



「スピカ」は農業の女神である乙女座の1等星です



2025年  
3月1日発行（隔月発行）



生活クラブ 埼玉

特集

つなごろう つなげよう

組合員だからできる

「消費材Step Up点検」



生活クラブ埼玉50周年記念イベント つながる生き活きまつり(2024年11月実施)

組織数と利用

- 1月末組合員数 組合員数 36,286名 共同班 5,235名 個配 26,288名 デポー 4,763名 対期首（2024年4月～）58名
- 利用高（2025年1月1回～1月4回）※展示会除く 総額 737,410千円 世帯当たり平均 23,256円 共同班平均 20,050円 個配平均 24,406円





豚肉学習会 「豚を知ろう」を開催しました



所沢ブロックでは、10月15日に「豚肉学習会」を所沢センターで開催しました。対面式の開催はコロナ禍前の2019年以来で、ほとんど手探りの状態で準備を始めました。当日は、豚肉の半身が届くということで、それを無駄なくいただくためにも、支部の広報・SNSや単協の広報等を駆使して告知しました。



場三元豚とはどういうものかを学びました。その後は、豚肉の半身の実物を見ながら、部位はどのように構成されているのか、各部位を利用することの大切さを理解しました。二日間は一見に如かずでした。また、ブロック肉のカット体験では若い組合員が率先して名乗り出て盛り上がり、賑やかで楽しい学習会でした。

所沢ブロック 山田智子

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。

24年度、私は連合消費委員として、卵、青果物、米のビジョンフード産地推進会議に参加しました。その中のJA庄内みどりビジョンフード産地推進会議では、山形県遊佐町の豪雨災害直後の8月に現地を視察しました。共同開発米「遊YOU米」の田んぼが水に浸かり、用水路が土砂や流木で埋まり、出穂期に水が供給できないという、甚大な被害を受けました。ヒビが入った痛々しい田んぼを見て言葉を失っていたところ、共同開発米部会今野会長から、「諦めようになつたけれど、遊YOU米を待っている組合員がいるからがんばる」という言葉を聞き、心に響きました。

同じ頃、全国的に米の需要が高まり、米不足が起こりました。先の見通しが難しい中でも、生産者と組合員が対等な立場で意見を交わし、栽培方法や価格、今後の取組などについて協議しました。共同開発米の価格は市場に左右されず、作り続けられ、食べ続けられる価格を話し合っており、市場価格の高騰で、特別栽培米である「遊YOU米」の価格が慣行栽培の米より安くなつてしまひ、厳しい基準で作っている誇りを持ちつつも、生活クラブの米を作るのをやめてしまおうかと悩んでいる方も多かつたようです。



11月26日 JA庄内みどりビジョンフード産地推進会議

産地とつながり、食の自給圏を作る

お気に入りの消費材

- 【野菜】とにかく野菜はたくさん注文。ジャガイモやサツマイモはおやつにも活躍。
【トマトケチャップ】感動する味。1週間に1ピン使います。
【和菓子】冷凍なので便利。子どもの帰宅に合わせて解凍します。



中村 知佳 さん (熊谷ブロック 羽生支部)

人とのかかわりを大切に、そして感謝し、よきことを広げる風になりたい

利根川を越えればもう群馬県という埼玉県北東部の田園地帯、そこは生活クラブの消費材である『はにゅう米』の産地。「田んぼで無農薬のはにゅう米を育てよう！」実行委員会主催、はにゅう米収穫祭の熱気ムンムンの会場には、あちこちに目を配る実行委員長の中村知佳さんの姿がありました。

食べ物からできている！

アトピー持ちの息子が2歳の頃、食べ物によるアナフィラキシーショックを起しました。自然療法で診療をしてくれる主治医と出逢ったものの、自然に治すということとはかゆみと痛みとの戦いです。息子は夜な夜な泣いては起きを繰り返し、「薬に頼ればいいのに」と周りからは冷たい視線で見られ、苦痛の毎日でした。しかし、一番辛いのは息子です。なんと少しでも私が治してあげないかと調べているうちに、私が幼いころ母や祖母が『おやつ』を必ず手作りしていたことを思い出し、体は食べたものでできていることに気がついたのでした。

コロナ禍を経て生活クラブの活動スタート

夫とわたしの実家の中間地点にある羽生市に転居して7年、加入したのは2020年です。当時はコロナ禍ということもあり、配達してくれる職員の方とのやり取りが唯一の楽しみのような感じで日々を送っていました。あるとき、羽生支部からの支部運営委員募集のお知らせを目にして、



