



- ★被災地等を支援する【JOSOたすけあい基金】は注文番号500253 1口500円にて毎週受け付けています。
- ★関東子ども健康調査支援基金【寄付】 注文番号:500252 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:500251 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。
- ★JOSO脱プラ基金は注文番号:500254 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。

★鈴木牧場・新牛舎応援基金 500255 1口500円で期間中(期間:2024年4月2回～2025年3月4回)は毎週募金できます。

2024-25年度活動テーマ(案)「ともにつくる・考える 私たちの食」

2024年度総代会前 地区懇談会開催のお知らせ!!

組合員の皆様には日頃の生協活動、地域の催し、商品利用へのご協力ありがとうございます。

早いもので、2023年度も終わり、2024年度に入りました。みんなで、この一年できる様になったことを振り返ったり、今度はこんなことをやってみようかと、話し合う場として「地区懇談会」を開きます。

2024年度の活動テーマ(案)は、「ともにつくる・考える・私たちの食」です。組合員皆さんの生活の知恵や、くらしの工夫の交流を深めていける年にしていきたいと思います。振るってご参加頂けます様、よろしくお願い致します。

(開催日程)※日程的に参加しやすい所でご参加下さい。会場への直接のご連絡はお控えください。

| 会場番号 | 開催日程 | 開催場所 |
|------|-------------------|--|
| ① | 4/20(土)9時30分～12時 | 柏市中央公民館 会議室3C (千葉県柏市柏5丁目8-12 教育福社会館内) |
| ② | 4/20(土)14時～16時30分 | 牛久市 かつぱの里生涯学習センター 第2講座室 (牛久市城中町1888) |
| ③ | 5/12(日)9時30分～12時 | 常総生活協同組合本部 2F組合員活動室 (守谷市本町281) |
| ④ | 5/12(日)14時～16時30分 | つくば市役所 コミュニティ棟会議室2 (つくば市研究学園1丁目1-1) |

-----きりとり-----

2024年総代会前 地区懇談会に参加します。

コース名: _____ 組合員番号: _____ 氏名: _____

参加人数: _____ 人 参加開催番号: ① ② ③ ④ ※○をつけてください。

❖ 申し込みにあたって

- > WEBフォーム(右記QRコードもしくは生協ホームページ)で参加申し込み可能です。
- > 今回はZoom(オンライン)での開催は致しません。ご了承ください。

2024年総代会前 地区懇談会申込フォーム



3月9日（土）に開催された「海とお魚・海藻のじっくり交流会」@常総生協。当日は50名近くの組合員が参加し、海、魚、海藻、そして水と暮らしについて学びました。「聞きたかったなあ！」の声を受け、今回はダイジェスト版をお届けします。

その時獲れた旬の魚をありがたく、美味しく！「未利用魚」のお話し
九里（大阪府・大阪市） 九里美穂さん



（株）九里 代表の九里貴彦さんが各地の漁漁を飛び回って目利き。その魚を奥さんの美穂さんが消費者が食べやすい様に加工。未利用魚の有効活用を漁師さんと共に研究中。

■未利用魚って、なに？

・日本近海で「魚が獲れない」と言われてだいぶ経ちます。一方で、国内で捨てられてしまう魚は何と年間32万トン！その中には「未利用魚」も入っています。
・未利用魚とは、規格外（大きすぎ、小さすぎなど）見た目が悪く売れない 漁獲の効率が悪い（獲れたり獲れなかったり）消費量が少なすぎ 調理しづらい 等々の理由で「利用されない」お魚のこと。
でも、漁獲の時期、調理の工夫で美味しく食べられます！と九里さん。

■未利用魚その1「黒鯛（チヌ）」

・雑食性の黒鯛は、養殖のカキの稚貝も食べてしまうので地域では「害魚」とされています。獲れても売れないので捨てられていました。
・他方で、美穂さんの実家がある岡山県の漁師町ではとってもポピュラーなお魚で、美穂さんも小さい頃から食べており「捨てるなんてもったいない！」と漁師に直接かけ合い全量引き取ることに。
・今では、黒鯛が獲れたら漁師からすぐに連絡があり、新鮮なうちに美味しく加工。少しずつ利用される様になりましたがまだまだです。

