

自然派くらぶ

ぼらーの 1

JANUARY
2019
No.409

あけましておめでとうございます。

本年も自然派くらぶとぼらーのを
よろしくお願ひいたします。



- 地区総代会議報告
- りんご援農

- みんなでおせち作り
- くらしを彩る生け花

新年によせて



理事長
菊地 あゆみ

あけましておめでとうございます。

皆様においてはつつがなく新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

今年は平成から新しい年号の年となります。自然派くらぶも創立45年目を迎え、取り巻く環境も生協も文字通り節目の年です。自然派くらぶ生協が新たなステージに向けた進化と飛躍を構築する大切な一年となります。

一昨年から行いました「地区総代会議」は第2回を開催いたしました。事前アンケートで最も多いご意見は「安心安全なものを今後も提供して欲しい」でした。そして会議では沢山の意見交換、情報交換ができ、今年の生協活動に生かしていきたいと考えております。

◆2018年度の外部環境

昨年は西日本豪雨や台風など、自然災害が多い年でした。特に果樹生産者にとって甚大な被害となりました。今後の生産への影響が懸念されますので引き続き支援が必要だと思います。また、政治では2018年4月に「主要農作物種子法」が廃止となりました。「種」＝生命が多国籍企業のコントロール下におかれる不自然さを感じずにはいられません。

◆壁を超える意識

私たちは今、変化の激しい時代を生きています。合理性、スピード性と経済性が主軸となり、変化への適応という進化を余儀なく求められています。しかし、生協の最優先は「社会性」です。組合員さんの豊かな暮らしのサポートや生産者さんの熱意ある取り組みを応援することです。それには組織の壁を越えた連携が必要だと強く感じています。他業種の生産者間や地域との連携など新たな価値を創造していきたいと思います。

◆組織の成長

目標をもつことが成長につながることはいうまでありません。自然派くらぶの今年度の目標は組合員の参画です。私達組合員の一人一人が、目標に向かっておりなす努力の総和が自然派くらぶの実力を向上させると信じています。どうぞ今年度も宜しくお願い致します。

最後に、今年の干支は「猪」です。猪は無病息災

を意味する他「田の神・作物の神」などの意味合いもあるようです。今年は自然災害の無い、実り多い年となることを祈念いたしまして、私からの新年のご挨拶とさせていただきます。

理事会（第6回）	
日時	12月3日10時より
場所	自然派くらぶ生協会議室
出席	理事10名 監事3名

一、審議事項

*憲法力フェ講座開催内容と承認の件

*東日本大震災の被災地支援活動協賛の件

*役員人事等小委員会設置の件

*設備費用決定承認の件

*台風21号及び北海道地震災害募金の使途について

二、協議事項

*春の集い開催内容と日程について

*映画上映会開催内容について

て

三、報告、確認事項

*やまゆり生協活動スタッフ来協の件

*福島キッズキャンプのプレ企画の件

四、11月度活動報告

*10月度決算報告、11月品群別受注概況、11月末までの

加入791人、脱退454人

生産者の方から新年のメッセージを頂きました。良いもの、美味しいものを届けたい、という熱い思いが伝わってきます。今年も応援よろしくお願ひします。



愛媛県の
有機みかん生産者
中川 栄さん

あけましておめでとうございます。

この度は皆様から心暖まるご支援を賜り心より御礼と感謝を申し上げます。七月豪雨災害は全国各地で多大なる被害と人命に関わる災害となりました。当方以上の被害にあつた方々にお見舞い申し上げます。

当方も近年は組合員の皆様に十分な商品をお届けすることが出来ていなことを先ずお詫びいたします。というのも、近年の夏場の暑さは人体に対しても作物に対しても相当にきついものとなっているからです。

そこで当方中川有機農園として先ず考えたことは、このままで瀬戸内海に位置する大三島で柑橘類の栽培を維持することが出来なくなるのではないかということです。その危機感から、今後も柑橘類の栽培で生き残るために何を栽培すればよいか模索しておりました。

