

県央B12月末組合員数	
水戸	: 941
ひたちなか	: 507
笠間	: 96
那珂	: 101
東海	: 44
その他	: 75
合計	1,764名

生活クラブ茨城 県央ブロック 運営委員会発行 水戸センター TEL291-8280 2021年1月25日 No.676
---

問い合わせ・申し込み：水戸センター TEL 029-291-8280 FAX 029-291-8281

2021年もよろしくお願ひします。

今年も昨年同様新型コロナ感染予防に気を配りながら、生活クラブをもっと知ってもらえるような楽しいイベントを企画していきますので、ブロックニュース、チラシ、ホームページなどをチェックしてくださいね。

## 消費材のアルミ缶仕様についての質問・ご意見を いただいたので 消費委員会で調べてみました!

なぜアルミ缶を使用するのでしょうか？

- アルミニウムは軽量で熱伝導率が高く、空気中で酸化皮膜を作るため錆にくい性質を持っている。
- アルミ缶は衛生面に優れ、中身のジュースやビールの品質を長期間守る。
- 使用後のアルミ缶は軽量で、廃棄後に収集・運搬・分別しやすくリサイクルに適している。
- アルミ缶の成形技術が進歩し、複数回の開閉に適したキャップを持つ「ボトル缶」製造が可能になり、またその需要が多くなっている。  
などの理由があります。



「生活クラブでの取り組み」は？

### 【生活クラブの自主基準】

- 生活クラブでは、消費材10原則に基づき、農業・漁業・畜産・加工食品・生活用品・容器包装・放射能の分野ごとに具体的に自主基準を定めています。
- 自主基準には消費材に求める規格仕様と実現したい（目指すべき）推奨レベルがあります。必要に応じて自主基準は新設・改定がなされます。

缶容器は、食品衛生法で定められた範囲内で樹脂コーティングが義務付けられています。そのため缶容器から、アルミやスチールなどの金属類が溶け出すことはありません。つまりアルミが食品に直接触れる事は無く、金属によって体に何らかの症状（中毒など）が起きるとは考えられていません。

生活クラブでは、自主基準に従って食材から容器・包材、日用雑貨まで、環境ホルモンからくらしを守るための対策をすすめているので、

- \*缶の内側のコーティング剤から環境ホルモン物質が溶け出す心配のないよう、対策をすすめた缶容器を使用しています。

2面に続きます



### 【アルミニウムとアルツハイマー病との関わり】

世界保健機関（WHO）などの国連機関がアルミニウムの化学的安全性に関する調査を行っており、この因果関係を証明する根拠はないとされています。アルミ缶が直接の原因でアルツハイマー病になったという事例は過去にはなく、アルツハイマー病の研究者は研究対象をヒトの遺伝因子に方向転換しています。

### 【食品から摂取されるアルミニウム】

アルミニウムを含む食品を食べる場合の推計では、アルミニウム摂取量の平均値は、すべての年代層で許容量を下回っていますが、アルミニウム（パンや菓子類の膨張剤として使われる硫酸アルミニウムカリウム・硫酸アルミニウムアンモニウム≡ベーキングパウダー）を多く含む食品を好んで食べる小児は、摂取量が多くなる傾向があります。

国際的にアルミニウムを含む食品添加物の基準の設定や見直しが進められていますが、いまのところ日本では使用基準（使用量の上限）は設定されていません。

### 《参考》

#### ・生活クラブの膨張剤（ベーキングパウダー）

消費材に使われる菓子などをふくらませるための膨張剤は、生活クラブ自主基準に適合した4種類（炭酸水素ナトリウム・第一リン酸カルシウム・グルコノデルタラクトン・d-酒石酸水素カリウム）で作っています。アルミは含まれていません。

ぷち薬膳

厳しい寒さにご用心



今年はいつもと違う静かなお正月を過ごした方も多いのではないのでしょうか。飲食店の時短営業や終電の時間を早めることなどは、自然環境にとっては良いことのようにも見えます。また、テレワークでは通勤時間がなくなり、生活にゆとりができた方もいることでしょう。コロナ収束に向けての対策は、温暖化対策や働き方改革などにも通じるものがあるのでは。コロナ後の世の中が、わたしたちにとって、これから生きていく子どもたちにとってより良いものになるために、今、考え行動していきたいですね。

さて、1月20日の大寒から2月2日の節分までが、日本では一年で最も寒い時季です。とにかく体を冷やさないことが大切です。中医学では、病気を引き起こす外気の冷えのことを「寒邪」といいます。悪寒がするのが特徴です。また、冷やすと痛みが増す関節痛やおなかの冷えなども寒邪の影響と考えます。

寒邪に侵されたときは、身体を温かくしてゆっくり休むことです。いざというとき手軽に使える消費材をご紹介します。寒気を感じたときに早めの対策で、ひどくなるのを防ぎましょう。地域くらぶ「薬膳の会」S

#### 「生姜が香る国産もち麦のスープ」

お湯をそそぐだけで食べられるレトルト品。もち麦は余分な熱を冷まし、胃腸の動きを高め、余分な水分を尿として排泄させて下痢を抑えます。他に、身体を温めて胃腸の動きを整える生姜やニンニク、免疫力を上げるきのこが入っています。

