

ひまわり

2018年
7月16日
No. 1272

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

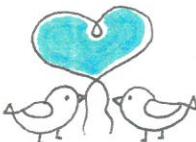
もくじ

- ① 総代会に参加口しての学び、よんでもカードより
- ② ↓
- ③ 総代会発言とまとめ
- ④ ↓
- ⑤ とても簡単！私のお料理キット
- ⑥ 生産者からのお便り、測って対話、配達お休みのお知らせ、豊作バナナ
- ⑦ ~⑩ ローカル案内、よんでもカード、共通申込書、買い物券空きメモ

ローカル商品のご案内（8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 0120-212-107

総代会に参加口しての学び②

学びが社会を動かす
気づきを待ってる人がいる！
こうした考え方つながる自分に満足



今回初めて総代会に参加させて頂きました。他の組合員や生産者の話を直接聞けるいい機会になりました。

『供給にはカリカを入れると生産者が腐ってしまう。農薬や添加物をよくして作っても、生産者の“い”が入っていない商品が出来てしまう』との話を自分に置き換えてみても確かにそうなるよな…としみじみ感じました。

また、あいコープに加入し同じような考え方の方々とつながれた事に満足している自分がいました。

『地域を変えるには我々の動きしかない』『気づきを待てる人がいる』等の意見を聞き、周りを巻き込む行動を億劫に思うのではなく、どんどん動きかけていかなくてはならないのかな…と思いました。

（郡山市）



糸谷代さん

来賓の生協、生産者の挨拶
そして糸谷代の発言を聞く

議案提案する 橋本副理事長

（総代会終了後に
新専務に就任）

「エネルギー交換」が行われた

今回議長を務めさせて頂きましたが、皆様の思いをしっかり聴くことが出来た事と会がスムーズに進んだ事にホッと一安心しています。

モノづくりをされる皆さんからの熱い思いが伝わり、それを受け取る私達も感動につつまれる「エネルギー交換」が行われた素晴らしい総代会でした。

「現実を知ること→学ぶこと→伝えること」伝えることで自分へのフィードバックがされさらに理解が深まり、また新たに行動が生まれていくという循環(スピラル)が見えました。まず勇気を持って現実を知ることが大切なんだですね!

私達にはその役割があると思います。そして震災を乗り越えたからこそ、強さと優しさをカにして皆でこの世界に、地域に、家庭にあいコープ愛を伝えていけたら素敵です。

(須賀川市)

価値感を変える橋渡しに

今年は自分の発言がなかつた分、じっくり皆さんのお話に聞き入りました。改めて良い組織だなと思えて、心がきれいになってしまって帰っていました。

以前は何気なく選んでいたもの、その選ぶ基準が今は全く変わりました。それは見た目・価格・CMなどで買っていたものが、本当の作り方を知り、生産者さんたちに実際にお会いしてその想いを知り、価値感が大きく変わりました。その貴重な橋渡しとよったあいコープとの出会いを幸せ♡と思いました。

震災の事も…でもつらかた分だけ成長できだし、色々な人とも出会えた。ものすごいプレゼントだと思っています。

私たち主婦の方は小さいけれど、それが集まると時のパワーはとても大きなものだと思いました。これからも母としてきちんと食を選択できるように、そして楽しい輪輪が広がればいいなあとワクワクしています。

(伊達市)

周囲の環境・作る人の想いが

今回初めての総代会でした。来賓の方の話の中で、殺虫剤を使うと生態系を壊してしまう。作物にとって良くない虫でも、2~3年後には違う虫によって駆除されていく。しっかりと土作りをすることで、殺虫剤を使わなくても良い作物が作れる事を知りました。

各地区の方の発言では、④さんの種物、石けんやバナナの話・放射能や震災の話など、手を打たれ「そうそう」とうなづける言葉ばかりでした。そして皆さん自分の事だけではなく、周囲の環境や作っている人達への想いの強さも伝わってきました。

他の地区の方とも、もっとお話しする機会があればいいなあと思いました。なので「まつり」楽しみにしています。

(伊達市)

可能性と愛に溢れる生協

昨年の参加に引き続き、2度目の総代会。初心にリ帰る思いです。

日々の暮らしに流されていると、つい物事を深く考えることを避けてしまうことがあります。

しかし今日の総代の方のお話の内容を改めて思い起こし、不禁を正す思いでいます。数ある生協の中からあいコープに出会えた事に本当に感謝しています。小さな生協かもしれないが、たくさんの可能性と愛に溢れている生協があいコープだと思います。これからも自分にできる形でのいコープ生活を楽しみ、その楽しさをわから合える仲間を増やし、共に学んでいければと願っています。

(郡山市)

