

あいコープdeランチ < あいコープランチ会メニューと仲間を増やすよ >

あいコープで働いている仲間がランチ交流会をしました。メニューはとろさんまの缶づめを使った炊き込みごはん、サラダ、おとし揚げのお吸い物、ブルーベリーヨーグルト。一番びっくりしたのは「さんま缶で炊き込みごはん」でした。缶づめは、うちではほとんど食卓に出ることはありません。その昔食べるべししか知らなかった私は、そのおいさにびっくりしました。しゅががきいて、生ごさもなくて、どんどん食べてしまっていました。その昔食べてもおいしい缶づめが、お料理でもっともっと何倍もおいしくなる事に衝撃でした。あつりにごはんがおいしくて、高いほど購入を迷っていたとろさんま缶の個セットをさく注文しました。さくうちでも作ってあげようと思います。

(郡山市)

魚「缶詰」の炊き込み、生臭さも消えて美味しい。

千葉産直缶詰を使った今回のランチ。缶詰の炊き込み御飯にはビックリでしたが生臭さもしゅがも野菜味で消えて美味しかったです。是非自宅でも再現したい味でした。

橋本副理事長のお話、屋専務のお話、私達のあいコープふくしまの良さがひびくと感じました。やがて巣立つ我が子達に、あいコープの食材の安全、おいさを家庭の味で伝える事を使命とし、日々の食事作りを大事にしたいと思っております。毎日多様なレシピ。一組合員として楽しんでいますので、これからも新メニュー作り頑張ってください。

(郡山市)

米沢郷牧場 伊藤代表を囲む会② in 福島地区

鶏の良持に於いて育てている代表のニジワリ



スーパーで売られている鶏肉の安さの理由が分かりました。「今は、鶏を育てる事は工業生産」と伊藤代表が話されました。太陽の光を遮り、一日中ライトをつけ、温度も一定の中、えさを食べた後の短時間で太らせて出荷。もちろん鶏が動きまわらないので、病気に罹りやすい様に抗生物質をえさに混ぜているようです。スーパーのパッケージを見ても「鶏肉」としか表示されていません。裏には沢山の注意すべき現状がありました。

米沢郷牧場では、とても素晴らしいシステムに於いており、おバカさんの中で循環しています。えさを作っている方の顔も分かりました。鶏の良持に於いて育てている伊藤代表のニジワリが大変ありがたいです。ニジワリの子供達、勉強ももちろん大切ですが、価格が高くて自然に添って作られているもののかを判断できる力を養っていかねばならないと感じました。

(福島市)

②

食べ物を選ぶ目を養う時間に。

鶏の全期間無投薬飼育のパイオニア、米沢郷牧場 伊藤代表のお話は、鶏を育てるというお話から、日本の食糧自給率、輸入飼料が抱える問題、食の生産による環境汚染など、日本の食にまつわる様々な課題が垣間見え、新たな世界の扉が開けるような濃い内容でした。

生きられる日数が限られている鶏たちを大切に育てて、開放鶏舎で自由に動き回らせ健康に鶏らしく育てる米沢郷。例えば夏場の暑さを乗り切るため独自のエアコンで羽数や温度管理を徹底し、健康で病気に罹らない工夫を凝らしているから無投薬飼育が可能とのこと、自家製の安全に配慮した飼料を食べストレスをかけることなく育てるから、脂のつきたくなく、うま味たっぷりの肉質になることなど、牧場で働く方々の工夫と努力の積み重ねが生み出す味と知りました。

食べる人の安全を第一に考え、ニジワリと愛情いっぱい育てられた鶏肉。今まで以上に感謝しています。そして鶏には NON-GMO、ポストハーベストフリーの飼料を与える海苔に接し、ふと、おまが子にも食べさせている食事、おやつ、ジュース類がどこまで GMO 食品に侵食されているか「はっ!」とさせられ、食べ物を選ぶ目を養う時間になりました。

(福島市)

代表の「安全にはレベルがある」が印象的。

「国が許可して普通に販売しているものでも本当に安全とは限りません。安全にはレベルがある」という伊藤代表の言葉が特に印象的でした。BM技術を使った体にいい水を飲み、遺伝子組み換えではない国産の安全なエサで、抗生剤無投薬で育てられる鶏たち。食べ物にはいくらお金を遣っているつもりでも、鶏たちの方が人間よりもっと健康的なものを食べているのではないかと、食生活の在り方を見直す良いきっかけになりました。消費者の顔を見て、直接お話し合いをぜひモイバージョンが上がることをおっしゃってくださった伊藤代表。真面目に安全を追求してあげたい食材を注文用紙1枚で自宅まで届けてくださるあいコープの皆さんにも心から感謝です! 美味しいランチごちそうさまでした!!

