

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

# MOGMOG

2026  
No.490



# 1&2

次回3&4月号は3月9日からの配付です

海の恵みたっぷり  
宮城県産生かき

## 食と農を考える

10年後、20年後のくらし

新春座談会



特集  
未来へつなぐ  
子ども記者の声



MOGMOG レシピ

ふっくら、ぷりっと! かきのピカタ

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

# 食と農を考える

10年後、20年後の暮らしはどうなっているのでしょうか？

その中で、東都生協はどういう役割を果たしていけるのでしょうか？

明治大学大学院の藤本穰彦ゼミで「食料経済学」を学ぶ2人と

風間与司治理事長に食と農の未来について語り合つてもらいました。

風間理事長を真ん中に、笑顔の松田さんと野際さん



## 藤本穰彦ゼミナール<食料経済学>

- ◆藤本 穰彦  
(明治大学政治経済学部専任教授)  
東都生協の有識者理事 若い人たちの食と生活、生産者、組合員活動を応援
- ◆ゼミナール<食料経済学> 紹介  
食べることが好きな人が集まったゼミ。学生たちは「食と農をローカルにつなぐ」をテーマに研究しています。



北海道・赤井川村の研修での一コマ

どさんこ農産センター  
二川さんのハウスにて

ミニトマトの収穫をしながら、生産者と背中合わせで「何で農業を始めたんですか?」とか「何がつらいですか?」とか、率直に聞けたのがとてもいい時間でした。

松田 理沙さん  
明治大学大学院 政治経済学研究科  
経済学専攻博士前期課程1年

農の生産現場にもつと  
想像力を働かせたい  
都会の人は食料危機への  
実感が薄い

野際 農家の人は口をそろえて、食料危機への警鐘を鳴らしています。でも、一般の人はそれに気付かない、気付いても軽視しきっているなと思います。

理事長 東京には農地が非常に少ない

が、身近に農地がないので、プランターでトマト、枝豆、きゅうりを栽培しました。枝豆は収穫できたのですが、実は太らないし、収量も取れない。ミニトマトときゅうりは全滅でした。植物を育てるのは、こんなにも難しいのかと肌で感じました。

松田 食と農は生きることの中にあります。今まで何も思わず見ていた枝豆も、これを作るのにどれだけ大変だっただらうと背景を考えるようになつたのも、実践してみたからだと思います。

野際 今まで何も思わず見ていた枝豆も、これを作るのにどれだけ大変だっただらうと背景を考えるようになつたのも、実践してみたからだと思います。

が、身近に農地がないので、プランターでトマト、枝豆、きゅうりを栽培しました。枝豆は収穫できたのですが、実は太らないし、収量も取れない。ミニトマトときゅうりは全滅でした。植物を育てるのは、こんなにも難しいのかと肌で感じました。

松田 食と農は生きることの中にあります。だからこそ、産地に行つて話を聞いたら驚くことがたくさんあつて、「じゃあ実際に自分がやってみよう」という思考回路にもなれました。こうした実践を通して、農の意味を分かる消費者の存在が大切だなと思うようになりました。