収穫祭の会場にて

ワーカーズでも働く

そして、週に3日ですが、内勤で共同購入ワーカーズつくしのメンバーとして働いています。もともと人事や労務畑で10年ほど働いていたこともあり、いまの職場でも気が付いたことを提案させてもらい、職場環境の改善につながっています。メンバーも職員も優しく楽しい方ばかり、わたしの意見や提案もちゃんと受け止めてもらえることに感謝しています。



収穫祭、終了後の反省会

これからの活動

2024年の収穫祭は生産者の方々がたくさん親子連れの皆さんの参加があり、大成功に終わりました。米不足が騒がれたことで米への関心が高まり、参加につながったことでもあると思います。このあと来年の企画を皆で考え、2025年度も実行委員長になって活動したいと考えています。いろんな人と関わることで、学ぶことが多い毎日です。これから羽生支部をもっと盛り上げていきたいし、また、支部の垣根を越えて近隣の加須や行田、熊谷支部など何かできることはなかなあ模索しています。



## 消費材Step Up点検とは？

1997年に「おおぜいの自主監査」として始まり、組合員が提携生産者と一緒に続けてきた活動です。消費材を生活クラブ独自の「自主基準」と照らし合わせ、どのくらい達成しているか確認しています。安全・健康・環境面の課題を意識し、消費材がより向上するために行う、生活クラブ独自の活動です。

初めてで  
ドキドキ  
すっぺな～



すもも部会  
会長 渡辺 誠一さん

共同購入政策委員会のメンバーと  
デポー浦和支部の組合員



わたし達が点検しました



2024年9月27～28日実施

## 消費材 Step Up点検



行ってきました～！

今回はJAさがえ西村山すもも部会の生産地を訪問し、青果物で取組む『すもも』について点検しました。

土づくり、栽培行程、防除使用予定、実績、生産者の取組む姿勢について確認しました。

点検したすももは、生活クラブ埼玉50周年記念消費材の『すもも100%ストレートジュース』として取組み予定です。



## こんなこともわかったよ！

▶すもも表面についている白い粉の正体は…

「ブルーム」と呼ばれる果粉（かふん）。水分の蒸発や病気を防ぐ。

農薬ではなく、新鮮な証拠なので市場価値も高い！

## Q.土壌改良剤とは？

土壌がリン酸過剰なので土壌改良のためにフレッシュシリーズという資材を使用中。

## Q.循環型農業の実践は？

- ①堆肥に対して、一部出来ているがすもも部会の会員が多く、会全体では出来ていない。
- ②有機肥料として、もみ殻で鶏ふんを堆肥化するコンポストを実験的に一部で使用している。
- ③自主監査制度の対応は組織ごとに担当者が対応している。

## Q.育てているすももは何種類？

20種類。  
生活クラブでは、6種類(大石早生、ソルダム、レイトソルダム、太陽、サンセプト、秋姫)を取組み中。

## Q.持続的な生産環境を作るための地域社会との共同は？

地域の小・中学生に対して農業体験の機会を作っている。

## Q.農薬削減対策は？

- ①すももの実の中に卵を産み付ける芯くい虫対策はナシヒメコンを使用。



交信かく乱用性フェロモン材。殺虫剤ではなく、木の枝に巻き付けて使用。果実や環境にもやさしい♪

- ②すももの根は浅く、除草剤の害が出るので不使用。近年ツル科の植物が増え、手作業で除去している。
- ③収穫後に殺虫剤を使用。実の成り終わった木に、蛾が卵を産んで、幼虫が入りこみ木を枯らすのを防ぐため。温暖化で害虫が増え、現在は4月から年に5～6回使用。



# 消費材のヒミツ、学んで実感!

～産地や交流会で組合員が学んだ消費材の魅力をお伝えします!～



## カレーの壺でつながるスリランカ支援

カレーの壺は、日本にいなからスリランカの本場カレーを自宅で簡単に再現できる、魔法のカレーペースト!おいしさはもちろん、利用することで、生産地スリランカの人々の生活向上につながり、スリランカが抱える社会課題解決に生産者と共に取り組めます。

