

自然派くらぶ

ぽらーの6

JUNE
2016
No.378

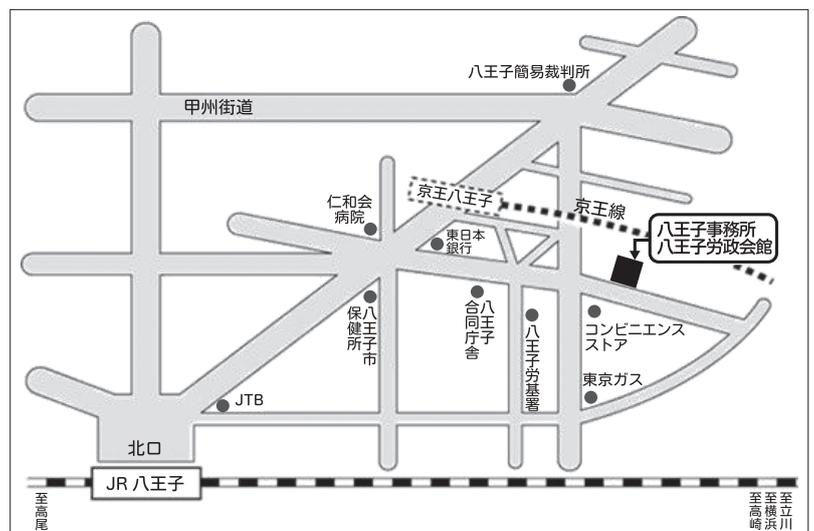
第42回

通常総代会



6月16日(木) 9:45~
東京都八王子労政会館

オブザーバーとして参加をご希望の方は生協にご相談ください。
042-644-1811



2016年度

自然派くらぶ生協 活動方針

協同の力で
いのちと暮らしを守ります

日頃より組合員・生産者の皆様には生協の活動にご協力いただき、感謝申し上げます。第42回通常総代会の開催にあたり、2016年度の活動方針をお伝えします。

削減に取り組み、一層の組合員サービスの向上をめざします。

消費者力をつける発信

事業報告

2015年度は前年の消費税増税、流通再編、ネット通販など生協を取り巻く状況は樂觀を許さないものでした。そのような中、自然派くらぶ生協においては、加入者の増加と組合員の購買に支えられ、供給高は前年を上回る(102%)ことができました。一方、設備投資や修繕費などの費用が集中したため物件費が予算を上回り、減益に影響しました。今年度以降、これらの費用は年次での適正な予算化を行うとともに、物流面のコスト

地域社会への貢献

食だけにかかわらず、暮らしの安全安心は、自動的に手に入るものではありません。溢れる情報の中で消費者自身が確かな知識を得て行動することが必要となります。生協では、生産者との交流や商品学習などの学びの場を通して、組合員の消費者力を高める活動を進めます。

「モノの値段は安いに越したことはない、しかしなぜ安いのか」、「農業はなぜ大切なのか」を問い、知っておくべき知識を発信し、価値ある選択につなげます。

また、東日本大震災と福島第一原発事故から5年が経過した今も、多くの方が不自由な生活を余儀なくされています。課題山積の中、4月14日には熊本地震が発生し、甚大な被害をもたらしました。私達は、震災の記憶を風化させることなく、被災者の実情をしつかりと見詰め、引き続き支援活動に取り組みます。

2015年度 事業報告

| | |
|----------|---------------|
| | (単位 円) |
| 供給高 | 1,572,450,736 |
| 供給剰余 | 390,098,720 |
| その他事業収入 | 31,618,234 |
| 経常剰余金 | ▲ 9,078,755 |
| 税引前当期剰余金 | ▲ 9,078,755 |
| 当期剰余金 | ▲ 10,052,683 |
| 前期繰越剰余金 | 47,029,179 |
| 当期未処分剰余金 | 36,976,496 |

仲間づくり

| | |
|--------|---------|
| 新規加入者 | 1,256人 |
| 脱退者 | 1,051人 |
| 純増加 | 205人 |
| 期末組合員数 | 11,279人 |

