

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2025  
No.485



# 16

次回7&8月号は7月7日からの配付です

さっぱり、つるんと  
沖縄味付もずく

今月の産地・  
メーカー  
株井ゲタ竹内

特集

総代やってみよう  
あなたの思い、  
伝えてますか？

MOGMOG レシピ

もずくだれでいただく  
冷やし中華

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



国際協同組合年

# さつぱり、つるんと 沖縄味付もずく

今月の産地・**（株）井ゲタ竹内**  
メーカー



まろやかな三杯酢の優しい味わい。  
食卓に涼を運ぶ小さな一杯。  
夏に向けて、さつぱり、つるんと、  
もずくのある毎日をはじめませんか。

## 「協創」関係 恩納村漁協との

当初は隠岐の島産の糸もずくを使用していました。1987年から沖縄産の糸もずくを原料に使い始め、現在に至ります。

背景には、海洋汚染や生産者の高齢化があります。消費者からの需要が増える一方で、原料調達に難しかったのです。

そこで、当時、太もずくの養殖を始めていた沖縄県の生産者に、糸もずくの養殖をお願いすることになりました。

品質の良いもずくを安定的にお届けするには、産地との

株井ゲタ竹内工場外観



ホースで吸い上げて収穫します



船上で粗選別後、水揚げします

海中に広がるもずく網



沖縄・恩納村の美しい海



恩納村漁協  
代表理事組合長  
金城治樹さん

海人(うみんちゅ)が自信を持って大切に育てたもずくです。皆さんに食べていただくことで、僕たちは安心してもずくの生産を続けることができます。そして、それは健全な環境保全にもつながっています。うさがみそーれー(お召し上がりください)。

11月に種付けし、1月〜2月ごろが収穫時期です。

収穫は、ホースで網から海水と一緒に吸い上げます。もずく網は、海中でもずく以外の海藻やいるいるな生物の棲み家にもなっているため、まづ船上で粗選別を行います。水揚げされたもずくは塩蔵で缶詰にされ、鳥取県の(株)井ゲタ竹内へ運ばれます。その後、手作業で異物が残っていないか選別し、味付け。安全で安心、そしておいしい商品をお届けしています。



株井ゲタ竹内工場の皆さん



恩納村漁協などから届いたもずくは、異物がないか触って確認します



意外と知らないもずくの種類と違い

もずくには、大きく分けて「糸もずく」と「太もずく」があります。見た目は似ていますがまったく違う種類の海藻です。

糸もずく(標準和名:モズク科モズク)は、つるつると口当たりがなめらかなのが特徴です。もともと日本海沿岸などに生息していましたが、海洋汚染や生産者の高齢化もあり、現在は沖縄県で養殖されています。

太もずく(標準和名:ナガマツモ科オキナワモズク)は、太く中空でもずくの中にぬめりがあり、コリコリとした歯応えがあるのが特徴です。その和名の通り、沖縄県が生息地です。

「味付もずく」を商品化

(株)井ゲタ竹内は1947年に竹内佃煮製造所として創業。1958年、地元鳥根県・松江のデパートが開業した際に、隠岐の島産のもずくを量り売りで販売し始めたのが始まりです。

1971年当時、鳥根県の隠岐の島で採れていた天然もずく(糸もずく)を全国に先駆けて味付けパック入りの商品として販売を開始しました。

山陰地方では昔から、収穫したもずくを塩蔵で保存し、料理に使ってきました。お祭り、お祝いなど、特別な日の料理として、各家庭で三杯酢をベースに調味して食べていた郷土食が「味付もずく」の原点です。

家庭の味がお手本

味付け、調味液ともずくの量のバランスなど、お母さんが大切な家族に作る料理をお手本にしています。日持ちのために菌を殺す調味液を使うのではなく、菌に汚染されない製造ラインを構築することで、シンプルなたまげを実現。そのため、調味液も最後まで飲み干すことができます。

魚介類や野菜にかけたり、調味液ごと使ったアレンジメニューもお薦めです。東都生協では、糸もずくは三杯酢、太もずくは三杯酢土佐酢ゆず入り、シークワサー風味の3種類を取り扱っています。また、冷凍でお弁当用もずくもあります。

