

【ものづくり 人づくり 地域づくり】

低線量被曝に注意することは、積極的に健康に向かっていく生活の基本。



児玉先生との公開学習会



こだま医院・児玉順一先生

1/16に開催されました児玉順一先生と組合員との学習会のダイジェストと、先生からのお手紙は、**中面2ページ**で掲載しています。

ご存知ですか？
生産者、職員からのメッセージ動画公開中！



「常総生協 動画」で検索！

各週金曜日に、登録頂きました組合員に配信してきました「生産者メッセージ動画」が30本近くになりました。まだご登録がお済みでない方は是非ご登録ください。バックナンバーは常総生協HPでご覧いただけます。
【次回予告】「パスタのニューオークボ」(2/7(金)配信予定です)

【2月の予定】 ※1/30現在の予定です。

●地域での活動・催し

●基幹運営・対外関係

2/7 金 10時-13時
脱原発暮らし見直し委員会
(本部1階会議室)

2/8 土 -9日
子ども健康調査(血液検査)
★会場：本部(守谷)
★ボランティア募集中です！

2/19 水 10時-12時
新たな米作りにむけて
(組合員による米の自給チャレンジ)
(本部1階会議室)

2/13 木
東海第2原発運転差止訴訟
(第5回口頭弁論)

「自分ちの食べるお米くらい、自分で作ってみよう!でも、けっこう大変?」。どうやらそうでもなさそうです。まずはみんなでイメージを語り合いませんか? お気軽にご参加ください。

★場所：水戸地裁
★傍聴希望の方は本部まで。

2/15 土 15時~
上映会「原発の町を追われて」
(つくばサイエンス・インフォメーションセンター)
★詳細は後日ちらしを配布します。

2014 みそづくり講習会(会場案内)

★ご都合のつく会場にお申し込みください。

★お申し込みは生協

(050-5511-3926) まで

日時	地区	会場	時間
2/4 火	取手	ゆうあいプラザ	10~12
2/5 水	つくば	小野川交流センター	10~12
2/6 木	柏	光が丘近隣センター	10~12
2/8 土	守谷	生協本部	10~12
2/15 土	龍ヶ崎・牛久	長山公民館	10~12

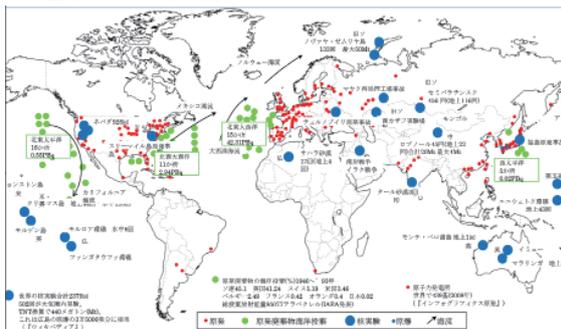


【1/16 児玉順一先生 公開学習会報告② (脱原発と暮らし見直し委員会主催)】

低線量被曝に注意することは、積極的に健康に向かっていく生活の基本です。

先週に続き、埼玉県比企郡で内科医を開業されている児玉順一先生の講演の内容を抜粋してお伝えします。※図表は当日配布された児玉先生の資料より。

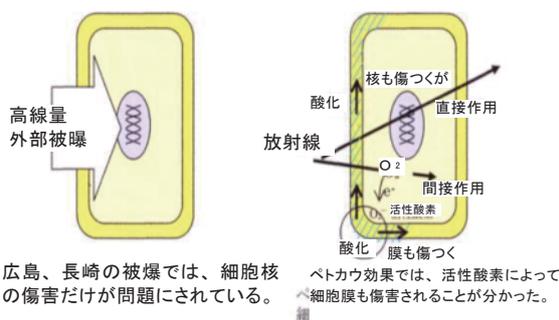
●世界の放射能汚染



今回の原発事故以前にも、世界中で核実験、放射性廃棄物の海洋投棄が行われています。空や海が薄めてくれるから大丈夫!?

●ペトカウの実験 (ペトカウ効果)

ペトカウ効果



広島、長崎の被爆では、細胞核の傷害だけが問題にされている。ペトカウ効果では、活性酸素によって細胞膜も傷害されることが分かった。

薄められても、低線量でも放射線は危険。放射線は低線量でも、細胞の核と膜を傷つけます。従って、ガン以外にもいろいろな病気が生まれる。簡単ですが、大発見でした。

●内部被曝を減らすために

(1) 放射能汚染を取り込まない

- ・汚染されたものを食べない。
 - ・・・選んで食べる、測って食べる。
- ・汚染されたホコリを避ける。
 - ・・・マスクも大事、うがいも大事。

(2) 身体の活性酸素を減らす

- ・ビタミンA・C・E (「エース」と覚えまます) が抗酸化作用がある。トマト、人参、かぼちゃ、果物、緑の野菜
- ・食べすぎ、飲みすぎは自前の活性酸素を増やす。

