

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2017  
No.414



## 7&8

特集

産地直結ひとすじ。  
いちばん頼れる生協に。

今月の  
おすすめ

「飯塚農場のすいか」  
甘みしつかり、  
シャリシャリとした舌ざわり

産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。

産直の東都生協

今月の  
おすすめ

## 飯塚農場の すいか



甘みしっかり、  
シャリシャリとした  
舌ざわり



飯塚農場のすいか  
大玉4kg  
通常価格:1,980円(税込2,138円)  
企画:7月4回

口に広がる果汁とうまみ、  
皮の際まで甘いすいかです。

収穫した中でも特に大きい  
大玉すいかをお届け!



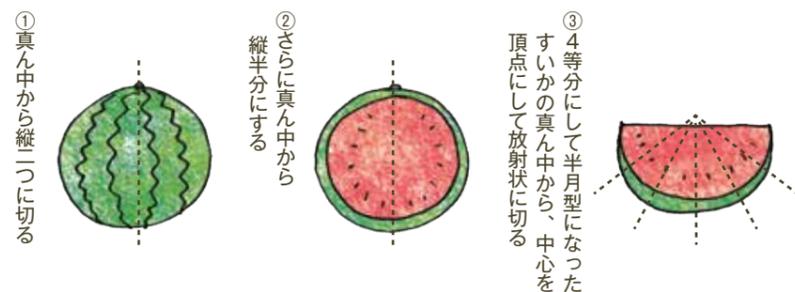
### すいかは野菜？ 果物？

暑い夏の日、よく冷えたすいかを頬張れば、そのシャリシャリとした食感と甘い果肉に、暑さも疲れも忘れて癒されます。世間では夏の風物詩として果物売り場に並ぶすいかですが、農林水産省ではすいかもメロンもいちごも果物ではなく「果実的野菜」と分類されています。ご存じでしたか？

### おいしいすいかの選び方・切り方

おいしいすいかは、たたいたときに「ボンボン」と響く音がします。「ボタボタ」と鈍い音がするのは熟れ過ぎています。果肉は中心部が一番糖度が高く、皮に近づくにつれて糖度は下がるので、中央が均等に行きわたるようにカットすればげんかにならずに済みますね。

#### 《おいしいすいかの切り方》



### すいかの種類は？

大玉すいかに小玉すいか、ラグビーボールのような形をしたすいかなど、種類はさまざま。果肉の色も赤や黄色などありますが、これは品種が異なります。すいかは置いておいても熟さないで、届いたらなるべく早めに食べましょう。すいかを玉のまま保存する場合は風通しの良い日陰で、カットしたものはラップをして冷蔵庫の野菜室で保存してくださいね。

### 東都生協にすいかを届けて30年

早朝に収穫したすいかは同農場の選果場へ選別し、その日のうちに出荷、翌日東都生協に届きます。送られてくるのは大玉すいかの中でも特に大きいサイズ。たまに大きすぎて、冷蔵庫に入らない。と、うれしい？ 悲鳴も…。また、東都生協には「一番果」（最初に収穫する実）のみ出荷します。昔ながらのコクとシャリシャリ感、口に入れたときに広がる果汁とうまみが堪能できます。食べた後もうひとつくち進んでしまう、力強い味わいを楽しんでください。

### 生産者から一言

飯塚農場代表 飯塚恭正さん

1947年、中国から父が入植したのが今の八色原。丘陵地は八海山の噴火がもたらした火山灰土と石だらけで、石を畑から取り除くところから飯塚農場は始まりました。そして火山灰土の水はけの良さを生かして始めたのが大玉すいか作りでした。ただ、この約10年で核家族化が進み大玉すいかを丸ごと買うご家庭が減ったため、大玉すいかのみでは今後の経営が成り立たなくなると考え、今は小玉すいかもたくさん作っています。35℃を超える高温で葉や根が弱ったり、集中豪雨で出荷できなくなるなど、近年の天候不順には悩まされていますが、これからの安全・安心で皆さんに喜んでいただける、皮の際までおいしいすいかを作っていきます。よろしくお願いたします。

産地は「飯塚農場」(八色マルタ)  
飯塚農場は、越後三山の「一つ「八海山」の麓・新潟県南魚沼市と、そこから約1時間半離れた津南町で「大玉すいか」「小玉すいか」を栽培。\*モグラ堆肥を中心に土づくりを行い、土中微生物の活動を活発にした栽培をしているため、甘み・コク・食感が他のすいかとは異なります。新潟でも有数の豪雪地帯のため雪の苦労はありますが、山からの豊かな水と魚沼盆地の昼夜の大きな温度差により、安定した食味のすいかが育つのです。

モグラ堆肥とは…菜種粕や魚かすなど多様な有機質原材料で作られています。材料の有機物は土中微生物を活性化し、植物の肥料となるアミノ酸などを豊富にするので、食味の向上が期待できます。また日照不足や低温・多雨などでも収量、品質を安定させる効果もあります。

### 小玉すいかの 産地ご紹介

(7月4回以降に企画がある産地)

- 山形南陽のんの倶楽部
- 三浦半島EM研究会 (神奈川)
- 飯塚農場 (新潟)



接木作業 強い苗を作るために手作業で1本ずつ夕顔に接いでいきます。雨などで流されてしまうことを想定して多めに仕込みます。ポットに入れ込む本数は42,000本。



飯塚恭正さん (小玉すいかと)



トラックに積み、選果場へと向かう

### 甘み、コク、食感が他と違う。

山麓の気候と「土」が育んだおいしさ。



# 特集

## 産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。

組合員と生産者が、お互いの声を届けられること。  
“顔が見える”以上の関係でつながり合えること。それを商品づくりに直接生かしていくこと。

東都生協が設立以来つづけてきた産地直結は、  
組合員の食卓と日本の農業を守るため、  
さらには食の安心を次の世代につないでいくためにも、  
ゆずれないこだわりです。

組合員とその家族にとって、いちばん頼れる生協に。  
東都生協はこれからも、おいしさ、環境へのやさしさ、適正価格を貫くとともに、  
だれもが安心して暮らせる社会の実現に向けて、  
かかわり合うすべての人の力を合わせて前進していきます。



夏らしいコンビネーション、最高!

## すいかとバナナの スムージー

### 材料(1人分)

すいか(果肉、赤い部分).....200g  
バナナ.....1本  
水または牛乳.....100ml(牛乳だとマイルドな味に)

### 作り方

- 1.すいかは種を取り除いて、ひとくち大に切る。
- 2.バナナの皮をむき、ひとくち大に切る。
- 3.(1)、(2)の材料と水または牛乳をミキサーに入れ攪拌してでき上がり。

※砂糖やはちみつを入れて好みの甘さに。

### Attention, please!!

[アテンション・プリーズ]

すいかに塩は振りますか?  
おすすめの食べ方はありますか?

p.13のパズルの答えに添えて送ってくださいね。

## 関連商品

### わたしのこだわり

東都にっぽんの海塩

1kg

(樹菱塩)

通常価格:268円(税込289円) 企画:8月3回

原材料:海水  
栄養成分表示(100g当たり)/ナトリウム  
35,800mg/カルシウム69mg/食塩相当量90.9g

すいかには  
塩が定番!



