

★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。ご協力よろしくお願い致します。
★関東子ども健康調査支援基金【寄付】 注文番号:472 1口1000円～ にて毎週受け付けています。ご協力よろしくお願い致します。
★東海第二原発差止訴訟基金【寄付】 注文番号:471 1口500円にて毎週受け付けていますご協力お願い致します。

COOP-JOSO News Letter

2021年6月1回号 発行:常総生協広報G



2021年度活動テーマ(案)「笑顔で育む免疫力」

＼環境に負荷をかけない流通を目指して／ 鈴木牧場は「脱プラ」に取り組みます！

鈴木牧場の酪農は、よい循環し、いい堆肥を作り、畑の土が健康になり、牧草がおいしくなり、それを食べた牛が健康になる。そこから生まれた乳製品は皆さんに喜ばれ、その人たちの健康に役立つ。副次的に、牧場がおわなくなってきたのは、牛を健康に飼えば、酪農家も幸せになるという理念のもと指導された【故熊谷先生】の教えを受け、実践して10年ほどたってからのことです。ちょうどその頃、LOHAS*1という言葉がマスコミに出始め(1998年)、これは私たちがやっている酪農にも当てはまることだと思ったものでした。



その頃、常総生協と出会い、鈴木牧場の牛乳が飲みたいといわれ、「牛乳はできないがヨーグルトなら」と、瓶でのヨーグルト製造販売を始めました。当時、利便性の良い(2004年)プラスチック容器があらゆる製品に使われる中、瓶をリユースするヨーグルト製造販売は日本中どこにもありませんでした(瓶での製造はありますが、リユースはしていない)。前例のない取り組みに保健所の許可もなかなか通りませんでした。LOHASの言葉が頭の片隅にあったから、瓶での製造を強く希望し、始められたと思います。その後、2018年に牛乳の製造を開始し、もちろん瓶での販売を開始しました。

先日、生協の牛乳瓶はどのくらいの回数をリユースしているか調べたところ、18回/本と驚きの数字がでました(製造開始して2年6か月がたち、今後さらにこの回数は増えるとの見込み)。一般販売もしていますが、こちらは3.8回/本と生協との違いは歴然。ヨーグルト瓶のリユースもしっかりと思います。これをプラスチック・紙容器で製造していたとすると、環境への負荷は非常に大きいものでしょう。

瓶の管理に対する手間はかかりますが、洗浄・殺菌すればそのまま使えますし、割れて資源ごみとして出しても再利用できます。透明瓶は、製造時50%の再利用ガラスを使用とリサイクルのシステムがはっきりしています。「瓶は重い、割れる」というマイナス面はありますが、サステナブル*2な社会を目指すうえでプラスの面はとてつもなく大きいと思います。

そのようなことからチーズもできないかと考え、モッツアレラチーズを瓶に入れることにしました。当面生協のみでの取り組みとします。やや小ぶりの瓶ですが、蓋はヨーグルトと共通ですので、汎用

性はいいです。瓶代の負担についても、生協から嬉しい提案があり、コスト面の負担が少し減りました。ただ、組合員さんの注文数が確定する前にモッツアレラの製造が始まってしまうので、一部の組合員さんには従来通りのプラ袋での供給になってしまうことをご了承ください。

この取り組みに際しても、皆さんの返却協力は必須です。瓶の返却に関しては引き続き、ご協力のほどお願いいたします。

2021.5 鈴木牧場一同

*¹: LOHAS【Lifestyles of Health and Sustainability】「健康と地球環境」意識の高いライフスタイルを目指すこと

*²: サステナブル「持続可能な」という意味。特に地球の自然環境の維持に役立つ事業や開発、自然環境に配慮した行動を表現する。

次回から「フレッシュモッツアレラ」も瓶でお届けします



大量生産、広域流通を行う商品の場合、瓶の回収方法がネックとなり、リユースの取り組みが難しくなってしまいます。ですが、生協の組合員や地元の消費者との繋がりをメインにしている鈴木牧場では「出来るだけ環境に負荷をかけたくない」との想いから、ヨーグルト、牛乳の容器にリユース可能なガラス瓶を採用しています。リユースする為には回収した瓶の洗浄など、使い捨てのプラスチック容器を使うよりも手間はかかりますが、「鈴木牧場としても出来るところからプラスチックの使用を減らしたい」という提案を頂き、毎週企画している**フレッシュモッツアレラを6月2回のお届け分から、リユース可能な瓶容器に変更**する事になりました。

