

あんぜん あんしん お届けします。

モグモグ

MOGMOG

2026
No.490

↑↑↑
CO-OP
東都生協だより

1&2

次回3&4月号は3月9日からの配付です

特集

未来へつなぐ
子ども記者の声

新春座談会

食と農を考える

〜10年後、20年後のくらし〜

海の恵みたっぷり
宮城県産生かき

今月の産地・
メーカー

(株)マルダイ長沼



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年後のくらし

10年後、20年後のく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るのでしょうか？

明治大学大学院の藤本穂彦ゼミで「食料経済学」を学ぶ2人と

風間与司理事長に食と農の未来について語り合ってもらいました。

風間理事長を真ん中に、
笑顔の松田さんと野際さん



農の生産現場にもっと
想像力を働かせたい

理事長 お二人はどんな研究をされているのですか？

松田 研究テーマは「食と農」です。食育の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。

野際 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、消費者としてのだけの「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

えています。

野際 研究室のメインの研究フィールドが第一次産業で、中でも農業に注目しています。僕自身は水産に関心があるのですが、北海道の赤井川村にゼミの研修で訪れる中で、農について考えたり触れたりする機会が増えてきました。

松田 農業現場としての農村としてだけ見るのではなく、「まち」としてのくらしの全体性を捉えながら、農村をフィールドワークしたいという意気込みです。その入り口として、学部4年の時には、半年間休学して、徳島県神山町でフィールドワークをしました。「農業」ではなく「農」をすることの意味を探究すべく、小さ

なスペースで畑もしています。

実践して肌で感じた
農の難しさ

理事長 東都生協でも、組合員が産地を訪問して生産者と交流する機会を作っています。お二人が作物を育てることを実践して感じたことは？

松田 自分で実際にやってみることで、いかに大変かを実感しました。特に夏は、気温が高すぎてトマトは焼けてしまうし、肥料を投入しないと何も育たないのです。

野際 作ることに触れてみたい思いは強くあります



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、後継者になったという話を聞いて感動しました。

野際 稜太さん
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

藤本穂彦ゼミナール＜食料経済学＞

◆藤本 穂彦

(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



都会の人は食料危機への
実感が薄い

野際 農家の方は口をそろえて、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か、気付いても軽視し過ぎているなと思います。

理事長 東京には農地が非常に少な

く、消費者はほとんど生産手段を持たない。そこに目を向けていいたら、不安になるはずなのですが、東都生協の組合員であっても、その実感を持っていたくのは、なかなか難しいのが実情です。

野際 飲食店でも食べ放題の店がたくさんありますし、コンビニに行けば食料があるという事実を目に向けてしまうと、危機感としては持ちにくいのも当たり前だとも思います。

松田 今でこそ危機感を共有することができていますが、この食料経済学のゼミに入るまではファストフードが当たり前で、将来的に食料が不足する可能性については考えたこともありませんでした。

理事長 東都生協の産直では、食べる約束が作る約束につながるとして、消費者である組合員が産地を訪問し、自分の目で現地を見て、話を聞くことで、生産者の苦労を実感する一助になります。また、農業が抱える問題点などを学んで理解する。だから、食べ続けて産地を支えるんだという気持ちが生まれると考えています。

その一方で、生産者には東京に来てもらい、組合員がどんなところで生活しているのかを知ってもらう機会を作っています。たとえば、都会の子どもたちは土に触れる機会が少

原点はおいしいものを
食べたい気持ち

松田 生産者も別の場面では消費者ですし、消費者も生産者になれるわけです。今のお話を聞いて、生産者と消費者という垣根を越えていければ、今の農が抱える状況の危機感も共有できるのではないかと思います。

野際 将来ご飯を食べられなくなるかもしれない、という危機感を意識するのは必要なことですが、それだけだと続かないのではないのでしょうか。おいしいものを食べたいという気持ちがある点だと思うので、そこを大切にしていきたいです。

僕は今、東都生協の組合員になっていて、野菜ジュースのヘビーユーザーです。母も祖母も生協の組合員なのですが、東都生協ではないんです。その母が、東都生協の野菜は、どの生協の野菜よりも一番みずみずしいと言っています。

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て「何で農業を始めたんですか？」とか「何がうれしいですか？」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

風間 理事長

松田 理沙

野際 稜太



「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「フードパントリー」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、フードパントリー、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

