

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2022  
No.457



# 5

今月の  
産地

北軽井沢産直の会

家族を  
守る

# 「マイ・タイムライン」 を作ろう!

— いのちを守るために「知る」「気づく」「考える」自分の防災行動計画! —

産地直轄ひとすじ、いちばん信頼する生協に。

産直の東都生協



① 広大な高原キャベツ畑 ② 生産者の清水さんご夫妻  
③ 生産者の山崎さん ④ 生産者の佐藤さん  
⑤ 真空予冷庫

### 水管理、除草、消毒には細心の注意を

そして、収穫適期に収穫！

# 夏 冷涼なる浅間山麓から 届く美味なるキャベツ

夏でも涼しい環境によりみずみずしく、昼夜の寒暖差により甘く、ミネラルに富んだ水はけの良い土壌のおかげでやわらかく育つ高原キャベツ。

4月ごろに植え付けを始め、6月下旬から順次収穫が行われます。その間、水管理、除草作業、消毒は欠かせませんが、除草剤や消毒については使用量に細心の注意を払い、減らせるものは減らすなどの努力をしています。

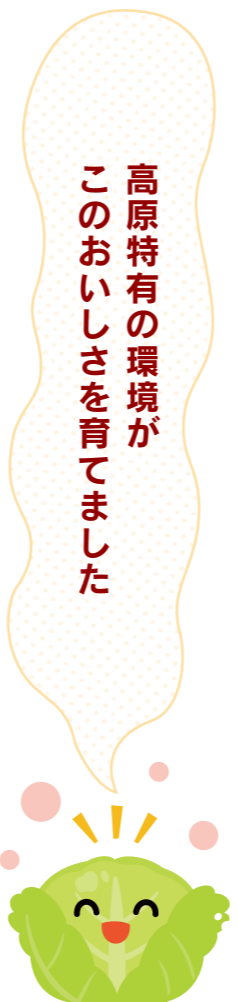
収穫時期は、午前中に収穫したキャベツを午後1時ごろまでに集荷場に運び2時ごろから真空予冷にかけ、3時ごろから晩冷蔵庫に保管します。翌朝は午前10時ごろに出庫してトラックに積載、午後1時〜3時には東京都生協のセットセンターに到着します。

品種は、作付けから収穫までの気候や畑の特性に合わせて選定しています。7月ごろは春先の寒い時期を乗り越えた葉肉がやわらかく食味の良い「初恋」が多く、8月ごろは「愛輝」、9月ごろには病害虫に強く、厳しい気候になっても巻きがしっかりしていておいしい「青琳」と、収穫適期が長いので、気候条件で作柄が前後した場合でも良い状態のキャベツをお届けできます。

「時期に合わせた品種選び、そして、収穫適期に収穫を大切にしていることが、おいしさや味に反映されていると自負しています」  
(北軽井沢産直の会 会長 小林三男)

北軽井沢産直の会 農産物ラインアップ		
	企画時期	味わい・特徴
高原キャベツ	6月下旬~9月下旬	みずみずしく、甘く、やわらかい
高原レタス	6月上旬~9月上旬	ふんわりシャキシャキ 味わい深い
高原サニーレタス	6月中旬~9月下旬	ほのかな苦みがうまい
高原とうもろこし	8月上旬~9月上旬	甘みがのっています!
ズッキーニ	7月上旬~9月下旬	カリウムやβカロテン豊富!

「これからも良品を作り、組合員の皆さんに良い物を食べていただきたいと思っています。また、北軽井沢にはキャベツだけでなく、レタス類やとうもろこし、ズッキーニなど、魅力的な商品がたくさんありますので、よろしくお願ひいたします!」  
(北軽井沢産直の会、生産者一同)



## 今月の産地 北軽井沢産直の会

### おいしい高原野菜の産地「北軽井沢産直の会」

北軽井沢産直の会は、群馬県北西部・浅間山麓の標高900mから1,200mに位置する広大な高原地域にあります。緑に囲まれた風光明媚な地域で、夏でも冷涼な気候と昼夜の寒暖差を生かして、おいしい高原野菜を作っています。

同会と東都生協との産直がスタートして、はや35年。産地では厳しい農業基準に沿った栽培、土づくりについて試行錯誤を続けながら、安全・安心な野菜を届けるために頑張っています。現在は新型コロナウイルス感染症の影響で休止中ですが、組合員との産地交流や、東都生協の職員を招いての収穫体験など、さまざまな交流活動も盛んに行われてきました。

### 土づくりから、収穫後の鮮度までこだわっています

北軽井沢産直の会は、火山灰質の黒ボク土\*の土壌に堆肥を中心とした土づくりを行い、高い地力を持った畑で作物を育てています。化学肥料や化学合成農薬を減らす取り組みにも熱心で、なるべく自然のままに生産することを心掛けています。また、JAの野菜集荷施設には真空予冷施設がありますが、ここで真空予冷して芯温を5℃にしてから冷蔵庫へ入れるなど、収穫後の鮮度についても大変こだわっています。

