



東北育ちの生牡蠣

今が旬！

じっくり育ち 身がしまり
旨みと栄養が凝縮

「カキの旬のおいしさ
知ってもらおう」
供給チームおすすめ品



36

生食用は今回でシーズン最終

荻浜湾で育った二年子生かき（生食用）

石巻の牡蠣の身が太って美味しくなるのは3～4月。
身がプリプリの生かきをぜひご利用下さい！

「本当は産卵前で身体にタンパク質やミネラルを
しっかり蓄えた3～4月の牡蠣が身がプリプリし
て生で食べても美味しいんだけど、分かって
くれる人が少なく毎年、販売量も少なくて残念。
生で食べるだけが牡蠣の美味しい食べ方ではない
けれど、やっぱり生で食べられる時期は生で食べ
て欲しい。」 まるたか水産高橋社長

荻浜の牡蠣のいかだを背に生協の職員に説明する高橋社長



【2017年2月の予定】

●生協基幹運営／地域活動・催し●	●提携・協同・連帯企画●
2. 20～ コース編成スタート	2. 17-18 生協ネットワーク21組員交流会（名古屋）
2. 16（木）藤井養蜂「はちみつ勉強会」	2. 10～20 牛久幼稚園食育講座「みそ仕込み・開き」
2. 21（火）稲葉料理教室（大豆料理）	2. 21～24 荒川沖幼稚園食育講座「みそ仕込み・開き」
2. 25（土）都留さんの歴史講座	

手作りみそ素材アイテム 今週が最後です！ご注文お忘れなく！

供給チームみなでおすすめします 荻野浜生ガキの旬！

せっかくいちばんおいしい生ガキの季節なのに、常総生協でも年を越すと供給数量がばったりと落ちてしまうのが現状です。(10月の注文の5分の1に減ってしまいます)

今年はそんな話を聞いた供給部のメンバーが「一人でも多くの組合員に一番美味しい時期の生かきを食べてもらいたい」と全員協力してオススメすることになりました。

またか水産さんも特価で利用応援していただける事になりました。供給担当よりお声掛けがあると思います。ぜひご協力をお願いします。



またか水産高橋社長

宮城県の牡蠣は県の指導指針により9月末から3月末までが「生食用」としての出荷可能期間です。宮城県の牡蠣の養殖海域は都市の生活雑排水の影響が少ない清浄海域のため、実は品質的には4月以降でも「生食用」としての出荷は可能なため、「生食用」としての出荷期間延長が県と漁業者の間で検討されています。しかし私たち食べる側がそれを知らずに注文がなければ、生産者も出荷しようとは思いません。

2011年の震災での津波の被害から6年経ちますが、未だ牡蠣の漁獲量は震災前の半分にも満たない状態です。「生かき」が一番美味しく食べられる時期に身がプリプリの生かきを楽しんで、漁師さん、加工に携わる方達を応援しましょう。

第9回 理事会報告

開催日時：2017年1月25(水) 10:00～13:45

開催場所：常総生協本部 2F 組合員活動室

【協議検討事項】

- 【1号議案】総代定数の件
- 【2号議案】総代選挙管理委員指名の件
- 【3号議案】春の討議資料の件
- 【4号議案】総代懇談会の件
- 【5号議案】空中散布中止を求める署名活動の件

【報告事項】

- 1) 理事会議事録について
- 2) 茨城県生活課による監査報告
- 3) 第Ⅲ四半期決算・業務報告
- 4) 岩瀬牧場法人化進捗状況報告
- 5) その他

2017年総代会にむけて、各地区の総代定数と総代選挙管理委員が決まりました。

また春の討議資料についても活発な意見が交わされ、2月4日に配布、締め切りは3月3日(金)と決定。沢山のご意見をお待ちしています。

なお、各地区(エリア)にて総代懇談会を開催しますので、皆様ご多忙とは思いますがこちらもご出席をよろしくお願いいたします。

また、昨年荒井さんの田んぼにネオニコチノイド系が農薬の空中散布されてしまったことを受け印西市に対して農薬空中散布中止を求める署名を行うことを決定。3月には提出することを確認しました。

