



# 県南ブロックニュース



2021年9月末 組合員数 1,478名（前月比-5名）、利用高 4,152万円、世帯当たり 28,479円

## 生活クラブ茨城の組合員みんな 住みやすいまちに変えてみませんか！

色々な思いがあってもなかなか言い出せないってことありませんか？

コロナ禍で生活が今までとずいぶん変わりました。今年こそ言ってください。話してください。自分が見たり聞いたりして感じたことや、思いや、わからないことや気になることなど。

**なんでもいいんです！**

友達に話していいんです。偶然会った知人との立ち話でいいんです。SNSでつぶやいていいんです。言うことによって、子どもや孫の世代がよりよく住めるまちになることにつながるかもしれません。

どこかで同じ思いの人と出会えるかもしれません。

生活クラブの仲間となら一緒に行動に移せます。一緒に活動することって楽しいですよ！

やりたいこと言いたいことを、同じ思いの人と一緒に発信できるのですから。

県南ブロックでは、言える&話せる機会の準備を始めています。地域別も検討しています。もちろん地域の枠を超えていいんです。自分の地域以外を知ることにもつながります。会いたいです！みなさんと。

### 県南ブロックの

#### 2021年度方針基本理念

人と人の出会い、繋がりから誰しものが安心して暮らせる社会を、組合員活動からつくります。

### 「生活クラブという生協」

気が付いた人が提案し、より大勢の人と議論しながら前に進む人を増やし、社会を変えていく。

買う力を集めることによって「素性の確かな納得できる消費材」を作り上げることができ、また、生産者に対しては安定生産と再生産を保證することができる。

素性が確かだから結果として安全。素性のわかる消費材の開発で自分たちの望むものを手にしている。

河野栄治氏「生活クラブという生協」より抜粋



「みんなの活動プロジェクト答申」をぜひ読んでね。

わかりやすいように事例が書かれていて、みんなの活動も図やイラストで描かれています。

一人ではできないけれど、みんなと話し合っ、生活クラブの仕組みを利用して、できてきたことがたくさんあります。

生活クラブは、生活の中の困っていることを組合員と一緒に考えて、行動し、理想的な生活を作っている協同組合なんです！

## 10/6 牛肉学習会に参加して

10月6日北海道チクレンの尊保さん案内の元、牛肉学習会を行いました！北海道ならではの雄大な牧草地や牛舎での牛の過ごし方などを動画で見せてもらいました。エサは人が食べても大丈夫なほど安全なもので、一頭一頭大切に育てられています。又、組合員に届くまでの行程を詳しく聞くことができました。

ただ、生活クラブ仕様で育った牛の約 4,800 頭うちの約 1,600 頭（3分の1）を食べ残したこと※にショックを受けました。この数（牛肉約 360 トン）は、組合員が年間に一人あと 3 パックの牛肉を食べれば食べ切れるそうです。私達が食べ残した事で現在 14 軒あった生産者が 9 軒まで減ってしまいました。みんなで食べる事で生産者も安心して育て続けられます。 ※2019年度

牛肉にはたくさんの栄養があります！



### 赤身牛肉のチカラ

#### ① 良質なたんぱく質

- ・筋肉、内臓、血管、お肌、爪、髪の毛などを作る
- ・歳をとっても必要なたんぱく質の量は変わらない  
（毎日の必要量：体重1kgあたり1g）

#### ② 鉄分がたっぷり「鉄分は豚肉の 4 倍」

- ・鉄分は体内では生成できないので、食品から摂取
- ・貧血など鉄分が不足しがちな女性におすすめ！

#### ③ 健康的にダイエット「カルニチンは鶏肉の 4 倍」

- ・低脂肪、低カロリーでとってもヘルシー！
- ・赤身牛肉には体脂肪の燃焼を促進させる効果あり

#### ④ 病気を予防する健康食品

- ・酸化を防止するアンチエイジング
- ・がん、うつ病、認知症予防
- ・血圧降下、悪玉コレステロール減少
- ・カルシウムの吸収促進など

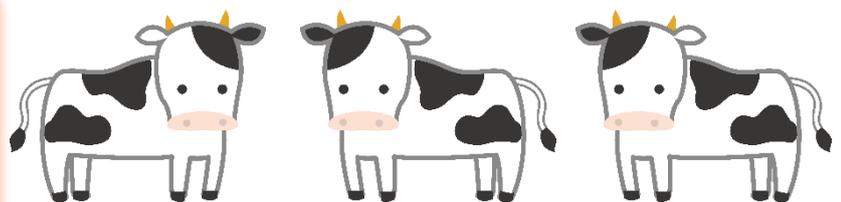
※日本食肉消費総合センター 牛肉の魅力 引用

いただきます！とは残さず食べ切ると言う事ですね。組合員一人一人の食べる力で、安心安全な牛肉をいつまでも食べ続けられるように一人あと 3 パック牛肉を食べましょう！ 【守谷：H.T】