新パッケージ

「わたしのこだわり」  
になりました

長崎県崎戸島・蛸浦島周辺の海水を平釜でゆっくり炊き上げた、ふんわりとしたあら塩です。にがりを含んでいるため、まろやかで深い味わいです。包材の裏面には漬け物の塩加減の目安が記載されています。

メーカーの(株)菱塩は、1985年5月1日設立。工場は風光明媚な五島灘に面した長崎県の崎戸島にあり、体にとって大切な要素「塩」や「にがり」を真心込めて作っています。

### 組合員のおすすめ!

とにかく味がまろやか。  
サラサラとして使いやすい!

使いやすい、  
コスパが高いし、安心材料。

原料や原産地が  
安心できるからうれしい!

※2015年11月24日の残留放射能検査(Ge:ゲルマニウム半導体検出器)でセシウム134とセシウム137は検出されませんでした。

### すいかは白い果肉部分も食べられます!

スムージーを作った後など、すいかの皮と白い部分が残りますよね。普段は捨ててしまうことが多いと思いますが、ちょっと待って! 外皮だけをむき、白い部分を適当な大きさに切って漬け物や煮物にしてみてください。

漬け物は塩漬でも、しょうゆポン酢やつゆの素に漬けてもイケます。煮物にすると冬瓜のような味、食感になりますよ。



もうひとつ  
おすすめ

### わたしのこだわり

## 東都千葉のこめ豚ロース 西京味噌焼き(2枚190g)

(株)コープミート千葉  
価格:418円(税込451円)  
次回予定:7月4回

原材料:豚ロース肉(千葉県産)、味噌、砂糖、米発酵調味料、食塩、豚ゼラチン、香辛料、増粘剤(加工でん粉)、(原材料の一部に大豆、ゼラチンを含む)  
栄養成分表示(100g当たり):242kcal、たんぱく質17.8g、脂質16.7g、炭水化物5.0g、ナトリウム449mg、食塩相当量1.1g

2枚入り



真空パックで冷凍庫に収まりやすく、常備品に最適。



### 利用者の声から

安心素材で気軽に調理  
ができ、とてもおいしい。

食べやすいし、忙しい  
ときに重宝しそう。

お肉が柔らかく、西京味噌の味も  
ほどよくておとなも子どももおいしいと  
思わず言ってしまう逸品です。

### こだわり豚肉と西京味噌のおいしいコラボ

千葉県内の指定農場が国産飼料用米を肥育後期の配合飼料に約15%ブレンドして与えてきた「千葉のこめ豚」に、「まったくとしたやわらかい甘み」が特徴の西京味噌の味噌だれを合わせました。味噌の風味とコクが引き立つ美味な一品です。

※加工品のため、残留放射能検査も実施しています。  
※2017年3月8日の残留放射能検査(NaI:NaIガンマ線スペクトロメーター)でセシウム134とセシウム137は検出されませんでした。



筋切り加工をして味噌を片面につけています。

### 焼き方のコツ

味噌の焦げ付き防止と油はね防止のために、あえて味噌は肉の片面だけにつけてあります。弱火か中火で調理してください。

- ①味噌の付いていない面を7割程度焼く。
- ②肉を返して味噌の付いている面を焼く。
- ③最後にもう一度お肉を返して味噌をなじませてでき上がり。

# うれしくてタメになる、新しい情報ページが、4項目増えました!



なるほど!

## 組合員と生産者やメーカーと作る、オリジナル商品「わたしのこだわり」

「わたしのこだわり」として商品化に至るまでの、携わった職員やメーカーの担当者の思いなど、舞台裏を伝えます。思いがけないような裏話は、いかに「こだわり」をもって商品ができたかを物語ります。組合員からのコメントや、オススメの食べ方なども募集していきます。つくり手の思いと直接つながる場となるはず!



非組合員HOMEからご覧ください



東都生協こだわりの産直品の商品情報を、毎月の利用数などをもとにして人気ランキング別に紹介します。3か月に1回の更新。ランキングとともに、商品の詳細な情報と組合員から寄せられた商品レビューも掲載して、商品の魅力をたっぷり伝えていきます!

## 組合員が選ぶ人気商品ランキング



## 教えて! 野菜の哲人 いよいよ7月12日公開!

旬の野菜をテーマに、その産地・生産者を訪問し、生産者だからこそ知る、おいしい食べ方や保存法などを教えてもらいます。「産地直結ひとすじ」がダイレクトに伝わる情報画面です。「わたしのこだわり」と同様に、つくり手とつながる感覚を実感できる場としていきます。



非組合員HOMEからご覧ください

話題の早回し動画で野菜レシピを紹介します。料理研究家・カノウユミコさんの野菜レシピをもとに、60秒の早回し動画で料理手順を分かりやすくご覧いただけます。また、動画はお友達ともSNSでシェアできますので、皆さんでシェアしてみてくださいね!



毎月更新予定

### カノウユミコ PROFILE

鳥取県の専業農家に生まれる。自然食に興味を持ち、ベジタリアン料理、精進料理を研究する。家庭で簡単に楽しめる野菜料理教室も主宰。野菜料理研究家としてカリスマ的存在。東京在住中は東都生協の組合員でした。

## 60秒でわかる! 「カノウユミコのカンタンレシピ」

※非組合員ページ専用コンテンツについては「非組合員ページ」に切り替えてご覧ください。

## “顔が見える”つながりはホームページだけじゃない!

ホームページの情報をもっと豊かに、見やすくすることで強まる組合員と生産者とのつながり。食の未来に向けて、それだけにとどまりません。新世代の農業を応援して産地直結を発展させ、組合員と産地をつなげるために何ができるのかを、若手生産者と職員と組合員が交流し・学び・知恵を

出し合う取り組みが「新世代チャレンジプロジェクト」です。次のページでは、2016年度を振り返り2017年度の計画について生産者と職員とでアイデアを出し合った「新世代チャレンジプロジェクト 産地・団体とセンターのコラボ企画キックオフ会議」の様子をお伝えします。

# ホームページをリニューアル!

今までよりも簡単に、そしてより充実した情報をお届けできるように、今年の3月21日にホームページを新しくしました。



そうだったんだ!

—産地をもっと近づけ、ますます充実「産地直結」—

## 東都生協が一番伝えたい「キーマッセージ」を決定

組合員には「産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。」、組合員でない方には、「産地直結ひとすじ。だから、信じられる。」、くらしの中で頼りになる生協を目指し、2つのキーマッセージをより強く発信します。

東都生協の「産直」は、単に産地から商品を直接届ける「産地直送」ではありません。組合員と生産者がお互いに話し合い、築いてきた信頼関係をもとに、誰もが安心できる社会の実践に向けてつながる「産地直結」です。東都生協は、設立以来「産直」を理念に掲げ、活動の基軸に据えてきました。しかし、時流の変化とともに「産直」は一般名称となり、他との違いが分かり難くなっています。今回、こうした私たちの取り組み姿勢を的確に簡潔に伝えようと、その思いを整理して文章にまとめました。それがp.5に掲載したキーマッセージ「産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。」と、これに続く文(ステートメント)です。東都生協はこれから、このメッセージをさまざまな場面で伝え、対話を進めていきます。その大きな場面が、ホームページ(ウェブサイト)です。「続きはウェブで」という表現をよく耳にしますが、現代では何かを知りたい時、スマートフォンやパソコンなどを使い、インターネットで検索することが日常的になっています。このような環境に対応するため、東都生協のホームページは、2017年3月21日にリニューアルしました。ますます産地を組合員に近づけます!