自然派くらぶ生協は、今後も様々な環境変化に対応できるように、地域のネットワークを生かし、全国の生協と協力し合い、生協の社会的役割を発揮していきます。

理事会(第12回)

日時 4月21日10時より
場所 自然派くらぶ生協会議室
出席 理事13名 監事2名

一、4月の活動報告

二、業務報告

- * 2015年度決算報告
 - * 4月3回までの品群別受注概況報告
- 三、審議事項
- * 通常総代会の議案提案の件
 - * 理事会・常務理事会日程確認
 - * 2016年度イベント等の日程確認

理事会(第13回)

日時 5月2日10時より
場所 自然派くらぶ生協会議室
出席 理事12名 監事2名

一、4月の活動報告

二、業務報告

- * 2015年度決算報告
- * 4月品群別受注概況報告
- * 4月末までの加入169人、脱退80人

三、審議事項

- * 通常総代会の議案提案の件
- * イベントの担当理事について

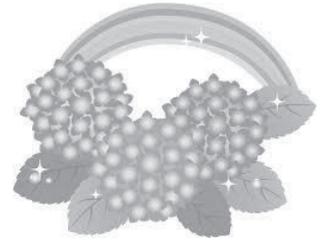
四、協議事項

- * 食に関する講演会のテーマについて

五、その他

総代会準備について

2016年 事業計画



2016年度 予算

(単位：千円)

| | |
|---------|-----------|
| 供給高 | 1,634,400 |
| 供給剰余金 | 420,000 |
| 経費 | |
| ・人件費 | 186,190 |
| ・物件費 | 265,830 |
| 事業剰余金 | 630 |
| 事業外損益 | 950 |
| 経常剰余金 | 1,580 |
| 仲間づくり目標 | 1,600人 |

組合員活動

- ・生産者との交流を通して農の価値を広めます。
- ・平和な社会づくりに取り組みます。

食と農をつなぐ会

八王子市小比企の畑で作物を育て、地域の方との交流を深め、自然環境を保全します。暮らしに関わるミニ学習会を企画。

商品委員会

月1回、作り手のこだわりや思い・信念を学び、商品委員会だよりで発信。10月に八王子ファーム交流会を開催。

自然派ママくらぶ

「育てて 食べて 染めてみよう」をテーマに草木染めに挑戦。夏休みは子どもたちと一緒にブルーベリー摘み交流会を企画。

水田トラストの会

販促パンフレットを作成し、山形県庄内・三川町の環境と共生する農業を紹介。7月30～31日の「庄内ふれあいの旅」では生産者との交流、野鳥ウォッチングを計画。

虹の会

子どもや女性の自立支援のため、ユニセフ・シャプラーニールの活動に協力。9月に「ネパール地震支援活動報告会」を開催予定。

- * 保育ママ制度…イベント時の保育制度。
- * 生協サポート制度…組合員を講師として登録、派遣する制度。
- * テーマサークル活動…組合員3人以上で作る自主学習のグループ。

商品政策

食がたり・食べつたえを進めます

- ・地域に根づいた食文化・伝統製法、後世に伝えたい作り手の想いを語りつぐ取り組みを継続。
- ・地元八王子を中心とした多摩地域の商品の開拓。
- ・生産者と共に「こんにやくトラスト」に取り組み昔ながらの製法で作ったこんにやくを供給予定。

安全・安心な商品を揃え、カタログに表示します

- ・食品添加物・農薬・輸入原料・遺伝子組み換え、放射能など、食の安全に関わる情報を分かりやすく表示。
- ・要望の多い加工地表示に向けて、準備を開始。
- ・カタログの見やすさに配慮し、レシピなど購入に役立つ情報を掲載。

支援・その他

支援活動

- ・東日本大震災復興支援を継続—今年「福島キッズリフレッシュ&エコキャンプ」に代わり、主要スタッフによる福島視察と交流会を予定。
- ・相馬双葉漁協の「母ちゃんの浜料理講習会」を継続。
- ・熊本地震の被災者および生産者を支援。

