

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

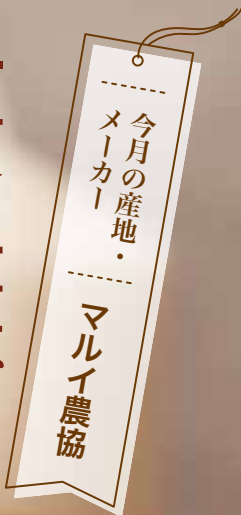
2023  
No.471



# 11&2

次回1月号は1月8日からの配付です

一貫生産で  
安全・安心♪  
南国元気鶏



今月の産地・  
メーカー  
マルイ農協

特集  
みんなでスイッチ！  
エシカルアクション

MOGMOG レシピ

とりわけて楽しく！

「クリスマスのリースサラダ」



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

今月の産地・メーカー マルイ農協

# 一貫生産で安全・安心♪ 南国元気鶏



クリスマスに  
食べる料理の  
代表といえば  
やっぱり鶏肉！  
大勢で食べるなら  
一羽丸ごとの  
ローストチキンなども  
楽しいけれど、  
少人数なら、使いやすい切身肉で  
クリスマスを感じさせる  
アレンジメニューなども  
おすすめです。

## 鳥インフルエンザの再発防止に 取り組んでいます

2023年4月時点の「南国元気鶏」の生産者数は36人、1日当たり約52000羽を処理、年間生産量は約1440万羽です。国内シェアの約2%が「南国元気鶏」となります。

2022年は全国で鳥インフルエンザが大流行し、過去最多となる約1771万羽の鶏が殺処分されました。マルイ農協グループにも影響は及びました。2022年中に採卵鶏で10例、採肉鶏で1例が発生し、最終的には計130万羽を超える家禽が殺処分という大きな被害となりました。

行政と緊密な連携を取り、鳥インフルエンザの発生直後に運搬規制や消毒などの措置を取ったにもかかわらず、残念ながら被害の拡大を食い止めることができなかったそうです。

この教訓を生かし、石灰の散布や野鳥・ネズミ対策などの基本的な対策に加え、昨シーズンに発生した農場を中心に、鶏舎内に流入する外気を消毒するための消



鶏舎全景

毒装置の設備更新を、可能な農家から順次実施しています。

- ① 種鶏（親鶏）の飼育  
マルイファーム種鶏場で「ひな」から飼育し「成鶏」になると種卵を採取します。  
※卵を産む鶏の、その親の鶏
- ② 卵のふ化  
種鶏場で生まれた有精卵を21日間かけてふ化させます。
- ③ 飼育  
ふ化してすぐに、ひよこをマルイ農協の組合員生産者の農場へ運びます。
- ④ 処理加工  
約47日間で3kg前後まで育てられ、マルイ食品の食鳥処理場（野田工場）に送られます。
- ⑤ 出荷  
マルイ農協グループの物流の全ては、マルイ運輸が担当します。
- ⑥ 商品案内Sanbonsug掲載・注文
- ⑦ 商品のお届け



生産者の西野さんご家族



生産者の中塩さんご家族



生産者の檜八重さんご家族



若鶏



検査風景



マルイ運輸のトラック



配合飼料



鶏舎内

どんな人たちが  
育てているの？

「南国元気鶏」のふるさと・鹿児島県出水市は、鹿児島県の北端に位置し、温暖な気候、豊かな緑と水に恵まれていす。出水市は世界有数の鶴の越冬地であり、毎冬1万羽以上の飛来が見られることでも全国的に知られています。

「南国元気鶏」の生産者は、全てマルイ農協の組合員生産者。だから生産履歴が明確です。東都生協との取引は、1992年ごろに加工食品からスタートし、2000年から鶏肉の取り扱いが始まりました。鶏肉特有の臭みがなく、「モモ肉」はコク・旨みが濃く、「ムネ肉」は味の濃厚さに加え旨みにキレがあるのが特徴です。

どんな飼料を与えて  
育てているの？

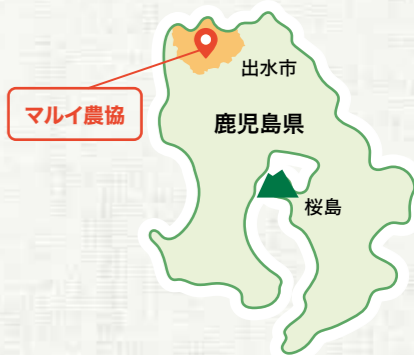
「南国元気鶏」の最大の特徴は、全飼育期間で抗生物質・合成抗菌剤を添加しない飼料を与えて生産していることです。若鶏（ブロイラー）は非常に繊細な生き物のため、病気を予防するために抗生物質や合成抗菌剤を飼料に添加することで安定的な飼育を行うのが一般的です。飼料安全法により出荷前の7日間は、休薬期間として抗生物質や合成抗菌剤などの薬品を添加した飼料を与えてはいけません。

その休薬期間を全国で初めて全飼育期間まで伸ばしたのが南国元気鶏です。登場から26年、全国の生協で組合員に利用されています。

おいしさの秘密は  
自前の配合飼料

味の良さは、自前の飼料工場があり、土地の気候風土やそのときの鶏の調子に合わせた配合で飼料を用意できることが大きく関係しています。配合飼料は原料を粉砕すると同時に酸化が始まり、古くなると強い臭いを放ちます。マルイ農協の飼料工場では、1日に約700トンの飼料を製造します。1日の農場への出荷量も約700トンのため、常に新鮮な飼料を供給することができます。自前の工場に粉砕するので、短期間のうちに農場へ届けられるのです。

鶏肉は飼料の影響を大きく受けるため、工場では計画的に飼料を製造することで臭みを抑えることにつながっています。



マルイ農協

使いやすいバラ凍結！



南国元気鶏モモ肉切身  
（唐揚げ用）バラ凍結 500g  
通常価格815円（税込880円）  
企画：毎週

MOGMOG

レシピ

30分

取り分けて楽しく！  
「クリスマスのリースサラダ」

※唐揚げの漬けこみ時間を除く 調理時間

材料(4人分)

