

自然派くらぶ

ほらーの1

January
2021
No.433

あけましておめでとうございます



笑顔溢れる年に
なりますように

- 新年のご挨拶
- 地区総代会議報告
- 自然派くらぶのインスタグラム
- 蜜ろうラップを作ろう
- 食と農をつなぐ会 さつまいも収穫

新年によせて

自然派くらぶ生協

専務理事 山本 真一郎



理事会（第6回）

日時 12月7日10時より

場所 自然派くらぶ生協会議室

出席 * 第1回地区総代会議報告
理事9名 監事2名

一、一般報告・その他審議事項

* インスタグラム運営について
* 理事懇談会報告

* システムサポート契約経過報告

感するとともに、大変な状況の中で供給に尽力して下さった生産者・メーカーの皆様に心より感謝申し上げます。

二〇二〇年は、コロナ禍の中による困難の中で皆様それぞれに大切なものを再認識したことと 思います。

自然派くらぶ生協は第1次中期計画スタートの年となりました。

についての学習会、公式SNSを開設しお役立ち情報などの配信、カタ

ログ上での生産者の動画配信等、組合員、生産者とのつながりが絶えぬよう取り組んできました。

もちろんリアル開催の要望も多数あり、畠活動などの野外活動は7月よ

り、3密に気を付けながら少しづつ取り組んできました。会ってコミュニケーションを：というご意見もありますので、今年は少人数で懇談会も行っていきたいと考えています。

また、事業面においてはここまで

て開催した『きてみて会議（全3回）』において、目標や課題を出し合つて導き出した中期ビジョンです。様々な社会的課題に関心を持ち、生協事業や組合員活動を通じて学び、大切なものの“を未来につなげていこう”という想いが込められています。

しかし、中期計画スタートの年にコロナ禍という未曾有の事態。活動全般



三、討議事項

* 第2回地区総代会議開催について

四、活動報告事項

* 11月の活動報告

五、業務報告事項

* 10月度決算報告
* 11月品群別受注概況

* 組合員拡大報告

11月30日までの加入677人

* 11月度業務報告

醤油で食卓に笑顔を



近藤醸造(株)
代表取締役
近藤寛さん

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

自然派くらぶ生活協同組合の組合員の皆様、スタッフ・関係者の皆様には日頃より格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年中は新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受け、皆様も大変な思いをされている中であるにも関わらず、温かいお言葉とご支援を頂きました。勇気づけられました。これを励みにされた生産者は弊社だけではなかつたと思いました。この場をお借りして御礼申し上げます。ありがとうございます。

この一年で家庭での食のあり方も変容したように思います。体力・免疫力を養うために身体により良い物を。家族団欒で食事はもつと楽しく。何気ない日常のありがたさと共に、食の大切さも見直されたと感じております。

弊社の理念に「醤油を通じて世の中に貢献する」というものがござります。大きなことはできませ

んが、食卓に笑顔が広がるお手伝いができるのであれば、皆様の新しい生活様式にも少しは貢献できるものと考え、スタッフ一同業務に取り組んで参ります。

皆様の令和三年が万難排し健やかで実り多き年となりますよう、心より祈念申し上げます。本年もよろしくお願ひ申し上げます。

弊社は寸断されるなど甚大な被害を受けました。

さて、一昨年7月の九州豪雨による被害の折りには、皆様から心温まるご支援を賜り心より御礼と感謝を申し上げます。この豪雨により多くの尊い命が奪われ、ライ

日頃より、ご愛顧を賜りまして誠にありがとうございます。

最後になりますが、組合員の皆様のご健康とご多幸をお祈り申上げて、新年のご挨拶とさせていただきます。

私たち生き物を生業にしておりますので、工業製品とは違い、生産をいきなり増やすことはできません。その為、商品の一部休止などのご対応をいただき、欠品のリスクを最小限に抑えさせて頂いておりました。現在は増産の体制を整えており、コロナ禍でもしっかりと供給責任を果たせるように今後とも努めて参ります。



秋川牧園(株)
鳥羽亮介さん

豪雨被害を乗り越えて

※秋川牧園は、山口県に本社を構え、山口・九州の農場で鶏・豚・牛などの畜産や農作物を育てている生産者団体です。自然派くらぶ生協では、鶏肉・鶏肉加工品を中心にお届けしています。