東都生協はこれから、このメッセージをさまざまな場面で伝え、対話を進めていきます。その大きな場面が、ホームページ(ウェブサイト)です。「続きはウェブで」という表現をよく耳にしますが、現代では何かを知りたい時、スマートフォンやパソコンなどを使い、インターネットで検索することが日常的になっています。このような環境に対応するため、東都生協のホームページは、2017年3月21日にリニューアルしました。ますます産地を組合員に近づけます!

## リニューアルポイント

■トップページを、「組合員」向けと「組合員でない方」向けの2つに分けました。それぞれが求める情報にたどり着きやすくなりました。

■東都生協への理解・信頼を段階的に深めていただけるように、新しく4つのコンテンツを追加しました。\*p.7を参照

■パソコン、スマートフォン、タブレットの、どの端末からでも見やすくしました。



### 入り口はこちら

組合員ページ、非組合員ページの表示切り替えはこのボタンをクリック

↓組合員の場合はクリック  
資料請求 加入申し込み

↓非組合員の場合はクリック  
非組合員HOMEはこちら

組合員活動のを知りたいときはここをクリック



使いやすくなりました!

### パソコンでのトップページ画面



パソコン



タブレット

スマートフォン

昨年度の1～2センターが2～3産地と組む形から、2017年度は4センターが6～7産地とコラボレーションし、4グループで合計26産地を応援する体制に。より多くの組合員に産地の取り組みや商品を伝えていきます。産地直結の商品を組合員に提供しつつ、担い手を育成して安定した農業生産を維持していけるように、生産者、職員がいろいろ知恵を絞り、生産現場と供給現場の相互理解を深めなが

ら討議を進めました。供給車両に同乗した生産者からは、「組合員と話せる良い機会になった」「いかに商品が大切に届けられているのか分かった」との声があり、供給担当の職員からは「生産者が同乗することで産地のさまざまな話を聞いて勉強になった」との感想も。昨年度の取り組みで相互に良かった点は、今年度にも反映させていくことになりました。

## キックオフ会議に参加して —各コラボチームの紹介—

### Aグループ(4センター7生産者団体)

●足立センター ●八潮センター ●江戸川センター ●城西センター  
(南)山梨フルーツライン / (株)ファーマン(旧:北杜ベジファーム) / JAつべつ / (農)船橋農産物供給センター / (農)和郷園 / (農)埼玉西部産直グループ / 利根農民の会

#### 城西センター 原田直紀センター長

キックオフ会議を迎えるにあたり、事前に4センター長で打ち合わせを行いました。その結果、当日は毎月さまざまな企画(訪問・供給同乗・商品促進)を組み込み、年間スケジュールを短時間で決めることができました。



2017年度は各センター単独ではなく、より多くの組合員さんに新世代チャレンジプロジェクトの内容を伝えるために、4センターのチームで行動していきます。一企画一企画を大切に、実りある一年間にしたいと思います。

### Cグループ(4センター6生産者団体)

●入間センター ●国立センター ●八王子センター ●小平センター  
JAやさと / (農)さんぶ野菜ネットワーク / (南)匠瑛ジーピーセンター / 紀ノ川農協 / (農)ながさき南部生産組合 / (農)供給センター長崎

#### 国立センター 福田宏俊センター長

キックオフ会議の午後の部では、チームごとに分かれて話し合いをしました。年間計画の大枠もスムーズに決まり、私たちのグループのチームワークの良さ、今年度にかかる意気込みを強く感じられた有意義な会議となりました。また、組合員参加型の「新世代大交流会」開催実現に向け、組合員、生産者、職員の三者の思いを一つにして、ますます「産地直結」を確実に進めていくために、チャレンジしていきたいと考えています。



今年度の商品の利用促進と学習・交流の計画について、話し合いました。その内容と職員の意気込みを紹介いたします。

### Bグループ(4センター6生産者団体)

●練馬センター ●杉並センター ●大田センター ●粕谷センター  
(農)大矢野有機農産物供給センター / (農)多古町旬の味産直センター / (農)埼玉産直センター / 玉東グループ出荷組合 / (南)山形南陽のんのん倶楽部 / 千葉北部酪農協

#### 杉並センター 加藤健センター長

今年一年、組合員の皆さんに新世代チャレンジプロジェクトの取り組み内容とその意義を伝え、同時に作物・生産物と産地が持つ魅力も知っていただく企画を随時提供していきます。昨年の取り組みでは、「通常の企画でも買えるようにしてほしい」と、アンケートの声をいただくほど人気がありました。組合員の「いつまでも東都生協の取引産地であってほしい」の声を胸に、産地との連携を密に取り、コラボ商品をおすすめしていきます。



### Dグループ(4センター7生産者団体)

●世田谷センター ●調布センター ●横浜センター ●町田センター  
(農)房総食料センター / 京都産直センター / 奈良五條産直組合 / (南)どさんこ農産センター / (農)茨城県西産直センター / (株)野菜くらぶ / 北里大学八雲牧場

#### 調布センター 安藤真吾センター長

今回、新世代チャレンジプロジェクトが組合員の方に認知されていないのではないかと、実はまだまだ十分に伝えきれていないのではないかと結論に至りました。そこで、「Dグループの組合員の皆さん全員にセンターと産地のコラボ商品を一度は利用してもらおう」という結論になりました。組合員の皆さんには、今後1カ月に2回程度のペースで発行する新世代チャレンジプロジェクトのチラシを見ていただき、利用をお願いいたします!



