

# ひまわり

2018年  
6月25日  
No. 1269

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 バランゴンバナナが豊作です！ご利用お待ちしております！農薬・化学肥料使わない市販のバナナの果肉から、ネオニコチノイド系 検出される / バランゴンバナナスムージー
- ② バランゴンバナナ カフェ報告のバナナからカカオ、綿まで・民衆交易のバランゴン
- ③ 郡山北地区 シフォンケーキカフェ会 報告の 黄身の濃さの本懸念が発表されました！
- ④ ひまわり コープ共済シリーズ・7月～8月 あいコープ行事予定
- ⑤ 横田さんのいちご摘み交流② / 生産者からのお便り / 測定・定期測定
- ⑥ ローカル商品のご案内・なんでもカード・共済申込書・注文品控えメモ
- ⑦ ~ ⑩

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

### バランゴンバナナ が 豊作です！



ご利用  
お待ちしております！  
7月・8月は、さらに通常利用量の  
1.5倍の収穫が見込まれています。

農薬も化学肥料も“使わない”自然のバナナ バランゴン

\* バランゴンバナナの産地 フィリピンは、この数年間 大きな被害がありました。しかし今年は、大型台風、季節風（強風）、干ばつがなく、バナナが順調に生育しています。

このため、7月からのバナナ収量がこれまでの1.5倍多く見込まれますが、生協の7～8月の利用量は例年減少するため、丹精込めて育てたバナナの行き先が無く、大量に残る心配があります。

① フィリピン現地の人 3000名の生産者（家族を含めると 1万5000名余）と、私たちの1房の注文で応援します。

② バナナは優れた栄養分を持つ果物です。夏の栄養補給と体を冷やす力を活用します。

③ 冷凍庫を使った 冷凍バナナやスムージーに、冷凍いちご（横田農園）とコラボさせる食べ方など おすすめです。

他方、市場流通のバナナは… 検出 … 農薬残留

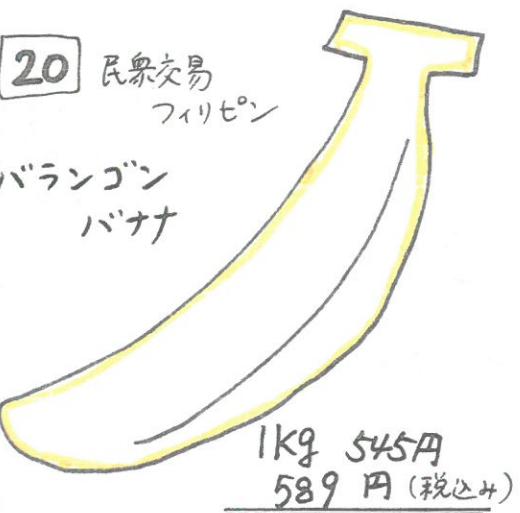
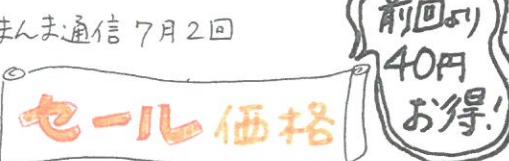
ネオニコチノイド系二種と、シックハウス症候群をおこす

『シロアリ駆除剤』（クロリピリホス）が  
検出されます。

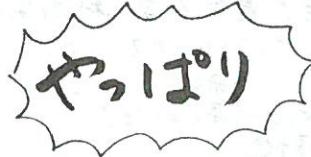
居住建築では 禁止に当たっている  
薬剤です。

（2016年・東京都健康安全センター）

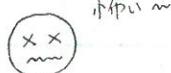
詳しいは  
次ページに2



バナナの実が育つ、約2～3ヶ月前に  
“殺虫袋”を!!



# 果肉から ネオニコチノイド系 検出!! (2016年)



\* 日本に輸入されたバナナへの 残留農薬を調べてみました。

バナナの実が育つ 2~3ヶ月間、虫除けや皮に傷がつかない（きれいな皮）ように「大きなビニール袋」( ) をかぶせます。 → ①ページ右の写真  
この袋には、防虫剤（クロルヒドロス）が練り込まれています。

この薬剤は、日本では「シロアリ駆除剤」に使用されており、バナナと接し、それが家庭に届くわけです。  
表皮に残効した駆除剤を素手で触ることになります。

二つ目は、食べる果肉より検出された二つの農薬は、ネオニコチノイド系殺虫剤です。  
浸透性・残留性が強く、皮から果肉に農薬が進んだものといえます。

皮をむいても安心できません。

(東京都 健康安全研究センター 2016年)

