

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2024
No.478

CO-OP
東都生協だより

9

次回10月号は10月7日からの配付です

今月の産地・
メーカー

八ヶ岳マルタ

甘くてシャキシャキ♪ 八ヶ岳で育った高原白菜

特集
わたしのこだわり

みんなのお気に入り商品
大公開！

MOGMOG レシピ

高原白菜とベーコンのとろかり焼き

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

甘くてシャキシャキ♪ 八ヶ岳で育った高原白菜

高原白菜と柚子の甘酢和え

今月の産地・メーカー 八ヶ岳マルタ



昼夜の寒暖差が
おいしい白菜を育てます！

高原白菜
9月4回参考価格:
1株 2kg以上 9598円(税込645円)
1/2株カット 800g 298円(税込321円)



高原の風と土と太陽で
じっくりと育った
みずみずしいおいしさ。
生でも煮ても焼いても
漬物にしても！

八ヶ岳マルタって
どんなところ？

八ヶ岳マルタのある長野県川上村は、佐久市の南、山梨県と埼玉県の県境に位置しています。八ヶ岳山麓は標高1,200m前後の高冷地のため夏でも気温が低く、晴天率が高く乾燥した気候が特徴で、レタスやほうれん草など高温多湿を好まない作物の栽培に向いています。八ヶ岳マルタは、生産者自らの健康を維持することを願って発足。生産者は7人、平均年齢は50歳です。それぞれ栽培品目が違い、レタス、サニーレタス、ほうれん草、キャベツ、白菜などを中心に栽培しています。白菜は現在4人が栽培しており、農地面積は約10ha、年間の収穫量は約770tです。

どうしておいしい
白菜が育つの？

川上村は半世紀以上前から高原野菜の一大産地として発展してきました。ひと足もふた足も先に秋がやってくるこの地では、昼夜の寒暖差が白菜の旨み・甘みを引き出してくれます。9月半ばごろからは日中は20℃23度、夜間は平均12、13度ほどと10度前後の気温差になります。6品種を栽培し、9月出荷の「信州大福」から始まり、「黄芯スプリンター」「黄だて」「黄染」「新理想」「めぎめき」とリレーしていきます。いずれも甘みが強く、葉肉が厚くシャキシャキしており、生で食べてもよく、漬物・煮物にも向いています。

産地のおすすめレシピ
(上の写真)をご紹介します

土づくりにこだわって作った白菜はみずみずしくクセのない味わい。サラダなどで生食もおすすめです。

【高原白菜と柚子の甘酢和え材料2人分】
白菜1/8株・塩小さじ2/3・柚子汁大さじ1、お好みで柚子皮少々・甘酢（酢大さじ3、砂糖大さじ8）、ごま油小さじ2

①白菜は5cmに切る。柚子皮は細切りにし、水であく抜きをする。

②ポリ袋に白菜と塩を入れ、からめてから10分置く。

③白菜がしんなりしたら水洗いし、水気を絞って調味料と柚子皮を加えて完成。

一所懸命に作った白菜を おいしく食べていただきたい

代表の川上紀夫さんは家業の農家を継ぎ、50歳の頃、自然にも体にもやさしい農産物を作りたいと、志を持った仲間と八ヶ岳マルタを1991年に立ち上げました。東都生協とは当初からのお付き合いです。「味作りは土づくりから」を合言葉に土づくりを主眼とした取り組みを長年行い、安全・安心を大切に「除草剤は使用しない」「肥料は有機質を多めに」など、こだわりの

八ヶ岳マルタの皆さん
(後列左から2番目が川上紀夫さん、前列右端が長男の秀実さん、左端が次男の耕志さん)



守り続けています。

マルタオリジナルの有機肥料「モグラ堆肥（畜ふんを使わず作物に良い影響を与える微生物の繁殖を促す米ぬか、カニガラなど17種類の原料を混ぜ合わせて発酵させ、作った堆肥）」を土壌に十分に入れて栽培しています。モグラ堆肥以外でも有機質肥料をたっぷりと使用し栽培しています。

土中の微生物を大事にしたいとの思いから、善悪ともに微生物を殺してしまう土壌消毒を行わず、土に負担をかけない工夫



川上耕志さんと奥さん

一所懸命に作った白菜をおいしく食べてもらいたいという気持ちで伝わってきました。

colum
コラム

白菜を上手に保存するには

ま るごと保存する場合は、キッチンペーパーに包んでから新聞紙で全体を包みます。日光が当たらない涼しい所（夏場は野菜室）で保存してください。その時に野菜を立てて保存すると長持ちします。カットしたものは、芯があると鮮度が落ちるので切り落としてください。冷凍保存も可能です。ざく切りしたものを小分けしラップに包んでから保存袋へ入れ、冷凍庫へ入れてください。