**column** コラム

### サンゴの海を育む活動

サンゴ礁海域でもある恩納村では、1990年代後半から海水温の上昇などの影響で多くのサンゴが死滅、サンゴ礁の荒廃化が進みました。恩納村漁協は「漁業活動も生態系の一部」という考えを大切に、環境に負荷をできるだけ掛けないような海藻養殖を主として行っています。また、(株)井ゲタ竹内とともにサンゴ礁の海を育む活動に取り組んでいます。

**MOGMOGレシピ** 調理時間 10分

### もずくだれでいただく冷やし中華

材料(2人分)  
味付太もずく...4カップ 中華めん...2玉  
錦糸玉子...卵1個分 ハム...3枚  
きゅうり...1/2本 トマト...1/2個  
ごま油...小さじ1

ポイント! レモン汁やラー油をかけてもおいしいですよ! お好みでしょうゆのちょい足しも!

作り方 1 ハム・きゅうりは細切りにし、トマトはくし型に切る。

2 ボウルに味付太もずくとごま油を入れて、混ぜ合わせ、もずくだれを作る。

3 中華めんはゆで、流水で洗い水気を切る。

4 皿に3の中華めんを盛り、錦糸玉子と1の具をのせる。

5 2のもずくだれをかける。

# 「総代」になって、しっかり伝える♡

「総代」になると、産地や商品、事業について詳しく知る機会が増えます。そして、あなたの声は組合員一人の声ではなく、約470人\*の組合員を代表する声としてしっかり届きます。

\*東都生協組合員約26万人を総代定数の550人で割った数

## 1 年4回、試食品が届いてアンケートを提出!

2024年度は、日本の食料自給率を考える上で欠かせない米がテーマ。産直米を使った商品のシリーズが届きました。今年度は何が届くかな?

\*2024年度の試食品です。2025年度は別の商品が届きます。



金芽米の米粉丸パン

小麦粉を一切使わず、金芽米と金芽口ウカット玄米の米粉のみを使用。



ノンカップ麺 こめ粉らーめん

塩味 国産の小麦と、麺の35%に国産米粉を使用。



こめ粉ロールクッキー  
国産のこめ粉とさつまいもペーストを使ったほんのり甘いロールクッキー。(個包装)



パウダーライス (米粉)

新潟県産コシヒカリで作った米粉。



## 2 総代優先または限定の「Tohto Fan Meeting」に参加できる!



\*2024年度に開催されたイベントです。2025年度は別のイベントになります。

簡単♪ ケークサレでランチ&おしゃべり広場

東都人材バンク講師の金子薫さんに「東都国産小麦使用ホットケーキミックス」を使ったアレンジレシピを教してもらいました。



総代になり初めて企画に参加しました。試す商品があり楽しいです。

ほかの地域の総代とも交流ができ、良いきっかけになりました。



## 草加・八潮セットセンター de 社会科見学!

鮮度を保つための温度帯の配慮や、商品や商品案内がセットされている現場を確認しました。



たくさんの「人の手」により商品が届くことを実感しました。



扱う商品ごとに最適な室温で分けられていると体感できて良い体験になりました。



## 3 組合員の代表として意見交換ができる!

年3回の総代会議では小グループに分かれて意見を出し合います。東都生協の役員・職員や総代同士で意見交換も!



よく分からないから総代を引き受けられないという人がいますが、分からないから総代になり、もっと東都生協を知るのもいいと思います。



説明をじっくり聞き、質問もでき疑問を解決していけるので、東都生協についての理解が深まります。



## もっとこうだといいな~

生協(生活協同組合)は、私たち組合員の意見で運営されているんです。商品、供給、事業への要望を出すことで、あなたの意見が反映された東都生協に変わっていきます。



## 使ってますか? 「ひとこえ生協」

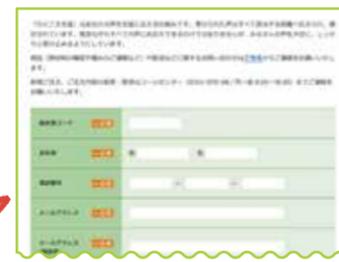
「ひとこえ生協」は、東都生協がもっと利用しやすくなるように「声」を届ける仕組みです。商品や事業についての声(意見)を書いて、注文書と一緒に提出するか、ホームページからも投稿できます。



「ひとこえ生協」は、商品案内「Sanbonsugi」毎月4回の週のp.2に掲載されています。



ホームページの「ひとこえ生協」をクリック!



