

# あ、な、な

No.153  
2024.05.06

生活クラブ京都  
エル・コープ機関紙  
発行責任：理事会  
編集責任：広報委員会  
組合員数：6,584名  
(2024.3.20現在)

♪おてかけ♪  
広報委員会

取材に行ってきました

コロナもようやく落ち着いてきたので広報委員会メンバーでエル・コープと関わりのある場所に行ってみて、みなさんにお伝えします！

## and happiness.

今回行ったのはここ



**and happiness.**

京都市南区唐橋平坦町24-4  
メイツ京都西大路  
ハミングサロン内  
TEL. 050-5218-9179  
定休日：木曜日  
営業時間：火・金・土・日  
／10:00—19:00  
月・水／10:00—16:00  
※ラストオーダーは営業終了時刻の30分前

今回は、JR西大路駅近くにあるまちライブラリー併設のカフェ「and happiness.」に行つて、代表の宇野明香さんにお話を伺ってきました。「まちライブラリー」とは本を通じて人と出会う図書館活動をおこなっている場のこと、全国に1,000箇所以上あります。

宇野さんは特定非営利活動法人happinessを立ち上げ、未成年の女の子のシエルター活動や子ども食堂など、地域に根付いた活動をしていたところ出店の誘いがあり、昨年5月に「and happiness.」をオープンし、1周年を迎えました。

エル・コープとは理事会やイベント時のお弁当をつくってもらっているほか、居場所事業の視察・研修先として利用させてもらうなど、とても関わりが深い団体です。



天井が高く開放感のある店内は木の香りが漂う落ち着いた空間



約1,500冊の蔵書は1人3冊まで2週間貸出可

「and happiness.」は、たくさんの本に囲まれた子どもたちの居場所

「and happiness.」は、住宅街の中にあり、目の前には公園もあります。飲み物やランチのメニューも豊富で、親子連れや会社員、年配の方など幅広い年代の方が利用しているそうです。また毎週月曜日と水曜日の夕方からは子ども食堂、月に数回はベビーマッサージやいろいろなワークショップ、相談会など多くのイベントを開催されています。取材に伺った時は春休み中で、元気いっぱいの子どもの声が宿題をしたり、本を読んだりカードやボードゲームをしたり、公園で遊ぶなどしており、安心して楽しく過ごせる居場所となっていると感じました。

これからの展望について

実際に様々な問題を抱えていながらも自分ではどうして良いかわからない方が来られる時もあり、その場合は話を聞いて、どこにつなげていくか、何が必要かなど相談にのって、必要であれば役所な

どにスタッフがいっしょに行くこともあるそうです。

「今後いろいろな場所に子どもの居場所が広がっていったら、そこがSOSを見つけられる場になってほしい。相談窓口の役目を果たし、支援を受けたい人に手を差し伸べる、そんな場が広がっていったら」と宇野さんは話されました。

これからエル・コープでもたすけあい活動拠点で居場所づくりが始まります。私たち「and happiness.」のような居場所をつくっていきたいと感じました。



宇野明香さん(左)と。奥にはキッズスペースも

チーム No more 原発委員会

# バイバイ原発

きょうと



2024年3月9日(土) @ 円山公園音楽堂

2011年3月11日の東京電力福島第一原子力発電所の事故から13年。

日本各地で原発に反対する集会が行われました。京都では、円山公園音楽堂で集会、京都市役所前までデモ行進をしました。

雪のちかつく寒さの中、1,100名もの市民が参加しました。生活クラブ京都エル・コープからは約20人ほど。1,100人は京都市の人口約145万人として、1,300人に一人くらい。京都こそ、もっともっとたくさんの方が参加してもらえるといいなあと思いました。

メイン講演は、原発事故の取材を続けて13年、取材回数は1,400回を超えるという、すごい芸人さん「おしどりマコ・ケン」さんのトーク。東京電力の記者会見には、2013年時点で約60人、2016年で約30

人と減っていった、去年はついにマコ・ケンさんだけだったそうです。記者会見なんて、堂々としていれば、どこでも入れます!とのこと。会場で、「(記者)クラブ入ってますか?」と聞かれれば、「入ってます! (生活クラブだけだね!)」ととんちをきかせ、堂々と入っているそうです。戦時中の国



