

2018

8月号



福島の輪、持続可能な循環、  
サスティナビリティを取り入れた  
生活クラブふくしまの月刊広報誌

No.2 2018年8月31日

発行：生活クラブふくしま生活協同組合

編集：広報委員会

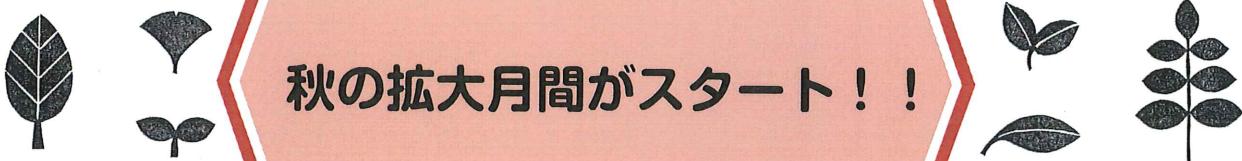
発行責任者：緑川順子

福島県本宮市荒井字山神30

Tel 0243-63-1050

Fax 0243-63-1051

<http://fukushima.seikatsuclub.coop>



## 組合員一人一人の力が必要です！ 知人友人の方に生活クラブをぜひご紹介ください！！

現在、生活クラブふくしまは、第4次中期3か年計画（2017年度～2019年度）の2年目にあたります。この3か年の最大の柱は抜本的に経営改善をすすめ2019年度末に黒字化を達成し、自立した単協になることです。東日本大震災と福島第1原発事故の影響もあり生活クラブふくしまはこの間赤字経営が続いている。

経営赤字の最大の課題は、2つあります。

- ①組合員が2,000名以上ないこと（現在1,345人）により、毎月の会員費や物件費などの支払いが超過となる
- ②1世帯あたりの月の利用金額（平均）が目標とする17,500円（現在第1四半期の平均が16,425円）に届いていない

2017年度は組合員拡大の年間240名目標に対して、191人増えました。

2018年度は更に年間340名の目標を立てています。7月終了時点で59名増えています。

生活クラブでは食品の放射能基準について、独自の自主基準（国の一般食品の基準の1/10以下）を設定し、その食品毎の検査を実施しその情報を公開しています。

これからもずっと安心安全な消費材をこの福島県に暮らす組合員の方に届けていくことが私たちの使命です。するために私たちは経営改善を行なっています。

お住いの地域に新しくお引越ししてきたお宅や、お子さんが生まれたお宅、お知り合い、ご友人の方にぜひ生活クラブの500円お試しセットが掲載されたチラシをお渡し下さい。皆さんからの地域情報やご近所への声掛け、お説明したいお宅のポストにチラシを投函してくれることが、組合員数2,000名に近づく1歩になります。  
私たちの生活クラブをみんなで支えていきましょう！

専務理事 古島優



## 今月のおすすめ消費材

### ◆おさかなチーズバーグ◆

200g(8個) 397円(税込み)  
=9月2回配達予定=

魚臭さがないので、魚が苦手という  
お子さんでも食べられそうです。  
価格も手頃で大きさもお弁当にちょうどいいサイズです。



@seikatsuclub\_fukushima



seikatsuclub\_fukushima

# 福島支部

## ◇ビオサポ活用術 交流会開催報告◇

7/18 (水) 福島市にあるA・O・Z (アオウゼ) にて  
暑い夏を乗り切ろう！かんたん「ビオサポセット活用術」  
の交流会を開催しました。

ビオサポのほか、支部委員おすすめのごぼうサラダ、とり天おにぎり、  
元気村豆腐のオリーブオイルかけ、冷製パスタ、きゅうり味噌漬け、  
デザートもバニラアイス、大学いも等盛り沢山のボリュームランチとなりました。

「暑い夏も簡単調理「夏野菜のグリルカレー」も  
所要時間約15分で絶品カレーに♪



支部委員おすすめの  
消費材を使ったランチ



作り方の見学

ビオサポセットは、食べ合わせも考慮し一種類のみとなっていましたが、  
今回の「夏野菜のグリルカレー」は、このセットの為に開発したルーが特に美味しいと大好評！  
暑い夏を見越して、デザートのバニラアイスに大学いも、パインの輪 (WA) の組み合わせも好評で  
参加された組合員とゲストの皆さんに喜んでいただけました。