\*黒ボク土：火山灰と腐植で構成され、有機物が多く高原野菜栽培に適している

### 冬の厳寒期は、翌年に向けた研鑽を

「降雪量が多く、冬場は氷点下になる産地なので、畑での生産や作業は困難になります。この時期は生産について振り返り、次年に向けた学習などを行ったり、別の地域に働きに行く人もいます。生産者によって多少違いはありますが、翌年に向けた作業や取り組みは欠かしません。みんな『安全・安心は当たり前、お客さまの喜ぶ笑顔を見てみたい!』をスローガンに、それぞれの技術の研鑽に励んでいます」(キャベツ部会代表 下田繁一さん)



みずみずしく、甘く、やわらかい



高原キャベツ  
参考価格：198円(税込213円)  
企画：6月5日

旬のレシピ



キャベツの上手な保存法

キャベツは保湿が大事です。保存方法としては、芯が残っていると水分・養分を吸収してしまうので、まずくり抜くこと。その後抜いた所が乾燥しないよう、ぬれたキッチンペーパーなどを入れておくと長持ちします。



キャベツたっぷり蒸し焼きそば

材料(1人分)

- キャベツ.....2枚
- 玉ねぎ.....1/8玉
- にんじん.....1/5本
- ウインナー.....3本
- 焼きそば麺.....1玉
- A (ウスターソース・お好み焼きソース各大さじ1、こしょう少々)

作り方

- キャベツは洗ってざく切り(水気はそのままOK)、玉ねぎは薄切り、にんじんは短冊切り、ウインナーは斜め切りする。
  - 耐熱性のボウルに(1)を入れてラップし、電子レンジ(600W)で2分加熱する。
  - (2)のボウルの具材の下に焼きそば麺を入れて(野菜から出た水分を利用)ラップし、電子レンジ(600W)で2分加熱したら、Aを加えてかき混ぜる。
- ※油を使わないのであっさり味ですが、野菜のうま味が出た水分で焼きそばを加熱するのでおいしさたっぷり!

**Attention, please!!**  
[アテンション・プリーズ]

キャベツはお好きですか?  
生の千切り、炒める、煮るetc.おすすめ調理法は?  
P.9のパズルの答えと一緒に送ってくださいね。

もう一品 おすすめ メニュー

キャベツのミルフィーユ焼き

材料(1人分)

- キャベツの葉.....7枚
- 玉ねぎ.....1/4玉
- 豚ひき肉.....300g
- とろけるピザ用チーズ.....30g
- A (卵1個、パン粉大さじ2、しょうがすりおろし1片分、塩・黒こしょう少々、薄力粉適宜)

作り方

- キャベツはざっとゆでて、キッチンペーパーで水気を軽く拭いておく。
- 玉ねぎはみじん切りにして豚ひき肉に加え、Aを混ぜて肉だねを作る。
- 耐熱容器から少しだけのみ出すようにクッキングシートを敷き、底にキャベツを2枚敷き、薄力粉を薄く振ってから(2)の肉だねの半分を平らにのせる。薄力粉をまた薄く振ってキャベツを2枚のせ、同じ手順で肉だねをのせ、最後にキャベツを3枚のせる。
- (3)を200℃に温めたオーブンで20分焼き、一度取り出してとろけるピザ用チーズをのせてさらに20~30分くらい焼く。
- (4)の中央に竹串を刺して、透明な肉汁が出れば焼き上がり。粗熱を取り、クッキングシートごと取り出して切り分けていただく。お好みでケチャップをかけても美味!

※使用した耐熱容器はガラスの丸型直径18cm×高さ5cmのもの。楕円形のグラタン皿やケーキ型などでもOK。



キャベツ豆知識

キャベツが最初に栽培されたのは、数千年前のヨーロッパ。紀元前は葉キャベツで、結球したキャベツは紀元の初めごろにイタリアで栽培され始めたのだそうです。日本には、非結球性のキャベツが約800年前に渡来。これは野菜としてでなく葉ボタンへと独特の発達を遂げました。一方、結球キャベツは19世紀半ばの江戸末期に渡来。当時日本では野菜を生で食べる習慣があまりなかったのですが、明治の中頃、東京・銀座の洋食店がカツレツにキャベツの千切りを添えたところ大評判に! トンカツの普及に伴ってキャベツの生食が伸びてきたといわれています。(参考: 農林水産省ホームページ)

家族を守る

「マイ・タイムライン」を作ろう!