## 2022年収穫の げんき米予約登録方法が 大きく変わります！

2022年9月から供給開始の  
げんき米の登録方法が変わります。

- 取組は年間登録のみ。  
eくらぶ、よやくらぶ、注文書での購入はできません。
- 自由登録での年間予約。  
希望の週に希望の袋数を登録。年1袋でも登録できます。キャンセルはできませんが、配達週をずらすことはできます。  
袋数の変更は追加のみ。
- 予約登録期間は今年の 10 月～12 月。  
2022年2月に生産者の丸エビ倶楽部へ作付依頼をします。それまでに登録を済ませます。
- 個別配送システム手数料の対象外となります。



### 🎥 動画見てみました 🎥

YouTube 検索ワード

生活クラブ ステーキ

生活クラブの牛肉の生産者が教えてくれる、目から鱗のステーキの焼き方の動画です。コロナ禍で外食を控えたい今、この方法なら家でも美味しく食べられると思いました！ 【小林】

「ステーキの美味しい焼き方」



## 香害アンケート

先日行ったアンケートに88名の方の協力がありました。ありがとうございます。

88名のうち81名の方がイヤな香りとして感じたり、気分が悪くなってしまうと回答し、中には頭痛や食欲衰退等、身体の不調に、直接つながっていると返答した方もいました。今回、組合員のみなさんから、多くの回答が届きました。

そこで、みなさんとの意見交換や情報交換の機会として、

**11/17(水)『香害110番』DVD上映会**を開催します。

詳しくは、今週配布していますチラシをご確認ください。

## 地域くらぶ「Think Earth」

今直面している環境問題について、私達にできることは何かを話し合い、楽しみながら取り組みたいと思っています。次世代へ美しい地球を残していけるように一緒に行動してみませんか？

\*\*\*Think Earth 代表 河村敬子\*\*\*

お問い合わせは取手センターまで  
0297-86-6800



## あなたの防災アイデア 教えてください

### 第二弾

8月に募集した「防災アイデアアンケート」で集まったアイデア紹介、第二弾です。今回は**おすすめ回転備蓄**を紹介します。

- 水、ジュースなどの飲料類
- さば缶、まぐろ缶などのおかずになる缶詰類
- もち、ノンカップ麺などの主食になるもの

【龍ヶ崎：瀧澤】



### 県南ちゃん



先日お渡しした、あやぎ色の「**県南ブロックのアンケート**」への協力ありがとうございます！

## 11/20(土)・11/21(日) 展示即売会開催！マルシェ&ガラポン抽選会

### ◆出展生産者

パラマウント・ワーカーズ・コープ、アイ・メイト、東京真珠、ファーレ、山甚物産、RHS、ブロッサム、アフロディーテ、モーハウス、エジソンのたまご、ファミリーサービスエイコー

※パラマウントとアイ・メイトは、計測する場合、予約しておくスムーズです。

### ◆マルシェ販売

丸エビ倶楽部、歩、丸和食品、クレッセント、嘉倉、塩屋、ハートケアセンターひたちなか

### ◆ガラポン抽選会

はずれ無し。来場で1回抽選できます。抽選券はマルシェチラシに添付。

# 11月10日は 生活クラブDAY

11月10日に  
「eクラブ登録」や「eクラブのクチコミに投稿」すると  
温州みかんジュース缶プレゼント♪

フォローしてね！  
ツイッター ホームページ



ツイッターに  
農産物欠品ニュース  
が載っていますよ♪



たすけあい ホットライン  
**070-3937-5004**  
平日(月)～(金)  
9～17時

## 県南ブロック LINE お友達登録してね

毎月10日・25日に投稿します！  
生活クラブのことがよくわかります♪