

ひまわり

2018年
9月3日
No. 1278

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 中高生広島平和交流団、原爆後の人間・生活・家族を知る
 - ② 原爆資料館の写真から
 - ③ ↓ 福井につなぐメッセンジャー
 - ④ 核兵器廃絶1万人署名、中高生広島平和交流報告会
 - ⑤ 組合員の学びと交流・在内浜ツアーリ
 - ⑥ ↓
 - ⑦ よんでもカードより、熱中症予防に朝のみを汁
 - ⑧ 生産者からのお便り・食品添加物と健康を考える③
 - ⑨ ローカル案内・よんでもカード・共通申込書・買い物控えノモ

ローカル商品のご案内（9月3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

中高生広島平和交流団（8/4日～5日）

原爆後の人間・生活・家族を知る 子ども抱きしめたまま亡くなった母親



原爆とは何か、一瞬にしてたくさんの尊い命を奪ったもの。しかし今回の広島訪問では、それだけではない、そこにあった街、暮らしていた人々の生活や原爆後の実情を知るなど、いろいろな角度からたくさんの学ぶことができました。

最初に見学した広島平和記念資料館で特に印象に残ったのが、日赤病院前の光景が描かれた絵でした。玄関前には足の踏み場もないほど、数百人の人々が倒れていきました。男女の区別すらつかない遺体、亡くなつた母親のお乳をすっている赤ちゃん、子どもを抱きしめたまま亡くなつてゐる母親など、そこから見えてくる光景は、想像するに耐えないものがありました。

2日目に被爆者のさんのお話を聞きました。さんは当時14歳で爆心地から35kmの所に住んでいました。お母さんと二人で、日赤病院の看護婦さんをお姉さんを探しに行き被爆しました。探しに行く途中、「幽霊のような人々」を見たと言います。髪はバサバサ、はだし、半分裸、焼け焦げて、体が膨らんでいた、もっとも衝撃的だったのが、「目玉が飛び出していた。それはまるでゼリーのよう、お腹から内臓が出て卵焼きのような色をしていた」と。やつとの思いで病院にたどり着くと、玄関前の丸い大きな花壇に中学生の遺体がたくさん並んでいたそうです。さんのこのお話と、資料館の絵が私の中でリンクしました。今は平和に暮らせていますが、原爆により引き起こされた悲惨な光景が、73年前に間違いなくあったのです。さんのお姉さんは助かったことを聞き、それは救いでした。さんは、放射能のことは10年後くらいに知ったと言います。ただの爆弾と違うのは、放射能の脅威です。放射能の影響はいつ誰にどのようにでるか分からぬのです。そこで私たち福島の原発事故のことが思い出されました。原爆があって生き残った人は幸せとは言えないのは、後遺症はもちろんのこと、差別や偏見があったからです。だからみんな口を閉ざしていたそうです。

火暴化地を探した
14才のさん
—— 焼け焦げ
膨らむ体 ——



爆風で飛ばされた、14歳のさん

73年がたち、生きている被爆者の方々はご高齢ですが、どんなに歳月がたってもあの日の光景は忘れられないと言います。原水禁世界大会でさん（86歳）の被爆体験を聞きました。さんは爆風で吹き飛ばされ、気づいたら周りは真っ暗で何も見えなかったそうです。周りは火で焼けている光景がたくさんあったのです。それにもかかわらず、

「火」のことは何一つも覚えてなく、話しませんでした。それは極度な印象があまりにも強かった場合、そのことだけが記憶に残るものだと知りました。

さんは、「家に帰って水を飲んだがすぐ吐き出した、それを何度も繰り返し自分は助かった」話をしました。あの時、ほとんどの人は水を飲んだ瞬間に内臓が沸騰し破裂して死んでしまったそうです。しかし、水をたくさん飲んで吐き出し助かった人がいました。わたしは水を飲んだらみんな死んでしまうと思っていた。原爆が投下されたことでたくさんの被爆体験があり、それはみんな人それぞれだと知りました。

“核兵器、は人間の意志です”