## バランゴンバナナのスムージー

### 【材料（グラス3杯分）】

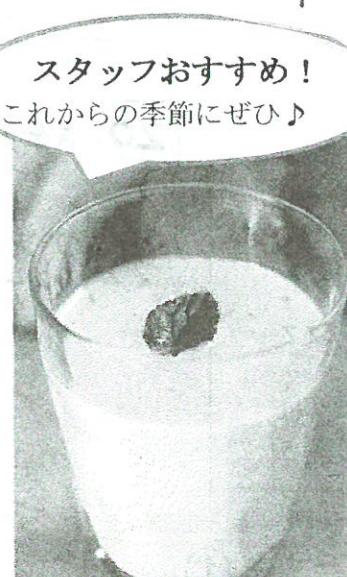
◎冷凍したバランゴン 3本 ◎牛乳 250cc

### 【作り方】

- ①バランゴンバナナは皮をむき、ラップに包んで冷凍しておく。
- ②凍らせたバナナを適当な大きさに切り、牛乳と一緒にミキサーに入れてスイッチオン。完成！

※分量は目安です。バナナの大きさや甘さ、一緒に入れる果物の量、水分によって適宜調整してください。

※お好みでリンゴ、キウイ、スイカ、プラム、ブルーベリー、桃などの果物を入れるとまた違った味がお楽しみ頂けます。



スタッフおすすめ!  
これから季節にぜひ♪

②

< 東京都 健康安全研究センター 2016年度版 >

\* ... 18検体中、13検体から クロルヒドロス

① ... ネオニコチノイド系 クロチアニジン  
チアメトキサム ) は、2検体の果肉より  
検出！

### フィリピンから日本に輸入されたバナナから検出された農薬リスト

農薬名(有効成分)	種類	検出数	HHP(*)
アゾキシストロビン	殺菌剤	1	
ビフェントリン	殺虫剤	2	*
クロルフェナピル	殺虫剤	1	*
* クロルヒドロス	殺虫剤	13	*
① クロチアニジン	殺虫剤	1	*
シペルメトリン	殺虫剤	1	*
デルタメトリン	殺虫剤	1	*
イマザリル	殺菌剤	1	*
チアメトキサム	殺虫剤	1	*

検体数: 18, HHP=Highly Hazardous Pesticide

2016年東京都健康安全研究センター年報より作成

検体数 18のうち  
13に検出…

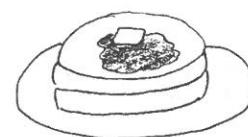
### <バナナはどうやって保存するの??>

バナナの保存には15度から20度くらいが適していると言われています。

暑い時期には風通しのよい涼しいところに。

熟したバナナは新聞紙やポリ袋に包んで冷蔵庫（あれば野菜室）で保存。皮は黒くなってしまいますが、実はひんやりとしまって美味しく頂けます。

皮をむいて実をフリーザーパックあるいはラップで包んで冷凍バナナを作ておくと、そのままスムージーの材料として使えます♪



## ＝バナナから カカオ、綿まで＝

＊バナナの栽培方法の違いは、「ひまわり」を読んで理解していたが、参加した人達の意見を聞いてさらに知識が深まった。  
バナナの話から、カカオや綿の栽培方法にまで話が広がって、とても興味深く感じた。  
パンケーキ自体は、とてもシンプルな感じで、気軽に作れそうで、特にシロップは今まで作ったことがなかったので、これからは購入しなくて済むので助かる。  
また他の食材テーマで参加したい。

(田村市 )

＊バナナの勉強会に参加させていただき、みんなさんの質問を色々聞いて、勉強になりました。  
それに、超カンタン！ バナナパンケーキも、とっても簡単でおいしかったです。  
お家でも、子供に作って食べさせたいと思います。

それに、前から気になっていた豆腐クリームとっても簡単に作れてとてもおいしかったです。  
マスコバド糖のシロップもおいしかったです。  
カフェ会で、気になっていたものが食べられて、レシピを見ただけでは作るまでいかなくて食べてもおいしく、作り方も見て簡単に作れるとまた家でも作ろうという気になります。

(郡山市 )

民衆交易の  
バランゴンに  
驚き

＊もう、子育ても終わってしまった年代の私にとって、参加しても…  
もう役立てないのではないかとの思いがあり、このような勉強会は気に留めていませんでした。  
バランゴンバナナは、以前毎週のように頼んで、子どもや夫に食べさせていましたが、いつのまにか食べなくなってしましました。

