

師走となりました。クリスマスパーティー、忘年会、お正月と人と集まる機会が多いこの季節、消費材を囲んで生活クラブの話をして見ませんか？

本紙は、1ヶ月間保管してください。

今夜は湯豆腐に決まり♡～美味しいお豆腐召し上がれ！～

～大月食品見学会報告～

カタログ「生活クラブ＝茨城＝」で扱っている豆腐類【油揚げ・厚揚げ・豆力・木綿豆腐／きぬ豆腐】を生産している、大月食品の見学に行ってきました。国産大豆100%、天然にがりを使い、昔ながらの製法でていねいに作られているお豆腐であることが確認できました。

作業工程；まずは、豆を17時間水に浸す

蒸す



豆をすりつぶす



おからと豆乳に分ける



豆乳とにがりを混ぜ、入れて固める型(木綿豆腐)



豆乳を型に入れ、にがりをさつと混ぜる固める型(きぬ豆腐)



パック詰め機械



見学の様子



特徴★泡消剤不使用

豆乳を温めた際に出る泡を、手作業で取り除きます。ほとんどの市販品は、化学物質である泡消剤を使用しています。泡消剤は、使用していても原材料に記載する義務がありません。泡消剤；脂肪酸グリセリンエステル、シリコン樹脂など

予約登録しましょう！

豆腐、厚揚げ、油揚げは、月1回から予約登録できます。予約をしておくと、毎回注文しなくても届くので、便利です。登録方法は、水戸センターまでお問い合わせ下さい。



イベントには組合員でない方も参加できます。どうぞお気軽にご参加ください。
 イベント当日の様子は、後日生活クラブ茨城HPの「イベント報告」でご覧になれます。
 生活クラブ茨城HPではカラー版の県央ブロックニュースが毎月配信されています。



日東咖啡生産者交流会

日時：1月15日(月) 10時～12時
 場所：水戸センター
 参加費：500円(軽食付き)

以前大好評だったので、再びお呼びしました。
 前回参加できなかった方はもちろんリピーターの方も大歓迎です。
 美味しいコーヒーを入れるコツを教わります。
 実演やコーヒーの飲み比べでコーヒーをより楽しめる内容です。
 コーヒーにぴったりなチョコレートの試食もあります！！

お友達も誘ってぜひおいでください。



Welcome party

日時：2月5日(月) 10:00～12:30
 場所：水戸センター

新しく生活クラブに加入した方対象ですが、お友達と一緒に参加して頂ければ、どなたでも参加できます。

生活クラブを紹介したいお友達がいらしたらぜひ一緒にどうぞ！

*詳細は次月になります

消費材紹介コーナー



バイオサボ食材セット

忙しい時、疲れている時とても助かる「バイオサボ食材セット」子供でも作れる、簡単・便利な食材セットです。
 必要な材料が全て入っていて、説明書通りに調理すればあっという間に完成！ 栄養たっぷりの美味しいご飯になります。
 ☞冬休み中のお子さんに作ってもらってはいかがでしょうか？



茨城県消費生活展

開催期間：12月15日(金)～26日(火)
 場所：茨城県庁
 ☆生活クラブ茨城はパネル展示をしています

「第44回 庄内交流会(2017 7/23～26)」に行ってきました！ その③

生活クラブのカタログを見ながら「安全・安心な食べ物がいつでも手に入る」と思っていた昔の私は、東日本大震災を機に、災害や突発的な事故によって、どんなに優良な生産者でも休業に追い込まれることがあることを知りました。

今回の庄内交流会では、どんなに生産者が苦労して農産物を減らした野菜や無添加の漬物を作っても、生活クラブ組合員の消費量の減少が続く、山間部の小規模農家の存続は危機的であるという話も聞きました。私たち組合員が食べなければ生産者の収入は減ります。若い世代に継げとは言えず、生産者の高齢化が進みます。

「庄内茶豆」「赤かぶ漬」や「干し大根(いちょう切り)」でおなじみの月山農場は、社運を賭けて「切干大根人参ミックス」の新規製造販売を開始しました。

53年に及ぶ生活クラブとの提携が問われています！！

おそらく、庄内交流会に参加した人は、その歓迎ぶりや熱心な態度や暖かい人柄に触れて庄内消費材応援団になっていることでしょう。私もその一人で、カタログに掲載されている庄内各地の食材を先ずチェックしています。

