

2022

12月号



福島の輪、持続可能な循環、
サステ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.53 2022年11月21日

発行：生活クラブふくしま生協理事会

編集：広報委員会

発行責任者：佐藤美智子

福島県本宮市荒井字山神30

Tel : 0243-63-1050

Fax : 0243-63-1051

<https://fukushima.seikatsuclub.coop>



9月実績 組合員1,574人【対期首1%】、加入累計85人(96%)、脱退累計69人(95%)、共同購入累計12人【目標達成率12%】
9月供給高2,633万円(97%)、世帯利用15,512円(98%)、9月累計経常剰余金▲180万円【前年▲13万円】()内は前年比

オイシイ!まるわかり!「オイまるカフェ」開催します!

「オイまるカフェ」は、組合員同士の出会いの場として
「オイシイ情報や生活クラブふくしまの事がまるわかり」になる機会です。
支部の活動の報告を行い、次年度の活動についての話し合いをします。
こんな活動がしたい、この生産者の交流会がしたい、を伝えるチャンスです。
各支部で試食会や料理教室を開催します。所属の支部のオイまるカフェに参加しましょう!



【福島支部】

1/20(金)10:00~12:00@吉井田学習会センター調理室(仮)

「きばるの甘夏マーマレード作り」

2/2(木)13:00~16:00@アオウゼふくしま工作室

「班長交流会&ヨーグルト試食会」

※組合員どなたでも参加できます。



【あいづ支部】「大人おやつを食べよう&コーヒー飲み比べ」

1/20(金)10:00~12:00@會津稽古堂

2/1(水)10:00~12:00@喜多方厚生会館

【郡山準備支部】

1/23(月)10:00~12:00

@インスタライブ配信&郡山図形班少人数実参加

「きばるの甘夏でオレンジゼット&コンフィチュール作り」



【相馬準備支部】

【広域支部】

※決まり次第お知らせします。

★班での開催希望については、各支部のオイまるカフェ案内チラシで受け付けます。



@seikatsuclub_fukushima



seikatsuclub_fukushima



【報告】 10月29日（土）鶏肉学習会
「丹精國鶏」@zoom、チェンバおおまち
（参加者14名+お子さん2名）
（zoom参加9名） 合計25名

●年間目標 25人
 ●当月純増 2人
 （期首累計±0人）
 ●組合員 394人
 ●（10月末実績）



《参加者の声》
 初めて丸鶏の解体を動画で見ました。
 毎年、丸鶏をこの時期に購入するので
 解体動画はとても参考になりました。

鶏肉は捨てる部位がないので無駄がなく
 食べれる事を知りました。

飼育環境、飼料にもこだわっている
 丹精國鶏を食べていきたいです。

【報告】 素箱マルシェ&
岩瀬書店前出店



10/8(土)・12(水)・26(水)・30(日)
 岩瀬書店八木田前野外出店しました。
 ガラポン抽選をしながら26日からは生活クラブ
 たまごを販売。ホットケーキミックスと共に
 おすすめ消費材をアピールしました。

10/30(日)は素箱マルシェにてハロウィンちなんで
 かぼちゃクッキーとのりものビスケットをイベントの
 後にお子さんたちに配りました。

いつもは、もも肉ばかりを購入していましたが
 それぞれの部位にも特性があり調理法によって
 美味しく食べられる事を知りました。



☆おすすめレシピ☆
 鶏レバーと鶏むね肉を
 使ったその名も
 キーモカレー！お試し
 下さい。

詳しいレシピはURLから

<https://www.ja-zcf.co.jp/recipes/0036/>

今後の予定



11/12(土)岩瀬書店野外出店最終日
 ※予想より風が冷たいので12日(土)にて
 終了とさせていただきます。

講演会

近藤 恵さん講演&
大内 信一さんと対談

12/10(土)10時~12時
 @福島市民会館第2ホール

先着80名

【薬膳豆知識】

（大根）寒くなると甘く美味しい大根
 喉の不調、胃もたれ、風邪予防、
 便秘にも良い、粘膜を丈夫にし
 免疫力を高める。特に大根おろしは
 デトックス効果あり
 熱を下げる！



甲状腺検査のお知らせ

日時・場所：郡山準備支部の予定をご覧ください。
 費用：子供無料・大人3,300円（税込み）
 申込・問合せ：生活クラブふくしま
 TEL 0243-63-1050(受付時間9時~17時)
 ●ここがポイント● ※留守電対応あり
 ◎組合員以外のお子さんも無料検査OK！
 ※ぜひ周りの方にお声がけしてみてください。
 ◎医師がその場で問診、エコー検査
 ◎成長期のお子さんの変化を見逃さないよう
 年1回の受診がおすすめ！