## ◆夏のリフレッシュツアーin山梨 参加報告◆

7/26~3泊4日の日程で山梨のリフレッシュツアーに家族で  
参加してきました。

自指すは、日本一の山・富士山のお膝元、山梨県北杜市。  
こちらは自然豊かな環境から移住者が全国でも1、2位を争う  
場所だそう。参加したのは、私達福島からの一家族3人(女児1名)と、  
栃木の一家族3名(女児2名)と一緒に新幹線で向かいました。  
1日目は現地到着後、宿泊先のリーゼンヒュッテという宿の  
支配人自ら宿泊先近くのおすすめスポットを案内してくださいました。  
その後、治療でも有名なラadium温泉「増富の湯」へ。  
ゆっくり入浴時間をとっていただき、宿に戻ってから  
地元の新鮮野菜をたっぷり使った豪華な夕食。身も心も満足し、  
部屋に入るとロフトがあり、そのガラス越しの天井からなんと満月が見え感動！  
月と空を眺めて眠りにつきました。

2日目は、早朝から支配人にみすがき山というパワースポットを  
案内していただき、裸足で歩いたり、氣功を教わり、自然の中で自由に瞑想  
したりしながら、子供達も自由に時間を楽しんでいました。

朝食後は、宿泊先の裏山散策。

そこでもゲルマニウムの石から氣を感じたり、体に溜まった毒素を  
取る方法を教わったり、通常リウマチ治療を行う鉄分やゲルマニウムを含んだ  
川で裸足になり冷たさを感じながら、体温調整をするプログラムを体感し、  
ストレスチェックなどを行いました。(通常はオプションのプログラム)  
15時過ぎ、古民家民宿「町屋亭」に移動。その日は、雄大なハケ岳を背景に  
そば畑、城跡をめぐり近場探索。そして夕飯は絶品！自家製無農薬野菜の  
料理を堪能しました。

3日目、楽しみにしていた昼間の交流会がなんと台風の進路が予測つかない  
とのことで、中止に。午前中のハケ岳やさい俱楽部農場の佐藤さんの畑でのじゃがいも  
掘りは体験することができ、子供達も夢中で収穫。  
その後は、台風も落ち着き、生活クラブ連合と山梨県協、ワーカーズCo.が共同出資・  
運営するCommunity cafeたんぽぽ食堂で、生産者佐藤さんの掘りたてじゃがいも、  
新鮮野菜や食堂メニューの消費材を使った料理を囲み専務理事、理事長、2名の組合員の方、  
生産者の方との縮小交流会となりました。楽しいおしゃべり、意見交換した後、  
震災後からの福島の暮らしや放射能の現状等をお話させていただきました。

## ◇次の交流会のご案内◇

### 新規加入者向け

### ∞ビオサポ調理・試食会∞

日時 2018/9/21 (金)

10:00~12:00 (受付時間10:00~11:00)

場所 AOZ (アオウゼ) 4階調理室

参加費 200円

締め切り 9月7日 (金)

小さな疑問、質問OK！気軽に話しましょう♪

おひとりでも、お子さん連れもOK

お友達やご家族と一緒にぜひお越しください♪

（※お子さん連れの方は、お子さん1名まで）



◆◇◆あいづ支部では  
市内で行われる「町ゼミ」に参加しました◆◇◆

7月28日（土）山鹿のおうちでジュースの実験とグミ作りを行いました。午前、午後2回開催し、7組の一般の小学生親子の参加がありました。

ジュースの実験では、まず無糖炭酸水にブドウ糖果糖液糖を加え味見をしてもらいました。次にクエン酸、香料、色素を加える度に試飲を勧め、コーラとレモンスカッシュを作りました。ペットボトル1本に含まれる砂糖の量を肉眼で確認してもらい、皆さん大変驚かれました。

グミ作りは、あらかじめ計量した消費材を混ぜ、型に流し込む作業でしたが、どの子も楽しそうでした。型ごとお土産として持ち帰りました。無添加グミという事で、皆さん使用した消費材に興味を示していました。

参加者の感想は、「ためになつてとても良かった」「グミが美味しかった」「親子で楽しくでき、説明もわかり易かった」と好評でした。

また、市内大町にある「中の蔵」カフェさんでは、ぬかせ玄米の紹介と一緒に生活クラブの紹介、牛乳のお話し、飲み比べ、というコラボ企画も行いました。皆さんパスチャライズド牛乳に関心を持たれていました。



◆◇◆リフレッシュツアー

「さわやか信州伊那谷へ～清らかな風と水につつまれて～」に参加して◆◇◆

生活クラブ組合員になり約1年半。  
1歳10ヶ月の息子と、保養に初参加。

長野の伊那センターに到着したら、それはそれはあたたかな、思わず「ただいま！」という言葉が出てしまうような、大勢のにこにこ笑顔でのお出迎え。



楽しいレクリエーション、手間暇かけられた沢山の手作りの郷土料理でもてなしていただき、すべてが愛に溢れています。センターは木の香りのする開放的な一軒家なので子供たちも大はしゃぎ。