■未利用魚その2「ボラ」

・ボラといえば、河口付近を飛び跳ねている魚。更には「泥臭くて食べられない」イメージ。
・ところが九里さんが仕入れるボラは「沖ボラ」といって沖に生息するボラです。
・しかし卵巣のカラスミを取った後は海に捨てているののこを聞きつけ「もったいないし、海にヘドロが溜まる！」と、これまた漁師にかけ合い引き取

り。適期のボラは卵巣だけでなく身も美味しいのですが、更に食べやすくするために塩麴に漬けてフライ製品に。徐々にファンが増加中です。

■組合員みんなで「未利用魚」を食べて→「利用魚」に！

・「ちなみに黒鯛の可食部分は30%前後。痩せてる時期はもっと少なく25%くらいに。殆どはアラ（頭、内臓、骨など）になる。だからこそ、せっかく獲れたお魚は愛情をもって大切に扱いたい」と九里さん。
・海の環境を守り、漁師も生活できる「持続可能な漁業」を進めるために、ぜひ皆で未利用魚を広めて「利用魚」にしましょう！

「地域の灯っこ（あかりっこ）」になる 練り物屋さん

高橋徳治商店（宮城県・東松島市）高橋英雄さん



高橋徳治商店 1905年創業の水産加工会社。前浜と国産魚を原料とした練り物を製造。2011年の震災・津波で石巻の3工場を失う。現在は東松島市に工場を構え42名の社員と共に営業。

■地域の課題と高橋徳治商店

・震災から13年。「13年経っても地域の課題は多すぎです」と高橋さん。貧困、格差、高齢化、DV、いじめ、不登校。そして引きこもり。
・「震災後、また借金までしてなぜ新たな工場を建てたのか。それは、この被災地に必要とされる会社を再び作りたかったからです。心の復興こそが大事だと思うからです」と高橋さん。その後出合ったのが、引きこもりの若者達でした。
・引きこもりの地域の若者たちを雇用して、カット野菜工場を新たに立ち上げました。「最初はいさつもなかなか難しかった。でもね、ある日あいさつしたらニコっと笑ったんだ。うれしかったな」。
・「大事なことは自分の道を見つけて、背中を伸ばして歩むこと。生産効率を上げるためにケツを叩くようなことはしません。働く人同士がお互いに声を掛け合っつながる事、「カイゼン」の初歩の初歩ですが、これこそが大事なんです」と。
・「支援ではなく伴走することが大事だと思います。また、弱い立場の人は社会を映す鏡です。ぜひ寄り添ってみてください。きっと、何か違う世界が見えると思います」。

■日本と世界の水揚げ量

・現在の水揚げ量は、全国で386万トン前後（養殖91万トン含む）。世界では2億トン（養殖は約半分）。前年対比では30万トンも減少（全国5位の石巻市場の扱い量が10万トン弱。つまり、石巻クラスの市場が3漁港消えていること）。

・漁獲量の世界ランキングは、2000年までは日本がベスト3位以内。しかし今や11位（養殖含む）。好きな魚を低価格で輸入できる国でもなくなった。

■「4定」という決め事は量販店から

4定（定時、定量、定品質、定（低）価格）は、販売側の都合で作った決め事。産地や現場の軽視、販売側の都合です。←海と魚の水揚げが不安定な実態を考えていません。

・水産加工品製造会社は、4定を守らないと売ってもらえない。

・水産加工品製造会社は、原料を市場に買いに行っていないし、行っても水揚げが少ないか不安定。

・だから、「凍結魚で」「相場で」購入する。→目利きができない価格相場にだけ強い水産加工業者が増えていく = 製造の安定化も必要で、冷凍した原魚を買い付け、注文に応じて解凍して加工し、再凍結→結果、美味しさも、差別化もできず→価格競争へ。

・冷凍→解凍→冷凍・・・魚さんの声：「勘弁してください」。生臭い、まずい＝「魚からの悲鳴」と思ってください。

・ここで仮説：「消費者は美味しい魚、食べてないんじゃないの？」

■もっといろんな実験をしましょう！

・水産魚介類や加工品は必要でしょうか？子どもや孫の為に魚介類は必要だから？残念ながら、水産資源の回復は、私たちの力では、もはやどうにもならないのかもしれない。

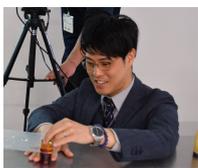
・水産資源に関しては政府予算が少なく、危機感も無く、世界で発表できるレベルの研究者もいないと言われています。国レベルで考えなくてはならない事態です。