MOGMOGレシピ 20分 調理時間

高原白菜とベーコンのトロカリ焼き

材料(2人分)
白菜...1/4株 にんにく...2片
ベーコン...60g 油...適量
塩...ふたつまみ 唐辛子...1本
黒こしょう...お好みの量

油を多めに入れて揚げ焼きにすることで、白菜がよりトロツと甘くなります。辛みが苦手な人は、唐辛子は入れなくてもOK。

作り方
1 白菜は縦半分に分ける。にんにくは潰して、ベーコンはひとくちサイズの短冊切りにする。

2 フライパンに油を多めに引き、つぶしたにんにく、唐辛子、白菜、塩をひとつまみ入れ、ふたをして弱火で5分間焼く。

3 白菜に焼き色が付いたら裏返して、ベーコンを加える。さらに塩ひとつまみを入れて、ふたをして5分間焼く。

聞いて、聞いて♪ わたしのイチ推し!



小金井市 小林眞理さん

具材の絶妙なコンビネーション! ★東都わかめ

わかめは水でもどしてざく切り、卵はスクランブルエッグを作っておく。太めの千切りにしたピーマンをごま油で軽く炒め、わかめ、スクランブルエッグの順に入れてしょうゆで味を付ける。

中央区 Keiさん

ひと手間のマジック

★東都昔ながらの
直火焼きナポリタン

育ち盛りの子どもの夜食に。供給後冷凍せず冷蔵したナポリタンに細かく切ったゆでたピーマンを絡めます。コーン缶と信州あづみのノンホモびん牛乳をミキサーにかけ、ゆでておいたブロッコリーを追加しミキサーにかけたブロッコリーのコーンスープを添えていただくと栄養満点で宿題も進みます。



杉並区 カカポさん

専属シェフは朝食にも活用

★東都国産小麦使用
ホットケーキミックス

フライパンで焼く以外にマグカップに材料を入れて、電子レンジでチンでも簡単に食べられます。材料は、卵と牛乳を合わせるだけ。青汁やすりごまを混ぜてもOK。写真は、息子(高校生)が、朝食用に作ってくれたものです。

川崎市 京谷美智子さん

まるでレストラン♡

★東都北海道産あさり貝

海鮮グラタンの具として、玉ねぎ、マッシュルーム、エビ、イカなどとともにバターで炒めて入れています。



世田谷区 メイプルさん

ボリューム&バージョンUP

★東都さばのみぞれ煮

つるんとした絹ごし豆腐が甘めのたれとよく合うと思います。今回はねぎだけ散らしましたが小松菜やほうれん草などを足すことが多いです。

足立区 ジュンちゃんさん

二日酔いにも効く?!

★東都高原夏摘み
トマトジュース(食塩無添加)

タコライスを作ってみました。トマトケチャップ、酒、ポイルエビ、スライスチーズなど東都生協の商品が大活躍。洋風の煮込み料理やカレーの隠し味、タコスにと大活躍で箱購入をしています。息子が、二日酔いの時も飲んでいるようです。



八王子市 あいにやさん

いつも具たくさん!

★東都
ほうとうどん
(生うどん)

商品部
イチオシ!

かぼちゃや葉物野菜と一緒にほうとう鍋にしています。味噌がスッパリとどくなく、包材に書いてある通りに作るだけでおいしくいただけます。だし汁は、かつおだしです。いつも、具たくさんになり、ほうとうは隠れ気味(笑)



みんなの お気に入り商品大公開!

MOGMOG2月号アンケート
結果発表!!

商品案内「Sanbonsugi」で見かけるえんじ色の「わたしのこだわり」マーク。これは、東都生協でしか手に入らない独自商品のマークなんです。約200点ある「わたしのこだわり」から、お気に入りをアンケートで答えてもらいました。あなたのお気に入りも見つけてくださいね!

東都国産丸大豆

しょうゆ 900ml

578円(税込624円) 毎週

【ぎんまる星醤油】

声

毎日必ず使う我が家のベースの味です。しょうゆ+みりん+料理酒+かつお節+だし昆布でめんつゆを作って冷蔵庫に常備しています。納豆の味付けはこのめんつゆとオリーブオイルです。納豆のたれがいりません。

(市川市 中山知恵子さん)

人気
No.1
RANKING



人気
No.2
RANKING

東都みそ 750g

390円(税込421円)

【松亀味噌】 毎週

声

濾してある味噌なので、みそ汁に、みそ焼きに、酢味噌あえにも使いやすい!