- ・ポテトサラダまたはマッシュポテトを用意する
- 唐揚げの下味として  
(しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、揚げる時に片栗粉)
- トッピング(お好きな具材でどうぞ)
- ・南国元気鶏モモ肉切身(唐揚げ用)
- ・プロックリー、きゅうり
- ・ミニトマト、冷凍ブルーベリー
- ・モッツアレラチーズ
- ・ペペーリーフ
- ・生ハム、サーモンなど

作り方

- 1 土台となるポテトサラダを作り、皿の上にリース状に整える。
- 2 鶏モモ肉切身は唐揚げにする。  
(しょうゆ、酒、しょうが、にんにくで下味を付けておき片栗粉をまぶす)
- 3 トッピングの具材と唐揚げを彩りよく並べる。

※ツリーの場合は、ポテトサラダを塔のように形成して飾り付ける。

ワンポイント!!

- ・ポテトサラダは少し硬めに仕上げると形が崩れにくい
- ・モモ肉切身は大きければ揚げる前に少しカットし大きさを整える

colum  
コラム

レッドカップ

キャンペーンに  
参加しています

国連WFPが主催する活動で、レッドカップマーク付きの商品を購入することで、商品代金の一部が発展途上国の学校給食支援につながります。対象商品は鶏肉で5品（モモ肉2枚400g、ミンチ500g、モモ切身小さめ300g、モモ肉切身500g、モモ肉切身800g）、加工品で3品（チキン南蛮4枚/5枚/6枚）。それぞれ1袋につき1円（チキン南蛮は0.5円）が寄付されます。



## 東都生協はどんなことに取り組んでるの？



### 02 「産直青果物サポート」で「旬」をお届け！ 注文番号は不動の1, 2, 3！

生産者の「余すところなく届けたい」と、組合員の「無駄なく利用したい」がマッチングした取り組みです。通常注文の余剰品なので何が届くかはお楽しみ。通常注文と被って同じ商品が届いてしまうことも…。でも、季節の贈り物「旬」の野菜や果物のおいしさは格別です。旬の素材で思いっきりパーティーしましょう！

「産直青果物サポート」は「グリーン」「フルーツ」「東都みのり」の3種類があります。注文番号は、1, 2, 3でずっと変わりません。他にも青果が5品目入った「東都青果ボックス(東都みのりと東都産直)」があります。



＝産直青果物サポート＝  
1 グリーン・サポート (旬野菜の低価格供給)  
2 フルーツ・サポート (果物産地の直運企画)  
3 東都みのりサポート (化学物質不使用栽培野菜の低価格供給)

### 01 組合員の「食べる約束」が、生産者の「作る約束」につながります

一度登録すると、自動的に毎週届くシステム「登録商品 まいとどちゃん」。

産地・メーカーの安定的な事業継続を応援すると同時に、毎回注文する手間も省けて時短で便利。

隔週配達「かくとどちゃん」、月1回配達「つきとどちゃん」もいます。米、飲料、味噌、トイレトペーパーなど、かさばる商品は力持の「とどちゃんズ」にお任せください！



とどちゃんズ (左から、つきとど、まいとど、かくとど)

### 03 いつも、いつまでも国産食材を応援します 取り扱い全食材の約7割が「国産応援」マーク付き！

日本の食料自給率は38% (カロリーベース) です※1。新型コロナウイルス感染症やロシアのウクライナ侵略で、エネルギーと食料を過度に海外依存することの危うさを見直し、食料安全保障を強化する必要性を実感させられる出来事となりました。

東都生協では設立以来のちとくらしを守るため生産者と直接手を握り産直運動を推進して、食料自給率の向上を目指しています。「国産応援」※2マークは、取り扱い全食材の約7割を占め「重さ×距離」で表されるフード・マイレージの観点からもCO2削減にも貢献しています。

似たような商品があって迷ったときは「国産応援」を選ぶのもエシカル消費です。ぜひこのマークを意識して利用しましょう。

※1 国民1人1日当たりに供給している全品目の熱量の合計 (供給熱量: 2,426kcal) に占める国産の熱量 (国産熱量: 918kcal) の割合を計算し「38%」となっています。 (2021年度) [https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu\\_ritu/012.html](https://www.maff.go.jp/j/zyukyu/zikyu_ritu/012.html) (農林水産省ホームページ日本の食料自給率)  
※2 水分を除いた重量比が「国産の産直生鮮食材をはじめ、国産原料を60%以上使用した商品」

### 国産応援 マークを探せ！



※3 3R (スリーアール): Reduce (リデュース) = こみの発生を減らす、Reuse (リユース) = 繰り返し使用、Recycle (リサイクル) = 形を変えて再利用の3つのRの総称です。

#### 包材資材の減量化

東都生協プライベートブランド「わたしのこだわり」商品については容器・包材を2030年までに石油由来のプラスチック100%不使用を目指し、環境に配慮した包材にするために、メーカーと一緒に包装資材の減量化 (缶・びん商品以外) を進めています。



← 応募フォームはこちら

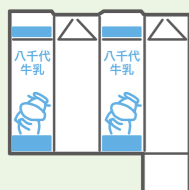


応募期間: 実施中～2023年12月8日 (金) まで  
応募方法: 返却したリユースびん商品の商品名を応募フォームに入力  
\*詳しくは、東都生協ホームページをご覧ください！

### 3R※3 活動

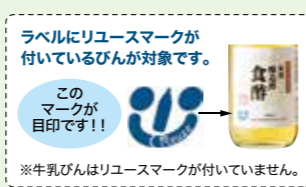
#### 商品案内や紙パックの回収

牛乳などの紙パックや商品案内も回収して、形を変えてリサイクルされています。トイレトペーパーやティッシュに生まれ変わり私たちのものに戻ってきます。また、再生資源としてリサイクルされています。



