

ひまわり

2021年
3月8日
No. 1404

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

- ① 南相馬市 タンポポ村 代表訪問交流（2020年11月27日）報告（下）
- ② “ 横隔膜も脂肪も食肉に含まれる・市販のワインナーとの比較 ”
- ③ 大豆たんぱくフレー練物④高橋社長アドバイス / コロナ禍で子どもを守つている現場へ
- ④ 2日拡大委員会 報告・感想「うどんってこんなにおいしかったっけ？」
- ⑤ “ ふわふわパンが良いと思い込まれていた / 生産者からのお便り ”
- ⑥ ローカル商品の紹介・タンポポ村スマートカーモンの落し・横田農園あまえんぼう他也
- ⑦～⑩ “ ご案内・ナムでもカード・英語申込書・注文控えメモ ”

ローカル商品のご案内（3月4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 0120-80-9431

南相馬市 タンポポ村 代表訪問交流（2020年11月27日）報告（下）

「横隔膜」も「脂肪（自身）」も「鶏肉」も
ワインナーに

食肉 50%以上に含まれる



大手メーカー品
皮なしワインナー

加熱食肉製品（加熱後包装）

名 称	ウインナーソーセージ
原材料名	鶏肉、豚横隔膜、豚肉、豚脂肪、結着材料（でん粉、植物性たん白、卵たん白）、食塩、砂糖、香辛料、調味料（アミノ酸等）、カゼインNa、リン酸塩（Na、K）、保存料（ソルビン酸）、防腐剤（ビタミンC）、pH調整剤、発色剤（赤硝酸Na）、（原材料の一部に卵、乳成分小麦、大豆を含む）
内 容 量	216g
保 存 方 法	10℃以下で保存してください

○ 大手メーカー品のラベル（表示は量目順に並んでいます）



年間利用高、初の7億円超え 感謝還元セール！ 3月3回と4回のローカル商品 10%値引き（お米除く）

南相馬市・タンポポ村 代表訪問交流

子どもに人気の「皮なしミニウインナー」

① 大手メーカーの「皮なしウインナー」の原材料名を見た驚きました。それは「鶏肉・豚横隔膜・豚肉・豚脂肪」と重量順に記載され、豚肉は第3位の量で、鶏肉が第1位、そして脂(白い)と内臓(モツ)の横隔膜を含んだ「ウインナー」だったことです。

食品法上は、豚肉以外の食肉および内臓や自身の脂を含めて「50%以上」なら「ウインナー表示」が認められている。

そして、消費者に「これがウインナー」と思い込ませていることに理不尽さと怒りを持ってしまう。

② これだけ多種の肉と部位をひとつの「塊肉」にまとめるには、かなりの結着材料(でん粉+ゼリ)と添加物のリン酸塩(※1参照)を使って「ウインナーの塊」を製造している。これも驚きです。

③ そして、肉類の品質の劣化によるボツリヌス菌の発生や肉色の悪化を抑止るために「発色剤」(亜硝酸塩…発がん性物質)を添加している。また豚肉の熟成の旨味がないために糖類やアミノ酸等を添加して、「化学調味料」で“旨さ”を作られている。

価格も量目も前々比べてみると、大きな差はない。た。(表参照)

でも現実は、多くの人が大手メーカーのウインナーを利用している。

私たちの「気づき」や驚きを多くの人に伝え生協の役割をこれまで以上に強くないと…と反省も込めて。

(あいコープふくしま 佐藤孝之)

〈※1 リン酸塩…カルシウムを外に連れ出す〉

人の体にカルシウムやリンが必要だが、過剰なリンは排出される。

その際に、カルシウムと一緒に連れ出して排出してしまうため、カルシウム不足になってしまふ。そして排出過程が腎臓に負担をかけること、排出のカルシウムが血中に蓄積されることなどが指摘されている。

あいコープ
タンポポ村 と 市販品 を 比べてみました

表	あいコープ タンポポ村 もぐもぐミニウインナー	ネット品 A ミニウインナー 皮なし	ネット品 B 皮なしウインナー
量目	75g	90g	250g
価格	214円 (税込み) 285円 送料無料	248円 (税込み) 276円 送料別途	359円~388円 (税込み) 144円~155円 送料別途
100g当たり 価格			
原 料	豚肉(国産) 食塩・砂糖 でん粉・野菜エキス 香辛料	豚肉・鶏肉・豚脂肪 結着材料(粗セラチン・でん粉 大豆たん白) 粉末水あめ・還元水あめ 食塩・香辛料・昆布エキス 酵母エキス・かつお節エキス 麦芽糖水あめ・醤油酢 たん白加水分解・砂糖 貝カルシウム	鶏肉・豚脂肪・豚肉 糖類(砂糖・ぶどう糖 水あめ)食塩・乳たん白 豚エキス・香辛料 魚介グイヨン(いかし) 酵母エキス・かつおエキス 加エデンプン・PH調整剤 調味料(アミノ酸等) カゼイン・リン酸塩 酸化防止剤(ビタミンC) 香辛料抽出・発色剤 (亜硝酸Na) 着色料 (カルミン酸) (卵を含む)