また、負の世界遺産の原爆ドームを間近で見ました。440m/秒の爆風がドームの真上から当たり、耐力の弱い屋根を中心につぶされ、各階に多く作られていた窓ガラスから爆風が抜けたために、作っていた側面の壁は完全には押しつぶされず、倒壊を免れました。原爆があったことを風化させないためにこの原爆ドームを残し、後世に伝えていかなければ強く感じました。

自然災害はどうすることもできませんが核兵器は違います。人間の意志でどうするか決めることができます。核兵器の恐ろしさを知り、世界中で核兵器廃止を話し合いで決めることが一番です。人間だからこそ同じことを二度と繰り返してはいけない、そう強く感じました。

また一方では、被害の意識だけもっていてもいけないことも知りました。日本は35年もの間、朝鮮半島を植民地支配していました。それにより半島から日本に多くの人々が無理やり日本に連れられてきました。その在日朝鮮の人々が原爆の被害に遭ったことも事実です。日本は被害の面だけではなく加害の面があり、それも忘れてはなりません。今回の広島訪問で改めて深く原爆の恐ろしさ、悲惨さ、被害や加害の面を知ることができました。

核も戦争も原発事故

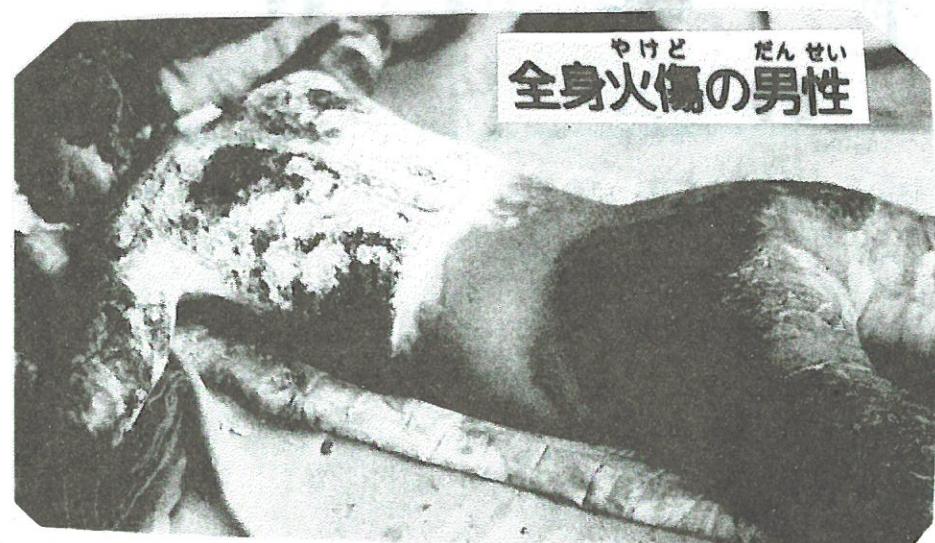
人の命・健康・生活を破壊した

～原爆資料館の写真から～



白血病の少女の死——佐々木禎子さん

佐々木禎子さんは、2歳の時に被爆しましたが外傷もなく、その後元気に成長しました。しかし、9年後の小学校6年生の秋に突然白血病を発症し、翌年2月に入院しました。回復を願って包み紙などで鶴を折り続けましたが、8ヶ月の闘病生活の後、亡くなりました。禎子さんの死をきっかけに、原爆で亡くなつたこどもたちの靈を慰め平和を築くための像をつくろうという運動が始まり、全国からの募金で平和記念公園内に「原爆の子の像」が完成しました。その後この話は世界に広がり、今も「原爆の子の像」には多くの折り鶴が寄せられています。



1945年(昭和20年)
8月7日

爆心地から9000m
陸軍運輸部似島
検疫所

尾崎政美撮影

検疫所には被爆した市民
などが多数収容されました
その多くが死亡しました

平和記念式典を翌日に控えた街の中には、外国の方々も多く見かけました。私たちのように、世界で初めて原爆が投下された“ヒロシマ”を自分の目で見て、改めて平和を考えているように見えました。

3年前にアメリカのオバマ大統領が訪れたように、世界中のスクリーンに広島を見てもらいたい。人類の過ちから本当の平和の素晴らしさを学んで欲しいと思いました。

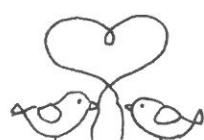
太平洋戦争は、日本の「真珠湾攻撃」から始まりました。自分たちが犯した罪を理解し、二度と悲劇を繰り返してはいけない。