## まとめ

「産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。」  
特集冒頭のこの言葉に、これからの東都生協が目指す姿を込めました。この言葉を実践した実例として今回は、組合員と生産者がもっと近くなるために充実させたホームページと、未来の「産地直結」を担う「新世代チャレンジプロジェクト」の意気込みを紹介しました。いずれも「顔が見える」以上の関係を育んでいくはず。産地直結の維持・発展は、生産者と組合員、職員の三者なくしてはあり

得ません。生産者カードもそうした取り組みの一つ。生産者は「おいしかった、という声はとても励みになる。時には厳しい意見に落ち込みもするが、改善のためには欠かせない声でもある。商品が良くない時こそ声を寄せてほしい」と話します。組合員は「食の未来づくり運動」で掲げる3つの行動を実践することで、「産地直結」を支えることができます。みんなで「いちばん頼れる生協」を目指して行動していきましょう。

### (農)大矢野有機農産物供給センターと練馬センターとのコラボレーション

冒頭、(農)大矢野有機農産物供給センター・松田浩二専務が、昨年の熊本地震(4/14～16)による被害状況と、まだ5割程度にとどまる復興状況を説明しました。規格外の「玉ねぎ」や震災被害を受けた生産者の「にんじん」、収穫の多かった柑橘「はるか」など、コラボしている練馬センターが産地支援企画として利用普及で協力したことについても報告。2016年度は組合員やセンター職員に同産地を理解してもらえたので、「この熱い絆が継続できるように互いに努力をしていきましょう」と締めました。



機械倉庫は全壊によりコンバインなども破損

練馬センター職員は、「コラボも2年目、本音で話し合いができた」と話します。昨年度のキックオフ会議(4/15)では支援一本で考え、産地だけではできないこと、あるいは私たちにできることは何かと考えました。「わけあり商品でも食べられる。捨てずに少しでも産地の利益になれば」との思いで利用促進を実施しました。規格外でも価値を見出して組合員に伝え続けた1年。「忙しかったけれどやりきった感がある。時間を効率よく使って進めていきたい」と語りました。

練馬センター限定企画  
大矢野にんじん



(農)大矢野有機農産物供給センターでの産地研修を実施

### (農)船橋農産物供給センターと小平センターとのコラボレーション

同産地職員の飯島拓也さんは、「新世代チャレンジプロジェクトへの参加は1年目。何をしたらいいか、どうしたらいいかわからない中、まず産地を知っていただくこと、さまざまなことに試みました」と、組合員が一番近い供給担当者への野菜の紹介、学習・交流会の開催について報告しました。

7月には、昨年のキックオフ会議の雑談で生まれた「新鮮なとうもろこしを味わっていただく」企画を実施。小平センターと(南)匠瑛ジーピーセンターが連携し、とうもろこしを早朝に収穫、匠瑛ジーピーセンター冷蔵車から小平センターに納品し、組合員へ新鮮な「朝穫りとうもろこし」をお届けした事例を紹介しました。

3月にも協力して試食交流会を開催。「自慢の野菜料理を組合員に味わっていただけた。アロマレッドという品種を使ったにんじんゼリーがとても好評で、商品をアピールできた」と語りました。



朝穫りとうもろこしの収穫

穫れたてのとうもろこし



試食交流会の様子



今年度も、新世代チャレンジプロジェクトキックオフ会議で、熱くスタート!

# 新しい世代が未来に続く 産直を創造する!

4月7日、「新世代チャレンジプロジェクト 産地・団体とのセンターコラボキックオフ会議」を開催し、若手生産者、職員、組合員82人が出席しました。午前の全体会議では生産者と職員から2016年度の取り組みを報告。午後は4グループに分かれ、商品の利用促進や学習・交流など2017年度の具体的な活動を検討。

産地と配送センターとのコラボレーションで、新世代チャレンジプロジェクトの取り組みをさらに組合員に浸透させ、利用につなげていくことを確認しました。



# MOGMOG ニュース

2017年 7・8月号

## 「商品政策基準等の学習会」～商品委員会ガイダンス～開催



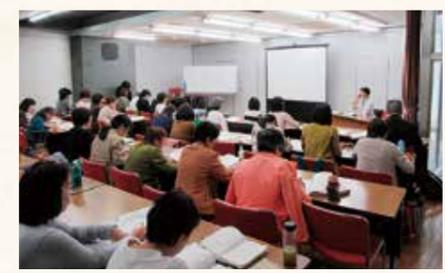
4月20日、さんばんすぎセンターにて「商品政策基準等の学習会」を開催しました。第1回商品委員会を開催する前に、各地域から選出された商品委員や理事と、新商品おしゃべり会のメンバー、地域コーディネーターに、東都生協の商品政策や基準、商品の安全性などについて学習し、活動に臨んでもらうことが目的です。

商品事業部・福田巨良部長からは、東都生協発足時から受け継がれている商品の考え方(総合政策や、畜産物、農産物、食品に対して決められている基準について説明。東都生協では「産直を「生産者と組合員の相互理解の上立った運動と事業」としています。産直農産物には五つの特徴があること、産直農産物として商品



商品事業部からは品ぞろえについて説明  
物として商品  
を提案する前提条件、管理  
農薬の管理と  
運用まで細かい  
基準が設けられてい  
るなどが語られました。

安全・品質管理部・新谷喜久夫部長からは、食品添加物表示ルールが変更される部分に多岐にわたる危険性について、トランス脂肪酸や焦げの部分を多く含まれているアクリルアミドなどの有害化学物質について解説。自然毒をはじめとする11項目の食品に関する危険性についても一つひとつ事例を挙げて説明しました。農薬については、「リスクがあるから排除する」のではなく、「リスクを理解し管理する」という東都生協の考え方を学習。産直農産物の栽培区分に自主基準を設けマークで表示していることなど基本的なことも、あらためて学びました。



安全・品質管理部長は情報判断について解説

参加者は、今後開催される商品委員会や新商品おしゃべり会などで学んだ知識を役立てて活動していきます。

## 作って楽しいスイーツパフェ



第4地域委員会は、3月18日、西東京市民会館で「スイーツパフェ」を銘打って「地域のつどい」を開催しました。楽しく地域の活動を紹介し交流できるようにとスイーツ体験も行いました。

参加者の自己紹介の後、第1次議案書「私たちの東都生協」で東都生協全体の1年間の活動を紹介。第4地域の組合員活動紹介も加え、東都生協についての理解をさらに深めました。その後、「スイーツCafe」が開店!各テーブルに配られたアイスクリームやプリンなどのお菓子でパフェ作りに挑戦。各自創意工夫を凝らし、ロングカップにトッピング。周りから見比べては歓声が…。スイーツ効果で地域の人のおしゃべりも弾み、活動についての意見や要望も話せ、いろいろな商品に出会えた楽しいひとときとなりました。

## ～ちょっと一息～ コーヒータイム



四谷ブロック委員会は4月19日、小川珈琲から伊久見菜穂さんを講師に迎え、ハンドドリップを使ったおいしいコーヒーの入れ方教室を開催しました。コーヒーは、生産年、生産国によって味や収穫量が異なるため、同社は独自の基準で生豆を選び、焙煎・ブレンドを行っています。おいしく入れるために計量からお湯の温度、注ぎ方まで妥協は許しません。講師の手元を参加者全員が真剣に見入る姿が印象的でした。この日は7種のコーヒーを試飲。春を感じる試食品とともに、入れたてのコーヒーを味わう楽しい交流会になりました。「入れ方一つでこんなにおいしくなるなんて」「楽しい企画!次回もぜひ」といううれしい声も聞かれました。フェアトレード商品も紹介。栽培する人も飲む人もみんなが幸せになれるならステキですね。