— いのちを守るために「知る」「気づく」「考える」自分の防災行動計画! —

皆さん、「マイ・タイムライン」を知っていますか? 私たち一人ひとりが風水害の発生に備えて、自身や家族の取るべき行動について「いつ」「誰が」「何をするか」を時系列に整理した「私の・家族の」防災行動計画のことです。風水害は、突然発生する地震と違い天気予報から情報を得て、準備する時間があります。また自宅で「川の近くなら上流でどれくらい雨が降ったか」「海の近くなら津波の危険はあるか」なども考え、いざという時に慌てることがないように、自分や家族を守る準備をしましょう。

今月号は、p.6~7に皆さんが書き込むことで「マイ・タイムライン」を完成させていただく「参加型の特集」です! 右の項目に留意して、完成させてみましょう!

- ①自分や家族の今の状況を把握する
- ②「風水害」のハザードマップを見て地域の災害リスクを確認
- ③自宅の浸水深(水に浸かる深さ)と浸水継続時間(※)を確認
- ④自宅が「家屋倒壊等氾濫想定区域」かどうかを確認
- ⑤親戚宅も含め、複数の避難先を考える
- ⑥行政の緊急避難場所は風水害と地震の災害時では違う場合がある
- ⑦避難時に持ち出すものをチェックし、準備
- ⑧ハザードマップは定期的に更新されるので、時々チェック

※浸水継続時間/おとなの膝が浸かる高さ(約50cm)の浸水が続く時間。この浸水が長くなると避難は難しくなる。

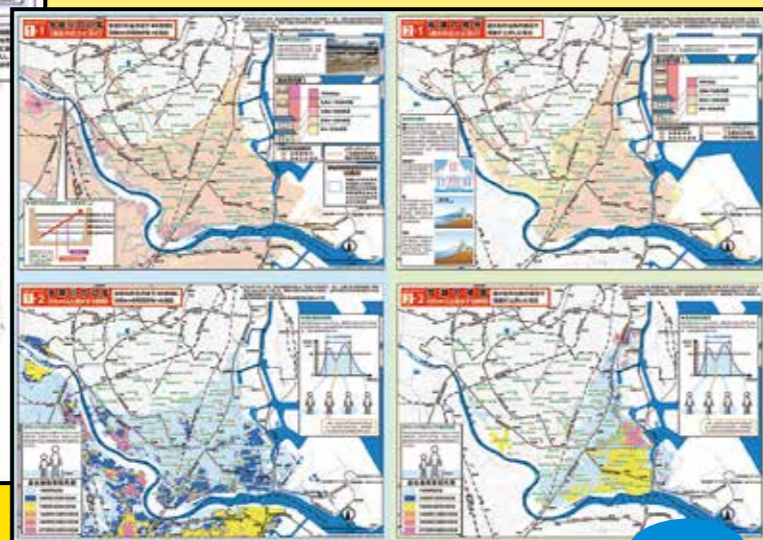
ハザードマップの例



[https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kurashi/005/003/003/d00005601\\_d/fil/3.pdf](https://www.city.setagaya.lg.jp/mokuji/kurashi/005/003/003/d00005601_d/fil/3.pdf)

ハザードマップとは?

一般的に自然災害による被害の軽減や防災対策を目的に、災害が想定される区域、避難場所や経路などを表示した地図のことです。



<https://www.city.ota.tokyo.jp/seikatsu/chiki/bousai/suigai/hazardmap.html>

# あなたの「マイ・タイムライン」を完成させよう!

完成した「マイ・タイムライン」を玄関や冷蔵庫など、目立つ場所に貼ると、いざという時に慌てずに行動できます。家族の誰が、どのタイミングで避難を開始するのかなど、具体的に書き込みましょう!