2日目はセカンドオピニオンと川遊び、ユカイナ(笛)製作、温泉など。  
大人の交流会では、福島や栃木での暮らしの現状など、伊那センターの方や地元組合員さん20名ほどでたっぷり語りあいました。

色々な角度、視点からの現状や正直な気持ちを聞きあえてよかったです。

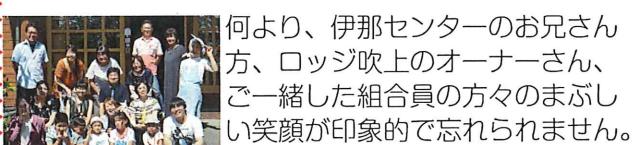


(その中でわたしからお話をしたこと。  
原発のある福島での暮らしなので不安は色々抱えているけれど、この地元には、子供たちに明るい未来を残すために真剣に問題に立ち向かい、行動しているひとが多く居る。  
そこにはとても希望を持っている。  
7年経ったいま、大変でつらい現状に思いを寄せてもらうよりも、頑張る人達の動きを県外の方からも注目していただけすると嬉しいし、大きな励みになると個人的には思う…例えば、会津電力、飯館電力、映画おだやかな革命。  
子供たちに伝えていきたいのは、怒りや不安ではなく、ふんばる人達の姿！)

3日目はフラッグフットボールと、生活クラブ親生会協賛のバーベキュー、温泉！組合員の方と盛り上がり、こんなに美味しいものづくりのアウトドアは初めてでした。

4日間、美味しい食べ物と楽しい交流時間、温泉や宿でのんびりするひとときをたっぷりといただき、子供たちも幸せそうで、自分が福島で出来ることは何か、よりパワーアップして行動できる気持ちになりました。

そしてやはり、原発から遠く離れたところで過ごす事はこんなにもリラックスできるんだなあ、と気が付きました。知らない間に、見えない負荷がかかっているのかも知れません。



何より、伊那センターのお兄さん方、ロッジ吹上のオーナーさん、ご一緒した組合員の方々のまぶしい笑顔が印象的で忘れられません。  
貴重な経験をありがとうございました。  
(あいづ支部 桜が丘1 岩田朝美)

\*企画への申込は、最終ページの申込書で!\*



## ●○●ゆるベジインストラクター内海由佳さんによる 「うっちーの楽らくクッキング教室」開催報告●○●



7月5日(木)郡山市中央公民館調理室にて、ゆるベジインストラクターでもあり、生活クラブふくしまの理事でもある内海由佳さんによる、楽しく美味しい料理教室を開催しました。残念ながらゲスト(=組合員外)の参加はありませんでしたが、組合員どうしの交流の場となり、終始和やかな雰囲気でした。素材が確かな生活クラブの消費材を使って、「生にんじんドレッシング」を教えていただきました。ほぼほぼにんじんで出来たドレッシングは、かけ過ぎても心配無用！「今までで一番美味しいにんじんドレッシング！」という感想も出るくらい大好評でした。



\* \* 次回、第2弾は11/29(木)を予定しています。  
今後の予定をチェックしてみてくださいね。お楽しみに！ \* \*

## ●○●ビジョンフード学習会

### 『生活クラブの鶏肉のおいしいヒミツ丸ごと知って、味わいます！』開催報告●○●



7月14日(土)郡山市中央公民館調理室に組合員・お子さんと家族合わせて19名が大集合。

生活クラブの鶏肉「丹精國鶏」の生産者、全農チキンフーズの廣川さんが鶏種や飼育環境などのお話を、群馬農協チキンフーズの神保さんが鶏肉丸ごと1羽からモモやムネなどの部位を切り離す「解体」を披露。

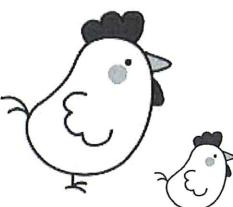


※生活クラブの鶏肉と市販品との違いは、下記表の通り。

	丹精國鶏	一般ブロイラー
鶏種	国産鶏種「はりま」 3代前まで種が指定	外国種(チャンキー・カップなど)が主流 (国内で飼育する鶏の98%を占める)
飼育期間	55日以上	50日前後?
飼育方法	開放型鶏舎 無投薬飼育 (鶏舎ごとオールイン・オールアウト方式)	ウインドレス鶏舎または開放型鶏舎?
飼育密度	1坪当たり35羽(冬は40羽)	1坪当たり50~60羽?
飼料	トウモロコシ・大豆など遺伝子組み換えなし(non-GM) トウモロコシはポストハーベストフリー (PHF=収穫後農薬使用ナシ) 飼料用米給餌	???

