

コルザはフランス語で「菜の花」 生活クラブ虹の街の機関紙です

3 月号 2019 № 409

サスティナブルなひと、 生**活クラブ**





理事会だより(6月議事抜粋)

① ふくしま単協と栃木単協の組合員と子どもの放射能汚染地域 からの保養を目的とした「リフレッシュツアー in ちば」を 7月 29日 (月) ~ 8 月1日 (木) に 3 泊 4 日で今年も実施します。

②「遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン」から生活クラ

ブ連合会にゲノム編集食品の規制と表示を求める請願活動の呼び かけがありました。虹の街でも請願署名活動に取り組みます。

③ 単協の省エネ活動のために活用することを目的に設立した生活クラブ自然エネルギー基金に、2019年度(5・10・2月)に行う環境委員会主催の講演会費用の助成を申請します。

5月の組織報告 総供給高 693,813,114円

総組合員数 43,129 人 (班 4,827 人 個別 21,398 人 デポー 11,809 人 経済共済 5,095 人)



おもしろ野菜クラブ

田んぼの学校

5月4日、ちばあさひ米の生産者JAちばみどり旭自主開発米部会の田んぼで田植え体験が行われました。参加者は73人。好天にも恵まれ、大人も子どもも泥にまみれ、足をとられながら苗を植えました。順調にいけば、9月には稲刈りができます。生き物いっぱいの田んぼで育ったお米をこれからも食べていきたいですね。



トマトの学校

4月29日、風の村とんぼ舎さくらの農園で、加工用トマトの定植をしました。参加者は56人。説明を聞いて、マルチに等間隔に穴をあけ1本ずつ苗を植えました。

トマトケチャップの生産者コーミ(株)の相馬英輔さんが、加工用トマトがケチャップになるまでを説明してくれました。収穫体験は7月21日です。この畑のトマトは生活クラブのケチャップ原料にはなりませんが、デポーで販売される予定です。



ブロック活動ファイル

佐倉

ふらっとカフェ

6月11日、ミレニアムセンター佐倉調理室にて福祉フォーラム主催「ふらっとカフェ」を開催しました。誰でも自由にふらっと参加できる100円喫茶に21人が参加。

今回は、地域包括支援センターや生活クラブ風の村さくらにも声を掛けたので、多くの方が来てくれました。森のコーヒー&消費材のお菓子におしゃべりも弾み、実用折り紙やおしぼりアートも好評でした。小さなお子さん連れから年配の男性などさまざまな多世代交流の場として、とても賑わいました。次回は9月に開催予定です。

運営委員 太田愛香



松戸

健康寿命を延ばすヒント

生活クラブ連合会「健康な食」推進課の猪狩裕子さんと同課・管理栄養士の小山舞里菜さんを迎え、5月31日に「ビオサポアクティブシニア(美食百彩)講座」をセンター松戸で開催。13人が参加しました。

2016年の調査では健康寿命と寿命の平均差が女性は12歳もあります。そこで健康寿命を延ばすためのヒント3つを学習しました。①社会的人間関係を持つ。②身体を今より10分動かし筋力を保つ。③3~7日間で栄養バランスを調整する。また、低栄養状態の回避や食べる意欲の増進等を目的に開発された「美食百彩」の試食をしました。



元気な体を維持 するためには、生活 クラブの企画に楽し く参加するのもおす すめですよ♪

理事 深町知子



ひと



第 43 任しました。どうぞよろしくお願いします。 回通常総代会をもちまして理事長に就

理事長

加入したのは自然が好き

自然も好きです。 も好きですが、人為的で はなくそのままの状態の 野外活動で触れる自然 重力あるものは上から

す。ごみになるからリ 方と同じに思えたからで 理屈が生活クラブの考え 下へ、高い所から低い所 と無理が生じます。この へ移動し、流れに逆らう

理にかなっていると納得 可能にするこのしくみが たちは消費者として持続 生産者は生業として、私 対価を品代として支払う。 れていて、それに見合う なのか。これらが開示さ ためにどんなことが必要 いるのか。供給し続ける

組合員活動を続けている したからです。

と繋がり、より良い社会

これも何かのご縁。チャ れたのが始まりでした。 ませんか」と声をかけら 「支部リーダーをやり 思います。 に取り組んでいきたいと になるよう、これからも いっぱい汗をかいて真摯

