IES **-07** <u>July</u> 2021 No.439



- 総代募集、始まります!
- 気候危機と海洋プラスチック問題 生産者支援募金のお願い
- 夏野菜冷たいレシピ

- 知っておきたい ワクチンの基本
- おそうじフルネスワークショップ

総代募集、 始まります!

生協の事をよく知ってもらえるように。もっと楽しんでもらえるように。 組合員の代表として生協の活動に加わってみませんか。 みなさまの立候補をお待ちしています。



運営する組織。

み

なさんの思

1

地区総代会議への参加

ている組合員 「生協」とは、

一人ひとりが

出

資金を出

総代の役割

受付期間 (木) ~9月15日 2021年7月1日 (水)

で生 できるはず。 きっと未来を形作ること 人ひとりの思いを集 協を作っていきません 自分たちの手 め

した。 ること。 るかを知ることができてよ された方が、 何をしたらいい かった」とおっしゃって 組織でできることは? できることは? 以前、 行動するためには、 それには参加してみ 地区総代会議に参 「何が起きて 、 の ? 生協 自 ح 分が 41 ζ , ま 知 加

迎です です。 都合に合わせての参加でO 参加をお待ちしています。 どの会議や活動もご自分 子育て中のママも大歓 ĺ 幅広い年代の 方

|題::。 境間 その 題、 解決のためには 食の安全、 貧 困

す。

意見や感想を提出

話し合います。

生協で取り組むことなどを

決議を行

地区総代会議

知ることができ、

仲間と語

会問題や生協の商品などを

などを開催することも。

合います。

講演会や試食

り合い、

思いを共有する場

でもあります。

商品試食モニター

みんなの代表として総代会で

くことは難しいので、

総代は

ですが組合員全員の意見を聞

の上に成り立ってい

・ます。

事業や活動の進捗を確認

書面議決での参加も可 で1年間の方針を決めます。 毎年6月に開催する「総代 組合員活動への参加 通常総代会への出席 は、 最高議決機関。 能

既存の商品や新商品を試 食

詳しくは、6月28日から配布の 総代選挙公告をご覧ください。

募集要項

総代定数 150名

任 期 2021年10月1日~2022年9月30日

資 2021年6月30日現在、自然派くらぶ生協に 在籍している組合員ご本人。

ること。

まずは、

総代とし

があれば、

ぜひ参加体

験

してみてください。

興

(味のある講座やイベント

参加してみませんか?

受付期間 2021年7月1日~9月15日

> 立候補される方は「立候補届出用紙」を請求し、 必要事項を記入して生協まで提出してください。

選 立候補者が定数を上回る場合は、9月16日に選挙 を行います。選挙区における立候補者(被推薦者) が定数の範囲内である場合は、立候補者(被候補

*生協ネットワーク21の連帯

事業参加と出資の件

退任役員について確認

般報告・その他確認事

全体区 選挙区

審議事項

問合 せ 自然派くらぶ生協 総代選挙管理委員会

*

み等の報告

地区委員設置に向けた取組

*SNS進捗と今後の方針

業務アプリ開発関連の報告

者)全員を当選者とします。

042-644-1811

*果樹生産者への支援募金 * * * 5月度活動報告 制定 就業規則 事項 次期理事会への申し 第47回通常総代会の運営

改定および

規

則

送

ŋ

*5月末日まで加入158 業務報告事項 5月品群別受注概況 4月度決算

*

*5月度業務報告

*今年度の自然派くらぶまつ 総代選挙および次期総代会 り開催中止の件

場所 日時 理事会 理事9名 6月7日 (第 13

自然派くらぶ生協会議室 10時より 監事2名

項

2021年7月5日 No.439 (2)