※出来るだけ瓶での準備をしますが、受注状況によっては一部従来通りのプラ袋でお届けする事がありますのでご了承ください。

「脱プラ基金」皆様のご協力をお願いします！

レジ袋、食品の容器など身の回りのいたるところで使用されているプラスチック。便利で安価なプラスチック商品ですが、実は海洋汚染に深くかかわる側面も。中でも、環境中に存在する微小なプラスチック粒子はマイクロプラスチックと呼ばれ、深刻な環境問題の1つであると言われています。最近は話題になることも増えてきたので聞いたことがある方も多いかもしれません。その大きさは5mm以下と微小なマイクロプラスチックですが、引き起こす問題は決して小さくはありません。そしてその小ささ故に回収が難しく、解決が困難な問題であると言えます。問題の筆頭は海洋生物の生態系の破壊です。魚類、甲殻類、貝類やカモメといった海鳥、アザラシなどの海洋哺乳類が海水に混ざったマイクロプラスチックを誤嚥してしまい、消化に適さないマイクロプラスチックが消化不全や胃潰瘍などを引き起こし、海洋生物を死に至らしめてしまうのです。

この原因は私たち自身の生活にあるという事はしっかりと認識なくてはなりません。また、大きな問題であることは確かですが、私たちがしっかりと問題意識を持つだけでなく、消費者も一緒に考え、商品を製造している生産者・メーカーへの問題提起や改善を促していく事が大切ではないかと思えます。

「脱プラ」は生協の主要な取り組みのひとつとして、今年度は生産者・組合員を対象にした学習会の開催やプラスチック素材を使わない「へちまタワシ」の製品化などを検討しています。今回の取り組みをきっかけに、1つでも多くの生産者・メーカーで可能な部分からでも改

善をしてもらえればと思います。環境負荷が少ない生分解性プラスチックなどはまだまだ価格が高く、コスト面の負担も大きくなってしまっているのが事実です。

鈴木牧場の取り組み開始に合わせて、次回6月2回より下記注文番号にて毎週「JOSO脱プラ基金」の受け付けを開始します。私たち消費者が生産者と協力して取り組みを進めるために、組合員の皆さんからのご協力を宜しくお願いします！

★6月2回より★ 注文番号**474**「JOSO脱プラ基金」1口500円

■シーズン到来！ご自宅で”梅しごと”にチャレンジしてみませんか？



さあ、今年も梅の季節がやってまいりました。新型コロナウイルス感染拡大防止の為、また雨が多いこの時季におうちで過ごすが多くなると思います。そんな時は我が家のオリジナル梅ジュース・梅酒を作ってみませんか？青梅の爽やかな香りに包まれながら、梅と砂糖が馴染むようにビンをゆすったり、できあがり家族でワクワクしながら待つ時間も楽しいものです。さらに、梅には疲労回復などに有効なクエン酸、リンゴ酸、タンパク質やカルシウム、鉄分等のミネラルも豊富に含まれています。楽しく・美味しく・栄養補給できる、まさに一石三鳥の梅しごとです♪

実はとっても簡単！[梅しごとの動画](#)を公開しています。ぜひご覧ください。→→



お見逃しなく！梅しごと関連の企画予定表♪

	6月1回	6月2回	6月3回	6月4回
青梅	11 12 (江川さん)	○ (江川さん)		
	28 (大紀コープファーム)	○ (大紀コープファーム)		
	29 (無茶々園)			
漬梅(完熟梅)		○ (無茶々園)	○ (江川さん)	○ (江川さん)
			○ (大紀コープファーム)	○ (大紀コープファーム)
ホワイトリカー(35度)	764	764	764	764
玄米焼酎(35度)	13	○	○	○
黒糖かちわり	511	511	511	511
氷砂糖	14	○	○	○

※その他企画予定商品&レシピは、今週配布の「保存版 わが家の梅保存食」をご覧ください。

※「らっきょう」は6月3回から企画予定ですので、別途6月3回にてご案内します。

【第2弾】春の討議資料アンケート報告

来たる6月12日(土)開催の常総生協第48回通常総代会で、新しい年度の活動を決めていきます。討議資料を基に総代会議案書を作成していきます。今回は「2020年度みんなで取り組んだ振り返り」について頂いた声を一部ですがダイジェスト版でお知らせしていきます。