#### リユースびんの回収

リユースびんは、大切にすれば20～30回使うことができます。また、リユースびんを返却することで、リサイクル洗びんセンター※4で働く障害のある方たちの社会的自立支援にもなります。



！ 水洗いして、乾かして、供給時に返却してください。フタやラベルは付いたまま返却をお願いします。

#### ※4 社会福祉法人きょうされん リサイクル洗びんセンター

1994年、東都生協と障害者団体の「きょうされん (旧・共同作業所全国連絡会)」との共同事業として、東京都昭島市に開設した障害者の社会就労センターです。リユースびんの洗浄という環境保全に役立つ活動を通じて、障害のある方たちの社会的自立を支援しています。

リユース・リサイクル Wキャンペーン 実施中



## 教えて！ みんなのエシカルアクション

「MOGMOG」読者のエシカルアクションを紹介します。

### 01 食品ロスを(できるだけ)出さない

「MOGMOG」読者はこんな工夫をしています

- ・野菜の無駄をなくすためにベジブロス※3を作っています
- ・当日食べるのであれば賞味期限が近い方を買うようにしています
- ・野菜は皮ごと、ピーマンは種ごと、食品を無駄にしません
- ・形が不揃いだったりする規格外の食べ物を積極的に購入します



※3. ベジブロス: ヘタや芯、皮や種など、野菜のくずで取っただしのこと。

### 02 持続可能な食と農に取り組む 産地・メーカーを応援

「MOGMOG」読者はこんな基準で選んでいます

- ・価格の安さだけで決めずに、信頼できる作り手のものを購入しています
- ・アイガモロボ※4を使用した有機栽培のお米を購入しています



※4. アイガモロボ: 有機栽培米の救世主。田植え直後の除草作業を合鴨農法のアイガモに代わり、GPSとソーラーエネルギーで自動航行するロボットがスクリューで泥を巻き上げ、雑草が生えるのを抑制します。

#### ・金芽米※5を利用しています

※5. 金芽米 (BG 無洗米): とぎ汁を出さないので水質汚染を防ぎます。さらに副産物の肌ぬかを有機質肥料・飼料「米の精」として田畑や家畜に使用することで環境保全型の循環型農業・畜産を行っています。



みんなですイッチ！  
エシカルアクション  
最近よく聞くエシカル消費: エシカル (ethical) は「倫理的な」「道徳的な」という意味。「なんか難しそう」「意識の高い人だけがやっていること?」「商品を選択する際に自分にとって嬉しいことが、人に、環境に、動植物にもうれしい♡につながる「エシカル消費」の行動基準とは? 調べてみましょう!



### エシカルアクションチェック!

- 買い物に行く時はマイバッグを持参する
- マイボトルに飲み物を入れてお出掛けする
- 食べ残さないようにしている
- 旬を意識して野菜や果物を購入する
- 地元の産品 (地産地消) を購入するようにしている
- ストローなど使い捨てプラスチックの使用を減らす
- 被災地の産品を購入する (被災地支援)
- 福祉施設で作られたクッキーなどを購入する
- フードドライブ※1に食品を提供する
- フェアトレード※2商品を購入している

※1. フードドライブ: 各家庭で余っている食べ物を取りまとめて食に困っている人に寄付を行う地域の福祉団体や施設、フードバンクなどに寄付する活動。  
※2. フェアトレード: 開発途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することにより生産者や労働者の生活改善と自立を目指す貿易の仕組み。代表的なのはコーヒーやカカオなど。

# 誰もが安心して暮らせる社会のために / 未来につなぐ募金

東都生協では、誰もが健康で安心して暮らし続けることのできる地域社会の実現を目指す活動(団体)を応援、助成を行っています。組合員一人ひとりの思いを寄せ合い集めた募金を、東都生協の商品に換えて応援する仕組みです。毎号、助成団体を紹介していきます。

**200円から  
支援  
できます**

募金方法は、注文書の**特別企画注文欄「商品(申込)番号」に[365920]の6桁番号を記入し、「数量」欄に募金の口数を記入してください。**  
1口200円です。  
※とうとねっと、スマートフォン用注文アプリ「スマ注」、FAX専用注文書、電話注文でも募金ができます。



## 助成団体紹介 Vol.02 認定 NPO 法人豊島子ども WAKUWAKU ネットワーク

設立 2012年6月 ボランティアの受け入れ あり  
代表者 栗林知絵子さん 広報ツール ホームページ  
活動拠点 豊島区  
活動内容 プレーパーク、学習支援、子ども食堂、家庭訪問型・緊急一時預かり(宿泊付き)事業、その他よろず相談、子どもを取り巻く地域応援ネットワークの形成  
メンバー 常勤職員4人 非常勤職員19人 会員20人 ボランティア300人

### 地域の「おせっかいおばさん」の輪が行政を動かす

豊島区委託事業であるプレーパーク※の運営に携わる栗林さんが、食事や勉強のお世話までしている姿を見かねて協力するようになった地域の人たちと共に法人を設立しました。今回は、その法人が運営する子ども食堂「ほんちよこ食堂」を訪ねました。

コロナ禍で休止していましたが、今年の5月に再開し、高齢者施設の地域交流スペースで毎月第2・第4火曜日に開催しています。午後5時から2時間のオープンのために、50食分のカレーライスやその他副菜を用意します。企業、商店からお菓子やパンのプレゼントを運んでくれたのは、フィリピン人のRさん。「ほんちよこ食堂」での交流が楽しくて配達を担い、子どもたちに囲まれて食事をしていました。

食堂責任者の山本道子理事は「ここでのつながりは親子だけでなく、Rさんのような人にも必要なんだよね」と語ります。みんなでワイワイ食べるカレーのおいしさを実感するひとときでした。

※プレーパーク 子どもの発達に欠かせない自由な遊びを支えるためにさまざまな「外遊び」が体験できる場



カレー、鶏手羽元のあつさり煮、フルーソ、きゅうり浅漬け



お土産を手渡す高校生ボランティア



## 助成団体紹介 Vol.03 練馬あったかフードバンク

設立 2020年12月 ボランティアの受け入れ あり  
代表者 大野位久子さん 広報ツール SNS  
活動拠点 練馬区  
活動内容 フードパントリー  
メンバー ボランティアスタッフ50~60人(弁護士、社会保険労務士、保健士、保育士、議員、鍼灸師、整体師、地域住民、学生)

