

2023

3 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.56 2023年2月27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>



12月実績 組合員1,584人【対期首1%】、加入累計138人(117%)、脱退累計112人(105%)、共同購入累計1,560人【目標達成率22%】  
12月供給高3,466万円、世帯利用17,154円(143%)、12月累計経常剰余金▲44万円【前年187万円】( )内は前年比

## 知って欲しい 生活クラブのこと



### 【生活クラブの原点】

1968年、牛乳の共同購入からスタートした生活クラブ。当時、市販の牛乳はつくり方も価格の中身も消費者には開示されていなかったことに対し、「情報をきちんとわかって食べたい」と主婦たちが異議を唱え、自前の牛乳工場を作るに至りました。その時からずっと今も、食べ物について誰がどのように作ってどこから運ばれたものなのかを「分かって食べる」ことは生活クラブの基本。情報の開示はすべてに関わる大切な原則です。設立から50余年を経て、生活クラブでは今後も暮らしに必要な食べもの (Food)、エネルギー (Energy)、福祉 (Care) の共同購入を通じてサステナブル (持続可能) な社会づくりに貢献します。

生活クラブは「生協」です。営利を第一の目的とする一般企業とは異なり、消費者一人一人がお金(出資金)を出し合い組合員となり、協同で運営・利用する組織です。



### ★みんなで出資

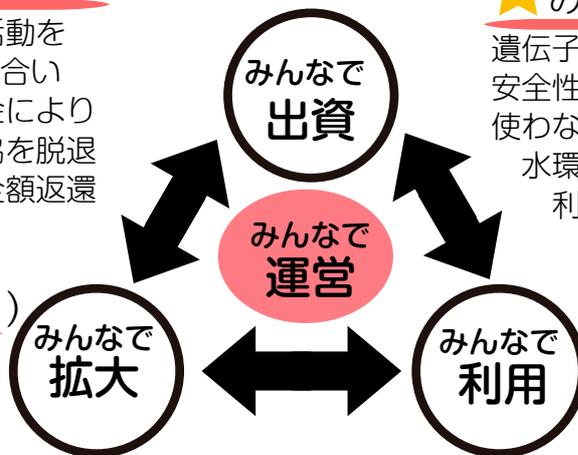
組合員は、自分たちの事業や活動を行うため、お金(出資金)を出し合います。生協の事業はこの出資金により運営されています。なお、生協を脱退される際には、原則出資金は全額返還されます。

### ★みんなで利用

遺伝子組み換えや添加物など、安全性に疑問のあるものは極力使わない消費材を開発し、水環境を守るためにせっけんの利用もすすめています。そんな消費材に「利用」を集めることで、社会に必要なとしない食の安全を脅かすものや環境破壊につながるものを買わない運動を同時にしています。

### ★みんなで拡大(仲間づくり)

新しい組合員を増やしていくこと(組合員自身で組合員を増やしていくこと=拡大)で、利用が増えていきます。それは次の世代にまで食の安心安全をつないでいくことにつながります。生産者も安心して作り続けていくことが出来ます。



生活クラブでは、自分たちの生活に必要な品物を、自分たちが開発過程に関りながら、生産者とともに「納得のいくものを作る」という活動を、組合員が意見を出し合い運営します。



@seikatsuclub\_fukushima



seikatsuclub\_fukushima





福島支部

●年間目標 25人  
●当月純増 1人  
(期首累計4人)  
●組合員 398人  
(1月末実績)



### 【薬膳豆知識】

(白菜) 白菜は薬膳では重宝されている野菜です。熱を冷ます、精神安定、消化器を健康にする、利尿作用、便通を良くする、風邪の予防、高血圧、高脂血症予防など細かく刻んで煮物、スープなどで、お試しください。

### 【報告】 1/20 ぎばるの甘夏を使ったマーマレード作り交流会

組合員8名の参加  
吉井田学習センター実習室



新規加入の方から「マーマレード作りも楽しかったし持ち帰ったマーマレードはとても美味しかった。」と感想を頂きました。

### 今後の予定

【福島支部大会】

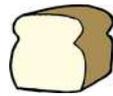
場所：アオウゼふくしま 4階 和室  
日時：3/27 (月) 13:30~15:00



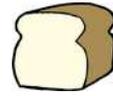
支部委員  
募集中



企画への申込は、別チラシか  
最終ページの申込書でもOK!