家帰って、他生協と比べたら一番安い

初めて総代会に参加させて頂きました。無料託児もあったので日頃牛のかかる2人の子供を預け、私も大人の時間が過ごせゆくり話を聞いたり考えたりする時間になりました。

「高いと思っていた高い込み」の言葉から、家に帰ったあと日頃よく買う商品をあいコープと他生協2つで比較してみました。



次ページに続く

卵や牛乳し、無農薬の野菜・地元の野菜は一番安く、数字でみてみると納得し、次からは熟考しないでも注文が出来るので良かったです。

「ちびあま」「柳沼さんのブルーベリー」「森さんのもち米」「よつ葉のケチャップ」「パスちゃん牛乳」「花丸園の花たまご」等これぞよいと という商品も沢山あるのですが、他の組合員さんのおすすめも聞いてみたいです。

天気もありしようがないのですが、あいコープは欠品が多め(他生協に比べ)のであいコープ本には出来ないのが実情です…

(本宮市)

総代会 発言とまとめ②

液体洗剤・柔軟剤が当たり前だった

石けんカフェ会 で 新しい気づき

私は、今、間もなく1歳になる娘がいます。

妊娠を機に、食について考えるようになり、友人の紹介もあってあいコープに入りました。

会員になってまだ1年ほどですが、この期間で、食べ物や石けんについて勉強になることがたくさんありました。

その中でも、今日は石けんのことについて気付いた事や考えたことを話したいと思います。

私が初めて参加したのが「石けんカフェ」でした。ここでは、粉石鹼を使っての洗濯や石鹼を使っての食器洗いについて実際に洗う体験をしながら石鹼について教えていただきました。

それまでは、洗濯は、液体洗剤に柔軟剤を使っていました。

母に「粉石鹼のほうが落ちるよ。(合成洗剤入り)」と言われた時もあったのですが、テレビの影響が強く、液体洗剤の方が落ちるし、ちょっと香りがあった方がいい気がするという思いで液体洗剤と柔軟剤を当たり前のように使っていました。そして、母にも自分が使っているものを勧め、洗剤を変えてもらっていました。

しかし、妊娠をきっかけに産まれてくる子どもにとって、いいものとはどんなものか考えるようになり、あいコープのひまわりで石鹼について書いてあるのを読んで粉石鹼の方がいいみたいだと思いました。

ただ、いいとは書いてあるものの、使い方が分からなかったところに石鹼カフェがあったので、参加させていただきました。

実際にカフェ会で洗濯をしてみると、なかなか落ちなかつた汚れが綺麗に落ちてとても驚きました。ここでは、粉石鹼を泡立てから洗濯機に入れることや、温かいお湯で粉石鹼を溶かしておくと、粉が溶け残る心配がないことなど教えてもらいました。正直、泡立てるのは時間と手間がかかるなあとも思いました。

家でやってみると最初は確かに手間取ましたが、今では慣れてきてスムーズに出来るようになりました。柔軟剤は入れなくても、ごわごわしないので特に使う必要もなくなり、今では粉石鹼だけになりました。

そうすると、今度は、柔軟剤の匂いが気になるようになってきました。

以前までは、なんとなく良いにおいと思っていたのが、今では、臭い匂いと変わってしまいました。子どもの洋服のお下がりをもらうことがあるのですが、その洋服の匂いがきつく、着せる前に数回洗濯をして着せている状況です。こんなに自分の感覚が変わることにも驚きました。

また、カフェ会で子どもが持ち帰る給食着が以前はたばこの匂いがきつくて大変だったのが、今では柔軟剤の香りがきつくて頭が痛くなる時があると話していました。最近では「香害」という言葉も出てきたのも頷けます。

そして、今ではあんなに液体洗剤に変えてと頼んで変えてもらったにもかかわらず、母に粉石鹼に戻して欲しいと話しているところです。

食器洗いについても石鹼カフェを機にお湯だけで洗ったり、油物があった時は石鹼で洗ったりするようになりました。

そして、最近では、浴室でも石鹼を使い始めています。顔を洗う、髪を洗う、浴槽を洗う時も石鹼を使うようになってきました。

石鹼がなんとなくいいものだと分かっていたものの、石鹼の成分、液体洗剤との違い、使い方、そしてさらに工夫の仕方などをカフェ会で教えてもらうことで実際に使えるようになった自分がいます。

こういったカフェ会という勉強する機会があることで、新しい気づきがあり、その気づきが、今の生活に活かされています。これからは、カフェ会で教えてもらったことを子どもにも伝えていきたいと思っています。

(3)

(安達地区)

