イベント情報＆お知らせ

県央ブロックニュース

県央B１月末組合員数
水戸　：900
ひたちなか：494
笠間　：106
那珂　：　96
東海　：　72
その他　：106
合計　1,774名

生活クラブ茨城
県央ブロック
運営委員会発行

2024年2月19日号
Ｎｏ.717

≪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。

今年1月、ひたちなか市・東海村に
県央ブロックでは 10 年ぶりのたすけあいワーカーズが誕生しました！！

はじめまして
「たすけあいワーカーズ・コレクティブはちどり」です

　生活クラブのエッコロのように、地域の中でも「困った、誰かに頼りたい」という人たちに手を差し伸べられるワーカーズがあったら良いね！と思っていました。そんな時、「人の為に働くことは、自分のためでもあると思うの。年をとっても困った人の役に立ちたい。」という一人のメンバーの一言がきっかけで、ワーカーズを作ることを決心しました。

　メンバーは50代～70代までと年齢差はあっても知力・気力は一緒です。約１年半、学習会や研修等を行い、準備をすすめてきました。自分が元気だと思えるうちは働き、体力の限界と感じたら利用する側へと、一般社会のような定年制がない働き方をしていきます。

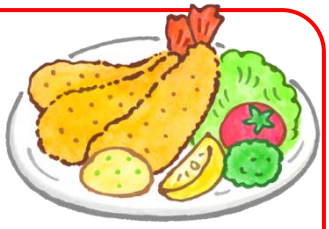
　少子高齢化、経済状況の急変など、国や行政だけでは解決できない部分を地域で補う時代になってきましたが、社会保障や介護制度の隙間を埋められるような、たすけあいワーカーズを目指せればうれしいです。明るく楽しく、地域のお役に立ちながら、自分自身のためにも元気に働く場を作っていきたいと思います。

ワーカーズはちどりの名前の由来は、はちどりは世界最小の鳥です。体は小さくても、弱々しく見えても、羽をものすごいスピードで動かしながら、花の蜜を吸いたくましく生きているはちどりのように、私たちも依頼された仕事をしっかりと責任をもってやり遂げたいという思いが込められています。私たちワーカーズは「雇う―雇われる」の関係ではない、メンバー全員が経営（運営）に責任を持つ働く人の協同組合です。（生活クラブの出資・利用・運営と同じ考え方です）一緒に働くメンバーと話し合いながら、自分にできる事から始めていきます。

おもな仕事
家事支援、病院への付き添い
見守り・話し相手
草取り、ペットのお世話　　など

ただ今、ひたちなか市・東海村に
お住いの働く仲間を募集中！
みんなで話し合いながら、自分に合った働き方をしていきます(*^-^*)
☎０９０－７２３５－８８４３まで
ご連絡ください。

「国産小麦のパン粉」の原材料に「ショートニング」が使用されていることについて



多くの組合員さんから疑問質問をお受けしたので、この場でお答えします。

消費材のパン粉は 1991 年「天然酵母・無添加・国産小麦粉使用」のパン粉として取り組みを開始しました。以来、基本的な配合は変えず 30 年以上「(株)味輝」さんに生産をお願いしてきましたが、食味(硬さ、口解け、色)の改善要望が連合会にあげられ、再開発が進められました。組合員試食によるアンケートの結果「硬さ」の改善が一番の課題と判明、これまで原材料に含まれていなかった油脂「ショートニング」を配合することで解決しました。

ショートニングについては「トランス脂肪酸が悪玉コレステロールを増やし健康被害の恐れあり」など、マスコミ等の報道もあって「安全安心な食品を扱う生活クラブとしてはいかがなものか」と心配な組合員さんもいるかと思います。ただ、今回再開発されたパン粉に使用されるショートニングはチョコレートでもおなじみ「月島食品工業(株)」さんの加工技術による**トランス脂肪酸含有率わずか 0.6%の「低トランス脂肪酸ショートニング」、ご飯のように毎食摂取ということでなければ体への影響を考える量ではありません。**

一方、市販品のパン粉の多くは原材料が輸入小麦粉であるうえショートニングの質もわからず、砂糖の代わりにブドウ糖液糖など多くの添加物が使用されています。

「ちゃんと中身がわかる」以前より香ばしくさらにおいしくなった消費材のパン粉を、これからもぜひ利用してくださいね。

プチ薬膳教室

冬から春へのホットワイン

今年は暖かい日が多いとはいえ、やはり２月の寒さは身にこたえますね。季節は冬から春への変わり目。冷えはしっかり解消しておきたいです。また、気温が上がるにつれて、気持ちがそわそわしてきますが、気の巡りを良くすることで、落ち着いた春を迎えることができます。そこで、この時期におすすめのホットワインレシピをご紹介します。アルコールが苦手な方は、100%ぶどうジュースでどうぞ。

【寒い日や冷えの強い方】(2 人分)

赤ワインまたはぶどうジュース　1.5 カップ
シナモンパウダー　小さじ 1/3、　素精糖　大さじ 1～2
甘夏みかん絞り汁大さじ 1～2、皮のオレンジ色の部分適量

【ストレス解消に】(2 人分)

白ワイン　1.5 カップ、しょうがスライス　２かけ
シナモン　小さじ 1/4、はちみつ　大さじ 1～2
レモンスライス　４枚

◎ワインまたはジュースにスパイス、甘味を入れて弱火で沸騰直前まで温める。
柑橘類を加えて軽く温める。　甘味やスパイスはお好みで調整してください。

ワインは体を温め、気の巡りをよくしたり、精神を安定させる効果があります。赤ワインは冷えやすい方、白ワインは乾燥しやすい方におすすめです。100%ぶどうジュースは体を温める効果はありませんが、気血を補う効果があります。シナモンやしょうがは体を芯から温めます。八角やカルダモンも体を温める作用があり香りもよいので、もし手に入れば、加えると本格的な風味になります。柑橘類は気の巡りを良くし、甘味は体をほぐし、気を補います。