(3) セシウムをからだの外に捨てる

- ・便秘、脱水を避ける。
- ・カリウムとセシウムを入れ替える。カリウムは、果物、芋、野菜に多い。(但し、腎臓の悪い人は避ける)

【会終了後、先生からお手紙を頂きました】

昨日はお世話になりました。講演会をもてたこと 感謝いたします。私の知りえたことが、人々の命と健康を守ることに役立つかがざり、今後も語り続けて行きたいと思えます。放射能被曝と活性酸素の関係は、放射能とのたたかいに大きな力を与えてくれるものでもあることを、ますます強く感じています。積極的に健康にむかっていく生活の基本になりうるものであると思うのです。

残念ながら、ペトカウ効果や活性酸素や細胞膜の障害を語る人がいなくなってしまっているのが現状です。一人でも多くの人に伝えて行きたいと思っています。それだけに、先日の会はありがたかったのです。

委員会の皆様に、それから、長い時間じっと聴きいって下さった皆様にお礼のきもちを御伝え下さい。 児玉順一

【冊子のご紹介】「A Letter from Japan(日本からの手紙)」(児玉順一・著)



低線量被曝がもたらす健康影響や、世界に散らばる核施設と免疫疾患の相関を分かりやすく解説。

～今回の学習会の内容がさらによく分かる1冊です～
埼玉県比企郡で内科医院を開業されている児玉順一医師が「A LETTER FROM JAPAN」(日本からの手紙)を発表しました。

【注文】 2/3 回の注文用紙に、下記番号、数量をご記入ください。

【注文番号】 **500250 番**

「A Letter from Japan(日本からの手紙)」

組合員頒価 500 円 (税込)

【ご注意】 この冊子は、児玉先生の許可を頂き常総生協組合員が1冊ずつ手で製本作業をします。若干のズレ等はご容赦ください。

[1/16 児玉順一先生 公開学習会 参加された組合員からの感想]

放射線被曝に負けない体づくり。まずは食事から

生活のしかたを見なおすことが大切

本日は児玉先生の興味深いお話しをお聞きすることができ、ありがとうございました。世界各地で核実験、原発廃棄物海洋投棄が行われてきたという事実をはずかしながら初めて知りました。これほど地球が汚染されてしまったことは残念だし、非常に腹立たしいことだと思いました。

さまざまな病気を引き起こす活性酸素のメカニズムについて大変わかりやすく納得いたしました。「白血球数が少ない子供が増えている」という資料がありました。被ばくが起きているという事実をふまえて「生活のしかたを見直すことが大切」と先生がおっしゃっていた言葉が印象的でした。
(つくば市 半澤)

家族にも説明したいと思いました

本日は興味深いお話を提供していただきありがとうございました。児玉先生は私たちが放射能汚染に気づいてからずっと漠然と感じていた不安を医師の視点からデータに基づき理論的に実証してくださいました。家族にも説明したいと思います。
(守谷市 野口)

こんなにも地球が汚染されているとは

児玉先生の書かれた「A LETTER FROM JAPAN(日本からの手紙)」を読ませていただいた時、こんなにも地球が汚染されてしまっているのか・・・と、とてもショックでした。そして放射能と病気の関係を細かく調査して分かりやすく説明されていて読みやすかったです。

児玉先生のようなお医者様がこのように動いて下さる事に感謝ですし、とても心強いです。これからも応援していきます。
(龍ヶ崎市 加藤)

外国産ならいいのではと思っていましたが

生協の注文用紙の放射能検査の数値ばかり見たり産地を気にしたり外国ならいいのでは・・・なんて思っていました。

今日のお話や資料の世界地図を見て、全世界に汚染は広がって生命を脅かしているのが分かりました。本当に大変なことです。危機感をもって皆で頑張りましょう。
(龍ヶ崎市 飯野)

長い年月で地球が汚染されている現実

食と保養が大事ですね。食べ物は放射能だけでなく気にする事が多く、何も食べられないと・・・悲しくなります。特に長い年月で地球が汚染されている現実は、これからどうしたら良いのか、不安になりました。主人が「毒は広く薄く」と言っていますが、本当だなと思いました。同じ所だけでの買い物は、危険だとの印象でした。

(つくば市 西田)

活性酸素に負けない体づくり。 まずは食生活から

わかりやすい資料を提示しながら、丁寧な解説をして下さり、ありがとうございました。ユーモアを交えてのお話しは、児玉先生のお人柄が伝わって来るように思いました。

放射線被曝により、子供達だけではなく誰でもさまざまな病気を発症する可能性が生じたことを考えると、途方に暮れてしまいましたが、先生のお話しを聞いて、活性酸素に負けない身体作りを考えたいと思いました。そのためにまず出来ることは、食生活を整えること。年頭に気の引き締まるお話しを聞かせて頂き感謝しております。

(つくば市 五十嵐)