## 「もっと〇〇だといいな~」あなたの「ひとこえ」に応じて〇〇を改善!

冷凍品が解けないようにしてほしい



冷凍品の保冷箱に入れるアルミ製の内袋を新たに追加し、保冷効果を強化しました。



冷凍食品がさらに安心して購入できるようになりました。

商品を入れるポリ袋のシール、はさみでカットして、回収に出すのが大変!



ラベルが付いたままでシールに変わりました。これからはポリ袋のリサイクルにご協力を!



速やかに改善してくれてうれしいプラボーです。がんばれ東都生協!

## 「もっと〇〇を食べたい」「〇〇はうれしい」の声に応じて企画回を増回!



「有機小松菜」は甘くて柔らかくて、食べて幸せでした。どうぞこれからもおいしい小松菜を提供してください。



安価で品質の良いパンに驚いています。ショートニング、マーガリン、植物油不使用の天然酵母のパンが購入できることに感動しました。

## 応援の声も寄せられています!

- 子どもと安全・安心な食事が手軽にできること、特に夏の暑い時期はありがたいです。
- いつも配達いただいている方に感謝です。これからも毎週届くのを楽しみにしています!

# あなたの思い、伝えてますか? 声を届けてもっとあなたの東都生協に!



# 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。

100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」欄に募金する口数を記入してください。1口200円です。

※インターネット注文サイト「とうとねっと」、電話注文でも募金ができます。



## 団体名 あおぞら無料塾

設立 2018年7月  
代表者 香取 三恵子さん  
活動拠点 練馬区  
活動内容 放課後の小学生の居場所学習指導  
メンバー 4人

ボランティアの受け入れ あり  
広報ツール 隣接する大泉生協病院内に掲示、地域へのチラシ配布

助成団体紹介 Vol. 24

じゃんけんぽん！  
どのお菓子上りようかな



## ほっとする温かな居場所

午後4時を過ぎると、にぎやかな声とともに子どもたちが次々と玄関を開けてやってきます。今日は月2回開催されるお勉強の日。みんながそろった段階で、まずは計算問題から。小学2年生までは足し算と引き算、3年生以上は掛け算のプリントが配られ、「始め！」の声とともに一斉に鉛筆を走らせます。

知り合いのお孫さんが学習に困っている…という話を聞き、元教員だった香取さんの心に火が付きましました。どこでつまづいているのか？ その原因を見つけることで、子どもは前に進める。分からないこと、困っていることが解決すると、学習は楽しくなる。できたら大いに褒める。

元教員だった生松さん、会計の矢部さん、病院相談室の工藤さん、と仲間が見つかり、塾がスタート。皆それぞれ親しみを込めて、カトリヌ、マリリン、ヤベツビなどと呼ばれています。

宿題も終わり区切りが付いたところで東都生協のお菓子が登場。「子どもたちの居場所は決して充実しているとはいえない。安心していられる場所、勉強で分からないことを気軽に聞ける場所として、これからも続けていきたい」という香取さんの言葉から、本当にこの先生たちは子どもが大好きなんだと実感しました。この教室は温かくて、居心地のいい場所です。



宿題も先生にチェックしてもらいます



## 団体名 世田谷・みっと

設立 2015年  
代表者 春藤 伊都子さん  
活動拠点 世田谷区  
活動内容 こども食堂、フードパッケージ  
メンバー 5人

ボランティアの受け入れ あり  
広報ツール Facebook、ブログ、区の掲示板

助成団体紹介 Vol. 25

ケーキは旬の果物を使い、毎月違うデザイン



『みっとのおひな祭り』献立ランチコンキッパもお手製

## 「みんなで(m)いっしょに(i)楽しく(t)つながろう(t)」=mittがモットーです。

世田谷線沿線のにぎやかな商店街の中に「せたがやこども食堂みっと」の黄色の日除けのれんがははためいていました。世田谷・みっとのスタッフは、全員この地域に長く暮らしている、あるいは子育てや親の看取りをしてきた方です。「こどもの貧困率が6人に1人」という国民生活基礎調査の結果を知り、何かしなければと考え、2015年にこども食堂を始めました。