今回、民衆交易のことを知り、驚くとともに、もっとフィリピンで自然の(無農薬)バナナを作っている方たちの方になれたたらと思い、また食べてみようと思います。

右上へ戻る

→ “おいしい”のはもちろんですが、私は安心・安全が一番だと思っています。  
バナナは体に良いことを改めて知り、これからどんどん取り入れるつもりです。  
2年前から同居している母(88才)に食べさせたいパンケーキとお豆腐クリーイでした。

(郡山市 )

## バナナ農園の働きは 原発作業そのまま

＊バナナについての「ひまわり」を読み気がつきました。特に山手線内の大きなプランテーションで働く人々の姿です。大変なのはイヤだけど、生活の為、現金収入を得るために仕切たない…というフレーズは、まさに私の実家(葛尾村)周辺から原発に働きに行っていた人たちの思いそのままです。

体調が悪くなても仕事をやめさせられるから上司に言えない。危険なのはわかっているけど今、現金収入がほしい!! 切実でした。

現在、葛尾村には100人程度帰村し、4月から学校も再開され(子ども数人?)ました。  
花の栽培や福大・日大・女子大等の大学の協力を得て、いろいろ試行錯誤中です。  
葛尾村生産の胡蝶蘭もそのひとつです。店頭で見つけたら事務所に飾って下さい。きっととても癒されると思います。

(郡山市 )

＊前回はシフォンケーキ会に参加し、“時間内に終わるのかな？”と不安になる位 とても丁寧な説明！そして簡単な作り方！ 今回も同様、バナナについての説明や意見交換で、どんぐん時間が経過し、パンケーキまで作れるかじ配でしたが、本当にすぐにできるので 時間内においしく完食です。

バナナについて、最近は「ひまわりのバナナ記事」を最初に読んだ時の感動を忘れない。  
“我が子への思いで購入していましたが…  
改めて”バナナを作ってくれてる労働者の子供さんのためにも 我が家で おいしいバナナをいただきます”と感謝し直すきっかけになりました。

また、バナナの方にも会員の方の子育て等について、色々お話しを聴けて楽しかったです。

(郡山市 )

郡山北地区 (5月9日)

## シフォンケーキカフェ会 報告①

黄身の濃さの  
概念が  
覆りました！

試作品は **絶品** でした



### 色が濃いのは 良いたまご？

\*初めてこのような会に参加しました。毎日食べている花たまごを知りよかったです。  
中でも黄身の話には驚きました。黄身の色が濃いと良いたまご、という概念が覆りました。  
イメージとは恐ろしいですね。

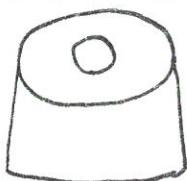
また、シフォンケーキにはベーキングパウダーはつきものだと思っていました。  
花たまごではないまごで作った時は、ベーキングパウダーを入れたのにもかかわらず、膨らまず  
すりペシャンこのシフォンケーキになってしましました。それからハードルが高くなってしまい  
作っていました。でも、このあいコープシフォンケーキだったら、粉もふるわないし  
また作ってみようと思いました。

試食したシフォンケーキはしっとりふっくら、ほんのり甘く、絶品でした。

こんなシフォンケーキを作れるお母さんになりたいと思わせました(笑)

近いうちにリベンジします。

(郡山市)



お家で  
作ってみたい

\*花児園の卵は毎回注文しているのですが、たまご焼きや味たまごとか  
レパートリーがないので、子どものおやつにシフォンケーキが作れたら  
いいなと思い、参加しました。

卵の事も詳しく知らなかったのですが、鶏のエサのことや、どうやって  
育てているか？あとは味比べなどやり、ますます安心して花たまごを  
食べようと思いました。

(郡山市)

### 市販の卵では膨らまなかった もっちりメレンゲの花たまご

\*シフォンの会で教えていただいたから何度も作り、その度に娘も喜んで食べて  
くれています!! すぐに復習したくて、教えていただいたその日の夜に早速4ヤレンジ!  
花たまごが届くのが翌日の予定だったので、市販の卵で作ってみましたか、思っていた  
よりも膨らまず、次の日に届いたばかりの花たまごでのメレンゲ作りは、  
「自身を少し冷凍すると良いよ」とのアドバイスももらったので、それも実践した所、  
驚くほど早く、もっちりとしたメレンゲが出来て感動しました。

卵の殻の硬さも花たまごはしっかりで…卵によってこんなに違うんですね。

シフォンケーキは買って食べるケーキ？と思っていた私ですが、今回教えていただき、  
また一つレパートリーを増やせました。プレーンのシフォンケーキを覚えたら、マーブルシフォン  
や見た目もおしゃれなシフォンケーキ!!とレベルアップして楽しんでみます。

(郡山市)

### 一口食べて 大好きに

\*卵の知識は本当に学べて良かったです。  
卵購入時に、BP・活用できました!