・漁協、全漁連は国にもっと声を上げてほしい。生協も組合員を集めましょう。水産加工品では、生産者が知恵を出せるかが問われています。

・組合員はお金を払って（＝商品を購入して）「実験」に参加しているわけです。だから、どんどん意見を言うべきです。もっといろんな実験をしましょう！

美味しいわかめには訳がある！

(有)コタニ（岩手県・大船渡市）小谷直己さん



(有)コタニ

本社は東京世田谷。岩手県大船渡市の工場は13年前の震災・津波で損壊するも現在再稼働。実はカットわかめを日本で最初に開発した会社。

■わかめの話

・わかめは北海道から九州まで採れますが、特に採れるのは岩手、宮城、鳴門の3産地。中でも岩手、宮城の2産地で国内生産量の7割を占めます。

・コタニが扱うわかめは岩手県産が中心。理由は「成育環境」が良いから。「成育環境」とは栄養、流れ、海水温です。

■わかめは芽が出てから刈り取り初めまで100日！

・わかめの養殖のスタートは、6月の採苗からスタート。種縄に胞子を植え付けます。

・10月頃、種縄から葉（幼葉）が出始めます。

・10月中旬～11月下旬に種縄を養殖施設ロープに巻き付け、海の中で成長させます。

・1月中旬～2月中旬、わかめ同士が密集してくるので間引く＝「間引きわかめ」として流通。

・3月～4月下旬まで、成長したわかめの収穫。→5～6月「新物」として出まわります。

※わかめは1年藻なので、5月には枯れて流されます。収穫開始時期のわかめは表面がつるっとしており柔らかでシャキシャキとした食感です。

※4月の中旬を過ぎると葉の厚さが増し、食感があります。が表面のなめらかさは少なくなります。「岩手わかめ」の収穫時期は、平年では3月中旬～4月下旬までです。

■収穫後はすぐに浜で湯通し塩蔵！

・わかめは収穫してすぐに湯通しし、塩蔵しないと鮮度が落ちます。湯通しすると赤の色素が無くなり、緑の色素だけが残るので緑色になります。

■わかめ屋さんが「そつと」教える塩蔵わかめ塩抜き方法 ～ポイントはお湯です！～

①塩を落とす程度にさっと水洗いをする。

②必要分だけカットする

※『切っただけある生わかめ』は、カットの手間が不要です！必要分だけ取り出してお使いください。

③カットしたわかめをポットのお湯(約80℃)に1分ほど浸す。

④氷水に入れて素早く冷やす。

⑤手でわかめを絞って水気を切る

★塩が早く抜けるので、水中に風味栄養が抜けづらい。

★お湯→冷水の「ヒートショック現象」により細胞が水を含み、食感が良くなります。

【予告】

次回、4月4回のニュースでは「じっくり交流会開催報告（後編）」と併せまして「紙面で学ぶ・海とお魚・海藻のじっくり交流会」ちらしにて、各生産者の商品をご紹介します。

～お楽しみに(´▽`*)～

脱原発と暮らし見直し委員会 12年のまとめ 完成！

私たち脱原発と暮らし見直し委員会は、2011年3月の福島第一原子力発電所事故後の2011年9月に当時の村井和美理事長のもとに発足し、2012年から自主運営になり今日まで活動してきました。主な活動は、月1回の生協でのミーティングと、小グループに分かれての脱原発活動です。これまでに生協と協働して、講演会や学習会、上映会、見学会、会議の傍聴と参加、行政機関への申し入れ、調査や検診のお手伝い、ヨウ素剤配布、署名、デモへの参加など、生協や他団体と協働して様々な活動を行ってきました。また、長期継続活動として、「チェルノブイリの健康影響」の翻訳、ミニパンフレットの発行、土壌調査、近隣自治体セシウム検査結果の収集、DVD貸出などを行ってきました。

震災から12年余りが過ぎて、事故の記憶も薄れがちな昨今、当時の記憶とこれからも続く廃炉や除染作業への想いを新たにするため、委員会の12年の活動まとめの冊子を作りました。ぜひ一度お手に取って目を通してください。

常総生協のホームページで、「脱原発と暮らし見直し委員会 12年のまとめ」を公開予定です。ダウンロードして印刷することもできます。また、見本を仮印刷し、生協本部で閲覧できるようにしています。どうぞご覧ください。ご家族やご友人、組合員以外の方にもお知らせください。今後、冊子の紹介イベントも企画しています。