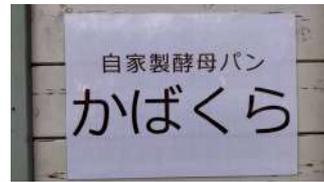


### 組合員のお店紹介



#### ☆自家製酵母パンかばくら☆

こちらの店は福島市JR金谷川駅の近くで土曜日と日曜日だけ営業している小さなパン屋さん生活クラブとの出会いは22年前、長男の幼稚園のママ友から教えてもらって組合員になったそうです。平田牧場のお肉、豚肉の加工品などを使ってお店をやりたいと思いパン屋さんを始めたそうです。お店に買いに来てくれるのは常連のお客さんがほとんどお客さんに「小麦粉が値上がりして大変だね」と言われるそうですが「スーパーなどに比べれば生活クラブの消費材はそこまで値上がりはしていないので大丈夫」と笑顔で話してくれました。ここは福大の学生さんも多いので、安くボリュームのあるものを食べさせたいと思ってパンを作っているそうです。今後も今のスタイルでパン屋さんを続けていきパンの販売の他に、お弁当の販売、他の業種の仕事も考えていると夢を話してくれました。パンの材料は生活クラブの消費材を使って作られているので安心して食べられます。(一部他の生協材料も使われてますが安全性は問題なし)組合員の店主さんとお話をするのも楽しいので、お店に足を運んでみてくださいね。



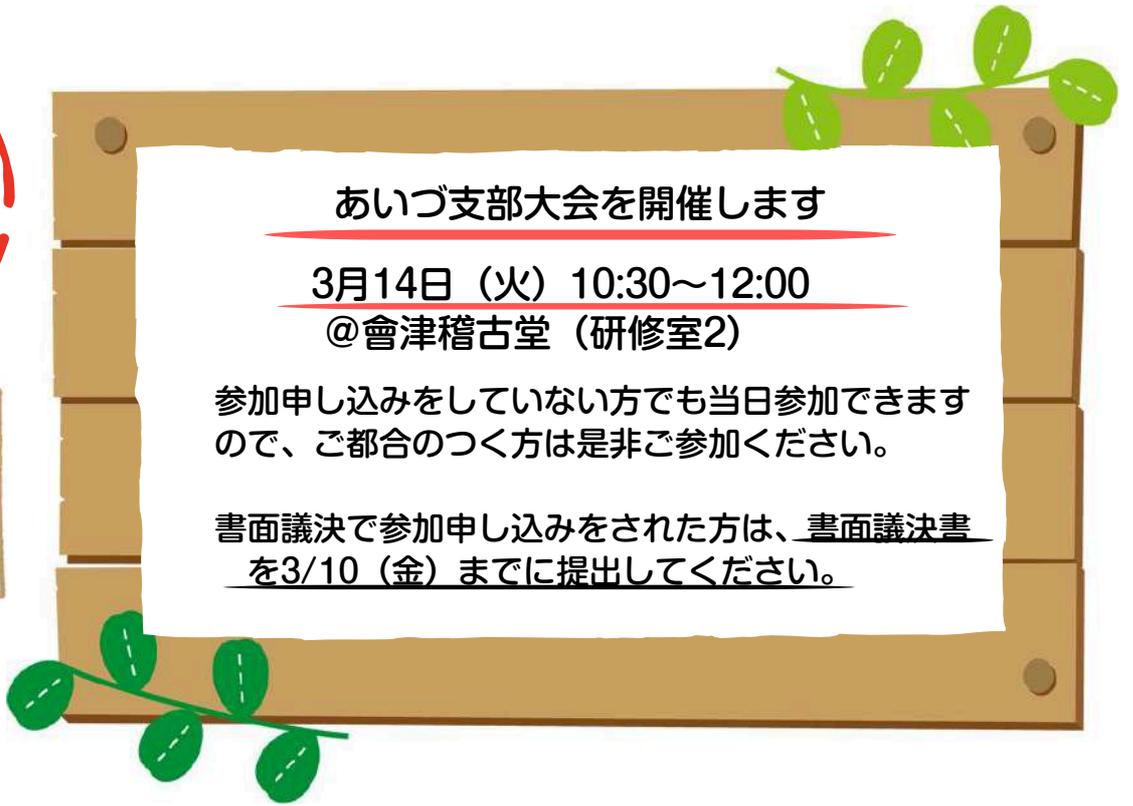
### 甲状腺検査のお知らせ

日時・場所：郡山のページをご覧ください。  
費用：無料・大人3,300円(税込み)  
申込み・問合せ：TEL 0243-63-1050(センター)まで  
●ここがポイント●  
◎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!