郡山準備支部 総合受付  
365日 24時間 受付中！

下記QRコードから  
お問合せ、お申し込み  
お待ちしております。



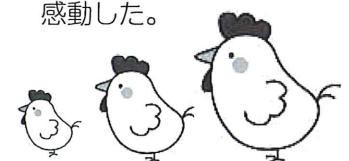
「解体」した鶏肉は部位ごとに焼いて、味付けは塩胡椒のみで試食に。他に冷凍の消費材で「砂肝のゆず胡椒焼き」と「鶏レバニラ炒め用(砂肝入り)」も一緒に試食。鶏肉以外にピクルス2種類とご飯も一緒に盛り付け、ワンプレートランチの出来上がり。

レバーの苦手な方や、砂肝を食べたことのない方が多かったのですが「臭いがなくて美味しい！これなら食べられる！」との声が上がり、「こだわりの植物性の飼料を与えてるので、嫌な臭いはしません！」と神保さんの笑顔。

「鶏肉のいろんな部位を食べてみよう！」とみんな笑顔で企画が終わりました。

«参加者の感想より…»

- ・「鶏1羽食べきる」という言葉がとても良かった。
- ・加工品も上手に活かして、バランスよく食べたい。
- ・自然に近い環境で育てられているところを動画で見て感動した。



#### «今後の予定»

9/30(日)10:00~15:00@ビッグパレットふくしま  
「ファミリーフェスタ」&「おとなの文化祭@こおりやま」  
ダブル出店

10/3(水)10:00~13:00(予定)@郡山中央公民館調理室  
「酢」の生産者「私市醸造」が郡山に来るよ！  
(サケジヨウジヤ)

10/28(日)10:00~15:00@福島空港  
「ふくそら」出店

\* \* 今後配布のチラシを要チェックです！！\* \*

#### ◆甲状腺検査のお知らせ◆

9/22(土)10時~12時

10/20(土)10時~12時

場所:桑野協立病院

検査費用:無料

\* 生活クラブ独自の検査

\* 組合員外のお子さんもOK！

\* 医師がその場で質問に答え、画像ももらえる！

★年1回はぜひ受診を!!

## 今月のクイズ



自らの暮らしを支えるエネルギーを自治しながら、本当の豊かさを取り戻していく地域の姿を見つめた物語を映画にしました。  
その名前は？

### ○○○○な革命

ヒントは紙面に。  
最終ページの応募用紙でご応募ください。

**抽選で2人の方にステキな消費材をプレゼント！**  
なお、当選者の発表は賞品の発送を持って代えさせていただきます。

## ♡おだやかな革命 上映会を終えて♡

フォーラム福島（福島市）での上映会が無事終わり、福島での「おだやかな革命」への取組がまた一つひろがっています！

生活クラブふくしま理事会が主催者となり7月13日（金）～19日（木）の毎日2回上映が行われました。

7/14（土）の午前の部の終了後には、渡辺智史監督（写真前列正面左）と会津電力（株）の佐藤彌右衛門氏（正面前列右）によるトークイベントが開催され 51人の来場者がいました。

1週間の来場者は、222人で映画館の興行収入は249,900円でした。

期間中は映画館の一角に生活クラブの紹介

コーナーを設置し活動をアピールしました。上映会については福島リビング新聞はじめ、民報、民友などでも取り上げられ、原発に依存せず自然エネルギーの推進をすすめていこうとする意思をアピールできました。



## 組織状況報告

7月31日 現在

組合員数	1,345人	(期首より59人増)
班数	255班	(期首より1班増)

単位：人

	福島	あいづ	郡山準	相馬準	全体
6月期首	336	778	133	103	1,350
加入	0	9	1	1	11
脱退	2	10	4	0	16
移動	0	0	0	0	0
純増	-2	-1	-3	1	-5
期末	334	777	130	104	1,345

・7月は加入11名、脱退16名 純増▲5名でした。年間組合員拡大目標の達成率は17.3%です。3支部・準備支部が純増でマイナスとなり、今年度初めてとなりました。

未加入者からの500円お試しセットの申込は、60件ありました。うち14人が加入しました。

## 6月度決算報告

今月より月次の決算について報告を行います。

### ●損益計算書より

6月供給高2,064万円（前年比107.9%）、事業総剰余金525万円、事業経費653万円で、事業剰余金▲128万円でした。これに事業外収支を加えた事業剰余金は▲124万円（前年同期▲83万円）でした。