(杉並区 こんぺさん)



東都肉餃子 25個425g 隔週

668円(税込721円) 【美勢商事】

声

我が家の冷凍庫の主。具と皮のバランス良し。My餃子といえばこれです。自社生産の野菜が材料と聞いてますますファンになりました。

(世田谷区 シュナシュナさん)

人気
No.3
RANKING



東都北海道
鮭荒ほぐし

55g×2 毎週

【ぎょれん総合食品】



商品部
イチオシ!

498円
(税込537円)

北海道沖で漁獲した秋鮭を使用。蒸した後に焼きを入れて荒ほぐしに。骨取り処理をしていますが、まれに小骨が残る場合があります。

東都ボンレスハムスライス(信州ハム)

52g 隔週 210円(税込226円) 【信州ハム】

国産豚モモ肉使用。保存料・発色剤を使わずに製造した無塩せきハム。標準4枚入り。



人気
No.4
RANKING



東都国産焼いておいしい
ソーセージ(信州ハム) 110g×2

475円(税込513円) 毎週

【信州ハム】

国産豚肉・南国元気鶏ムネ肉使用。保存料・発色剤を使わずに製造した無塩せきソーセージ。



東都そふと揚げ 100g×2

235円(税込253円) 毎週

【須黒食品】

東都きぬごし豆腐を菜種油で揚げたなめらかな食感。

人気
No.5
RANKING



東都トマト
ケチャップ
(国産トマト)

300g 毎週

458円

(税込494円)

【オタフクソース】

国産完熟トマトの甘みを
生かしました。

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ます。



スタッフの皆さん キャラクター付エプロンで子どもたちと会話が弾みます

団体名 大森東しあわせ食堂

設立 2016年12月 ボランティアの受け入れ あり
代表者 諏佐 史枝さん 広報ツール 社協のホームページ、チラシ
活動拠点 大田区
活動内容 フードパントリー、子ども食堂
メンバー ボランティア 12人

東都生協提供野菜に「ありがとう!」の笑顔いただきました!

助成団体紹介
Vol. 14



イベント会場のように楽しい場でありたいという願いと共に♪

訪問した5月24日は気持ちの良い季節。子どもたちは、前回配布の食材おすわけセット(お楽しみ袋)が入っていたマイバッグとあめ1個を交換。次に、今日のセットと一緒に、東都生協提供の野菜1品をお好みで選んでもらいます。マイバッグの返却はあめと交換のチケット代わり。環境に優しい取り組みが自然にできていました。

「『子ども食堂をやりたい』の声掛けから14人で始まりました」と代表の諏佐史枝さん。「紙芝居やマジックもあるイベント会場のような食堂。例えば児童館に行くように来てほしい」— 設立からの思いは変わらず、訪問当日も装飾の電光が雰囲気盛り上げていました。「コロナ禍を経て、月1回の食堂よりパントリーでの数回分の食事提供という長所を生かしたい」とは、組合員で申請者の伊藤豪さんの説明です。

「精肉は保存場所がないので、東都生協からの当日供給品で当日配布ができるのはうれしい。今後も期待しています。保存料・発色剤不使用のソーセージやベーコンも喜ばれ、行事のある時に配布しています」という言葉に、募金が役立っていると実感しました。子ども食堂の頃からのおなじみという利用者は「野菜が他とは違います。大根を切ったら水気がほとばしり、違いを大きく感じました」とカメラを向けるとニコリ。多くの満足の声を聞いて安心しました。



日野すみれ塾代表の仁藤夏子さん

団体名 無料学習塾 日野すみれ塾

設立 2017年11月 メンバー ボランティア
代表者 仁藤 夏子さん ボランティアの受け入れ あり
活動拠点 日野市 広報ツール チラシ、SNS、日野市広報誌
活動内容 さまざまな事情で有料塾に通っていない、小・中学生を対象にした学習支援

助成団体紹介
Vol. 15



笑顔と活気にあふれる場所

午後4時を過ぎると、扉を開けて一人また一人と子どもたちが入ってきて、あっという間に教室内はにぎやかな声に包まれます。小学生(小4以上)は月2回、中学生は週1回の通塾と2回のオンライン。おむね子ども1人に講師が1人付くという手厚い態勢です。

講師や運営のサポートを務める皆さんは、代表の仁藤さんのSNSを見て「楽しそう」「子どもが好き」「面白そう」とボランティア(無償)で集まった人ばかり。講師の経験がない主婦や大学生、近所の方たちと、その多様な背景に驚かされます!