元参議院議員の金子さんは「物の見方には両側面がある。表と裏があつたら裏の方も見なければいけない。」と言していました。私は今回、その裏の方も矢口をきかげができました。

原爆のかたは熱線・火球風・放射能だけではなく、被爆による差別・偏見にさらされています。私たち福島県民は7年前、東日本大震災後の原子力発電所事故によって、健康被害の心配や避難生活、除染を余儀なく経験しました。現在も偏見や被害と闘い続けています。それだから私たちは、原子力の過去と現在そして未来へつなぐメッセージなのかもしれません。

被爆者の方々は、70年以上も病気と闘いながら自分の体験を通して「平和を実現する努力をして下さい。」「たくさんの犠牲の上に今の平和があることを忘れないでほしい。」「この想いをあなたたちに託します。」と語りかけています。これに私たちはどう応えるべきでしょうか。

私の声は小さいけれど、この経験を伝え、風化させず、平和の尊さを伝え続けます。平和公園の慰靈碑に刻まれた「安らかに眠ってください 過ちはくり返しませぬから」の言葉が頭から離れません。私はこの瞬間に懸命に生きています。



核兵器廃絶 高校生1万人署名



2375筆のご協力に感謝します

組合員および、生協ネット21、そして生産者の皆さんのご協力で、署名の集約がございました。(8月10日〆切)

長崎の署名集約センターに送り 8月25日 ヨネーブに向けて出発しました。第21代高校生平和大使22名に託しました。ご協力ありがとうございました。

・ 今月の集約数・

・ あいコープみやぎ木業	813 筆	・ きらり健康様	210 筆
・ よつ葉生協様	190 筆	・ あいコープみやぎ	1009 筆
・ 米沢銀様	115 筆		
・ ながめやま牧場様	10 筆	計.	2375 筆
・ フクシマ原発労働者センター様	30 筆		

～～～～～ 中高生広島平和交流 報告会 ～～～～～ 中高生が見た！知った！ 悲しみ、怒り、疑問に学ぶ

日時： 2018年9月29日(土) 午前9時30分～12時

会場： 郡山中央公民館 2F

参加費： 無料 託児： 有 託児料 300円

※ 集団託児の持ち物（全てに記名し、まとめて袋に入れて下さい）

～おにぎり、ミルキー式、水またはお茶、おむつ式、ビニール袋、着替え

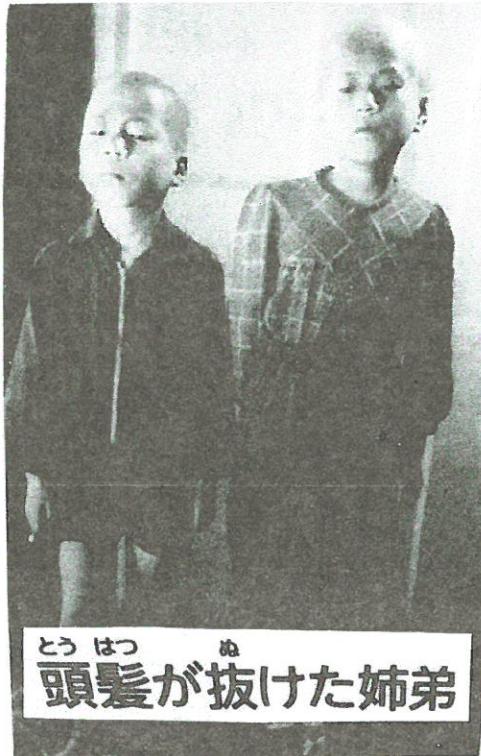
申込み〆切： 9月20日(木) ページ共通申込み書にてお申込み下さい



白島町縮景園の裏門を通りかかった時、
一人の男の幼児が門にすがって泣いていた。

声をかけて
触ってみると
彼は死んでいた。
吾が子と思えば
胸がつまる。

1945年
昭和20年10月6日
菊池俊吉撮影
田子はるみ提供
爆心地から1000mの
木造家屋内で被爆



とうはつ
頭髪が抜けた姉弟



やけど
火傷した女学生

1945年
昭和20年
8月9日～12日
爆心地から
1500m
千田町一丁目
宮武甫撮影
朝日新聞社
提供

未来につなぐ「メッセンジャー

郡山市 中学2年

平成最後の夏、初めて訪れた広島の街は、力強く響き渡る虫蟬の声で私たちを迎えてくれました。8月4日から5日まで、私は「中高生広島平和交流団」として広島市を訪問しました。