第Ⅲ四半期は営業日数が3日多く、供給高は前年比100.8%で推移しましたが、12月のダブル供給が3回の影響に加え、岩瀬さんのお肉の欠品もあり、注文点数減をまねいてしまいました。

今後は職員のおすすみをカタログ以外にチラシ配布を再開し、声掛けやネット注文者にも促していくことになりました。(メルマガに添付)。

また、2月4回からのコース再編に向けて、毎週お知らせのチラシを入れて組合員に周知してもらえよう体制で臨んでいます。ご不便をお掛けしますが、こちらも合わせてご協力をお願いします。

(理事長 柳町弘美)

春の「仲間づくり」キャンペーン（2月20日からスタート）

みんなで常総生協の仲間づくり！

入園、入学等で新しいお友達、転居などで知り合った方などに、
常総生協をぜひおすすめしてください！

常総生協を実感してもらえる、おすすめ商品をお得な価格でご用意しました。

○新しく JOSO の仲間になってくれた人が常総生協の商品の良さを実感していただくキッカケになります。

○紹介してくれた組合員も同様に利用できます！（^^）！

大きくはシーズン限定など特にないオールシーズンセットと、シーズン限定の「今だけセット」と2種類あります。どちらも同時にご利用できます、「はじめて book」（単品）も同時に利用できます。従来あった「はじめてセット」の進化版となります。今回2種類のうちの1つ、オールシーズンセットをご紹介します。

加入、紹介限
定特別商品セット

■オールシーズンセット（全10アイテム）

通常価格よりも**約30%OFF！！**

通常 ~~2,423円~~（税込）が本体価格 **1,700円**（税込）



※写真はイメージ画像になります

さらに同時利用可能な「はじめて book」も2週間ご利用いただけます。こちらも同様に紹介して加入した方も利用できます。

常総生協の安心でおいしい商品を **20%～30%OFF** のお得な価格でご提供します。

※セット商品と book 商品の期間は、ご加入から2週間までの限定です。紹介組合員はパンフレットが届いてから2週間のご利用ができます。

詳しい説明は気軽に供給担当にお声掛け下さい。

JOSO の仲間を増やしていきましょう！！

★ WEB 上でもキャンペーンの詳細を UP しています。是非ご覧ください。→



2/1 第60回 脱原発と暮らし見直し委員会 報告

2017年2月1日(水) 常総生協本部組合員室
10時～13時 12人参加。

4/1「広瀬隆講演会」の協賛を決めました

4/1(土) 13:30～土浦市民会館小ホール
で開催される講演会に、生協と共に委員会
が協賛することになりました。チケット販売や
広報よろしくお祈いします。

チーム活動報告

○市町村のセシウム測定データ収集

各自治体とも検体数が減っています。検査
が終了してしまうのではと懸念しています。
厚生労働省の発表では東日本各地でのこ
からセシウムが検出されています。

○DVD 貸出

DVD4枚の寄付がありました。DVDは内容

をチェックした後、貸し出します。ありがとう
ございました。

○児玉先生の著作

先生の論文が掲載された冊子が発行され
たので、内容の紹介と生協での販売を始め
ます。5月ごろには講演会も計画中です。

○土壌調査

次回の委員会の後、土壌採取の講習会を
行います。講習会をビデオに撮っていつで
も見るできるようにします。調査に協力
いただける方よろしくお祈いいたします。

★次回は、3/7(火)13時半～16時(生
協本部)の予定です。

どなたでも自由に参加できます。関心
のある方はお気軽にお越しください。

放射能汚染対策に おすすめの冊子を紹介します

PKO法「雑則」を広める会の冊子
アヒンサーの第6号最新版が出版されま
した。

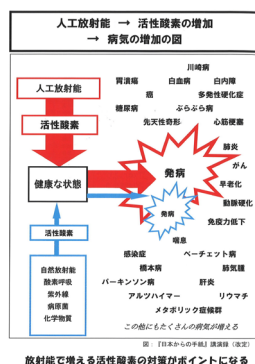
この第6号は、2014年に常総生協で
講演をしていただいた内科医、児玉順
一先生の「ペトカウ効果から学んだ低線
量内部被ばくの話」を中心に掲載され
ています。