野際 今まで何も思わず見ていた枝豆も、これを作るのにどれだけ大変だっただらうと背景を考えるようになつたのも、実践してみたからだと思います。

松田 今問題意識は、消費者としてだけの「食」への関わりから、どのようにして生産現場のことまで想像力を働かせることができるかを考

べることと作ることが離れている都市生活に疑問を抱いたことがきっかけで、興味を持つようになりました。

松田 研究テーマは「食と農」です。食料生産のエネルギー収支(食料生産に必要なエネルギーと、生産される食物エネルギーの比)に関する研究を行っています。

松田 今の問題意識は、消費者としてだけの「食」への関わりから、どのようにして生産現場のことまで想像力を働かせることができるかを考

べることと作ることが離れている都市生活に疑問を抱いたことがきっかけで、興味を持つようになりました。

松田 研究テーマは「食と農」です。食料生産のエネルギー収支(食料生産に必要なエネルギーと、生産される食物エネルギーの比)に関する研究を行っています。

農の生産現場にもつと  
想像力を働かせたい  
都会の人は食料危機への  
実感が薄い

野際 農家の人は口をそろえて、食料危機への警鐘を鳴らしています。でも、一般の人はそれに気付かない、気付いても軽視しきっているなと思います。

理事長 東京には農地が非常に少ない

10年後、20年後の暮らしはどうなっているのでしょうか？

その中で、東都生協はどういう役割を果たしていけるのでしょうか？

明治大学大学院の藤本穰彦ゼミで「食料経済学」を学ぶ2人と

風間与司治理事長に食と農の未来について語り合つてもらいました。

北海道・赤井川村の研修の一コマ



赤井川村で生まれ育った男の子が、生産者がコンバインを運転する姿がかっこよく、「自分も乗りたい」という夢をずっと持ち、後継者になつたという話を聞いて感動しました。

野際 棱太さん  
明治大学大学院 政治経済学研究科  
経済学専攻博士前期課程2年

どさんこ農産センター  
石川さんの畑でコンバイン体験

KAZAMA × MATSUDA × NOGIWA  
風間理事長

松田 理沙

野際 棱太



# 未来につなぐ募金

誰もが安心して暮らせる社会のために  
助成団体紹介  
Vol. 31

## 困っている子が目の前にいて

「自分に何かできることは、と思って始めたわけではないんです。目の前の困っている子が食を通じて変わっていくのを見て、楽しくて続けています」そう話す「たべるば」代表の川野礼さんは、きらきらと自然体で語ります。

「たべるば」は、足立区の困難度の高い家庭を中心に週一回の子ども食堂と居場所づくりの場を提供しています。取材をした日は料理好きの男子中学生のボランティアがおいしい夕食を作ってくれていました。みんなで「いただきます」をし、ご飯を食べた後は、ゲームで遊んだり、広いスペースで追いかっこをしたり、マッサージのボランティアからの施術を受けたりと、めいめいに好きな時間を過ごす姿が。ここはみんなの、ほっとする場所なのだと感じました。

川野さんは、教育系のNPO法人のスタッフをしていた時

に、子どもたちがご飯を食べながら勉強をするときも柔らかくやる気も起きくることが多いことを実感。ある日、「子ども食堂を開きませ



今日のボランティアスタッフ  
(右が代表の川野礼さん)

フードバンチーとは、食料の入手が困難な人々に対し、無料で食品を提供する活動です。1960年代にアメリカで始まり、貧困層への食料支援として世界に広まりました。日本では2000年代後半から普及し、地域に根付いています。運営主体はNPO法人、地域団体、個人など多岐にわたり、企業からの寄付、フードドライブ、余剰食品などが食料として活用されます。年齢や所得にかかわらず誰でも利用できることが多いのが特徴です。必要な人が自由に食料を選ぶことができ、食生活の多様性を支えています。また、食料を直接届けるだけでなく、相談窓口や炊き出しなど連携した多角的な支援も行われています。

column  
フードバンチー

「未来につなぐ募金」は、組合員から集まった募金を東都生協の商品に換えて、「子ども食堂」や「フードバンチー」などを行っている団体を支援するかたちを取っています。次回の注文から、優しさのお裾分け始めませんか。

### 商品の注文と一緒に支援できます

募金方法は、注文書の特別企画欄に【365920】と記入し、数量欄に口数を記入します。1口200円です。web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 子ども食堂たべるば

設立 2018年5月 代表者 川野礼さん 活動拠点 足立区  
活動内容 子ども食堂、フードバンチー、老人ホームイベント出張、  
高校生の就労支援など  
メンバー ボランティアスタッフ8人 ボランティアの受け入れ あり  
広報ツール Instagram、Facebook



んか？」と足立区の施設から声が掛かり、「孤食の子どもや中高生に、共食と食事の大切さをもっと伝えたい」と、2018年から子ども食堂をスタートさせました。

当初は規模が大きく、毎回40人ほどが利用する子ども食堂でしたが、今は場所を移転し、スタッフや利用者を限定して、本当に支援の必要な方々への手厚い場所として、活動しているとのこと。8年目となり、「たべるば」で育った中高生が、アルバイトや就職先を見つけたり、「中高生の夜の居場所」を立ち上げたりと、一步一歩活動がつながっていると聞き、心が温かくなりました。小学生から高校生、そしておとなのスタッフなど、多世代が和気あいあいと協力する、ファミリーのような子ども食堂。楽しく続けていきたいと笑顔で語る姿が印象的でした。



商品案内「Sanbonsugi」を見ながら話が弾みました。



野際 様が子どもの頃、母が生協の注文をするときに商品案内を見せて、食べたいものを選びなさいと言つて選ばせてもらいました。だから、今でもカタログを見るのが大好きですし、東都生協に入ろうと思ったのもその影響かもしれません。

松田 マンションに住んでいた頃、母が東都生協の組合員で、おしゃべりしながら商品を分け合っていたのを思い出しました。

松田 意識の高い消費者の方は、個人が個人の農家とつながり始めています。そこでやりとりができるようになれば、食の安心を支える仕組みの中に入れると思いますが、そこから漏れてしまうような人がたくさん