#### 「しょうがシロップ」

国産しょうが、レモン果汁、素精糖を加えて作られたシロップ。

レモン果汁は体力回復と、汗の出すぎを抑える効果があり、糖分は体力を回復させます。お湯で薄めて飲むと、身体を温める効果が高まります。

## 新しい香害のポスター

おうち時間が増え、柔軟剤などの人工的な香りが気になりませんか？ これらの香りは、めまいや吐き気など化学物質過敏症の原因の一つになることもあるようです。

困っている方がいることをお知らせしたく、ポスターを作りました。公民館やお店など皆さんの身近で貼ってもらえる場所がありましたら、お申込みのうえ掲示にご協力ください。詳しくは1/11～配布のチラシをご覧ください。



エコロや日頃困ったときの相談窓口

### 「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

注) 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、エコロケア依頼については一部対応が難しいこともあります。

## 3.11 写真展

生活クラブ地域活動基金、県央ブロック助成団体『「3.11福島（東日本大震災10年）」写真展の実行委員会』のA氏は、3.11フクシマの事故後に10年間福島県の変わりゆく姿の写真を撮り続けました。

その写真展を東海駅の『東海ステーションギャラリー』で開催しています。ぜひ観に来てください。

①4月17日から23日まで（延期） ②4月31日から2月6日まで（延期）

③3月7日から13日まで

## 集まろう! 「地域くらぶ」 お久しぶりですね

日時 2021年2月16日（火）10:00～12:00

場所 水戸センター&オンライン

2019年度「地域くらぶ交流会」はコロナ禍で中止となりましたが、今年度は「地域くらぶの活動報告&交流会」を開催し、それぞれの活動紹介や、地域の情報交換などを行いたいと思います。今回初めての

試みとして、オンラインでの参加もできるように準備していますので、お気軽にご参加ください♪

※「地域くらぶ」に所属している方は、代表宛に送られたご案内から参加申し込みをしてください。

※地域くらぶに所属していない方や『「地域くらぶ」って何だろう?』『どんな活動をしているのか知りたい』という方はオンラインで参加できます。4面の申込書、ホームページの申し込みフォーム、電話でお申し込みください。

## 「たすけあいカフェ」って楽しい!

班のストッカーに冷凍品の忘れ物があり、どうしたら良いかとの連絡を受け、班の在籍者に連絡したときに、近々たすけあいカフェを開くので来ませんかとのお誘いを受けて参加させてもらいました。

那珂市にある「あがっぺカフェ」に集まり、個性的な先輩の面々と自己紹介、コロナ禍の情報交換などをしました。ほとんどのメンバーが遠方から消費材を取りに来ていて、一番遠方の方が自宅に戻りながら、他の方の消費材を届けることもあるとの事! 「助けあっているのだなー」と感じました。

また新メンバーには、荷受場で待ち合わせし、荷物の取り方・OCR用紙・eくらぶ注文、回収物の出し方を伝授しているとの事で、出来る方がさりげなくカバーしていて、全員で自然に無理なく班を運営している様子でした。素敵なカフェで開かれた“たすけあいカフェ”。珍しいお茶と手作りケーキを頂きながら楽しく参加させてもらいました。 たすけあい・福祉委員会 O.

以前、組合員の自宅での日用品引き取り会に参加し、自分もやってみたいと思い、今回初めて企画しました。洋服のお下がりをお願いしても、柔軟剤のにおいに困っているという仲間で、柔軟剤不使用の洋服を中心とした交換会にしました。当日は「柔軟剤のにおいがなくて快適だったね」と大好評。同じ思いの仲間を増やして、香害や洗濯洗剤のことなども話題にしながら、またやる予定です。 S.

## 『あさり大粒(冷凍)200g』の「ジャリ感」が減りました

大粒なのにリーズナブル。調理のときに口が開きやすいように砂抜き後加熱処理して少し口が開いた状態で凍結したあさり。でも食べたときにじゃりじゃりすることが多いという意見があり、生活クラブ連合会が調査した結果、砂抜きが不十分なのではなく、輸送中などに口が開いた部分が貝同士当たることで細かく欠け、それが口から入り込み、利用時に水洗いしても取り切れないことが原因と分かりました。今は比較的殻が弱い4～6月に採れた熊本産のあさりを使わずに製品化しています。

改善されたあさりを利用してみませんか？  
詳細は1月11日から配布されたチラシをお読みください。



オンラインピオサボ講座

## プレママ期から離乳期・幼児期の 食べものと食べ方を学ぼう

2月22日(月)10時～12時 開催

県央ブロック初のオンライン（zoom）講座です。自宅での受講のほか、Wi-Fi環境がないなどの方は水戸センターでオンライン受講することもできます（受講人数に制限あり。子供連れでの参加は不可）。申し込みはチラシ、WebどちらでもOKです。Web申し込みはチラシのQRコードからどうぞ詳しくは1月25日から配布のチラシを見てね。

## 水戸センター展示即売会

2月6日(土)・7日(日)に開催予定でしたが、事情により中止になります。参加予約をされた方には大変ご迷惑をおかけしました。

毎月配布される県央ブロックニュース。リサイクルで返却してしまってもホームページで最新号から過去に発行されたものまで見られます。

「生活クラブ茨城」で検索  →

→

→



生活クラブ茨城  
ホームページ用



アカウント：  
@seikatsu\_ibarak

※ご記入いただきました個人情報は、生活クラブの活動以外には使用致しません。



水戸センター行き

## 「地域くらぶ交流会（2月16日(火)）」参加申込書

お名前	配達コース・班コード	どちらかに ○	日中繋がりのやすい連絡先	E-mail アドレス
	組合員番号			
		組合員・一般		
		組合員・一般		
		組合員・一般		