細胞の歴史や仕組み、放射能汚染の
実態、そして放射能から健康を守るため
の処方箋が小さな冊子にギュッと詰まっ
ています。

読み終えてすぐに放射能に負けない
体づくりが実践できそうですよ。

(脱原発くらし見直し委員会 中川悦子)
定価100円(税込み)

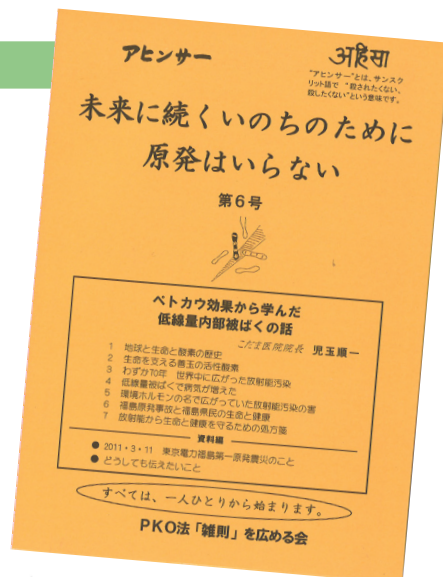
常総生協で販売中!



放射能で増える活性酸素の対策がポイントになる



野菜の力が高く評価されている



はじめに

埼玉県で内科の診療所を営んでいます。児玉です。私は東京電力が
おこした福島第一原発の事故にあって、原発のことを何も知らずにこ
れまで生きてきた自分を恥じながら、はじめて放射線被ばくにつ
いて学びました。
福島原発から200km離れているとはいえず、決して放射能と無縁では
なくて、住民のみなさんと、子や孫、福島の子どもの健康を思い、
医師としての責任を果たすために始めた勉強でした。
ペトカウ効果に導かれて、低線量放射線の内部被ばくが放射能汚染

キトリ

児玉順一先生の書かれた『アヒンサー第6号』申込書

(脱原発とくらし見直し委員会行き) 年 月 日

お名前 組合員No.

コース名 班名 Tel

冊数 冊 ￥100円(税込) = 円(封筒に申込書とワンコイン入れて下さい)

2016年度 みそ作り開催進捗報告

遺伝子組み換えの恐怖。地場の大豆を守ろう!!、大豆の地域自給率を上げようという想いから始めた「みそ作り講習会」も1/19(日)にスタートして2/12時点で6会場(守谷、牛久・龍ヶ崎、流山、土浦、我孫子、野田、松戸)行いました。参加者は総勢48人となりました。みそ素材も3月2回の注文(今週配布のカatalog)で最後になります。まだ、みそ仕込ができていない方は、早めに仕込みましょう!! まだみそ作りをしたことのない方は、講習会も残り、25日に利根町公民館、26日豊岡公民館で開催します。受付もギリギリまで受けていますので、是非ご参加ください。

～参加された組合員&ゲストさんの感想～

※紙面の都合上、一部しか掲載できていません。ご了承ください。

今回参加することができて本当によかったです。以前からみそ作りに興味はありましたが、どこからはじめていいかわからず、いつかやろうと先延ばししていました。今回いろいろ教えていただいてみそ作りのハードルが下がってやっとやる気になってきたので、みそ作りセットを申し込みたいと思います。試食の生わかめ、玄米もちもおいしかったです。また、機会があれば参加したいと思います。ありがとうございました。

(土浦会場参加ゲストさん)

みその作り方、意外と簡単なんですね。ゆであがっている大豆を使えばもっと楽だとわかったので、自分でもやる気になりました。

みそダレ美味しかったです。息子も気に入って沢山食べました!!(^^)!