### 「困ったときはお互いさま♪」頼れる地域のネットワーク

訪ねたのは8月5日、第17回フードバンク開催日。会場には50人を超えるボランティアスタッフが集まり、てきぱきと設営を進めていました。テーブルには食品のほか、紙おむつや日用品、衣類などが並び、自分で選べる品もたっぷり。午前中は個別リクエストの品を受け取りに妊婦さんや親子連れが来場します。お菓子を手にした子どもたちもカフェコーナーで笑顔いっぱいです。

「暮らしの相談コーナー」では、弁護士、社会保険労務士、看護師など専門家がスタンバイ。翌日区役所に同行し支援を得られたケースや、利用者を卒業してボランティア側になった人もあり、確実な支援につながっています。

コロナ禍で生活困窮が広がった3年前に女性8人で始めた食品提供は、その後も2カ月に一度ほどのペースで開催。個人や団体からの寄贈を中心に、不足品はカンパで賄いながら提供を続けています。「私たちが目指すのは、利用者がゼロになること。今回は利用者の声をまとめ、区議会へ提出します」と事務局長の鳴海加代子さん。フードバンクを軸に、自立支援や行政を動かす力へと活動は広がっています。



東都生協へのオーダーは「バックご飯」と「ツナ缶」。募金が活かされています!



会場協力は「東京土建練馬支部会館」。SNSでの告知で約130人分の予約枠はすくなくいっぱい



## 商品お届け用ポリ袋をゴミ袋に使う、はエゴ?エコ?

商品お届け用のポリ袋の回収率は、商品案内やリユースびんなどの回収率と比べると低い水準にとどまっています。回収されたポリ袋は、袋類の再生原料に生まれ変わります。

ポリ袋の回収にご協力ください。

東都生協は、2009年から容器包装ごみを減らすためにポリ袋の回収を行っています。

回収初年度の2009年は、約17トン(回収率約12%)でしたが、現在は27トン(回収率約23%)まで向上しました。

しかし、リユースびんや紙パックなどのリサイクル品(回収率平均67%)と比べるとかなり低い状況です。

東都生協がポリ袋の回収活動を進める理由は、ごみを減らし資源を有効利用することだけではありません。「容器包装リサイクル法」によるリサイクル費用の負担軽減にもつながります。

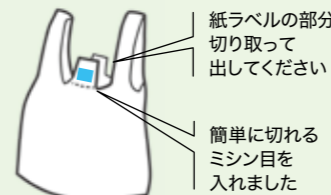
2022年度は東都生協で使用した容器包装に対する指定法人への委託料(637万円)を、自主回収活動により、94万円軽減しました。

東都生協は、2030年までポリ袋の回収率を80%以上にすることを目標に掲げています。

ポリ袋の回収と併せて素材や仕様変更によるプラスチックの使用削減への取り組みを進めています。引き続き、回収へのご協力をよろしくお願いいたします。

商品のお届けに時に使用しているポリ袋

冷凍品、冷蔵品、青果、パンが入っていたポリ袋



商品案内を包む回収対象です!

紙ラベルの部分を切り取って出してください

簡単に切れるミシン目を入れました

※再生ポリ袋は、石油由来のバージン原料だけで作った袋に比べてCO<sub>2</sub>を削減する効果があると言われています(環境省ホームページ www.env.go.jp > press > files 3R原単位の算出方法参照)

出典、参考資料 東京くらしWEB <https://www.shouhiseikatu.metro.tokyo.lg.jp/>  
「フード・マイレージ」について - 農林水産省 <https://www.maff.go.jp/j/council/seisaku/kikaku/goudou/06/pdf/data2.pdf>  
日本サステナブルプラセル協会 環境省ホームページ プラスチック資源循環 <https://plastic-circulation.env.go.jp/>

### 認証マークいろいろ



MSC 「海のエコラベル」水産資源や環境に配慮した漁業でとられた水産物に付けられます。



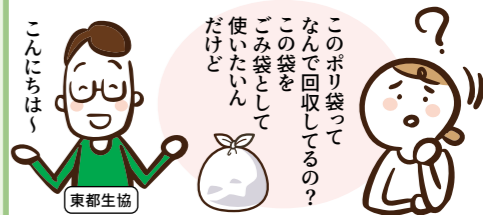
ASC 海などの環境や地域社会や人に配慮した責任ある養殖により生産された水産物を対象とする認証制度。



東都生協ホームページ「コープサステナブルアクション」をのぞいてみてね。

<https://coop-sustainableaction.jccu.coop/>

※1 引用 一般社団法人エシカル協会代表理事 末吉里花 著 (株)山川出版社 エシカル革命~新しい幸せのものをたずさえて~



東都生協2030年ビジョンでは「食と農の感動体験を通じて、みんなの未来をいっしょに創ります」を掲げ、そのために組合員、生産者・取引先、職員と一緒に持続可能な食と農のための取り組みを進めています。今を生きる私たちだけでなく、未来の子どもたちが豊かに暮らすことのできる地球や社会をつくるのは、私たちの行動にかかっています。

ただ、自分だけが良ければいいのではなく、「エイキようを シツカリとカンガエル」※1視点を持った消費行動、それがエシカルだと考えるとわか

「東都生協ホームページ「コープサステナブルアクション」をのぞいてみてね。」

今紹介したのは、東都生協の取り組みのほんの一部です。東都生協を利用することがエシカルアクションです。「わたしのこだわり」がサステナブルな未来につながる「さあ、みんなでエシカルアクション」

りやすいですね。自分で影響を判断するのが難しい時は、東都生協の国産応援やコープサステナブル認証ラベル、その他、いろいろな認証マークを調べてみてはいかがでしょうか。