組合員サービスの向上

- ・アンケートを実施し、組合員の声を収集。
- ・Web注文システムのリニューアル・改善。

他生協との交流

- ・東京都生協連や八王子の地域生協、生協ネットワーク21(9生協・2事業団体)と交流・連携し、お互いの良いところを学びながら事業に反映させます。

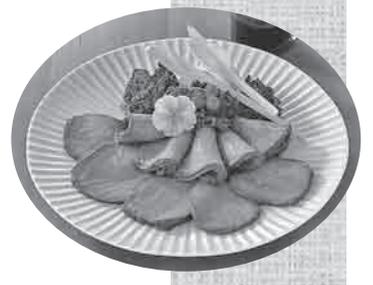
イベント予定

- 9月16日(金) ……食の安全に関する講演会
- 11月4日(金) ……水田トラスト交流会
- 11月5日(土) ……自然派くらぶまつり
- 2月～3月 ……春の集い

4月19日(火)
商品委員会報告

枕崎牛でおなじみの

福永産業



お値段は張るけれど、牛肉には味・香りともに他の肉にはない魅力があります。商品委員会では福永産業の事業本部長 深川さんをお招きし、子牛が成長して商品になるまでの、多岐にわたるお話を伺いました。

まずは基本知識

牛の品種について

現在国内で流通しているのは和牛（黒毛和種・褐毛和種・その他）・乳用種・交雑種・外国種になります。

このうち黒毛和種は肉質も柔らかく、霜降り肉を作ることから人気が高く、国内の飼養頭数の90%を占めます。

乳用種はホルスタイン種を指し、一般的な国産牛として流通しています。

交雑種とはホルスタインのメスに黒毛和種のオスを掛け合わせたもので、ホルスタインの優れた特性（成長が早い）と、黒毛和種の美味しい肉質を合わせ持っています。価格も比較的安いことから、近年は人気が高まっています。

枕崎牛とは？

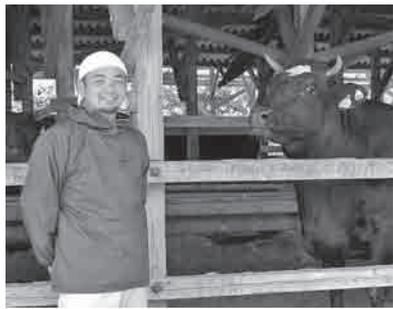
以前は「鹿児島牛」として牛肉を販売していた福永産業。しかし15年ほど前のBSE騒動をきっかけに国産牛がまったく売れなくなるという事態に直面しました。

そこで枕崎市の生産者を限定し「どのように育てられているか明確な、安心して食べてもらえる牛肉」として「枕崎牛」というブランドを作り出した。「日本で初めて産直としてこの肉を扱ってくれたのが自然派さんなんです」との言葉には商品委員会の出席者からも驚きの声が続きました。安全・安心とともに、もちろん追求しているのが美味しさです。枕崎牛は前述した交雑種。できるだけ黒毛和種の血統が濃い、良い子牛を得るための研究を日々重ねているそうです。

単純解トリーサビリティと安全肥育

枕崎牛の生産者は6軒に限られています。親子経営が多いこれら6軒は、多いところで30頭、少ないところで50頭ほどの牛を育てています。

枕崎牛の流通は実に単純。肥育（生産者）→屠畜（とちく）→加工（福永産業）→供給（自然派くらぶ）、というシンプルな流れなので余計な中間コストがかかりません。どんな育て方をしているかまでわかるので一貫して安全・安心を確保することができのです。近年は和牛の子牛を輸出して外国で育てて日本で売るという複雑な流通過程を経る牛肉もあります。最も長く肥育した場所を「産地」と表示するため「オーストラリア産和牛」なんていう不思議な表示になる