## 「ハッハッハッ」と笑ってエクササイズ



4月20日、さんばんすぎセンターで第6地域の「世田谷笑いヨガサークル」が行った笑いヨガ(ラフターヨガ)は、1995年インドの医師によって考案され世界各国に広がり、日本にも紹介されました。東都人材バンク講師の坂戸由香さん主催の企画に参加した組合員の声で、坂戸さんを講師に迎えたサークルが発足。レッスンでは腹式呼吸で息を吸ったり吐いたり動作をしながら、「ハッハッハッ」と笑います。最初は作り笑いでも、笑いながら動き回っているうちに本物の笑いに変わっていきます。笑うことで多くの酸素を体内に取り入れるため、体に良いホルモンが出て気持ちも体も爽快になってきます。日頃めったに声を出して笑う機会がない参加者は、「声にだして笑うスッキリ感」と、リラックスできる空間を味わえましたと賞賛していました。

## 新茶の季節を五感で満喫! 第41回お茶摘み交流会

何人と農・自然をつなぐ会主催で4月22日～23日、お茶摘み交流会が行われました。この交流会は、同産地代表の杵塚敏明さんが41年前から毎年開催しているもので、東都生協の組合員をはじめ、国内外から約80人の参加者が新茶の茶畑に集いました。

お茶摘みやお茶の手もみ体験のほか、山菜料理や新茶の天ぷら、炊き込みご飯、猪飯、手作りこんにやく、鶏絞め、餅つきなど、おとなも子どもも楽しめる体験が盛りだくさんの2日間。地元の名産を堪能し、生産者と消費者が共に食へ、語り合う…生産者と消費者のつながりと命の大切さが実感できた交流会となりました。

今年、食の裏側を学ぶ機会として、農民生産者分析センター所長の



貴重な新芽のお茶摘み体験

### 知っておきたい!! 用語解説

#### 何人と農・自然をつなぐ会

生産者と消費者、一緒に安心・安全なお茶を作りたい、と1976年に杵塚敏明代表が「無農薬茶の会」を発足し今に至ります。完全無農薬、有機栽培で「やぶきたみどり」などのお茶を生産、毎年一般参加者を募って「お茶摘み交流会」を行なっています。



特別講演講師の八田純人さん

べ物を手に入れ、豊かな食卓を囲むことができている私たちですが、効率や経済性を重視した食料供給の仕組みをちょっとのぞいてみると「豊かさとは何?」とあらためて考えさせられます。生命の営みとそのつながりの尊さ、大切さを考える時間を共有することができました。

参加者からは、「お茶は心の持ちようで味が変わること、これからはゆったりとした気持ちで入れたい」「八田さんの講演や皆さんの話を聞いて、もっと食に気をつけていきたい」と思った「大好きなお茶がどのように育っているのかわかることができ、良かった」など、たくさんの方の感想が寄せられました。



三分つき玄米のもち米で餅つき体験

## Pick up! 親子カフェでママの添加物学習会

5月18日、第8地域委員会は親子カフェWithCoで、安全・品質管理部の新谷喜久夫部長を講師に「ママの添加物学習会～食の安全について考えよう～」を開催。新たな仲間づくりも考え、会場は多摩センター駅近くで地域の子連れの方が中心に訪れるスペースに設置。食の安全に関心のあるママたちやプレママなどが集まり、真剣に

話に耳を傾けました。まず避けるべきはたばこやカビ毒、食中毒という話に始まり、最後の質疑応答では牛乳が日本人に足りないカルシウムの吸収に優れた食品であることを説明。「科学的な根拠を理解した上で、食べ物を選ぶことが大切と納得した」と参加者の声。ママたちは、子どもと一緒に遊ばせながら安心して食べ物の大切さや、東都生協の取り組みを知ることができました。





A~Eの順に並べてできる言葉は。

ヒント：火を使わずでできる短時間の一品。

1		7	9	
E		B		
2	5			
3			10	11
	6	8		
		D		
4		A		C

タテのカギ

- ① 運動会でも行進します。〇〇〇隊
- ⑤ これを切り詰めると、痩せるかも?
- ⑦ トンボの幼虫
- ⑧ 繁殖期には舞います。〇〇のひと声
- ⑨ 遠くの方まで見えること
- ⑪ 卸売りを業とする店

ヨコのカギ

- ② 手先を使ってする作業
- ③ 社会や人のために役に立つこと。貢献
- ④ マガモを飼う慣らして作られた家禽
- ⑥ 縮めたり伸ばしたりすること。〇〇〇〇運動
- ⑦ 暗い夜。月の出ない夜
- ⑩ 耳に届いて聞こえるもの。大きい〇〇に驚く

正解者から抽選で、10人の方に  
図書カードをプレゼント。

発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。



はがきを書いて送ってね。

- クイズのこたえ
- 住所/氏名(お子さんの場合、年齢・学年) / 組合員コード
- すいかに塩は振りますか? すいかのおススメの食べ方、思い出はありますか?
- 「食の未来づくり運動」(p.16)のために「私にできること」はありますか?
- 特集やその他の記事へのコメントや感想、イラストなど、なんでもどうぞ!

※おたよりや個人情報は、「MOGMOG」でご紹介する場合がありますが、編集目的以外での使用はいたしません。  
※おたよりへの個別回答は行っておりません。

6月号の答えは、  
「ニコウバイ」だよ!

締め切りは  
7月26日(水)の  
消印まで有効。

あて先 〒156-0055 世田谷区船橋5-28-6  
吉崎ビル4階 「MOGMOG」係

Q「甘酒」の少量パックで12本や24本の規格を  
お願ひください。

A「甘酒」はテレビ報道の影響で需要が拡大  
し、一部商品は生産が追いつかない状況です。  
品ぞろえについては、ブームが落ち着き、メー  
カーの生産体制が平常に戻った時点で検討し  
ます。

③ 吸水時間の短縮と白米と同じ食感を求める  
場合は「金芽ロウカット玄米」、GABA成  
分の摂取を求める  
場合は「発芽玄米」な  
ど、それぞれの特徴  
と照らし合わせて  
ご利用ください。



炭水化物74.3g、カルシウム9mg、マグネシ  
ウム10mg、鉄2.1mg。※栄養成分(日本食品標準  
成分表2015年7訂より)炊いた場合は、約2  
倍の水を加えるため上記の約半分の数値で  
す。「金芽ロウカット玄米」「発芽玄米」「玄  
米」いずれも栄養成分はほぼ同じ数値にな  
ります。

②「玄米」と「発芽玄米」の栄養価では、GABAを  
多く含む発芽玄米の方が優れているものと考  
えられますが、GABA含有量以外の栄養成  
分はほぼ同じです。玄米100g当たりの熱  
量は353kcal(栄養成分:たんぱく質6.8g、

●「発芽玄米」は玄米の胚芽部分を発芽させたも  
ので、発芽胚芽にはGABA成分が豊富に含  
まれ栄養的にも優れています。GABA、ガン  
マアミノ酪酸は、脳内の血流を活発にし、酸  
素供給量を増やし、脳細胞の代謝機能を高め  
る働きがあることが分かっています。

①特徴  
●「金芽ロウカット玄米」は新しい精米技術によ  
り玄米の表面の薄い皮膜「ロウ」をカットして  
水分吸収を良くし、通常6〜8時間必要な  
吸水時間を1時間に短縮しました。炊飯時  
にはお米が膨張するため、白米と同様の軟  
らかい食感です。