年内最後の12月4回カタログでは、

「紅白なます・山菜ミックス水煮/羽黒・のうきょう」「干し大根(いちょう切り)・赤かぶ漬/月山農場」
 「白こうじ漬たくあん/月山パイロットファーム」「干し柿(無燻煙)/みどり・たがわ」「洋梨/さがえ」
 「青きな粉/余目農産加工」「遊佐来 しばりたて生原酒/杉勇」「平牧金華豚・三元豚しゃぶしゃぶ用合盛り/平田牧場」「長熟だし仕込み糸巻きロースハム・無塩せき生ハム/平牧工房」などがあります。

皆さんも、《食べて》庄内の地域循環型農業を支えましょう。

《ひたちなか/吉敷》



11月15日エスケー石鹸生産者交流会開催

久しぶりにエスケーさんに来ていただき、12名の参加者と一緒に実際に石けんを使った汚れの落とし方の実演をみながらお話を伺いました。



換気扇の汚れ

- ① 外せる部品は全て外す。
 - ② シンクや大きなビニール袋などに50℃くらいの湯を入れる。
 - ③ 粒状石けんまたは無添加針状石けんを溶かして1時間程度つけおく。
 - ④ 水ですすぐ。 * 簡単に換気扇がピカピカに！！
- 注) 塗料の塗ってある換気扇は粒状石けんを使うと洗浄力が強く塗料が剥げてしまうことがあるので 針状無添加石けんがオススメです。

カップや湯呑みの茶渋

- ① 熱湯に酸素系漂白を溶かし、カップや湯のみをつける。
- ② 汚れの取れ具合を見て、きれいになってたら水でよくすすぐ

ワイシャツの襟汚れ

- ① 普段は洗濯機に入れる前に襟をぬらし固形石けんを塗りつける。
- ② それでも汚れが取れなくなったら石けんと酸素系漂白剤を溶かした液にワイシャツをつける。
- ③ 30分程度置いて水ですすぐ。

石けんを使ったことがない方にもぜひ聞いてもらいたかった内容でした

石けん生活するなら生活クラブが一番安いです！

くらべてみてね！



GMOフリーゾーン登録運動に参加しよう！！

GMOフリーゾーンとは、「遺伝子組み換え作物を栽培しません」「遺伝子組み換え作物を使用しません」という地域のことを言います。組合員・一般の方・茨城の生産者を対象に登録運動を行っています。遺伝子組み換え作物・食品は嫌だと思ふ方は、ぜひ登録しましょう！！

以前、登録したような??という方は、もう一度提出しましょう！！（登録用紙は12/11から配布）

バイエルホールディング(株)明野圃場 見学

遺伝子組み換え作物の栽培が広がらないよう注視している私たちは、春には、茨城県内の遺伝子組み換え作物の栽培をしている企業があれば見学し、遺伝子組み換え作物の原材料を使わない食品を扱っている生協であることをアピールするナタネウオッチ活動を環境委員会中心に取り組んでいます。

今回(12/1)訪問しましたバイエルホールディング(株)・明野圃場は、除草剤グリホサート及びイソキサフルトール耐性ワタの隔離圃場試験をしている現場で、6名で見学してきました。見学の様子は「わたげ」2月号に掲載されます。

◆水戸市役所に、生活クラブの「動く広告」が登場！

10月2日(月)から水戸市役所 三の丸臨時庁舎 1階市民課市民課窓口前と市民課待合ロビーの2か所のテレビで放映中。約3分半ごとに放映されます。人気インスタグラマー「こっぱんさん」とのコラボ企画です♪来年の10月までの放映です。水戸市役所に行ったら、ぜひ見てみてね！