組合員・職員・生産者および講師などの関係者には、印刷したものを配布する予定です。データのダウンロードで印刷物が不要な方は注文書のコメント欄へ記入、お電話（0297-48-4911）もしくは、ホームページの[組合員専用問い合わせフォーム](#)のいずれかにご連絡ください。

印刷費用はこれまでに委員会にいただいた寄付金で賄いますが、印刷に当たって、カンパを受け付けています。**注文番号 500256** 1口200円です。よろしくお願い致します。（委員長：高橋）

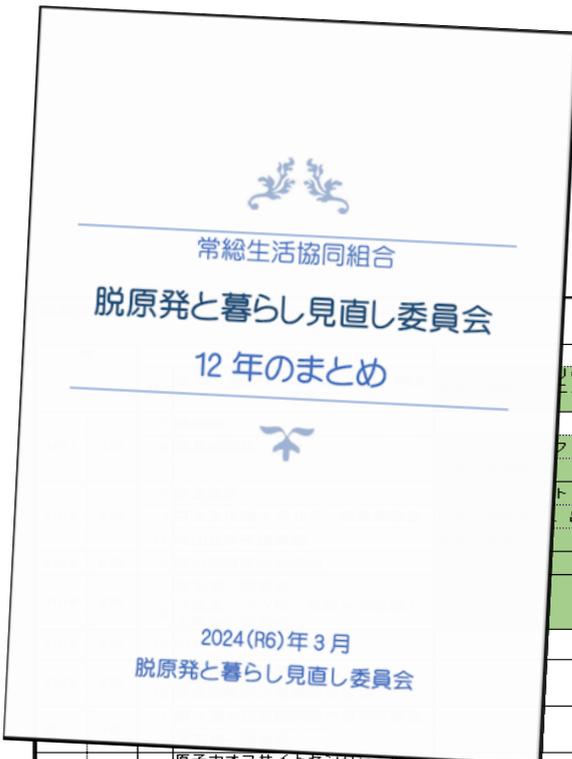
（組合員さんからのオススメコメント）

この「まとめ」は組合員全員の共有財産であり、常総生協の脱原発にかける気概であり、未来への願いと行動の軌跡を記録したものです。世界にも誇れる市民活動実践の宝です。

こんな素晴らしい活動を記憶の底に沈めずに、記憶を浮き上がらせて、みんなに伝える、そんな行動の教科書にもなる大事な「まとめ」です。

東海第2原発の再稼働準備を怯えながら平伏して見ているより、立ち上がって再稼働阻止の行動をすべきです。「まとめ」は言葉と心の武器になります。

昔の活動を知らない組合員も多いので、ニュースレター等で、ポイントを読み解く連載をしたり、振り返りイベントを行ったり、活動に携わった方のこぼれ話を聞いたり、参考資料として手に取って活用してください。（組合員：関谷）



| 目次 | |
|---------------------------------|---|
| 1. はじめに | 1 |
| 2. 脱原発と暮らし見直し委員会 12年の活動履歴 | 2 |
| 12年の活動履歴から | |
| 3. 主な継続活動 | |
| 3.1 「チェルノブイリの健康影響」の翻訳 | |
| 3.2 土壌調査 | |
| 3.3 自治体セシウム検査結果収集 | |
| 3.4 DVD 貸出 | |
| 4. 資料 | |
| 5. あとがき | |

| 主な継続活動 | | | |
|----------|----------------|-----------------------|----------------------|
| 健康パンフレット | 土壌調査 | 自治体セシウム検査結果収集 | DVD貸出 |
| 出版 | | 常総生協営業範囲の自治体のデータ収集・整理 | |
| | 事故から5年目の調査 | 感想の公表 | 生協本部新築生協創立40周年 柳町理事長 |
| | 事故から5年目の調査結果公表 | 6月 一部データのグラフ公表 | |
| | 身近な箇所調査 | 11月 収集データをHPで公開 | DVD一覧の年2回配布 感想の公表 |
| | | | 増本理事長 |



| | | | |
|------|-----|---|----------------------------|
| 2018 | H30 | 1 | 原子力オフサイトセンター、環境放射線監視センター見学 |
| | H31 | 2 | 守田敏也講演会&ヨウ素剤配布会 |