★被災地等を支援する【JOSOたすけあい基金】は注文番号473にて毎週受け付けています。ご協力の程、よろしくお願い致します。

COOP-JOSO News Letter

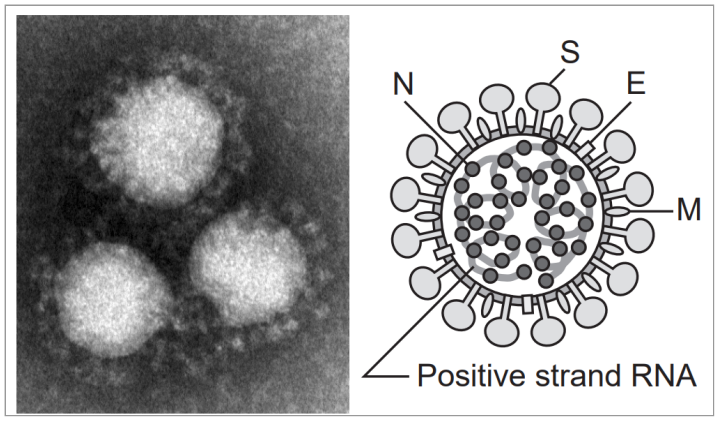
2020年2月4回号　発行/常総生協広報G

2019年度活動テーマ「JOSO食材でかんたん・おうちゴハン」

インフルエンザや、「新型コロナウィルス（2019－nCoV）」に負けるな！

＼菌活おうちゴハンで免疫力を高めましょう／

○新型コロナウィルスの特徴



コロナウイルスは、いわゆる風邪の原因となるウイルスの1つです。本ウイルスに関連して、より病原性の強い重症急性呼吸器症候群コロナウイルス（SARS-CoV）や中東呼吸器症候群コロナウイルス(MERS-CoV)が出現し問題となりました。細菌、ウイルスなどの病原体は、外来遺伝子の獲得や突然変異により常に強毒化する可能性が考えられます。

今回の新型コロナウイルスは、遺伝学的にSARS-CoVに近縁であることが報告されています。新型コロナウイルスが従来のコロナウイルスに比べて突然変異を起こしやすいという情報はありません。また、今回のアウトブレイク中に変異を起こしてSARS-CoVに近づいているという証拠も現在のところ報告されていません。ただし、今後、ウイルスの病原性や伝播性が変化する可能性は否定できないことから継続した観察が必要です。

○感染伝播の現状は？ 今後の広がりの可能性は？

武漢市を中心に中国のほとんどの地域から4,500人を超える感染例が報告されています（1月28日現在）。また世界的には、日本を含めて、タイ、香港、マカオ、米国、オーストラリア、シンガポールなど15カ国で感染例が報告されています。これら中国以外での感染報告例のほとんどは中国（多くが武漢市）からの旅行者であり、輸入国における二次感染例の報告はほとんどありません。ただし、それぞれの国で新型コロナウイルス感染症に対する検査がどのように実施されているのか、どのくらいの頻度で行われているのかが不明であり、正確な広がりを推定することが難しい状況にあります。これから数週間に亘り、検査される人数の増加と相まって新型コロナウイルス感染症患者は増加することが予想されます。このとき、感染源不明の二次感染例がどのくらいの頻度で検出されてくるのかは重要な情報となります。二次感染例の推移を参考に、新型コロナウイルスの感染性および今後の広がりを評価していくことが重要となります。

（一般社団法人　日本環境感染学会　HPより抜粋）

＼菌活で腸内環境を整え、免疫力UPして予防していきましょう／

新型コロナウィルスもインフルエンザも、感染予防が一番ですが、特効薬がないウイルスに対抗するには、普段からの食生活で、病気になりにくいからだを作ることです。こんなときだからこそ、「菌活」を意識した食生活で、自己免疫力を高めましょう。

★菌活って、なに？★

身体に良い働きをする菌を積極的に食事から取り入れること。さらに自分の腸内に住んでいる良い菌（善玉菌）を育てて、腸内環境を整えることをいいます。

★なぜ菌活するの？★

腸内には3万種類、1000兆個もの様々な腸内細菌が住んでおり、「善玉菌」「悪玉菌」「日和見菌」の3種類があります。それぞれの絶妙なバランスが腸の働きを左右します。善玉菌が増えると、「日和見菌」が加勢し、腸の働きを良くします。

★どうやって腸内環境を整える？★

～効果的な菌活；食菌と育菌の両方から、腸内環境を整える～

「①プロバイオティクス（善玉菌）× ②プレバイオティクス（善玉菌のエサ）」

① ビフィズス菌や乳酸菌を含む食品や腸で良い働きをしてくれる細菌や発酵食品を摂取

② 腸内の善玉菌にエサとなる食物繊維やオリゴ糖を摂取

食物繊維ー消化・吸収されることなく大腸まで達し、善玉菌の栄養源となり増殖を促す野菜類・果物類・豆類などに多く含まれている

オリゴ糖ー大豆・たまねぎ・ごぼう・ねぎ・にんにく・アスパラガス・バナナなどの食品に多く含まれている

「発酵食品」×「食物繊維」×「オリゴ糖」が菌活の決め手!!!

