



【ものづくり・人づくり・地域づくり】2018 年度活動テーマ ～素材を活かしてわが家の味～

石岡鈴木牧場が茨城自給飼料コンクールにて「最優秀賞」を受賞しました！



賞状を手にして記念撮影。鈴木牧場 鈴木昇さん（前列真ん中）。

2019 年 1 月 21 日（月）平成 30 年茨城県自給飼料コンクールが開催され、そこで鈴木牧場が「最優秀賞」を受賞しました。茨城県代表として今回は全国のコンクールに出場することになりました。

※茨城県自給飼料コンクールとは？

トウモロコシサイレージを自給している畜産・酪農家を対象に募集し、県内各地の酪農家から申し込みのあった合計 9 点について、

県自給飼料分析センターでの成分分析及び審査員 7 名による官能評価審査を行い審査・協議していくコンクールです。

【評価コメントより】

鈴木牧場は官能評価の色や匂いなどの項目で「最高得点」を得るなど官能評価にて高く評価されました。また、生産技術においては「良質な飼料は良質な土づくりから」との考えから成熟にこだわった堆肥の生産、除草方法、サイレージ調整においては収穫適期の分散、収穫から密封までの作業を 1 日でおこなう作業体系の確立による「高品質化」を実現しています。一方経営面では、生産者の顔が見えるヨーグルトなどの生産販売、昨年から低温殺菌牛乳の販売を開始して軌道に乗るとともに、加工体験工房を開き、消費者との交流や地域活性化にも大きく貢献されています。

自給飼料にこだわった家族経営と六次産業を組み合わせた、全国でも稀な成功事例として高く評価されました。



2019 年 2 月の予定

●生協基幹運営／地域活動・催し●

2 月ゴタの丘「常総っ子応援団」は毎週木曜日に活動しています。試食会は 2 月 28 日に行います。

- 2/1（金）常総生協 生産者の会 総会
- 2/3（日）みそ作り講習会（土浦地区）
- 2/4（月）脱原発とくらし見直し委員会
- 2/5（火）私たちのくらしと憲法
- 2/9（土）みそ作り講習会（利根、つくば、守谷、柏・松戸地区）
- 2/10（日）安定ヨウ素剤配布会（常総生協 本部）
- 2/15（金）歴史を学ぼう－未来のために
- 2/16（土）みそ作り講習会（取手地区）
- 2/23（土）みそ作り講習会（牛久地区、南柏、我孫子地区）
- 2/24（日）ゆるカフェ & みそ作り@つくば

●提携・協同・連帯企画●

- 2/2（土）出張みそ作り講座（どろんこ保育園）
- 2/8（金）出張みそ作り講座（牛久幼稚園）
- 生協ネットワーク 21 SNS プロモーション勉強会
- 2/9（土）甲状腺検診@つくば
- 2/12-15（火－金）出張みそ作り講習会（牛久幼稚園）
- 2/14（木）東海第二原発訴訟第 24 回口頭弁論
- GMO フリーゾーン全国集会実行委員会
- 2/15、16（金、土）生協ネットワーク 21 定例会
- 2/19-22（火－金）出張みそ作り講習会（荒川沖幼稚園）
- 2/23、24（土、日）日本有機農業研究会 全国集会

ボーソー油脂視察報告 ～貴重な国産資源『米ぬか』を余すことなく使い切る～

2018年12月5日（水）商品部でボーソー油脂の工場へ視察に伺いました。今回は以前、常総生協でも取り扱いのあった『米油』の企画を再開する為の現地確認として、油の抽出・精製～充填まで全ての工程を一日がかりで見させて頂きました。