そのような中で今回の災害に遭つ

たのです。品種は定まりました。被害の出た圃場とそれ以外の圃場も含め、四年から五年の計画で、生き残りを賭けた私の命がけの仕事を組合員の皆様にお約束します。

このように農場を整備しているために、ご期待に応えることができなくてごめんなさい。でも、必ずや喜んでいただけると信じて一年でも早くそうできるように毎日頑張ります。

うち詳しく述べがあると思います。

この度、組合員の皆様から賜りました支援金は、災害にあつた圃場の整備、農業用水の貯水槽、型枠工事、生コン、苗木、育成までの堆肥および肥料を含む有機資材などに有効活用させていただきたいと考えております。前後はすることがありますが、時おり写真もお送りします。

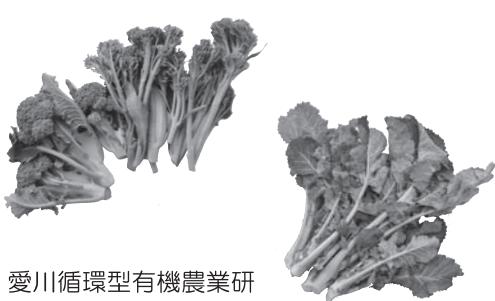
末尾になりますが、皆様からご支援を賜りましたことが、ありがたくてありがたくて、心より感謝いたしました。

います。

当研究会の果物や野菜の味はいかがでしょうか？ 昨年の自然派くらぶまつりでは焼き芋と青果販売をしておりました。2月には「食と農をつなぐ会」のメンバーの皆様が中津ミートの工場と私共の畑を見学にて下さる予定です。他の組合員の皆様も、機会がありましたらぜひ一度愛川町に来ていただければ幸いです。



愛川循環型有機農業研究会
諏訪部衛人さん
原田融さん（左）、佐々木人道さん



愛川循環型有機農業研究会の野菜は、1月は里芋、2月は人参、3月のブロッコリー脇芽と「のらぼう菜（写真右）」です。実は固定ファンの多いのらぼう菜はとても美味しい野菜です。ぜひお試しください。

今年も土づくりにこだわって皆様に喜んでいただける食べものを生産していきたいと思います。至らぬこともあるとは思いますが、どうか温かい目で応援していただければ幸いです。

今年も土づくりにこだわって皆様に喜んでいただける食べものを生産していきたいと思います。至らぬこともあるとは思いますが、どうか温かい目で応援していただければ幸いです。

これからの自然派くらぶをみんなで考える

地区総代会議を開催

今年度の地区総代会議は11月29日（調布）、30日（八王子・午前／午後）の3回開催され、計53名の総代が参加。当日は生協からの事業報告とグループワークの2部構成で行われました。

【事業報告】

山本専務理事より上半期の事業状況と特長的な活動について抜粋して報告がありました。

▼上半期事業概況

10月の決算では総供給高前年比103・0%、予算比100・0%。経常損失が増加しているが、職員増による人件費や子会社の配送委託手数料や物流経費等の増加によるもので、これはほぼ予算通りとみています。

▼支援活動

災害支援 西日本豪雨や台風21号などの緊急募金へのご協力ありがとうございました。支援金は被害状況を確認しながら被災生産者に直にお渡ししています。

（6面参照）

（6面参照）

【グループワーク】



「グループごとの話し合いでは、「今、関心があること」を挙げ、

そのためになにが必要か、どんなことができるかを意見交換し、結果を発表。「事業や活動を活性化するには組合員の参加、参画が必要です」という専務理事の話の通り、各グループ活発に意見が交わされました

（意見を下段で紹介）。

閉会の挨拶として菊地あゆみ

理事長は「皆さんのご意見を整理し、できるだけ反映させていただきたい。生協は組合員の協力をには機能しません。これからもつなぎ大切に、更に成長できることを願っています」と結びました。

◆◇ 総代から出された意見（抜粋） ◆◇

《仲間づくり》

- ・ プチパーティの内容をデモで見られると開催が増えるのではないか
- ・ 学習会や料理講習会に友達を連れていくと食材の良さを知ってもらえ、自然な流れで加入してもらえそう
- ・ 乳児健診や母親学級の会場付近で宣伝してはどうか