USE LESS PLASTIC



おたより  
しようかい

**M** OGMOGは、ホッチキス留めがないのが良いです。  
市川市 本倉 育代

**国** 産、地産のものをいただくことで生産者さんを応援したいです。最近文京区に越してきました。東都生協の方針に賛同して入会しました。期待しています。  
文京区 福ちゃん

**活** 動の新たなスタイルに興味があります。具体的にどんな風に自分の所属する地域で変化があるのか、詳しい説明がされると良いと思います。  
中央区 石井 愛子

**M** OGMOGレポート記事の「ハンガリーのフォークアート刺しゅう」。出来上がった作品をぜひ見たいと思いました。  
練馬区 モン・プチ

**9** 月号の「JAやさと有機栽培の現場を知る」は、去年参加させていただき大変勉強になりましたので、記事を読んで、また、参加したいと思いました。  
杉並区 NAHO

**外** 国のチーズでなく日本の酪農家のためにおいしい国産の乳製品を買います。そういった日本の農作物、海産物を使ったレシピを教えてください。  
千代田区 松村 有香

**食** に関心があります。日本の食料自給率アップのため、産直運動を広げ、生産者と手をつなぐことが大事だと思います。



足立区 横川 裕子

**商** 品案内の「国産応援」を気にして購入しています。スーパーでも国産かどうかを見て買っています。  
世田谷区 小川 早苗

**試** 食でいただいたにんじんジュースをあとという間に飲み干した娘をみて、加入を決めました！  
大田区 ICHIKA



# おしえて Q&A

組合員から寄せられた声や質問にお答えします。

**Q** 「大豆でつくったそのまま使えるパラパラミンチ」について。子どもが小さい頃はよく利用しました。脂っこいものや塩分に注意を払う年代になり、また利用したい商品が見つかりません。利便性が良く、味も健康にも良いので、ぜひ企画してください。

**A** 「大豆で作ったパラパラミンチ」をご愛用いただき、ありがとうございます。

本商品は、規格などの変更を実施するためにしばらく企画を休止していましたが、6月1回のインターネット限定商品として企画を再開しました。7月1回より、おおむね8週に1回のサイクルで商品案内「Sanbonsugi (さんぼんすぎ)」にて企画しています。ぜひご利用ください。



大豆でつくったそのまま使えるパラパラミンチ

**Q** 個配手数料は子どもが同居で2人以上の世帯人数では「シニア割」「エルダー割」の適用外とのことですが、子どもが同居している家庭は多いと思うので、サービス適用条件を改善してほしいです。

**A** 「シニア割」が始まった経緯は、共同購入班が主流だった時代に、共同購入商品の受け取りが難しいご高齢の方のご自宅に商品をお届けする福祉的な目的でした。その際に、同居の家族がいる場合は対象外としました。

個人配達は共同購入班に比べて配達箇所が増えることから、燃料費・人件費など、さまざまな経費が必要となります。個人配達手数料収入が減少すると個人宅配事業が成り立たない状況に陥るため、エルダー割・シニア割の条件を緩和することは、現在は難しい状況です。制度内容変更については「利用状況に応じた個配手数料免除」の仕組みなども検討を行い、少しでも利用しやすい環境がつけられるよう皆さんの意見を聞きながら進めています。



**Q** 個人宅配を1週だけお休みする場合も、個配手数料は請求されますか？

**A** 個人宅配をご利用中で1週だけ配達をお休みされる場合は、基本手数料を請求させていただいています。基本手数料は、商品案内、インターネットでの情報提供料を含む、個人宅配に関わる手数料となります。2週以上お休みされる場合は、あらかじめ2週間前までにご連絡いただければ注文書や商品案内の配付をストップし、手数料が発生しないように手配します。

配達をお休みされる場合は、東都生協ホームページやインターネット注文サイトの「よくあるご質問」のメールでのお問い合わせかコールセンターへお電話をお願いします。

P.11の「個人宅配手数料制度のご案内」も参照ください

**Q** 「便利野菜キャベツミックス(加熱用)」が企画終了とのこと。重宝していたのでとても残念です。似たような企画はないのでしょうか。

**A** 「便利野菜キャベツミックス(加熱用)」ですが、残念ながら組合員の皆さんからの利用が極端に少なかったため、3月5回の案内をもって企画終了となりました。「便利野菜キャベツミックス(加熱用)」の原材料となるキャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマンがミックスになった商品の取り扱いはありません。

既存品の加熱用の商品をお知らせしますので、参考にしてください。

- ・加熱用もやしミックス300g (税抜98円:税込105円) \*もやし、キャベツ、にんじん
- ・ボリューム国産野菜炒め用ミックス320g (税抜110円:税込118円) \*もやし、キャベツ、にんじん
- ・きのこ野菜炒め用ミックス200g (税抜98円:税込105円) \*もやし、ぶなしめじ、キャベツ、にんじん
- ・ニラ野菜炒め用ミックス230g (税抜98円:税込105円) \*もやし、にら、にんじん

現在、ピーマン、玉ねぎが入った既存品はありませんが、東都生協で取り扱った場合の価格設定、利用の見込みなどを考慮した上で、新規商品を検討します。



ニラ野菜炒め用ミックス

おたよりで寄せられた「(有)山形南陽のんのん倶楽部」(9月号)への声です。

- 好きな品種は「藤稔」(ふじみのり)。大きな粒でとても甘く、冷やしてそのままいただきます。 品川区 まおび
- 子どもが小さい頃、産地訪問でぶどう狩りに出かけました。あいにくの雨で、雨宿りの部屋で、参加していた子どもたち15人で「UNO」(カードゲーム)で遊んだことが懐かしく思い出されました。 世田谷区 加藤 陽子