〈※2 発色剤…発がん性物質に変化〉

「発色剤(亜硝酸Na)」は、食品添加物の中で最も危険なもので、その毒性は青酸カリ(シアノ化カリウム)に匹敵し、胃の中で強発がん性物質に変化する —— 食卓の化学毒物事典 — (渡辺雄二 著)

発色剤は、ハム・ソーセージ・サラミ・タコ・イクラ・スジコなどの変色防止と保存(ボツリヌス菌に効果)の目的で使われています。本来なら食品に加える物質ではないものです。「無塩せき」の表示は「発色剤(亜硝酸Na)を使っていないことを表します。

大豆たんぱくフレーク 練物 ①高橋社長よりアドバイス

いまわり(2月4回)の高橋社長が持っている「大豆たんぱくフレーク」の写真説明が不充分な指摘と正しい内容のアドバイスがありましたので「紹介」します。

〈練物の増量、低成本に粉末グルテン〉

練物品では、「粉末状植物たんぱく」が多くのメーカーで使われています。この「粉末」は、大豆や小麦のたんぱく(グルテン)で、「粉1・植物油脂1・水4」ですり身に混ぜてゆきり揚げると低成本(安い!)の「スカスカがんも」ができます。

練物に使うと、喉(のど)ごしを良くする、低成本のすり身の臭気を減らす、白っぽく見せるなど「こまかし効果」が高まります。

〈「ひき肉代用」に「顆粒状」が〉

「顆粒状」植物たんぱくは、水や肉エキスを含ませ、ひき肉代用物(ハンバーグ・ミートボール・カップラーメンなど)、クロッケ、餃子、シュウマイなど増量剤に多用され低成本を下げるために活用されます。

最後に、植物たんぱくの原料大豆は輸入の脱脂大豆を日本国内で加工(国内産)されることが多い、(が)遺伝子組み換え大豆と考えます。

(①高橋徳治商店 社長 高橋英雄)

私たちは、こうした事実をまずは知ることが大事です。「肉」だとと思っていたものか「脱脂大豆だったこと、安くて旨い!と思っていたが」…。

「価格優先」で商品選択せざるえない生活の現実もあります。その中で、どこまで安全・健康にこだわるか——こんな話し合いもあいコープの役割と考えます。

(あいコープふくしま 佐藤孝之がまとめました)

③

高橋社長の練り製品
を紹介します!!

国産のニラ
イカ・オキアミ・人参を
うすり身と!

まんま通信

268	7種の野菜揚げ	165g(5個) 税込298円
269	44"ミ風 さつま揚げ"	126g(3枚) 税込322円
270	仙台曲がりネギ ちりめん揚げ	100g 税込322円

コロナ禍で 子どもを守っている現場に

激励!
写真は次ページ

コロナ禍の中、子どもを守る現場に支援と激励を行いました。

2月19日(金)に、新型コロナ感染予防の思いを込めてビタミンCの「甘夏」をお届け致しました。

郡山市の「なごみ園」さんは、あいコープの食材をご利用いただき、長くおつきあいをいただいている。訪問時は寒さの中、元気いっぱい外遊びを楽しんでいる子どもたちの姿がありました。

また、本官市「むとせや幼稚の家保育園」では、11月に先生方対象の食育講座を開催され、渡辺洋子園長先生もあいコープのお仲間です。布おむつや木のおもちゃと、こだわりの保育園で、保護者にもあいコープが広がっています。

NPO法人ココネットマムさんには、あいコープの行事のたびに託児でいつもお世話を顶いています。

新型コロナ禍でも保育を引き受け下さり、子どもはもちろん、お母さんも笑顔になれました。

みなさま あいコープの「甘夏」をとても喜んでくれました。

今後も協力体制を強め、連携してコロナ禍を乗り越えていきたいと思います。

(あいコープふくしま 橋本拓子)

新型コロナ禍で 子どもを守る現場へ 支援・激励

なごみ保育園(郡山市喜久田町)



→ 遠藤園長(左端)

2.13 地震のお見舞いに感謝します
友好生協 常総生協より(茨城県守谷市)



もとみや幼児の家保育園 渡辺園長(右側) ↗

ココネットマム 代表 首藤亜希子さん(右から2人目)

← あいコープふくしま 橋本専務(右端)から贈呈



2月 拡大地区委員会 報告・感想

「地震、話し合って気持ちがやわらぐ」

地粉うどん 「うどんってこんなにおいしかったっけ?」
(3月4回へ)