(守谷(本部)会場参加 中山さん)

作り方を体験できて良かったです。ベテランの方のお話も聞くことができ、とても参考になりました。自分で作ることができそうです。

(牛久・龍ヶ崎会場参加 小野瀬さん)

今日はありがとうございました。

今まで作ろうと思っててとりかかれなかったのですが、実際に体験してみてコツなどもわかったので今年からさっそく作ってみたいと思います。

矢島さんの熱い想いも伺えて、心打れました。

私も少しずつ食に対して気をつけていこうと思います。そして、手作りも楽しんでいこうと思いました。

(野田会場参加 沖田さん)

ずっと作ってみたいかった手作りみそだったのですが、なかなか機会がなくて、市販のみそを使っていました。今回参加してみて、その簡単さと美味しさにおどきました。特に子供が「美味しい!美味しい!」と食べていたことに感動しました。今年は是非家族でみそ作りをしたいです。まだ作っていないですが、来年が楽しみです。みそ作り以外の色々な話も聞けて、参加して良かったです。

(松戸会場参加 柚木さん)

今年はみそ素材を、皆さんが利用しやすい様にセット商材を増やしてご案内しました。特に蒸し大豆のみそセットは、水に戻す時間と作業が省けてとても好評でした。2月3回(受注開始して3週間)受注時点で1022kg(前年比103.7%)受注を受けており、手作りみそ人口(注文している人)は398人(前年比84.9%)という結果でした。残り、3週間ありますので目標の2トン消費を目指しましょう!! 毎年消費(利用)することで、地域の大豆を守り、生産者へ継続して作付していく事もお願いでき、大豆の地域、国内自給率を高めていき、私たちの「食」と「伝統」を守っていきましょう。

3月2回カatalog 16ページに、「手作りみそ素材」最終掲載しています。見逃し無い様にお願い致します)〇(

2月4日(土) 第5回「じょうそう朝市」開催報告

2月4日(土)に第5回となる「じょうそう朝市」を開催しました。晴天にも恵まれ、先月に比べると暖かな日差しが気持ち良い1日となりました。



前回、初めて出店した「ワークショップ リベルテ」さんは今回も出店。相変わらず賑やかなブースです。手づくりの竹細工(花瓶?)も美しい仕上がりでつい見とれてしまいました!(^^)!

実行委員で準備した無添加の練り物を使った「おでん」のブースも好評。温かい日でしたが、日陰に入ると肌寒いこの時期にはぴったりでした。

今回は毎回好評の「カイロブラックティック」が都合により出店できなかったため来場された方からは「楽しみにしていたのに残念」との声も頂きましたが、次回の朝市には出店の予定でお話をいただいておりますので是非お越しください。



次回は 3月4日(土)9:00～第6回「じょうそう朝市」を開催します。
4月以降も毎月開催予定ですので、第一土曜日はちょっと早起きしてご家族、お友達とご一緒にぜひ遊びに来てください!

組合員、生産者、職員の広場

〇格別でした

採ってそのまま生わかめのおいしさは格別でした。
(我孫子市 岩永さん)

〇定番になりそう。

中津さんのミートソースがとても美味しかったです。
優しい味付けなのにコクがあり子どもも大人も楽しめました。楽ちんパスタの定番になりそうです。
(つくば市 上野さん)

〇質問です。

◎低脂肪牛乳について伺いたいです。
1、普通の乳を薄めて加工したものか、本来脂肪分の少ない品質なのでしょうか?
2、もし加工したものであれば、その脂肪は何に使用されていますか?
◎大豆製品の多用をすすめていらっしゃいますが豆乳の1Lタイプの取扱いがないのは何故なのでしょう
か?
(取手市 野澤さん)

ご質問ありがとうございます。

◎低脂肪牛乳の1の質問についてですが、乳を薄めて加工したものではなく、遠心分離機で物理的に脂肪を抜いています。

2についてですが抜いた脂肪は生クリームとして商品化しています。



◎豆乳1Lの取り扱いが無い件ですが、生産者側で牛乳パックのような容器を持っておらず、現在スタンドパックに詰めて商品化しているのが現状です。生協の所で利用結集と、要望の声を大きくしていく事で実現していく事も可能と考えます。

(専務理事 伊藤)

〇悪くなっていたところとって食べました。

木村さんのん人参の真ん中にすが入っていて、何本かはそこからとろけていました。悪くなったところをとってたべたので、食べられなかったわけではありません。
(つくば市 塩見さん)