



「スピカ」は農業の女神である乙女座の1等星です

Vol.471

5・6月号

MAY
5JUNE
6

生活クラブ

〒333-0857

埼玉県川口市小谷場 206

TEL 048-424-2763

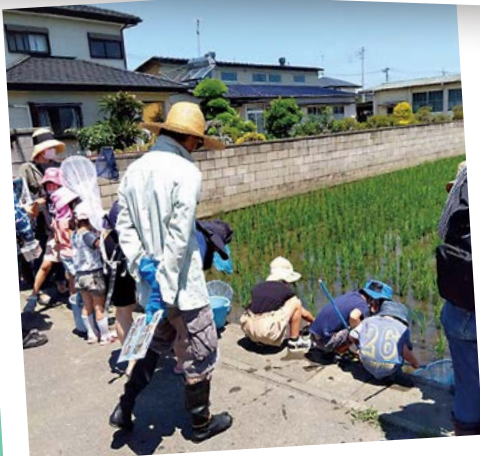
FAX 048-424-2796

2023年

5月1日発行（隔月発行）

特集

生活クラブなら、つながる ～活動の中での様々なつながり～



はにゅう米交流イベントの様子

組織数と利用

- 3月末組合員数 組合員数 36,442名 共同班 5,159名 個配 26,971名 デポー 4,312名 対期首（2022年4月～）+95名
- 利用高（2023年3月1回～3月5回）※展示会除く 総額 904,354千円 世帯当たり平均 28,356円 共同班平均 24,774円 個配平均 29,070円

大宮ブロック

久喜支部のつながり



夏バテ防止講座の様子



トーンチャイム演奏



「コネコネマイせつけんづくり」の様子

2022年、久喜支部が組合員や地域のみなさんと繋がるために行った活動を紹介します。

一つ目は「ハウス」。エコ委員のKさんが中心に立ち上げました。子育てや介護など、これまでの経験で感じた地域や人と繋がることの大切さが、取り組む力になったとKさん。災害時の「ローリングストック」の勉強会や、「くらぶルーム」とコラボした「夏バテ防止メニュー」のランチ会などを開催。また、「トーンチャイム演奏」と埼玉県警防犯係

による寸劇」は多くの地域の方が参加してくれました。

二つ目は3年ぶりに開催された「久喜市民まつり」への出店です。エスケー石けんの「コネコネマイせつけんづくり」と段ボール製の「ガチャポンくじ」での参加となりました。ガチャポンくじは、外れくじなし。生活クラブの消費材が当たります。用意した100個のくじは1時間で完売しました。せつけん作りも多くの親子でにぎわいました。

今後とも、地域と繋がる活動を続けていきたいです。

久喜支部 前原直子

FEC 自給ネットワーク

生活クラブは、自然と共生し、食べ物 (Food)、エネルギー (Energy)、福祉 (Care) をできる限り自給・循環させる「FEC 自給ネットワーク」づくりをすすめています。



生活クラブ風車「夢風」5周年記念イベント



【庄内・遊佐太陽光発電所】砕石工場跡地

会津電力雄国発電所では太陽光パネルの支柱を利用して、ぶどう栽培を行っています



生活クラブは原発のない未来をめざし、「生活クラブでんき」の利用者・生産者の輪を広げ、再生可能エネルギーを通じてさまざまな地域や人とつながっています。

秋田県にかほ市芦田地区に、生活クラブ風車「夢風」を2012年に建設してから10年が経ちます。私たちに必要な再生可能エネルギーの電源だけでなく、地域に根差した電源でありたいと考え、にかほ市の市民や自治体と交流を重ねてきました。その交流から、地元生産者と消費材開発をすすめる「夢風ブランド」が誕生、共同購入が始まりました。

エネルギーを縁とした 発電地域と組合員の新しい物語

山形県の遊佐町では、平田牧場・庄内親生会(生活クラブの生産者団体)・生活クラブで「庄内・遊佐太陽光発電所」を建設しました。売電事業の収入の一部で基金を創設して、地域のまちづくりに役立てています。

福島県には福島第一原子力発電所の事故から立ち上がり、再生可能エネルギーを自らつくり、新しい社会の在り方を発信している「会津電力」「飯館電力」があります。生活クラブと同じ意思を持つ仲間として、二社が発電した電気を「生活クラブでんき」で取り組み、交流を続けています。

生活クラブではエネルギーも消費材と考えます。つくる人と使う人の出会いを通して、地域との新しい物語をつくり続けています。

キラリ

お気に入りの消費材♡

【有機栽培インスタントコーヒー】(鈴木さん)
市販にはないし、おいしい
【国産100%なたね油】(松下さん、鈴木さん)
素材の確かさや湯洗いなどの製法の安全性
【みやの豆腐】(松下さん)
大豆の味がおいしい



鈴木 香純さん
(狭山ブロック 日高支部)
家族/夫

松下 澄恵さん
(狭山ブロック 日高支部)
家族/夫、長女(中2)、次女(小6)、三女(小1)

有機農産物生産者のつながりをひろげて、地域みんなの生活が農業とつながるようにしたい!