・地震について … 先日あした地震について、みなさんに話を聞いていただいたり、みなさんのお話を聞き、3.11を思い出して不安だった気持ちが少しやわらぎました。何があつても前を向いて進んでいかねばと強く思いました。

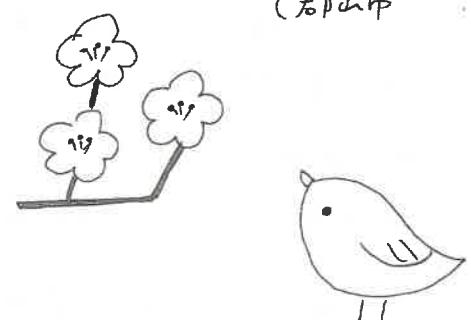
・地粉うどんについて … 輸入小麦の危険性については無知だったのに、本当に勉強になりました。利益優先の結果、人体にどんな影響が出るかは無視されているということかとても恐ろしく感じました。そして身の回りにその危険な除草剤を使つた小麦の商品があつめていることにも恐怖を感じました。

国産無農薬の小麦を使った「地粉うどん」小麦の甘みを感じてとてもおいしかったです。ざるうどんを豚汁うどんにして食べました。「うどんってこんなにおいしかったっけ?」と思うくらい甘みがあり、もちもちでした。

次回 購入する時は茹で時間に気をつけてみます。

みなさんから教えていただいた 焼うどんやパスタ風うどんのレシピも試してみたいと思います。

(郡山市)



— 2月 拡大委員会 報告・感想 —

郡山北地区での
話し合いから

愛農会
「地粉うどん」の報告「ひまわり」(2月2回) - 海外の「春小麦：緑の革命」を
読み、パンの話にも広がりました。

「ふわふわパン」が良いと思いつ込まれていた

Aさん … 私たちは「ふわふわのパンがいい、おいしいとコマーシャルで思いつ込まれてきた」と
わかった。

Bさん … たくさんパンがあるが、「国産」と書いてなければ「外国産だと思っていいですね。」

Cさん … パン屋さんでつい買っちゃいます。(表示ないもの) 書いてなければ「外国産…ですね。」

Dさん … 収穫前に除草剤(グリホサート)で枯らす…とは効率優先なんですね。

Eさん … あいコープの『まんま通信』取扱いパスタに「カナダ・アメリカ産を取り扱っていますが、
残留はないのでしょうか?」

後日談

① あいコープ「みやき」商品部にお聞きしたところ、「農薬等の残留検査はやってません」とのお話でした。

② 「春小麦」は、品質改良を不適度に進めた結果、かつての小麦とは似て非なる
品種になった、と。

満点! あおばちゃん

(は)
安全で美味しい

原材料は国産小麦「ゆきちから」を100%を使い、天塩・
生イースト菌、それに花見糖、無塩マーガリン(トランス脂肪酸
の数値が極めて低い)を加えて焼き上げています。

市販品の多くは輸入小麦です。さらに「イーストフード」をはじめ乳化剤、保存料・香料など
健康に影響を与える添加物が多く使用されます。

「満点! あおばちゃん」は 添加物を使わないため、食べる時に「焼く」か「蒸す」で加熱することで
焼きたての食感、小麦の香りが広がります。 20年前に組合員の話し合いと学習から開発した
パンです。

ローカル案内

差し替わります

(他に8切、12切
ノンスライス1.5斤もあります)

感謝セールで
お得!

404

満点! あおばちゃん 1斤 6切 210円 (税込み227円→204円)

安達拡大
委員会から

「地粉うどん」の話を聞いて、早速「ペペロンチーノ」を作りました。 森さんのこうと鎌田さんの「めんつゆ」は最強の組み合わせでした。 (次ページに写真・ペペロンチーノ)

うどんの塩気と森さんのニラの甘みでまとんど調味料いらすでした。
3歳の子どもがもりもり食べました。

作り方

ごく少量の塩で5分茹でて、1度水でしめました。
オリーブオイルににんにくをスライスして弱火で加熱し
輪切りのたかのつめを少し入れました。
お玉1杯のゆで汁で乳化させた後、ニラ半束と
小さじ1杯のめんつゆ(あいこーー)を入れ
ゆでたうどんを入れました。 (本宮市)

3月4回

000722

無農薬 地粉うどん
500g(5人前)
税込み 490円
今回限り 441円

ふわふわ!
残る?

ハウスの中は春!