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けてっこをしたり、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、心も柔らかくやる気も起き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)

フードパントリーとは、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と連携した多角的な支援も行われています。



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、一步一步活動が繋がっていると聞き、心が温くなりました。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。

column フードパントリー



商品案内「Sanbonsugi」を見ながら話が弾みました。



野際 僕が子どもの頃、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って選ばせてくれました。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。

食の支え合いの仕組みの真ん中に東都生協を

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

理事長 それはうれしいですね。産地の皆さんも喜ぶと思います。東都生協には、ストーリーのある食材も多く、食を囲んでわいわいと過ごす楽しさというのは、みんなが求めていることだし、そういう部分は昔も今も変わらないと思います。

出てくるのではないのでしょうか。
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、産地がどこと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」※を中心に、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きます。



※「産直未来創造推進担当」



「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は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生産地、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」「産地に行ってお手伝いをする」「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。

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 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、行動し始めていることに、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。

海の恵み たつぷり 宮城県産 生かき

今月の産地・
メーカー
株マルダイ長沼

ぷりっぷりのかきを
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。
きつとやみつきになります。



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め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、その恵みをたつ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ろ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いきますが、拭き取らずそのまま加熱します。この水分にもうまみがたつぷり含まれているのです。まずは何も付けずにそのままで味わうのがお薦めです。また、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出発を経験しました。東都生協も炊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炊き出しは、従業員や生産者にとって大きな支えになったそうです。原料不足や風評被害で一時期は売り上げが激減。震災前と同等の売り上げ規模に戻るまでに10年かかりました。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いましたが、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。

漁協を通じて買い付けたかきを 安全・安心に届けます。

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って成長します。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、しっかりと育ちません。そのため、定期的に殻の掃除を行います。

かき剥き場



生かき
(加熱調理用)製造ライン



2〜3年後に、成長したかきが付いたロープを専用の機械で引き上げます。高齢の生産者も多く、海藻などが付いて重たいロープの水揚げ作業は重労働。また、台風や海水温の上昇などの自然現象が大敵です。

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」と呼ばれる方々が、手作業で殻から身を取り出し、むき身にします。スピーディーで丁寧な作業が、鮮度を保つために大切です。

むき身にしたかきは、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

い付けを行います。株マルダイ長沼も、この入札を通じてかきを仕入れています。

買い付けしたかきは、専用の保冷車で工場に搬入され、「紫外線透過式殺菌装置」という「紫外線の光で海水をきれいにする装置」を使ってしっかりと滅菌。腸炎ビブリオ菌やノロウイルスなどを取り除いて、安全性を確保します。

続いて、大きさや形をそろえ、金属探知機で異物がないかを検査。自動計量機でパックに詰め、ラベルを貼ります。最終検査を経て、氷水と一緒に梱包され、鮮度と品質を保った状態で組合員の皆さんの元に届けられるのです。

かき工場外観



代表取締役 長沼 康裕さん(中央)と
かき工場の皆さん



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

ふっくら、ぷりっと! かきのピカタ

材料(2人分)

生かき…1パック
水…600ml
塩…小さじ2
卵…2個
粉チーズ…大さじ2
黒こしょう…少々
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。

作り方

1 Aをボ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落させ、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。

未来へつなぐ 子ども記者の声

～戦後80年 子どもたちが見つめた平和～

「戦後・被爆80年」の昨年、日本生協連が企画する「子ども平和新聞プロジェクト」に全国19の生協とともに東都生協も参加。6月から約4カ月にわたり、平和について考え、新聞を作るプロジェクトに小学校4、5年生の5人が挑戦しました。

START

子ども平和新聞
プロジェクト
発表会への道



新聞を作るには
どうしたらいいの？

朝日新聞社の白銀泰さんを講師に、新聞がどのように作られているのかを学び、取材する内容について考えました。
「新聞は手書きにしますが、パソコンで作りますか？」の問い掛けに皆さん即答で「パソコン！」。
さすが！将来が有望な子ども記者の皆さんです。