あいづ支部

- 年間目標 25人
- 当月純増▲7人  
(期首累計▲7人)
- 組合員 827人  
(1月末累計)



### あいづ支部大会を開催します

3月14日 (火) 10:30~12:00

@會津稽古堂 (研修室2)

参加申し込みをしていない方でも当日参加できますので、ご都合のつく方は是非ご参加ください。

書面議決で参加申し込みをされた方は、書面議決書を3/10 (金) までに提出してください。

### 【報告】 オイまるカフェ「大人おやつを食べよう&コーヒー飲み比べ」

今年度の活動報告と、次年度の活動に向けて皆で考え、提案や要望などを話し合いました。また、消費材のコーヒーの飲み比べやきぼるの甘夏を使ったサラダ、お菓子の試食もしました。

#### 1月20日 (金) @會津稽古堂

(参加者 組合員6名、支部委員3名、理事2名)

積極的な参加者が多く、和気あいあいとした雰囲気の中、「月1回の手作りサークルがあったら、ぜひ参加したい」といった提案や消費材の雑貨のオススメなどを話したり、楽しい組合員同士の交流の場となりました。

コロナの影響でなかなか難しかった対面での活動ですが、次年度は状況を見ながら機会を作って行きたいと思います。



#### 2月1日 (水) @喜多方厚生会館

(参加者 8名、支部委員2名、理事3名)

参加者各々自己紹介の後、今年度の活動報告と質疑に入りました。たくさんの質問や提案が上がり、少し時間が足りないくらい盛り上がりました。

質疑応答の後は、甘夏サラダ、コーヒーやお菓子の試食をしました。久しぶりに顔を合わせた組合員同士で会話が弾んだり、理事や支部委員長に提案や相談をする様子が見られ、みんなで考え、語り合う貴重な時間となりました。



### 《 今後の予定 》

★3月14日 (火) 10:30~12:00

あいづ支部大会@會津稽古堂 研修室2

★3月21日 (火) 10:00~12:00

Let's食育「親子でビオサポクッキング講座」@會津稽古堂

★3月31日 (金) 14:00~16:00

甲状腺検査@会津放射能情報センター

あいづ支部LINE公式に登録しましょう！



企画への申込はこちらからどうぞ！  
別チラシか最終ページの申込書でもOK！



**【報告】 1/23(月)きばるの甘夏でオレンジジュース作り  
@インスタライブ配信 & 実参加者でオイまるカフェ**



《実参加者》  
組合員3名、子ども1名、ゲスト1名  
スタッフ3名  
《インスタグラム視聴者》  
組合員4名、ゲスト10名、スタッフ1名

- 年間目標 20人
- 当月純増 4人  
(期首累計27人)
- 組合員 198人  
(1月末実績)

インスタライブ配信視聴者や実参加者からの質問にも答えてもらえ、実参加者には甘夏の味見も！  
ライブ配信終了後は実参加者でカタログを囲み、消費材の話で大盛り上がり！次年度の希望もたくさん出た有意義な時間でした！



←←←  
参加組合員から後日、ご自宅で娘さんがバレンタインに作った様子を送ってくれました。



**【報告】 2/21(火)「ゆるベジ料理教室」@A-labo**

aruku経由で3名ゲストのお申し込みがあり、小雪も舞う天気の中、市外から皆さん参加されました。冷凍のミールキットと、今回は冷凍のパンも添えたランチプレートに皆さん大満足！「食事だけでなくびんのリユースや電気についてなど色々知れて楽しかった」との感想も！！

《参加者》ゲスト3名  
スタッフ4名



~~~~~今後の予定~~~~~

3/15(水)10:00~12:00@郡山中央公民館第8講義室  
郡山準備支部集会 & プチエクスチェンジ会

★今年度の活動を振り返り、次年度の活動のリクエストを受け付け！ワクワクな楽しい企画を組み立てましょう！それが終わり次第、毎回好評の不用品の物々交換会に！わいわいおしゃべりしながら、注文やちょっとした普段の疑問質問にもお答えしま〜す！

《新年度の企画予定(案)》  
「ほっとカフェ & プチエクスチェンジ会」  
(=不用品の物々交換)  
開催時間；10:30~14:30  
場所；郡山準備支部エリア内各公民館  
参加費；無料(年2回集金の支部活動費を充当)  
参加締切；ナシ (=当日参加可)  
定員；7名位  
参加対象；どなたでも参加可  
託児；ナシですがお子様連れOK！  
持ち物；交換したものの(汚れ物 & 生もの以外で)  
内容；お出かけやお買い物ついでに、ほっとおしゃべりしに来てください。ついでに消費材の事、地域の情報や困り事、こんな仕組みが欲しい！等の提案も受付！

~~~~~甲状腺検査のお知らせ~~~~~

日時：3月18日(土)10:00~12:00  
4月22日(土) //  
5月20日(土) //  
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★

- ・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！
- ・震災当時20歳未満のお母さん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。

## ふくもり意見交換会&オイまるカフェ 開催報告



2/4(土)@楽只亭 ☆「ふくもり意見交換会」 (参加：大人8名)