(福島市)

激安、輸入鶏肉はどうか?

伊藤代表を囲む会、試食交流の時、アジアは外国産鶏肉が40~60円/kgと激安な理由を伊藤代表はアジアの鶏生産現場の動画で生産規模の違いを説明してくれました。体育館の約半分の鶏舎では出荷を控えた鶏がぎちゃりと超過密飼育。足場も狭いので鶏同士がぶつかり、鶏をつまみつぶすかと思ってしまう巨大な掃除機の羽の回転で次々と吸引。後ろに広がる衣装ケースの引き出しに1箱(10kg)と掃き出され、箱が一杯になるとぎちゃりと閉められそのまま出荷です。おバカさんコンパ上を流れる工業製品の約半分の同じグループの組合員さんと皆で自然とていまして。大規模化に伴って利益と効率をどんどん追求する都合で使われる大量の殺菌・抗生剤や投薬の現状。安い鶏肉はお財布には優しくも将来的なリスクを考えると健康にはとても悪いと感じました。安全な鶏肉を食べたいことに感謝です。

(福島市)

単位:ベクレル/kg

| 測定日 | 場所 | 品目 | 量目 | 結果 cs137/cs134 | 検出下限値 cs137/cs134 | 測定 時間 |
|--------|-------------|---------|------|-------------------|----------------------|-------------|
| 10月9日 | 小野町 | きのこごはん | 380g | 6.17 / (F) | 4.56 / 3.62 | 10800S (3H) |
| " | 本宮市 | カボチャ | 570g | (F) / (F) | 4.33 / 3.43 | 3600S (1H) |
| " | 本宮市 | カボチャ | 590g | (F) / (F) | 3.31 / 2.61 | 7200S (2H) |
| " | 福島市 世木野 | 柿 | 550g | (F) / (F) | 4.41 / 3.54 | 3600S (1H) |
| " | 本宮市 | さつまいも | 850g | (F) / (F) | 3.47 / 3.12 | 3600S (1H) |
| 10月12日 | 郡山市安積 | 柿 | 910g | 3.38 / (F) | 2.45 / 2.29 | 7200S (2H) |
| 10月14日 | 郡山市 静町 | ネギ | 930g | 3.42 / (F) | 2.39 / 2.24 | 7200S (2H) |
| " | 本宮市 | しそジュース | 650g | (F) / (F) | 3.85 / 3.03 | 3600S (1H) |
| " | 郡山市 富久山町 | 甘柿 | 720g | 5.03 / (F) | 4.15 / 3.72 | 3600S (1H) |
| 10月15日 | 郡山市 喜久田町 | 白米 | 450g | (F) / (F) | 5.40 / 4.33 | 3600S (1H) |
| " | 郡山市 富久山町 | 渋柿 | 640g | (F) / (F) | 3.90 / 3.07 | 3600S (1H) |
| " | 郡山市 富久山町 | どんぐり(実) | 550g | 5.81 / (F) | 4.41 / 3.54 | 3600S (1H) |
| " | 郡山市 富久山町 | どんぐり(皮) | 100g | (F) / (F) | 26.4 / 20.6 | 3600S (1H) |

*生産者からのお便り 稲刈り取り コンバインの音・土に配慮しながら

秋晴れの良い天気が続き、イネの刈り取りが順調に進んでいると先週お便りしましたが、このお便りが届く頃は籾摺りも終わり米になっていることでしょう。収量も大切ですが、9月に入っての低温が品質にどのような影響があったか心配です。今年は田圃が良く乾き、コンバインで順調に刈り取りすることが出来ましたが、市街化が進み住宅に挟まれた田圃ではエンジンの音がうるさいとか、道路に土を散らすなどと言われないように配慮が必要になりました。代かきの時はトラクターに付いた泥を道路に落とさないように、隣の田圃に移動するのも運搬車に運んでおります。環境面からも作物が作れない農地が広まってきたております。