世界に広がる放射能汚染。心配です。

最初から最後まで集中できた講演でした。難しい言葉、専門用語が少なくてわかりやすかったです。内容は厳しい現実の話でしたが、終わった後に、暗い気分にはなりません。たぶん児玉先生が味方になってくださったように感じたからだと思います。これまで聞いた講演ではレベルも高く感じ、(私には)八方ふさがりの気分には落ち込んで帰ることがしばしばでした。この違いもうれしかったです。

世界の汚染状況の話ではノルウェーあたりの海もひどいようです。輸入魚の検査もしてもらいたいと思いました。
(坂東市 清水)

年度末に向け、より一層の生協利用にご協力ください。

■経常収支は 1,462 万円の黒字でした

・「配達料」、「基本料」の導入初年度の第Ⅰ～第Ⅲ四半期（4月～12月）累計は、**1,462万円の経常黒字**となりました。

・しかし、事業の採算性（事業収支）段階では34万円の赤字です。計画では12月末段階の事業収支は△1,055万円で通過の予定でしたが、人員体制の圧縮・効率化と、一部予算を抑制し、赤字幅が小さくなっています。

・1人当の利用高平均は6,056円で前年同期より602円多く、注文用紙の提出率も+7.3ポイント上昇し目標の「**週利用6,000円**」を達成できました。他方、「**提出90%**」まではあと一歩です。

・加入は9カ月間で159名にとどまり、目標の292名に届きませんでした。

・お正月を契機にお休みされる方もあり年末の供給高は苦戦しました。担当からの再開呼びかけも徹底しましたが、もし知人で再開されていない方がまだいらっしゃいましたら、ぜひお声かけのご協力を宜しくお願い致します。

【共同購入】

（注文書提出率、一人当利用の状況）

提出率、1人当週利用推移		4月-12月期
供給高	2012年度	8億1,883万円
	2013年度	7億6,626万円
	(前年比)	(93.6%)
注文書発行	2012年度	185,379枚
	2013年度	143,283枚
	(前年比)	(77.3%)
注文書提出	2012年度	150,136枚
	2013年度	126,546枚
	(前年比)	(84.3%)
提出率	2012年度	81.0%
	2013年度	88.3%
一人当週利用	2012年度	5,454円
	2013年度	6,056円
	(前年差)	(+602円)

損益計算書（2013年4月1日～2013年12月31日【総合】）

(科目)	(金額)	(前年差)	(備考)
供給高	7億8,648万円	△5,061万円	組合員が購入した総額。配達料、基本料の導入で組合員減少したものの、一人当利用高は前年より602円増、提出率は前年の81%から88%に増。
供給剰余	2億1,949万円	△1,421万円	配達料収入509万円（概算）、共済その他手数料収入380万円を含む。
事業経費	2億1,983万円	△2,336万円	前年よりも7コース削減しコスト削減。
人件費	1億1,096万円	△1,315万円	前年同期に比し営業要員6名減。正職員2名退職、1名採用。
物件費	1億887万円	△1,021万円	予算一部抑制。
事業剰余	△34万円	+1,806万円	経費を引いた後の利益。当初12月末段階で1,055万円の赤字で計画しましたが34万円の赤字におさまりました。
事業外収支	1,496万円	+1,456万円	基本料収入1,420万円、その他、放射能調査へのカンパ、検査料収入、組合員翻訳本販売収入繰入など。
経常剰余	1,462万円	+2,872万円	事業外収支（基本料収入など）を加味した経常剰余は1,462万円の黒字。

■業務のまとめ（4-12月）

○供給業務の効率化が推進

- ・供給業務改革の結果、カタログだけを届ける組合員が減少しトラック1台あたりの供給効率が改善しました。
- ・コース全体の最適化も進め、2013年3月末に比べて7コース削減。1車載当たりの効率を高めました。
- ・タブレット端末による配送管理システムを導入し、担当者由来の誤配がほぼ無くなり、時間短縮に貢献しています。

■来年度に向けて準備中です

①ネット注文をもっと楽しく快適に。

- ・注文する組合員のうち約1割がネットでの注文で、利用者からは「使いやすいですね」と概ね好評です。
- ・今後は基本機能の整備を進めると共に、「意見欄」や口コミ機能の追加、また、印刷には間に合わないですがネットなら間に合う「急に出来てしまった商品」なども追加していく予定です。

②常総生協のレシピを現在整備中です

- ・常総生協のレシピデータベースには、現在約1700件のレシピがあります。
- ・情報を整理し、組合員の台所に役立つレシピとして公開できるように準備をすすめています。

■常総生協を友人、知人にご紹介ください。ご説明にお伺い致します。

- ・地域の戸別訪問や催しによる生協の仲間を増やす行動は今後も続けますが、組合員皆さんからの「話だけでも聞いてみれば？」のひと言が、何よりもありがたいです。
- ・お1人でもご説明に伺いますのでぜひ「意見欄」などでお気軽に生協までご連絡ください。

【1月度事業速報】（共同購入）

- 加入10名、脱退16名 ○活動組合員数（1月末）3,472人
- 供給高7,077万円（前年比86.2%、計画比91.3%）
- 1人当利用高5,825円（前年差+961円）