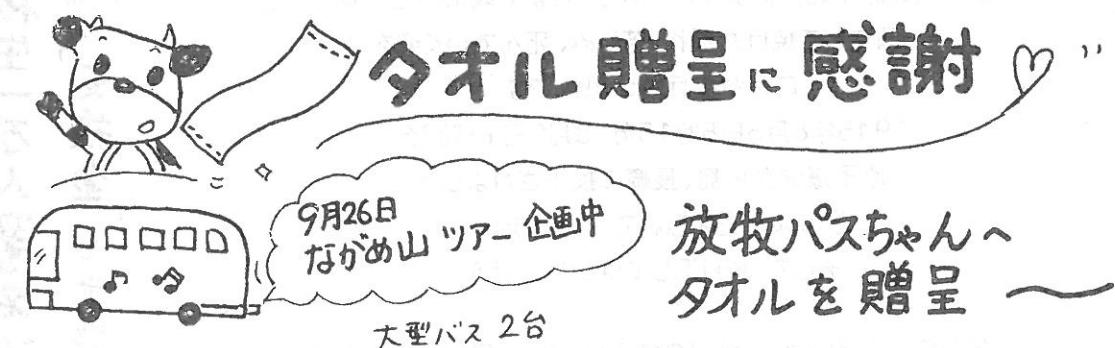


▲印:バスちゃんヨーグルト(ケ)



昨年度との比較

	5月2回	5月3回	5月4回	6月1回	6月2回	6月3回
牛乳	+52本	+96	+88	+83	+68	
ヨーグルト	+103ケ	+94	+125	+105	+129	



これまで 544枚 + 今週 136枚 = 合計 680枚

○ 三春町

○ 須賀川市森宿

○ 郡山市田村町

○ 小原田

○ 芳賀

○ 片平町

さま ○ 郡山市久留米

さま ○ 静町

さま ○ 安積町

さま ○ 本宮市

さま ○ 福島市泉

さま

バスちゃん牛乳さん、いつもおいしい牛乳、ヨーグルトをありがとうございます。
タオル、よか、たら使って下さい。これから暑くなりますので、牛さんも牧場の方も
熱中症にならないように気をつけて下さい。

(福島市 泉)

9月26日
バスちゃんへ
タオルを贈呈

ご協力、ありがとうございます!!

あいコープ「高校生広島平和交流団」派遣 8/4 ~ 8/5



「世界中のすべての人へ」

広島長崎中高生平和宣言

想像して下さい

たつた一発の原子爆弾によってついさっきまで隣にいた大切な人が
一瞬にして焼けただれ、苦しみ、死んでいく姿を

これが核兵器の恐怖です

1945年8月6日8時15分、8月9日11時2分

原子爆弾が広島、長崎に投下されました

悲惨な歴史を忘れてはいけません

そして、繰り返してはいけません

だからこそ、私たちは世界の核兵器廃絶を目指しています

私たちは被爆地で生まれ育ち、幼いころから核の恐ろしさを学んできました

核兵器の廃絶が平和な世界への第一歩となることを信じています

私たちは世界の現状をしっかりと見つめる必要があります

多方面からみた正しい歴史を学んでいく必要があります

多くの人の声を聞き想いを受け止める必要があります

そして未来のために

核兵器や武力でつくる平和ではなく、対話と信頼で平和を築いていきたい
宗教・人種・言葉の壁を越えて、世界中の人々と手を取り合って行動していきたい

世界平和実現のためにあなたが今できることを考えてください

人のために
世界のために
地球のために
そして
未来のために

あなたには今何ができますか

私たちは微力ですが無力ではないはずです

広島長崎の中高生が核兵器廃絶への想いを共有し
世界平和の実現のためにともに歩むことをここに宣言します

高校生一万人署名活動(七月末〆切)
支援金と書籍はばたく高校生平和大使にもご協力お願いします!!

鶴時かれんさんへ

⑥ げんぱつがなくなる
ように、がんばってきて
ください。

(小3)

⑦ 私達の祈り、届けて
きてください。

遠路、どうぞ体に
気をつけて行って
らしてくださいね。
(須賀川市)

意気込みを語った。

欧洲本部で核兵器廃絶を呼び掛ける高校生平和大使
に、20人を選んだ。過去最多の22人となつた。

4日に発表された長崎県の2人を加え、過去最多の22人となつた。



長崎、広島両市の市民団体「高校生平和大使派遣委員会」は5日、スイス・ジュネーブの国連大使館は5日、

長崎、広島

鈴木さんと鶴時さん

「高校生平和大使」に

本県からは白河高2年の鈴木愛望さん(17)と桜の聖母高2年の鶴時かれんさん(16)が選ばれた。

かわんさん(16)写真⑤

浜通りから避難し、「故郷に帰りたい」と言っている友人もいる。

鈴木さんは「原発事故で核兵器がなくなりたい」と思っている子どもが増える。核のない世界の実現に向け思いを伝えたい」と抱負。鶴時さんは「震災で起きたことは伝える子どもが増える。核のない世界の実現に向け思いを伝えたい」と抱負。鶴時さんは「震災で起きたことは難しいと風化させないために、福島の現状と、核を平和のために利用することは難しいと意気込みを語った。

第18代 高校生平和大使に託して 国連本部への署名にご協力を

・署名 420 筆
(6月15日現在)

第18代高校生平和大使鶴時かれんさん行動
長崎市研修 7月8日~9日
広島市研修 6月13日~14日

・支援金への集約 107,500 円
(6月3回)
県内署名行動 6月21日
於:ビックパレット

・書籍『はばたけ高校生平和大使』 15 冊
国連へ (スイス・チューリッヒ) 8月15日~21日

・2015年カレンダー 高校生(第17代) 部
申込み者 6 名

「未来につなぐ支援金・書籍は、
ローカル商品のご案内をご覧ください♪」