弊社および被災農場も再建は困難となりましたが、幸い、農場関係者は皆無事で、別の場所にある農場で生産を継続していることをまことに報告いたします。

組合員の皆様から賜りました支援金は、被害農場の後始末や今後の運転資金などに有効活用させていただきました。

昨年はコロナ禍の影響で、急増したご注文の対応に追われる一年でもありました。

久々の再会に笑顔

秋の地区総代会議が開かれました

今年度はコロナ禍もあり、リアル会議2回、オンライン会議3回、延べ27人が参加して開催されました。ここでは、11月27日(金)の八王子アミダステーションでの様子をお伝えします。



はじめに菊地理事長から「コロナ禍の中で来ていただき心ことを心より感謝します。リアル開催については議論を重ね、感染対策を万全にすることで開催に踏み切りました。コロナがもたらした未曾有の一年でしたが、生協のメンバーをより心強く感じられた年だと思います。これまで当たり前にできていた組合員活動も、今後は新しい活動の形をみなさんと一緒に考えていくたいと思つていままで」と挨拶がありました。

●イベントや組合員活動について
「しじんはくらぶまつり」を中止となりました。仲間作りの取り組みは、「戸別訪問」「イ

ベント開催」「プチパーティ」が中止となる中で、組合員からの紹介、ネットでの加入が多く、前年比102%の545人が加入されました。

また組合員の皆さんとの協力により、生産者への災害支援金、フードバンクやこども食堂への協力、核兵器廃絶を求めるヒバクシャ国際署名などをを行うことができました。



それぞれの思いを語り合いました。

続いて山本専務より上半期の事業報告がありました。

●決算報告について
4月以降の供給高が増えた反面、物流スタッフの増員、資材の購入等で費用が増加しました。ドライアイスも値上がり、配送料・基本手数料の改定を皆さんのお聞きながら検討していきます。

●商品政策について
カタログ上で「しじんはそだち」アイコンを付け、重点商品の普及に努めました。1月からは、要望に応えて「食材セット（調理キット）」を企画予定です。

●SNSの取り組みについて
組合員向けにはラインでお得な情報を、組合員以外にも生協の情報を発信するため、10月からインスタグラムを始めています（5面参照）。

●参加者の意見
◎今回のようすにオンラインだけでなく実際に会場で参加できる活動があるとよい。

●マイクロプラスチック削減について
2021年度は、卵パックを紙へ変更する、ビニールを

バイオマス素材のものにするなど検討しています。
＊＊＊

その後グレープに分かれてどのように組合員活動を活性化していくか話し合いました。
また、プラスチック講座の短縮版を視聴して自分たちでできるところを考えました。

●プラスチック削減について
2021年度は、卵パックを紙へ変更する、ビニールを

バイオマス素材のものにするなど検討しています。
＊＊＊

●マイクロプラスチック削減について
2021年度は、卵パックを紙へ変更する、ビニールを

バイオマス素材のものにするなど検討しています。
＊＊＊

●マイクロプラスチック削減について
2021年度は、卵パックを紙へ変更する、ビニールを

もうご覧になりましたか？ 自然派くらぶ生協 Instagram

Instagram



こんにちは！ なちゅこです。

昨年10月からインスタグラムを始めて、たくさんの方々にフォローしていただけたようになりました。

今回は「まだ知らなかった！」というぽらーの読者の皆さんに内容をこつそりお教えちゃいます。

なちゅこ

自然派くらぶ生協の新米職員。
幼稚園と小学生の子どもがいるママです。
食や社会問題にも関心があり、分かりやすく解説してくれます。



毎日が快適になる情報を発信。
嬉しい便利グッズの紹介や簡単
暮らしのテクニックなど、生活
に役立つ嬉しい情報満載！

なちゅこにお任せ簡単レシピ。すきま時間に作れて味も納得。作り方もばっちり紹介しています。



こんな感じで載ってます。



ぽらーのでも紹介している食品添
加物などのちょっと知っておきたい事、ためになるお話も楽しくわ
かりやすく載っています。



気になった方はフォローしてね！

- ①お手持ちのスマートフォンで「Instagram インスタグラム」アプリをダウンロード
- ②右のQRコードをスマートフォンで読み取る。
- ③自然派くらぶ生協公式ページのフォローをする



● 反響が大きかった、昨年11月号のマイクロプラスチックに関する記事へのお便りを特集します。記事を読みそびれた方は、生協のホームページで過去の「ぽらーの」を閲覧できますので、ぜひご覧ください。