講演会報告

知っておきたい

開催になりました。講演の一部をお伝えします。 緊急事態宣言でリアル開催の予定が急遽オンライン

5月28日(金) ジャーナリスト。 講師:天笠啓祐氏 日本消費者連盟顧問

日本の予防接種の歴史

は

緊急ということで特別

に 国

始ま れてきました。 時代に合わせて幾度か改正さ 法」制定により本格的になり、 は、 つ 948年の「予防接種 た予防接種の法制化

照

ぽらーの

罰則 たのは、 国家賠償の対象となってしま 接種を受けなかった者への (が1976年に廃止され 副反応が起きたとき

> 0 流

替えたのも国の責任回避 めと言えるでしょう。 種」から「勧奨接種」へと切り うことを避けるための措置 1994年の改正で「義務接 のた

新型コロナウイルスに関して ことになりましたが、 担で救済給付金が支払わ 康被害に対して都道府県の負 2003年には副反応の 今回 れる 健

従来型ワクチン

ていない。

【不活化ワクチン】

ンの開発を進めている。

チン開発を進めている。

【生ワクチン】 弱毒化したウイルス。一定の割合

で副反応が出ることから、今はほとんど使われてお

らず、新型コロナウイルスワクチンの開発も行われ

ワクチンでは、主に中国で開発が進められている。

【ウイルス様粒子(VLP)ワクチン】

【遺伝子組み換えたんぱくワクチン】

遺伝子を体内に入れ、

どが新型コロナワクチンを開発。 【ウイルスベクターワクチン】

遺伝子組み換え技術で作るワクチン

蛾の細胞を用いてウイルスの外皮たんぱく質を集

積して作る。代表的なのは激しい副反応のため国

が「積極的な勧奨を一時差し控え」ている HPV (子

宮頸がん) ワクチン。大阪大学が新型コロナワクチ

の細胞でウイルスの抗原たんぱく質を作る。ロシア で「エピワクコロナ」が承認された他はフランスで

体内で抗原を作らせるワクチン 【DNA ワクチン】 抗原たんぱく質を作る遺伝子

の DNA を人工合成。大阪大学が新型コロナワク

【mRNAワクチン】 抗原たんぱく質を作る遺 伝子のmRNA(DNAの必要となる部分を写し

とったもの)を人工合成。ファイザー、モデルナな

たんぱく質を作る遺伝子を組み込む。アストラゼネ

カ、中国、ロシアで新型コロナワクチン開発が進む。

*

インフルエンザワクチンが作られているのみ。

死んだウイルス。新型コロナ

|負担となっています

9

9

年の「種痘法」から

ワクチンの種類

クチンにおける今の開発の主 はウイ ワクチンの作り方 は③。これまで承認された で、 新型コロナウイルスワ ル ス・ ベクター (左表参 ワク 種 先 13 17 め

ない 生 は 、ため、 発がん性 一や遺

昆虫など

ウイルスに抗原

ることを考えてみませんか。

0

を左にご紹介します。でき

天笠先生が挙げられてい

たも

では、どうすればいいか?

ン漬け社会になってしまう可

性も指摘していました。

チ シの のみの、新しい手法です。 エボラウイルスワクチ

新型コロナウイルスワクチン

認まで10 床試験へと移行するため、 ころが今回は早期実用化のた て問題なしとされて初めて臨 てから3段階の動物実験を経 にこれらが同時に行われて が始まるまで1年も経って ることが前代未聞だと天笠 有効性・安全性が確認され ワクチンは通常、 言います。開発から接 年程かかります。と 基礎研究 承

認されているそうです

要があります。 効果作用も何も判っていませ を天びんにかけて判断する必 況に合わせ、 ん。接種については各々の 服用している薬との 必要性と危険 対相乗 性 状

ワクチンだけに頼らない社会

口

させるリスクを減らすことが 抑えられ重症化や他人に感染 ウイルスに感染しても増殖が ワクチンがきちんと働けば 毒性の試験を行わないまま承

長期に渡るデータは当然な

できます。ポリオ、 狂

きました。 犬病など、 対策に重要な役割を果たして ワクチンは感染症

こともあり、 クチンまで定期接種化される な感染症の流行などでワクチ に目を向けなければ、 だ、と天笠先生。根本的な解決 に医師が必要性を感じない ナウイルスの変異株や新た ただ、 は今あるうちの10 口 タウイルスのよう 本当に必要なも 分のの 新型