《組合員活動》

- ・ 地域活性化につながる地元食材を利用した講習会を開催する
- ・ 子ども食堂、高齢者見守りなど地域活動にも協力したい
- ・ 食の安全、健康、美容、消費税、水道法などの学びの場を持つ
- ・ 食に関する映画上映会の開催
- ・ 地域毎の小規模開催のほうが参加しやすく、友達も誘いやすい

《商品》

- ・ 珍しい野菜や新商品はレシピと一緒に提案すると購入しやすい
- ・ 冷凍魚や冷凍加工品の利用方法が分かると、失敗しないで使って利用促進につながる
- ・ 石けんの上手な使い方を広め、良さを伝えたい

食と農をつなぐ会&自然派ママくらぶ合同企画

みんなで作ろう、伝えたいおせち

12月4日(火) 由井事務所



田作りのタレに酒と油を加えると旨みが
プラスされ、くっつきにくくなるそうです。

まずは料理ごとにグループ
分けして野菜の下ごしらえ。
料理上手な方ばかりなのでい
たずねてもらいました。

「田作りに調味料加えます」
など各班から声があがり、そ
の都度みなさんは手を止めて
集まります。鶏肉を均一に開
く様子や田作りが炒れた匂い
などを見たり感じたりでき、
「レシピには載っていない、
ちょっとしたコツがわかつて
よかつた」「今さら聞けない
ようなことを知ることができ
た」など、若いママたちはも
ちろんベテラン主婦にも新し
い学びがあつたようです。

料理を作つていきます。
今回の合同企画。食と農の
メンバーがリーダーを務め、
栗きんとん他6品のおせち料
理を作つていきます。

ミニ料理講習会

今日は違います。
いつもなら調理を開始したら
次々仕上げていくのですが、
今日は違います。

手作り切り干し大根のコツ

- * 天気の良い日に3日間くらい干す。
- * 長期間保存したいときはカビが出ないよう完全に干す。
- * 太さを変えて切ると食感を楽しめる。

食卓にはおせちの他に創作
料理も所狭しと並びます。ど
れも食と農の畑の根菜や葉物
野菜をふんだんに使った物ば
かり。中には自家製の切り干
し大根を活用したサラダや和
え物もありました。生の大根
にはない味わいに「これ誰が
作ったの?」「レシピ教えて

みんなでいただきます

と、ここでもお料理談義に花
が咲き、和氣あいあいとした
有意義な会になりました。

菊地理事長直伝 おいしいだしをとるコツ

- * 昆布は前の晩から水に漬けておけなかったときは弱火にかけて沸騰させないよう10分ほどかけて煮るとよい。
- * かつお節は、ぬるま湯に入れると生臭くなるので、沸騰直前のところで加える。
- * かつお節を加えて沸騰させたらアツを取り、1~2分置いてから火を止め、こす。



これが黄金比
水5カップ：昆布5g
：かつお節15g





寄せられた お便り

●さつま芋が大好物の我が家
5人。天ぷら、きんぴら、レ
モン煮、さつま汁etc。大学
芋も大好物ですが、揚げない
簡単な方法を紹介します。フ
ライパンに甘だれの材料と生
のサツマイモ、お酢を少し入
れてよく絡めてから火を着け
ます。フタをして蒸し焼きに
し、火が通つたらフタを開け、
強火にして焦げ目をカリッと
つけるのがポイントです。

(府中市 小川清香さん)

●自然派くらぶに入つて25年。
加入了のは娘が中学1年の時
でした。ずいぶんお世話に

(ほ)いつもレシピをありがとうございます。
編集員も早速試してみました♪ フライパン一
つでできるのも嬉しいですね。



(ほ)お孫さんたちも自然派の食
材を喜んで食べてくれている
ようで嬉しいです。「シナノ
ピッコロ」は甘みと酸味を併
せ持つリンゴの品種名。小ぶ
りで皮が薄いので丸かじりに
ピッタリです。今年はもう終
わつてしましましたが、来年
の秋口をお楽しみに。