Q「いわしの生姜煮」の味付けが濃いので  
は?塩分控えめを望みます。

A 貴重なご意見を  
ありがとうございます。  
世の中の健康志向・  
嗜好性の変化に合わ  
せて、商品事業部内  
でも検査・点検を実施し、メーカーへの改善要  
望や、塩分が少ない商品の開発などを進めて  
います。「いわしの生姜煮」についても取引先に  
伝え、今後の商品開発やリニューアル時の参考  
とするように申し入れました。今後も食味・品  
質向上に努めます。

Q「夕食宅配の「国産応援ご膳」は、2食以上注  
文しても割引がないのはどうしてですか。お  
金が続かないので「お弁当コース」に変更しま  
したが、油が良くないのか温めたとき変な臭  
いがしてしまいます。

A「国産応援ご膳」は  
肉・野菜を国産に指定し  
ているため原料価格が  
高く、「お弁当コース」  
「おかずコース」と比べ  
ると、卸値で約1.4倍  
になっています。必要  
ストを含めると税抜価  
格で800円を超えま  
すが、多くの方が利用できるように、1食利用  
する方も週3日利用する方も全て割引価格で  
ご提供しています。「国産応援ご膳」は現在20%  
近くの方のご利用があり、今後さらに利用が増  
えれば価格を下げることも考えられますが、す  
ぐには厳しい状況です。

また、「お弁当コース」「おかずコース」とも指  
定原料以外は製造工場、工程、調味料など全て  
「国産応援ご膳」と同じ、油も同じです。大きく  
食味が落ちているという認識はありません。臭  
いはその日の献立にもよると思われますが、お  
気付きの点があればお申し出ください。ご意見  
を参考に、今後もより良い夕食宅配となるよう  
に努力していきます。

Q「トイレットペーパー」の長さの規格がバラ  
バラで、価格の比較ができないので、考えてほ  
うです。

A 東都生協では資源の再利用・省資源を考  
え、家庭紙類(トイレットペーパー・ティッシュ  
ペーパー・キッチンペーパーなどは、再生紙製  
品を中心に取り扱っています。一方、柔らかい紙  
質・カラー・プリント・香り付きのご要望もあ  
り、パーシマルパルプ製品をはじめ、さまざま  
製品をご用意しています。  
長さについても、シングル巻き、ダブル巻き、  
トリプル巻きなど商品仕様により、長さや価格  
が異なります。商品案内では商品についての仕  
様を可能な限りお伝えしていますが、このたび  
のご意見を真摯に受け止め、なおいつその努力  
を払っていきます。



Q「夕食宅配の「国産応援ご膳」は、2食以上注  
文しても割引がないのはどうしてですか。お  
金が続かないので「お弁当コース」に変更しま  
したが、油が良くないのか温めたとき変な臭  
いがしてしまいます。

A「国産応援ご膳」は  
肉・野菜を国産に指定し  
ているため原料価格が  
高く、「お弁当コース」  
「おかずコース」と比べ  
ると、卸値で約1.4倍  
になっています。必要  
ストを含めると税抜価  
格で800円を超えま  
すが、多くの方が利用できるように、1食利用  
する方も週3日利用する方も全て割引価格で  
ご提供しています。「国産応援ご膳」は現在20%  
近くの方のご利用があり、今後さらに利用が増  
えれば価格を下げることも考えられますが、す  
ぐには厳しい状況です。

また、「お弁当コース」「おかずコース」とも指  
定原料以外は製造工場、工程、調味料など全て  
「国産応援ご膳」と同じ、油も同じです。大きく  
食味が落ちているという認識はありません。臭  
いはその日の献立にもよると思われますが、お  
気付きの点があればお申し出ください。ご意見  
を参考に、今後もより良い夕食宅配となるよう  
に努力していきます。

Q「トイレットペーパー」の長さの規格がバラ  
バラで、価格の比較ができないので、考えてほ  
うです。

A 東都生協では資源の再利用・省資源を考  
え、家庭紙類(トイレットペーパー・ティッシュ  
ペーパー・キッチンペーパーなどは、再生紙製  
品を中心に取り扱っています。一方、柔らかい紙  
質・カラー・プリント・香り付きのご要望もあ  
り、パーシマルパルプ製品をはじめ、さまざま  
製品をご用意しています。  
長さについても、シングル巻き、ダブル巻き、  
トリプル巻きなど商品仕様により、長さや価格  
が異なります。商品案内では商品についての仕  
様を可能な限りお伝えしていますが、このたび  
のご意見を真摯に受け止め、なおいつその努力  
を払っていきます。

また、「お弁当コース」「おかずコース」とも指  
定原料以外は製造工場、工程、調味料など全て  
「国産応援ご膳」と同じ、油も同じです。大きく  
食味が落ちているという認識はありません。臭  
いはその日の献立にもよると思われますが、お  
気付きの点があればお申し出ください。ご意見  
を参考に、今後もより良い夕食宅配となるよう  
に努力していきます。



- こだわりの食べ方
- 好きなお茶の種類はなんですか?  
飲む以外にお茶を利用していますか?
- 緑茶が好き。余ったらポットに入れ洗顔用にします。ツルツルして「しみ」が出ず、90過ぎにすればきれいと言われます。  
国上市 中村早苗
  - 知覧茶が好き。天ぶらの衣に入れたり、細かくしてお好み焼きにかけたりします。  
練馬区 高橋牧子
  - 紅茶が好き。使用後のコーヒー豆は乾かして、お皿に入れて部屋の香りに!  
横浜市 有光美和
  - ほうじ茶が好き。茶殻は庭の草花の肥料にします。緑茶の茶殻もコーヒー豆のかす同様、消臭になると知りました。  
多摩市 杉浦和
  - 緑茶と玄米茶が好き。豚肉のかたまりを煮る時、紅茶のティーバックを入れると柔らかくなります。  
立川市 今野順子

- クイズ応募はがきで見つけた、コメント紹介
- 最近、冷蔵豚肉にはまっています。色が良く、ふっくらしていてとてもおいしいです。  
清瀬市 馬場有子
  - 生産者カードに載っているレシピはどれも間違いなくおいしいです。いつも楽しみで作っています!  
府中市 高梨洋子
  - 「わたしのこだわり」商品は、注文時に必ず1品以上は購入するように心掛けています。  
荒川区 佐々木寿江
  - 友人に商品をお知らせしています。まだ加入して3年目ですが、いつも楽しみにしています。  
町田市 鈴木修子
  - 野菜は農業無散布のものをできるだけ買いたいと思っているので、東都生協を利用しています。  
世田谷区 浅田千恵子
  - 野菜は東都生協です。最初、にんじんの匂いに産直の良さを実感しました。購入することで応援します!  
中野区 本間美由紀
  - 5月号の歯と口の健康の特集にあった、ツボのマッサージを実行しました。とても気持ちいいですね。  
足立区 須藤悦子
  - 5月号を読んで、歯ブラシの大切さを再認識。子どもたちにしっかりと伝えたい!  
武蔵野市 小島暁子
  - 『MOGMOG』で紹介する料理、もっと増えると嬉しいです。  
相模原市 大谷友子
  - 簡単なレシピ(料理)をどんどん載せて欲しいです。目新しいメニューをどんどん作ってみたいです。  
板橋区 大野紀子