生産者に学んだ! 添加物「アクティバ」に強い印象

子どもの出産を機にあいコープに加入して1年5ヶ月程になります。

4月16日高橋徳治商店さんの工場見学をさせていただきました。

ご厚意でエアシャワーの体験や出来立てのおとうふ揚げをいただきました。甘くてふわふわでじゅわーっとして家で食べるのとは全然違う、本当においしかったです。

社長のお話でとても印象に残ったのは『アクティバ』という添加物の話です。このアクティバは酵素系調味料という表示ですが、実際の中身はリン酸塩が60%しかも表示義務はないため、食品裏の表示を見ても分からない。

これなら大丈夫と思っていたものが大丈夫じゃないかもしれない。スーパーで買うのがますます怖くなりました。

もう一つ印象に残ったのは、現在、国産すり身で無添加のものは全体の3割以下という話です。残りの7割はリン酸塩が添加されていたり、海外産のすり身だったり…しかもこの国産すり身は震災前300円/kgくらいだったのが現在は6~700円/kg。なのにマルトさんの練り物は7~8割がすり身で大豆たんぱくや水で增量していないそうです。

実は今まで練り物はそんなに購入していなかったのですが、この話を聞いて、1歳7ヶ月の子どものご飯にマルトさんの練り物を出す機会が増えました。魚みたいに骨を取らなくていいし、ほとんどすり身で栄養価もばっちり、しかもおいしくて余計な味付けもしないでそのまま食べさせられる。無添加で安心、そしてむしろ魚より調理が簡単という。食事の用意は毎日のことだから、少し手抜きしたい時もあって。マルトさんの練り物があれば手抜きも、むしろ子どもにとってはごちそうになって喜んでいます。

今回、事前に震災当時のひまわりを資料としていただき、前日に泣きながら読んで当日を迎ました。工場が1階まで水に浸かって、ヘドロだらけ。一億円くらいの材料も全てダメになって…そこから立て直して今もまだ震災前の状態には戻りきっていないそうです。

そんな中、もしもの時は工場がシェルターになるように太陽光発電や水のタンク、ディーゼルを置いていたり。「自分と向き合える人を育てたい。仕事をしているのは機械じゃない。考える“人”なんだ。」と地域の人を積極的に雇用したり。

自分なら全部がダメになって、人のことまで考える余裕なんてとてもじゃないけど無いと思います。自分たちの利益じゃなく地域のため、安全でおいしいものを届けるため、パワフルに活動してらっしゃる社長の人柄に触れ、マルトさんの商品を選んで食べたいと強く思いました。

これからも食べることで微力ながら応援していきたいです。そしてこどもが大きくなったらこの話をしてあげたいなと思います。

(福島地区)