さまざまな事情を抱える有料塾には通えない子どもたちに、勉強方法や学習習慣なども丁寧にサポート。

夏、冬の合宿、季節の行事を取り入れながら、すみれ塾は高校受験を迎えます。上位校と呼ばれる都立高校への合格者も多く、卒業生の文集には感謝の気持ちや、人の温かさ、そして「今度は自分がここで教えたい」といううれしい言葉もつづられていました。

「7年前、たった一人で立ち上げた塾がたくさんの人に支えてもらってここまでできました」と仁藤さんも感慨深い様子でした。

合宿では東都生協から届く食材が大活躍しそうです。たくさん食べて目標に向かって頑張れ!



今日も頑張って勉強するよ

もっと知ってほしい! わたしのこだわり

9月号特集 わたしのこだわり

「わたしのこだわり」は、東都生協のプライベートブランド(PB)商品です。

「いつまでも、安心で、おいしく、楽しい食卓のために、つくる人と食べる人が一緒に考え、あなたの食のこだわりに応える」と7つの「ブランドの約束」(右下参照)をコンセプトに2013年10月に登場しました。

例えばスーパーなどのPB商品がメーカー商品よりも「ちょっとお安い」という印象に対して、「わたしのこだわり」の特徴は一言でいうと「ちょっといいもの」。「他では購入できない優れた商品はすぐ分かるようにしてほしい」という声を受けて誕生し、組合員のこだわりと願いに応え続け、みんなの暮らしを豊かにするために開発を続けています。

秘

パッケージのひ・み・つ

よく見てみてね!



白地に黒の商品名、えんじのロゴマークと東都生協の印で、統一感、一貫性のある包材デザイン。でも、背景のうぐいす色の柄のデザインはカテゴリーごとに魚は波、豆腐は大豆...と違うんですよ。

声に答えて!

2年ごとに商品を見直し



組合員の商品モニターにより、7割以上の方が「おいしい」と評価した商品に「おいしい」マークが付きます。また、2~3年に1度商品の見直しを図り、再度「おいしい」と評価されると「おいしい②」「おいしい③」...と丸数字が増えていきます。

おいしい

おいしい②

おいしい③

おいしい④

作り手のこだわり紹介

「東都サラの白神ソフトフランス」、「東都サラのまるパン」は、北海道津別産小麦だけを使用しています。

最も大切にしているのは、食べるお客様への「愛情」。

その原点は、創業者が大切な家族のために生み出した独自の製法の「引き算のパンづくり」。サラとは「新しいこと」、「純粋なこと」という意味の「まっさら」に由来しています。純粋で混じりけのないサラの初志を貫き、これからもおいしさと安心を以って選ばれる商品を提供していきたいと思っています。



(株)サラ秋田白神
工場長 黒須健一さん

動画で学ぼう~

「わたしのこだわり」商品のまるわかり動画

東都生協ホームページ「東都生協『食』の学校」を登録後、専門講座【商品丸わかりオンライン学習会】をご覧ください。



オンライン学習
プラットフォーム
東都生協「食」の学校



人にはそれぞれこだわりがあります。服装や髪型、生活スタイル、そしてやっぱり「食」。一品一品が存在感ある東都生協のPB商品「わたしのこだわり」は、まさに毎日の食卓のお助け人! 素材から吟味されていて、

調味料からお惣菜まで幅広い取り扱いがあります。「もっとこんな風にしてほしい...」の声も大歓迎です。みんなの利用で私たち組合員の「わたしのこだわり」商品を育てていきましょう。





携帯トイレの設置方法や備えて置く
と良いリスト、大変参考になりました。
杉並区 てって

災害時のトイレについての特集
記事、「東都生協『食』の学校」
の動画と共に勉強になりました。ま
だ知らない方も備えていない方もい
ると思うので、知ったことを伝えてい
きたい。
足立区 こわも

注 文の量が少なく申し訳なく思っていますが、
とても有り難く、助けられています。特に
供給担当の声掛けには
元気をもらっています。感謝です。
大田区 渡辺 紗多子



6月号の
アマグツ
の答え

ブルーベリーの花は可憐でかわい
いですね。狭山ベリーランドのブ
ルーベリーを加えてスコーンを作りま
した、甘酸っぱくておいしかったです。
稲城市 ちいかわぼう



おしえてQ&A!のトマト
ジュースについての
回答が、東都生協の食や産
地に対する姿勢を表してい
て興味深かったです。
品川区 ごろねこ

「果物」に
まつわる
エピソードを
教えて
ください!