★「菌活」は和食（日本食）がピッタリ!!!★

常総生協では、食生活の基本的な考え方として、「日本型食生活」を、また、調理技術面でも、薄味やだしを取ることを掲げています。特に、みそや醤油、麹をふんだんに使った日本古来の発酵食品や発酵調味料は生きたまま腸内に届く菌が多く含まれ、腸内の環境を整えるのに最適です。

自家製みそ作りをオススメしたり、常総生協のオリジナルブランド「常総しょうゆ・だし醤油」に取り組んでいるのには、組合員の「菌活」を応援し、子どもたちの健やかな成長や、家族がみな健康で、笑顔があふれる食生活を送って欲しいと言う想いも込めてられています。

★★★「菌活」をおうちゴハンに取り入れ、健康な身体作りを始めましょう★★★

★注文番号405020　みそ作りチャレンジセット

（蒸し大豆1kg、米こうじ1kg、シママース1kg）　2,290円(税込2,473円)

【証人尋問報告2　～原告5人の証人尋問について～】（常総生協　事務局　木本）

12/19の谷田部さん、魚住さん、1/10の相沢さん、花山さん、大石さんが話してくださったのは、1999年9月の「JCO臨界事故」や2011年3月の「福島原発事故」の実体験でした。原告証人は、事前に「準備書面」」（「書証」と呼ばれる）を裁判所に提出していて、それに基づいて一人20分ずつ、弁護士さんの質問に答える形で証言をしていきました。体験を通して語られる言葉には力があり、素晴らしい陳述でした。抜粋して報告します。

（1）魚住道郎さんの証人尋問

魚住さんは現在69歳。学生時代から有機農業を志して以来50年、茨城県石岡市で、有機農業を実践されています。2018年からは「NPO法人 日本有機農業研究会」の理事長をされています。常総生協の有機農業生産者である「やさとの仲間」の生産者の方々や、守谷の横瀬さんは、魚住さんに師事しているそうです。

魚住農園の畑は3ヘクタール。四季折々の野菜を無農薬、有機肥料で育てるために600羽の鶏を飼い、鶏糞から良質な堆肥を作ります。、鶏の餌も飼料添加物や薬品を加えずに育てています（家畜の餌用に遺伝子組換え作物が出回っていますが、これには抗生物質耐性遺伝子が組み込まれているそうです。そのような餌を食べる動物やその動物を食べる人間は、次第に医療上で使われる抗生物質が効かなくなってしまう懸念があるそうです。

堆肥を発酵させるために、裏山から7トンもの落ち葉を集め、踏込み温床を作っています。よい土壌を作るためには、周囲の山林、昆虫、微生物等まで含めた良好な環境が存在し、継続していく必要があると話され、その全てが、2011年の福島原発事故で放射能によって汚染され大きな影響を受けたことを話されました。

「農家にとって田畑は生活の基盤ですが、消費者にとっても声明の基盤です。私たちは植物や動物の生命をいただくことでしか生きていくことができないからです。農林水産の現場は、全国民の生命を支え、生命を将来に健全につなげていくために不可欠な、代替不可の空間領域であり、全国民の共有財産です。それゆえ、それを一部の企業や政府が私物化したり、放射性物質等の有害物質による汚染を放置することは決して許されるものではありません」と訴えられました。

最後に、「もし東海第二原発が再稼働して事故が起きれば、農業は続けられないし、茨城県だけでなく、首都圏に不可逆的壊滅状況を生じさせることになります」「自分は、市井の者だけれど、日本国憲法のもとで、司法に訴えたいと思って原告となり、ここに来ました。裁判官の皆さんの良心に基づいた判断を願います。」と述べられました。

（2）12/19谷田部裕子さんの証人尋問

印象深かったのは、JCO（核燃料工場）から直線距離2kmの所に住んでいた谷田部さんのお子さんたちが臨界事故の日、学校から雨の中ずぶぬれで帰ってきたという経験談です。事故は収束してないのに、周辺地域の放射線量の把握もしていないのに、政府が、「安全宣言」を出してしまったため、生徒たちを一時待機させていた「学校」は、子どもたちを無防備なまま、ちょうど降り出した雨の中、帰らせたそうです。12年後の東日本大震災でも、政府はSPEEDI（緊急時迅速放射能影響予測ネットワークシステム）の情報を隠したために、多くの住民が高濃度の汚染のなか避難することになりました。『原子力災害において、政府は迅速に情報を収集・公開せず(情報を隠して)、住民防護に務めないこと』は、繰り返されてきたことなのだと認識しました。

（3）相沢清子さんの証人尋問

相沢さんは、東海村に住んでいます。1999年の臨界JCO事故で被曝した大泉さんのご夫妻の、大変な苦難の日々を友人として語られました。そして福島から東海村に避難してこられた方々などの思いや苦労を話され、最後に東海村の避難訓練の模様を述べていかに困難かを訴えました。まとめには、40年も運転した原発を二度と動かさないで欲しいと心からの願いを述べられました。