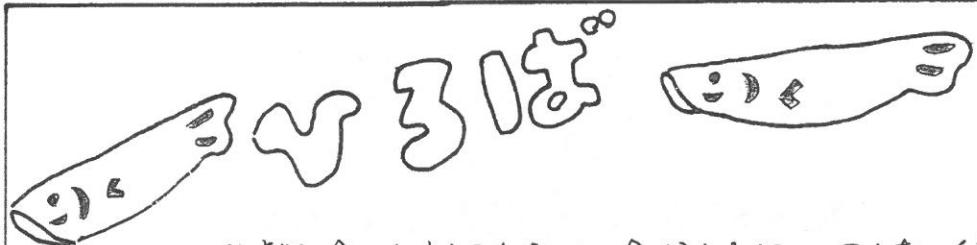


シフォンケーキ!! 本当においしかったです。  
私は苦手なケーキだったんですけど…  
一口食べて、大好きになりました。

自宅で2回作ってみましたが、  
材料がちょっと違うからか?  
しっとり感と膨らみが↓

(郡山市)

④ 郡山北地区  
“シフォンケーキ作りと卵の話”



\*離乳食でも大人でもおいしく食べられるメニューでした。(離乳食カフェ会)  
お豆腐がしっかりしているので、水切りなしで調理できて、簡単でおいしかったです。  
バナナのお話も聞けたり楽しかったです。  
委員さん、あいコープスタッフの方 ありがとうございました。

(田村市)

\*先日の交流会(菅野工場長を囲む・あいコープ豆腐交流)では、菅野さんの熱いお話を伺いました。私の質問(の②)にお答えいただき、とてもすっきりしました。

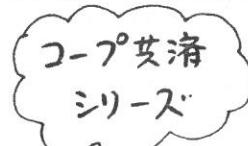
質問①の回答 … 豆腐は綿も木綿も、どちらも栄養豊富です。強いて言えば、綿にはビタミンB1が多く、木綿にはたんぱく質・カルシウムが多いので、どちらも食べてください。

質問②の回答 … 菅野食品の豆腐の消費期限が短いのは、風味を残すため。  
他社の豆腐は加熱処理してからパック詰めされているため、  
期間が長くできるが、その分風味が落ちるのです。

“豆腐クリーム”はまりました!!

綿とうふで早速豆腐クリームを作りました。  
豆腐クリーム + いちごジャム + ゼラチンで、ババロア風にしたところ、娘にも好評!!  
ヘルシーでおいしいデザートになりました。豆腐ってすごいなあと改めて実感です。

(伊達市)



### 娘の捻挫に あっという間の 共済金

\*娘(高3)が体育中に足を捻挫し、2回整骨院に通いました。  
書類もすぐ届き、記入し投函。またまた あっという間に共済金が振り込まれました。

いつもながら 素早い対応に感謝致します。

(郡山市 K・Tさん)

### 豆腐作りセット・大騒ぎ “ん? どうするんだっけ…?”

—「もめんどうふのヨーグルトだった」(7才)

\*6月1回 豆腐作りセットで豆腐を作ってみました。まんま通信を見た時から、子供達 やる気満々だったのですが、セットに作り方の紙がついてくるだろ…と思い込み、まんま通信を保管しないなかったので、いざ作ろうとして「ん? どうするんだっけ…?」

作り方を調べようかとも考えたのですが、「早く作るー!! 混ぜるー!!」と大騒ぎで、「にがりが2袋ということは… 2回に分けて入れるのかな?」と、とにかく混せて冷蔵庫へ。  
娘(10才)が豆乳を味見して、「コンビニとかの豆乳飲料は味がイヤで嫌いだけど、この豆乳はおいしい」と言っていました。

さて、肝心の出来具合ですが、翌朝食べました。うまく固まらずトローンとしたヨーグルトみたいでした。

- ・でも、豆乳の風味がよく出ていておいしかったです ( 10才 )
- ・においが、もめんどうふのヨーグルトだった ( 7才 )
- ・いつもの油あげ、買ってもらいたかった ( 5才 )