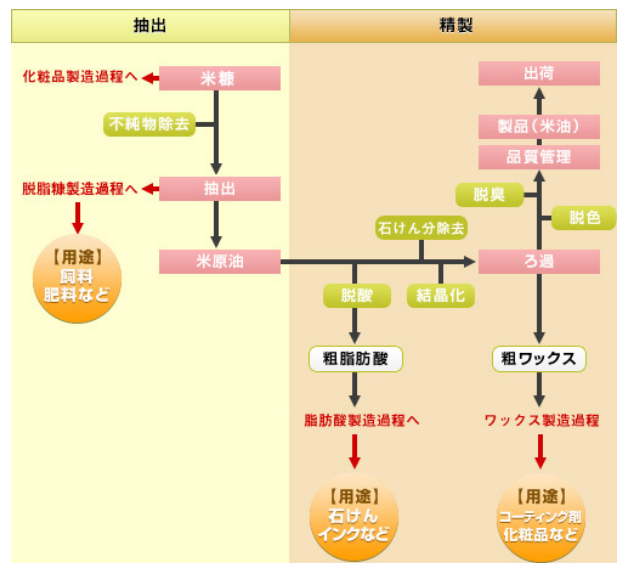
お米は日本人の主食として、長い間私たちの食生活を支えてきました。そんな日本人の生命線ともいえるお米の副産物である『米ぬか』は貴重な国産資源でもあり、それを無駄なく使い切るとは資源の有効利用という事だけではなく、国内の農業を支える事にもつながります。ボーソー油脂ではそんな希少な資源である『米ぬか』を利用し、そこから生まれた貴重な産物を暮らしに役立つ製品として世に出すこと、そしてそのことに挑戦し続けることを創業以来の企業理念としています。

米油は、お米の副産物として生まれる「米ぬか」を原料に作られます。米ぬかの油分含有量は約20%と他の油脂原料（菜種、トウモロコシetc.）に比べて低く、その生産には長い時間と手間がかかります。ですが、少しでも日本の農業を支えたいという強い思いから決して生産効率が良いとは言えない米油の製造を創業以来ずっと続けています。実際に原料である米ぬかが工場に搬入され、最終的な製品（油）として出来上がるまでには2日以上のかかります。

油の抽出方法は大きく分けて

- (1) 圧搾法：比較的油分の多い原料（とうもろこし、べに花など）に使われる方法で、原料に物理的な圧力をかけて油をしぼり取る方法。
 - (2) 抽出法：比較的油分の少ない原料（大豆、米ぬかなど）に用いる方法で、n-ヘキサン（ノルマルヘキサン）と呼ばれる溶剤を使って油を抽出する方法。
- の2つがあります。

今回企画を再開する「米油」は（2）の方法で油を抽出しています。溶剤と聞くと体に良くないのではないかとイメージがありますが、ノルマルヘキサンは油の製造工程の中にある「精製」の過程で完全に揮発し最終的な製品には残留しないと言われています。また、市販の油の多くは抽出方法こそ溶剤を使わない圧搾法だとしても、その原料の多くは遺伝子組み換えがされた作物（大豆、菜種、コーン）を使っています。



また、米油の一部には溶剤を使わず圧搾法で製造している物も存在しますが、油脂含有量が少ないため、絞れる油の量が少なく食品として利用するにはあまりにも生産性が悪すぎるという点があります。例え溶剤を使わずに製造できたとしても、出来上がった製品が売れなければ、製造自体を続けることが困難になり、国産資源を活用する事にもなりません。

生協としては、これらの観点から抽出方法に注意しつつも、希少な国産油脂原料である『米ぬか』を活用し、単なる油の製造というだけでなく国内の農業を支える一端を担っていこうという考え方に共感し、米油の取り扱いをしようと考えます。

今週配布している2月2回カタログ15ページに米油を掲載しています。一人でも多くの組合員さんに利用していただくことがボーソー油脂の取り組み、ひいては国内の農業を支える力になります。今回は特価にて企画していますのでぜひお試しください。

揚げ物から生食まで

国産油脂原料を使った油

揚げ物・炒め物・マヨネーズやドレッシングの材料など

国産油脂原料である米ぬかが原料の油です。軽く香ばしい風味でさらっとくせのない油です。米ぬか由来の栄養成分を含んでおり、ビタミンEや植物ステロールをはじめ、米油特有の成分であるγオリザノールやトコトリエンノールなども含んでいます。

新特

ポーソー油脂（千葉県・船橋市）

380 米油

910g 658円（税込）711円（税込）通常税別 754円

米糠（国内産）

<米油の特徴>

- 軽い口当たりで胃もたれしにくい。
- 油のにおいが少なく、調理中も快適です♪
- キッチンが臭いにくくなります。
- 揚げ物に使うとカラッと揚がるのでおすすめです。
- 米油は汚れにくく、洗い物も楽になります。