費者が求めるものをつく

か。生産者は私たち消

食べ物はなぜこの価格な

ユースできるびんを使う。

るのにどんな工程を経て 福住洋美 て学ぶ」ことが多いこと ご教示くださいました。 開始。右も左もわからな 喜びや達成感を仲間と も魅力。やり遂げた時の それから産地視察や生産 違ってみんないい、です。 のでみんな先生。みんな 代交流。いろいろな背景 活動のいいところは多世 感謝の一言に尽きます。 の方々が消費材を五感で 料理上手な支部スタッフ い支部リーダーを当時の 者との交流など「体験し を持つ人たちの集まりな レンジしてみようと活動

スチック。世の中の人み 異常気象やマイクロプラ 組む課題と考えます。 んなが関心を持って取り 法改正の動きや児童虐待、 みんなでつながろう シェアできます。 今話題になっている憲 思いを同じくする仲間

2019 年度理事会メンバ-

お願いし ろ ま す <



就任の理事 26 人・監事 3 人

理事長:福住 洋美 副理事長:並木 道代 専務理事:片桐 浩章 常務理事:山﨑 倫一 理事: 畔上 久美 田端 知江 田中 寛子 土屋 妙子 亘 麻美 宮内 京子 紅谷 秋恵 松田 加奈子 鈴木 奈緒子 深町 知子 松田 あすか 西原 和代 鶴来 亜矢乃 岡崎 今日子★ 善塔 晃子 古在 ゆき★ 小林 友子★ 中谷 麻姫子★ 星野 維★ 岩上 章子 新保ちい子 熊澤 聡子★ 監事:西宮美佐子 五十嵐紀子 神谷洋子★ ★新任

は、 連合会の理事研修として 題を考えることです。 学び、憲法や平和・基地問 めとする安全保障問題を 縄の歴史と米軍基地を始 の現状を理解すること。沖 産者の視察を通じて産地 沖縄に行きました。目的 5月12~15日、生活クラブ (株)青い海などの生

ころに不発弾は埋まって けば今なお県内いたると 弾の展示がありました。 入ってすぐの床下に不発 県平和祈念資料館。 南部にある糸満市の沖縄 いるとのこと。戦争はまだ プリカではありません。聞 まず訪れたのは沖縄県 建物に

問わず沖縄戦の戦 終わっていないの れていました。 没者の名前が刻ま 礎があり、 念公園では平和の です。県営平和祈 国内外

> 太平洋を見渡す美しい海 追い詰められた人々がそ 海を越えて世界に発信さ です。ここから平和の心が ちですぐ下は海。沖縄戦で れているようでした。 した。壮絶な場所も今では で身を投げたと聞きま

とあってはならないと強 こわさ。こんなことが二度 され戦場に動員される過 令後の状況が展示されて 程と生死を分ける解散命 女たちが軍国主義に翻弄 館では夢見る年ごろの乙 いました。 く思いました。 ひめゆり平和祈念資料 戦時下の教育の

館は、1994年に米軍 れています。なかでも丸木 れたアート作品が展示さ 和」のメッセージが込めら されました。ここには 佐喜眞道夫によって開館 土地の一部を取り戻した (晋天間)基地から先祖の 宜野湾市の佐喜眞美術

失いました。 そのすさまじさに言葉を セージが添えられていて、 さない虐殺である」のメッ 自決が描写され、丸木夫妻 海に沈んでいく人々、集団 げる人、血で染まった海、 れたものです。 験者の証言をもとに描 「集団自決とは手をくだ 戦場を逃

か。(以降、 ち人間ではないでしょう それ以上に戦争を許さな たしかに人間です。しかし ずです。戦争をおこすのは 化することはできない なる人も戦争を肯定し美 ましい体験の前ではいか と思うのです。このなまな 辱にまみれたものはない れほど残忍でこれほど汚 びに戦争というものはこ のむすびのことばです。 い努力をできるのも私た 「沖縄戦の実相にふれるた 平和祈念資料館の展示 は

基地問題

以前、 生活クラブ千葉の

を上がると崖っぷ

の 図 」。

沖縄の地上戦を体

位里・丸木俊作の

「沖縄戦

「子どもたちに戦争のない持続可能な平和な社会をつなぎます」と掲げました

第4回通常総代会(20-6年6月17日開催)