●今は亡きおばあちゃんの家の
のびわといちじくが大好き
でした。スーパーで買うもの
とは比べ物にならない味の
濃さ。ご近所さんにもら
ったびわがおばあちゃんの家の
に似た味でとても懐かし
くうれしい気持ちになりました。
杉並区 じえじえ

●ベジボンで育てたメロンお
いしかった～。おかげで購
入金額増えています (^-^)
八王子市 みみりん

●さくらんぼ狩り、いちご狩
り、みかん狩りなど果物狩り
に行きましたが、成っている
物を探って食べる爽快感は、
忘れられません。
江戸川区
天野 邦子



●今は農家になる若者が少なく
なっています。食べ物を大事
にして残さないように自分の
腹八分を知ってもらいたい。
東大和市 すずらん

●誰も犠牲にしない、安全・
安心な食材をお腹いっぱい
食べられる未来にして
いくからね ^^
横浜市 吉成 幸子

●何事も私を批判する娘が、感謝している
のは、好き嫌がなく何でも食べられるよ
うに躰けられたことだとのこと。食べ方
がキレイとかおいしそうに食べるねと言
われ、時にはご馳走してもらえます。そう
です。
川崎市 リュウバアバ

●千葉の梨畑に行って食べた梨が大
変おいしかったのを思い出します。
豊島区 小島 恭子



●杏、びわ、いちじくの果物が庭にた
くさん成り、お腹が空くと木登りを
して食べていましたが、お金を出
して食べるようになるとは思
いもよらなかったです。
府中市 楓 祥



「未来の子どもたちに
伝えたい」こと



食の未来づくり運動

MOGMOG

A～Dの順に並べてできる言葉は?

A	B	C	D



ヒント
秋の夜長

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

タテ
のカギ

- ①四字熟語「○○○本願」
- ②お風呂場のこと
- ③金字、広告、司令
- ④温泉○○に泊まる
- ⑤苦肉の○○で急場をしのぐ
- ⑥番組などのMC

ヨコ
のカギ

- ⑦評価で、優と可の間
- ⑧コスモスは○○科の花
- ⑨モナコは人口○○○が高い
- ⑩猫も○○○○も＝みんな
- ⑪これで包丁をとぐ
- ⑫「犀」と書く動物



組合員から寄せられた声や質問にお答えします。

今回は、本誌p.4～6の特集と関連し、東都生協プライベート
ブランド(以下PB)商品「わたしのこだわり」に関するQ&A特集
です。

商品案内の水産のページの切身や丸物の写真はザルに
盛っており、全体量が分かりやすいが、袋だけの写真
のときがある。魚は全て同じ表示の状態で載せてほしい。

東都生協のPB商品「わたしのこだわり」商品は、魚
に限らず肉や菓子、乾物類を含め、統一デザインの包材
を使用しており、デザインを組合員の皆さんに覚えていた
だけることを目的に、商品案内紙面に包材画像を最優先
で掲載していました。今回のご意見を受け、魚の切身の
ような包材画像だけでは商品形態が分からない商品につ
いては、全体量が分かりやすい画像の掲載を行うように
変更いたしました。この度は改善につながるご提案をい
ただきありがとうございました。



「わたしのこだわり」商品の信州ハムで製造しているハ
ム、ベーコン、ウインナーに「国産の豚肉を使用」と
書いてありますが、どこの産地の豚肉を使用しているの
でしょうか。

信州ハム株式会社製造
「わたしのこだわり」商品の
ハムなど加工品の豚肉の
産地は、「国産」の範囲で
管理をしており、ここ1年間
で使用量の多い順は、千葉
県・青森県・宮城県となっ
ています。



「東都マヨネーズ」がリニューアルしたので購入したが
味が違う。仕様変更になったのでしょうか。

製造メーカーの変更に伴い、以下のように仕様変更
になりました。

- ①なたね油：分別生産流通管理されている製品へ変更し、
配合率を微量増やしました。
- ②鶏卵：引き続き東都生協の産直産地の(有)匠瑤ジ
ピーセンターの鶏卵を使用し、配合率を微量増やしま
した。
- ③醸造酢：変更はありません。
- ④砂糖：変更はありません。
- ⑤食塩：配合率を微量減らしました。
- ⑥たん白加水分解物：配合率を微量増やしました。
- ⑦香辛料：配合率を微量増やしました。

この商品は1985年からのロングセラー商品で、極力
食味に変更がないように2022年11月から6回の試作を
行いましたが、マヨネーズの製造は油と他の原料を混ぜ
合わせて行う特性から食味の仕上がりが非常にデリケート
で、完全に同一の食味へ変更することは難しかったのが
現状です。

そのため、これまでに利用したこと
のある組合員を対象に変更前と変更後の
試食モニターを実施しました。アンケ
ート結果は「非常においしい：15.1%、
おいしい：62.8%、どちらかといえ
ばおいしい：16.3%」でした。PB商品
は、組合員の皆さんの声を聞きなが
ら見直しができる仕組みの商品で
すので、引き続き声をお寄せくだ
さい。