畜産は命を育てる仕事。休日はありません。牛への愛があればこそ。

場合もあります。

気になる薬剤投与について。牛の健康を保つために子牛の時に予防接種をしますが、肥育期間中は一切のワクチン・ホルモン剤等は与えません（ただし、オスは去勢します）。市販にはホルモン剤を与えて女性化させ、肉質を柔らかくしたのも売られているようですが、そういった心配がないのは本当に嬉しいところです。

エサはより自然に近い稲わらを与えています。BSEの危険をはらむ動物性飼料（肉骨粉）は与えません。牧草飼育は穀物飼育のものよりも赤身が多く脂肪が少ないので、よりヘルシーな肉になるのだそうです。

生産者に感謝

この後、深川さんは命の重みについて語って下さいました。「皆さんのところに届く時には冷たい肉になっていますが、生きている時は温かいんですよ」と、深川さんは屠畜場の様子を話してくださいました。屠畜ゾーンに連れられていかれる時に何故だか牛の目から涙が出ることに、殺されることを察知するのか、暴れる牛もいること、眉間に一発の銃弾を受けてドサリと倒れる

こと……。屠畜のあとも本当に多くの過程を経てようやく食卓に届くこと。たくさんの方がそこで働き、私たちの食卓を支えてくれていること。深川さんの話は「食べる」という日常の向こう側にあるものを気づかせてくれました。

牛の命を食卓へつなげる仕事

深川さんは「自分たちが育てた牛がどこでどう食べられているのかわかるので、農家の人々も喜んでいて。単にモノを売るだけでなく、人の気持ちや動物を大切にすることがすごく大切だと感じています」と話されました。動物の命、育てる人、それをつなぐ人、どれもが私たちの食を支えてくれているのです。

この日の試食は、カルビを塩・コショウで焼いたもの、しゃぶしゃぶにポン酢をかけたものなどシンプル極まる料理。素材の良さが際立ちます。加えて、信頼のおける飼育を経て供給されたという安心感は味をさらにアップさせます。このお肉は間違いなく美味しい！きちんと育てられたものは、味が深いのです。ぜひお試しください。



片岡俊裕



高木啓太



佐藤寛英



秋間陽平

フレッシュマン研修!

生協の配送部門である自然派くらぶサービスでは、4月16日、新入社員の研修として生産者を訪れました。訪問先はあきる野の3軒。商品だけではなく、生産者の熱い思いも一緒にお届けしたいのです!

キッコーゴ醤油の 近藤醸造

配送員は組合員の皆さんと直接話せるのだから、見たこと感じたことを伝えたいと思いました。



全国で1300軒の醤油屋さんがあるけど、東京では近藤さんだけと知り、驚きました。

醤油を作るのに大豆を使用するのは知っていたけど小麦を使うのは知らなかった。また、丸大豆醤油がどういふものなのかも知ることができて良かった。



さくらたまごの 山下養鶏場

エサの配合から自分で選んでやっているとは思わなかった。



鶏の数が多く大変だなと思いました。娘婿さんが後を継ぐとのこと、山下さんの鶏への思いが引き継がれることを知り、僕も嬉しくなりました。

豆腐や厚揚げを実際に食べたらすごく美味しかった。余計なものを入れないとこんなにも違うものかと思った。



なめらか濃いきぬの 豆匠たかち

国産大豆を使っていることがどれだけ珍しいことか組合員さんに伝えなきゃ、と思います。

大豆の渋皮を剥いて実だけを使用した豆腐は雑味のない甘さで、とても美味しかったです。消泡剤を使用しないというこだわりもあり、スタッフの方々の豆腐への思いが伝わってきました。



寄せられた お便り

●お薬のお話は本当に薬を使
いすぎだなあと金額を見て感
じました。高齢者がお薬をた
くさん飲むニユースを見ると
びつくりしますものね。添加
物が入っているという認識は
あまりないです。不必要な薬
は飲まないようにしなくては。
(町田市 野中 結美子さん)