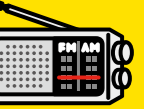
作成日 年 月 日

## マイ・タイムライン

区市町村

家マイ・タイムライン

避難先



経過時間	風水害3日前	2日前	1日前	半日前	5時間前	3時間前	0時間
行政からの連絡	● 台風予報 警戒レベル 1	大雨注意報・洪水注意報 警戒レベル 2	● 台風に関する今後の見通し ◆ 大雨警報・洪水警報 上流での大雨特別警報	氾濫注意情報発表 ● 避難所の開設 ◆ 暴風警報	警戒レベル 3 氾濫警戒情報発表 高齢者など避難を発令	警戒レベル 4 土砂災害警戒情報、氾濫危険情報発表 緊急速報メール 避難指示を発令	警戒レベル 5 氾濫発生 緊急安全確保の発令
行動(例)	○テレビなどの天気予報を確認、情報の記述 ○家族全員の今後の予定を確認 ○マイ・タイムラインを再確認 ○防災グッズの準備(不足があれば買い出し) ○1週間分の薬を病院に取りに行く ○家の周りに風で飛ばされる物はないか確認	○ハザードマップで避難場所・避難手段を確認 ○近隣の親戚の家に家族みんなで避難することを連絡 ○スマートフォンなどの充電 ○川の水位、通行止め情報がないかインターネットで確認	○ハザードマップで避難場所・避難手段を確認 ○近隣の親戚の家に家族みんなで避難することを連絡 ○スマートフォンなどの充電 ○川の水位、通行止め情報がないかインターネットで確認	○ハザードマップで避難場所・避難手段を確認 ○近隣の親戚の家に家族みんなで避難することを連絡 ○スマートフォンなどの充電 ○川の水位、通行止め情報がないかインターネットで確認	避難に時間のかかる高齢者や障害のある人は、警戒レベル3で、危険な場所から避難 不安を感じたら自主的に避難 ○川の水位をインターネットで確認	危険な場所から全員避難 ○親戚の家に避難完了	すでに安全な避難ができず命が危険な(切迫している)状況 ○逃げ遅れた場合の、命を守るための最善の行動を記入しておく
ポイント	・ご近所の手助けが必要な人の確認と、声掛けのタイミング、一緒に逃げるかどうか ・遠くの家族への声掛け、避難ルートの確認など ・自宅のトイレはいざという時に使用できるかどうか ・避難に適した服装などを準備 ・風で飛ばされる物を片付ける ・スマートフォンが使えなくなる場合も考え、連絡先は紙に書いて携帯	・ハザードマップを確認し、情報を整理する ・周り比べて低い土地のそばなどに家がある場合、避難情報を参考に、早めに避難 ・行政が指定する避難所、あるいは安全な親戚・知人宅、ホテルなどを確認しておく	・ハザードマップを確認し、情報を整理する ・周り比べて低い土地のそばなどに家がある場合、避難情報を参考に、早めに避難 ・行政が指定する避難所、あるいは安全な親戚・知人宅、ホテルなどを確認しておく	・ハザードマップを確認し、情報を整理する ・周り比べて低い土地のそばなどに家がある場合、避難情報を参考に、早めに避難 ・行政が指定する避難所、あるいは安全な親戚・知人宅、ホテルなどを確認しておく	・河川水位は突然上昇することもあるので、継続的に河川水位に注意 ・避難時は戸締り、ブレーカーを落とすことも忘れずに	・すでに動けない状態であれば、自宅内の安全な場所に家族が集まる ・自分たちの居場所を誰かに伝える	・とにかく自分の身を守る

あなたの行動を書き込もう

**日頃から** ●住まいの場所の確認 ●近所や仲間、友達と避難場所や用意する物などを話す ●浸水継続時間、トイレ・ガス・電気(緊急時の対応)、濡れてはいけない物などの確認をしておく、素早い行動が取れます。

### まとめ 「マイ・タイムライン」完成しましたか?

今までのチェックリストと違い、ある程度予想できる風水害の情報を時系列に集めて、それに対応するチェックリストです。地域の防災無線は、激しい雨で聞こえないことがあるので、自分なりの対策は必要です。

自治体のハザードマップはインターネットで確認するか、役所に行って入手してください。近年、地球温暖化の影響のせいか、水害による被害は甚大です。風水害は想像を超える事態になり得る、と想定して日頃から、災害時にはどのように行動するかを考え、あなたと家族を守る「マイ・タイムライン」を作って準備をしておきましょう。



### いざという時、何が必要?自分が必要だと思うものを書き出してみよう!



食品	備品・衛生用品	乳幼児	高齢者	その他
無洗米 缶詰 乾麺 菓子類 水(飲料・調理用)目安は1人1日3ℓ	栄養補助食品 レトルト食品・ご飯 即席麺 野菜ジュース 防寒・防暑対策グッズ マスク ガスボンベ・カセットコンロ	充電式ラジオ 乾電池 懐中電灯 簡易トイレ 薬やばんそうこう類 生理用品	母子手帳 おむつ 離乳食 授乳用ケープ 粉(液体)ミルク	非常用持ち出し袋 車の鍵 保険証 必要最低限のお金
			ペット	
			フード ケージ リード トイレ カゴなど	



A～Eの順に並べてできる言葉は？  
ヒント：ダイエットにも？

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

タテのカギ

- 一人前でない者のこと。「まだまだ○○○○だな」
- シャンプー&○○○
- 体や物に付いた汚れ。水○○、湯○○、○○すり
- 日本を象徴する花の一つ。50円玉にも描かれている
- 1メートル=100○○○○メートル
- 年少者、息子、二世を表す英語。テニスの「○○○○クラス」