商品案内の調味料は、原材料など記載されている商品
もあるが、記載されていない商品もある。全ての商品
に記載されているとよい。

原材料は、東都生協PB商品「わたしのこだわり」シ
リーズ、新登場・リニューアル品を優先し、表示を行って
いますが、それ以外のものは、インターネット注文サ
イトでご案内する仕組みを実施しています。注文サ
イトの各商品の商品名をクリックし、個別の商品情
報掲載ページを表示させると、その中に原材料が掲
載されています。

なお、一部商品について注文サイトでも表示でき
ない商品が存在しています。この場合はコールセン
ターにお問い合わせいただければ、少々お時間を
いただきますが確認の上、返答させていただきます。

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。



はがきで応募する場合は、
右記の内容を
書いて送ってね。



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。



- 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)
- 「白菜」など冬野菜のお気に入りレシピや
エピソードなどを教えてください。
- 「食の未来づくり運動」、あなたが実践し
ている「食材を無駄にしない工夫」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、写真などもお待ち
しています!

※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おりません。

締め切りは
9月25日(水)の
消印まで有効。



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

第50回 通常総代会を終えて

2023年度は、設立50周年を記念して、お世話になった方々への感謝とともに、大切な食を未来につなぐ数々のイベントを開催しました。食の楽しさ、生産者と消費者のつながりの大切さ、日本農業や地球環境の今日的な危機などを共に学び、未来に向けた私たちの重要な役割を再確認しました。世代交代と時代の変革期という大きな転換点を迎えた産直の東都生協として、2024年度は多くの仲間を増やして利用基盤を強化するとともに、厳しい事業環境にも耐えうる経営構造を構築することが重点です。とりわけ人材の確保と能力開発に向けた改革は待ったなしです。

持続可能な農業や農村の発展に向けては、購買力だけでなく、心のつながりをはじめとして、農作業や農村の活性化に向けた直接支援など、多様なかたちで応援していくことが次世代産直のテーマです。食や農へ理解促進も、安全性だけではなくSDGsの視点、食材のこだわりによるおいしさの実感、その調理方法の習得、食を囲んだ楽しいコミュニケーションの場づくりなど、多様な人々が関わりながら、感動や共感が醸成できる活動が重要になります。生産者や取引先から選ばれ、地域で頼られる生協として発展できるように皆の知恵と力を集め大きく前進していきましょう。



理事長
風間 与司治
かざ ま よ し はる

5月20日 生活文化事業部
住まいるフェスタ開催！

●お問い合わせ
生活文化事業部
0120-80-0103

「住まいも東都生協」ホームページはこちら↓



監事会だより

現在、監事会は、第2回定例監事会で決定した「監査方針及び監査実施計画」に沿って肅々と監査活動を進めています。その中で監事会が今年度重点的に監視・検証する事項は、昨年度に引き続き(1)草加要冷セットセンター稼働および基幹システム刷新に係る投資等を中心とした内部統制の状況(2)経営構造改革の進捗状況(3)各事業所におけるコンプライアンスの状況(4)各配送センターにおけるマネジメントの状況および新たな組合員活動スタイルでの地域委員会等組合員活動への支援・連携の状況(5)安全運転に係る取り組みの進捗状況(6)資産・什器・備品の管理状況に加え、新たに(7)2024年度の赤字予算計画に係わって、経理・会計に係る監視・検証の強化とともに、顧問会計士・顧問税理士・顧問弁護士との意見交換・ヒアリングなどの取り組み。(8)2023年度に資産計上を決めたT2パックの資産管理について管理の方法、状況の監視・検証です。

監事会の監査は、主に理事会等重要会議への出席、常勤理事などからのヒアリング、決算関係書類等の内容に関する検証、各事業所等の実地調査で構成されています。今年度は、調布センター、国立センター、町田センター、足立センター、草加要冷セットセンターを実地調査対象部署としました。その他各監事が独立して実施する監査や調査が加わり、そして、公認会計士および業務内部監査担当との三様監査連携を図りながら、2024年度末の監査報告を目指しています。



2023年度 第16回定例理事会(2024年6月6日開催)

報告事項 ●2024年度役員人事委員会設置と委員確認の件
●内部統制の取り組みに関する報告の件
●各部署業務報告

2024年度 第1回定例理事会(2024年6月13日開催)

報告事項 ●2024年度理事会等の開催日程確認の件
●2024年度における組合員常任理事の役割分担の件
●2024年度理事会設置委員会および関係団体等への派遣委員確認の件
●常任理事会決議事項報告