0

* * * 多様性保護気候変動へ クノロジー 0

公衆衛生を充実・保 の応用の抑 健 所

にする社会へ自然との触れ合いを 視社会からの転換抗菌グッズなど微 生 大事 物 敵 微生物を用いたバ 対応や 1 生

オテ

スの軽減内細菌)食事、 内細菌)食事、運動、ストレ免疫力を高める (筋肉と腸

*

*





他の生き物も見あたらない。

度から3度。時には4度とい 水温の上昇は少なくとも2

かに進行する危機が、

人間

無かったんですよ」。海中で静 が見られます。こんなことは

も多くなっています。

ひじきが採れないという悲鳴 及ばないはずはありません。 島 僕は目撃者です、と武本氏。

なっ アーで案内しているのは残っ ませて語り始めました。石垣 滅しています」と怒りをにじ ている数少ないスポットだと 珊瑚の少なくとも7割は死 にいたっては9割が無く ており、 ダイビングツ

問題ない、と思うかもしれま 今、起きているのです。 中が砂漠化するという事態 物連鎖で被害は広がり、 なくなる。これを磯やけと言 で海が酸性化して生物が住め せんが、違うんです。温度上昇 ニも中身が育たなくなり、 います」。海藻の森が消え、 海の が、 食 ウ

> では冬でもカラフルな熱帯 うこともあるそう。 伊豆 の 魚 海

に墓場のよう(写真左上)。 てくださいました。それはまさ と死滅した珊瑚の写真を見せ 変なことになっているのです. メラルドブルーの海の中は大 のこと。「飛行機から見えるエ

る問題について教えていただき を講師にお迎えし、地球が抱え 海と向き合ってきた武本匡弘氏 に溢れるプラスチック。

30年以上プロダイバーとして

てきた気候の変化。そして生活

もう誰の目にも明らかになっ

海は死にかけている

うです。「皆さんは海水温」 が獲れるようになるんだから がれば珊瑚が北上して別の魚 することによる被害なのだそ のこと。これは海水温が上昇 同じように無くなっていると ました」と悔しそうに語りま はすっかりなくなってしまい に繁っていたのですが、 います。昔は海藻が森のよう 「江の島の周辺も激変して (写真下)。北海道の昆布も







江の島近くの海中で同じ場所を撮った写真。20年間で悲しい変貌をとげていた。

「気候危機」と呼ぶ理由

のです。 が枯れ、 ら 一 易しいものではなく「危機」な 害をもたらします。ヤシまで 機」が使われています。なぜな よって空気の流れが変わり 国に「気候難民」としての受け 国が沈む恐怖に震え、近隣の でできた小さな島国の人々は 直面しているからです。珊瑚 が、国際会議の場では「気候危 には巨大な雲の渦となって被 気候の変動に拍車をかけ、時 入れを交渉しているとのこ 今でも 。気温や海水温の上昇に という言葉が使われます 部の国は、 それは変動なんて生 般的には まさに危機に 「気候変

CO2を排出しているのは誰かと言えば、私たち先進国の人間。言えば、私たち先進国の人間。島の人々は最少のエネルギーしか使っていません。私たちの豊かな暮らしのツケを、途の豊かな暮らしのツケを、途が弱実です。まともな正義のが現実です。まともな正義があれば申し訳なさがこみ感があれば申し訳なさがこみ