●山形県出身で「のんのん倶楽部」のものを購入していたので、記事を拝見できてうれしかったです。ぶどうの花を初めて見たので驚きました。 杉並区 山崎 祥子

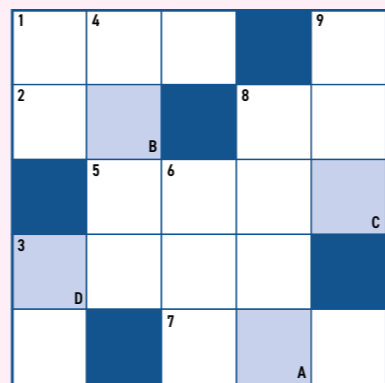
●好物のシャインマスカット特集、とても参考になりました！山形県が身近になりました。行ってみたいです。 葛飾区 高山 和子

●産後にお祝いで母が奮発して買ったシャインマスカットがおいしくて、それ以来大好物です。冷蔵庫で冷やしてそのままが1番好きですが、凍らせて食べるのも好きです。保存にも便利です。 世田谷区 H.M

●シャインマスカットは、そのままだが好きだけど、クリームチーズに黒胡椒を振ったものと一緒に食べると、素敵なおつまみになります。 港区 K-km

A~Dの順に並べてできる言葉は？

ヒント：「凧」とも書く



- ①イタリアで誕生した歌劇
- ②図工は「○○工作」の略
- ③手帳、キッチン、エンジニア
- ④ギリシャ神話の、翼がある天馬
- ⑤9回裏に○○○○ホームラン
- ⑥○○○表=スケジュール
- ⑦○○○情緒あふれる中華街
- ⑧一寸法師の刀



ヨコのカギ

タテのカギ

- ①児童文学『○○の魔法使い』
- ②「○○月」は11月、「師走」は12月
- ③「新太郎」の違う言い方
- ④「食の未来づくり運動」のために「私にできること」「私の宣言」を教えてください。
- ⑤「食の未来づくり運動」のために「私にできること」「私の宣言」を教えてください。
- ⑥各記事に関する感想や「MOGMOG」へのご意見、イラスト、写真など、なんでもどうぞ！

正解者から抽選で、10人に、**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、イラストなどは、はがきまたはホームページから送ってね。上記アドレスあるいは、右の二次元コードからアクセスしてください。



はがきで応募する場合は、右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、年齢または学年)/組合員コード/ペンネーム(希望の方)
- よく作る鶏料理は？どの部位をよく利用されますか？
- 「食の未来づくり運動」のために「私にできること」「私の宣言」を教えてください。
- 各記事に関する感想や「MOGMOG」へのご意見、イラスト、写真など、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) ※おたよりへの個別回答は行っていません。

締め切りは11月22日(水)の消印まで有効。

9月号の答え アキハレ



★宛て先

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



## 東都生協の個人宅配手数料制度をご案内します

東都生協では、子育て支援・高齢者・障害者・被爆者への配慮・助け合いの精神から、個配手数料について各種の免除制度を設けています。免除制度を利用される場合は登録が必要です。詳しくは下記までお問い合わせください。

※金額については、特にことわりがない限り、税込みの表示となっています。

### STEP 01 基本手数料+配達手数料(税込)をいただきます

商品お届け	基本手数料	配達手数料	合計
あり	146円	52円	198円
なし	146円	0円	146円

**基本手数料** 個人宅配に関する手数料です  
(商品案内・インターネットなどでの情報提供料を含みます)  
※商品案内・注文書などの配付手数料ではありません。

**配達手数料** 商品のお届けの際にいただく手数料です  
商品のお届けがない場合はいただきません

※商品のお届けがあったときのみ配達手数料がかかります。  
※チケット、増資、共済、保険、各種募金、引き売り、宅配商品のみご注文の場合は、配達手数料はかかりません。  
※生協側の都合で商品のお届けが翌週または後日になった場合、配達手数料はかかりません。ただし通常商品がある場合は、遅遅れの商品であっても配達手数料をいただきますので、あらかじめご了承ください。

### STEP 02 ご注文の金額に応じて配達手数料を割引する制度があります

1回の注文が基準額を超えると翌週の配達手数料が割引されます

1回の注文合計金額(税抜)	基本手数料	配達手数料	合計
8,000円未満	146円	52円	198円
8,000円以上	146円	0円	146円
お届けなし	146円	0円	146円

※増資、募金は注文金額に含まれません。  
※予約、早割、登録、ギフトなどの商品は、実際のお届け週の注文金額に加工されます。  
※割引される週に配達手数料が発生していない場合は割引されません。  
※チケットや宅配商品のみのお届けの場合は、配達手数料は発生しません。  
※商品が品薄のため注文制限となった際には、お届けされた数量および金額が反映されます。  
※Web注文サイト注文済み商品の合計価格表示は税込価格となります。

お問い合わせ先 東都生協 コールセンター 0120-1010-68(フリーコール) 受付時間/月曜～金曜日(祝日可)午前9時～午後6時30分

### STEP 03 各種個配手数料免除制度もあります

子育て支援・高齢者・障害者・被爆者への配慮などから個配手数料について各種の免除制度があります

#### ◆新ハローベビー割

本人もしくは配偶者が母子手帳を交付されてから、1歳未満の赤ちゃん1人につき1回のみ、申請から2年間、対象となります。

1回の注文合計金額(税抜)	基本手数料	配達手数料	合計
4,800円未満	146円	52円	198円
4,800円以上	0円	0円	0円
お届けなし	146円	0円	146円

※申請書を提出いただく際、母子手帳の目視確認を行います。

#### ◆シニア割(65歳以上の方)

2018年7月31日以前に東都生協に加入された組合員で、世帯全員または2人世帯のいずれか1人が65歳以上の場合、**基本手数料・配達手数料の全額を免除します(個配手数料無料)**。

※申請書を提出いただく際、住民票(世帯全員記載)の目視確認、もしくは「誓約書」の提出が必要となります。

#### ◆エルダー割(65歳以上の方)

2018年8月1日以降に東都生協に加入された組合員で、世帯全員または2人世帯のいずれか1人が65歳以上の場合、申請(適用)から3年間、**基本手数料・配達手数料の半額を免除します。4年目以降、基本手数料・配達手数料の全額免除(個配手数料無料)**に自動移行します。