の組合員数だからできることがあると思います。

理事長 東都生協

の組合員数だからできることがあることはできなくとも、特定の産地と組んで、その地域の農業を元気にしていくことはできます。

松田 農に携わるなど、そこまで深く考えてくれる東都生協があることで、日本の食料問題ぐらい大きい話も結構明るい話になつていくのかな

と思えました。

10年後、20年後を考えた時に、自

が、東都生協の組合員としてまとまるのは、すごいと思います。

野際 同士とかいろいろ

構築していくことを

理事会長 産地が作り続けられる環境づくりも含めて、生協の役割りだと考えています。これからは、産地がどこ組むかを選ぶ時代になってきます。そのときに、選ばれる東都生協になっていく必要があると日頃から話しています。「産直未来創造推進担当」を中心、産地と組合員とのつながりを強める取り組みをさらに構築していくことを

出でるのではないでしょうか。

理事長 産地が作り続けられる環境づくりも含めて、生協の役割りだと考えています。これからは、産地がどこ組むかを選ぶ時代になってきます。そのときに、選ばれる東都生協になつていく必要があると日頃から話しています。「産直未来創造推進担当」を中心、産地と組合員とのつながりを強める取り組みをさらに構築していくことを

出でるのではないでしょうか。

理事長 若い世代のお二人が、食と農の未来をしっかりと見据えて、行動し始めることに、あらためて頼もしさを感じました。思いを同じくする仲間として、これからも一緒に進んでいきましょう。

理事長 分の子どもと一緒に食とか農のことを考えていける。そんな未来を願っています。

理事長 生産者と組合員が子や孫の世代まで安心して作り続けられ、食べ続けられるかけがえのない関係を構築すること」をテーマに、2025年に「産直未来創造推進担当」が新設されました。東都生協がこれからも産地から大切な出荷先として選ばれるためには、東都生協とつながっていることの意義や価値を産地、特に若手生産者に実感してもらうことが必要です。

しかし、新型コロナウイルスの影響で、これまで築いてきた産地と東都生協とのつながりが薄れており、改めてお互いの存在を再認識する取り組みが必要となっています。

2026年は、あなたも「産直商

品を利用する」「生産者カードを書く」「産地に行つてお手伝いをする」「オンラインで交流する」など、産地とつながる取り組みをできることから始めてみませんか。

### \*「産直未来創造推進担当」



# 宮城県産 生かき

# 海の恵みたっぷり

ぶりっぷりのかきを  
おうちで楽しむなら  
“素焼き”がお薦め!  
凝縮されたかきのうまみが  
口の中に広がるぜいたくな味わい。  
きっとやみつきになります。



宮城県表浜産生かき(加熱調理用)100g

1月4回 参考価格:  
通 598円(税込645円)



宮城県産大粒生かき(加熱調理用)130g  
2月1回 参考価格:  
通 838円(税込905円)

## 豊かな海が育む かきのうまみ

(株)マルダイ長沼は主にかきと  
かぶの加工を行う水産加工  
メーカーです。工場周辺の海  
域は、工場排水による汚染が  
少なく、きれいな水質を維持し  
ており、地元の自然を生かした  
製品は高い評価を得ています。

牡鹿半島は複雑な入り江が  
続くリアス式海岸で、寒流・

暖流が交わるため海の栄養が  
豊富です。豊かなプランクトン  
を育み、その恵みをたっぷり吸  
収することで、かきにうまみが  
凝縮。また、荒波にもまれる  
ことで身が締まり、加熱しても  
縮みにくく食べ応えのあるかき  
に育ちます。口に含むと程よい  
塩味とまるやかな甘みが広が  
り、クリーミーでとろけるよう  
な食感を楽しめます。

## 産地のイチオシ “素焼き”

宮城県産のかきは、自然豊  
かな海で育まれるため、身が  
ふっくらとして濃厚な味わいが  
特徴です。  
焼く・煮る・炒めるなど、ど  
んな食べ方でも楽しめますが、  
産地のイチオシは、かきそのも  
ののおいしさを生かした味付け  
なしの“素焼き”。

作り方は簡単で、フライパン  
に油を引かず、中火で焦げ目が  
付くまで焼いていくだけ。かき  
から水分が染み出してきます

が、拭き取らずそのまま加熱し  
ます。この水分にもううまみが  
たっぷり含まれているのです。

まずは何も付けずにそのまま  
味噌と刻んだ大葉をのせたり、  
ポン酢などでもどうぞ。

## 東日本大震災からの 復興

東日本大震災では、(株)マル  
ダイ長沼の工場も津波被害を  
受け、がれきの片付けからの再  
発を経験しました。特に震災  
直後からの毎月の焼き出しは、  
協も焼き出しや物資による支  
援などを行いました。特に震災  
協も焼き出しや物資による支  
援などを行いました。特に震災  
直後からの毎月の焼き出しは、  
従業員や生産者にとって大きな  
支えになったそうです。  
津波被害により、「三陸牡鹿  
表浜魚つきの森植樹協議会」  
(左ページコラム参照)の植樹  
活動で植樹した木は全て消失し  
てしましましたが、2025年  
11月、ようやく植樹活動を再  
開することができました。