月1回の開催で旬の食材を使い、季節感を大切に食事を提供しています。訪問した3月13日は『みっとのおひな祭り』。ひな祭りにちなんだちらしずし、はまぐりのお吸い物、鶏肉のつみれ、デザートのおりんごが提供され、「おいしい」と言っておかわりしている子どもがたくさんいました。毎年6月は、『みっとの沖縄の月』として沖縄料理を提供し、沖縄の慰霊の日についてお話し、交流のある「石垣島子ども食堂」さんから送られるパイナップルを食べます。

毎月『みっとのお誕生会』が開催され、誕生月の子ども、大人にはケーキが運ばれ、みんなでハッピーバースデーの歌を歌ってお祝い。ケーキは、活動に賛同したMakiSweets(マキスイーツ)さんが毎月届けてくれています。子ども食堂スタート時には大量のご飯を炊くのに苦労し、SNSに書き込んだところ、ガス釜会社の社長さんからガス釜が寄付され、18合のお米を一度に短時間で炊けるようになったという心温まるエピソードも伺いました。参加した保護者が今日の献立の作り方を尋ねたり、食べられない食材があったお子さんには、運営メンバーが次の献立のリクエストを聞いたり、会場は終始温かい雰囲気になっていました。

## 総代って、わたしでもなれるの？



総代歴5年  
平井 雅子さん

「総代通信」で感じる  
つながりと安心感

総代の皆さんの熱心な意見を伺っているうちに、何かに参加したい気持ちになり、草加要冷セットセンターの見学会に参加。商品の温度管理・セットの流れ、従業員の労働環境が整っているとミスや事故が少なくなるのだと思いました。

総代会議で何気なく書いた意見が「総代通信」に回答付きで掲載。反対意見にも丁寧に対応している姿勢に安心感があります。



総代歴4年  
木脇 真由美さん

きっかけは供給担当者  
のひと言から

いつもフレンドリーで親切に対応してくれる供給担当者からの「総代になりませんか」とのお誘いでしたし、総代に興味もありました。

なってみて生協や生産者への思いや、日本の将来の課題も分かるようになりました。全ての商品がありがたく、よりおいしく感じるようになりました。

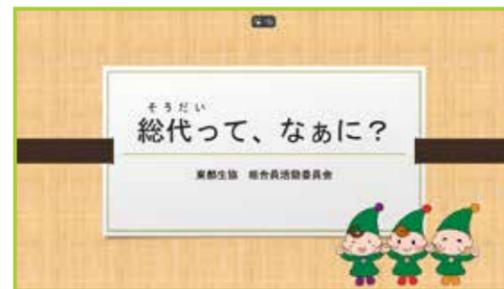
総代限定企画では家族で貴重な体験をさせていただいています。



## 東都生協のこれからは、あなたの声次第

総代は、東都生協の運営方針を決める年1回の通常総代会で一票を投じることが出来る重要な役割です。ご自分の要望、意見が生かされ、日々の生活を良くする一番の近道になるかもしれません。

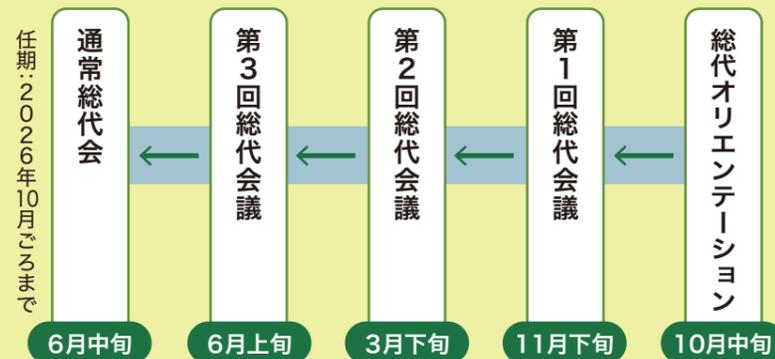
仕事があっても子育て中でも、外出できなくても大丈夫。年5回のスケジュールは前もってお知らせ。ご自宅に資料と一緒に届く「声カード」であなたの質問、意見、感想を出していただけます。