策漫画の話から、現在のテレビ業界で「原発」というだけでテレビに出られなくなる問題など、聞き逃せない話が満載でした。

お二人は海外でも長年にわたって取材を続けておられます。多くの高校生が福島について細かい知識を持っていて、すごい質問を投げってくるドイツでは、第二次世界大戦の教訓「愚かな市民から愚かな指導者が出てくる」ことから、えらい人の言うことを鵜呑みにするのではなく、一人一人が自分で調べて意見を持つことが根付いているようです。

途中吹雪いてくると、「ワイロ(賄賂)より〜?」とコールに、私たちが「ハイロ(廃炉)〜!」と答え、会場には一体感が、元気が出ました。

四条通り〜河原町通りの片側一車線を封鎖してのデモは、だまされたと思って一度体験してみてください。爽快です!沿道では本当に多くの方々があたたかく応援してくださり、胸がいつぱいになりました。ブラカードの絵は「パンダ銭湯」などで人気の絵本作家 tupera tupera (ツペラツペラ) さん作。裏面は韓国語・中国語・スペイン語など、多言語でアピールしましたよ。

来年はぜひご参加ください。



知ろう! 消費材!

開催報告

# ワレー生産者交流会

[2月3日(土)開催]

生産者：カタシモワインフード

会場：バンビオ1番館6F(長岡京市中央生涯学習センター)

(主催：乙訓支部)

近年数々の賞を受賞されている注目の生産者カタシモワインフード(株) 代表取締役／高井利洋さんをお招きして、生産者交流会をおこないました。コンセプトはずばり、「プレミアムワインテイスティングwithエル・コープ消費材」です。

カタシモワインフードは、創業当時から変わらないワインづくりの精神である「日本人の味覚に合う上質なワイン」を原点に、100年以上ワインをつくり続けて来られた現存する西日本最古のワイナリーです。高井さんから、日本のワイン消費の現状にはじまり、数々の困難を色んな工夫で乗り越えてこられたことや、地球温暖化の影響がワインの原料である葡萄栽培にまで影響を及ぼしつつあることなど、興味深いお話をお聞きした後は、ワインの開け方の実技指導までしていただきました。ソムリエナイフなんて初めて、という人にも分かりやすいコツ、スパークリングワインの静かな栓の抜き方には、一同ほお〜と感心・納得でした。

お待ちかねのテイスティングでは、ワイングラスの形でワインの味や香りが変わることや、木樽熟成で赤ワインがぐっと深みが増すことなどを自分の鼻と舌とで実感し、みなさんに6種類のプレミアムワインの違いを楽しんでいただきました。また、エル・コープの選りすぐりの消費材で用意した素敵なおつまみ盛り合わせも、とても好評でしたよ。

今後も「日本人の味覚に合う上質なワイン」を楽しめるように、プレミアムワインの赤もエル・コープで扱っていただけるよう高井さんをお願いして、大いに盛り上がったカタシモワインフードとの生産者交流会を終了しました。

[2月15日(木)開催]

生産者：おびなた

会場：ウイングス京都 2F調理室

(主催：洛中支部)

長野県長野市から(株)おびなたの新井さんに来ていただき、生産者交流会をおこないました。

前半の学習会では、本社のある戸隠のそば畑の写真を見せてもらい、その後そばの実の断面図の説明を聴きました。三角形をしたそばの実の中心部分が1番粉、別名更科粉。中心から外側にむかって、2番粉、3番粉(甘皮含む)、そば殻となり、見た目は中心にいくほど色が白く、1番粉は袋の上から触るときゆっきゅっとした感じが伝わり、3番粉はふわっとした感じがするそうです。

また、消費材の乾そばの違いを教えてくださいました。戸隠そばは、1〜3番粉が入っている5割そば。藪そばは、2番粉3番粉を中心に使った5割そば。更科そばは、1番粉2番粉を中心に使った5割そば。茶そばには、わたらい茶を使った1番粉2番粉を中心にしたそば粉35%のそば。戸隠そばだけは、中心から甘皮まで全て石臼で挽き込んだ全層粉。他は、機械を使ったロール挽き製粉です。

注文する時にぜひ参考にして、その違いを楽しんでください。

そば打ち体験では、戸隠産7割のそば粉からそばをつくりました。そば打ちは、新井さんが全テーブルを回って、それぞれの工程のこつを実演しながら作業は進んでいきました。難しく感じましたが、そば粉をこね鉢に入れた時の香りや触った時の感触、水を入れ練っていく時の変化なども楽しみながらつくることができました。

ざるそばとおやきの試食をして、美味しく楽しい生産者交流会になりました。





知ろう! 消費材!