かきの養殖場



かきの水揚げ風景

かき浄化槽

かきの養殖は、春から初夏  
にかけて、ほたての殻にかき  
の卵を付けるところから始ま  
ります。

宮城県の各浜の生産者が、  
卵を付けたほたての殻をロープ  
に挟み、いかだから海に吊  
り下げて、約1年半から2年  
かけて成長させます。

1枚のほたての殻にいくつ  
ものかきが付いて塊になつて  
成長します。付着した数が多  
すぎると一つひとつのかきに  
栄養が行き渡らなくなり、しつ  
かりと育ちません。そのため、  
定期的に殻の掃除を行います。

かき身にしたかきは、専用  
の容器に入れた状態で、各生  
産者が漁協に持ち込みます。  
その後、入札という公正な  
取り引きの仕組みを通して、  
信頼できるメーカーだけが買  
大切です。

水揚げされたかきは、まず  
半日かけて滅菌処理を行い、  
その後、漁港で「剥き子」さん  
と呼ばれる方々が、手作業で  
は重労働。また、台風や海水  
温の上昇などの自然現象が大  
敵です。



代表取締役 長沼 康裕さん(中央)と  
かき工場の皆さん



column  
コラム

### 三陸牡鹿表浜 魚つきの森 植樹協議会

東都生活協同組合と宮城県漁業協  
同組合・表浜支所、(株)マルダイ長沼の  
三者が協定を結び、体験・交流企画  
や植樹活動など、地球環境と生命の  
源である川と海を守り、漁場・資源  
管理型漁業により生産される水  
産物を利用し、豊かな食生活を  
推進することを目的に活動して  
います。



11月に行った植樹活動

**MOG MOGレシピ**

20分 調理時間

ふっくら、ぱりっと！ かきのピカタ

作り方

1 Aをポウルに入れて塩水を作り、ザルに入れたかきを浸けてふり洗いしてザルに上げ、キッチンペーパーを敷いたバットに並べて水気を切る。

2 1のかきに薄力粉をまぶし、Bを混ぜ合わせた卵液に漬らせ、サラダ油を薄く引いたフライパンで弱めの中火で両面を焼く。

3 皿にお好みの野菜と2を盛り、混ぜ合わせたCのソースを添える。

材料(2人分)

A [卵液…余ったゆでた卵液…2個] アンボントリ

B [粉チーズ…大さじ2 黒こしょう…少々] 薄力粉…大さじ2 サラダ油…適量

C [トマトケチャップ…大さじ2 タバスコ…少々] お好みの野菜…適宜

★ソースは辛いのが苦手な方はトマトケチャップとマヨネーズを1:1で混ぜ合わせてください。





## 核兵器 廃絶を願って 次世代への伝承

～親子で平和を考えるとき～

戦後80年の節目に平和について考える企画に、  
さまざまな世代が参加しました。



### 各地域での平和企画

親子で「これからの未来へ続く平和」を考える企画など、多くの平和募金企画も開催されました。

#### ◆西東京市にもあった戦争・アニメ「原爆の記」上映会◆



戦後70年にまとめた西東京市の戦時中の映像と初代田無市長である指田吾一氏の被爆体験を綴った「原爆の記」のアニメ化記録の上映。詩人アーサー・ビナード氏の紙芝居「ちっちゃいこえ」上演も行いました。

#### 紹介した他にも、たくさんの企画がありました

- ・戦後80年の両国を歩く！ 東京都慰靈堂見学と横網町公園散策
- ・賀川豊彦記念 松沢資料館(世田谷区上北沢)を訪問  
～日本の「協同組合の父」賀川豊彦を学ぶ～
- ・平和を考える 浅川地下壕(八王子市)の見学会
- ・戦争体験を未来へ語り継ぐティータイム
- ・戦後80年を東友会の方と一緒に語ろう など



#### ○東都生協 平和募金とは

くらしを守り、次世代の子どもたちに平和な世界を引き継いでいくために組合員に募金を呼び掛け、平和活動に役立てています。東都生協平和のつどいを始め、地域での平和募金企画は組合員の皆さんから寄せられた募金を活用して開催しています。

2025年は平和募金の取り組みを2回行いました。多くの組合員の皆さんよりご理解・ご協力をいただき、ありがとうございました。

「平和なくして、生協なし」— 戦後・原爆投下80年の2025年、多くの平和行事が開催され、東都生協もさまざまな活動に取り組んできました。世界では今も戦火にさらされている人々がいます。一人ひとりができることについて

今年2026年も組合員の皆さんと、次世代の子どもたちと一緒に、共に手を取り考えていきましょう。平和な世界の実現のため、東都生協は平和活動を継続し若い世代に広げていきます。