企画への申込は、
 別チラシかQRコード
 最終ページの申込書でも
 OK！





【報告】 11/6 (日) パラマウント靴相談・販売会

(来場者 組合員 31名、支部スタッフ 4名) @あいつ事務所・葵

<参加者の声>

昨年参加したお友達の感想記事を見て、とにかく気になっていました。

その後の4月開催の日も逃してしまい、今回ようやく念願叶って参加することができました。なかなか予定の合わない主人も誘って、家族5人で足を見てもらいました。

私は「幅が狭いから、そういう靴を探してくださいね」と言われ、自分では幅広だとずっと思い込んでいたので、驚きました。子供たちの足も、それぞれに合った靴選びのポイントが分かり、良かったです。

次回は父母の靴を選びに行きたいです。(個配/永峯 紗織)



- 年間目標 25人
- 当月純増 1人
(期首累計 5人)
- 組合員 839人
- (10月末累計)

【報告】 「秋のリフレッシュツアーinかわさき」に行ってきました

9/17 (土)
~19 (月)

<参加者の声>

我が家のこども達が今回のツアー最年少で、団体行動大丈夫かな？と少し心配していましたが、他の参加組合員やかわさき生活クラブの皆さんが気にかけてくださり、とても居心地良いツアーでした。東京駅に集合し、まず向かった先は『平田牧場 極 KITTE丸の内店』。

初めての平田牧場のレストラン。お味も対応も素晴らしかったです。「子どもたちの未来をつくるスーパー」がキャッチフレーズのデポーは活気があり、賑やか！カタログに載っている消費材はもちろんデポーでしか購入できない消費材やお惣菜、お弁当まで！

大好きな消費材、初めて見る消費材が店内中にあり、買いたい物で溢れたスーパーに、ただただ興奮と感動でした。

楽しみにしていた組合員交流会では、みつろうラップ、アップサイクルアクセサリー、ムシロボット作りなど、こどもも大人も夢中。広々としたセンターで、こどもはこども同士で遊び、大人はお喋りで盛り上がりました。

川崎市の学校給食の食器はせっけんで洗われています。生活クラブも連携していて、廃食油をせっけんに変える地域資源循環のしくみがあり、そのせっけんはデポーでも購入できます。

日々の暮らしの中にある環境問題を把握し、出来ることを当たり前のよう川崎市全体で取り組んでいる姿を知り、一気に川崎ファンになりました。

こどもの未来、環境のために私にも出来ること、それをこのリフレッシュツアーで改めて知ることができ、学びの多い2泊3日でした。全国からのカンパに感謝します。(個配/五十嵐裕子)



今後の予定

★11/30 (水) 10:00~12:00 @喜多方市厚生会館
あいつカフェ「ナチュラルクリーニングはじめてみませんか」

★12/23 (金) 14:00~16:00
甲状腺検査@会津放射能情報センター (会津若松市栄町教会隣)

あいつ支部LINE公式
に登録しましょう！



イベント申し込みも
こちらからどうぞ



【報告】11/9(水)食肉学習会「豚肉」@zoom 「日本の米育ち豚の秘密に迫る！」



《参加者》
組合員21名・理事2名・スタッフ3名

★参加者の感想から…

- ・豚舎がとても清潔だったのが印象的でした。
- ・私達消費者に届くまでたくさんの方の手がかけられており、ますます大切に食べ続けなくてはいけないと感じました。飼料の中身まで詳細に教えて頂き、そして何より私達は命を頂いているんだということを忘れないようにしたいです。
- ・循環型農業で、無駄なく生産されているのは、今の時代に合っていると思うので、是非続けてほしいです。これまで豚肉は買う部位が決まっていたので、他の部位も食べてみたいです。ハーブの取り組みも楽しみにしています。



●年間目標 20人
●当月純増 11人
(期首累計19人)
●組合員 190人
(10月末実績)