石沢 重吉

ローカル品 000503 愛菜箱 905円(税別)

無農薬野菜作りの愛菜会グループからの野菜セットです。品目・量目は生産者におまかせ箱にいたします。

ご注文の参考に →

10月3回お届け品
 いんげん 100g
 ピーマン 1袋
 坊ちゃん南瓜 1個
 大根菜 1束
 長ネギ 500g
 玉ネギ 500g

10月4回お届け品
 いんげん
 白菜
 小松菜
 ほうちん草
 ジャガイモ

10月3回ローカル品 注文数20件以上

- 1 地元の小松菜 388束
- 2 水害支援金 372件
- 3 ミニトマト 366パック
- 4 むきネギ 239束

| 商品名 | 供給数量 | 商品名 | 供給数量 |
|---------------|------|----------------|------|
| 地元の小松菜 | 388 | 野菜セット「愛菜箱」 | 44 |
| 関東・東北水害支援金 | 372 | 徳島産野菜セット | 43 |
| ミニトマト ちびあま | 366 | 板こんにやく1/2×2 | 41 |
| 地元のむきネギ | 239 | 生芋こんにやく | 40 |
| 地元のきゅうり3本 | 227 | ミルクコーヒー | 39 |
| 地元のなす | 153 | いちごとまと | 34 |
| 地元のきゅうり5本 | 131 | ミニキュウリ | 31 |
| 中玉トマト ララフルティカ | 124 | とろさば水煮 3缶セット | 29 |
| 生芋板こんにやく | 119 | こだわりぼん酢 | 25 |
| 満点! あおばちゃん6切 | 101 | とろさばみそ煮 3缶セット | 24 |
| 地元の京菜(みず菜) | 94 | 三陸唐桑 生わかめ(茎付き) | 23 |
| 地元のピーマン | 93 | シャボン玉浴用 | 22 |
| さつま芋 シルクスイート | 89 | ミニとろいわし 3缶セット | 21 |
| 生芋系こんにやく | 64 | 満点! あおばちゃん12切 | 20 |
| 大玉トマト(重カトマト) | 46 | | |

3.11原発事故により浪江町から強制避難中
 本宮市仮設住宅、高木地区と石神台1
 65戸へ支援。

10月3回ミニトマトの5% 264円
 ニキビでの残額 20,227円
 20,491円



あいコープまっしりにも
 ご招待(マイクロバス1台)します

3

関東・東北水害支援金に感謝します

| | | |
|---------|------|---------------|
| 10月2回集約 | 166名 | 140,600円 |
| 10月3回 | 96名 | 74,400円 |
| 10月4回 | 35名 | 28,600円 |
| | | 297名 243,600円 |

大郷みどり会(宮城)、常総生協、よ葉生協、生産者の皆さんへの見舞金としてです。

関東水害被害 常総市の現実

○「在宅避難者」

茨城コモンズさんを中心にしたNPO連絡会議では一軒一軒声をかけてゆく中で、特に「在宅避難者」「避難所での健康管理」への支援を訴えています。

1階がほぼ浸水（大規模半壊1035棟）、床上浸水（半壊2801棟）の家では、ほとんどが畳や床を剥がした状態で2階生活。お風呂も台所での料理も困難な状況。車を失い、火災保険も水害ではおれない。数百万円の住宅修復に57万円程度の公的支援ではとても足りない・・・。

避難所統合で市内の避難所は5ヶ所に減り、町外れの避難所からは通勤通学が困難なため、復旧していない自宅に戻らざるを得ない。しかし家に戻っても食事もつくれる生活をしている「実質的な避難生活者（在宅避難者）」がたくさんいる。

市内の避難所では3週間たってもおにぎりだけ。夜間見守る保健師や看護師も不足。

「迷惑をかけたくない」と床下の泥かきがおおらず、カビが大量発生している被災住宅に戻っている・・・。避難所を出た被災者・在宅避難者は10/5より食事と支援物資の支給が停止された・・・。

○「今は孤独や喪失感との闘い」

コモンズ代表横田さんは次のように。

「この3週間、最初は水との戦い、次がゴミとの戦いでした。今は孤独や喪失感との戦いです。みな被災地以外に行ったり、職場に出たとき、被災や被害に関する感覚の違いにすごくショックを受け、取り残されている、忘れられていると感じています。忘れていない、いっしょに今後のことを考えている、ということが伝わると、みな明日に向かう勇気が出てくると思います。災害から1ヶ月をすぎたら何か皆が元気になれることをやっていきたいと思っています。」