## 第21回 東都生協平和のつどい

～世界に届け、平和の祈り～

7月12日に北沢タウンホールにて開催しました。



### ステージ

#### 第1部

ピースアクション平和活動に参加した組合員からの報告、「三宅少年のひろしま」の朗読による上映会、東友会の皆さんへの膝掛けの贈呈式が行われました。



旧とーと会「ピース・Peace・同友会」  
オリジナル作品

「三宅少年のひろしま」の朗読による上映会  
朗読は平田敬子さん



組合員の思いを紡いだ膝掛けの贈呈式  
東友会の皆さん

#### 第2部

「核兵器廃絶と平和への道」と題し、東友会代表理事の家島昌志さんより日本被団協が2024年に受賞したノーベル平和賞受賞式の報告と自身の被爆体験のお話を伺いました。「核兵器は廃絶するしかない」という言葉からはその強い思いが伝わりました。



東友会代表理事 家島昌志さん

東友会事務局長の村田未知子さんは、組合員が膝掛けを贈るきっかけのお話を伺え、1988年から始まった東友会と東都生協のつながり・歴史を聞くことができました。「ピース編みでみんなの平和の思いを集めつなぎ合わせて、平和のために一緒に祈ることができる」という言葉が心に残りました。

また、「被爆者と私たちは同じ言語を話して同じ文化を共有して同じ時代を生きている。そういうものの使命として、皆さんは被爆者や被爆を自分事として心に残して伝えてください。できれば被爆者のお友だちを作り被爆のことを伝えていただけるといいなと思っています」と語られました。



東友会事務局長 村田未知子さん

#### ※一般社団法人 東友会 (東京都原爆被害者協議会)

東京在住の被爆者の方が1958年11月16日に結成。1962年4月以来、被爆者の相談事業を東京都知事から委託。60年以上励まし合いながら被爆者と家族のための運動や事業を続けています。

### ロビー展示



原爆と人間パネル展示



平和の願いの樹  
129枚のメッセージが集まりました



#### 来場者の感想

大学生 のどか  
篠田 和さん

パネルディスカッションで紹介いただいた方たちのほとんどがお亡くなりになっていて、戦争体験を語り継ぐ人がいなくなっています。これからは私たちがその役目を担っていくのだと痛感しました。過去の戦争から学ぶもの、そして平和を切に願う。声を上げることの大切さを知りました。



お  
よ  
う  
か  
い

西人ですが、ニラチヂミは、食べたことがあります。「もっちもちニラチヂミ」ぜひ利用してみたいです。  
横浜市 市井 美智子



特集「おいしいよ！」はとても参考になりました。「東都だしの素」など次回購入してみようと思います。  
東大和市 みーくん



●毎週一言話すのを楽しみにしています。

豊島区 小島 恵子

●いつもうちの犬を可愛がってくれてうれしいです。犬もお兄ちゃんが来るのを楽しみにしています。

多摩市 本多 智子

●配達中の担当者さんと外で会うと手を振り合っています。

世田谷区 辻 政子

●暑い中、いつも元気に配達していただきこちらもパワーをもらいます。これからは寒い季節になりますが体調管理には気を付けて頑張ってくださいね。どうぞよろしくお願いします。

西東京市 櫻井 裕代

●元気に笑顔で、おいしいものを食していきたい。感謝しながら。

清瀬市 中山 真木子

●親孝行したいです。

荒川区 犬上 洋子

●動物も人も、幸せに暮らせるようになればと思います。

川口市 トルちゃん

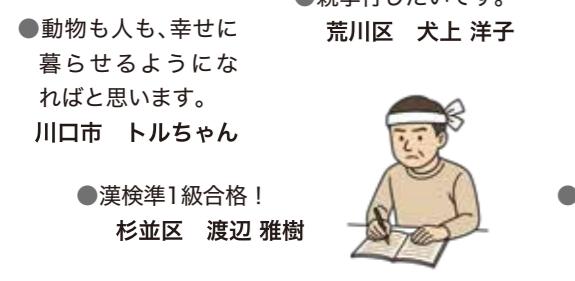
●漢検準1級合格！

杉並区 渡辺 雅樹



●1年休んでいたジム通いを再開してさらに健康管理に努めます。健康維持には優れた食品の購入は欠かせません。

世田谷区 ゆきちゃん



娘はあけびを初めて食べました。半分こして、その種を数えてみました。鮮やかな紫色の果物の色にびっくりです。  
横浜市 ゆったんママ

いつも楽しく拝見しています。久し振りに投稿しました。10月号特集6ページの小牧職員にもお世話になりました。懐かしいお顔です。  
中野区 瀧ヶ崎 宏子

10月号の特集4ページ市川職員へ、私は「東都だしの素」を炒めものの味付けにも使っていますよ。  
文京区 みいま

娘が結婚して「なんだか卵、牛乳がおいしくない！」と市販品に不満だと言っていました。生まれた時から東都生協の食材を食べてきました。舌は正直だと思いました。先日加入してとても喜んでいます。  
足立区 OLIVIA