母が訪問について私に「広島に行く事で、感じ・考えることがあるはず」と背中を押してくれました。

最初は「平和交流団」である事を深く考えずに出発しました。しかし、平和記念資料館に入ると、昭和20年8月6日前8時15分のあの瞬間が生きしく目の前に迫ってきました。資料館のガイドの方が「たまたま出張に行っていた…」「たまたま学校を休んでいた…」奇跡的に助かった人と助からなかった人…。そんな言葉でひとりひとりの大切な命が表された事に、言葉を失いました。

広島訪問で、二名の被爆者のお話を直接聞くことができました。当時、「建物疎開」に動員されていたのは、私と同じ年の中学1、2年生でした。その内の約6千人が死亡しています。さんは体育が好きで、いつもリレーの選手に選ばれていたそうです。戦時中でも、子供には夢や希望があるはずです。原爆はその全てを命と共に奪い去ったのです。

なぜ広島に原爆が落とされなければならなかつたか。それは「軍都広島」と呼ばれるほど、軍需産業の発展した都市だった事、そしてなかなか降伏しない日本と、ソ連軍の参戦を意識したアメリカが早急に戦果を我が物にしたい考えがあったと言われています。また、広島市が原爆の威力を調査するのに適した地形な事が理由と聞きました。

私は、例え早く戦争を終わらせるためであっても「世界初の原子爆弾」を自国の利益を優先して使ったことに、これまで経験したことのない怒りを感じました。

続く

組合員の学びと交流



- 9月25日(火) とろ青魚缶詰の気づくり 伊達中央交流館
千葉産直・畠田社長 9:30 ~ 12:30
- 29日(土) 中高生広島平和交流団報告会 郡山市中央公民館
9:30 ~ 12:00
- 10月16日(火) 添加物で安い価格はどう作られるか 郡山市中央公民館
高橋徳治商店・高橋社長
- 25日(木) 鶏肉の安全性、おいしさとサラダチキン 郡山市中央公民館
米沢銀三・伊藤代表
- 11月1日(木) 乳幼児の生きがい遊びと食を語る 郡山市労働福祉会館
さつき幼稚園・理事長
- 4日(日) WA わあまつり 仙台市
あいコープみやぎ
-

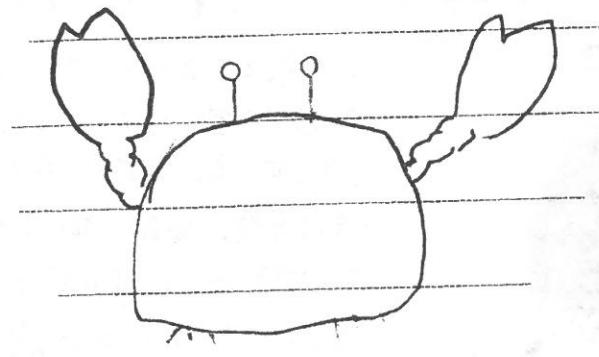
つかまえた! カニ5匹、魚10匹!

庄内浜ツアーに参加して楽しかったことは
海で泳いた事と、カニと小さな魚を
つかまえたことです。

カニは5匹つかまえて、小さな魚は
10匹つかまえました。

楽しかったです。

理事長は遠くまで泳いでいたので
すごいと思いました。



庄内浜ツアー③

出穂で水が必要な時 降り積もった雪が今、庄内平野の作物に

先日は暑いところ御苦勞様でした。だだちゃ豆の差し入れが出来たことが悔やまれます。これはばかりは気候次第です。でも、モモとり体験の時は若かったのですが皆様にお食べ頂くことができてホッとしています。

当時、全く雨が降らず30度越えの日々が続いて、今後作物はどうなるか心配です。水を求めてどんどん根を下に伸ばしていくこと、すごいなと感動しています。庄内は今、出穂の時期を迎え水が最高に必要な時。たくさん降り積もった雪が今、庄内平野の人々と作物を助けているのでしょうか。それもいつまで続くか、まだまだ続きそうな猛暑。皆様もどうぞお体を大切に。大変美味しい桃ありがとうございました。社員皆でいたしました。

(月山パロットファーム)

家族旅行ではできないことが!