で、

基本方針の一つに

虹の街では、

票とはどのような過程を ①憲法改正を問う国民投 習会として「憲法改正国民 経て行われるのか 投票」が開催されました。 会議所を会場に、第12次中 (計画策定委員会公開学 4月20·27日、

上となりました。

平和・憲法学習会

どう伝わるのか(講師:本 ②判断の元となる情報は 加者は両日で100人以 連続の公開学習会とし、参 間龍さん・ノンフィクショ ク国民投票広報機構代表 南部義典さん・シンクタン ン作家)、をテーマに2回 船橋商工 (講師 び合うコミュニティがで を学び合いました。 と、意見交換も活発に憲法 を守り権力者を縛るもの 加。「憲法は、国民の自由 わか*の弁護士久保木太 が開催されました。 ロック共催の憲法お話会 ティ/ママけんと千葉ブ が丘公民館で、コミュニ き、各地で活動しています。 る若手弁護士の会の略 一さんを講師に25人が参 *あすわか:明日の自由を守 憲法と私たちの暮らし」 5月29日、八千代市の緑 ブロックでも憲法を学 あす

法を知ることの大切さを いずれの学習会でも「憲

昨今、 実感した」と ぐる議論が活 憲法改正をめ 聞 発化している いう声を多く きました。 改めて



憲法を学んで

写真上右南部さん、 みませんか。

畔上久美

んで、

ゲート側には土砂運

と看

板 地

設

置を禁止する看

は

基

反

対

を訴

える看板

板が対峙しています。

般

車も行き交う国道を挟

搬遂

行の

ため

の

警備

にあ

たる大手

ネコンに雇

た警備

の ゼ

県警の

みんな若者。

面には

職員だった上間芳子さん いました。 に辺野古を案内してもら ゲー 土砂 ています。 基地ゲー ブの隣接地。 運 1 搬 前 東の出 に向 トは国道に面 キャンプ・シュ 名護市の辺野古 かう沿道 埋め立て 入りする に L

で基 と背筋がぞっとしました。 脳されてしまったのか?_ 定 れました。感情をおし殺し す 民意は新基地建設NO のです。 無表情で立つ若者に んでいくように感じら 地問題や日米地位協 沖縄県は発行物

7

実もわかりませんでした。 れるまではそういう事 を示しています。ここを は見直しが必要だと見

産者の

復 立 統 0 軍統治下から解放後、 というとまずは食の安全 工場見学をしました。見学 塩専 塩・ ප් 活 あ が 今回は違いました。 れ ಕ る 気になるところです 海水塩・やきしおの た せ 沖 売 青い海では素精糖 ようと会社が 縄 法 (詳しくは8ペ 0 の規制か 塩 づくり 日本 6 米 設 を 伝

> ころ に残 れています。 る文化をこよなく愛する を求め、 も重く見て、 心)」が消費材には込めら 切の行為を否定し、 という話がとても印象 (りました。 (人間の尊厳を何より 人間性の発露であ 戦争に繋がる 「沖縄のこ 平 和

げて訴えますが、

何事もな

ように淡々と物事が

す

カードを持ち、声を張り上

いらない」と書かれたプラ 来の子どもたちに基地

ちます。

「基地反対」

こちらは年配の方が目

地

反対を訴える人たち

らなのかなと思いました。 のこころの理解を深め 費材の利用を通じて 同 かりゆし*」 けたらと思いました。 様の気持ちがある の着用に

ŧ

たちにできること

史と今に向き合 た。 習に繋げた なんでしょうか。 平 和と公正をす S D たちにできること Gs * いと思 の 目 沖縄 べ 11 て 標 平 1 まし 和 16 の 学 歴 は

す。 とで目 S D 会があり経済が 、ます。 沖縄に思いを寄 歩 に 標達成に向けて Gs では平 して 11 . 和 け たら R せるこ あ の ŋ 上 の ま に

社

に

があります。

理事長 福住洋美 思 第

参加してみませんか・・・

平和のこと 一緒に考えよう!

