



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



供給担当者とのエピソードを教えてください！

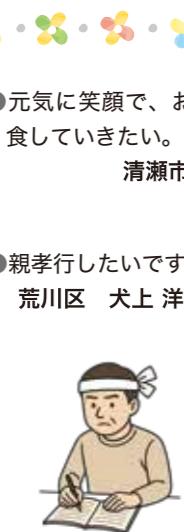


暑い中、いつも元気に配達していただきこちらもパワーをもらいます。これからは寒い季節になりますが体調管理には気を付けて頑張ってくださいね。どうぞよろしくお願いします。
西東京市 櫻井 裕代



動物の人も、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



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ただと思いました。先日加入してとても喜んでいます。
足立区 OLIVIA



●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

動物の人も、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

●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

●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

●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られました。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

●供給担当者にはいつもお世話になりますし、とても感謝しています。東都生協さんは重要な存在です。

三鷹市 akko

●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

●毎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

●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



●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。

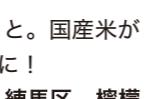
練馬区 AKG

●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。

町田市 小泉 千津子

●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

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。




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。

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り、その度に講師の株式会社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のこと。「初めて肉を詰めるのが難しかったけれど、すぐ慣れて楽しくなった」と笑顔の小5男子。作りたてソーセージの味は格別でした！



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、中村千絵さん、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、本格料理のパートナ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。

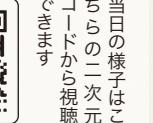
JAやさとの廣澤和善さんは、「価格と生産のバランスを維持できる仕組みを構築することが必要。食料がいつでも手に入るというのは過去のものになりつつある。米の登録を増やすし、組合員の皆さんも産地で生産に関わることで、農地が維持でき組合員も食料を手にできる。食料が自給できるよう知恵を絞らなくてはいけない」と発言しました。参加組合員からは、「米不足の問題をきっかけに学ぶことができた。水田の役割は大切で、これからも東都生協とともに関わっていかなくてはいけない」などの感想がありました。

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。



JAやさとの廣澤さん

日本の水田を守ろう！みんな de ミーティング



当
日
の
様
子
は
こ
そ
次
元
か
ら
視
聴