課題です。 を生きる私たちに向けられたという考え方もまた、21世紀上げてくるはず。「気候正義」

気温の上昇は珊瑚礁の島々だけでなく、ブーメランのように私たち自身にも牙をむたけでなく、ブーメランのよ

規模な山火事が発生し、人間の力を超えて燃え続けました。今年も4月に台風が発生た。今年も4月に台風が発生た。今年も4月に台風が発生のような雨が降りました。「極地の氷が解けて大昔のウイル地の氷が解けて大昔のウイルはの大が出てきているとの研究もあるんです。2030年までは地球の気候は限界を迎えるとも…」という武本氏の言葉とも…」という武本氏の言葉とも…」という武本氏の言葉

氏は言葉に力をこめました。
、気候変動ではなく、気候危機。人類は岐路に立っている
のです。「石炭火力発電など、
のですが止めなければいけない
と武本

海はプラスチックスープ

知ることが希望につながる

多く混ざっていたといいます らず、 チックは、当然、魚などの胃 じほどに小さくなったプラス なマイクロプラスチックが数 てみると、そこにはカラフル 科学者の調査に同行してプラ も浜はプラスチックだらけ さな島々では、どこへ行って プカプカ漂い、立ち寄った小 でも波間にはペットボトルが 本氏。海と空しかない太平洋 (写真下)。プランクトンと同 ンクトンネットで水をさらっ ん中での観察に乗り出した武 へ入ります。多くのプラス 沿岸での 6年前から太平洋の真 「目撃」に飽 き足

昨年はオーストラリアで大



遠い陸地から流れ着いたプラスチックゴミ



三角や四角のものはプラスチック。

口にも入ってしまうのです。 すから魚はこれも一緒に摂取 すから魚はこれも一緒に摂取 してしまうのですが、これは しでは既に禁止されていま す。食物連鎖によって人間の す。食物連鎖によって人間の

循環を作りたい」。

たちも変わってきます。こ

「プラスチックも気候危機 る時もCOを出すんですから。 る時もCOを出すんですから。 る時もCOを出すんですから。 おまけにプラは劣化の過程で おまけにプラは劣化の過程で おまけにプラは劣化の過程で メタンなどの温室効果ガスを 上作っちゃダメなんです」。海 上作っちゃダメなんです」。海 外と日本のスーパーの比較写 がと日本のスーパーの比較写 が、い。でもいったいどうした

まべての人間活動は自然環境に支えられています。私たちに何ができるか ——— 武本ちに何ができるか ——— 武本氏は最後にこう語りました。氏は最後にこう語りました。 大は最後にこう語りました。 て、声を上げて、社会を変えて つかないと。社会が変化すると、今まで関心のなかった人と、今まで関心のなかった人

の一歩につなげてください。 生活の中で変えられそうなも を考になりそうなサイトを挙げ 自然エネルギーのものに。左記に 自然エネルギーのものに。左記に を考になりそうなサイトを挙げ

https://ecostorepapalagi.com/

パワーシフトキャンペーン https://power-shift.org/

▼電力選び

ら良いのでしょう…。

わないものも届いたり、 く続いています。自分では買 応援隊を始めて思いのほか長 フの皆様もお体大切に。野菜 んて、元気も頂いています。 (日野市 シピを教えていただいた 藤田玲子さん 新し

張

(日野市

稲葉 幸子さん

がないなんて怖いですね はもっと色々できるといいで 、禍でもそれぞれ活動されて ね! ゲノム食品、表示義務 た様子、頼もしいです。今年 テーマサークル活動 コ がとうございます。 とのことですが、 できることをやろうと思いま 伝子操作の表示を求めるなど、 食品の拒否をすることや、 た。 (町田市 ゲノム編集

知れて良かった。 柚木 敦子さん

す

(八王子市 坂本 イヨ子さん)

るようにするべきです。 なと思っています。 取っても、 と怖くなります。ぜひ表示す で食べてしまうのではないか ●ゲノム編集食品を知らな って生きていくのも大変だ いつもアンテナを 年を

ます。 きるような情報をこれからも 発信していきたいと思ってい も組合員の皆さんが参考にで したいですよね。 本当に自分に必要なものを探 様々な情報が錯綜する中で ぽらーので

