

COOP-JOSO News Letter

2020年2月1回号 発行/常総生協広報C

2019年度活動テーマ「JOSO食材でかんたん・うちごはん」

2020年みそ作り講習会各地でスタート JOSO食材でかんたん 「手作りみそ」

○家族の「おいしい～」

家族の笑顔と健康は食卓から。そして「わが家の味噌汁」はお袋の味。大人になってもなお身体に残る母の味。

○「菌と仲良く」は健康のヒケツ

何と言っても「発酵食品」。菌を身体に取り入れると腸の働きが違います。「腸は免疫の司令塔」「腸は第二の脳」と言われますが、この腸の働きを良くするのが発酵食品と食物繊維。腸内細菌叢（腸内フローラ）をバランス良く保つ発酵食品は健康を保つ基礎食品。

つぶした大豆のタンパク質をこうじ菌がじっくり1年をかけて分解して旨味に変える。各家庭のそれぞれ働く菌で我が家の味が醸し出されます。この自然の味わいが家族の味覚を育て、腸にも作用します（多くの市販のみそは袋が破裂しないようにあらかじめ菌を殺して発酵を止めています）。

○家族でいっしょに作る

みそ作りの醍醐味は、家族みんなが参加して作ってみること。大豆をつぶす手仕事、こうじと塩を混ぜる手仕事、カメに投げ入れる作業……。そして1年の熟成を「待つ」こと……。みそ開きの嬉しさ。この経験は「食べもの」に対する子どもたちの興味

や慈しみが変わります。子ども達にとってのみそ作りは「作る楽しさ」から、「食べて美味しい」という家族とのおもいでになります。地域の幼稚園でも、常総生協組合員による「出張食育講座」で毎年の恒例になっています。

○組合で日本の食文化を伝えていく



日本の伝統の食文化を先輩組合員が各地で伝えていく。協同組合の仲間だからできること。先輩たちが何でも教えてくれます。生協の職員も、生協に入ってから最初に覚えさせられるのが「みそ作り」。先輩たちから指導されて、組合員に伝えるところまで訓練されます。もしみそ作りでわからないことがあったり、不安があったら、近所の生協の仲間や、供給の職員にいつでも声をかけてください。2月より、各地区で「みそ作り講習会」が開催されます。ご都合のよい会場にぜひおいでください。どこの会場も、お子様連れでも、どなたでも大歓迎です。

〇みそ作り講習会 開催情報

開催日程	地区	開催場所	開催時間
2020/2/2 (日)	土浦・阿見	六中地区公民館 調理室 (現在調整中)	10:00~12:00
2020/2/8 (土)	牛久・龍ヶ崎	牛久中央生涯学習センター 調理室	10:00~12:00
2020/2/15 (土)	つくば	小野川交流センター 調理室	10:00~12:00
2020/2/15 (土)	つくばみらい	センチュリーつくばみらい平 集会室 (現在調整中)	10:00~12:00
2020/2/21 (金)	常総・坂東	常総市森下町or相野谷町付近のコミュニティセンター	10:00~12:00
2020/2/22 (土)	柏・松戸	調整中	10:00~12:00
2020/2/23 (日)	守谷	常総生協本部2F調理室	10:00~12:00

〇みそ作り講習会 未確定です現在調整中なのが、取手、利根町、我孫子の3エリアです。

「知っているようで知らない韓国との関係、歴史」 雫の会よりお知らせ

「私たちの暮らしと憲法」講座でお世話になっている山本先生による出前講座のお知らせです。
雫の会より

「雫の会」は、福島原発事故後に私たちの生活を考える会として誕生しました。
原発のこと、地球温暖化や自然災害のこと、災害救助隊としてだけでなく自衛隊のこと、
憲法のこと、遺伝子組み換え食品や種子法のことなど 会員が気になっていること、知りたい
ことを専門の方を講師に学習会を組んできました。
今回は、「知っているようで知らない韓国との関係、歴史」を学んでみたいと企画しました。講師はぜひ
ご参加ください。講師は常総生協で平和の集い「私たちの暮らしと憲法」講座の山本茂先生です。

戸頭公民館 〒302-0034 茨城県取手市戸頭6丁目30-1
電話番号: 0297-78-3081

仲良くしたい!だって、
お隣の国だもの...

マスコミもいろいろ言ってるけど、
ほんとのほんとは???

素朴な疑問、ぶつけてみませんか?

技術や文化のつながりは?

韓国の民主化運動、ろうそく革命って言うらしいは!

従軍慰安婦って?

日本の植民地政策が問題だって聞いたけど...

日韓交流秘話なんてあるの?

日韓請求権協定で、何が決まったの?

両国の長いながい歴史をひもといてみよう!

徴用工問題って、解決してないの?

朝鮮戦争、38度線のこと、知りたいな!

江戸時代は、とても仲良くしてたってほんと?

山本先生、「日韓」学習会!