海に田んぼに、だだちゃ豆収穫。1歳子にとって初めてがいっぱいのツアーでした。おいしいものはばかりで、息子は信じられないくらい食べていました。富樫さんの田んぼはとても広く、その中を除草機をかけるのに1人すら歩くという話に驚きました。除草剤を一度散布すれば、あとは見ているだけいいそう。こんな暑い中、毎日作業されているかと思うと、頭が下がります。このように手をかけて育っているから、安全なものを食べられるんだよと改めて感じました。

夫は初めての“生協活動”今まで少し敬遠していましたが、「息子にこんなにたくさんの経験をさせることができるなんて!」と感動しておりました。

家族だけで行く旅行ではできないことがたくさんあります。ツアーで、免疫もぐぐと上げられた気がします。

(福島市)



子供って海が大好きなんだ

お天気に恵まれたすばらしい3日間でした。海遊びでは、子供たちが本当に生き生きと樂しそうにしているのを見て、子供って海が大好きなんだだと改めて感じました。

化学肥料も農薬も使わぬいだだら豆の畑は雨不足のため土が固くなつてビビ害られていて、こんな事は10年に一度あるかないかとの事。豆もまだ小さくて機械にかけても半分以上落ちてしまうほどで、天候に左右される農業の大変さを実感しました。

収穫してその場で茹で食べただだら豆は最高でした!!

「白山紫黒米」の富樫さんの田んぼ見学では、除草剤や化学肥料を使わぬい大変さを学び、隣にあった農薬使用している田んぼは稻以外の草は生えてなく、富樫さんの田んぼはいろいろな雑草や生き物がいる違いを見て、やはり食べるなら富樫さんの米の方が絶対良いと思いました。

最終日の羽黒山の石段登りは想像以上にきつかったです。すがすがしい空気の中、一步一步登りやっとの思いでたどりついたら、とくに到着していた子供たちに迎えられ、子供たちの体力にびっくり!

この3日間で海や山で思いっきり汗を流し、庄内のおいしいものを食べ体の中の悪いものが洗い流されました!!

(郡山市)

ぼくは、この庄内浜ツアーは親友のことができて、より楽しかったです。

海ではみんなで泳ぎ、くんと白山島一周や2人でカニもたくさんとりました。スイカやメロンも甘くておいしいです。

だだら豆は「畑が雨不足で水が少ない」と聞きました。農業は天気に左右されることを改めて実感しました。田んぼの見学では、農薬を使わぬいと雑草や害虫も多くなると、だから手押しで除草機を使うそうです。

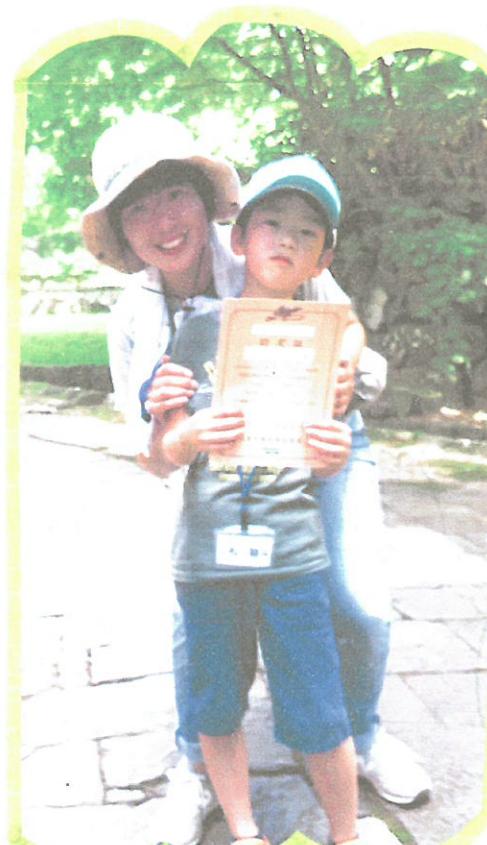
とよりの農薬を使う田んぼは、雑草はなく稻しかない状態でした。

学校の社会科の米作りの授業で「今はラジコンやヘリコプターで農薬をまいて楽になっています」と習いましたが、それは変だと思いました。

羽黒山の石段登りは大変でしたが、友達と一緒に登って



一日目・生産者と共に



石段2446段踏破の認定書
(羽黒山山頂)