— 続く 家の2階での生活 —

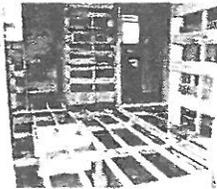
○「街中サロン」づくり

とりあえず通りや公園のゴミの山はなくなってきましたが、家の片付けをしている人はみな疲れています。

コモンズさんが中心になってNPO連絡会議では今後「避難しつつ片付けをしている人が地域で支えあえる活動」のひとつとして「街中サロン」を計画しているとのこと。

- ・住宅地での炊き出し
- ・足湯、マッサージ
- ・相談会
- ・カーシェアリング
- ・多言語の情報誌発行

避難所縮小で、家の2階での生活へ。1階ではまだ食事つくれる。お風呂もまだ。



（常総生協ニュース「COOP-JOSO」10月12日発行より）

「行政や制度は重要だし、なんとかしてほしいですが、やはり市民社会をつくらないと生活や幸せを守れません。今20年前に阪神淡路で生まれたような様々な活動が、規模は小さいかもしれませんが、この常総市で生まれつつあるし、今なら市民が協力した活動、災害弱者を生まない行政や助け合いの仕組みをつくれる。今なら国籍の壁を越えたつながりがつくれる。そう信じて活動していこうと思います。」

放射能おしゃべりカフェ(第2回) in 郡山・福島 ①



☺ 帰り道は足取り軽く

たくさんの資料が机の上にあるのを見た時は場違いのところ? ... と思いましたが、10名ほどのごんまりとしく零田長はまさに「おしゃべりカフェ」とよぶにふさわしいおしゃべりな方でした。保養や避難に行つてはいるが住んでいてはいると変わらなかつた話、線量の低い場所の話、寝屋が大事だよという話、いろんな情報がありがたかったです。「うちは力だつたよ!」という経験談で先輩方に温かく包んでもらいました。放射能を無駄にこわがり、避けて非難するより、正しい知識で上手につきあつていくのが大事だと納得。帰り道は足取りの軽かつた私でした。

（郡山市）

☺ 放射能としっかり向きあっている組合員との交流が

放射能おしゃべりカフェでは、大塚お世話にナリました。今年3月まで実家の山形(寒河江市)で暮らしていたが、子どもの進学を期に福島に戻つて参りました。いろんなことに悩むことに疲れ、自分だけのマインドもあいつつ半年が過ぎようとしていました。でも、今日、福島で生きることを決め、しっかりと放射能と向きあっている組合員さんとの交流できたことで、自分もこの地でしっかりと生きていこうと思つてきました。また、震災後のあいこーさんの取り組み(住居の除染や農地の除染、食品の放射能検査etc)を理事長さん自ら現地に足を運んでくださつてリードしていらつたと知り、驚きました。これからは、あいこーさんのもとで、一緒に学ばせて頂き、生活、生き方を見直していきたいと思つています。一番大変な時に福島を離れていたこととどうも感謝していますが、あつたかく受け入れてくださるあいこーさん会員の皆様に感謝です。今後ともどうかよろしくお願い致します。

(5年前、あいこーを紹介してくださつた佐藤さんが「お豆腐と牛乳は絶品。食べ物だけじゃなくて、他とちがひのは「みずかり」っていうお茶だよ」といろいろポイントがあつたの!」とおしゃべりでしたが、まさにこの通りだと思つています。あいこーさんのおかげで福島で生きる勇気と希望ももらえています。)

（福島市）

☺ 農家さんの状況を知り胸が熱く

福島地区での放射能おしゃべりカフェ2回目では9人の参加者が集まり4年半経つた今の思いを話し合いました。また理事長から当時の農家さんの置かれた状況を聞き、胸が熱くなつきました。今もセシウムは表土から3cm-5cmほどとまっているとの事。4エムガイも25年経つても3cm-5cmほどとまっているのだ。有機肥料で育てた野菜にはセシウムが移行しにくい事もあつた。他県の山菜も放射能と別売しはいいけど、数値が出ると周りの農家さんに迷惑に当たるというのが理由と聞き、浑身たのめつたり自分を選んで行かればおらつたと思つきました。(福島市)