（4）花山智宏さんの証人尋問

花山さんは茨城県笠間市で2011年3月4日に3人目のお子さんを出産したばかりでした。母乳育児に期待と決意を持って準備していましたが、茨城県や千葉県の母親の母乳から放射性ヨウ素が検出されたというニュース※をきいて、自身の母乳も汚染されていることを確信。しかし、同時に粉ミルクも高濃度に汚染されていると報道があったため、やむなく食事や水に気をつけながら母乳を与え続ける苦渋の決断をしたことを話されました。「避難を勧められても、帝王切開直後で体は万全ではなく、動くことはできませんでした。今もこの判断で良かったか答えは出ませんが、ただ一つ言えることは、その場にとどまるか、避難するか、どちらの道を選んでも、放射能（被ばく）から逃れることはできなかったということです」と、あの

時多くの母親たちが思った言葉が語られ、傍聴席も弁護士さんも涙されている方がたくさんいらっしゃいました。
「東海第二で事故があれば、子どもを連れて、仕事のあても頼れる親戚もない遠方に逃げると思う」「このような思いを二度と、ただの1人も、受けなくて済むように、東海第2原発の再稼働を止めて欲しい」と切々と訴えられました。
※常総生協と名古屋のチェルノブイリ救援・中部とで結成した「母乳支援ネットワーク」が実施した調査結果

---

(5)常総生協　元副理事長　大石光伸さんの証人尋問
大石さんが裁判所に提出した書面には、事故当時の生協のNewsLetterや、様々な調査(吸入被ばく、土壌汚染、母乳など)をまとめた表、グラフ、原発プラントの問題部の図解、廃業してしまった山木屋牧場の写真、日本原電の財務状況など、大量の資料が収められていました。2011年の福島事故から9年間、大石さんが常総生協の組合員、生産者と絶えず考え、調べ、行動してきた軌跡の一端がそこから伺えました。

・「およそ考えられない」という日本原電の姿勢こそが「リスク」
日本原電の準備書面の中で、多様されている「およそ考えられない」という言葉。「大きな地震が起きることはおよそ考えられない」「重大事故が起きることはおよそ考えられない」など、準備書面(No.10)の中だけで24回も出てくるそうです。「考えられないような地震や津波に実際に襲われて事故が起きた経験があるのに、”およそ考えられない”として、考えようとしない姿勢こそリスクだ”と指摘しました。

・情報を明らかにしない日本原電の不誠実さ
この裁判では、地震動もそうだけれど、原子炉の構造や、重要部品の耐久性、財務状況の判断など、専門的な内容や、経理的なことが争点となってきました。それを判断するために裁判官は口頭弁論以外に、何度も「説明会」を両者に求め、難しい専門分野の知識を会得されてきました。その上で、日本原電が事実や情報を明らかにしなければ判断がつかないことが多く、原告と裁判所は日本原電に対して情報開示を求めてきました。にもかかわらず、原電側は、その求められた部分を黒塗り、あるいは白抜き(白くしてしまうため、存在すらわからなくしてしまう)で書類提出してきたのです。それはあまりにも不誠実だと訴えました。
証言が終わった時、原告傍聴席からは大きな拍手が沸いてしまい、裁判長に注意される一幕もありました(笑)。

【今後のスケジュール】
2/6(木)に元プラント設計技師の後藤政志さんの証人尋問を終え、ついに5/21(木)に「結審」を迎えます。この日は争点の総まとめとなる書面提出と弁論が行われます。(判決は2021年3月の見込み)
最後の弁論には、入りきらないくらい多くの方が傍聴に参加してもらえたら、と思います。

「歴史を学ぼう―未来のために」の日程変更のお知らせ

毎月第3土曜日に開催している都留先生の歴史講座ですが、2月につきましては2/22(土)の第4土曜日の開催になります。今回の講座の内容は、「埋もれた声―大逆事件から100年」になります。同日午後1時から、3月に訪問予定の東日本入国管理センター「牛久入管」についての予備学習会を行います。3月の訪問の詳細につきましては、改めてNewsLetterなどでお知らせ致します。

2020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●
○「常総っ子応援団」 毎週木曜日に外遊び活動しています。試食会(親子煮炊き会)は2/27(木)開催です。 2/18(火)放射能汚染マップ読み解き講座 (常総生協　組合員活動室) 2/21(金)みそ作り講習会(常総・坂東) 2/22(土)歴史を学ぼう～未来のために(常総生協　会議室) みそ作り講習会(柏・松戸) 2/23(日)みそ作り講習会(我孫子)(守谷) 入管見学会事前勉強会(常総生協　会議室) 2/26(水)定例理事会	2/18、19(火、水)荒川沖幼稚園　みそ開き会 2/20,21(木、金)荒川沖幼稚園　みそ作り会 2/23(日)茨城有機農業研究会の集い 2/26(水)茨城県生協連　適格消費者団体立ち上げ準備会 2/27(木)食品表示法学習会(土浦) 2/28(金)生協NW21品質管理者担当者会議(東京)