千葉県生協連 70 周年記念事業 「子どもたちに平和な未来を 2019」 ユダヤ人家具作家の平和論 イスラエルからきた

8月10日(土)13:00~15:30 モリシア多目的ホール(JR津田沼駅徒歩5分)

- ① 講演 [武器を持てば平和になるの?] 講師:ダニー・ネフセタイさん
- ②朗読劇「あの日」 柏・麦わらぼうしの会
- ③ グループ交流 グループリーダーは大学生

問合わせ:千葉県生協連 tel: 043-224-7753

*7月上旬にちらし配布済み

みはま憲法カフェ

月1回予定

『檻の中のライオン』を読みす すめながら憲法について学び、 意見交換をします。

本部地域交流スペース渚

問合わせ:千葉ブロック tel: 043-278-7629



2030アジェンダ」にて記載され 択された「持続可能な開発のための 残さな 成され、 ゴール・169のターゲットから構 続可能な世界を実現するための17の た16年から30年までの国際目標。 アム開発目標(MDGs)の後継とし は2001年に策定されたミレニ ことを誓っている。 15年9月の国連サミットで採 続可能な開発目標 ら(leave no one behind) 地球上の誰一人として取り (SDGs)

日本としても積極的に取り組んでバーサル(普遍的)なものであり 服装として沖縄県内では官公庁でも またワイシャツとネクタイに代わる 縫製され、 ナルブランドシャツで、 のあいだ着用される日本発のナショ *かりゆしは、 ものと定義される和服の 先進国自身が取り組むユニ 沖縄観光をPRする柄 沖縄県などで主に夏 なものであり、 一つとして、 沖縄地方で



-各団体

生活クラブ風の村

事業本部:佐倉市王子台 1-28-8 ちばぎん臼井ビル4階



tel: 043-309-5811 fax: 043-460-8844

https://kazenomura.jp/ e-mail: info@kazenomura.jp

「笑いヨガ」の取り組みについて

みなさんは毎日たくさん笑っている でしょうか?

子どもは1日に100回以上笑うの に対し、大人になると数十回に。「笑 うことの健康効果」はたくさん耳にし ていることと思います。

今年度から風の村では、ご利用者や ご家族・地域の皆さまに健康的に過ご していただけるよう、笑いの体操とヨ ガの呼吸法を組み合わせた「笑いヨ ガ」を取り入れていくことになりまし た。誰でもいつでもどこでも気楽に楽 しめる健康体操です。

笑いヨガのプログラムでは、ウォー ミングアップ後に腹式呼吸を取り入れ た「笑いのエクササイズ」を行います。 これにはテーマがあり、ストーリーに

沿って場面を想像します。「ハワイツ アー笑い」では、ハワイに行った気に なって、海水浴で見かけた昆布の動き をまねて笑う「昆布笑い」、フラダン スの動きで笑う「フラダンス笑い」な どそれぞれ遊び心のあるエクササイズ です。笑いヨガのストーリーやエクサ サイズの組み合わせや内容は自由です。 その時の参加者の状況に合わせて柔軟 に展開できるのも特徴の一つです。

10 分間お腹から笑うと 30 分ボー ト漕ぎマシーンで運動したのと同じ心 肺機能への効果があり、顔の筋肉を使 うので血流がよくなって顔色がよくな るといった美容への効果や、高血圧や 血糖値への影響のほか、エンドルフィ ン(ホルモン)の分泌で気分を高めた



り酸素をたくさん取り込むことによっ てエネルギッシュに活動ができると いった生活上の効果もあるといわれて います。

そんな良いことづくめの「笑いヨ ガ」を取り入れるにあたり、日本笑い ヨガ協会*のリーダー養成講座を受講 した職員を中心に、日々勉強会や練習 を重ねています。そのうち風の村の施 設に行くと「ホッホッハハハ」「いいぞ、 いいぞ、イェーイ」とたくさんの笑い 声が聞こえてくるかもしれません。

風の村いなげ施設長 外口 恵

*日本笑いヨガ協会が Youtube で 「笑いヨガ」を紹介しています。



VAIC-CCI

事業本部:千葉市稲毛区園生町 1107-7



tel: 043-290-8015 fax: 043-290-8016

http://www.vaic-cci.jp/

つなぐつながる[()病 e-mail: info@vaic-cci.jp

街の緑側

喫茶 アルルカン

賑わっています! 喫茶アルルカン 生活クラブ風の村特養ホーム八街1階

オープン以来 18 年間、入居者や地域の人々の出会いと 憩いの場として親しまれています。企画も盛りだくさんで、 四季折々、たくさんの人々で賑わっています。 ぜひ、八街の風を感じにお越しください!