● マイクロプラスチックを毎週5g摂取しているなんて、驚きました。それも、知らないうちに…。魚だけではなく、農作物、水道水、大気中からもマイクロプラスチックが検出されていることは、おそろしいです。この事実をもつと多くの人に知つてもらい、プラスチック削減対策が進められたらいいと思いました。

● プラスチックに関する記事、じっくり読みました。自分ができることは何か考え、小さなことからでもとりくんでいきたいのです。でも、便利なものも多く、なかなか難しい課題かもしれません。

(日野市 藤田 玲子さん)



お便り

● 11月号は色々と考えさせられる号でした（フードバンクや児童労働問題等）。特に、マイクロプラスチックの問題は以前から知つていたので、「ぽらーの」で取り上げて頂き、嬉しいのと、意識の高さを認識しました。感謝申し上げます。商品で取り扱う袋も、何か対策ができるといいでですね。量り売りできない商品が殆どで、コスト面等を考えると、難しい問題が多いですが…。地産地消が一番効率がいいのかもしれません。

(八王子市 松崎 由貴さん)

● 柔軟剤に香りつて必要なのかな？なぜ香りをつけているのかな？室内干しのにおいを消すため？あれこれ考えました。ペットボトルのふたをひねるとマイクロプラスチックが発生していると知り、ショックでした。マイボトルとしてペットボトルを再利用するのもダメなのですね。



(小平市 高橋 由理さん)

● 残念ながらオンライン講座に参加できなかつたので、マイクロプラスチックの記事を興味深く読ませて頂きました。日常生活の中に本当に多数のプラスチック製品があり、簡単には減らせないし、難しいです。

(相模原市 千葉 真理さん)

● 残念ながらオンライン講座に参加できなかつたので、マイクロプラスチックの記事を興味深く読ませて頂きました。日常生活の中に本当に多数のプラスチック製品があり、簡単には減らせないし、難しいです。

(八王子市 松崎 由貴さん)

#4 生協の種類

生協には、地域生協・大学生協・医療福祉生協など様々な種類があり、各々の分野で役割を担っています。

私たちの生協は、定められた地域の組合員に宅配や店舗の事業を通じて商品やサービスを提供する「地域生協」にあたり、自然派くらぶ生協は多摩地域を中心に区部の一部と神奈川県の一部に配達を行っています(店舗はありません)。

都内にはコープみらいや生活クラブなど他にもいくつか地域生協があり、扱う商品や組合員活動などそれぞれ特色を持っています。購買事業では競合している全く別の組織です。

しかし、『平和とより良い生活のために』という目的は同じ。八王子では、安心して暮らせる町づくりのために、生協同士が定期的に情報交換をしながら協力しあっています。



チョコ募金にご協力 お願いします

今年もJIM-NETのチョコ募金の季節がやってきました。募金1口550円ごとにチョコレート缶が1つもらいます。缶のイラストはイラク・シリアの子どもたちが描いたもの。素朴で温かみがあり、ずっとそばに置きたくなります。



六花亭のチョコ

募金はイラク・シリア・福島の子どもたちの支援活動に役立てられます。

詳しくは2月1回企画チラシをご覧ください



用意するもの

- ★蜜ろう（布の3倍弱の重量）
- ★布（綿、麻など、ハンカチでも）
- ★オーブンシート（2枚）
- ★新聞紙（5～6枚）
- ★アイロン、アイロン台



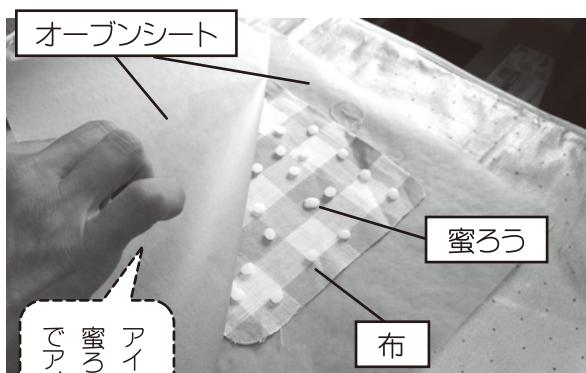
Let's Try!!