最後は認定書までもらえて良い体験でした。このツアーは友達がたくさん出来たし学びもあったのでとても良かったと思います。

(小学6年)

ぼくは海でカニをとつてすぐうれしかったです。スイカを食べた時、歯が抜けました。あくまど2446段の石段を登りました。認定書をもらってうれしかったです。

(小学1年)

だだら豆の収穫、その場で食べて最高

参加された皆様には大変お世話になりました。娘や参加口していた子供たちが元気な姿が印象的で、親同士の交流もでき、沢山思い出が作されました。また今回、畑や田んぼを実際に見て、生産者の方のお話を聞いて、どんな風に作られているのか知ることができました。

月山パイロットファームさんの収穫体験は最高で、その場で茹で頂いただだら豆はとてもおいしかったです。化学肥料を使わぬい健康な土で作られたものは美味しいだけではなく、それだけパワーを持っているのだなあと、食の大切さを感じました。

自然と向き合い免疫力を

そして透きとおった海での力こりでは自然のものしさ、羽黒山の木々からは心地良さを。石段を登りきった皆さんのは表情からは自然の強さを感じました。自然と向き合い、免疫力を高めるという目的がぴたり合ったツアーだと思います。娘は最後に体調を崩していましたが、出会えた方々と食・自然のおかげですぐ回復しました。ありがとうございました。

たくさんの方々との交流を通してこれからのおいこー生活がますます楽しみになりました。

(郡山市)

暑い夏 汽きぬ豆腐で冷奴

いつもお世話をありがとうございます。暑い夏ですが私はあいコープのきぬ豆腐を冷奴で食べるのが楽しみにしています。しょうがやけずりごはんなど 葉味をのせて、鎌田さんのしょうゆをかけて食べるには最高においしいです。

また、もめん豆腐は上にきゅうり・トマトの細切り、薄焼きたまごをのせて、中華風ドレッシングをかけて食べます。(しょうゆ・さとう・みりん・酉乍・ゴマ油)
これもおいしいです。

(須賀川市)

パッと作れてとにかく便利
お弁当のおかずにも!

値段と量は
見合ってるか?

お料理キットカフェ会はとても楽しい時間でした。まだ「キットを注文したことがない」という人が、値段と量が見合っているかが正直な気持ちでした。

今回は3種類のキットを作り試食しました。

①厚揚げとナスの煮物 — ナスを煮物にするのが新鮮でした。味も短時間で染み込み、忙しい時に便利な煮物です。ボリュームも大

②鶏肉のしょうが焼き — 鶏肉がやわらかく子供もよろこぶ味です
お弁当に入れても◎ 他に比べるとボリュームが足りないので
野菜など追加してもOKとのことです

③小松菜の春雨あんかけ — 春雨が美味しいです。小松菜を油を入れたお湯で茹でると色鮮やか。ゴマ油の香りが食欲をそそります。

パッと作れてとにかく便利でした。野菜もそのまま使えるので(洗浄してある)
助かります。お弁当のおかずにも利用してみたいと思います。

(福島市)

237 あいコープきぬ豆腐 300g 138円

9月3回 お料理キット(16ページ)

305 秋の筑前煮(2~3人) 1218円 15分

308 豚肉の野菜巻き 961円 20分

310 タッカルビ風丼 937円 10分

熱中症予防に朝のみそ汁



例年ない猛暑により、熱中症で多くの人が搬送されるニュースを耳にします。特に小さい子どもは、体温調節機能が未熟なうえに、体調の変化をうまく伝えることができないため、注意が必要です。

