

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

## 2025年度県央ブロック総会開催決定

5月15日(木) 10時~12時

### 2024年度県央ブロック活動方針

- ・組合員の「食べる力」「語る力」で生産者とともに予約共同購入運動を地域に発信します
- ・環境に配慮した、サステイナブル（持続可能）な社会を目指します
- ・組合員同士で培ってきた、たすけあい・支えあいを地域へも広げます
- ・地域コミュニティづくりをすすめます
- ・地域課題の解決に向けた活動をすすめます

2024年度も、組合員が、身近な地域での課題解決に向けた活動や、生活クラブについて知りたいことなどについて気軽に集まって話せる場の創出や、困ったときなどお互いにたすけあえる関係性を広めるための「地域づくり」、「仲間づくり」を目指し、

- ・全地域で「茶話会&クリスマス・正月用品試食会」を開催し、集まった組合員とともに活発な意見交換を行いました。その中で新たな活動提案、組合員同士のつながりも生まれました。
- ・旧笠間地区では、地域の組合員と密に連携し、班訪問・茶話会・牛肉学習会などを行い、多くの新たな組合員を迎え個別配送を開始することができました。

など、多くの組合員が活動に参加した1年になりました。



2024年度代議員のみなさん、これらの活動に参加、見守っていただきありがとうございました。

2025年度も引き続き、「利用結集活動」「環境問題に取り組む活動」「たすけあい活動」「地域づくり」「仲間づくり」を方針として、組合員と一緒に活動していきたいと考えています。

つきましては、一緒に活動に参加したり、見守ってくださる2025年度代議員を募集します。自薦・他薦を問いません。

代議員定数：総定数 35名

任期：2025年5月から1年間

募集期間：4月25日(金)まで

## 今年の秋に収穫される「2025年産げんき米」は 予約登録受付を終了しました ※追加はできません！

2月25日に開催された米生産者定期協議会にて、県央ブロックからは2025年産げんき米の作付け依頼数を4,447袋(5kg袋換算)と、生産者である丸エビ倶楽部さんに報告(食べる約束)しました。これは既存組合員による予約登録袋数4,255袋に加え、今後9月までに生活クラブへ新規加入する組合員による登録分を加味した数字です。

市場での米価高騰の影響を受けたことで、今年度は他ブロックでも作付け依頼数が大幅に伸びました。このことは私たちが目指すSDGs農業を広めたいという考えから言うとても良い結果ではありますが、生産者丸エビ倶楽部さんが持っているげんき米安全基準の田んぼの作付けは、ほぼいっぱいになってしまいました。

以上の理由から、これまでは「予約登録していれば袋数をさらに追加することができます」としていましたが、**県央ブロック組合員に供給される2025年産げんき米はこの4,447袋という数字で確定し、袋数の追加は『無し』**ということにします。ご理解ください。

でも今年度作付け依頼数が増えたことで、生産者はげんき米安全基準の田んぼをさらに広げようとしてくれます。この良い流れを次年度にも確実につなげていきましょう。

### 運営委員会より:環境だより

散歩、お出掛けついでに  
**GM ナタネ 自生調査活動に**  
協力してください  
4/30迄受付します



#### セイヨウアブラナの特徴

- ・葉や茎が白い粉を吹いたようなものが多い
- ・葉が少し茎を巻いている

身近に咲いている(種になっていてもよい)セイヨウアブラナの茎を採取して下さい。手順は下の通りです。

- ① 見つけたら→写真を撮って下さい→採取場所をメモしておいて下さい  
→茎を折る又は抜き取ります→家に帰って新聞紙にくるんで下さい。  
この状態で水戸センターにお持ちいただくか、配達便に載せてください。
- ② 皆さんから届いたナタネの中から何本か選んで、5月15日(木)ブロック総会当日に検査します。その後結果を全国GMナタネ調査に報告します。

※過去、那珂湊地区・茨城町で遺伝子組み換えナタネが見つかりました。  
水戸市でも疑わしい検体がありました。

多くの組合員のご協力をお待ちしています。

### せっけん類プレゼント 継続中！

生活クラブ茨城では、石けんの良さを知ってもらおうと、妊婦さん、1歳未満のお子さんのいる方に、「固型せっけん・洗濯用液体せっけん・台所用液体せっけんオレンジ」をプレゼントしています。使ってみてみなさんから「子どもや自分の手荒れが良くなった」「液体なので洗濯に使いやすかった」などの感想が寄せられています。是非この機会にせっけんを使ってみませんか？  
お申し込みは下の二次元コード、または水戸センターへお電話ください。



# フク薬膳教室

## 春の「お酢」使い

春の足音が聞こえてくる3月。春は五臓のうち、肝の機能が盛んになります。中医学での肝の働きの一つに、気の巡りをスムーズにし、精神、情緒を安定させることがあります。春の陽気で肝が高ぶると、気持ちこそわさわわイライラしたり、ひどいときには、目が血走ったりします。それを抑えてくれるのが「酸味（酢、柑橘類、梅干し、ヨーグルトなど）」です。