### 4月のわたしたち

2017年4月20日現在 ※[ ]内は前年比

組合員数	236,812人	[101.8%]
加入	1,785人	[104.6%]
脱退	1,196人	[106.7%]
総事業高	2,705,993千円	[100.2%]
共同購入事業	2,588,982千円	
弁当配食事業	21,455千円	
生活文化事業	30,257千円	
生活支援事業	982千円	
その他事業	64,317千円	
出資金	6,720,412千円	[99.7%]
一人あたりの出資金	28,379円	[97.7%]

今後の理事会日程 (予定)

7月20日(木)、  
8月24日(木)、  
9月21日(木)

- ＜2016年度第12回定例理事会2017年4月13日＞
- 第43回通常総代会議案書確認の件
  - 農業学校米 応援金積み込みの件
  - 組合員管理理事を除く全体区理事候補者推薦の件
  - 報告事項
  - 商品活動関連報告
  - 組合活動委員会報告
  - 第3回総代会議の開催に関する件
  - 私たちの願いの件
  - 第9次中期計画アクションプラン進捗状況報告の件
  - 第43回通常総代会議案書の別冊資料確認の件
  - 2016年度監事推薦委員の推薦結果報告の件

## インフォメーション

### 理事会報告 (抜粋)

## 第43回通常総代会を開催、全議案を可決

6月15日、第43回通常総代会をハイアットリージェンシー東京(新宿)で開催、全議案が可決されました。

総代会は、決算や予算、事業計画など重要事項を決める最高意思決定機関です。東都生協23万組合員を代表する総代が、昨年12月から3回にわたる総代会議を経て当日に臨みました。当日は、総代595人中、書面、代理人による出席を含めて578人が出席。はじめに風間専務理事より2016年度まとめと2017年度の計画などを提案。続いて10人の総代が発言し、理事会が説明。活発な審議の結果、全議案が可決されました。役員選挙では、候補者が選挙区の定数を超えていないため全員が当選しました。

2017年度は第9次中期計画の中間期として、組合員の要求・要望に正面から応え、暮らしに貢献できる事業への改革を進めます。持続可能な社会に向けた食の未来づくり運動を通じて生産者との連携を強化し、東都生協ならではの商品・サービスを提供していきます。活動参加や助け合いの活動を広げ、食や暮らしの問題を解決し地域社会に貢献していけるように組合員活動と業務組織が連携していきます。(詳細は9月号でご紹介します)

採決結果	議案件名	結果
第1号議案	2016年度活動・事業報告承認の件	過半数の賛成により可決
第2号議案	2017年度活動・事業計画承認の件	過半数の賛成により可決
第3号議案	組合員除名の件	3分の2以上の賛成により可決
第4号議案	役員選挙の件	役員候補者が定数内のため全員が当選
第5号議案	役員制度改正に伴う役員退職慰労金支給の件	過半数の賛成により可決
第6号議案	役員報酬の上限額確認の件	過半数の賛成により可決

※第3号議案は出席総代の2/3以上、それ以外の議案は過半数の賛成で可決となります

### 編集後記

小さいころ、夏休みになると田舎の祖母は、井戸水で冷やしたすいかを用意して、帰省してくる家族たちを心待ちにしていました。当時は、大勢のいとこたちと争うようにすいかを食べたので、どんな大きなすいかもあっという間になくなったことを、いまだに覚えています。今は、どの家も核家族になり、食べきれない、冷蔵庫に入らないと大玉すいかは敬遠されがちですが、それでもあの甘くてシャキシャキとした食感は夏には欠かせない食べ物です。わが家では大玉すいかが届くとその場で包丁を入れ、友達とシェアしています。多少大きい、小さいがあっても文句なし。そして次の週も同じようにして匂いのものをおいしくいただきます。二十四節気の中で、7月は小暑(暑さが本格的になる)、大暑(もっとも暑いとされる)となり、これから暑さも本番を迎えます。健康に注意し、冷房だけに頼らず、匂いのものを食べて水分をしっかりと取って、夏を満喫してください。(Y.K.)

## 食の安全お役立ち情報

### おしえて! 新谷さん



#### 食品の寄生虫について

【生鮮魚介類】  
食品の寄生虫というと、まず頭に浮かぶのが、生鮮魚介類に寄生するアニサキスでしょう。アニサキスは半透明白色の20～30mm程度の細長い寄生虫で、鮮魚(特にサバ、サケ、スルメイカ、イワシ、サンマなど)の内臓や筋肉中で渦巻状に丸まっている状態で見つかる場合があります。

これらの魚種でも、養殖魚にはアニサキスの寄生がほとんど認められていません。また、アニサキスは生きたまま摂取しても人の体内では通常成虫になれず、そのまま排泄されます。しかし、まれに人の胃や腸壁に侵入してアニサキス症(食中毒)を発症します。多くの場合、摂取8時間以内に主に激しい腹痛を起こし、吐き気、おう吐、じんましんなどの症状を伴うこともあります。この場合は、医師の診断を受けてください。

【肉類】  
では、肉はどうでしょうか? 牛肉では、無鉤条虫が寄生している場合があります。国産牛肉では心配する必要はありませんが、輸入の冷蔵牛肉や輸入仔牛を国内で肥育した牛肉では、刺身、

牛たたき、レアステーキなど、「加熱が不十分なもの」への注意が必要です。肉に寄生している幼虫(囊虫)の大きさは8mm×5mmほどですが、人の腸管内で成虫まで成長した場合、数メートルという長さになります。ただし症状は軽く、切れた虫体の片節が排便時に排出されることで腹痛、悪心、食欲不振などを発症する場合もあれば、無症状の場合もあります。

注意が必要な肉は、豚肉やイノシシ肉です。これらの肉には有鉤条虫が寄生している場合があります。幼虫は8mm×4mm程度の大きさですが、人の腸管内で成長した場合、やはり数メートルにまでなり、成虫が小腸に寄生すると腹痛、下痢、嘔吐などを起こす場合があります。また幼虫が皮下、筋肉、脳、肺などに寄生した場合は、囊虫症と呼び、失明、けいれんなどの重大な障害が発症することがあります。

●予防●  
牛肉・豚肉・イノシシ肉の予防策は、魚介類の寄生虫と同様に加熱調理が最も効果的です。凍結も効果的ですが、凍結ではサルモネラや腸管出血性大腸菌O157などの食中毒細菌は死滅しませんので、凍結された肉の生食は、この点からもリスクが高いといえます。

たとえ凍結されていても、豚肉・豚内臓の生食は食品衛生法で禁止されています。牛肉についても肝臓(レバー)の生食は禁止されています。

なお、有鉤条虫も無鉤条虫も成虫は「サナダムシ」と呼ばれる寄生虫で、衛生レベルが向上した現在では過去のものでしたが、近年の肉の生食(加熱不足)やジビエ(野生鳥獣肉)料理での刺身や加熱不足調理により、再び問題視されるようになってきました。