●新学期が始まりました。小
6、小2、幼(年中)となっ
た3人の息子と夫のお弁当作
りも再開。そして仕事復帰し
てこの1年、自分のお昼はお
ろそかでしたが、今年度は自
分の分のお弁当も一緒に作る
事に。家族一人ひとりの生活
ペースに合わせてわが身の生
活が不規則になっていく一方
の中、せめて食べ物くらいは
身体に良いものを!と、こ
の春の秘かできさやかな、で
も固い決意を表明します。
(府中市 小川 清香さん)

●春の集い報告 T P Pにつ
いては、お二人の講師のお話
がとてもわかりやすくまとめ
られていたので、家族にも「読
んでみたら」と、ぼらーの
を渡しました。一つの会場に
しか参加できなかった方も私
のように両会場共参加してい
ない人も両会場参加できた方
もそれぞれの立場で理解を深
められたと思います。
(日野市 茂木 美苗さん)

●講座の報告、毎回楽しみに
しています。参加できなかった
講座の内容をくわしく知る
ことができ、勉強になります。
あたたかいタッチの表紙もホ
ンワカやさしい気持ちになれ
ます。
(八王子市 木全 由規さん)

●4月3回の表紙は磯沼正徳
さん。八王子の中西さんも地
元ですと農業を続けられて
いますが、磯沼さんもすごい
です。山田の駅から磯沼ファ
ームへおじゃましましたが、「か
あさん牛のおくりもの」のヨー
グルトはビンを開けると表面
にクリームがあり、その下に
ヨーグルトです。これが生協
で買えるのはとてもうれしい
です。さっそく注文しました。
月一回の家族のごほうびに!
ケーキよりずっとヘルシーで
おいしいです。
(国分寺市 岡本 真理子さん)

⑩前号の「春の集い報告」
「お薬のお話」にはたくさん
のおたよりをいただきました。
組合員さんがぼらーのを手
取って下さっていることをス
タッフ一同とてもうれしく
思っております。今後みな
さんのお役に立てるようが
んばっていきます。



ぼらーの歳時記



梅雨を乗り切る

梅雨時の体調不良の原因
は気象の変化にあります。
雨が多く空気中の湿度が高
いため、外気温が高いわり
には汗をかきにくくなるの
です。そのため、体温が下
がり、新陳代謝機能も低下
体内に余分な水分が溜まり、
むくみをひきおこしやす
くなります。また、この時期
は気温も乱高下。真夏のよ
うに暑い日もあれば、梅雨
寒といった日もあります。
こうした気温の変化にも体
がついていけず自律神経の
乱れが生じることも。疲労
が溜まりやすく、だるい・
食欲不振・消化不良・頭痛
などといった症状があらわ
れたりもします。

ではそんな不快な症状を
予防、解消するにはどうし
たらよいのでしょうか?

疲労回復の栄養素は「ビ
タミンB1」。神経機能を
正常に保つ効果もあります。
豚肉、玄米、うなぎ、豆類
などに多く含まれます。む
くみの予防、体内にたまった水分の排出には利尿作用
があるスイカ、トマト、キュ
ウリ、トウモロコシなどの
夏野菜が効果的。ただし、
これらは取り過ぎると逆に
体が冷えるので「注意を。
発汗作用のあるシソ、ねぎ、
生姜などもオススメです。
そしてこの時期、活躍して
くれるのは梅干し。食中毒
の予防やクエン酸による疲
労回復、代謝向上などにお
役立ち効果満点。常温で保
存ができるので食卓に常備
しておくのが良いですね。

梅雨を乗り切るには、ま
ずは疲労を翌日に持ち越さ
ぬよう回復を早めることが
大切です。

バランスの良い食事で体
調をコントロール。次にく
る暑い夏に備えたいですね。

平成28年熊本地震 生産者に甚大な被害



益城町生産者 震災直後の被害状況(一部)