【報告】リフレッシュツアー@静岡 に参加してきました！



・「1頭買」なら内臓はどこへ？と思っていた疑問が解決されました。屠場との事情もありますが、内臓だからこそ安心して食べられるものが欲しいので今後増やしてもらえたら嬉しいです。生産者の方が大切に育て、骨なども無駄なくしている様子を見て、これまで以上に大切に食べていきたいと思いました。

~~~~~今後の予定~~~~~

12/9(金)10:00~12:00(時間内出入り自由)
ビギナースカフェ&プチエクステンジ会
(=新加入組合員カフェ&不用品交換会)
@郡山中央公民館第1和室

↑↑↑

新加入組合員じゃなくてもOK!
ゆったり、のんびりおしゃべりしましょう!!

※不用品は生もの・汚れ物をご遠慮ください。

2023/1/23(月)10:00~12:00
インスタライブ配信&少人数実参加有り
(ライブ発信会場は、郡山凶景班)
「きばるの甘夏で
オレンジット&コンフィチュール作り」

↑↑↑

今年度の準備支部の活動の報告有り。
次年度やって欲しい事もコメントで受付!

ツアー中ずっと三島で過ごした3泊4日。休日にもかかわらず到着を待ってくださった皆さんの優しさと笑顔が、知らない街に降り立つ不安を払拭！当日夜の宿周辺散策を皮切りに、2日目は楽寿園、三嶋大社、三島曆師の館、三島市郷土資料館、3日目はスカイウォークとドラゴンキャッスルを親子で楽しめました。水道水のおいしさにもビックリ！震災、原発事故からまもなく12年。今も私たちのことを気にかけてくださる方々がいること、こうして親子で楽しむ時間を持てたこと、子ども達には直接ではなくてもいつか恩返しができるようにと話しました。ありがとうございました。(虹とみどり班 猪股美奈)



~~~~~甲状腺検査のお知らせ~~~~~

日時：12月17日(土)10:00~12:00
場所：桑野協立病院(郡山市島2-9-18)
検査費用：子ども無料・大人実費(3,300円)
申込・問合せ：生活クラブふくしま
TEL 0243-63-1050(受付時間：9時~12時)

- ★検査のポイント★ ※留守電対応あり
- ・組合員以外のお子さんでも無料検査OK!
※ぜひ周りの方にお声掛けしてみてください。
 - ・医師がその場で問診、エコー検査、画像ももらえる。
 - ・成長期のお子さんの変化を見逃さないように
年1回の受診をオススメします!

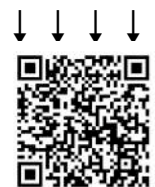
郡山準備支部 総合受付

企画の問い合わせ、
申込、申込予約、
全てコチラからOK!

365日
24時間
受付中!



郡山準備支部 「LINE公式」 登録してね!



イベント情報、
お得情報発信中。



10/30(日) 芋煮会・不用品交換会に参加して



秋の日ざしの中、久しぶりの芋煮会。南相馬から相馬・新地大人は11名、子供は7名、にぎやかな会になりました。思い思いに話しがはずみ、子供たちは明るい林の中を元気いっぱい走りまわり、あしらい上手な遠藤さんが先生になり、私も手伝いました。シートの上に、みんなで寝て、空を見上げ、新聞紙のかけぶとん。静かに風の音を聞いてみました。



年間目標 15人
当月純増 ▲2人
(期首累計▲3人)
組合員 128人
(10月末実績)

それは子供たちのこと、15秒にもなりません。このコロナの時代で、やっと出来た貴重な時間ではないでしょうか。もちろん豚汁も、持ち寄りの料理もおいしかったです！不用品も、必要品になりました。ありがとうございました。
相馬リバーサイド班 渡邊澄江

アンケート結果



よく利用する「鶏肉の部位」ベスト3

1位 ムネ



料理例…鶏ハム・唐揚げ・タンドリーチキン・照り焼き・煮る 等

2位 親鶏ひき肉



料理例…肉団子でスープ・キーマカレー・さっぱり麻婆豆腐 等

3位 ささみ・手羽中半割り



ささみ…竜田揚げ・フライ等
手羽中半割り…塩胡椒してグリルで焼くだけ・大豆ドライパック缶と甘辛酢煮

第5回理事会報告(抜粋) 10月20日(木)開催

1. 討議事項

- 第1回エコ共済プロジェクト討議
 - ・第5次中期計画の重点政策の1つとなっているエコ共済制度の導入の検討について理事会のもとに設置したプロジェクトの討議内容を共有した。
 - ・第5次中期計画を再確認し、エコ共済制度導入目的や今後の討議内容を共有した。