スマートフォンを  
かざして動画を  
観てみよう！



昨年第50回通常総代会の様子



総代会に向けての  
年間スケジュール

総代の役割スタート

より良くくらしのために商品やサービスを届ける事業と、学びや交流の場として組合員活動をするのが生協です。今回は、あなたの「もっとこうだといいな〜」という願いを届ける方法と組合員の願いを集めカタチにする仕組み

を紹介しました。地域での企画や産地訪問への参加、商品を利用した感想など、組合員の代表として声を届ける役割の「総代」。お誘いがあつたらぜひ前向きに検討ください。



おたより  
しようかい

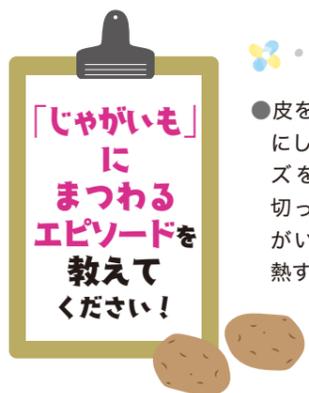
●本の食料自給率の記事が興味深く  
読ませていただきました。  
世田谷区 A姫

ク ロスワードや間違い探し  
を娘がいつも楽しみにし  
ています。表紙の練り切りが可  
愛くて食べたくなりました。  
品川区 さくらもち

タ 食宅配をいろいろな所から  
取って見ましたが東都生協が  
一番おいしいと思いました。今は自  
分で作っていますが、作れなくなっ  
たらよろしくお願いします。  
世田谷区 園田 和子

こ の薄い(失礼!)冊子の内容の  
濃さ。編集の皆さんの能力と  
センスに感服しています。  
板橋区 山口 敬子

国 産応援の記事、自給率が低  
いのは知っていたつもりで  
したが、飼料を含めた数字や大豆  
には大変驚きました。改めて考え  
る良いきっかけになりました。  
三鷹市 ラクラク



●皮を剥いて3mmの厚さに輪切り  
にして皿に並べ、スライスチー  
ズをじゃがいもの大きさに  
切って乗せ電子レンジでじゃ  
がいもが柔らかくなるまで加  
熱する。 杉並区 ポリー

●母が作ってくれたコ  
ロケが、母の料理  
で一番好きでした。  
北区 れいちゃん

●一気に蒸して皮を剥いて、フードプロセッサで  
ガー、片栗粉を混ぜて成形したら、油で揚げる。  
手作りのハッシュポテトは最高です!  
町田市 ともり

●学校のきゅうしょくで、でてくる「せん切じゃ  
がいものゆでやさい」がすぎです。すぎすぎ  
で何回もおかわりします。  
江東区 レンコンだいすきマン (小学2年)

●フランス料理店で働いていた知人に  
教わり、若い頃じゃがいもを細角切  
りにして玉ねぎ、コンビーフと一緒  
に炒めた物をよく作りました。  
西東京市 MilkTea

●「粉吹き芋」私が11歳の  
時に亡くなった母がよく  
作ってくれました。  
多摩市 矢野 淳子

●「北海道 芋の旅人」(登録商品)  
でいろいろな種類を知りまし  
た。おいしく食べています。  
杉並区 ゆっきー

●じゃがいもといえば「コロケ」。娘たちが嫁  
いでから、すっかり作らなくなりました。離乳  
食が始まったばかりの初孫ちゃん、コロケい  
つからオクケーかな? おいしく作るからたく  
さん食べてね。 練馬区 まめちゃん

### 「推し」の商品や産地・メーカーについて



食の未来づくり運動

●「無洗米金芽米長野コシヒカリ」、無塩  
せきの「ロースハムスライス」、「乳酸  
菌ドリンク」、「鳴門産カットわかめ」  
と「味パック (合わせだし)」のお味噌汁  
もうまうま。 川崎市 nk

●「有機マッシュルーム (ブラウン)」に軽く塩を  
振って、オーブントースターで焼くだけ! びっく  
りするほどおいしいです。 葛飾区 永森 豊

●トーエー食品の「ノンカップ麺」  
添加物だらけのカップ麺とは  
違い安心して食べられます。  
10年以上前からの推し商品の  
一つです。 練馬区 もりもり

●「株採りなめこ」が大好きでいつも注文しています!  
板橋区 渡辺 理津子

●「サラの緑黄色野菜まるパ  
ン」3個入を毎回購入して  
ます。朝食にハムサンドを  
作るのが定番。野菜の甘み  
を感じておいしいパンです。  
国立市 まみずみ