累計では供給高6,224万円（前年比114.6%）、事業剰余金▲249万円（前年同期▲229万円）です。GPR（経費率）は6月度25.2%、累計で25.5%です。6月の供給日数は前年と比べて1日少ない日数です。

## 7月度理事会報告（抜粋） 開催日：7月26日（木）

### 1. 討議決定事項

#### ●春の拡大月間実績点検と下期重点単協拡大支援金の配分

・各支部の春の拡大月間の進捗を点検し、生活クラブグループ全体の拡大重点単協であるふくしまへの支援金の配分方法について討議し、各支部の下期の修正拡大目標と下期の拡大計画をレポートし、それをもとに8月理事会で配分を決めていくことを決定しました。

### 2. 報告承認

#### ●西日本を中心とした「平成30年7月豪雨災害」への取組み

・第30週からのOCR申込でのカンパ活動実施を承認しました。

#### ●「生活クラブ消費材10原則」批准

・改定された生活クラブ消費材10原則について、ふくしま単協として批准していくことを承認しました。

## ★★★みんな、見てね！★★★

本紙3ページ、あいづ支部の「リフレッシュツアーレポート」を書いてくださった喜多方の岩田朝美さんが、マザー＆ベビーのための季刊誌『tocotoco』vol.43（7月14日発売）に紹介されました。

子育てを始めてから、体にいいものをしっかりと選ぶようになった岩田さん。『生活クラブ』とお母さん同士の交流が、子育ての支えになっているそうです。また、生活クラブの広告も掲載されています。是非、お友だちと一緒にご覧ください♪





## 9月 生活クラブ カレンダー

8日(土)	キャンドルライブ@七日町(会津若松市)
14日(金)	もくれんイベント@県立博物館(会津若松市)
15日(土)	
16日(日)	はぐまむマーケット(喜多方市)
21日(金)	新規加入者向けビオサポ調理・試食会 AOZ 4階調理室(福島市) 10:00~12:00
21日(金)	生産者交流会～冷凍餃子の生産者「美勢商事」 ～「美味しい餃子の秘密」を聞こう！ 会津 稽古堂(会津若松市)
22日(土)	甲状腺検査 笹木野みやけ内科外科(福島市) 14:00~16:00
22日(土)	甲状腺検査 桑野協立病院(郡山市) 10:00~12:00
23日(日)	山鹿のおうちキャラバン(会津若松市)
30日(日)	「ファミリーフェスタ」&「おとなの文化祭 @こおりやま」ダブル出店 ビッグパレット ふくしま(郡山市) 10:00~15:00

### 編集後記

熱中症対策には、水分だけではなく、塩分、糖分も必要とのことで暑い日には、消費材の「塩あめ」をいただいています。普段3歳の娘には飴をあげていなかったのですが、この飴は「暑いから特別ね」とあげていて、娘はもらえるのを心待ちにしています。私も外に1時間以上いるときは必ずとるようにしていますが、なめるとめまいもせず、体調がすこぶる良い！私の中では真夏のおすすめ消費材No.1です。さて残暑も、水と塩あめで熱中症をのりきるぞ～！(さとう)

クイズへの応募は、配達便、Fax、またはメール（以下の項目を書いて）でお願いします。

Fax 0243-63-1051 e-mail [kyoyu.fukushima@s-club.coop](mailto:kyoyu.fukushima@s-club.coop)

☆ 記入いただいた内容について広報誌に掲載することもありますので、予めご了承ください。

※ 切り取り線

### 福の環(ふくのわ)生活 No.1 クイズ応募用紙&企画参加申込書

(配達便もしくはFAXで9月21日(金)までふくしま事務局到着分有効)

班名(個配)		連絡先TEL	
組合員名前		組合員コード	

### クイズの答え

### 《投稿欄》

以下の項目でご自由にお書きください。  
(紙面に掲載させていただくことがあります。)  
お気に入り消費材、我が家定番レシピ、季節のレシピ、生活クラブに加入した理由など

今月号の感想や今後の「福の環(ふくのわ)生活」への要望など

### 《企画参加申込》

企画名( )に参加します。

組合員参加者名( )

( )

( )

ゲスト参加者名( )

( )

( )

### 《サポーター登録申込書》

サポーターに登録します

- キャラバンサポーター
- チラシ配布サポーター
- SNSサポーター

↑

○をつけて下さい