2. 報告承認事項

- 拡大目標達成に向けての秋の拡大活動
 - ・お試し6点セットの取組みが10月末で終了することを踏まえ、おうちカフェの開催について承認した。組合員1人年5回までの開催とし、大人1人税込300円の消費材購入代金を補助していくことを承認した。
- 郡山準備支部コース新規コース立ち上げと編成
 - ・一部のコースに問合せが集中し、加入受入れ待機が出ていることを踏まえ、郡山市のコースを新設し、コース間の移動調整を行うことを承認した。
- 福島市内での甲状腺検査の休止
 - ・福島市で甲状腺検査を行ってきた医療機関を休止とし、今後は福島市の組合員や一般の方で甲状腺検査を希望する方は、郡山市の医療機関にて実施していくことを承認した。

共済たすけあい委員会から

冬のキャンペーン開催中！！

期間：11月7日(月)～12月17日(土)
上記期間内に共済へ加入した方へプレゼントをご用意しています。詳細はHPの『生活クラブふくしまのニュース・活動紹介』をご覧ください。

ライフプラン講座スケジュール



- ・12月13日(火)10:00～12:00
「元気に時に考えておきたいお葬式」
クリスマス会 同時開催
- ・1月17日(火)13:00～15:00
「サステナブルな家計」

アンケートにご協力ください

よく利用する「牛肉の部位」ベスト3
→調理法は？

(例：丼物・炒める・煮物等)

(1) (2) (3)



アンケートにご協力頂いた方の中から抽選でプレゼントが当たります！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。

プレゼントのミニサンプル



- ①なたね油→ドレッシングに！
- ②ホットケーキミックス
→豆腐と混ぜてドーナツに！



お申込みは右記のQRコードを読み取り公式LINEから、または、次ページの「企画参加申込」からできます。





生活クラブカレンダー

12/9(金)ビギナーズ(=新加入組合員)カフェ
 & プチエクステンジ(=不用品交換)会
 @郡山中央公民館第1和室(郡山市) 10:00~12:00
 (時間内出入り自由)

12/10(土)近藤恵さん講演&大内信一さんと対談 ※締切11/30(水)
 @福島市民会館第2ホール(福島市) 10:00~12:00
 ※実参加での開催(zoom検討中)。他支部からの参加可。

12/17(土)甲状腺検査@桑野協立病院(郡山市)
 10:00~12:00
 ※受診対象は、福島支部&郡山準備支部組合員。

12/23(金)甲状腺検査@会津放射能情報センター(会津若松市)
 14:00~16:00

編集後記

12/10(土)の福島支部企画講演会、申し込みましたか?映画「原発をとめた裁判長、そして原発をとめる農家たち」に出演されていたふくしまの組合員で、二本松営農ソーラー(株)代表近藤恵(ｺﾝﾄﾞ ㏍ｲ)氏の講演、そして二本松有機農業研究会元会長の大内信一氏との対談です!農業に従事しながら、震災後ソーラーシェアリングにも取り組まれています。持続可能な地球を維持するために私たちに出来ることが見つかるはず!是非、一緒に参加しましょう!! (岩田)

企画参加申込は、切り取り線以下の用紙を配達便で出すか、Fax 0243-63-1051へお願いします。
 メールは以下の項目を書いて e-mail kyoyu.fukushima@s-club.coop までお願いします。
 ※ご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



↑生活クラブ
 ふくしまの
 企画申込は
 こちらから!

福の環(ふくのわ)生活 No.53 クイズ応募用紙&企画申込書

(配達便もしくはFAXで2022年12月9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

よく利用する牛肉の部位ベスト3

→調理法は?

(例;牛丼・焼いて塩胡椒・ローストビーフ等)

(1) (2) (3)

ネットから回答できます↑※クイズの答えを ■イベントの開催日とイベント名のところに【●月号福の環アンケート結果】を記入していただき 以下必須事項を記入してください!

《投稿欄》

以下の項目等でご自由にお書きください。
 (紙面に掲載させて頂くことがあります。)
 お気に入り消費材、我が家の定番レシピ、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

《企画参加申込書》上記カレンダーより選んでください。

企画名()に参加します。
 組合員参加者名()
 ()
 ()
 ()
 ゲスト参加者名()
 ()
 ()

《有償サポーター登録申込書》

有償サポーターに登録します。

- ・イベントサポーター
- ・チラシ配布サポーター
- ・SNSサポーター

↑
 ○をつけてください



↑↑生活クラブふくしま
 ご当地ハグみちゃん