~ 2019 年度の主なイベント~

7/13 (土) 馬頭琴美炎ライブ 終了しました

11/9(土)・10(日) あるる市

12/7(土) 佐藤洋祐 Xmas Jazz Live

3/1(日) 三遊亭遊馬ひな祭り寄席

~隔月定期開催の教室~

- ●紅茶と英国文化(偶数月第1水曜日)
- ●英国菓子(奇数月第1水曜日)
- ●寄せ植え (偶数月第2木曜日)
- ●もてなしの茶の湯(偶数月第3木曜日)
- ●私のセルフエクササイズ (偶数月第1水曜日)

<問合せ・申込>喫茶アルルカン tel:043-440-0191

はぐくみの杜を支える会 住所: 君津市糠田 64番地



tel & fax: 0439-32-2270 e-mail: hagukumi-sasaerukai @aroma.ocn.ne.jp http://hagukuminomoriwosasaerukai.jimdo.

はぐくみの杜を支えること

日頃より、はぐくみの杜を支える会にご支援・ご協力いた だき、ありがとうございます。今年も多くの組合員の皆さま に会員になっていただき、また、ちばあさひ米の寄付や、巣 立つ子どものための「はばたき基金」への寄付をいただき、 本当にありがとうございます。

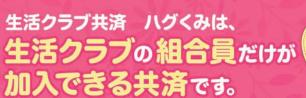
はぐくみの杜では、この4月に2人が巣立ち、4年制大学 に進学しました。児童養護施設から4年制大学への進学は まだまだ少なく厳しい状況ではありますが、夢に向かって頑 張れるよう、皆さまから寄付していただいた基金で支援させ ていただいています。毎日の生活を支援するボランティア活 動では、スタッフの負担軽減のための食事作りや環境整備、 遊び・スポーツなどを行っています。ボランティアの募集もし ていますので、お問い合わせいただければと思います。

6月1日に第4回通常総会を開催しました。今年度も子ど もたちが充実した生活が送れるよう、また、希望に沿った巣 立ちの支援ができるよう取り組んでいきます。今年度もどう ぞご支援のほどよろしくお願いします。

クララブちゃん・生活クラブ共済・赤ちゃん♪せっけんプレゼント



*ドライアイスの注文番号は731.よやくらぶ802721を記入すると自動的に注文できます。中止の場合は数字欄に0を。 1つ100円(税別)です。







ご当地ハグみちゃん ちば





※お支払い事例はあくまでも例です。実際のお支払いはケースバイケー ※1 2016年9月1日以降の事故についてのお支払い例です。 ※2 2016年9月1日以降、出産祝金は夫婦での加入の場合2人に支払われます。

月掛金 1.000円 生活クラブ共済 ハグくみ オリジナルキャラクター

ハグみちゃん

詳しい保障内容はパンフレットをご覧ください。

問合わせ:福祉・たすけあい事業部 共済推進課 tel: 043-278-7768

手頃な掛金で ママをしっかりサポート!!

お誕生おめでとう!

平田 旭 (あきら) ちゃん	2018.06
長橋 ことみ ちゃん	2018.07
小松原 涼輔 (りょうすけ) ちゃん	2018.10
森 律樹(りつき)ちゃん	2018.11
和氣 隆ノ亮 (りゅうのすけ) ちゃん	2018.11
湯川 かのあ ちゃん	2018.11
松浦 沙奈(さな)ちゃん	2018.11
中川 結月(ゆづき)ちゃん	2018.11
村山 莉央 (りお) ちゃん	2019.02
北島 雪純 (ゆきつな) ちゃん	2019.04
畠山 大知 (だいち) ちゃん	2019.04
下村 悠月 (ゆづき) ちゃん	2019.05
小堀 咲舞 (えま) ちゃん	2019.05
金子 恭大 (きょうた) ちゃん	2019.05
板垣 芹奈 (せりな) ちゃん	2019.05
相馬 奏汰(かなた)ちゃん	2019.05
宮城 竜(りゅう)ちゃん	2019.05