いずれにしても、肉刺身、肉たたき、レアステーキを食べる場合は、一定のリスクがあることを理解し、凍結の有無や信頼できる原料素材であるかなどを確認する必要があります。特に、高齢者や小児・幼児の生食は、より十分な配慮が求められます。



〈安全・品質管理部 部長 新谷喜久夫〉

## 今こそ、約束しよう 戦争のない未来を

### 第14回 東都生協平和のつどい

日時 **8月3日(木)正午～午後4時20分**  
会場 **文京シビックホール 小ホール**

東都生協平和のつどいは、次世代に歴史の事実を伝え、平和の大切さを学ぶ機会として毎年夏に開催しています。



今年は核兵器廃絶を願い、東友会の被爆者の証言とともに「核兵器廃絶国際署名」への思いをお聴きします。

◆ステージ(午後0時50分～午後3時55分) 東友会の被爆証言  
◆展示・体験コーナー 「原爆と人間」パネル展示 折り鶴・ハートのストラップ作り 平和のメッセージ

〒112-0003 東京都文京区春日1-16-21 文京シビックセンター内

●交通アクセス  
東京メトロ丸ノ内線・南北線「後楽園」駅【直結】  
都営三田線・大江戸線「春日」駅【直結】  
http://bunkyo Civic Hall.jp/access/

※キャンセル、チケットの紛失への対応はできません。  
※問い合わせは、東都生協組織運営部まで  
※「東都生協平和のつどい」は組合員の皆さんからの募金を活用して開催しています。

チケット  
※チケットは電話またはEメールでお申し込みください。  
申し込み期限:**7月21日(金)**まで  
当日受付で代金を支払い、受け取ってください。  
※当日券も販売しますが、事前申し込みを優先します。

大人……………**500円**  
高校生以下………**無料**

問い合わせ: 東都生協 組織運営部  
(月～金: 午前9時～午後4時)  
☎03-5374-4756





# 食の未来づくり運動

私の宣言

あなたに「できること」を宣言しましょう!

はがきを書いて『MOGMOG 私の宣言』係へ!

**行動目標1**

食費の5割以上は東都生協の商品を利用し、食卓から日本の農業を応援しよう

**行動目標2**

年に1度は、生産者との交流や生産を支援する取り組みに参加しよう

**行動目標3**

1人が5人に地域で「食の未来づくり運動」を伝え、その輪を広げよう



## 新世代チャレンジプロジェクト 若手生産者インタビュー

### —生産者にお話を聞きました。



#### Aグループ



**JAつべつ**  
中山 和彦さん、堂藤 勲さん

**生産品目:**じゃがいも、玉ねぎ  
じゃがいもは種類にもよりますが、ホクホク感があり、どんな料理にもピッタリ。玉ねぎは火を通すと甘みが増すため、火を通す料理向き。

#### おすすめの食べ方

《ソウルフードのおやつ、いも団子!》  
熱々のじゃがいもと同量の片栗粉を混ぜて練り、フライパンで焼く。砂糖しょうゆなどのタレは家庭の味。

見た目には分らず、傷んだ商品を組合員さんに届けてしまったときは生産者カードで厳しい声が届きますが、ありがたく受け止めています。(中山さん) 家業を継ぐことが当たり前だと思っていました。師匠の父には理想的には負けていけないけれど、経験値では全くかきません。台風などでは露地物は命取りです。1年手掛けてきたものがパーになってしまうことも。そんな時の父の判断力はすごいです。(堂藤さん)

#### Bグループ



**玉東グループ出荷組合**  
坂本 泰隆さん

**生産品目:**にんにく  
糖度が30度以上あるため普通のにんにくよりも味が濃く、甘みや匂いが強い品種。

#### おすすめの食べ方

《にんにくの蒸し焼き風》  
にんにくをラップで包んでレンジで2分!



やりがいを感じ農業の道へ進みました。父、母、弟とにんにくを生産しています。まだ父には知識と人脈ではかきませんが、東都生協の産直は買ってもらった人の顔が分かり、生産者カードを通じて信頼関係が築けると感じています。年末の、ウラジロ、ユズリハ、葉みかんのセットにカードを付け、返事を見て来年も頑張ろうと思いました。これからも、おしいかったときも、そうでないときも、声を寄せてください。

#### Cグループ

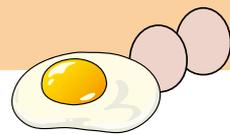


**JAやさと**  
野村 禪さん

**生産品目:**平飼いたまご  
鶏の品種は飼いやすい穏やかな性質が特長の輸入種、ボリスブラウンと国産種のもみじ。餌は、夏はカロリーの高い魚粉を多くし、冬はカロリーを抑えるため米ぬかなどを増加。季節の変わり目には餌にガーリックパウダーを配合します。

#### お好みの食べ方

(うーんと考えて)「目玉焼き、半熟の!」



5年間流通や精肉店などに勤めて感じたのは、国産よりも安い輸入品を売らなければならないということでした。そこで家業の農業を継ぎたいと思うように…。当初、私の決意に父は反対しましたが、農業に従事して本当に良かった。現在は、同世代の従業員5人と餌のプロ、ひなのプロと連携して平飼いたまごを生産しています。

#### Dグループ



**株野菜くらぶ**  
濱田 陽さん(職員)

**生産品目:**小松菜、レタス  
小松菜は後味にちよびり苦みを感じますが、夏の小松菜は甘みが強くさわやかな味。

#### おすすめの食べ方

《はちみつと粒マスタードのゆで小松菜和え》  
サツと茹で、水にさらし絞った小松菜を3cmに切り、はちみつと粒マスタードで和える。  
《レタスの豆乳スープ》  
お鍋の水が沸騰したら、コンソメと豆乳を加え、温まったらレタスを入れる。



生産者カードを通じて組合員さんから「おいしい」と声をいただいた時はとてもうれしくなります。組合員さんからの意見は、日常の作業や野菜の作付時などの参考にしています。カードをファイリングしている生産者もいて、地元の生産者交流の時にお互い見せ合って自慢の種にしています。物づくりとは、生産物の成長過程を自分だけが見ることができ、それが農業の強みだと感じています。

**私の宣言** 若手生産者を応援する『新世代チャレンジプロジェクト』を多くの人に広めます。

『MOGMOG』機関誌 東都生協だより  
第414号 2017年7月10日発行  
発行人/庭野吉也 編集責任/東都生協だより編集委員会  
ホームページアドレス www.tohto-coop.or.jp

今月の表紙

夏といえば、すいか! 英語でwatermelonというように、水分たっぷりのすいかは暑い日の水分補給にぴったり。江戸時代には「水瓜」とも書かれていたそうです。現在は「西瓜」と書きますが、これは中国の西の方から伝わった瓜という意味からきているのだそうですよ。

お問い合わせ 組織運営部  
☎ 03(5374)4756  
月曜～金曜：午前9時～午後4時  
E-mail: kumikatsu@tohto.coop  
〒156-0055 東京都世田谷区船橋5-28-6 吉崎ビル4階

産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。