エルダー割(65歳以上の方)	1回の注文合計金額(税抜)	基本手数料	配達手数料	個配手数料(合計)
申請から3年間	お届けあり(8,000円未満)	72円	26円	98円
	お届けあり(8,000円以上)	72円	0円	72円
	お届けなし	72円	0円	72円
申請から4年目以降(自動移行)		0円	0円	0円

※申請書を提出いただく際、住民票(世帯全員記載)の目視確認、もしくは「誓約書」の提出が必要となります。

#### ◆ハンド・イン・ハンド割(身体障害・知的障害・精神障害のある方)

加入名義者本人、または同居している方(家族・親族・内縁含む)が、身体障害・知的障害・精神障害による障害者手帳(知的障害者は愛の手帳、精神障害者は保健福祉手帳)、または被爆者健康手帳をお持ちの場合、**基本手数料・配達手数料の全額を免除します(個配手数料無料)**。 ※申請書を提出いただく際、各種手帳の目視確認を行います。

上記の各種個配手数料免除制度を利用する場合は登録が必要です  
詳しくは下記までお問い合わせください

## 理事会報告(抜粋)

### 2023年度第4回定例理事会(2023年8月24日開催)

**審議事項** ●2023年度下半期重点確認の件  
●宅配事業約款の一部改正の件

**報告事項** ●2023年7月度決算報告  
●各部署業務報告  
●組合員活動委員会報告  
●商品活動関連報告  
●理事懇談会・研修会開催の件  
●常任理事会決議事項報告

今後の理事会日程(予定)  
・11月16日(木)  
・12月21日(木)

<8月の私たち> 2023年8月20日現在 ※[ ]内は前年比

組合員数	257,249人	[100.1%]
加入	4,300人	[134.8%]
脱退	3,361人	[100.2%]
<b>総事業高</b>	<b>13,912,717千円</b>	<b>[95.2%]</b>
共同購入事業	13,318,365千円	
弁当配食事業	156,696千円	
生活文化事業	105,685千円	
生活支援事業	28,844千円	
その他事業	303,127千円	
<b>出資金</b>	<b>6,746,693千円</b>	<b>[99.6%]</b>
1人当たりの出資金	26,226円	[99.5%]
1人当たりの利用高	6,159円	[100.7%]

# MOGMOGレポート 11・12 2023 月号

REPORT 01 7月25日 渋谷サロン 「笑いヨガ」&「瞑想」体験で心身ともにスッキリ!

### 第2地域委員会主催

第2地域サポーターの西村静代さんを講師に「笑いヨガ」の体験を行いました。「ハッハ、ホ、ホ、ホ」と手拍子を打ちながら、ヨガの呼吸法を取り入れ、いろいろな笑い方をレッスン。参加者からは「日ごろ意識して笑ったことがないけど、笑うと楽しくなりますね」「これは心も体も本当に健康になります」などの感想が寄せられました。

上がったエネルギーを静める「瞑想」も体験。大小2つのシンキングベル(鈴)を使ってクールダウンし、心身ともにスッキリした後は、用意された試食品を味わいながら自由におしゃべりしました。

渋谷サロンでは、特技を披露するトライアルの場としても気軽に活用してほしいと呼び掛けています。渋谷サロンの開催はほぼ毎月1回。

お問い合わせは品川センター 第2地域担当事務局 (TEL:03-5755-9321) へご連絡ください。



REPORT 02 7月28日 「きく・みる・つくる 夏休み～子どもから大人まで伝えたい戦争のこと～」

### 第6地域委員会主催

一般社団法人東友会(※)から杉野信子さんをお迎えし、お話を伺いました。爆心地から約1.3キロの自宅で被爆した杉野さん(当時1歳)は、一緒に逃げた8歳のお姉さん、建物疎開の作業をしていた13歳のお兄さんを亡くされています。お母さんの深い悲しみ、被爆者への差別や偏見を感じながらのご自身の人生、自分や子どもに被爆の影響が表れるのではという不安、切々とお話しくださいました。

参加してくれた小2～中1の子どもたちは6人。「せんそうってなんでおきてしまったの?どれくらいかかったの?」「今でも戦争はもうあってほしくないと思っていただけ、お話を聞いてつらさや悲しさをすごく身近に感じられた」など、子どもたちの心にしっかりと杉野さんのお話が届いていました。

かたりペシート作成、戦争ぼうき作り、『原爆と人間』のパネル展示も行いました。

※広島と長崎で原爆を体験し、その後東京で生活する被爆者が結成した会



REPORT 03 8月16日 ちょっと沖縄に行ってきます! 「ひめゆり平和祈念資料館」オンラインガイドツアー

### 第7地域委員会主催

ひめゆり平和祈念資料館説明員の尾鍋拓美さんに案内をしていただきました。

展示は沖縄戦開始前の生徒たちの部活動や笑顔のスナップなど、現代に生きる私たちと変わらない様子から始まります。その後「ひめゆり学徒隊」として戦場の病院へ生徒・教師240人が送りこまれ、負傷兵の世話や死体埋葬など、過酷な状況で懸命に働く少女たちの姿へ。そして、ひめゆり学徒隊として亡くなったひめゆりの生徒と教師227人全員の写真が展示されている鎮魂の部屋へと進んでいきました。

ひめゆり平和祈念資料館は戦後40年以上経った1989年に、生存者を含むひめゆり同窓生の「戦争を二度と起こしてはならない」という強い思いから設立されました。

参加者からは「戦争への深い悲しみ、怒りを感じた。」「生き残った方の『申し訳ない』という気持ちに胸が詰まる」などの感想がありました。いのちの尊さ、平和の大切さを改めて感じたひとときとなりました。



Pick up

## 7月26日『自治体別連絡会と意見交換をしよう』報告

午前10時～11時45分 3人(文京区・多摩市)、午後1時30分～3時 3人(目黒区・杉並区)

東都生協の組合員活動では、自治体別単位で「自治体別連絡会」を立ち上げている地域があります。現在活動をしている3つの自治体別連絡会と、立ち上げを希望する方に参加いただき、新たな活動形態について意見交換を行いました。