ヨコのカギ

- 恥ずかしかったり、恐ろしい目にあったときにかいたりする
- 太公望。「今日は大物を○○たいな」
- 物事を途中で投げ出さずやり続け得る気力。「最近、○○が続かない」
- 英語で街の交差点にある四角い広場のこと。「タイムズ○○○○」
- 会合、宴会などの世話人、まとめ役。「次の同窓会の○○○はあなたね」
- 病気やけがが治ること。自然○○力

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。

MOGMOG ホームページからも  
応募できます！  
<https://www.tohto-coop.or.jp/mogmog/>

クイズの答え、おたより、写真、イラストなど、ハガキ  
または、ホームページから送ってね。上記のアドレスあ  
るいは、右の二次元コードからアクセスしてください。

ハガキで応募する場合は、  
下記の内容を書いて送ってね。

- クイズの答え
- 住所／氏名(お子さんの場合、年齢・学年)／組  
員コード／ペンネーム(希望の方)
- キャベツは好きですか？生の千切り、炒める、煮  
るetc.あなたのおすすめ調理法は？
- 「食の未来づくり運動」のために「私にできるこ  
と」「私の宣言」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」(インターネット含む)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。  
(おたよりは、リライトして掲載する場合があります)  
※おたよりの個別回答は行っていません。

3月&4月号の答えは、  
「シンネンド」だよ  
締め切りは  
5月25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:「バックスナチュロンのキッチンスポンジ」を愛用しています。水色とピンクの他に、ナチュラルという半透明の商品も取り扱っていただけますか？

A:東都生協では「バックスナチュロンキッチンスポンジ4個組」と「バックスナチュロンキッチンスポンジ色おまかせ1個」の供給を定期的に行っています。今回のご要望により、「バックスナチュロン



抑制効果があり、広く市販品に使用されていますが、本商品は他の食品添加物を含め、不使用のために賞味期限が短いことをご理解ください。

Q:東都ナチュラルの農産物は、他の農産品と比べてどれくらい売上があるのですか？

A:東都ナチュラル「東都みのり」野菜は、野菜全体の11%ほどの供給高です。日本の有機農産物の流通量は0・35%ほどなので、東都生協の組合員の支持率はとても高いと考えます。東都ナチュラルは「続けられるナチュラルライフ」をうたっています。生産方法が規定され、手間もかかり、栽培にリスクがあることから、「東都わかば」などの野菜より価格は高くなっています。しかし、有機農産物としては一般流通より安くご案内できていると考えていますので、持続可能な農産物と生産者への応援という意味でも、ご利用をご検討ください。



こだわりの食べ方

バナナのお気に入りレシピやエピソードはありますか？

バナナを皮つきのままグリルで素焼きをするとおいしいですよ。真っ黒になってピクリしますが…。  
町田市 原君代

熟したバナナとふっかちゃんの小松菜に八千代牛乳を加え、ミキサーにかけたジュースを愛飲しています。おいしいです!!  
世田谷区 小澤浩子

毎週食べているバナナの産地の記事を興味深く読みました。大事に育てられていることがよく分かりました。  
八王子市 神木径枝

バナナとマヨネーズのサンドイッチ! カロリーがちょっと心配ですがおいしいですよ!(たまになら……!!)  
町田市 小泉千津子

バナナ好きで、バナナ多めの濃厚バナナケーキを作ります。(写真はチョコバナナケーキ)  
杉並区 田中直哉

餃子の皮にバナナをのせ、シナモンを振りかけて包み、油で揚げるとろとしておいしい。チョコバナナもいいですよ。  
朝霞市 鴻巣紀子



- クイズ応募はがきで見つけた、コメント紹介
- 平和主義。生涯貫き通す覚悟です。非核、戦争放棄、話し合いができる国際関係を!  
川崎市 吉田恵子
  - 『MOGMOG』で紹介されたとーとお裁縫部は、どちらで活動しているのか気になりました。  
日野市 磯野美奈子 (品川区で活動しています)
  - 寒い冬は湯船に浸かりながら、ゆっくり『MOGMOG』に目を通すのがお気に入りです。気になった記事は保存します。  
日野市 010
  - 『MOGMOG』は東都生協の取り組みがよく分かるので隅から隅まで楽しく読んでいます。また、東都生協の趣旨に賛同して利用しています。  
大田区 mango
  - 息子が5～6歳の頃、愛用の自転車で東都生協から配達された牛乳をご近所まで取りに行っていたことなどを懐かしく思い出しました。  
世田谷区 岩永美枝子
  - もーもータオルキャンペーン(搾乳時に使うタオルを八千代牛乳へ贈呈)などは、自分も参加できるのでうれしい気持ちになります。  
大田区 根岸慶子
  - 長ねぎを根から3cmぐらいを土に植えたら20cmほどに成長したのでびっくりしています。小松菜の芯も植えています。  
世田谷区 工藤康子
  - ホームトンバナナ…こんなバナナがあるんですね。記事を読み初めて知りました。農業や化学肥料を使わないのが魅力です。  
練馬区 山田博之
  - 三連休、久しぶりの一人。初めてゆっくり『MOGMOG』に目を通し、「こんな活動をしていたんだ」と興味深く読みました。日々忙しい中、参加できそうなこと考えてみたいと思いました。  
葛飾区 さな
  - 2月号の表紙の写真が、とてもおいしいそうな巻寿司になりそうで…節分が過ぎたのに食べたくてしまいました!  
三鷹市 プーママ