消費者の思い込み"を出発点に
"驚きと驚き"であいコープ生活を広げよう

震災の悲しみ、許せない原発事故の教訓を力に
2018年6月25日



総代さんの
発言をまとめた

鶴鳥時副理事長

調理中にいろんな発見

お料理キットとは、どのくらいの量なのか。カット野菜はどんな感じか
気になっていたので、カフェ会に参加しました。

カット野菜などのパッケージ作れてとても簡単でした。調理中いろんな
発見があり、出来上がりの見た目もとてもきれいでした。

試食してみてビックリ！さっぱり炒めは「すし酢」だけなのに
おいしい…。

消費期限が配達の次の日までにあります
工夫しながら利用してみたいと思います。

（田村市）

週末なら使いたい

お料理キットは「高いな…」という印象で、購入
したこと�이ありませんでした。

「かさ増しで野菜を足しても使えるよ！」と教えて頂きました。
実際に調理してみると、とても簡単でした。

週末なら使いたいと思うのですが（外出後で遅くなることが多いので）

月曜日の配達なので考えます。忙しい時にひとつあると便利だな
と思いました。

（郡山市）

豚肉の話、卵の話など聞けてよかったです。

お料理キットも想像以上においしかったので、今後注文してみたいと
思います。楽しかったです♪

（ゲストさん S.Sさん）

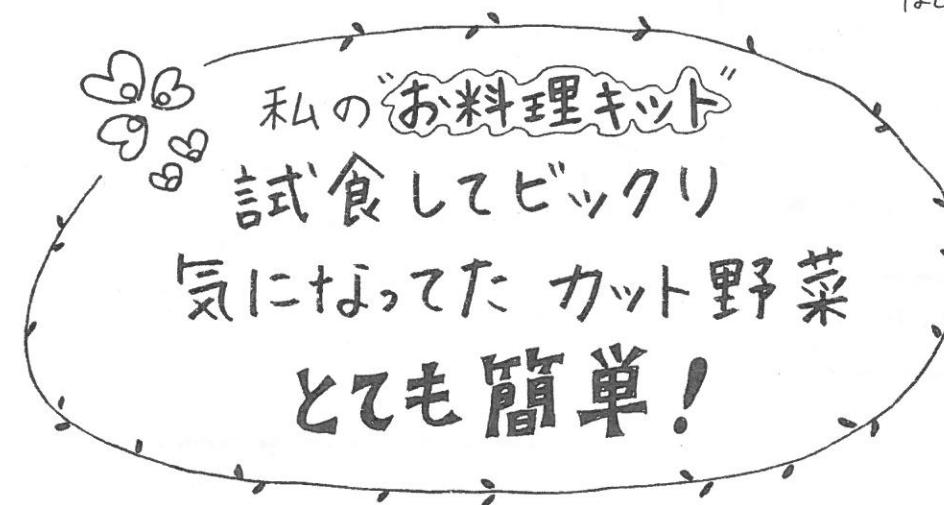
カタログの見やすさ 商品のこだわり ランチ会

タタ
すばらしい
タタ
タタ

私は8年くらいパルシステムを利用してきましたが、今回参加させて頂き
食の安全を再確認致しました。パルでも遺伝子組み換え食品
などは扱っていないと思いますが、さらにしょうゆや
肉など内容物までこだわりを持って

取り組んでいる事がすばらしいと感じました。
注文するカタログは見やすく、掲載されて
いる商品数も多く、パルシステムより
価格もおさえられています。
内容量は変わらないので検討したいと
思います。

今回のようなランチ会も各地域で開催して
いるところも参加しやすく、子供のいる家庭では
午前に時間を設定しているのでありがとうございます。
（ゲストさん T.Tさん）



< 8月1回企画 >

- | | | |
|-----|---------------------------------|-----|
| 315 | (新) なすと春雨のオイスター炒め
(853円 税込) | 15分 |
| 316 | 焼き酢豚
(732円 税込) | 10分 |
| 317 | (新) 烏骨鶏肉のさっぱりおろし煮
(1035円 税込) | 15分 |

*生産者からのお便り

キャベツ モンシロチョウは外葉から 食害
蛾の幼虫は根の中心から

私のところは標高500mで準高地と zwar ことで、7月出荷のキャベツの担当ですが、近年は平地と変わりない暑さが続き、病虫害の被害にも変わりなく苦労するようになりました。そのため無傷のキャベツを揃えることは難しくなりましたが、モンシロチョウの幼虫は外葉から食べてくれるので、皆さんに食べていただけるところがまだあると思います。蛾の幼虫は、根本の中心に忍んで食害します。これにはかないません。選別の時、注意して見てますが、虫が入ってありましたらお知らせ下さい。

石井 希

く 湿りて安心・湿りて対応 >

239週目

組合員・友達の農産物を測りてます

梅! ふきも! 『不検出』が続いてます

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 6月26日	三春町	小梅	510g	①/②	4.70 3.80	3600S (1H)
"	郡山市 下巻田	ふき	540g	①/②	3.51 2.83	7200S (2H)
"	鏡石町	梅	520g	①/②	4.62 3.73	3600S (1H)
6月27日	郡山市 篠ヶ丘	梅	770g	①/②	2.91 2.65	7200S (2H)

※ 農産物を中心に測定しています

約1kg必要です。配達員に渡して下さい。

測定物は返還不可能です(米・大豆はお返いします)

※ 結果は1週間以内にお知らせします

一配送お休みになります

8月3回

8月13日(月)~17日(金)

- 配送職員、セット作業者の一齊お盆休みと酷暑の緩和のため、8月3回お休み週間とします。(継続利用商品と登録米のお届けもお休みです)
- 8月2回の「翌々週お届け品」は、8月4回のお届けになります
- 8月4回の注文申し込みは「8月6日(月)~10日(金)」になり、事前の注文は電話もしくはFAXで8月11日(土)午前10時半まで(金コースの方のみ)

商品お届け企画	月	火	水	木	金	土	日
8月1回	7/30	7/31	8/1	8/2	8/3	4	5
8月2回	6	7	8	9	10	11	12
配達お休み	13	14	15	16	17	18	19
8月4回	20	21	22	23	24	25	26



わずか20mに
小学校・保育園が...

村の中心部には小学校、保育園、保健所が立ち並んでいますが、そのすぐ後ろに広がるプランテーションとの距離はわずか20メートルほどです。プランテーションの中を通学したり、遊んだりしている子どももいます。実はブハイ村では、これまで説明のできない死や病気のケースが多数ありました。しかし、パラワン村長がそうであるように、病気が農薬であることを科学的に証明することは困難です。

バランゴンバナナ
大豊作!

24 8月1回
500g 349円(税込)

熱い体を冷やす
栄養分の豊庫