●いつも増して酷暑で供給は本当に大変だと思います。直接お会いする機会はなかなかありませんが、街で配達車を目にする、「暑い中いつもありがとうございます。熱中症には気を付けてくださいね」と心の中で話しかけていました。

中野区 きんぴか

●1年中、少しの注文の時も冷蔵品が多いのに留守の時も丁寧に届けてくださってありがとうございます。

横浜市 チェリー

●毎回挨拶をしっかりされ、手渡しも親切で、安心できます。

調布市 橋口 峰子

●手書きの担当者ニュースで、パパになったのを教えてもらっていたので、「おめでとう」を伝えたら、赤ちゃんの可愛い写真を見せてもらいました。猛暑の中でも雨の時も、一生懸命運んでくださりいつも大変お世話になっています。

目黒区 ともさん

●いつも暑い中、汗びっしょりで頑張って配達してくれて、感謝です。

目黒区 ばあちゃん

●雨の日も酷暑の日も決まった時間に届けてくださることに心から感謝しています。また明るさにもいつも励まされています。いつもありがとうございます！

中央区 仲松 恵



●元気に笑顔で、おいしいものを食していきたい。感謝しながら。

練馬区 AKG

●健康維持のために運動を始めたので、今年は筋力を付けていきたいです。

品川区 ホットケーキ

●毎年あっという間に終わってしまう。毎日丁寧に暮らしたいです。

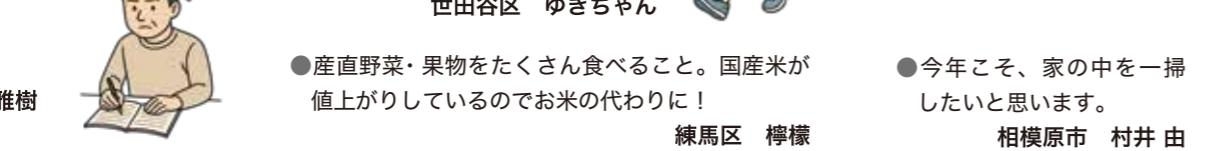
町田市 小泉 千津子

●ともかく健康！運動と睡眠、そしてもちろん食もです。東都生協さん今年もよろしくお願いします。

練馬区 檸檬

●今年こそ、家の中を一掃したいと思います。

相模原市 村井 由



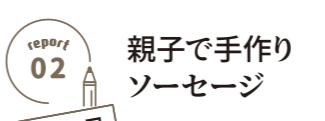
## MOGMOGレポート



report  
01  
8月27日

金芽米のひみつ

とーとフレンズ 光が丘ML



report  
02  
8月29日

親子で手作りソーセージ

第1地域委員会

「夏休み最後の思い出に、親子でおいしいソーセージを作りませんか？」  
そんな言葉に誘われて6組の親子が集合しました。

朝9時集合で練馬区光が丘駅前からバスに乗り、総勢21人で埼玉県坂戸市にある東洋ライス(株)サイタマ工場に向けて出発。夏休みということもあり、小学生も5人参加です。

昨今の米事情についてお話を聞いた後、産地から玄米が搬入され、選別、精米、袋詰めされるまでを見学。

品質管理室も見学し、安定しておいしい米を届ける企業努力の一端を見る事ができました。ちり一つない衛生的な工場から戻った後は、焼き立ての米粉パンと炊き込みご飯を含めた4種類のご飯を食べ比べしつつのランチタイム。食べ比べることで、違いがはっきりと体験できました。

無洗米の詳しい説明を伺い、次々と出る質問に答えていただくうちに早くも終了時間に。頭もおなかも十二分に満たされた工場見学でした。



1・2月号

忙しい時の主婦の味方！



とーとフレンズ グループ小石川トト

小雨の降る中、バスは群馬県へと出発。「おかずキット」を製造しているグリンリーフ(株)に到着すると、中村千紘さん、中島はるえさんが笑顔で迎えてくれました。ここでは野菜の生産から加工、販売まですべてが行われています。野菜は余すことなく使う。ロスは出さない。素材にこだわりおいしく仕上げる。農業が盛んな土地だからできることだと伺いました。メニュー開発では「下処理が面倒なものこそやはり売れ行きがいい」そうで、本格料理のレパートリーが多いのもビックリ！ 献立に悩んだときやもう一品欲しいときにも大活躍しそうです。簡単にできそだから、ぜひ、夫にもたまには台所を交代してほしいという意見も…。