- テ主** ①組合員の数を増やすにはどうしたら良いか？  
**マ要** ②担い手となる支部委員を増やすにはどうしたら良いか？  
 ③エコロ共済の導入についてどう思うか？

等々について忌たんのない意見が交わされました。不景気・価格高騰、購買力を下げる要素ばかりの情報の中、安心・安全・美味しいを再確認し、それを伝えて仲間を増やす。私達も積極的に利用し、個人の利用金額を上げるようにする。その他、若い組合員から「マルシェに興味あり、やってみたい！働きながらも活動出来る事があれば教えて欲しい！」等の前向きな意見も多数あり、話は尽きませんでした。

☆「オイまるカフェ」 (参加者：大人8名、子供6名)

同日、さらにお薦めの食材の話などで盛り上がりながら香ばしい六穀クラッカーに甘さ控えめイチゴジャムとそのままでもおいしい国産シュレッドチーズをのせて試食会をしました。手軽で美味しい安全なおやつ、子供にも大人にも大好評でした。



【予定】相馬準備支部組合員集会は3/26(日)10:30~相馬駅前振興ビルを予定

年間目標 15人  
 当月純増 0人  
 (期首累計▲7人)  
 組合員 124人  
 (1月末実績)

### アンケート結果

よく使う魚介類ベスト3  
 (+どんな料理に使う?)

ししゃも(カペリン) →焼いて！  
 頭まで丸ごと食べられる！

あじ南蛮漬け →冷凍なので  
 好きなタイミングで食べられる！

しめさば →真夏の料理したくない時の常備品！  
 野菜と共に盛る！

あさり →アクアパッツアがおいしくなる！

紅じゃけ →大きくてお弁当のおかずにピッタリ！

真あじ開き →大きさもちょうどよく子ども達も  
 食べやすい！

さば(2本) →新鮮で安い！  
 味噌煮、甘酢あんかけ、塩焼きに！

※今回はベスト3にならず…(>\_<)いただいたコメントを出来る限りご紹介！！是非、注文の参考に！！

第8回理事会報告(抜粋) 1月26日(木)開催

1. 討議決定事項
  - 2023年度活動計画策定資料決定
    - ・第18回通常総代会の議案作成に向け、22年度の活動の振返りと23年度方針計画についての策定資料を決定した。
2. 報告承認事項
  - 理事会研修&理事の活動参加計画
    - ・2/27(月)生活クラブでんきの学習会
    - 3/1(水)エコロ共済学習会開催について承認した。
  - 下期監査活動計画
    - ・監事会からの下期監査活動計画の内容を共有した。
  - 春のリフレッシュツアー開催
    - ・春のリフレッシュツアー(愛知、滋賀、京都)の開催について確認した。

### 共済たすけあい委員会より

生活クラブには独自の共済  
 『ハグくみ』が  
 あるのはご存知ですか？



組合員が組合員のためにつくった共済だから  
 組合員が困ったときに役立つ保障がたくさん

①0歳~満64歳の方が加入できます！  
 →性別年齢問わず月掛金 1000円

②持病があっても、服薬していても  
 事前に申告することで加入できます。

詳しくはWEBサイトをご覧ください ▶



### アンケートにご協力ください

私のおススメの飲み物ベスト3  
 →粒入り温州みかんジュース、歌茶等  
 (1つだけでも可。理由も教えてください！)  
 (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。





# 生活クラブカレンダー

3/14(火) あいづ支部大会@會津稽古堂 研修室2  
(会津若松市) 10:30~12:00

3/15(水) 郡山準備支部集会&プチエクスチェンジ会  
@郡山中央公民館第8講義室(郡山市) 10:00~12:00

3/16(木) 共済たすけあい委員会主催 ライフプラン講座  
「主婦が働く時の社会保障と税金」@zoom 13:00~15:00

3/18(土) 甲状腺検査@桑野協立病院(郡山市)  
10:00~12:00

3/21(火) Let's食育「親子でビオサポクッキング講座」  
@會津稽古堂(会津若松市) 10:00~12:00

3/27(月) 福島支部大会@アオウゼふくしま 4階和室  
(福島市) 13:30~15:00

3/31(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

今年の冬は寒いせいか、例年に比べて食卓におでんが登場する回数が増えました。いつでも思い立った時に作れるように消費材のおでん種セットとこんにゃくはストックしています。つゆは生活クラブの白だし一つで美味しくできるので助かっています。私達組合員はいつまでもおいしくて安心な消費材を手に入れることができるように仲間を増やして、食べて生産者を応援し続けていきたいですね。

(本間)

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.56 アンケート応募用紙&企画申込書

(配達便もしくはFAXで2023年3月17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

### 私のオススメの飲み物ベスト3

(例; 粒入り温州みかんジュース、歌茶等)

→1つだけでも可。理由も教えてください。

(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