日々が続きそうです。スタ せん。まだまだ気の抜けな

ッ

えたり…。体がついて

ζ) 朝

けま 晚冷

●急に暑くなったり、

八王子市

木全 由規さん)

…いろいろ言われますが、 界面活性剤がないとだめとか 泡がたくさんたたないとだめ いろいろ」。よくわかりました くわかりました。 (八王子市 早船智美さん ょ

事になっていて見た所、

とて

ていなかったが、

ぽらー

· の記

も驚き、そして恐ろしいと思っ

実際見分ける方法はない

遺

まり興味がなく知ろうと思っ

●ゲノム編集食品につい

てあ

●5月号の「ハンドソープの

じています。 の手洗いは汚れがきれいに落 ソープは長い間使用してい パックスナチュロンハンド コロナ禍での今、 特に外出から帰ってから 洗った後手があれませ 使用感がとても良 特に感 ま

ご協力おねがいします!

6月5回のカタログチラシでもお知らせしましたが、 長野県の越さん、吉池さんをはじめとした果樹生産者 が、4月下旬に発生した凍害で未だかつてない程の大 打撃を受けました。

自然派くらぶ生協では困難な状況にある生産者の 方々を支援したく、緊急で「生産者支援募金」を実施い たします。組合員の皆様のご協力をお願いいたします。

《募金方法》

6月5回~7月3回までのマークシート 又はWebでお申し込みください。

1500番 募金番号

一口 200 円で何口でも結構です。

皆様からお預かりした募金は、被害に遭われた生産者 の支援の為に活用いたします。





っった。 宇津貫みどりの会へ 14,700円寄付(5月3日)

自然派くらぶでは昨年秋から、商品委員会で開発した 「しぜんはくらぶ石けん」の売り上げの一部を八王子市み なみ野地区で活動する環境保全団体「宇津貫みどりの会」 に活動資金として寄付する取り組みを行っています。

「宇津買みどりの会」は今年で活動30年を迎えます。 夏は緑地内でナラ枯病を確認し、被害拡大防止の為



に伐採。芽吹いた種を育苗し 元気な森へと更新しました。 コロナ禍での活動は中止が続 いたりと不安定ですが、地道 に継続をされています。

代表の城所さん(左)と田口理事



夏野菜冷たいレシピ

アスパラと茄子のマリネ(2~3人分)

- ・アスパラ…4本 ・茄子…2本
- ・にんにく… 1 片 ・オリーブオイル…適量
- A・オリーブオイル…大さじ 1 ・酢大さじ… 1
 - ・しょうゆ…小さじ 1 ・砂糖…小さじ 1
 - ・塩小さじ…1/2
- ① アスパラ・茄子は一口大に乱切り、にんにくは スライスする。
- ②ボウルでAをよくまぜ合わせマリネ液を作る。
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れにんにくを 炒め、香りが出たら取り出し、そこに茄子・ア スパラを入れ炒める。
- ④ 熱いうちに②に入れ、和える。粗熱を取って冷 蔵庫で冷やす。

茄子には抗酸化作用のある「ナスニン」や夏バテ対策の「カリウム」がたっぷり!





オクラや長芋のネ バネバは「ムチ ン」。夏バテの改 善、予防に最適!

オクラと豆乳の冷たいスープ(2~3人分)

- ·オクラ…3本 · 長いも…100g
- · 豆乳…150ml · 白だし…小さじ2 · 塩…少々
- ・生クリーム少々(あっさり味には無くても可)
- ① オクラは板ずりで産毛を取り、茹でて冷水にとって冷まし、ざく切りにする。
- ② 長いもは皮をむいてザク切りに。
- ③ ミキサーまたはフードプロセッサーに材料 全てを入れ攪拌し、滑らかになったら器に盛る。
- ④ お好みで仕上げに生クリームを回し入れる。
- ※ 塩の量はお好みで加減してください。