熱中症予防のカギとして、「水分補給」や「適度な休息」と並んで重要なのが、「朝ごはん」!です。夜、眠っている間に多量の水分・塩分が汗などから失われる所以、これらを補わないまま午前中を過ごすことは、大変危険です。



熱中症予防におすすめの朝ごはん

*ご飯(または、おにぎり)+みそ汁

活動に必要なエネルギー・水分・塩分を十分に補給することができます。食欲がないときは、お茶漬けなど、喉越しの良い状態にすると、食べやすくなります。

*主食がパンの場合

ご飯に比べて水分が少ないので、スープや牛乳で補うと良いでしょう。また、果物を付けると、水分の他にミネラルも補うことができます。

— どうしても食欲が落ちてしまいがちな夏の朝ですが、食べやすい温度や喉越しなどを工夫して、必ず朝ごはんを食べて登園するようにしてくださいね。

(奈良ひまわり保育園 2018年8月ニュース)

*生産者からのお便り　台風の雨で無事種蒔き



台風というと強風・大雨・その被害を連想し、自分たちのところは避けて
いってほしいと思うのが常のことですが、今年の台風はなぜ福島を避けていく
のだろうと思っていました。冬越人參は、冬の寒さが来る前に育っていないと
美味しい人參にならないのですが、種蒔きが8月15日を過ぎると育ちが悪く
なります。日照り続きで種を蒔けないで困っておりましたが、台風13号が
持ってきた雨で無事種蒔きができました。このお便りが届いた頃には
芽が出そろっていることと思います。ご期待ください。

石沢 重吉

ローカル案内

000703

愛菜箱 905円(税別)

無農薬・無化学肥料
地元の野菜セット

食品添加物と健康を考える③

化学調味料はどんなもの?

化学調味料といふのはどのようなものを指すのでしょうか?

アミノ酸以外にもあるのでしょうか?

まんま通信で買った中華だしの素(半ねりタイプ)の原材料を見て
よくよく考えるとわからぬいよ…と。(福島市)

原材料名: 食塩・ポークオイル・酵母エキスパウダー・チキンエキスパウダー
オリオンパウダー・砂糖・ポークエキスパウダー・チキンオイル・香味油
食用精製加工油脂・香辛料・食用粉末油脂・酸化防止剤(V.E.V.C)
(原材料の一部に小麦を含む)

⑧

4系統 26品目あります

あいコープ「まんま通信」では、化学調味料は使用しないことになっています
「中華だしの素」の原材料についても使用されていません。

市販品で化学調味料の多くは「調味料(アミノ酸等)」と一括表示です。
この使用目的は化学物質による「うま味」であり、天然のうま味とは
成分が全く違います。

化学調味料はアミノ酸系をはじめ、核酸・有機酸・無機塩の4系統に
分けられ、26品目に分類されています。どの品目をどれだけ使っても一括表示のため
「調味料(アミノ酸等)」表示です。

「核酸や有機酸」の表示が練物・はんぺんにありましたが、この場合は
アミノ酸は使っていませんが化学調味料は使っていると言えます。

「アミノ酸系」は体に必要なアミノ酸とは異なる合成化学物質で、
「グルタミン酸ナトリウム」のことです。こうした化学調味料の「うま味」を食べ続けると
本来の野菜・魚・肉そして醤油・味噌など天然のうま味がわからなくなる
「味覚障害」が定着する場合があります。

実は化学調味料はベビーフードなど赤ちゃん用には使用禁止です。それは「乳幼児の
脳細胞へのダメージや、加熱処理による発がん性物質に変化することが」
指摘されているからです。

「うま味」を強くするのは化学調味料(アミノ酸等)の他に、タンパク加水分解物と酵母エキス
があり、味覚破壊トリオと呼ばれています。(週刊新潮 47号)

幼少期から化学調味料や「エキス」の強いうま味に慣れてしまっている。(味覚障害)
例えば「鶏肉のから揚げでも、うま味を強くするため鶏肉と衣のどちらにも濃い味付けを
しており、そういうと「うま味」を感じなくなっている。

この結果、塩分に鈍感になり摂取量が増えて、高血圧・腎臓疾患・不整脈・
心臓疾患のリスクが増大する。

味覚破壊
トリオ