*生産者からのお便り レタス・キャベツ・ナス・ピーマンの苗がすくすく

2月13日深夜の地震での被害はなかったでしょうか。幸い我が家では、
自宅、圃場共に被害は少なく安堵しておりますが、10年前の東日本大震災
の余震ときて、地球の力の大きさに驚かされるばかりです。今一度、防災意
識を高め減災対策をしていかなくてはと痛感いたしました。

ハウスの中では、2月初めに蒔いたレタス、キャベツ、ナス、ピーマン等
の苗がすくすく成長しております。ハウスの中には一足先に春が来た感じで
す。畑では、ほうれん草、大根、冬菜等の収穫作業をしておりますが、収穫
作業の終わった畑では早めの大根、カブ、小松菜等の播種作業が始まりま
した。昨年は暖冬による水不足で野菜の出来が悪かったですが、今年はある程
度雪も降ってくれるので水不足の心配はなさそうなので、順調に生育し
てくれることを願うばかりです。

大内 習

ローカル案内

703

愛農会の野菜セット

「愛菜箱」 税込み 879円

無農薬・有機肥料

2月4回 お届け品

大根1本、ほうれん草1束、玉ねぎ700g
ブロッコリー1個、ニラ1束

2月5回 予定品

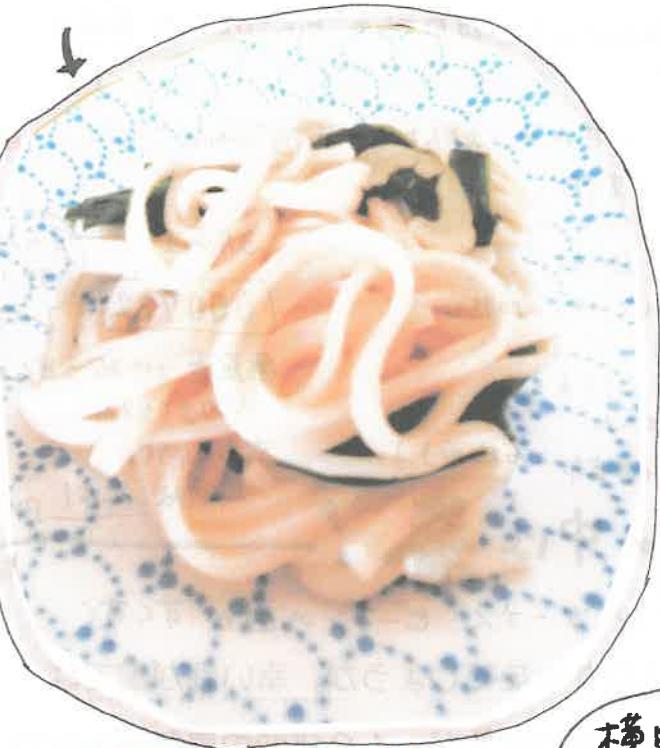
長いも・ほうれん草、キャベツ

⑤

前ページで紹介した

さんのペペロンチーノ

地粉うどんに
森さんのニラ



横田農園
あまえんぼう

白い花が咲き



緑の実ができ



そして
真赤ないちごに



今週は10%引き

37

とちおとめ

パック 280g

税込み 550円

000704 ケース 約800g
税込み 1545円

ローカル品
の紹介

10%
値引き

<冷凍>

タンポ味村



天然紅鮭
(ロシア産・ア拉斯カ産)

タバコ煙(液体)
は七切身の中まで入ると味が違う

ローカル室内

35円お得!

000721 100g 292円 税込み 315円

*今週の3月5回で終了します。

ご協力ありがとうございました。

次回は

「切落し」数が少しが蓄積しましたら
企画します



<配達用>

2L...350g×4パック

3L...350g×4パック

デラックス...500g×2パック

あります

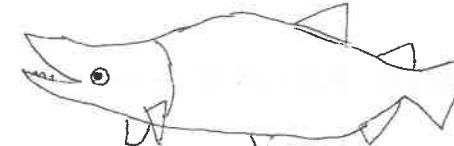
⑥

↑長沼町 柳沼孝政さんの
小松菜スタート

3月4日
ローカル品

44
防除〇

小松菜 200g
税込み 126円



マスプロ

000710 150g

(茎ブロッコリー)(税込)

187円
苦手の息子と主人
ハクハイ食べた!



味は
ブロッコリー
茎に甘みの
アスプロ

本茹でて、マヨネーズを
つけて食べました。
味はブロッコリーに近く、
茎の部分に甘みが
あって、あ~という間の
完食でした。
親は、少し筋っぽいかも
味は良いと。

名前から、アスパラか
ブロッコリーかどちらの
調理法か迷いましたが
今回はブロッコリー感覚で
食べました。

次回はアスパラの感覚で、ベーコンで巻いてみたり
焼いて食べてみようと思います。

(あいこ-フセセンター
佐藤直喜)

森さんの甘いニラ 102 150g 税込み 189円

ホリエー^ム
甘さ あべて最高!!

* 森さんの「小松菜」と「ほうれん草」
今週までです!!