× 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。 紛失防止のためにクリップで注文用紙にとめてご提出をお願いします。

す。

| クイ | ズ | の | 答 | え |
|----|---|---|---|---|
| | | | | |

組合員 (6ケタ)

住 所 (

)区(

) 町

6月の日録

14 日 7 8

月 月 3 日

无

17 $\boldsymbol{\mathsf{B}}$

24 日

无

25 22 日 日

火

食と農をつなぐ会

金

自然派ママくらぶ 靴の試着・相談会

> 畑活動 畑活動

にしたいです

理事会

おそうじフルネスワークショップ

第47回通常総代会・理事会 |自然派オープンカレッジ

29 日

火

食と農をつなぐ会

畑活動

オンライン講座

第 1

*緊急事態宣言延長に伴い、予定していた組合員

活動を一部自粛・変更いたしました。

トレードマークは赤いオー バーオールと白縁の眼鏡。 動かす手は軽やかで早く、 体はブレません。

場」河辺たけひろ氏を講師に迎 クリーニング会社 るってホント!? え、オンラインワークショップ を中心にご紹介をします。 か開催されました (全4回)。 元気になれるお掃除方法があ ・薬品を使わないハウス 第3回の内容 「おそうじ劇

呂場で実践。皮脂汚れを落とす に入りながらチョコ 溜 ソー 0 まると頑固 にアル ダを使用しました。汚 カリ なも 性の Ō セ コチョ スキ炭酸 お風 コき れ 呂 は

オンラインお掃除講座

おそうじフルネス ワークショップ

2021.4/22(木),6/3(木),6/17(木)

薬剤 があるはず。体に負担のな を立ち上げました。 ので掃除をしたいと現在 倍。これは掃除をする人はもち ました。そこで使用 クリーニングの会社に勤めて の濃度はなんと市 そこで暮らす人にも影響 でする塩 山の会社 販 素系 0 20

す。姿勢は、リモート画面でその 吸」「拭く」の3つ。毎回講座の始 都度確認してもらいました。 第2回目はそれぞれ家のお風 に伸びをして呼吸を整えま お掃除の基本は、 「姿勢」 呼呼

なさんの顔がいきいきと輝

違った」「リラックスしてできた

「掃除後の感覚が今までとは

「疲れないのが驚きだった」と、

ね と元気になるなんて嬉し 同じ効果があるそう。掃除をする 河辺さん独自の掃除法は、ヨガと いたのが印象的でした。 古武術をヒントに編み出 。最終回も楽しみです いです した

りました。興味のある方は7月3回配 グが当生協で申し込みできるようにな 布のチラシをチェックしてください。 「おそうじ劇場」のハウスクリーニン びついたのは、第3回目の講座 姿勢、呼吸、 拭く。がひとつに結

はケミカルな薬剤を使うハウス 人を惹きつける河辺さん。以前

初回から軽快なトークで聞

ずに続けられ、 が。参加者全員がこの変化を実感 ると不思議に拭く手も軽く力ま じ姿勢を正し、呼吸に意識を向け た通り頭のてっぺん「百会」を感 れたのですが、河辺さんに言われ している時は、あっという間に疲 のこと。汚れに集中して手を動 終わると爽快感

きりとりせん

当選者の発表

応募総数24通

答え

3

梅雨でない雨を表しているのはる

細新土

肘かさ雨

田倉田

悠 要 洋

紀 子 子子

様様様

日稲多 野城摩

市市市

6月号のクイズ

七夕で短冊に願い事を書くようになったのは、 江戸時代。

> 手習い事をする人や、寺子屋で学ぶ子どもが 増え、星に上達を願うようになりました。 さて、このとき墨をするのに使う水はどんな水 がよいとされていたでしょうか?

- 地域の氏神さまを記った神社の手水。
- 神棚に祀っておいたお神酒。 (2)
- 里芋の葉に溜まった露。





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7月18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)。