(日野市 西山雅子さん)

(ほ)他にも同様のお便りを頂き
ました。なんと、栗の種は中
身の食べる部分だそうです。
ちなみに通常剥くところが果
実にあたります。編集員も驚
きでした。

(杉並区 則竹 南子さん)
●3歳の孫が吉池さんのシナ
ノピッコロ丸かじりがお気に
入りです。おみやげの定番は
シナノピッコロになりそうで
す。もうすぐ1歳の孫はブ
ロッコリーをやわらかめに茹
でたのがお気に入り。口のま
わりを緑にして食べています。

(追伸 娘の子どもたちに久
保田のおっぱいアイス、大人
気です)。

(多摩市 田中敦子さん)

●先月号のぽらーのクイズ
「栗の種はどこ?」、答えが分
からず思わず調べてしまいま
した。ぽらーのクイズは時々
難しい問題があるので、その
度に私の雑学知識も増えてい
きます。なんとありがたい
コーナー。これから色々な
問題楽しみにしています。

広島、長崎の被爆者が訴える核兵器廃絶国際署名

ヒバクシャ国際署名

途中集計

自然派くらぶ生協で1395筆集まりました。
(2018年9月現在)

全世界から寄せられた830万人分の署名目録
が去年10月、国連総会第一委員会議長に提
出されました。

署名は2020年9月末日まで集めます。
引き続きご協力お願いします。



《災害募金報告》

~たくさんのご協力ありがとうございました~

◆西日本豪雨災害募金

合計	2,839,000円	(7月4回～8月5回)
【内訳】		
愛媛県 中川農園	2,175,570円	
" 八幡浜マルタ菊池農園	543,893円	
視察訪問経費	119,537円	

◆台風21号及び北海道地震災害募金

合計	1,716,500円	(10月3回～11月3回)
本災害は被害規模が甚大なため、*災害支援基金から 725,999円を拠出し合算することとしました。		

*災害支援基金：東日本大震災および熊本地震災害募金の一部を災害時に備えて積み立てることを2016年総代会で確認

合算額	2,442,499円
【内訳】	
和歌山県 紀ノ川農協	1,000,000円
長野県 フルーツランド越	675,000円
" 吉池農園	675,000円

尚、北海道の生産者については、被害が少なく緊急な支援の必要がないことを確認しましたので対象外となりました。
合算と内訳の差額は訪問経費として使用し、余りはそれぞれの支援金に振り分け総額を合わせます。

今年も行つてきました！

りんご援農



毎年恒例になっているりんご援農。今年も長野県須坂市の越さんの農園に総勢16名で伺いました。



越さん（左）と美智男さん（右）

越さんは昨年と変わらない笑顔で跡取りである美智男さんと共に迎えてくれました。美智男さんは越さんのお嬢さんのご主人。現在、この農園で修行中です。越さんは「早く後を継いでもらいたいんだけど、まだまだで…」と言つてはいますが、顔は少し緩み気味。今後が楽しみです。

昨年9月、各地に被害をもたらした台風21号、24号の風は須坂市でも吹き荒れました。越さんの農園でも枝折れ、落下、打痕などの被害があり、今秋の収穫は昨年に比べ2割

心配された雨は降ることはなく、バスはお昼前に無事に越さんのりんご農園に到着しました。越さんは昨年と変わらない笑顔で跡取りである美智男さんと共に迎えてくれました。美智男さんは越さんのお嬢さんのご主人。現在、この農園で修行中です。越さんは「早く後を継いでもらいたいんだけど、まだまだで…」と言つてはいますが、顔は少し緩み気味。今後が楽しみです。

今年は暖かく、まだ一度も雪が降っていないとのこと。「去年の今日は雪だつたんだけどなあ…」と、越さん。りんごは気温が下がりはじめるときくなつていくのだと。それでも作業を終えた後、いたわらぎたてのりんごは蜜がたくさん入つていて十分に甘く格別なものでした。参加者は「さすが越さんのりんご」と満足げにほおばっていました。