左右のイラストには間違いが5カ所あります。エリア表を参考に、間違いのある枠の番号をすべて答えてください。



[エリア表]



## Q&A

組員から寄せられた声や質問にお答えします。

- 操作中に画面に不具合が生じることがあるので、アプリの改善を切に要望。
- 若い人はもちろん年配者もアプリユーザーが増えてきています。早くアプリを改良してスマートフォンからもスムーズに注文できるようにしてほしい。
- いつもアプリから注文をしています。忙しい時もさっと注文できて便利。さらに機能がプラスされ使いやすくなるとうれしい。

2014年公開後、機能の更新が遅れていた注文専用アプリ「スマ注」に代わり、この度、東都生協の総合的な窓口となる「東都生協アプリ」が公開されました。このアプリでは、注文機能に加え東都生協のさまざまな取り組みへのアクセスや問い合わせ/申し込み、東都生協からのプッシュ通知などをぎゅっと詰め込みました。ぜひ、ダウンロードをしてお使いください。すでにWeb注文登録をされている方は、従来通りの組員コードとパスワードでログインできます!

注文機能を始め、問い合わせや申し込みなどさまざまな画面をログインした状態で移動できます。また、一度ログインするとその情報が保存され、毎回のログインの手間が軽減されます。

コミュニティ機能を搭載し、「ルーム」という機能では組員同士の交流や生産者やメーカーとの交流が手軽にできるようになり、それらのページにも簡単にアクセスできるようになりました。

注文機能は Web 注文サイト「とうとねっと」の機能を搭載。これに加えてこれまでの注文アプリ「スマ注」で好評だった「注文電卓」機能も搭載しました。また、アプリならではのプッシュ通知機能で、さまざまなお知らせが届きます。

### Point 4

組員活動の申し込みや報告がアプリからできます。ログインしているのでお名前や組員コードは自動表示されます。また、総代限定で表示される「総代倶楽部」では、総代通信など総代向けの情報が配信されます。



### Point 5

新しく搭載される投票機能では、簡単なアンケートのような形式で、生協側が用意する選択肢から選ぶ形で手軽に意見表明ができます。

注文もくみかつ(組員活動)も!  
さまざまな機能がいっぱい!



注文電卓の画面



ルームの画面



投票の画面



くみかつ!の画面

iPhone



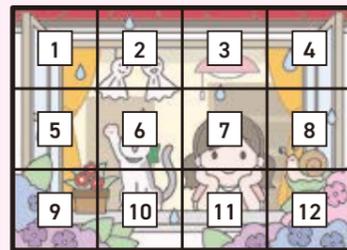
Android



アプリの詳細  
ダウンロードは  
こちらから!



## MOGMOG 間違い探し



[エリア表]



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。



- クイズの答え
- 住所/氏名(お子さんの場合、年齢または学年)/組員コード/ペンネーム(希望の方)
- もずくは好きですか? アレンジレシピやエピソードを教えてください。
- 総代特集いかがでしたか? 総代経験のある方は応援メッセージを! やってみたい方はぜひお問い合せください。
- 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おります!

※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いません。

締め切りは  
6月25日(水)の  
消印まで有効。



★宛先  
〒168-0073 杉並区下高井戸5-4-42  
さんぼんすぎセンター2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申請が必要です。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** 個人宅配に関わる手数料です(商品案内・インターネットなど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遅延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、遅延の商品が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みません。  
※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算されます。  
※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ご注文の場合は、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

### 理事会報告(抜粋)

#### 2024年度第12回定例理事会(2025年4月3日開催)

- 審議事項**
- 組合員常任理事を除く全体区理事候補者推薦の件 ● 第51回通常総代会議案書確認の件(その1)
  - 農業高校米応援金振り込みの件 ● 酪農支援「もーもーぼぎん」の千葉北部酪農協への寄付金支出の件
  - トマト倶楽部協議会への寄付金支出の件
- 報告事項** ● 「私たちの願い」発行の件