★視察した職員の感想（稲垣）

①糠から原料を抽出する→②精製する→③包装する、という工程別の3工場に分かれており、全て見学しました。

①の抽出工程でn-ヘキサンという溶剤を使うため（圧搾では抽出が難しい）、その溶剤が残留していないかを懸念していましたが、溶剤は蒸留によって完全に揮発、そのため残留検査する必要すらないそうです。また無駄がないと感心したのは、抽出後に揮発した溶剤を温度低下で戻し再利用も出来ること、また絞った後の糠（脱脂糠）は鶏などの飼料として使えることです。

②の精製する工場では、他種（菜種油、コーン油）の油と同じ場所で製造しているものの、手管理ではありますが混ざらない工夫をしている説明も受けました。

③の包装する工場は、①②の工場と違い、ほぼ自動化され、人の手が入らない工程となっていました。

米油は他の油に比べ、原料の約14%しか取れず※（菜種は約30%、オリーブやコーンは約50%）、効率が悪いですが、日本の主食であるコメから取れる原料であること・創業当時の主力製品であったこと・ニーズが上がっていることから、ポーソー油脂さんの中心事業とのこと。

※玄米43kgからとれる糠が4.3kg、それから抽出される米油量は600g

①②の工場は古いながらも品質管理と整理整頓に気を配り、また案内くださった工場と営業の方がとても誠実な対応で、真面目に地道に油作りをしているメーカーさんである印象を強く受けました。

米油が製造される過程で出る、糠の残りは飼料になったり、産出される脂肪酸は石けんになるのでエコな油だと思いました。また使ってみると、サラッとしていて、揚げて時間が経ってもカラッとしているし、炒めものでもベタつとしないので気に入ってます。



第 82 回 脱原発と暮らし見直し委員会 報告

2019 年 1 月 11 日（金） 常総生協本部組合員室 13 時半～16 時 組合員 10 人参加。守谷市の組合員が初参加していただきました。チーム活動報告のほか、ヨウ素剤配布、東海第二原発裁判などについて情報交換しました。

★チーム活動報告

○市町村のセシウム測定データ収集

近隣自治体でもミカンやイモ類で検出がありました。全国の調査状況では、キノコ、獣肉などに引き続き注意が必要です。生協の検査でも相変わらずシイタケから検出が続いています。

○DVD 貸出

ニュースレターに感想文「小さな上映会便り」を掲載予定です。本の紹介も計画中です。

★2019 年 2 月 10 日（土）のヨウ素剤配布会の準備を進めています。申し込みは 122 世帯、約 500 人です。医師のほか看護師や薬剤師のお手伝いもいただけることになりました。ありがとうございます。申し込まれた方、問診票の提出などありますので期日までをお願いします。

★東海第二原発運転差止訴訟は、2019 年度に結審し、2020 年度に判決が出る予定です。次回の弁論は 2/14（木）午後水戸地方裁判所です。ご都合のつく方は是非傍聴にお出かけください。

★次回は、2/4（月）13 時半～16 時（生協本部）の予定です。

委員会は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。

2 月 10 日（日）「守田敏也さん講演会&安定ヨウ素剤配布会」に関わるお知らせ

申込は締め切りしましたが、席に若干余裕がありますので、参加を希望される方はお電話にてご連絡ください。講演会のみ参加も OK です。お子さんをお連れの場合は、膝の上か事務所内に設置するキッズスペースをご利用ください。（見守りの大人が 1～2 名付きます。）

午前の部 9:45

に、生協 2 階受付までお越しください。

午後の部 13:00

※駐車場には限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

なお、大幅に遅刻された方は安定ヨウ素剤をお渡しできない場合もありますので、遅れないようお越しください。また、薬代は参加費に含まれておりませんので、当日のカンパもどうぞよろしくお願い致します。

◎以下の方は事前にご連絡ください。

- ・キッズスペース利用を希望する方。
- ・出席できなくなった方。（わかった時点でご連絡ください。）

お問合せ 常総生協 木本 0297-48-4911

-2月2回 みそ通信-

／やってみそ！／

★供給担当もやいます！みそ作り！

1月17日(木)に供給部でみそ作りのデモンストレーションを行いました！(今回は蒸大豆を使いました)