また作ってみたいそうです。

(須賀川市)

### 7月～8月 あいコープ行事予定



7月

7日(土) 中高生広島平和交流団 研修会

9日(月) 愛農会 米作り

27日(金)～29日(日) 庄内没交流ツアー (山形へ)

8月

4日(土)～5日(日) 中高生広島平和交流団 (広島へ) 10名

4日(土) 第2回 農業体験 (トウモロコシ収穫)

13日(月)～17日(金) 8月3回分配送 夏の休止期間

25日(土) 第21代 高校生平和大使 出発 (スイスへ)

⑤ \*核兵器廃絶 1万人署名は、8/3(金)に集約します。ご協力お願いします!!

## 横田さんのいちご摘み交流 (5月26日) ②

どのいちごも甘く  
“ハズレ”がない！

\*念願だった「いちご交流会」に参加できました。うちの子供達(3人)は、みんないちごが大好き。自分で採って食べるいちごは格別で、「甘くておいしいね」と口の周りを赤くしながら、お腹いっぱい食べられて満足でした。

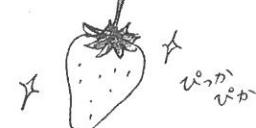
確かに、どのいちごも甘くてハズレなしで、今まで行ったどのいちご狩りよりすば抜けでおいしかったです。育て方が違うとここまで違うんだと実感しました。

これからも、横田さんのいちごを購入し、応援続けます。

(田村市)

**葉っぱが青々と**

— 化学肥料も使わないで —



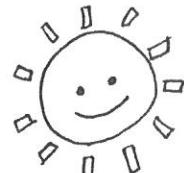
\*初めてのいちご交流…子ども3人と私で参加しました。

いちごは肥料がたくさんないと…と思っていたのですが、堆肥も化学肥料も使ってないとのこと。

でも、ハウスの中のいちごは、葉っぱが青々と茂り、生き生きとしてその隣に真っ赤ないちごが。甘い匂いのいいもの味です。

長男も、いつもだ！いつもの味だ!!といちごを食べた。ジェラートも食べたと言っていました。娘はしばらく食べられなくなることを嘆いています。冷凍いちご楽しみにしています。

(郡山市)



光合成で  
加速され  
**大きな実に**

— 大きく甘い いちごの秘密 —

\*炭酸ガス(CO<sub>2</sub>)発生器で濃度を高めている事を知り、勉強になりました。でんぶんと果糖+酸素がCO<sub>2</sub>と光合成によって加速されて、大きな実になったんですね。

子供達もやっぱり大きないちごに夢中でした。口に入っても安心。大きても甘い!!

生産者さんの努力や工夫に感謝しています。

(郡山市)

## ジャガイモ 新しい品種 とうや

甘みがあり、煮崩れしにくい

\*生産者からのお便り

ところによっては夜に小雨があるかもしれません。という天気予報にわずかな期待をして野菜の苗を植えたのですが期待外れでした。今年の4月、5月の降雨量の少なさは記録的なものと思います。春野菜や夏野菜の育ちが悪く、品質も不揃いで食べてくださる皆様にご迷惑をおかけしております。

今週のジャガイモの品種は「とうや」です。これまでジャガイモの品種は、「男爵」がほとんどでしたが、これに「キタアカリ」が加わりました。品種にはそれぞれ特性があり「とうや」は甘みがあり煮崩れしにくいので、肉じゃが料理の良く、冷えても味が落ちないそうです。「キタアカリ」は煮え上がりが早く、つぶしてサラダに適しています。次回は「キタアカリ」をお届けする予定です。(6月8日)

石沢 重吉

測って安心

測って対応

福島の農産物・山菜測定

コシアブラ 1300ベクレル/kg

単位:ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	結果	検出下限値	測定時間
				cs137/cs134	cs137/cs134	
2018年 5月29日	不明	2(あぶら)	60g	1150 / 107	84.2 / 27.1	7200S (2H)
6月6日	郡山市 田村町	ブロッ�リー	800g	⑦ / ⑦	2.80 / 2.55	7200S (2H)
6月7日	須賀川市 三ヶ持	玉ねぎ	900g	⑦ / ⑦	3.12 / 2.86	3600S (1H)

\* 2016年4月のコシアブラ測定では、1560ベクレル/kgでした。

(栃木県 那須方向)