昼食には「おかずキット」を自分たちで作って試食もし、有意義な一日になりました。



Pick up



## 日本の水田を守ろう！みんな de ミーティング

開催日：8月22日 会場：東京都農業会館

JAやさとの廣澤さん

米の生産者の状況を正しく知り、日本の稻作や水田を未来の子どもたちに引き継ぐために、今、私たち組合員に何ができるのかを考える機会として開催。当日会場には、産直生産者団体・米農家・組合員・役職員77人が参加。157人がリモートで参加しました。

登壇者からは、米の情勢報告のほか、産地の取り組みの報告と組合員に向けての提言がありました。

JAやさとの廣澤和善さんは、「価格と生産のバランスを維持できる仕組みを構築することが必要。食料がいつでも手に入るというのは過去のものになりつつある。米の登録を増やし、組合員の皆さんも産地で生産に関わることで、農地が維持でき組合員も食料を手にできる。食料が自給できるよう知恵を絞らなくてはいけない」と発言しました。参加組合員からは、「米不足の問題をきっかけに学ぶことができた。水田の役割は大切で、これからも東都生協とともに関わっていかなくてはいけない」などの感想がありました。

私たち組合員が1年間食べる米を「約束米」として登録・利用することで、生産者の皆さんは安心して米を作ることができることを再認識する機会となりました。





## きょうされん 第49次 国会請願署名

★受付期間

1月19日(月)～3月27日(金)



障害のある人たちの「いのちの尊さ」「人としての尊厳」が守られる  
ように署名にご協力をお願いします。

署名用紙は2月1回(1月19日～23日配付)の商品案内と一緒に届け。署名された用紙は、供給時に注文書と一緒にご提出ください。

昨年は、東都生協組合員からの3,625筆を含む63万8千筆を超える署名をいただき、国会に請願書を提出しました。ご協力ありがとうございます。



## 「書損じハガキ」など回収キャンペーン

飢餓を解決する活動や、障害のある人たちの就労支援、働く場の環境改善に充てるために、書損じハガキや未使用切手などを集めて換金する「書損じハガキなど回収キャンペーン」を行っています。



誰一人取り残さない支援活動へのご協力をお願いいたします。

2月3回(2月2日～6日配付)の商品案内と一緒に「専用封筒」をお届け。「書損じハガキ」などを入れて郵便ポストに投函してください。(供給時の回収は行っていません)

★取り組み期間 2月2日(月)～5月31日(日)投函分まで

「書損じハガキ」は、リサイクル洗びんセンターに届き換金され役立てられます。昨年の換金額は1,173,618円でした。はがき以外の物は、特定非営利活動法人ハンガー・フリー・ワールドで換金され、飢餓に直面する人々の自立支援など、飢餓のない世界をつくるための活動に役立てられます。昨年の換金額は4,720,234円でした。



## 住所不明組合員のみなし自由脱退手続きに関するお知らせ



定款第10条第2項に基づき、住所の変更届を2年間行わなかった組合員は脱退の予告があったものとし、「みなし自由脱退対象者」とさせていただきます。

(今回のみなし自由脱退の条件)

2023年9月・11月に投函した東都生協からの郵便物が宛先

不明で返送された方で、東都生協事業の利用実績のない組合員。

今回の対象者となっている方は、2026年3月20日をもって「みなし自由脱退」として脱退手続きをさせていただきます。お心当たりのある方は、至急東都生協までご連絡ください。なお、みなし自由脱退手続き後にお申し出があった場合は、出資金を返還させていただきます。

## 理事会報告(抜粋)

### 2025年度第6回定例理事会(2025年10月16日開催)

#### 審議事項

- 2026年度理事会等日程(案)および第53回通常総代会日程(案)確認の件
- ・株コープブレッドイースト事業撤退の件

#### 報告事項

- 2025年9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
- 2025年度第1回総代会議の開催に関する件
- ・理事懇談会開催の件
- ・役員選出制度の検討に関する件
- ・常任理事会決議事項報告

### 2025年度第7回定例理事会(2025年11月20日開催)

#### 審議事項

- 2026年度商品事業に関する委員会等活動計画の件
- ・保育ママ名称変更に伴う規程類改正の件
- ・ヒートフレンズ規程の一部改正の件
- ・就業規則等の一部改正の件
- ・「食料・農業・地域を守り、農政の転換を求める要請」への団体賛同の件

#### 報告事項

- 2025年10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
- ・子会社に関する報告
- ・2025年度上半期の内部統制進捗報告に関する件
- ・きょうされん第49次国会請願署名およびリサイクル洗びんセンター支援募金の件
- ・常任理事会決議事項報告

### <10月の私たち>

2025年10月20日現在 ※[ ]内は前年比

組合員数	263,380人	[100.1%]
加入	7,178人	[ 77.4%]
脱退	6,136人	[ 90.6%]
<b>総事業高</b>	<b>19,398,776千円</b>	[ 99.6%]
共同購入事業	18,569,578千円	
弁当配食事業	228,897千円	
生活文化事業	146,141千円	
生活支援事業	42,342千円	
その他事業	411,817千円	
<b>出資金</b>	<b>6,435,132千円</b>	[ 97.6%]
1人当たりの出資金	24,433円	[ 97.5%]
1人当たりの利用高	6,465円	[104.0%]

#### 今後の理事会日程(予定)

- ・2026年2月19日(木)
- ・3月19日(木)

産地直結を  
体験!