蜜ろうラップを作ろう



布をお花型に切り抜いて

プラスチックを減らすために私たちができること。まずは、身近なことから始めてみませんか？自然派ママくらぶでも蜜ろうラップを作りましたが、作り方はとっても簡単！興味のある方はぜひ作ってみてください。



アイロン台→新聞紙→オーブンシート→布
蜜ろう→オーブンシートの順に置いて、中温でアイロンをかける。乾かしたら出来上がり。

いろいろな使い方で、楽しみながらプラスチックを削減していきたいですね。

ミツバチが巣を作るときに分泌する天然のワックスが蜜ろうです。ほどよい通気性があり、特有の天然の保湿性と抗菌性で包んだ食品の鮮度を長持ちさせてくれます。残ったおかずの保存や、おにぎり、お菓子などを包んでも。繰り返し使えるので地球にも優しいですね。半年～1年ほど使用できるそうです。

お手入れの仕方は、水で洗つて干すだけ。汚れが気になる場合は、サッと食器洗い洗剤で洗います。

注意点としては、生肉や生魚など菌が繁殖しやすいもの、酸の強い食材には向きです。熱をあてると液体状に溶け出るので、熱いお湯で洗つたりレンジで温めたりできません。赤ちゃんが口にするものは、ボツリヌス菌がいることもありますので包まないほうがよいでしょう。

編集員の私もプラスチックの講座後に使い始めました。

おにぎりはポリエチレンラップより、ほつこりした温かい味になる気がします。材料はキットで販売されているものもありますし、蜜ろうだけでも購入することができます。

自分や家族のお気に入りの布で作れば気分もアップ！パーティの演出や、ちょっとした贈り物にも使えそうです。

いろいろな使い方で、楽しみながらプラスチックを削減していきたいですね。

×きりとりせん



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。

ご記入はボールペンなど濃い筆記具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

7日 (月)	7日 (火)	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	11日 (金)	22日 (火)
理事会	食と農をつなぐ会 じやがいも収穫	食と農をつなぐ会 地区総代会議 (オンライン開催)	自然派ママくらぶ	自然派ママくらぶ	自然派ママくらぶ	食と農をつなぐ会 じやがいも収穫	食と農をつなぐ会 畑活動

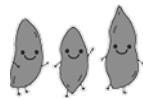


収穫した農作物と一緒に

収穫後の「蔓」には、別の楽しみが残っています。茎は「葉柄」といい、柔らかい部分をきんぴら等にすると甘味があつて美味。蔓全体は、円形にくるくると巻いていくと、クリスマスにぴつたりのリースに。穏やかな秋空のもと、仲間と語らいながらの

収穫後の「蔓」には、別の楽しみが残っています。茎は「葉柄」といい、柔らかい部分をきんぴら等にすると甘味があつて美味。蔓全体は、円形にくるくると巻いていくと、仲間と語らいながらの

食と農をつなぐ会



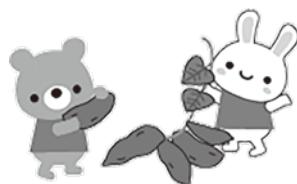
実りの秋！さつま芋が大豊作

コロナ禍の中でも畠の作物はたくましく育っています。9月から活動を再開した「食と農をつなぐ会」の畠も、実りの季節を迎えました。

実も蔓も楽しんで

今日のメインはさつま芋掘り。先週の試し掘りでの手応えから、豊作への期待が高まります。大きなスコップで掘り起こしていくと、まさに芋蔓式に太くて立派な紅あずまがたくさん収穫出来ました。「わー、大きい！」「色もキレイね！」と歓声が上がりります。会員の幼いお孫さんも小さな手で一所懸命に手伝ってくれていました。

会の活動にご興味がある方は自然派くらぶにお問い合わせください。



リース作りを楽しんだ方もいました。

その他、里芋や大根・ヤーコン等を収穫した後は、今年のテーマ作物である六条大麦の畠へ。雑草がかなり生えていましたが、協力し合つて草取りに励みました。このまま順調に育てば、年末か年初には麦踏みを体験できそうです。会員の笑顔で溢れたこの日の畠。収穫だけでなく仲間と集える喜びも大きかつたようです。

新しい年を迎える際に飾る「鏡餅」。なんで「鏡」なの？

- ① ついたお餅が鏡のようにツヤツヤだから
- ② 昔は丸めたお餅をピカピカに磨いていたから
- ③ 落とすと鏡のように割れるから
- ④ 鏡みたいに重いから
- ⑤ 昔の鏡の形に似ているから

ぽらーの
クイズ

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きか封書にてご郵送ください。
〆切は1月24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)。

12月号クイズ当選者の発表は2月号に今号分と合わせて掲載いたします。ご了承ください。