#### 2024年度第13回定例理事会(2025年4月17日開催)

- 審議事項**
- 第51回通常総代会議案書確認の件(その2) ● 特定監事に提出する決算関係書類および事業報告書の報告
  - 第51回通常総代会における組合員除名の件 ● 2025年度総代選出に関する件
  - 賞金規程の一部改正の件 ● インターネット注文システム利用規程一部改正の件
- 報告事項**
- 2025年3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
  - 第51回通常総代会役員選挙の立候補届出に関する件 ● 2024年度監事推薦委員会の推薦結果報告
  - 2024年度地域区理事推薦委員会の推薦結果報告 ● 2024年度第3回総代会議の開催に関する件
  - 第51回通常総代会議案書資料編確認の件 ● 第51回通常総代会運営に関する件
  - 「第51回通常総代会議案書より」発行の件 ● 東都生協福祉政策2025に基づく2025年度推進計画確認の件
  - 2025年度平和募金取り組みの件 ● 2024年度内部統制の取り組みに関する報告
  - 子会社および関連会社等に関する報告 ● 2024年度環境・サステナビリティ活動の報告に関する件
  - 常任理事会決議事項報告

#### <3月の私たち>

2025年3月20日現在 ※ [ ]内は前年比

組合員数	262,338人 [100.7%]
加入	14,597人 [113.2%]
脱退	12,759人 [146.7%]

総事業高 33,652,462千円 [100.1%]

共同購入事業	32,252,146千円
弁当配食事業	398,069千円
生活文化事業	225,128千円
生活支援事業	76,020千円
その他事業	701,099千円

出資金 6,528,193千円 [ 98.0%]

1人当たりの出資金	24,885円 [ 97.3%]
1人当たりの利用高	6,400円 [103.3%]

今後の理事会日程(予定)  
・7月17日(木) ・8月21日(木)

## MOGMOGレポート

2025 6月号

### REPORT 01 さわやかかんきつ 食べ比べ

2月18日 第1地域委員会

この日を待ちかねたように、都内各地からかんきつ好きが集まってきました。4人ずつ6組に分かれて6種類のかんきつを食べ比べ。各4分の1カット以上で食べ応えは充分です。

(農)大矢野有機農産物供給センターの松田浩二さんから、皮が剥きにくいもののおいしいことなど役に立つ知識を教わり、質問も多数。パール柑の菓子(生産者手作り品)や河内晩柑の菓子、温かい紅茶も供され、至れり尽くせりです。

人気投票では不知火が1位でしたが、全員が異なる物に投票したチームもあり、人気の幅広さをうかがわせました。

「日頃できない食べ比べで味の違いがよく分かった」「すぐに注文して食べたい」「今後はカタログ上の『大矢野』を探して注文する」と好評の食べ比べ会でした。



同時に食べ比べてこそ味の違いが分かります

### REPORT 02 丸木美術館& 埼玉県平和資料館 訪問

2月22日 組合員活動委員会

第20回平和のついでで好評だった詩人アーサー・ビナードさん脚本の紙芝居「ちっちゃいこえ」の原画鑑賞企画。子ども3人を含む40人で訪問しましたが、107人の応募があり、関心の高さがうかがえました。「当時このような原爆反対の絵を描くことははばかれることで、丸木夫妻はいざという時持ち出せるように掛け軸大に作品を分けて作成していた」との説明があり、夫妻の熱意と献身的な創作意欲に頭が下がる思いでした。

昼食後は埼玉県平和資料館へ。戦時中にタイムスリップするトンネルの仕掛けがあったり、学校や防空壕がリアルに再現されていたり。当時の子どもの気持ちになって、戦争は二度と起こしてはいけないことを実感。3世代で訪れたい施設でした。



埼玉県平和資料館 大迫力の「原爆の図」の前で 美術館職員の岡村さんから説明

### REPORT 03 忙しい時の 力強い味方!!

3月10日 とーとフレンズ ひだまり

マルイ食品(株)の原木大輔さんを講師に、チキン南蛮と南国元気鶏ミニオムレツの試食学習交流会が開催されました。チキン南蛮の特徴は、若鶏のささみ肉にサクサクの天玉衣を使用していること。冷凍のままフライパンで調理でき、少ない油でじっくり火を通すことで、名前の通りにサクサクに仕上がります。

「サクサクを通り越してザクザクした食感がたまらない」「たっぷりの野菜を添えればワンプレートでございになる」「甘酢は野菜にかけてもおいしい」と大評判。ミニオムレツもレンジで温めるだけでおいしい一品に。

