イベント情報＆お知らせ

県央ブロックニュース

県央B２月末組合員数
水戸　：926
ひたちなか：503
笠間　：109
那珂　：　91
東海　：　77
その他　：　93
合計　1,799名

生活クラブ茨城
県央ブロック
運営委員会発行

2023年3月20日号
Ｎｏ.706

≪問い合わせ・申し込み≫　水戸センター　TEL.029−291-8280　　FAX.　029−291-8281
※最近間違い電話が多くなっています。センターにおかけになるときは番号をよくお確かめください。

県央ブロックお豆腐再開発物語

そもそも県央ブロック組合員が今食べているお豆腐類は、２００１年度に、自分たちの住む地域のお豆腐屋さんに国産大豆１００%、天然にがり使用、消泡剤などの添加物不使用のお豆腐類（木綿豆腐・絹豆腐・油揚げ）を作ってもらいたい。食べたい。との思いから開発されたものなのです。
組合員の有志が水戸市、ひたちなか市などのお豆腐屋さんを一軒一軒まわって生産者を探しましたが、当時消泡剤を使わずにお豆腐を作っている生産者を見つけることはできませんでした。そんな中、水戸市の大月食品のご主人が私たちの考えに共感してお豆腐開発に協力してくれることになりました。
大月さんは当時木綿豆腐しか作っておらず、しかも消泡剤を使わずに作ったことがなく、今のお豆腐を作り上げるまでには、パッケージを開けたら固まっていないお豆腐が溢れ出たしたりなど、試行錯誤の連続だったそうです。それでも多くの組合員が開発のためにモニターとなり固まっていないお豆腐でも購入し完成するまで食べ続けることで開発を支え続けました。

こうして２００２年度にまずは木綿豆腐、次に絹豆腐。２００３年度に油揚げの取り組みが始まりました。

このような苦労を重ねて開発されたお豆腐類ですが、大月さんが高齢になり「２０２４年３月をもって県央ブロックとの提携を終了する」ことが２０２１年度に決まりました。
提携終了の話を受け２０２１年度当時の消費委員会メンバーが組合員にお豆腐アンケートを実施し、まだまだたくさんのお豆腐ファンがいることはわかりましたが、大月さん後の新しい生産者探し（お豆腐の再開発）を担ってくれる組合員は２，３名しか名乗りを上げてもらえず、そこでいったん再開発の話は棚上げになりました。

２０２２年、いよいよ提携終了が目前に迫ってきたため、運営委員会でお豆腐再開発の継続を決定、アンケートで名乗りを上げてくれた組合員を中心に新たなメンバーが集まって２０２３年１月ついに総勢１１名の豆腐開発チームが発足しました。

お豆腐開発チームメンバーコメント

２０２３年は生活クラブ茨城設立４０周年。そこで県央ブロックでも４０周年記念プロジェクトを始めました。内容は「豆腐再開発」です。現在県央ブロックの豆腐や油揚げの生産者大月食品のご主人が高齢のため２０２４年３月で提携終了というお話がありました。「おいしい豆腐をこれからも食べ続けていきたい」という思いを持ったメンバーたちが集まり、自分たちと一緒に豆腐や油揚げを作ってくれる生産者を探すプロジェクトです。まずは自分たちの身近にある街の豆腐屋さんへ。その中で自分たちの想いを再確認。これからどんな風にプロジェクトが進んでいくのかお楽しみに！

次回、始動したチームの活躍に乞うご期待！

県央ブロック総会代議員募集中！

生活クラブは組合員の活動で成り立っています。その活動は、消費材を利用する、イベントに参加する、イベントの手伝いをする、エッコロのケア者として他の組合員の手助けをする、委員会に参加する、ブロック総会の代議員、総代会の総代になって運営や事業を見守る、などなどです。

ブロック総会は今年度の組合員活動を振り返り、その成果や課題をもとに作られた来年度の活動方針を決定する場です。代議員になって、生活クラブってこんなことをしているのね！を確かめてみませんか？　　詳細は水戸センターまでお問い合わせください。

〈県央ブロック総会〉

開催日時：５月１８日(木)　１０時～１２時

場　所：水戸センター２階会議室

代議員定数：３５名

環境委員会より

自分の住む地域で食や環境を考えた活動を続けています！

1996 年。27 年前から日本に輸入されてきた遺伝子組み換えの　大豆　トウモロコシ　なたね等が、 調味料　食用油　甘味料(ブドウ糖果糖)　スポーツ飲料　お茶(ビタミン C)　等数えきれないほどの食品や添加物に形をかえて、 多くの人は原料がどんなものかも知らずに毎日食べ続けています。
何とか伝えたいとの思いから、２月半ば那珂市給食センターの所長はじめ栄養士さんに、水戸センターで貸し出している「遺伝子組み換えルーレット」・「フードインク」という DVD２枚と資料を持参し、一週間お貸しして視聴して頂くことができました。
今多くの人が抱えている健康上の問題、食物アレルギー・乳ガン・消化器官の難病、或いは自閉症等にも関係していると DVD に登場する医学博士や研究者たちが、語っています。
まずは見て知って頂くことが、次の解決に繋がるのではないかと思います。

那珂市　K.M.

