

ひまわり

2020年
1月27日
No.1348

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 パラマウント靴・相談と販売会 今回、足にピッタリ!! で嬉しいです。
- ② 子どもの浮き指が分かり、下さんの外遊びを! / 現代の子に多い浮き指とその原因
- ③ まつりを充実させた力石会・鎌田醤油 遠くから近づくとふくわりと優しい香り
- ④ 3800名への組合づくり「サンアル感想力から」/まつりを支えた336名 サポーナーさんの声
- ⑤ 天笠さんの絶対避けたい! 不可避けたい 食品添加物 説明シリーズ(下)
- ⑥ 生産者からのお便り、収穫箱・測りて安心・測りて文句なし・綿花の栽培ワクの回収
- ⑦~⑩ ローカル商品のご案内・なんでもカード・共通申込書・注文品控えメモ

ローカル商品のご案内（2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 0120-50-9431

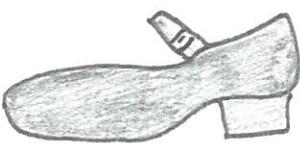
PARAMOUNT

パラマウント靴の相談と販売会 3月21日(土) あいコープセンターにて



なかなか

合った靴にめぐりあえず…



足にピッタリ!! で嬉しい!



*「相談と販売会」
の

申し込みは

「ローカル案内」と

ご覧ください。



*先日、パラマウントさんによる靴の測定に参加しました。
今まで、ピッタリと足に合う靴にめぐりあえず、こんなものかなと
思っていました。

最近、足裏にマメやタコができたり、以前からの腰痛も
ひどくなったり、転びやすくなったりと、年齢的なことなのがと
不安に思いながらも 参加しました。

パラマウントさんに、今の足の状態などご説明いただき
ながら 靴を見つけてもらいました。

履いたその時から、足にピッタリと合い、とても嬉しい
なりました。

しばらくこのまま履き続けて、また次回の測定時に
報告したいと思います。

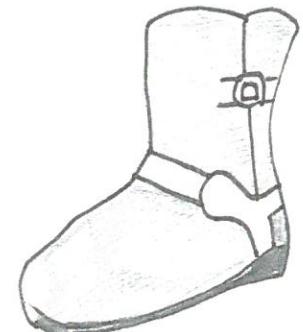


(石川町 I.M.)

①

(本宮市

.)



～昨日「靴化の相談・販売会」
～感想から～

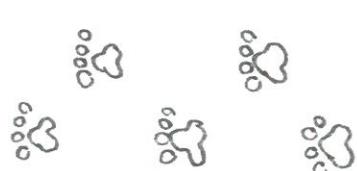
「これはどう?」とおすすめ → その履きごこちに感動

*子供を3人産んで、昔履いていた靴が入らないことが多く、靴箱に眠って
いるものが多數…。仕事でも履けなし、まだ子供も小さいので
脱ぎやすいものを探して相談会に申し込みました。

カタログにのっていないものも多く、足を見てもらい「これはどう?」と
おススメされたものの3点のうち 2点の履きごこちの良さに感動しました。
連れてきた子供にも試させてもらい、「くつ、いいねー」とうれしそうでした。

同年代くらいのお母さん達を、何組かお見かけしました。

産後のゆるんだ足には相当の靴でいたわってあげるのは必要だと感じ、
先客の方が、「また次の会も来ます!」と言っていたのが納得!でした。
到着が楽しみです。



子どもの浮き指が分かり。

たくさんの外遊びを！

*今日は夫と私、上の子と末の子の靴を買いました。

先日、必要にせまられて スーツ&パンプスを久々に着用したところ、歩くのが辛いくらい 姿様に足腰が痛くなったりのです。

今回、スーツに合わせてもおかしくない、革のパンプスでも ウォーキング用?! のパンプスを選んでいただきました。

フォーマル以外のちょっとしたお出かけでも活用できたりなど、履くのが樂めです。

上の子は陸上部なので走るのに向いている靴を。

末の子は、「かーちゃんのスニーカーとおそろいにしたい」と。

しかし、選んだデザインでは黒が無く、選んでいたいたいのか色のスニーカーを履いてみたら、

「ひったり合 気持ちいい この靴 これにする!!」と即決。

早速 新しい靴に履きかえました。

また、この時に全く気づいていなかった 子供の「浮き指」を指摘してもらいました。

これからは お気に入りのスニーカーで たくさん外遊びさせようと思っています。

(須賀川市)

これが「浮き指」です！



現代の子に多い

「浮き指」とその原因



原因是…

歩く遊びが少ないこと

子どもや大人に「浮き指」が増えています。

主に「小指」。 原因は、外で遊ぶこと、歩くことが少なくなったためです。

この結果、足の「横アーチ」が低下し、足部の強さ、衝撃吸収力が弱くなり、腰痛や肩こりにもつながります。

子どもは、外遊びを増やす、靴にインソールを使うことが浮き指の予防になるでしょう。

(『よくわかる足部、足関節の動きとしづら』
櫻井亮輔 著 秀和システムより)