自家配合した飼料で育て、抗生物質や抗菌剤も使用していないので、臭みがなく鶏本来の味。これからの夏本番に食欲が落ちててもこの甘酢味で体力維持ができそうですね。



## Pick up Tohto Week 2024 東都生協ラボ SDGs 大作戦!

開催日: 3月1日 会場: JA東京南新宿ビル 3階 主催: 組合員活動委員会

環境、食育、福祉などをテーマにしたワークショップが体験できる「東都生協ラボ」を開催。スタッフを含む約130人が参加しました。4回目となる今回は、組合員に加えて大学生が研究員となって12の企画ブースを出展しました。SDGsに関連したスタンプラリークイズも実施。96人に東都生協ラボ研究員認定証の授与と、国際協同組合年ノートをプレゼントしました。

### 大人気「ちりめんモンスターをさがせ!」



「ちりめんじゃこからレアな「タツノオトシゴ」をゲットするのにはどうすればいいかな?」

3世代での来場もあり、参加者の年齢層は幅広く、授乳をしてからさらに企画ブースをめぐる方など、長時間滞在する方

も複数いました。「なるほど〜と思うことが多く、すごく楽しかった」「次の開催はいつですか?」という声もありました。

研究員として参加した大学生からは「子どもたちがとても可愛かった! 運営の皆さんも温かく迎え入れてくれてうれしかった」と、SDGs大作戦は大好評。今後の開催もどうぞご期待ください。

友だちと一緒に研究員になったよ!



大学生が拾い集めたどんぐりを使って楽器作り



食の未来づくり運動

# Tohto Week 2024

# 見て、食べて、お気に入りを探そう!

開催 2月25日～3月1日 会場 JA東京アグリパーク(新宿)

東都生協で取り扱っている商品の魅力を発信する場として、昨年  
に続きJA東京アグリパークにて開催し、約1,700人が来場しました。  
多くの組合員やその家族、一般消費者が訪れ、試食や試飲を中心  
に産地・メーカーの方と交流し、楽しい時間を過ごしました。



多くの来場者でにぎわう会場

行動目標  
1 食料自給率  
の向上

行動目標  
2 日本の農業を  
元気に

年に一度は、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 持続可能な  
社会に向けて



焼き芋、かぶのソテーの試食  
(農房総食料センター)

塩、こしょうで  
焼いただけなのに  
甘味があっておいしい!

いちごは  
「さちのか」の品種が  
大好評!



(農ながさき南部生産組合)

商品に触れて味わかる、  
試食コーナーが大人気!



北里八雲牛(北海道)の  
おいしさのミニ学習会

飼料は  
国産有機栽培の  
牧草だけ

チンするだけ!  
おいしいたこ焼きに  
ほっぺが落ちそう



(株)ニッキーフーズ

中華ちまき、おいしいもの  
ようかんの試食



アイケイ食品(株)

北海道漁業協同組合連合会



枝幸の鮭を育む  
「魚つきの森」の植樹活動の  
ことも知ってほしい



夫婦で来ました  
とっても楽しいですね

千倉水産加工販売(株)  
しめさばと新商品の  
しめにしんの試食



あっさりしていて  
他の食材とも  
合わせられそう

(農)大矢野有機農産物  
供給センター  
かんぎつ類6種類を  
試食で食べ比べよう!



クイズやミニ学習会で  
生産者と交流!

野菜の花あてクイズ



結構難しいわね...



東都生協のLINE、Instagramの  
登録もご案内!



お友だちを誘ったら  
プレゼントがもらえました!



八千代黒牛の  
試食、  
いい匂い〜!

千葉北部  
酪農農業協同組合

今月の  
つばやき

6月は梅雨の時期なのになぜか「水無月」といいますね。それは旧暦  
の6月が現在の7・8月に当たるので、梅雨明けして雨が降らなくなる  
時期だからということです。ですが、「水無月」は「水の月」で田ん  
ぼに水を張る時期という説も。今から今年のお米が良く育つように  
と願わずにいられません。(Y.H)

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

〒168-0073 東京都杉並区下高井戸5-4-42 さんぼんすぎセンター-2階

**東都生活協同組合**  
CO-OP