 		アに提出してください。					
組合員氏名		組合員番号				申込 締切	
こんに	こちは!赤ちゃん♪せっけんプレゼント	申請 (太枠の組合員	員氏名と番号	号を記入し	てください)	1歳の誕	
赤ちゃんの なまえ	ふりがな (男・女)	赤ちゃんの生年月	20	年	月生まれ	生日の前 日までに 申請して	1
	『コルザ』に掲載してもよろしい ⁻	ですか。(はい・い	いえ)			ください。	



↑ WEB からの 申し込みは こちらから

2019

8月号

今月の消費材

真塩・海水塩



(株) 青い海 のはじまり

昔から四方を海に囲まれた沖縄では、美しい豊かな海から塩炊き職人によってつくり出された塩を大切に受け継いできました。しかし、日本復帰後、塩専売法の規制によってこの伝統的な製法は禁止。すると至る所で沖縄の伝統食となじまないという弊害が起き、昔ながらの塩を復活させようと有志が集い「株式会社青い海」を設立しました。

世界に誇る美しい海と共に生き、 歴史ある塩づくりの継承をめざしましたが、設立当初は、沖縄の海水のみ を使った塩の復活は認められず、輸入天日塩を購入し再生または加工するという形で製造許可を申請。沖縄の塩の製造工場「沖縄1号」として許可され「真塩」が誕生しました。

現在でも当時の製法に準じ、天日塩 (メキシコまたはオーストラリア産)を沖縄の海水に溶解した後、平釜で再結晶させる方法で製造しています。

海水塩への想い

1997年4月に塩専売法が廃止となり、海水から直接塩をつくることが可能になりました。日本各地では、競い合い海水塩を製造するメーカーが続々と設立。青い海は、長年培ってきたノウハウを元に、念願だった沖縄の海水100%を原料にして「海水塩」をつくりあげました。

(株) 青い海:海水調査を毎日行い、マイクロプラスチックに関しても専門機関での分析をし、心配がないことを確認しています。





糸満沖合い 2000m から海水を取水





海水をろ過





平釜でじっくりと煮詰める





乾燥室で余分な水分を出し、まろやかな味に仕上げる





手作業で軽量・包装。厳しい検品後、出荷

デボー

お休み

8月14~16日 9月8日(日)

5%

*真砂・みつわ台は夏時間 4~9月は19:00まで (日曜は通年18:00まで

	Ð	F]	火	水	木	金	土
					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
					22		
•)	25	26	27	28	29	30	31



↑デポー情報 詳しくは こちらから

8月のデポー

日曜市 句の野菜・くだものがお買い得になる日曜青果市開催。シュース類は通常の箱値引きよりさらにお得(一部対象外品あり)。

イベント案内

冷凍品お買い得 8/18 2パック以上で

週末イベント:お得もいろいろ 夏休みお盆フェア 8/9・10

疲労回復!オープンフェア 8/17・18 夏バテ防止スタミナフェア 8/23・24 新学期朝食応援フェア 8/30・31



8月のビジョンフードは 青果

ビジョン フードの日

① 8/1

② 8/19 ~ 25 の間テポー毎に1日設定





あ友だち・ご家族にデポーをご紹介ください!

8/22 きかりマルシェ(9~11月まで毎月開催)

8/30・31 みつわ台アニバーサリーフェスタ

/30 井筒屋・精華堂

/31 栃木県開拓農協 (牛肉)・タイヘイ

9/6・7 真砂・新松戸・松葉町バースデーフェア 真砂 / クルモ青木味噌・平田牧場豚肉解体・さんぶ野菜ネットワ

/7 日東珈琲・まぐ3解体 新松戸 /6 新生酪農・日東富士製粉 /7 静岡うなぎ・井筒屋 松葉町 /6 ハイム化粧品・ヱスケー石鹸 /7 AIC・角谷文治郎商店(岡永)

人気消費材の生産者に直接会えます! *詳しくはHPなどをご覧ください

* 2019年7月3日作成 イベントや入荷予定等は変更になることもあります。













スマホで簡単に注文できます!

こども食堂基金 (寄付報告・2019 年度助成団体決定) →