2024年度 第2回定例理事会(2024年6月20日開催)

審議事項 ●2024年度第50回通常総代会のまとめ確認の件 (その1)
●2024年度総代定数確認の件

報告事項 ●2024年5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
●理事懇談会開催の件
●男女平等推進評価委員会からの評価報告に関する件
●常任理事会決議事項報告

<6月の私たち>

2024年6月20日現在 ※[]内は前年比

組合員数	262,113人	[102.1%]
加入	4,783人	[182.4%]
脱退	3,170人	[147.5%]

総事業高	8,411,863千円	[99.8%]
------	-------------	---------

共同購入事業	8,055,231千円
弁当配食事業	98,796千円
生活文化事業	60,599千円
生活支援事業	18,890千円
その他事業	178,347千円

出資金	6,629,352千円	[99.6%]
-----	-------------	---------

1人当たりの出資金	25,292円	[97.6%]
1人当たりの利用高	6,137円	[100.2%]

今後の理事会日程(予定)

・10月17日(木)・11月14日(木)

MOGMOGレポート

9 2024
月号

アレルギー学習会

3月18日

商品委員会

講師に武内澄子さん(食物アレルギーの子を持つ親の会代表、元東都生協アレルギー相談員)をお招きし、オンラインで開催しました。参加者は29人。

食物アレルギーの症状、食材の表示、アナフィラキシーの対応などについて学びました。アレルギー発症原因は、乳・卵・小麦の順に多く、最近ではナッツ類のアレルギーも増えています。花粉症の人が果物にかゆみなどを感じる場合は、アーモンドなどのナッツに反応することがあり、ベビー用マッサージオイルの原料として使用されるナッツ類からのアレルギーも報告されているので、原料表示の確認が必要です。原因や症状は人それぞれ異なるため、自分の体と向き合い、適切に対応することが大切だと学びました。

さらに、食物アレルギーを持つ人が孤立しないように「かわいそう」と思うのではなく「がんばっているね」と見守ってほしいという先生の言葉が印象的でした。

参加者からは、「情報は変わっていくので、これからもこのような学習会を続けてほしい」という声が寄せられました。

旧陸軍登戸研究所
史跡見学

4月6日

第8地域委員会

好評につき再実施となった人気企画です。今回は定員を増やして2グループ制にしましたが、それでも落選の方が大勢。最終的な参加者は54人です。

登戸研究所の史跡は、明治大学生田キャンパスの中にあります。資料館では山田朗館長(文学部教授)の解説が分かりやすいと好評。風船爆弾や偽札の模型・レプリカが特に注目を集めました。史跡見学に加えてビデオ視聴もあり、盛りだくさんの3時間でした。

当日は交通機関の乱れで一部開始が遅れましたが、地域委員会メンバー、このゆびとまれのサポーター計6人による案内でスムーズに進行了しました。スケジュール表や道案内も入念に計画されており、小中学生から80代までの幅広い層が参加し、男性も多数。「軍の裏の活動の一端を知れた。戦争は奥が深い」「素晴らしい企画で繰り返し実施してほしい」と皆さん満足の様子でした。

風船爆弾。実物はこの10倍の大きさ



ツナグ・カフェ

5月23日

第1地域委員会

ツナグ・カフェの前に行われていた学習会から残った方も多く、開始前から地元の話題で盛り上がる中、開始時刻を過ぎて数人が合流し、東都生協の飲み物やお菓子を試食しながら和やかな雰囲気です。参加者は10人。男性の参加者もいました。先月のコープ化粧品講習会の参加者が知識を披露すると、皆が興味津々に聞き入っていました。商品お届け用ポリ袋の形が変わった話題では、率直な感想に全員が大きくうなずく場面も。最近「とーとフレンズ」の活動を始めた方が組合員理事に質問したり、みなさんの注文時の失敗談などでも盛り上がり、あっという間に楽しいひとときが過ぎました。

参加者からは、「生協は単なる購入だけでなく楽しい」「出会いがあってよかった」「活発な活動に感謝」「いろいろな話を聞けてよかった」との感想が寄せられました。あなたも地域の企画やサロンに参加してみませんか。

Pick
up平和募金
企画

東京都慰霊堂を訪ね、戦災と震災の歴史を学ぼう

開催日：4月20日 組合員活動委員会

東京都慰霊堂

東京大空襲と関東大震災の犠牲者を合わせて16万3千柱の遺骨が納められている東京都慰霊堂(墨田区)を30人の組合員が訪れました。ご夫婦、小学生のお子さん連れなど、さまざまな方の参加がありました。