有機農産物生産者であり生活クラブ組合員の共通点を持つ2人。自然を生かした作物の持つ力、人の命の根幹にかかわる食や教育のことなど、お話しをうかがいました。



松下澄恵さんは東日本大震災のあと、安全な食品を求めて生活クラブに加入しました。右上の「ふうわりオーガニックファーム」のロゴは、美大で学んだこともある澄恵さんの手描き

日高市のシンボル日和田山を望む地に「ふうわりオーガニックファーム」の看板がかかげた、松下さんの自宅があります。県内の木材を使って建てられた家は樹の香りがして、庭には太陽熱温水器があり、放し飼いの鶏が地面をつついていました。

松下さんの夫は、落ち葉などたい肥を作り、作物の種は自家採種、在来種にこだわり、少量多品種を作る農家です。その土地に合った作物を農業や化学肥料を使わずに育てた野菜を食べることが、人の体や心を元気にすると思います。そんな有機野菜を家庭や飲食店に届けることを通じて、食べるもの大切さを伝えていきます。

松下さんは農業を手伝いつつ、

「ふうわりオーガニックファーム」人が生きるための基本を大切に



ファームHP

3人の子どもたちを育てる中で出会った、組合員が運営している自主保育の「森のようちえん」で保護者として保育現場に関わっています。また、美術大学で学んだ経験から、特別支援学級の子どもたちが通う学童施設の美術クラスを受け持ち、子どもたちがのびのびと可能性を広げる場に関わることにやりがいを感じています。そして生活クラブの支部委員活動にも参加し、楽しんでいきます。

「香胡園」国産ごまを守るために立ち上がった若き生産者



香胡園HP

支え合う未来を描いて

最後に鈴木さんが「自分のごまと小麦、松下さんの野菜は日々の生活に欠かせない作物。これを食べる地域の人が、ただ作物を買うというのではなく、農業を自分の生活の一部とらえてくれるような関係が築けたら良いですね」と、組合員と生産者が互いに支え合う関係づくりに話してくれました。

明るく元気な松下さん、静かな口ぶりながら確固たる意志を感じさせる鈴木さん、それぞれが頼もしい未来を描いています。

2023年2月23日取材
編集ワークス・ふれあ



松下家の鶏とたむれる鈴木香純さん 加入して1年。生活クラブの職員が「香胡園」のごまのことを聞きに来たことが加入したきっかけでした。

さんとめどんぐり村



埼玉県南西部の4市1町（川越市・所沢市・狭山市・ふじみ野市・三芳町）にまたがる三富地域では、平地林（ヤマ）の恵み（落ち葉堆肥等）を畑に施し作物を作る循環型農業が、320年以上おこなわれています。その中の三富新田（さんとめしんでん）は世界農業遺産の候補にもあげられています。自然が残る三富地域で、地域で暮らす様々な人が集い、土に触れ、楽しみ、学習をする、そこに行くことで癒されるような、交流ができる場を協同村と位置づけ、愛称を「さんとめ どんぐり村」と呼び、活動を行っています。



どんぐりヤマの落ち葉掃きの様子



馬鈴薯間引きの様子



デポー



できる限り国産品にこだわり、原材料の履歴もはっきりした、おいしい消費材が買える「生活クラブ」のお店です。生活クラブのオリジナルはもちろん、鮮魚や地場野菜が並び、試食会や料理講習会などのイベント企画も行われています。



本部・配送センター



消費材を組合員へ届ける仕事をしています。配送は職員、ワーカーズコレクティブが担当、わからないことは気軽に聞いてください。センターにある会議室ではブロックの運営会議やイベントも開催しています。



生活クラブなら、つながる ～活動の中での様々なつながり～

点から線へ、誰でも参加できる集いの場



生活クラブ埼玉は県内に、組合員が活動に利用できる「場所」がたくさんあります。ひとりの声からおおぜいに、一緒に活動できる仲間とつながりましょう！

Tハウス

Tハウスは子どもから高齢者まで誰もが集える場、気軽に話ができ情報交換や相談ができる場です。定期的に人の集う場（お茶会など）、福祉の視点を入れた場です。「Tハウス」の「T」はお茶のT、たすけあいのTです。