- ①麴と塩を混ぜたもの(塩きり麴)とつぶした大豆をまぜます。
- ②まぜたものでお団子(みそ玉)を作り、ひとつずつ丁寧に瓶に詰めていきます。
- ③表面を平にし、ポリエチレンラップをひき、蓋・重しをのせて出来上がりです。



【職員の感想】

昨年より常総生協に入協した渡邊です。生まれて初めて「みそ作り」を行いました。普段何気なく食べていた「みそ」がこうした過程でできていることが初めて分かりました。みそ作りは単に「作る」だけでなく日本の大豆を守るという大きな意味を持っています。組合員さんに勧めるとともに、機会があればぜひ家族と作ってみたいと思います。(供給部・渡邊)

★大豆の代替えについて

前回のみそ通信で、カメムシなどの被害によりやさと生産者の大豆の収量が450～500kgになるという話をしました。1月でやさとの大豆を使い切ってしまったので、2月1回以降は、カタログにて「おきたま興農舎」の大豆を掲載しております。価格は1kg当たり250～300円ほど上がってしまいましたが、こちら大豆は栽培期間中「無農薬」で育て、品種も「秘伝」という山形県在来種でみそ作りにも適した大豆となっています。

2月は各地区でみそ講習会も始まりますので、ぜひご家族でご参加ください♪

／ご要望にお応えして！／こうじ倍量セットのご案内♪

こうじを増やすと甘みや旨みが増すとされており、組合員さんの中でも密かな？ブームになっております。今年は皆さんもこうじを増やして作ってみてはいかがでしょうか？

注文番号：405034 こうじ倍量みそ作りセット(乾豆 & 米こうじ)

乾大豆 1kg + 米こうじ 2kg + シママース 1kg 2,776円(税込 2,998円)

注文番号：405035 こうじ倍量みそ作りセット(蒸大豆 & 米こうじ)

蒸大豆 1kg + 米こうじ 2kg + シママース 1kg 3,140円(税込 3,391円)



常総生協 戸頭店をピックアップ!! (エコバック or マイ買い物カゴ持参で行こう!!)

常総生協 戸頭店を知っていますか？

1979 年取手市戸頭団地にオープンしました。

常総生協では複数の店舗がありましたが、2000 年代の経営改革により、現在は戸頭店のみが存続しています。

店のここがスゴイ!!

①共同購入では購入できない、戸頭店のみに扱っている商品があります。

共同購入の商品案内で受注を受けて出せるほどの量が確保できない地域農家の農産品や、戸頭店のみに購入できる日生協商品（化粧品や冷凍食品）などがあります。

②戸頭店スタッフは商品知識が豊富です!!

店長を始め、スタッフの皆がとにかく勉強熱心です。ほとん



どの商品を理解している方々ばかりです。もちろん知識だけでなく、自身も利用して食べていますので、おすすめの食べ方なども教えてくれます♪



戸頭店 (1979 ~) 建替前のプレハブ店舗



現在の戸頭店

③商品カタログでは不定期商品も店舗で定期的に置いている商品があります!!

商品カタログでは掲載スケジュールが各商品に設定されていて制約がありますが、店舗の方では紙面の制約がない分、「最近商品カタログにでないな～」と思う商品も、お店に行くと見つかるかもしれません。



④現在、毎月 2 回のセール、ポイント 2 倍 DAY をやっています。

◆ポイント 2 倍 DAY

戸頭店の利用で使えるポイントカード（通常 500 円 1 ポイント）が毎月 1 日と 15 日（その月の曜日によって前後します）はポイント 2 倍 DAY を実施しています。

◆セール（特売日）

毎月第 4 週（8 月、12 月は実施していませんが、今後実施していく事も検討しています）の金、土で割引対象商品（約 10% off）実施しています。店舗でしか購入できない商品もあるので、とてもお得です。



常総生協の LINE @を始めました。QR コードを読み取って友達に追加いただくと、もちろん戸頭店で使用できる「5%off& ポイント 2 倍クーポン」を発行しています。是非、ご利用ください。