## ブロックのつどい 「ナガノトマト学習会」

2月21日 第6地域・塚戸ブロック委員会

久しぶりに学習会を開催することができました。講師は、(株)ナガノトマトの上村萌さん。トマトジュースやケチャップの良さ、そして産地の様子などクイズを交えて楽しく伺いました。加工用トマトと生食用トマトの違いやルーツ、育て方など、興味を引く内容が多く、参加者からも「商品をこれからも購入して応援したい」との声が多くありました。

ブロックのつどいとして、「今年度の活動と次年度の予定」を報告しました。コロナ禍のため、組合員同士の話し合いなどができなかったのが残念でした。



## 「折り鶴」がなぜ平和の象徴になったのか考えよう!!

2月16日 第7地域委員会



絵本「海を渡った折り鶴」\*の朗読は、命の大切さを改めて考える機会となりました。朗読を聞いて、平和への思いを語る人、千羽鶴にまつわるお話を語る人、平和を願い作った折り鶴を見せてくださった参加者もいました。後半は東都人材バンク・遠藤栄里子さんの指導の下、プリザーブドフラワーアレンジメントに挑戦。全員同じ材料でも、出来上がりは十人十色。それぞれがオリジナルアレンジを楽しみ、最後に「折り鶴」を飾って完成させました。

絵本「海を渡った折り鶴」\*の朗読は、命の大切さを改めて考える機会となりました。朗読を聞いて、平和への思いを語る人、千羽鶴にまつわるお話を語る人、平和を願い作った折り鶴を見せてくださった参加者もいました。後半は東都人材バンク・遠藤栄里子さんの指導の下、プリザーブドフラワーアレンジメントに挑戦。全員同じ材料でも、出来上がりは十人十色。それぞれがオリジナルアレンジを楽しみ、最後に「折り鶴」を飾って完成させました。



\*平和記念公園「原爆の子の像」(佐々木禎子さんの兄が、ニューヨーク同時多発テロの犠牲者に、禎子さんが折りを入れて折った鶴を届けたお話。)

## サポーターとメーカーをつなぐオンライン交流会

2月15日 第2地域委員会

地域活動のお手伝いを担うサポーターに東都生協のメーカーを知ってもらうため、静岡うなぎ漁業協同組合・水谷洗喜さん、(株)トクスイコーポレーション・塚原充さんとのオンライン交流会を開催。指定生産者が大切に育てたうなぎが私たちに届くまでがよく分かり、バーチャル工場見学では香ばしく焼かれるうなぎに思わず喉が鳴りました。今年度は集字型企画ができず、サポーターの出番もなし。「次は訪問して実際に見たい」と、みんながコロナの終息を願います。空いている時間で無理なく活動のお手伝いができるサポーター、興味のある方はご登録を!!



焼きには東都国産丸大豆しょうゆを使用



【報告事項】組合員活動委員会報告

●2021年度平和と募金の取り組み報告および2022年度平和と募金活用計画の件

●2021年度 第2回総代会議の開催に関する件

●2022年度予算編成の進捗状況報告の件

●2021年度役員評価委員会設置と委員確認の件

●就業規則の一部改正の件

今後の理事会日程(予定) 5月24日(火)・26日(木)

2月のわたしたち

2022年2月20日現在 ※[ ]内は前年比

組合員数	257,522人	[102.9%]
加入	6,872人	[35.9%]
脱退	8,237人	[99.1%]
総事業高	33,579,769千円	[96.0%]
共同購入事業	32,314,083千円	
弁当配食事業	327,656千円	
生活文化事業	155,088千円	
生活支援事業	73,788千円	
その他事業	709,154千円	
出資金	6,644,083千円	[100.9%]
1人あたりの出資金	25,800円	[97.3%]
1人あたりの利用高	6,195円	[96.4%]

## 「ウクライナ緊急募金」へのご協力をお願いします!

東都生協はロシアが2月24日に開始したウクライナへの軍事侵攻に対して、ロシア・プーチン大統領およびガルージン駐日大使宛てに3月2日付で抗議文を送付しました。抗議文全文は東都生協ホームページ、または右の二次元コードからご覧ください。