生活クラブで扱う酢の生産者、私市（キサイチ）醸造は100年以上続く老舗。生活クラブとの提携も40年になります。いくつかラインナップがありますので、お好みのものをお使い下さい。

【食酢】木樽で発酵した酢に、ホワイトビネガーと米酢をブレンド。シンプルな味わいです。

【純米酢】国産米100%使用。深い酸味と香りが特徴で、和食料理に適しています。

【玄米黒酢】玄米だけを原料にした酢。調味料のほか、甘みをたして水やジュースなどで薄めて飲んでも。

【純りんご酢】りんご果汁だけを原料にした果実酢。フルーティな香りを活かしてドリンクやドレッシングに。

【すし酢】消費材の食酢をベースに、昆布エキスと砂糖、食塩を加えました。すし飯や三杯酢、サラダに。

【調理用合わせ酢】食酢をベースに提携先の砂糖、塩などを使用。酢の物、サラダ、鶏のさっぱり煮などそのまま使えて便利です。

【ワインヴィネガー(生産者:ルミエール)】自社製白ワインを100%使って酢酸醗酵させ、長期熟成した原酢数種をブレンド。味と香りのバランスがよくフルーティです。サラダやピクルスに。

【バルサミコ酢(生産者:ヴィボン)】イタリア・モデナ地方の厳選されたぶどうの濃縮果汁を使った醸造酢。伝統品と同じ原料・製法で作られています。



ストレスによるイライラも肝を整えることで落ち着かせることができます。ストレスでイライラしやすい方は、季節を問わず酸味のものを取りましょう。

地域くらぶ「薬膳の会」代表  
国際中医薬膳師 薬剤師 佐野安希子

### たすけあい・福祉委員会&ファイバー/サイクル実行委員会より

#### 2024年度第3回 ファイバー/サイクル活動 衣類回収のご報告

2/24(月)~2/28(金)の配達便で衣類回収を行いました。今回は3/1、2の展示会でも協力呼びかけを行い、82名からの提供がありました。子供服、紳士服、ぬいぐるみ、生地、毛糸などたくさん提供して頂きました。配達便では1つしか出せませんが、今回は1人で複数袋の衣類をセンターに直接届けてくれる組合員さんが大勢いたことで、600kgを超える衣類が集まりました。ご協力ありがとうございました。JFSAの職員さんのお話では、衣類回収量が減っているそうですので、ファイバーに関心がある人たちにも提供を呼び掛けていきましょう。ぬいぐるみやアクセサリーも需要が高まっているそうです。

提供総量 623.3 kg⇒JFSAへ 610.4 kg (前回比+168.4 kg) \*廃棄量 12.9 kg (前回比+4.1 kg)

提供者: 82名 (前回比+4名) 仕分け参加者: 組合員 11名、JFSAより 1名

☆次回の回収は6月の予定です。日程が決まりましたら、チラシにてお知らせいたします。

「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。



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！

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  
X

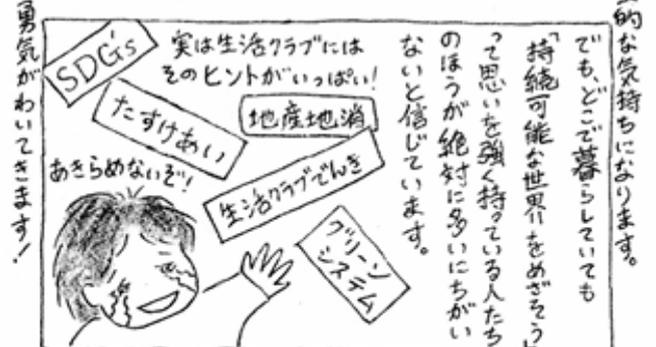


公式アカウント  
@seikatsu\_ibarak

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。フォロー&チェックよろしくお祈いします。

地域くらぶ「ワンネス一座」  
地域くらぶ「未来への風いちから」より

「生活と自治」10月号に紹介されていた、「映画 〇月〇日、区長になる女。」の記事を読んで、ぜひ観てみたい！と思い、10月につくばのブックカフェで開催された上映会に行きました。道路計画の立ち退き区域にたまたま住んでいた映画監督がカメラを回し始め…住民の声を聞く女性区長の誕生、その区長とともに街づくりをしようと翌年の区議選には選挙運動を手伝った人達が立候補し当選！という住民運動のドキュメンタリー映画になりました。この映画が「政治には無関心」「自分一人、投票してもしなくても何も変わらない」という意識を「動けば変わるかもしれない!？」と、ちょっとでも変わるきっかけになればいいなという思いで、ひたちなか市で上映会をすることにしました。新聞に「若者よ戦地嫌なら投票へ」という川柳が載っていました。「今の世の中不安～」と感じているなら、何かヒントをもらえる映画だと思えます。ぜひ、ご覧ください。



2025年3月 つづく

映画〇月〇日、区長になる女。上映会

日時：6月8日(日)①10時～12時(託児あり)

②13時30分～15時30分

場所：ワークプラザ勝田 大会議室

(ひたちなか市東石川 1279)

入場無料

託児(①のみ)：希望者は事前申し込みが必要です

★☆☆後日上映会チラシを配布します★☆☆