- コロナ禍で配達ありがとうございます
- 点検表をつけてみると、まだまだ改善の余地があると反省しました
- 問題意識をもった活動は素晴らしいと思います。こういったことをもっと広めることが必要だと感じました。
- もっと体を大切にする食の取り方を考えます。
- もう少し、変わった食材があると嬉しいのですが、特に野菜ですね。今の時代、色々な国の食べ物を作るので、野菜が乏しいです。
- コロナ感染予防のため対面受け取りを控えてもらっています。以前は対応するため家事等の手を休めなければなりませんでした。今はその必要がないのでとても助かっています。また、誤配送がなくなったことや配達時間が早くなったことなどのメリットもあります。通い箱や保冷剤の数の問題はあと思うのですが事態が収束してもこのまま非対面を継続してほしいです。
- コロナ自粛でテレワークに努め、外出も外食も控えた1年間。体の健康は大事だけれど、心が健康であるためには「人と話すこと」が不可欠だと改めて思いました。脱原発と暮らし見直し委員会の活動や、歴史学習会がオンラインで継続できたことは、とても楽しく、刺激と学びの時間をいただきました。ありがとうございました。これからも参加していきたいです。
- 買い物に行く事が難しくなってしまったので、生協さんには助けられました。
- 生協さんはコロナ対応もうまくやっていると思うので問題ないと思います。
- コロナや自然災害等、社会の変化に対応した取り組みをしてくださり、いつもありがとうございます。
- 毎週いろいろな商品の紹介やレシピなど、たくさんアイデアを紹介してくださるので、食について意識し続けることができました。ありがとうございます。
- 2020年12月頃よりオイシックスの購入も始めました。始めた理由が食材を使い切ることができ、メニューを考えなくて済むという点や、珍しい食材や調味料により新しい食べ方の発見がありました。私としては常総生協でまかなえればと思っていますのでミールキットでもオイシックスのように、主菜・副菜・スープと1回の食事で栄養バランスがわかる仕様のものが欲しいです。
- 常総生協のおかげで安心・安全な食生活をおくることができて感謝しています。
- 20年度は、外出自粛から生協の利用量が増えました。いつも通りに配達して頂けたので、大変感謝していましたが、実情はやはり色々大変だったことがわかりました。
- オンラインなど出来ることをしているなと思いました。
- コロナの影響もあってうちゴハンが達成できたかと思う。
- みんなで取り組むことは難しかったですが、Zoomを使って脱原発と暮らし見直し委員会ができたのはよかったと思います。ほかの組合員活動でもZoomを使うことで他の組合員さんとなることができてよかったです。
- 飯野農園とお付き合い始めていただきありがとうございます。とても助かっています。今後は常総生協のために、よりがんばっていきたいです。よろしくお願いします。
- ミールキットの導入は、私たちシニア世代にはありがたいと思う。「彩野菜と国産豚の黒酢豚」を利用していますが、最初のころと比較してお肉の質が落ちたように思います。この手の商品はスーパーや店頭でも見かける

ようになりましたが、やはり生協のミールキットには良質なものを期待しています。ミールキットに限らずこれからも新しい商品企画をよろしくお願いします。

- 常総生協を通じて、作り手の皆様のさまざまな取り組みや暮らしを彩る商品を知りましたし、またこの季節がやってきたのだと四季を感じる事が出来ました。ありがとうございます。コロナになりアルバイトが出来ない学生たちへの支援ということで、私もわずかながら寄付させていただきました。かつてからのつながりが有るからだとして理解しますが、なぜフードバンク茨城ではなくフードバンクちばなのでしょう？自分としては地域で頑張っている学生たちを応援したい気持ちから寄付したのですが、留学生の多い大学とのことで、それは少し違うのではないかと思います。皆、自国のルールで頑張る時だからです。もっと普通茨城で頑張る方を応援したいです。(日本人を)流通経済大学なら身近に感じます。
- 大変な中、生協が配達してくれること、お店を開いてくれることはとてもありがたかったです。コロナに関しては初めてのことで判断が難しいことも多いと思いますが、理事会の皆様、職員の皆様にはいつも真剣に取り組んで頂き感謝いたします。ありがとうございます。
- コロナと騒がれましたが、体調良く過ごしました。休むことなくいつも木曜日に届けて下さって本当にありがとうございます。会わない方(ピッキングなど)にも本当にありがとうございます。
- 2020年に生協に加入しました。コロナ禍で外出を控えるためと持病によりたびたび買い物に出る事が困難になる家族のことを考えてのことでした。
- 私自身も生協さんやネット通販に頼ることが増えたことで職員さんや配達員さんに大変負担をかけていると感じているので、早く確かなコロナ感染対策が確立してほしいと願うばかりです。しかし、それでも去年は私がずっと家のこと、家族のことを疎かにしていたのを正す年になったのでまったく悪い年ではありませんでした。
- 2020年度は、やはり新型コロナウイルスの感染拡大が深刻な問題でした。感染力が強く、自分に症状が出る前にも他人に感染させるという本当にやっかいなウイルスです。笑顔で免疫力を育み乗り切りましょう。
- 1980年代から経済格差が広がり始め、現在では、若い子どものいるシングルマザーの貧困が深刻なものとなっています。いのちを生み、育てる者がなぜ苦しまなければならないのでしょうか。この問題に限らず、みんなで考え、声を上げることで社会を変えられます。原発やジェンダーなど、そのような兆しが見えてきた2020年度でした。
- コロナ禍で外食が減り、家食が多くなった事は良い事でした。出来るだけ和食をとるように心がけました。
- 食に関する本に目を通すと、管理栄養士と農学部卒生は、まっとうなみそ、しょうゆは発酵食品なので一日の塩分摂取量加えなくていいとのこと。生協のみそ、しょうゆが安心できると再確認。
- 免疫力を高めるためには(具体的に)
①基礎体温を上げる方法を考える。血液の対流を良くする。一例、ひえとり療法などを使って(下半身足もみ、くつ下を多くはく、足湯等)。
②血液をサラサラに。酸性体質からアルカリ体質へ。
- 生協さんが大変な中、色々な気づきや提案のお知らせをしてくださって大変ありがとうございます。