ウクライナの方々へ一刻も早い人道支援が必要と考え、緊急募金を行っています。募金は、国際連合世界食糧計画WFP協会を通じ、ウクライナ国内や近隣諸国へ避難しているの方々への食料支援に活用されます。

募金はOCR注文書、インターネット注文、電話注文などで

【受付期間】2022年3月28日(月)~8月26日(金)

【募金方法】OCR注文書の特別企画注文欄「商品(申込)番号」に以下の6桁番号をご記入の上、「数量」欄に募金口数をご記入ください(1口200円)。

商品(申込)番号: 365947

\*インターネット注文、スマホ注文アプリ「スマ注」、電話注文でも同様に募金ができます。  
\*募金は寄附金控除の対象となりません。募金の領収書発行はできませんのでご了承ください。

## 第48回 通常総代会

### 傍聴について

第48回通常総代会については、現在6月16日(木)開催の予定で進めていますが、傍聴の受け入れは「中止」とさせていただきます。

新型コロナウイルス感染症の影響により、皆さまの健康と安全確保のため、何とぞご理解くださいますようお願いいたします。

## 第18回 平和のつどい

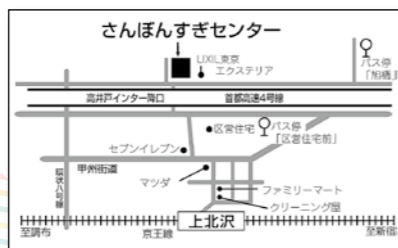
かなで 奏でよう 平和のしらべ  
とどけ 届けよう 平和のメッセージ

日時 7月31日(日) 午前・午後の2回開催  
※ステージ企画は事前申し込み制になります

会場 東都生協さんぼんすぎセンター

ステージ企画: チェロミニコンサート、お話会(被爆証言、戦争体験 文朗読会) ※動画配信あり

展示企画: 「原爆と人間」パネル展示 (見学自由、無料)



(京王線 上北沢駅下車 徒歩7分)

世界では理不尽な戦争が起きてしまいました。今、改めて平和の大切さへ思いを馳せ、私たちの願いをつなげていきましょう。  
\*新型コロナウイルス感染症対策、天候不順などにより、急遽開催中止とする場合があります。詳しくは、組合員情報紙「ワオ」第365号(6/20週配付)をご覧ください。

### 「平和」をテーマにした写真を募集!

あなたの気持ちがほっとする写真(家族、花、自然など)を募集します。スマホで撮影した写真もOK!  
\*詳しくは、組合員情報紙「ワオ」第365号(6/20週配付)をご覧ください。

### Pick up!

## オンライン おしゃべりパーティー

2月8日 江東西ブロック委員会・江戸川センター

当日まで飲まない約束としました。オンラインパーティーでは、簡単な自己紹介の後、森本センター長おすすめの方法でグラスに注ぎ、画面越しにみんなで乾杯。この時、しょうがの香りたっぷりの初めての味に、皆さんの驚きの表情を見ることができました。試飲後はセンター長からの商品説明や、参加者の感想を聞く交流タイムが設けられました。「国産の有機しょうがが使用できるのは嬉しい」と言っています。国産の有機しょうがが使用できるのは嬉しいと、評判は上々。また、「会場企画だったら来られなかったが、オンラインだから参加できた。こういう企画があるのを初めて知った」という参加者や、30代、40代のお子さん同伴の参加者も…。江東西ブロック委員長は「オンライン企画はブロック委員会だけでは難しいけれど、センターと協力したことで開催が可能になりました。会場での商品試食ができない今、離れていても臨場感ある試食会ができて良かった」と喜んでいました。

◆センター長おすすめの飲み方  
底にたまったジンジャーを浮かせるために、逆さにする感じで軽く振る。中身を見てもらいたいのグラスに注ぐこと!



江戸川センターとのコラボで開催したオンライン企画。事前に参加者の自宅に、資料と一緒に東都生協の商品(国産有機しょうがを使用した有機ジンジャーエール)を届け、

# 食の未来づくり運動

私の宣言

東都生協を続けること。  
(杉並区 伊藤昭二)

毎日の食事をきちんと作ること。  
食の文化を家族に残す。  
(杉並区 立川のタマ)

- 1 食料自給率の向上
- 2 日本の農業を元気に
- 3 持続可能な社会に向けて

## オンラインde北海道の海の幸 おいしさを知ろう！ 枝幸漁協女性部と交流会しましょう！（2月12日）



枝幸漁協・女性部のみなさん

毎回人気の交流企画。今回も東都生協の組合員56組136人が参加。  
北海道の産直産地・枝幸漁業協同組合(枝幸漁協)・女性部をはじめ職員の方々、北海道漁業協同組合(北海道ぎょれん)の方々からたくさんのお話を聞き、組合員からの事前質問と、当日のクイズと合わせて楽しく学びました。