肉の熟成 4~5℃、サーモンは-10℃、温度管理と記録の徹底

10月1日(木)に安達地区委員会でタンポポ村を訪問しました。タンポポ村に向かう途中、飯館村を通ると生活感の無い村の写に原発事故の悲劇と現状を痛感しました。

牛渡社長から工場内のソーセージやスモークサーモンの製造ラインを案内していただき、温度管理と記録が徹底されていると感じました。特に温度管理は原料別に温度設定がされていて、肉が運び込まれる時から記録されていました。肉の熟成は4~5℃で行い、サーモンは切りやすい-10℃で保管など原料の品質管理に努めていることも分かりました。スモークされている様子を見せていただいた時には一瞬にして良い香の煙にふわっと包み込まれる感動の体験をしました。風評被害について、売上げは戻っておらず「もや」とはものが残っている」と社長が話してくれました。訪問して生産者さんと組合員が商品について直接話し合い交流を通じて、ニジワりの商品をいただける事に感謝して、生協、組合員の要望を伝えるだけでなく一緒に考えて商品を作っていくことが生協らしいと思いました。

あいコープつくりの事前注文品にタンポポ村の商品を増やして応援したい！ つくりでは安達地区委員会で担当します、と伝えると喜んで下さり、つくりに向け気持ち繋がりました。

(あいコープつくし 理事 鶴崎)



おフロの黒カビ、どうしてる？

いつもお世話になっております。以前、生協の会合に参加した時「セッケン、重曹ではおフロの黒カビが落ちない」ということが話題になり誰も良い策が出ず沈黙が続きました。私も塩素の臭い、危険は嫌だし、でも他の石けん等は洗剤力がイマイチ、と思って色々試したところ、「AUROカビ取り」が臭くなくカビ落ちがいい感じがします。カビが完全には落ちませんが、かければ落ちます。無臭だし成分も安全なので、マスク、手袋で塩素系を使いより、ほぼ素手でAUROをコツコツ使う方が楽です(気命も)。唯一、300ml 2100円は高すぎ！が難点です。他の方、「AURO」を使ってらっしゃる方、いかがでしょうか？ 使い心地がいいのは褒めたいところでは。



手作り通信の抽せんぞ

昨日は、思いもかけない“大当たり!!” BOXを開けた時の私の興奮、あの騒ぎの... ぐらぐらにだけたのが残念です！ 全く予期せぬ出来事に、今更作り、あいコープ様に感謝です。(おいしく食べたけど、返せとか言わない？...) 丁度その日はおばあ家で、米沢牛ステーキがうまいのが高いの聞いてきて、娘に“ステーキ食べてえ!!”と叫びたところだったので、うどの予定だったのを「うどんはやめた! ステーキだ!!」って特大騒ぎに。(... 普段の我が家の庶民の暮らしが見えています...) で、馬騒ぎが収まったからは シルクスイート♡ です。天ぷらもおいしいけど、先日、さつまいもと小間切れ、たねぎを煮ました。おね、とりとこりやま、うまい。いつも感謝しております。

(二本松市)

続・ネオニコチノイドって？

前号の「ふわり」NO.1136 ⑥ページに掲載した質問へのおたえの後半です。前回は、使用されている農薬について、店頭で「個人」が知ることは難しいこと、生協という「組織」がチェックすることの意義、農薬全般の削減などに触れました。

最後にネオニコチノイドの件です。1990年代から従来の殺虫剤・有機(塩素)リン系から変わって登場し、現在はほぼ全ての殺虫剤商品(田・畑から家庭菜園用まで)に使われています。この「溶剤」は、虫の神経系を麻痺させ死滅。中毒症状として震え、けいれんを誘発する有毒物質で、かつ毒の残留性・持続性があり、殺虫剤市場の主役になってわけです。ミツバチの大量死に関連することも証明されました。当然、人間にもほぼ同じ影響があります。胎児~幼児の脳の発達障害の増加と関連があるとする見解が多く出されています。成人の場合も脈の異常、頭痛、胸痛、そして吐きけの増加との関連性が提起されています。

すでにヨーロッパでは使用禁止と制限が始まり、EU諸国もその規制を決定しました。日本の残留規制は、EU諸国の50倍(リンゴ)~500倍(お茶)と非常に甘い数値であり「市場」では残留の高いものが出まわっていると考えます。

(あいコープつくし 佐藤)