6月

第1回 ワークショップ ～オリエンテーション

指導して下さった朝日新聞社の白銀 泰さん



初めまして！

緊張の面持ちの
子ども記者の皆さん



東友会の方と一緒に！



10月

GOAL

いよいよ
お披露目！

題字もバッチリ
決まった、かっこ
いい新聞が完成！
一人ひとり前に出
て、このプロジェ
クトに参加した動
機や新聞作りを通
じて感じたことを
発表しました。



白銀さんによる講評

「ピースアクション」で広島に行った時、さまざまな国からこの日のために多くの人が訪問してくれたことにびっくりしました。
この夏に学んだいろいろなことは忘れなれと思います。



こはるさんと桃歌さん

戦争はみんなを悲しませる、マイナスになってもプラスになることは決まらずに思っています。
今、世界で起こっている戦争も早く終わってほしいです。
戦争から得るものは何もありません。

皆さん立派な記者になりました。 朝日新聞社 白銀 泰さん

5人なりに個性のあるとてもいい新聞になりました。「てにをは」を少し修正したぐらいでほとんどがそのままです。中には核心を突いた言葉（表現）にこちらがびっくりすることもありました。そしてみんなが核兵器はなくすべきと言い切る姿に感銘を受けました。もっと学ぼうと広島に足を運んだり、自分自身ができることを見つけようとしていたりしていました。これで終わるのではなくここは通過点。もっと先を知るために一歩前に進んで学び、見聞を広めてもらいたいです。

難しい課題に向かって一生懸命自分で調べ、考え、そしてこの新聞を通して娘の成長をぐんと感じました。大変だったと思うけれどすごくいい経験になったと思います。

桃歌さんのお母さん

以前、家族で広島を巡ったことがあります。その時は家族内で話をただでして。今回、白銀さんにご指導いただいたことと、同年代のお友だちと一緒に学んだことが良かったと感じています。

泰誠さんのお母さん

世界中の平和に貢献できると思い参加しました。今ある戦争が一刻も早く終わるように願いを込めて「核兵器廃絶新聞」という名前を付けました。

お母さんが
助めてくれて参加しました。
今、戦争が起こっている国の人の
気持ちがよく分かりました。
鶴の絵は平和に向かって
飛び立っていくイメージで
描きました。

みんなで、
「核兵器廃絶新聞」を
作ったよ！
オー！

子ども
平和
新聞



春さん、泰誠さん、煌貴さん

7月

被爆者の人たちは今、
どんな思いで
いるのかな？

被爆者団体「東友会」事務局長の村田未知子さん、被爆者の家島昌志さんにお話を聞き、80年前の体験をみんなが取材しました。



真剣にメモを取る姿が

子どもたちから取材を受けて

私は原爆投下された時は3歳だったので、原爆・核兵器のことは全然知らなかったのです。皆さんには自分で調べてお話ししています。子どもたちにもこれを機会にずっと勉強し続けてもらいたいです。

家島さん

小学校5年生の時に担任の先生から雑誌「アサヒグラフ」の被爆者写真を見せてもらったことが、この活動の原点になっています。子どもたちの「自分事」になってほしいと願っています。

村田さん

ドキドキの発表会！！

熱心に作業中！

8月

さあ、
新聞を作ろう！

夏休みの間に、自分で書いた原稿をそれぞれ白銀さんに見てもらい、アドバイスをいただきました。
どんな紙面にしたいか一人ずつ意見を出し合い、新聞のタイトルも話し合っ
て決めました。



「核兵器廃絶新聞」はこちらの
二次元コードから閲覧できます

長岡花火大会が、大空襲の犠牲者の慰霊のためだと知り、もっと戦争のことを知りたと思い参加しました。これからは学校の友達に戦争のことを知らせたいです。

取材前に展示パネルに見入る子ども記者



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ご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 未知子さんからは、組合員が膝掛けを贈るきっかけのお話も伺え、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活している。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ご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なくなってきています。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。