2024年度からの活動では、新しい活動スタイルになり、2人以上の活動が「とーとフレンズ」として登録できるようになります。今までとは違い、地域委員会から切り離して1団体として

の活動となります。

「2023年度組合員活動委員会あり方検討チーム」の奥田組合員常任理事から新しい活動スタイルについての説明があり、その後、各自治体別連絡会の現在の活動を新しいスタイルに移行したシミュレーション(案)を提示しながら質問タイム。参加された方からは、いろいろな質問が出されました。



**Q1. 「とーとフレンズ」として大型企画を主催する場合は、いくらまで補助申請をすることができますか?**

A1. 補助金額上限は未定です。いただいたご意見を参考に検討していきます。

**Q2. メンバー以外の方にお手伝いをお願いした場合、その方に活動補助は出ますか?**

A2. 「活動アシスト」(活動経験者の登録・運営補助)に依頼をすると、その方に活動補助が出ます。

**Q3. 現在は自治体別連絡会は、5人以上・構成メンバーに地域コーディネーター・理事が入るなどのきまりですが、今後はどうなりますか?**

A3. 新しい制度では、「とーとフレンズ」として「2人以上から活動」が可能になりますので、自治体に気軽に関われるようになります。



食の未来づくり運動

酪農・畜産の  
史上最悪の危機に

# ～みんなdeミーティング～

国内酪農・畜産業の未来を守るために、一人ひとりができることを考え、行動する

日本の酪農・畜産の現場が大変な状況であることは皆さんもご存じかと思います。現状を知り、みんなで行動していこう！と、4月22日に緊急集会「みんなdeミーティング」を開催し、オンライン参加を含め290人の参加がありました。厳しい現状を訴える全国の生産者からのリレー報告を聞き、危機打開に向けた声明を採択しました。この動きを一時的なものにせず地域でも広げていこうと、緊急集会の動画を視聴して意見交換する活動を進めました。

(酪農・畜産経営の危機打開に向けた声明は東都生協ホームページをご覧ください)

## みんなdeミーティング@オンライン

組合員活動委員会 **開催** 2023年7月27日(木)

4.22緊急集会の継続企画として、「みんなdeミーティング」@オンラインを開催しました。当時の録画を視聴する形式で約40人が参加しました。

4.22緊急集会の様子を司会の中村明香組合員理事が報告し、次の3つの説明があり、資料を見ながら動画を視聴しました。

- ①生産現場の状況を知り、危機を伝えていく行動に繋げる
- ②日本の酪農・畜産業の継続、生産者のくらしを守るために「食べて応援」の輪を広げる
- ③食と農を取り巻く環境を正しく理解、食を選択する力を養う

視聴後のおしゃべり交流会では各グループで熱く意見交換が行われ「予想以上に厳しい生産環境を組合員が共有することが必要」「登録商品や1品余分に購入することを伝えたい」「募金活動を広げたい」「消費者は国に働き掛け、一緒に取り組むべき社会全体の問題である」「生産者を応援したい」という感想や自分ができることについて熱く語り合いました。

改めて生産者の現状を知ることによって危機感を共有し、未来につなぐための行動を考える大きな機会となりました。



集合写真もオンラインで撮影。

## みんなdeミーティング@地域委員会

第7地域委員会 **開催** 2023年8月9日(水) **会場** 調布市文化会館たづくり



会場には12人が集いました。

4.22緊急集会「みんなdeミーティング」を地域でも広げる取り組みとして開催しました。全国の酪農・畜産、養鶏などの生産者からの窮状を訴える「リレートーク」動画を視聴した後、一人ずつ意見や思いを出し合いました。

「自分には何もできないけど買いたい」「酪農家や生産者に対して国がしっかりとした対策を考えてほしい」「今のままでは後継者も育たないし、子どもや孫の代がどうなるか心配」「一人ひとりをもっと危機感を持たないといけない」「八千代牛乳を毎日飲んでます。ニュースで酪農の現場が大変なことを知り、生産者が心配で参加しました」「安定的に購入し続けることが大切」などの意見が出ました。まずは知ることが第一歩。一人でも多くの人にこの現状を伝え、商品の利用で応援していきましょう。

## みんなdeミーティング@地域委員会

第6地域委員会 **開催** 2023年8月10日(木) **会場** 世田谷区消費生活センター

酷暑の続いた2023年、ことさら酪農・畜産経営者には大変な夏でした。業界内に続く史上最悪の危機をみんなで考える緊急集会を行いました。現役の方、残念ながら廃業された方と、いろいろな立場の生産者の厳しい現状報告が画面からダイレクトに参加者に届きました。視聴後は、動画を見ながら感じたことを、ざっくばらんな雰囲気で見聞交換をしました。

「生産コスト高で苦しい現状報告が分かった」「品質維持の苦勞を知った」「多くの人にこの状況を知ってもらいたい」「今後も購入という形で応援したい」などの発言がありました。また危機打開の一つに「国産飼料の必要性、だからこそ正しく理解して行動するリーダーを選ぶことが大切」と消費を超えた動き掛けの重要性についても確かめ合いました。

最後に全員で「生産者への応援メッセージ」と「自分ができること」をカードに記入し、危機感を共有すると同時に、今後につなげる行動を再確認しました。



「生産者への応援メッセージ」「自分ができること」をカードに記入しました。

行動目標  
1 食料自給率の向上

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 日本の農業を元気に

行動目標  
3 持続可能な社会に向けて

今月のつばやき

ハロウィンが終わるとクリスマス一色に街の雰囲気は一変しますね。イルミネーションやお店のディスプレイ等、クリスマスカラーになって、華やいだ気分。ところが我家は、クリスマス直前に慌てて用意…せめて今号が出たらアドベントカレンダーを買おうと、今、正に決意しています。(M.S)

お問い合わせ

産地直結ひとすじ。いちばん頼れる生協に。

共同購入事業部 組合員活動推進グループ

☎03(5374)4756 月曜～金曜日：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