慰霊堂は、複数の宗教的要素を取り入れて設計されています。神社仏閣のような外観に、鳥や龍のような妖怪が配置されており、厳かな雰囲気を保ちつつ、異なる宗教や文化を持つ人々がそれぞれの思いを胸に祈ることができるよう配慮されています。

参加者は、(公益財団法人)東京都慰霊協会の武井増雄



慰霊堂内で「炎の記憶」を視聴



震災記念屋外展示場

事務局長からお話を伺い、DVD「炎の記憶」を視聴し、祈りを捧げました。

その後、参加者は2つの班に分かれて、イヤホンを通して墨田区まちあるきガイドの解説を聴きながら、初夏のような日差しの下で色とりどりの花々が咲く横網町公園を散策しました。

参加者の感想をいくつか紹介します。

「大地震や空襲の恐ろしさ、人間の弱さを再認識できた」「デマに惑わされず、互いを思いやる気持ちを大切にすべきだ」

「命を得ていることの奇跡性を感じ、未来への平和を願う」

参加者の感想は、年度末に発行される「戦争体験文集&平和募金企画参加者感想文集」に掲載される予定です。

長野の棚田で田植え体験&交流

～金芽米長野コシヒカリ・あきたこまちのふるさと

長野県小諸市に行ってきました～

開催 2024年5月25日



時折強風が吹く曇り空の下、池袋駅西口に16組が集合し、バスに乗り込みました。おとな23人、小学生7人、小学生未満のお子さんも4人と公募に当選した幅広い年齢層が参加です。

「無洗米金芽米長野コシヒカリ」「無洗米金芽米あきたこまち」のメーカー東洋ライス(株)の北本課長、東都生協農産グループ米担当小俣職員、東都生協ワーカーズ「食と農を楽しむ会」の鈴木さんの引率で定刻通り午前8時出発。小諸インターチェンジを降りてすぐのJA東信会館に11時前に到着しました。風の涼しさで高原を感じます。ここは、浅間山を北に望み、南に八ヶ岳がそびえる高地で、豊かな水量、昼夜の寒暖差がある自然環境が、おいしい米や野菜を育みます。

小諸市の佐藤農林課長とJA佐久浅間・JA全農長野のスタッフの皆さんに出迎えられ、着替えて、いよいよ田植えに出発。会館から季節の花々が咲くあぜ道を歩くと、すぐに到着。棚田の持ち主、小林さんをはじめ6人の生産者が準備万端で歓迎してくれました。



一斉にスタート

中腰は大変な作業!



浅間山をバックに



はじめはちょっと歩きにくい



小諸の湧水「弁天の清水」

「根付かせるためには、土に刺すように植えることがポイント」とのアドバイスを受け、各自手に苗を持って、いよいよ田んぼに入ります。田植えの目印となるオレンジ色のロープが渡してあり、これに沿ってグループごとに整列。泥に足が入る感触、水田の水温を感じながら、ロープに記されている赤い目印に植えていきます。

1列植え終わるとロープの位置をずらし、作業を続けます。場所を移動するにも足を取られて、なかなかスムーズにいきません。いつの間にか服のあちこちに泥が飛んでいます。

10メートル四方の棚田は30分ほどで田植えが終わりました。バケツの水で軽く泥を落とした後、小諸の湧水「弁天の清水」に徒歩移動。道中にカエルを見つけてはしゃぎ子どももいました。

室町時代から記録があるという弁天の清水は豊富な湧水で、ひんやりして、天然のミネラルウォーターでした。

着替えて戻った参加者と地元の皆さんとで交流をしながらお弁当タイム。

JA佐久浅間が運営する道の駅「ヘルシーテラス佐久南」に併設されている郷土料理レストラン「咲恋テラス」。特製弁当に入っていた「金芽口ウカット玄米と金芽米」のおにぎりに「普段おにぎりを食べない子どもがパクパク食べた」と複数のママから喜びの声も。

具なしでもおいしい、家で食べるよりおいしいとの感想もありました。

田んぼの土が気持ちよかった、土地の雰囲気もすてきだったとの声が寄せられ、親子で「感動体験」ができた産地・交流訪問となりました。



金芽口ウカット玄米と金芽米のおにぎりの特製弁当

今月のつばやき

「少し涼しくなると、ついつい注文数が増えるような…」食欲の秋に向かって“組合員あるある”かな? いつもはスルーする商品も、今日はおいしそうに見えたから試してみる。あら、思ったより好きだった。これが私の「わたしのこだわり」商品利用への第一歩。自分の味覚を信じてみる。今年も本格的な秋が楽しみです♪ (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



東都生活協同組合