生産者のマリオさんは、日本のカレールーから着想を得て、事業をスタート。当時、スリランカ家庭のご飯作りは、代々受け継がれてきたスパイス調合から始まり、とても手間のかかる家事でした。しかし、カレーの壺により女性は長時間拘束から開放され、熱烈な支持を受けました。

また、「いかなる差別もない、宗教、男女、障害のありなしで判断しない」ポリシーのもとに、様々な人たちが活躍できる仕事場を提供しています。開業時は家族経営で5人のスタートから、今では400人を超える大所帯に!「福利厚生充実により、従業員は会社に貢献してくれる」とマリオさん。自社の繁栄だけでなく、スパイス農家とつながりスパイス生産を通じ地域力を上げる活動も進めています。“善意を身近に築くことで、地域に拡がりさらに伝播し、国をよりよく変

えていく”マリオさんは未来に想いを馳せます。実際にカレーの壺を使ってみて驚いたのは、レシピ通りに作るだけであっという間に、おしゃれで、おいしい本格カレーができたこと。あなたもカレーの壺を使って、専門店のような味を再現してみませんか。「カレーの壺レシピ」と検索すると、定番のスパイスカレーから、炒め物やスープといったアレンジ料理もたくさん紹介されています。

スリランカとの架け橋、カレーの壺をあなたの暮らしにぜひ、取り入れてみてください。

狭山ブロック 長谷川しのぶ



デポでは配送で取り組んでいない消費材も取り扱っています



# 第51回 庄内交流会

行ってきました!

2024年7月21～24日  
全国から山形県庄内地域に大集合!  
参加者は総勢68名。  
埼玉では各ブロックより1名ずつ参加しました。

## JA庄内みどり せつけん工房

大宮ブロック 松本さん

生活クラブ組合員との交流がきっかけとなり、遊佐町の水環境を守るためにJA遊佐支部女性の皆さんが廃油回収から石けん・粉石けん作り、販売まで取り組んでいることに感銘を受けました。生産者と組合員のお互いの顔が見える関係の大切さ、今後の石けん運動への励みとなりました。



生産者も山形各地から大集合!



## 豚肉 川口ブロック 古賀さん

27年前に生活クラブに入るきっかけとなったのは平田牧場の豚肉。遺伝子組み換えや収穫後農薬を散布されていない原料を確保し豚に与える。組合員の要望に応える豚肉にするための努力を生産者は日々行っている。生産者への感謝とともに、一頭買いの食べ方、まるごとバランスよく食べ続けることを目指す大切さを伝えたいです。



## 越谷ブロック 村瀬さん

働いている方々からも食肉に対する感謝や優しさを感じました。懇親会でのお料理、工房での試食はこの場でしか頂く事が出来ないごちそうでした。生産者の切実な思いをつないで、みんなで出来ることをし、つなぐつながることを大切に感謝の気持ちをもって広めていきたいです。

## ★ 理事会報告 ★ (12月-1月)

### ●【みんなでパクパクACTION】実施方針】

2025年度はビジョンフード強化の年と位置付け、豚肉・牛乳・牛肉・鶏肉・鶏卵・米・青果物を対象に「みんなでパクパクACTION」をキャッチコピーに全国の生活クラブで取組みます。ビジョンフードの美味しさを実感してもらい、その美味しさの理由(消費材にはWHYがある)を伝える機会を作り、「利用する組合員の仲間づくり」「新規加入者に向けたビジョンフードの品目を紹介した利用促進活動」「安定供給に繋がるよやくらぶの推進」を展開します。

### ●【消費材を利用している埼玉全体版WEB お店マップをつくりまします】

消費材を利用しているお店の紹介マップを制作し仲間づくり、ブロックや支部といった地域とお店がつながる機会とします(生活クラブ埼玉「公式のお店」としてではありません)。2025年度より生活クラブ埼玉ホームページで紹介いたします。



## 投書コーナー

### 「おすすめ調味料とその活用法」

●粒入マスタード。秋冬の定番料理のおでん。おでん種に好みの量を付けてフーフー言いながら食べるのが一番!また、葉物野菜の和え物の隠し味にチョイ足しすると風味もかわり、パンチの効いた大人味の乙な一品に。チューブでなくピン入りなのもグッド。  
ハナモモさん

●私がおススメする調味料は、ゆずこしょうです。湯豆腐や焼肉、しゃぶしゃぶのタレとして、醤油に酢、刻んだネギに柚子胡椒を混ぜたものがさっぱりと最高に美味しいです。素材の美味しさを最大限に引き出してくれます!  
翠帆子さん

●私のおすすめ調味料は、沖縄の海水を使用した粗びき塩胡椒です!炊きたてのホカホカご飯に生たまご、そして粗びき塩胡椒をパラパラ。調味料はそれだけ!生活クラブの卵の美味しさと粗びき塩胡椒のいい香り、ご飯がとまりません。  
ちゃめさん

2025年 7・8月号のテーマは「困った時に最初に連絡する人は誰ですか? その理由も教えてください」

### 投書方法

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!