11月22日（木）、前日まで

ほど減つたそうです。実際に

たわわになつているりんごの木をよく見てみると、傷のついたりんごが多く、選別作業の時、何年か続けて援農に来

ている方が「今年は去年より傷果が多いからすぐにB品の箱がいっぱいになつてしまふ」と漏らしていました。

今年は暖かく、まだ一度も

雪が降っていないとのこと。

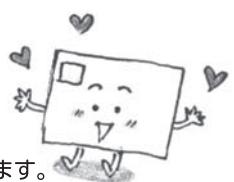
「去年の今日は雪だつたんだけどなあ…」と、越さん。りん

ごは気温が下がりはじめるときくなつていくのだと。それでも作業を終えた後、いたわらぎたてのりんごは蜜がたくさん入つていて十分に甘く格別なものでした。参加者は「さすが越さんのりんご」と満足げにほおばっていました。

ときりとせん

ぽらーのレター

「ぽらーの」へのご意見・ご感想、ご提案、オススメ料理など、お寄せください。
なお、お便りは、本誌の他、ホームページ・商品カタログ等に掲載させていただく場合があります。
ご記入は濃い鉛筆かボールペンでお願いいたします。



クイズの答え

名前

組合員
コード (6ケタ)

住所 () 市区 () 町

12月の日録

- 3日(月) 理事会
- 4日(火) 食と農をつなぐ会・
自然派ママくらぶ合同開催
「次代に伝えるおせち料理」
- 7日(金) 自然派ママくらぶ 畑作業
- 11日(火) 自然派レッスン⑪
「香りも楽しむ
X'masリース作り」
- 14日(水) 自然派ママくらぶ 感謝祭
- 18日(火) 商品委員会 (株)ニッコー
食と農をつなぐ会 畑で納会

1月の商品委員会

八王子ファーム援農企画

29日(火) 里山で落ち葉掃き

昨年雪で実現できなかった、堆肥作りに使う落ち葉集めの援農を八王子市小比企町の畑で行います。

- ・集 合 9時30分 由井事務所
- ・定 員 20名
- ・申込締切 1月11日(金)

ご希望の方は生協にご連絡ください。

042-644-1811

くらしを彩る生け花

11月16日(金)



島映子さん
池坊正教授2級
中学華道部指導歴7年



今月の自然派レッスン
は生け花。講師の島映子
さんは朗読のレッスンを
していただいたこともあ
る多才な方です。

基本的な生け方につい
て簡単な講義の後、早速
実習。先生が用意してく
ださった花の中から好き
なものを選んで挿してい
きます。各自持ってきた
器は立派な水盤から湯呑、
空き瓶まで様々。先生の
アドバイスを受けながら
生け、最後に少し手直し
をしていただき、素敵
な作品に仕上がりました。
「生け花」といって構えず、
お家に眠っている色々な
器を発掘して生かしてあ
ります。各自持ってきた
花の中から好きなものを
選んで挿していくだけ
で、手を入れて生けたい
だけたけど、手を入れて
生けたい」と、皆さん生
け花がぐっと身近なもの
になつたようでした。



生協サポート制度を利用してみませんか?
自然派レッスンの講座をご自宅やお近くの
会場で開催することができます。詳しくは
電話でお気軽にお問合せください。
042-644-1811

きりとりせん

当選者の発表

応募総数 26通

答え
前回のクイズ
「②と⑥」
同じ絵はどれとどれ?

● ● ●
玉岩立
那霸本石
明淑美代
様様様
(八王子)
(八王子)
(八王子)
市市市

りんごの木は何科の植物?

- ① ウリ科
- ② りんご科
- ③ バラ科
- ④ うめ科
- ⑤ 栗科



長野県須坂 越さんのりんご



応募要領

この裏面(7面下段)にク
イズの答えと必要事項を記
載の上、注文用紙と一緒に
配送便にのせてください
封書にてご郵送ください。
〆切は1月20日(日)必着

プレゼント

正解者の中から抽選で3
名様に商品利用券(500円)。