※上記の DVD を視聴したい方は、水戸センターまでご連絡ください。

たすけあい･福祉委員会より

『たすけあいカフェ』に参加しました！

東海村在住の組合員から「エッコロについて説明に来て欲しい！」との依頼があったため、**エッコロ制度の『たすけあいカフェ』**を利用しての開催を勧め、エッコロコーディネーター２名で参加してきました。70 名程の組合員がいる東海エリアにはエッコロコーディネーターはおらず、ケア者登録は１名のみです。
当日はまず自己紹介、次にエッコロの成り立ちを説明しました。「エッコロガイド」と「エッコロ制度説明チラシ」を使って、事例等を交えながら皆で一つひとつ確認し、質問に答える形で理解を深めてもらいました。
これまでも、東海組合員からホットライン（P.4 に電話番号記載）への電話があり、
参加組合員のコーディネートにより、エッコロ利用につながった事例はありましたが、
今回の「たすけあいカフェ」参加をきっかけに、エッコロの活用が増えると嬉しいです。
参加者は班組合員２名と個配組合員７名。自己紹介から、顔の見える関係、「お互いさま」の精神が根付いている、また家族構成や年齢、加入年数は違っても、お互いの境遇を理解し助け合い、支え合って暮らしている地域たと感じました。参加者の中には、他生協と生活クラブを併用している方や、加入と同時に生活クラブのみにした方もいて、他生協のシステムも参考に、いくつかの意見もお聞きしてきました。一方、今後の疑問・質問については、「たすけあいホットライン」を活用していただくようにご案内しました。
『たすけあいカフェ』は、エッコロについてだけでなく、子育てや老後の不安、各種情報交換等、たすけあいをテーマに集まりを開催した場合に、費用の一部が補填される制度です。３人から開催できますので、是非ご活用ください。詳しくはエッコロガイドをご覧いただくか、ホットラインへお電話を！

・・・

春ですね！　組合員ポスティング活動が始まります

４月～６月末までの期間に生活クラブのチラシをポスティングしてくれる方を募集中です。
ご自分の空いている時間に運動がてらいかがですか？　チラシ１５０枚ごとに５００円が消費材利用額から差し引かれます（組合員活動費補助還元）。
昨年も組合員のポスティングから生活クラブに加入したいという問い合わせをいただいています。
詳細は３月１３日から配布のチラシをご覧になるか、水戸センターまでお問い合わせください。

プチ薬膳教室

春のお祝いにカラフルちらし寿司はいかが？

今年の梅まつりは暖かい日が多く、桜のお花見の頃のような陽気でしたね。進学や就職などお祝いごとが多い３月から４月。お祝いの食卓に、お花畑のような彩りのちらし寿司はいかがでしょうか。春に活発になる肝を整える酸味や良質なたんぱく質を使ったお寿司は、春の薬膳料理といえます。五色を意識して旬の食材を中心に選んでみましょう。

青：いんげん、絹さや　　**赤**：紅しょうが、にんじん、エビ

黄：卵　　**白**：たけのこ、れんこん　　**黒**：干ししいたけ

1．ゆでたけのこ、戻した干ししいたけ、にんじんはそれぞれ刻んでしょうゆと砂糖で煮て、酢飯に混ぜる。

2．上に、炒り卵、茹でエビ、いんげん、紅しょうがなどを飾る。

＊れんこんは、輪切りにして酢漬けにしたものを飾ったり、刻んで醤油と砂糖で煮たものを混ぜたり。

ケーキ型があれば、デコレーション寿司もいいですね。お好みで、スモークサーモンを飾ってみても。

お酢は、ぜひ生活クラブの消費材を。大正１１年創業のキサイチ醸造(株)で、杉の桶で伝統的な製法で作られています。食酢、純玄米黒酢、純米酢、すし酢があります。酢には、血流改善や唾液の分泌を促して消化吸収を高める作用もあります。

すし酢にセロリを漬け込んだピクルスが、生活クラブ北海道の SNS で紹介されていました。気の巡りを良くするセロリと、肝を補う酢の組み合わせは、春特有の頭痛、のぼせ、目の充血、イライラなどを抑えます。　　ぜひお試しください。

「はい！ **たすけあいホットライン** です」

☎070-3937-5004

月曜日～金曜日　午前９時～午後５時

エッコロについて、その他お困りのことがあったらお気軽にお電話ください。

注）新型コロナウイルス感染拡大防止のため、ケア依頼の対応が難しい場合もあります。

生活クラブ茨城 ホームページ

ブロックニュースのカラー版が掲載されています。
ほかにも生活クラブ茨城についての情報がたくさん載っているのでぜひ見てくださいね！

生活クラブ茨城 Twitter

公式アカウント
@seikatsu_ibarak

農産物の欠品情報・消費材情報・各地で開催するイベント等についてつぶやいています。
『今日は何の日？』もおもしろい！
フォロー＆チェックよろしくお願いします。

・・・・