詳細はHPへ



くらぶルーム



組合員の活動スペースです。自分達が住む地域のつながりやまちづくりを考え、課題を解決する場として活用しています。消費材の荷受け、支部・地区の運営会議、子育て関連の企画、講習会（学び場）、Tハウス、ボランティアグループの拠点など、様々な活用が考えられます。



3・1・2 お弁当箱法



Tハウス「産後ママ」の様子

くらぶメゾン



生活クラブと地域をつなぐ、活動の拠点。共同購入、Tハウス、事業などのさまざまな機能を併せ持つ施設です。ライフスタイルの多様性に対応した予約共同購入や地域のニーズから生まれた事業、地域の人が集う場があります。



東上線沿線地域協議会 わっか祭（くらぶメゾン志木）



たすけあい輪っかはによる相談コーナー

生活館



組合員が集う、地域に開かれた活動交流施設です。多人数が集まれるホールや会議室、調理室などがあります。介護保険事業、居場所事業、配食事業、学童保育、Tハウスなども行っています。



草加生活館 e-さろん

もうコレ食べた？

生活クラブだからこそ、安心して利用できる、
こだわり消費材の魅力をお伝えします。

数年前にテレビなどで話題になったトランス脂肪酸。油で揚げている加工食品やお菓子にも含まれています。マーガリンならどれくらいのトランス脂肪酸が含まれているか気になりませんか？

「塗っておいしいマーガリン」のトランス脂肪酸は0.5%（計算値）「料理やお菓子にも使えるマーガリン」は0.5%（計算値）です。

この2つのマーガリンは、2015年に生活クラブの連合消費委員会のメンバーで結成された「マーガリン・ファットスプレッド再開発チーム」と生産者の月島食品工業（株）とともに活動しリニューアルされたものです。当時の市販品の平均値が7%ですから、どれほど少ないかわかるかと思えます。

トランス脂肪酸の過剰な摂取は、虚血性心疾患発症リスクを高めると言われています。厚生労働省の「日本人の食事摂取基準（2020）」によると、トランス脂肪酸の摂取量を摂取した総エネルギーに占める割合の1%未満とすることが望ましいとしています。マーガリンなどのトランス脂肪酸がメディアで取り上げられたことで、市販品でも含有量が抑えられた商品も出ています。



塗っておいしい
マーガリン

料理や
お菓子にも使える
マーガリン

しかし、濃度基準や表示義務がないため、マーガリンやショートニング、ファットスプレッドなど市販品から安全なものを選ぶことが難しい場合もあります。

パンの食事やお菓子作りに、生活クラブのマーガリンはいかがですか？

もちろん遺伝子組み換えでない原材料と「持続可能なパーム油」を使って作られています。

★ 理事会報告 ★ (2月-3月)

●【生活クラブ埼玉50周年記念行事検討チームの設置】

2024年9月で生活クラブ生活協同組合が埼玉で創立してから半世紀の50年となります。半世紀の活動の振り返りながら、周年記念行事の目的及び企画、スケジュール等を含めて検討していきます。

●【株生活クラブ平飼いたまご6個の実験取組み】

埼玉県内で鶏卵を生産する株生活クラブたまごと共に、持続可能な生産と消費の具体化の一つとして「平飼いたまご6個」を埼玉単協で実験取組をおこないます。

●【2023年度 東日本大震災復興支援リフレッシュツアーの開催】

東日本大震災から12年になり被災地の復興は進んできています。一方、福島県民調査で原発事故当時18歳以下の子どもを対象にした甲状腺検査により、2021年6月までに約300人の甲状腺がん、またはその疑いと診断されました。子どもたちの健康や、本人とその家族の不安を和らげ、寄り添い支えていくためのリフレッシュツアーを本庄支部が主体となって開催します。



投書コーナー「生活クラブのここが好き」

● おいしくて、安心な消費材が
あちこち駆け回らずに入られる
ところ。一つひとつの消費材を深掘り
すると、組合員の思いに
生産者の努力や工夫があります。
それを知ると、生活クラブって
いいなと思います。