「パラマウント靴の相談と販売」の案内

——前回参加者の声の紹介——

組合員の
悩みと不安
の声

・「外反母趾のため」・「足の甲の形が…」

・「高額の靴を勧められたら…」・「足裏にマメやタコが…」

②
パラマウント
竹内さんの
つぶやき

「(人の足ですから) 大なり小なり 皆さんに何かがあります。
何もない足はありません」と。

*ここに応するのが「プロの技」のようですね。

まつりを充実させた 生産者交流とカフェ会から

鎌田醤油

遠くから近づくと

ふくらみ
優しい香り

まつり成功へ！

あいコープセンターでカフェ（11月8日）

お米・味噌はせいたくに
本当の意味を学んだ

しょうゆもみそも、香り重視!! 調味料というより、“おかず”扱い。

お米・しょうゆ・みそ この3つは昔から、“せいたく..したいと思っていた。
値段が高いから”せいたく”ではなく、本当の意味の“せいたく”を生協で
学び知った。

（昔、実家では味噌作りをしていた。シンプルな材料。大豆の良い香りが
記憶に残っている）

しょうゆをせんべし、他店で購入。まさしく①生しょうゆ。この文字で手に取る。
甘い味。

子供の頃は、親が選んでいた物を食していたが、今は自分が選べる。
家族を思うと責任重大!!

いつも一緒に働いている方達とのカフェ勉強会。いろいろ意見があり、学び、
そして楽しかった。豆乳汁オススメ!! 美味しい。食べごたえのある根菜。
旬の物は体が温まる。でもメニュー選び、もっと“あっさり”で良かったよね、
と笑った。

（あいコープふくしまセンター）

カフェ会に 5000 ポイント
(3月末まで)

鎌田醤油は塩味がマイルド

他はアルコールの香り、塩味も強い

*セントパートで鎌田醤油の勉強・カフェ会。素材を活かした焼きおにぎりの
味噌と醤油味。お料理キットを使って3品とエビフライにスイーツまで
豪華ランチ。

本題の醤油の違いには、豆皿に各メーカーの醤油を入れ、匂い、味、色など
比べました。

鎌田醤油は発酵食品なので匂いもやさしく、塩味もマイルド。
他のメーカーはまずアルコールの香りが強く、塩味も強く感じました。
普段、醤油の食べ比べではないので、なかなか面白い勉強会でした。

（あいコープふくしまセンター）

何か“添加、されても 本醸造？

*“本醸造”という言葉だけを見ると、本格派かな感じ、良さそうな印象を持ちますか。
丸大豆、小麥、塩でも本醸造、その他に何か添加されていても本醸造。

正直、頭が混乱してしまいました。

ただ、香りをかいだ時に、レバ煮たて生しょうゆは“ン”とする感じがしましたので
これが“アルコール”!? と自分自身で体感することができたので、勉強になりました。

カフェ会：とても楽しくおいしく頂きました。根菜が多く、たよりで、カツ丼ごはんもあり、満腹になり…。大勢で食事をする事の楽しさも再確認。

（あいコープセンター）

わが家で鎌田さんの味噌づくりに挑戦!

297 手作り味噌セット 1セット 3,780円 (税込み 4,082円)

300 鎌田さんの 国産丸大豆醤油 900ml 518円

※空瓶を返却すると
△20円デポジットです
(税込み 559円)

3800名への組合づくり

あいコープに加入しました 「サンプル感想カードから」

- パン、もっちりしてとてもおいしかったです。
(福島市)
- パンもジャムもおいしかった。優しい味でした。
牛乳も思いの外、さっぱりした飲み口でした。
(郡山市)
- とても美味かったです。
(郡山市)
- もちもちして、きりいて、おいしかったです。
子供には少し物足りないようで、ジャムをつけて食べてました。
(郡山市)



1988名のあいコープまつりを 楽しかった、成長できた

336名 サポーターさんの声

和気あいあいの
雰囲気が
良くて…

私は「あいコープまつり」の前日サポーターとして2回目の参加。
昨年の和気あいあいの雰囲気が良くて次回も参加しようと思っていました。

担当は、じゃがいもや玉ねぎの皮を剥いたり、果物を洗って拭いたり
カレー用のみじん切りにした具を火焚めるのに時間がかかりました。
でも、若い方から同世代まで楽しくお話をできた事は、若いにとって有意義な時間
でした。60代後半ですが、元気なうちは、ずっと参加したいなと思っています。

(郡山市)