▽上益城マルタ

長尾社長の自宅は全壊。選果場の隣の休憩所と車中で生活しているが、近隣市町村でアパートを確保したのでそちらに移る。作業所を片付けるための人手が足りない。

▽熊本吉水農園

水と電気のライフラインがすべてストップ。家族で近隣の親族の家に避難。家財道具が散乱し、しばらくは自宅には戻れない状況。落ち着いたら家に戻り家財の整理に入る予定。今日何を食べ、どこに寝るかで追われている。

▽果実堂

従業員の多くが被災。家が倒壊して避難先から出勤している人、車中泊しながら出勤している人、通常は1時間のところ、国道の通行止めで2時間かけて出勤している人もいる。全国から支援が届いており、十分な食料は確保しているが、以前と同じような生活はまだまだ先になる。

6月の供給予定

上益城マルタ

リーフセロリ・人参・塩玉ねぎ
6月4回まで毎回供給

果実堂

ベビーリーフ・サラダビュウ
ティー(発芽大豆)
6月4回まで毎回供給

吉水農園

新人参
6月3回まで毎回供給



熊本支援商品
はこのマーク
が目印です。

熊本の生産物を購入して生産者を長く応援していきましよう。

5月4回までの 募金状況

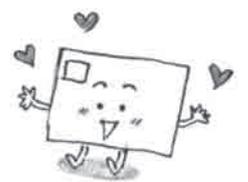
2,608,000円

たくさんのご協力
ありがとうございます

※ き り と り せ ん



ぽらーのしーたー



「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、お便りの一部を、ぽらーのに掲載させていただく場合もあります。

クイズの答え

名 前

組合員 (例:123456)
コード

住 所 号

☎ () -

5月の日録

- 2日(月) 理事会
- 12日(木) 虹の会 手工芸品発送作業



たくさんのご注文ありがとうございました。シャプラニールの手工芸品販売は秋にも実施予定です。チラシをお見逃しなく！

- 13日(金) 自然派ママくらぶ 畑作業
食と農をつなぐ会 畑作業
- 16日(月) ベビーマッサージ&セルフケア
講習会 (生協サポート)
- 24日(火) 食と農をつなぐ会 畑作業
商品委員会 武田食品
- 27日(金) 自然派ママくらぶ公開講座
「目からウロコのお魚教室」

6月の商品委員会

28日(火) サラ秋田白神

安心と美味しさにこだわった天然酵母パン

傍聴を希望される方は生協にお申込みください。
(定員5名) 042-644-1811

2015年度 募金報告

様々な支援募金にご協力いただき、心より感謝申し上げます

《 緊急支援 》

| | |
|----------|------------|
| ネパール地震募金 | 1,342,200円 |
| 熊本地震緊急募金 | 2,608,000円 |
| (5月4回現在) | |

《 東日本大震災義援金募金 》

| | |
|---------------|---------|
| 2015年度の募金額 | 72,500円 |
| (2015年6月末で終了) | |

《 その他の募金 》

| | |
|---------------------|------------|
| J I M - N E T チョコ募金 | 1,034,650円 |
|---------------------|------------|

《 虹の会の募金活動 》

| | |
|--------------|----------|
| チャリティーバザー売上金 | 103,786円 |
| クリスマス・お年玉募金 | 94,347円 |
| ファミリーボックス募金 | 30,084円 |
| 虹募金 | 164,400円 |

総額 392,617円



ユニセフとシャプラニールに等分して寄付しました

★ 募金の他、通年で集めた書き損じハガキや古切手等は143,041円相当となりました。たくさんのご協力ありがとうございました。

きりとりせん

当選者の発表

応募総数 25通

- ● ●
- 高橋 順子 様 (相模原市)
- 小川 清香 様 (府中市)
- 新井 友恵 様 (相模原市)

前回のクイズ 5月5日は子どもの日以外で何の日?
答え 「① わかめの日」



似たような絵が並んでいますが、全く同じ絵は2枚だけ。あとは少しずつ違ったところがあります。全く同じなのはどれとどれでしょう？



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いただくか封書にてご郵送ください。〆切は6月19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)。