シンミヤさん

● 遺伝子組み換え食品をできる限り
排除しているから。大豆やトウ
モロコシは、油やブドウ糖液に使
われるので、加工食品や清涼飲料
などあらゆる食品に使われていま
す。それをチェックするのは本当
に大変。感謝。

miroさん

2023年

9・10月号のテーマは…「わたしが生活クラブをはじめたきっかけ」

投書方法

〈必切：5月31日(水)必着〉

テーマに関して、意見やみんなに伝えたいことなどをお寄せください。
原稿は100字以内です！

投稿してくれた方から抽選で5名に「L's選定品」をプレゼントします。
はがき、FAX、WEBサイトフォームから受け付けます。



お楽しみ

WEBフォームは
こちら→



〒333-0857 川口市小谷場206
生活クラブ埼玉本部（スピカ担当宛）
FAX:048-424-2796

総代会に参加しよう！

くらしの
豆知識

生活協同組合に加入して、生活に必要なものを買うってそもそもどういうこと？

生活クラブに加入すると、会員じゃなくて組合員っていうのになるらしい。

毎月出資金って払ってるけど、何に使うんだろう？

生活クラブの消費材っていうのは組合員が作ってきたなんてよく聞くけど、組合員の誰がどうやって関わって決めるの？

環境とか平和とか、子どもたちの未来のこともちゃんと考えてくれているんだろうか。

超高齢化とか貧困とか孤立とかニュースでは聞く話だけど、生活クラブは何かやってるの？

支部という行政単位のグループ分けがされて、主に仲間を増やす活動をする支部委員会っていうのがあるらしい。それよりもっと広いブロックっていうエリア分けもされているとか。じゃあ埼玉全体のことはどうなっているんだろう？



こんな疑問をお持ちのあなた、年に一度の総代会に行ってみませんか。

総代という議決権を持つ代表になる前に、生活クラブ埼玉の昨年度の活動報告・経営報告・剰余金の処分、これから1年間の活動の方針や予算案などを決定する会議を傍聴してみませんか。傍聴したい方は

コールセンターにお申し込みください。もっと知りたくなったり、伝えたい意見がある方は、是非、来年の総代会は総代としてあなたの意見をぶつけてみてください。

組合員は運営や活動に直接参加できる人です。

なんでも



聞いてみよう

生活クラブの組合員になると、
どんなことができるの？

様々なイベントに参加できます。

消費材を作っている生産者との交流会や、料理講習会、環境に関わることを学ぶ学習会などに参加できます。無料のイベントがたくさんありますし、消費材が生まれた経緯や裏話など、生産者と直接交流できるからこそ聞ける話が満載です。イベントに参加すると共通の話題、同じ想いを持った人たちともつながれます。イベントを主催することも可能です。

生活クラブのイベントは
どこで知る事ができるの？

配達のチラシやHPでお知らせしています。

毎週の配達で配布しているカタログの中に、「COMEONかもん」や「イベント告知チラシ」を同封しています。また、生活クラブ埼玉ホームページでもイベント情報を掲載しています。様々な活動が各地域で行なわれています。まずは興味を持ったイベントに参加してみてください。

紙面アンケートにご協力ください。

単協機関紙スピカの紙面を充実させていく為、紙面評価アンケートを行っています。

QRより紙面アンケートを受け付けています。

〈必切：6月末まで〉



詳しくはこちら↑

毎週配達される
カタログに
アンケートが
付いています。

生産者と組合員の♡ つ・な・が・び・り

生活クラブならできます。
組合員は生産者と話し合い、消費材を作り、取り組みます。

はにゅう米の生産者と 「羽生産地会議」



埼玉のお米はJAほくさいの生産者グループ「羽生米クラブ」のみなさんが作ってくれています。

生産者と組合員とのイベント、生産方法、品種やお米の価格についても話し合っています。



地場野菜の生産者と 「青果物連絡協議会」

食べるカタログの野菜の生産者、「沃土会」「岡村グループ」「JA秩父食ってんべえ」は埼玉の生産者。

冬のあいだ埼玉で採れた新鮮な野菜が届く「さいたま産地限定野菜セット」は3つの生産者と話し合っています。また組合員発の企画の実現に向けた話し合いをしています。昨年度は生産者との「原木しいたけ交流会」も実現しました。



原木しいたけ



原木しいたけ交流会様子

果物の生産者と 「さがえ協議会」

生活クラブのりんごの取り組みは、埼玉の組合員と「JA さがえ西村山(旧:大江町農協)」の生産者との交流がきっかけで始まりました。

今はりんご以外の果物や、さがえの農産加工品なども扱っています。埼玉では「作り続け、食べ続ける」関係をずっと続けたいと考え、秋のさがえフェア(交流会&りんごの直売)や埼玉カタログでの取組品について話し合っています。



コロナ禍前、さがえフェアのりんご直売では、地域の人も参加して長蛇の列となりました。

生活クラブのお店『デポー』 埼玉 店舗一覧

デポー浦和



さいたま市浦和区岸町6-1-4
アスール調の杜



デポー所沢



所沢市緑町1-3-7 1F



デポー越谷



越谷市南越谷1-2904-3



いずれも営業時間10:30～19:00(水曜定休) ※GW期間・夏季・年末年始休業あり