映像の一コマです

～こんな「地域くらぶ」できました♪第2弾～

秋以降、県央ブロックにできた地域くらぶです。いかがですか？
「私もお友達とこんな集まりをやってみたい！」「一緒にやってみたい♡」定期的な集まりじゃなくてもOK。集まるときに、集まるところで。それぞれが興味を持てるテーマで。人と人との繋がりを作っていきますよ。そこに「生活クラブ」という共通の言葉があればやっぱり「おいしい」「楽しい」そして「環境に優しい」そんな話題で盛り上げられるのです。あなたもぜひ、「地域くらぶ」始めてみませんか？

にゃんこの会	4名	猫について語る
地域くらぶ堀口	21名	消費材についてもっと知ろう！
食べ比べクラブ	5名	消費材の良さを確認したい。
せっけん de ナチュラルクリーニング	4名	せっけんを使ってお家ピカピカ
のびのびくらぶ	3名	子育てを楽しみながら仲間を作り互いに支え合う
極めたお料理の講習会	8名	消費材を使った美味しく健康に良い料理を作る
Kumiのエゴスキュー体験会	5名	身体の歪みを改善するエゴスキュー体験会開催
わんこの会～殺処分ゼロを目指して～	4名	人と動物が幸せに暮らす社会
自然と暮らし季節を楽しむ	4名	心を充たし生活を楽しむ
ひたちなか 48	4名	ひたちなかの情報キャッチ
自然栽培を楽しむ会	8名	自然栽培を知る学ぶ
Happy face moms club	3名	家族のHAPPYの為に私がHAPPYでいられるように
ワンネス一座	4名	環境問題を分かりやすく劇で伝える
原子力防災を考える会	7名	東海第2原発の再稼働に反対する。
絵本といっしょ	4名	絵本を通じて親子、親同士のコミュニケーションをはぐくむ

「たすけあいカフェ」を開きましょう～♪

たすけあい通信 vol.4でもお伝えしたとおり 2017年12月1日～2018年2月末までの期間で『たすけあいカフェ』の開催をおすすめしています。組合員同士で気軽に開いてみてくださいね！

県央ブロックでも下記のとおり開催しますので、こちらへのご参加もお待ちしています。

日時：2018年1月18日（木）10:00～12:00

場所：水戸センター

内容：エコロ制度やこれからの福祉事業、ケアの話などについても話し合います。

申込締切り：2018年1月12日（金）

～エコロ制度改正に向けて～ 皆さんの声を募集します！

生活クラブ茨城独自の「エコロ」は、組合員同士のたすけあいのしくみです。

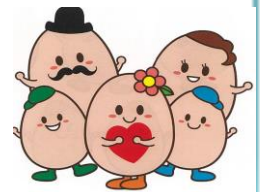
2002年のスタート以来、毎年制度改正をしています。誰もが、エコロガイドを開きお互い様のたすけあいに参加できる制度内容にするために、今年も制度改正意見を集めています。

*締切りは1月19日（金）まで延長します。

「イベント参加申込書」の意見記入欄に書いて、水戸センターまで提出して下さいね。

冬の共済キャンペーンスタートします！！（1月8日～3月9日） 共済加入者プレゼントあり！！＊詳細は後日配布チラシで

入園入学などの準備をするこの時期、子どもの成長と共にライフスタイルも変わり、経済保障も必要になってきます。保障の見直しはライフステージごとにしていくのが良いそうです。教育費にかかる分、どこで補うのかは個人によって異なりますが、気持ちにゆとりをもって新生活をスタートさせたいものです。



エコロに関する相談、お問合せは

「たすけあいホットライン」

☎070-3937-5004 までどうぞ！

月曜日～金曜日

午前9時～午後5時まで



年末年始のお休みは 12月23日～1月7日

困った時のホットライン電話番号は、携帯への登録をお勧めします

イベント参加申込書

組合員氏名[] 電話番号[]

配達コース or 班コード[] *日中つながりやすい連絡先

参加希望イベント名

エコロへの意見記入欄

※複数のイベントに参加希望の方は、

- ・右のQRコードからホームページに進み申し込む
- ・直接センターへ電話で申し込む

・この申込書を必要枚数コピーして申し込む 以上のいずれかの方法でお申し込みください。

※託児、乗り合わせの申し込みはホームページまたは各イベントチラシからお願いします。

※ご記入いただきました個人情報については、本目的以外に使用致しません。