漁や漁港など枝幸の様子が映し出され、中には「枝幸漁港ってこんな北だったの!？」と驚く参加者も…。オホーツクのクリオネに夢中の子どもたちの姿が印象的で、あっという間の1時間半でした。



漁に出ない時の船を陸に上げている様子をライブ配信

【学習内容】

《鮭》代表的な鮭は8種類。白鮭は、秋にアラスカから日本に戻ることから「秋鮭」、春から夏に取れる鮭を「時鮭」「時不知」と呼ぶことなどを学びました。  
《ホタテ》貝ひもと呼んでいる部分の黒い点が「目」の役割をしていることなどを学びました。

主な事前質問と答え

鮭は何個の卵を産むの？  
鮭の卵は「3000~4000個」

子どもが好む魚料理は？

子どもが喜ぶ魚料理は「甘辛い味付けやみそ味、チーズを足してグラタン風にしてもおいしい」というお答えでした。

鮭の漁獲高は？

漁獲高は「以前は20万トン、最近は5万トン以下」

当日の主なクイズ (カッコ内は答え)

おとなの鮭の天敵は？ (トド)

ホタテの天敵は？ (ヒトデ)

《植樹活動》

枝幸漁協では1988年から植樹活動を始め、2007年に東都生協、枝幸漁協、北海道ぎょれんの3組織で「枝幸魚つきの森植樹協議会」を発足、植樹活動や料理教室、植樹ツアーを実施（今はコロナ禍により休止中）。

《枝幸漁協・女性部の調理動画》

枝幸産ほたて貝柱水煮缶を使ったほたて炊き込みご飯の作り方を紹介。

《海鮮丼を作ろう》

北海道枝幸産ほたて貝柱と北海道枝幸産いくら醤油漬を自宅で用意したご飯にのせ、それぞれの家庭で海鮮丼を作成。みんなで「いただきます!」をしました。



## 平和募金企画

### みんなで聴こう被爆者の声、ともに創ろう「核なき世界」 核兵器も戦争もない世界を願って

— 組合員活動委員会主催 オンライン開催 — (2月19日)

東都生協の平和活動の一環として、今回は日本原水爆被害者団体協議会(日本被団協)・事務局次長の濱住治郎氏(※)のお話をオンラインで伺いました。昨年1月22日に核兵器禁止条約が発効されて1年。平和のために私たちに何ができるかを考える機会となりました。

#### 私は一番若い被爆者です

人類史上初の原爆が広島に投下された時、母親の胎内にいました。私が、父親が亡くなった49歳になった時、兄妹に8月6日の行動を書きつづってもらうことをお願いし、胎内から見た原爆、まだ見ぬ父への想いをより確かなものにできました。

#### 父の写真を毎日見て育ちました

1945年8月6日の朝、父は会社へ行き、8時15分、原爆投下。街は破壊され、市内に住む親戚家族たちが、爆心地から4キロ離れ倒壊を免れたわが家に避難。しかし、父だけが帰ってきませんでした。翌年2月に生まれた私を含め、子ども7人と母が残されました。



49歳で直爆死した父の遺影

#### 自分が一日でも長く生き、父の分まで生きなければと思うようになりました

母は電気集金や田畑仕事をし、兄は高校卒業後、銀行に勤め家族を支えました。結婚して、子どもを持ち、家族の幸せを感じることができました。

#### まとめ

濱住さんのお話から、被爆者の平均年齢が83.94歳(2021年3月)と知り、原爆の悲惨さを知る人が少なくなっていることを痛感しました。21世紀の今も、私たちは世界に約13,000発あるといわれる核兵器の恐怖の中にいます。2017年、核兵器禁止条約が国連総会で採択され2021年に発効されましたが、日本政府は署名・批准をしていません。核兵器は胎児であっても、誰であっても被害者にします。未来の子どもたちのためにも、核兵器も戦争もない世界に向けて私たちがすべきことを考えましょう。

※濱住治郎氏/東京都原水爆被害者協議会・常任理事。日本被団協・事務局次長。2018年10月、国連本部に「ヒバクシャ国際署名」を提出する日本被団協代表団として参加。



父の遺骨の代わりに埋葬されているのは、母と姉が遺品として持ち帰った父のバックル、がま口の金具と鍵

今月のつぶやき

地球温暖化が進んでいるせいか、ここ数年、世界各国において想定外の災害が発生しています。自然の力に人間が対抗することはできませんが、私たちに起こる前から対策して被害を小さくする知恵があります。お宅の備えは万全ですか？ 今一度、確認してみてください。今月号の特集が、少しでも皆さんのお役に立てば幸いです。(Y.K.)

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。

今月の表紙：15cmほどに成長した苗を、田んぼに移植する作業が「田植え」です。