1年の見子と一緒にサポート、成長を感じた

*あいコープまつりでお世話になりました。今年は1年生になる見子との参加でした。
きちんとお仕事ができるのか不安でしたが、本人がまつりの日を心待ちにしている様子を見て
私もわくわくしながら当日を迎ました。

とうふコーナーを担当したのですが、生産者さんが「作ってきてくださった『三角揚げ』の煮物」
を一口いただいて、「おいしい」と。そしてそれをお客さんに試食としてお配りしたので
一つ配るごとに、とうふや揚げが売れるごとに、とても喜んでいました。
生産者さんと交流したり、本人がリラックスして楽しんでいる様でした。

休憩中もお友達と買い物に行ったり、色々なブースでお話してたり…
とても貴重な1日でした。

私もそんな見子を見て嬉くなったり、成長を感じたり、色々な思いが詰まった
まつりになりました。

もちろん私自身も仲間と一緒にとても楽しい一日でした。

(伊達市)

*第33回あいコープまつりでは、お世話になりました。「フレーバーの盛り合わせ 100円」は
とてもお得だと思いました。安い!!です。

サポートをしている子供達もケガすることなく、すべて売ることができ、子供達自身に
自信がつき、とてもいい経験ができたと思います。ありがとうございました。
ただ、1時間のフロースタイムですが、スタンプを集めようと思いブースをまわると
いろんなブースでも同じ時間でフロースタイムで丁度しつかたな…と思いました。
できれば少し遅れてクロースタイム実行されるといいと思いました。

(須賀川市)

*おまつりでは親子参加は残念ながら出来ませんでしたが、久しぶりに
サポートとして参加させていただき、皆さんに喜んでいただけしたこと、人との出会いが
嬉しい鬼いました。

大木代吉本店さんの甘酒が飲めなかつた事が少し残念でした。
ちょっとしたレシピ等があると、料理酒も始めやすいと思い、お伝えしました。

(郡山市)

銃やミサイルではなく

鍔と鎌で平和を

*生産者からのお便り

銃剣ではなく、鍔と鎌で平和を実現しようとアフガニスタンで働いておられた中村医師が銃撃で死亡されました。バブテスト教会で洗礼を受けた中村医師は、聖書の「彼らは剣を打ち直して鎌とし、槍を打ち直して鎌とする。國は國に向かって剣を上げず、もはや戦うことを学ばない」という箇所をよく語っていたそうです。しかし、新年早々イラン革命防衛隊の司令官が殺害されたというニュースが流れました。トランプ大統領はこれを平和のための決断と言っています。私達はよく目を開かないで目先のことだけを追っていると、持っているのが鎧・鎌でなくて銃やミサイルになってしまわないようにしなければなりません。

石沢 重吉

愛菜箱

〈お届け内容〉じゃがいも・白菜・キャベツ
小松菜・人参・ごぼう・長ねぎ

〈生産者〉郡山市・石沢智雄 / 二本松市 大内信一
伊勢崎市・岡田栄一

測定安心 测りて対処

地元・さつまいも 不検出

282 週目

単位: ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	①...下限値以下 結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定 時間
2019年 11月21日	郡山市田村町 上行合	さつまいも (紅ほのか)	770g	① ①	3.70 / 3.37	3600S (1H)
"	"	さつまいも (パープル)	770g	① ①	3.70 / 3.37	3600S (1H)
"	"	さつまいも (シルクスイート)	770g	① ①	3.70 / 3.37	3600S (1H)

⑥

綿花の栽培・ワタの回収 ご協力に感謝します

二本松市

さん

郡山市

さん

福島市

さん

福島市

さん

大玉さま

さん



今年も5月から種を植えます

綿の種

花が咲き

白いワタができる

赤ちゃんの
ふとんに

放射能被害
子どもを守る
シンボル!

台風でも配達車が見えた時
驚きと嬉しさが

ひまわり

* 今年も大変お世話になりました。台風被害では、あいコープさん自身も大変な被害を受けつつも、食材を配達していただいたことは、本当にありがとうございました。配達の車が来た時の驚きと嬉しさは、今も忘れられません。

早いもので、あいコープ生活2年が終わろうとしています。「ひまわり」の冊子を読んだり、配達の松本さんとおしゃべりしていることが多いようになりました。あいコープに入会させていただいて、「食」を考えさせられました。これからも沢山の情報を楽しみにしています。来年もよろしくお願いします。

明けましておめでとうございます。年末年始は埼玉へ帰省していたため、地元のスーパーで食材を買っていました。生協さん以外の食材を食べると、時々「あれ、?」と思うことがありました。玉子にしてもウインナーにしても、あまりおいしいとは思わないのです。早く生協の玉子・ウインナーを食べたいと思って戻ってきたところです。

玉子ウインナーだけでなく、いろんな食材が、明日(1/6)届くと思うとわくわくします。いつも明るく元気な職員の松本さんが届けてくれるのが楽しみです。

(須賀川市)