投稿してくれた方から抽選で5名に「りんごジャム」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。



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

## 平牧工房

所沢ブロック 武田さん

組合員の「無添加のウインナーが欲しい」要望に応え、やっと出来たウインナー。今回の訪問で素材がはつきりして余計なものは入っていないことがよくわかりました。出来立てウインナーの試食はとてもおいしかったです。ウインナーの利用がさらにあがるよう集まりがあるたびに伝えていきます。



## NORI コーポレーション

狭山ブロック 仲田さん

遊佐町は水がいいんです!と語る社長は遊佐愛が溢れ出ていました。日本人が好むパリッとした食感のウインナーは天然羊腸だから。質の良い羊腸を塩漬けで仕入れ、工場では自慢の水でじっくり戻します。リン酸塩不使用、漂白処理はせず手作業で加工し、平牧工房に出荷しています。ウインナーの味を守る大事な仕事を担っていることを知りました。

## 農作物

熊谷ブロック 中森さん

生産者の皆さんの笑顔が生き生きしていた所が印象的でした。「農産物は天気や気温に左右されて思うように採れない時もありますが気長に待って下さい」と話した言葉は、これまでの組合員との信頼関係をも感じる言葉でした。届くのが当たり前と思いがちですが、作り手の思いを受け取れた交流会でした。



共同開発米部会 今野会長(写真中央左)と埼玉組合員代表メンバー

### 【お詫びと訂正】

2025年1-2月号P5写真について、以下の説明文の記載が漏れていました。シールが貼られた牛乳キャップや牛乳キャップ以外のものは回収できません!



生活クラブ埼玉  
50周年  
記念消費材開発

みんなの  
アイデアを  
消費材に!

50周年記念を祝い、6ブロックでは  
埼玉県内生産者とともに  
消費材開発を進めています。  
2025年1月現在の状況をお伝えします。



ふんわりドッグ (2種類)



ふんわりプレーンドッグに人形焼のこしあんが入った『ふんわりこしあんドッグ』、平牧工房のポークウインナーが入った『ふんわりウインナードッグ』の2種類2本入り少量パックがついに完成です! 公募で決まった素敵なラベルにも注目!! ぜひ両方味わってほしいです。

狭山ブロック  
×  
ミサワ食品

さんとも三富にんじんうどん



人参は生活クラブの三富の畑で育てています。11月下旬から収穫が始まり、人参をパウダーにした後、所沢の三上製麺で国産小麦粉を使用した『三富にんじんうどん』が誕生します。

&さんとも  
野菜

所沢ブロック  
×  
三上製麺

つながれ! よくばりパン



味輝パンの天然酵母は米と麴から作られる甘酒の酵母です。開発メンバーは工場見学を終え、『究極のパン』を組合員にお届けできる日を楽しみに話し合いを続けています。厳選した数種類のパンをお届けします。

川口ブロック  
×  
味輝パン

おたのしみ味せつと



難航していた梅ざらめ煎餅の試作が出来上がり、これから大詰め! 箱のデザインを一緒に考えています。皆さんにおいしいお煎餅をお届け出来るようがんばります。

越谷ブロック  
×  
小島米菓

和麦のマドレーヌ



50周年の「5」にちなみ5種類のマドレーヌを厳選した原材料で作りました。国産小麦粉100%、添加物不使用。膨張剤も使わず、ルヴァン種(小麦粉と水で発酵させた自家製発酵種)でふくらませています。鶏卵は生活クラブの平飼いたまごを使用しています。

大宮ブロック  
×  
前田食品

赤水



なたねを搾り、澱(おり)を取り除いただけのバージンオイルです。交流会、工場見学会を行い交流を深めて、レシピ制作や試食も行っています。ブロック消費委員でラベルとロゴシールを貼っています。

熊谷ブロック  
×  
米澤製油