ピースアクション in ヒロシマ



平和記念公園碑巡りで
原爆ドームの前で



広島の高校生と交流

ヒロシマ・ナガサキ原爆パネル展



東京都生協連合会
被爆者の方々と

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◆



全体の様子



アニメ「原爆の記」の
ワンシーン

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。

◆親子でユニセフハウス訪問◆



世界の子どもたちのくらしや、ユニセフの活動をガイドツアーで詳しく学びました。

○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。

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。

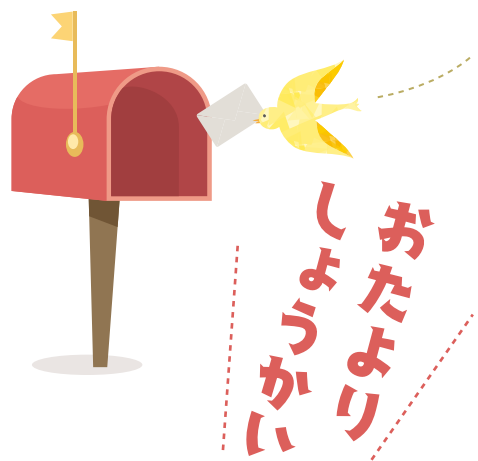
平和な世界の実現のため、東都生協は平和活動を継続し若い世代に広げていきます。



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！ 東京都慰霊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

「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



関 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

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



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

い つも楽しく拝見しています。久しぶりに投稿しました。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きます。
足立区 OLIVIA

供給担当者とのエピソードを教えてください！

●毎週一言話すのを楽しみにしています。
豊島区 小島 恭子

●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えます。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。どうぞよろしくをお願いします。
西東京市 櫻井 裕代

●供給担当者にはいつもお世話になっていますし、とても感謝しています。東都生協さんは重要不可欠な存在です。
三鷹市 akko

●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くれました。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！
中央区 仲松 恵

●元気に笑顔で、おいしいものを食べていきたい。感謝しながら。
清瀬市 中山 真木子

●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

●親孝行したいです。
荒川区 犬上 洋子

●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



●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

●産直野菜・果物をたくさん食べること。国産米が値上がりしているのでお米の代わりに！
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

今年の抱負

●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

●産直野菜・果物をたくさん食べること。国産米が値上がりしているのでお米の代わりに！
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

1・2 2026 月号

report 01 金芽米のひみつ

8月27日

とーとフレンズ 光が丘ML

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ことができました。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。頭もおなかもち十二分に満たされた工場見学でした。



report 02 親子で手作りソーセージ

8月29日

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組の親子が集まりました。

まず練ったひき肉をケーシングに充填します。ケーシングとは羊の腸で、太い注射器のような充填機を用います。「空気が入っちゃった!」「やけに細いのができたけど?」とあちこちで声が上がリ、その度に講師の榎鎌倉ハムクラウン商会の内田正仁さんは大忙し。

次は端を閉じてねじります。おなじみのソーセージの形になり、皆さん楽しそう。後はボイルしてから湯を捨て、はさみで切り離して炒めます。フライパンひとつで完結するこのやり方は、家庭でのソーセージ調理にもお薦めとのこと。「初めは肉を詰めるのが難しかったけれど、すぐ慣れて楽しかった」と笑顔の小5男子。作ってたてソーセージの味は格別でした!



report 03 忙しい時の主婦の味方!

7月30日

とーとフレンズ グループ小石川トート

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ーンリーフ(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、本格料理のレパートリーが多いのにもビックリ! 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。簡単にできそうだから、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

米の生産者の状況を正しく知り、日本の稲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、産直産地の生産者団体・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。



会場の様子

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する。食料が自給できるよう知恵を絞らなくてはならない」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ならない」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。

JAやさとの廣澤さん



当日の様子はこちらの二次元コードから視聴できます



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
ユタンポ

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)
- 「新春座談会」の感想や「食と農」について、東京都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と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おりません。

2026年 新春ごあいさつ



副理事長
橋本好美

明けましておめでとうございます。旧年中は東京都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。

昨年も社会や暮らしを巡る課題はさまざまありましたが、特筆すべきは「令和の米騒動」だと思えます。市場からお米が消え、注文しても届かないということ、を私たちは経験し、農業や農村の問題に無関心ではいけないことがよく分かりました。また、昨年は「被爆・戦後80年」、国連が定めた二度目の「国際協同組合年」の年に当たり、さまざまなイベントを数多く主催・共催するなどし、大変多くの方に参加いただきました。

2026年は、東京都協の産直(産地直結)の持つ意味を改めて皆さまと一緒に考えていくとともに、農業・農村に関心を持っていただけの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す。

本年が、皆さまにとって健やかで実り多い一年となりますよう、心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお祈りいたします。

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

お問い合わせ

今月のつづき

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」といいます。仕込むといっても東京都協の「手づくり仕込み所」(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)



東京都生活協同組合