開催  
10月11日

# とうとフェス in 足立・杉並・町田

産地・メーカーと直接交流ができる機会として3つの会場で同時開催!  
肌寒い小雨の中でしたが、多くの組合員や近隣の方々が集まり、会場のあちらこ  
ちらで交流の輪が広がっていました。3会場で産地・メーカーなど77団体206  
人と来場者673人がぎやかに交流しました。

## 足立センター

### 「小さなお店屋さん」が各ブースで大活躍

「子どもたちがかわいくて、つい買っちゃいました」と、メーカーの方々も笑顔に。来場者からは「昨年楽しかったので、雨だけど来ました」「注文したことがない商品を試食できて良かった」の声も。交流を通じて、産地やメーカー、そして職員ともつながりを感じた一日となりました。

### 産直野菜詰め放題

「どれを入れようか悩むのも楽しいね」と話しながら詰める姿が



## 杉並センター

### 少し涼しかったけれど「流しそうめん大会」も大好評!

炭火焼きさんまがいい匂い!「おしごと体験」では、子どもたちにトラックの死角が危険なことも伝えました。職員によるバンドの演奏、「方南エイサーむるち組」、日本大道芸の皆さんによる伝統の演舞でステージも盛り上りました。

簡単にできておいしいね!



おしごと体験



配達車両に乗り込んで

### ステージ

太鼓の音も高らかにエイサー演舞



## 町田センター

### 野菜や果物の買い物、気になる商品のお試しも

未来の生産者、農業高校の生徒さんの学習報告会、どんぐりを使ったワークショップや納豆菌の匂い嗅ぎ体験、じゃんけん大会など盛りだくさん。新たに東都生協で導入された電気自動車(EVトラック)の乗車体験もあり、東都生協の魅力や生産者・メーカーとのつながりをまるごと知つてもらう機会となりました。



落花生の収穫体験  
土ごと運ばれてきた



どんぐりを使って  
楽しむ遊び



ワークショップ  
ワクワク

### 予告

## Tohito Week 2026

2月24日(火)～28日(土)

今年も開催!

JA東京アグリパーク(新宿駅南口徒歩4分 JA東京南新宿ビル1階)

東都生協の取り組みを発信するブース、販売・試食コーナー、

体験コーナーを予定しています。

東都生協のことをもっと知りたい方、お友だちを誘ってのご来場をお待ちしています♡♡





**MOGMOG**  
**新年 クイズ**

問 題

左右のイラストには間違いが5カ所あります。間違いのある枠の番号をすべて答えてください。ひとつはちょっと難しいかも!?

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。

締め切りは1月28日(水)  
の消印まで有効。

★宛て先  
〒168-0073  
杉並区下高井戸5-4-42  
さんぽんすぎセンター2階  
「MOGMOG」係

11月&12月号の答え  
ユタンボ

**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／ベンネーム(希望の方)
  - 「新春座談会」の感想や「食と農」について、東都生協へひとことお願いします。
  - 日本茶は好きですか?新茶と一緒に楽しむっておきのお菓子やエピソードを教えてください。
  - 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。

2026年 新春ごあいさつ

2026年は、東都生協の産直(産地直結)の持つ意味を改めて皆さんと一緒に考えていくとともに、農業・農村に心を持っていただけるような取り組みを積極的に進めてまいります。また、災害時などの有事はもちろん、普段の生活でも誰もが安心して暮らしていけるよう、身近な地域での新たなつながりづくりにも力を入れてまいります。笑顔で集い合い、共に力を合わせて活動を前に進めてまいりましょ。

本年が、皆さんにとって健やかで実り多い一年となりますように、心よりお祈り申し上げます。本年がよいよろしくお願いいたしょ。

明けましておめでとうございます。旧年中は東都生協の事業と活動にご理解、ご協力をいただきまして、ありがとうございました。



橋本好美  
副理事長

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 さんぽんすぎセンター2階

 東都生活協同組合

今月の  
つぶやき

この時期におみその仕込みをします。1~2月ごろの寒い時期に仕込むことを「寒仕込み」というそうです。仕込むといっても東都生協の「手づくり仕込みそ」(松亀味噌)を注文して、専用容器に移し替えて、半年ほど待つと出来上がりです。今号は増ページで少しいつもと違う「新春座談会」を企画しました。2月号はお休みで次は3月発行です。(Y.K)

お問い合わせ