気がそわそわしてくる春先に向けて、柑橘類が多めのレシピです。スパイスやアルコール、ジュースなども余計な成分を含まない生活クラブの消費材でお召し上がりください。

★おすすめ消費材★

無添加赤ワインＲびん６本入り
白ワインＲびん１本
ぶどうジュースコンコード
シナモン 50g、甘夏みかん、国産レモン

環境委員会より

2024年７月シャボン玉月間
ポスター原画募集！

活動を広くアピールするためのポスターで、
選ばれたポスターは、街頭などに提示されます。

2023年度採用作品

〈募集要項〉
用紙：A3サイズ　（紙は各自用意）
キャッチコピー：「あなたの選択で未来が変わる　始めようせっけん生活」
色：カラー　　**賞金**：３万円
締め切り：３月１１日(月)　水戸センター必着

＊注意事項＊
- 用紙サイズ厳守。キャッチコピー必須。（PCなどで作成した場合でも、A3サイズで出力しご応募下さい。）
- オリジナル作品であること

＊詳しくは、水戸センターへお問合せください。

茨城県原子力防災＆エネルギー政策意見交換会

１月22日、生活クラブ茨城が茨城県に嘆願書を提出する場で、原子力防災とエネルギー政策に関する意見交換会が開かれました。県の原子力安全対策課他から８名、生活クラブは18名が参加。２時間近い質疑応答中、UPZに住む県央ブロック組合員からは切実な質問と要望が次々と挙げられました。大地震で原発事故情報発出時の県の具体的な対応、確実に不足する避難バス運転手をどう確保するのか、放射性希ガスによる被曝がシミュレーション対象から外されたことへの懸念、等々。時に専門的で多岐にわたる質問に県側は丁寧に応じてくださいましたが、あくまでも国の方針と法律に則り対策し避難計画を立てるという基本的な立ち位置は不動。避難自体を不安視する地方住民の声はどこで吸い上げてもらえるのでしょう。さしあたり「能登大地震で新たな課題（避難地の被災、複合災害への対策等）が生じ、原子力規制委員会が指針の見直しを指示した」との言及を注視したいです。　　水戸市　O

たすけあい・福祉委員会＆ファイバーリサイクル実行委員会より

１２月は、久しぶりに配達便による回収を再開したことにより、提供者は前回より１８名増えました。また、水戸センター展示即売会(12/3、4)での回収も行いました。

- 仕分け実施日時　2023．12．4（月）　10:00～12:20
- 提供の総量：384.6　kg（JFSAへ　373.1㎏）〈参考：総量・前回554.2㎏、前回比－169.6㎏〉
- 廃棄量：11.5kg（前回,14.5kg、前回比　－3㎏）、廃棄率：2.1%（前回2.6%）
  〈参考〉廃棄率：2022年度７月　7.2%、　12月　1.2%、　３月　3.5%
- 提供者：54名　（前回　36名、　前回比　＋18名）
- 仕分け参加者　　組合員７名（そのうち１名は初参加）、JFSA依知川さん

〈依知川さんとの意見交換より〉
- 2022年暮れ頃からパキスタンでは、経済危機による外貨不足で輸入規制があり、古着の輸出をストップしていたこともあり、これまで３回タイで古着を販売したが、タイとパキスタンでは売れるものが違うとのこと。最近ようやくパキスタンへの輸出が再開できたそうです。
- 今回の回収では、ハンガーにかけたまま出してくるものやひどい汚れや破れはなかったため、廃棄量もさほど多くなく、手間はそんなにかかりませんでした。

次回回収：2/26～　仕分け：3/4(月)　チラシ配布2/5～　次回も配達便での回収があります。

運営委員会より

春の展示即売会へのお誘い

春は進学、就職など新たな生活の始まりの季節でもあります。
それらの日々への準備は、展示即売会でどうぞ！
高品質で長く使えるものを取り揃えて、お待ちしています。

日時：3月23日(土)10時～16時
　　24日(日)10時～15時
開催場所：生活クラブ茨城水戸センター
　　（水戸市元石川町302－12）

フードバンク茨城への協力のため、水戸センターには「きずなBOX」が設置されています。食糧支援のための寄付もあわせてよろしくお願いします。

アイメイト(眼鏡)・**パラマウント**(靴)は、両日とも予約制です。右の二次元コードまたは直接水戸センターへの電話で予約してください。

・・・

では、まだこれからもお豆腐の販売を続けられるそうなので、なつかしくなったらぜひお店まで足をはこんでみて下さい。

生産者が大月さんのお豆腐は、消費材としての取り組みは間もなく終了となります。が、水戸市赤塚にある「大月豆腐店」

2023年12月利用実績(4週間分)：
20,478円(利用計画：19,832円)
12月に一度も利用しなかった人数：班(99名)
個別配送(168名)

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！

生活クラブ茨城のトリセツ

特にトップページにあるこの↑↑↑バナーをクリックすれば、簡単に知りたいことにたどり着けます。

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。

・・・・

「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、生活クラブのこと、身の回りのちょっと困ったわ！ これってなに？などがあったらお気軽にお電話ください。

締め切り迫る!!

げんき米一袋で畳6畳分の、しかも安心安全な田んぼを守れる!

みなさ～ん！

2024年の秋に収穫される「げんき米」の予約登録、忘れていませんか？
登録用紙は、配達職員に声をかけるか、直接水戸センターまでお電話ください。
翌週にお届けします。

水害時に、貯水池の役割を果たす田んぼを守ろう！