日時: ● 2020.2.1 (土) 13:30~15:30 場所: 戸頭公民館 (●講座室A、●研修室AB) 講師: 山本茂先生 (元茗溪高校教師)
● 2020.2.15 (土) 13:30~15:30 資料代: 300円 (各回共) 主催: 雫の会 090-8497-1636 (岩崎) 080-9270-9539 (金子)



明けましておめでとうございます

昨年中はワンバック野菜をご利用くださり誠にありがとうございました。2度の台風と豪雨と自然の脅威に脅かされ、本当に頭を抱えました。が、皆様のご支援やご厚意に支えられ、ワンバック一同笑顔で前に進むことができ感謝しております。

ワンバックスタッフ一同気持ち新たにパワーアップして元気な野菜や卵や加工品をお届けしていきます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

2020年 元旦 三里塚ワンバック野菜



謹賀新年

昨年の沢山の「お陰さま」で また新たな年を迎えることができました。

有り難いです。

日々のすべてから学びを心がけ、人を思い、おもい遣りを忘れず。

会社のスタッフも私もまだまだ修行が足りません

毎日の辛さ、空しさ、怖れ、哀しさ、憤りさえも楽しみに変える

今年もまたそんな一年で有りたいと願うのです。

この地のこころ達には「灯りっこ」/小さな灯りをもっともっと増やして参ります。

本年も宜しくお願いします

令和2年1月吉日

株式会社 高橋徳治商店

代表取締役 高橋英雄・スタッフ一同

東松島工場 〒981-0505 宮城県東松島市大塩字緑ヶ丘4丁目3-16
TEL 0225-98-8485 FAX 0225-25-4609
http://www.mamac.jp info@mamac.co.jp



謹賀新年

株式会社 ニッコー
本社工場 神奈川県大和市代官一丁11-13
代表取締役社長 山崎 雅文
代表取締役 山崎 貞雄

旧年中は一方ならぬ御高配にあずかり誠にありがとうございました。今年も何卒ご指導、ご鞭撻の程よろしくお願い申し上げます。皆様にご迷惑がなければ幸いです。心よりお祈り申し上げます。

謹賀新年

～よい人生に よい食べ物を～
本年も尚一層のご愛顧の程よろしくお願ひ申し上げます

本年もよろしくお願ひ申し上げます 佐藤

秋川牧園
〒753-0303 山口県山口市仁保下郷10317番地
代表取締役 秋川 実正
代表取締役 秋川 秋



株式会社 おかや
〒252 神奈川県横浜市中区新町4-1-6
本社 045-270-2211
パン工房 045-270-5892

旧年中は格別のお引き立てを賜り厚く御礼申し上げます。本年もご愛顧の程よろしくお願い申し上げます。令和2年元旦

あけましておめでとう

●のりと梅が絶妙です！

江戸前での、のり佃煮は洗練された美味しさで、本当に素敵な商品ですが、そこに梅が加わって更に美味しい！！梅が喧嘩することなくのりとうまくマッチしているので、是非とも一度食べていただきたい商品です。

(つくばみらい市 Oさん)

ご意見ありがとうございます。「江戸前でも！梅のり佃煮」は1月1回に企画以降、現在予定はありませんが、ご意見を参考し企画を組んでまいります。

(商品部 横関)

●竹村さんのいちご、注文して正解でした！

年末注文した竹村さんのいちごは真っ赤に完熟していながらも日持ちが良く実がしっかりしていて自然でまろやかな味。糖度もあり水っぽくない。おいしくて優秀ないちごちゃんでした。注文して正解でした。

(取手市：Sさん)

ご意見ありがとうございます。竹村さんのいちごは1月～2月で最盛期を迎え、5月中旬まで毎週企画予定です。また、シーズン終了後には収穫体験&交流会も行っておりますので、ぜひ産地にも足を運んでいただけると幸いです。

(商品部 小宮山)



●甘酒がとっても美味しい

生協の生甘酒はとっても美味しかったです。

(龍ヶ崎市 Kさん)



この度は、藤巻商店の生あま酒のご意見ありがとうございます。同量の水を加えてお召し上がりいただけますが、この時期は温かい

牛乳で割っても美味しくいただけます。次回企画は2月3回324番にて掲載予定です。

(商品部 管)

●小松菜・レタスが甘い！

微生物農法の会の野菜セットですが、小松菜は切らずに根から葉まで、そのまま丸ごと食べるととても甘く美味しかったです。レタスは何も付けなくても味がして美味しかったです。いつもありがとうございます！今年もよろしくお願い致します。

(我孫子市 Iさん)

野菜の感想をありがとうございます。2019年はより一層の天候不順、さらに2度の台風に見舞われ、いつになく過酷な年となりました。それでも毎年試行錯誤しながらより良い野菜づくりに励んでおります。今年もどうぞよろしくお願い致します。

(微生物農法の会)



●「紅まどんな」また企画してください



12月に企画があった、皮が薄くて甘くてジューシー。すごくおいしかったのでまた販売してください！

(守谷市 Nさん)

ご意見ありがとうございます。「紅まどんな」は12月・1月限定の柑橘で、【ゼリーの塊を食べる】という表現があるほど、強い甘み・プルプルの食感・多汁の3拍子揃った柑橘です。1月4回にシーズン最終として掲載予定ですので、ぜひご利用ください。

(商品部 小宮山)