# リレー生産者交流会



2023年度 生活クラブ京都エル・コープ設立30周年を記念し、  
〈知ろう! 消費材! リレー生産者交流会〉を企画しました。多くの組合員に消費材を知ってほしい!  
との思いから支部を越えて参加できる生産者交流会としました。

各支部主催19回、理事会主催6回のリレー生産者交流会を実施しました。目標参加者数のべ400名。のべ426名の参加がありました。他支部の組合員と顔見知りになるきっかけにもなりました。3月12日「ゴールお祝い会」では開催した生産者交流会の消費材を試食し、各自の心に残ったことやお気に入りの消費材などを話し合っており「知ろう! 消費材! リレー生産者交流会」を締めくくりました。

6月

6回実施。「ヴィボン」のエキストラバージンオリーブオイルは国際規格よりも更に厳しい自主基準を設けています。豆腐、揚げの「豆伍心」はシンプルな原材料だけに技術力が必要なことを知りました。パスタの「ニューオオクボ」は小麦粉と製造方法にこだわりのあります。生芋こんにやくの「大矢商店」では希少なこんにやく芋でこんにやくをつくり試食。和洋菓子「丸きんまんじゅう」のあんこは、自社で手間暇かけて丁寧に無添加でつくられています。三河みりんの「角谷文治郎商店」はみりんの歴史や製造方法に触れ、市販品との違いを知り消費材の凄さを認識しました。

4月

5月

6月

7月



4月

えび等の輸入生産者「ATJ」。環境に優しい粗放養殖で自然の恵みを活かしています。また、私たちが食べること労働者の生活も安定します。民衆交易です。

5月

丹精國鶏の「秋川牧園」。日の当たる解放鶏舎・無投薬で飼育された貴重な国産鶏種はりま。一羽丸ごと無駄なく食べることの大切さを学びました。

7月

5回実施。ノンカップ麺の「トーエー食品」は工場見学の主婦のひと言からノンカップ麺の開発に着手、現在ではノンカップ麺のみを製造。回転備蓄として重宝します。バスチャライズド牛乳の「新生酪農」は牛乳の素晴らしい味を知り、多くの組合員が飲んで酪農家を応援していきたいと思いました。親子参加が多かったチヨコレート・マーガリンの「月島食品」







9月

2回実施。冷凍餃子の「美勢商事」は工場内の様子を動画で見ました。鉄のフライパンでの焼き方のコツは好評でした。酢の「私市醸造」では発酵に時間と手間がかかっていることを知りました。

11月

3回実施。石けんの「エスケー石鹸」は合成洗剤を溶かした水槽に鯨を泳がせて変化の様子を見る実験映像を見ました。私たちが流す排水が河川や海の生物に影響を及ぼしていることを実感しました。

竜おうみ米の「竜王町稲作経営者研究会」は食の安全性を始め、竜王町の環境、水、自然を守る米づくりに取り組んでいます。ちりめんじゃこの「兵庫県漁業協同組合連合会」では地域の海中は貧栄養状態にあることなど興味深い話が聴けました。



10月

3回実施。蜂蜜の「スリーエイト」は採蜜体験や7種の味比べをしました。

トマトケチャップの「コーミ」は無着色、化学調味料不使用で国産トマト本来の風味が活きています。加工用トマトの産地を広げ国産の原料を守る取り組みをおこなっています。

「黒姫和漢薬研究所」は薬草を守るために会社をあげて産地保全活動に取り組んでいます。

2月

3回実施。

練り物の「高橋徳治商店」は代表の高橋英雄さんから引きこもりの人たちと社会との接点になる居場所づくりの取り組みについて聴きました。ワインの「カタシモワインフード」は自社農園で減農薬栽培に取り組んでいる百年企業です。そばの「おびなた」はそばの製粉や乾麺のゆで方の説明とそば打ち体験をし、打ったそばを囲んでの試食をしました。



3月

2月

11月

10月

9月



工業」は子どもたちに安全なおやつを食べさせたい親心を感じました。伊勢海苔の「みえぎよれん販売」は高品質の海苔を収穫できるか否かは、海に影響を及ぼしている私たちの生活にかかっていると気づかされました。みかんジュースの「日本果実工業」は温州みかんの外皮を剥き雑味がジュースに混入しないように生産。外皮は漢方薬の陳皮になります。

どの生産者も地域の環境保全や国内産原材料にこだわり、生活クラブの厳しい基準をクリアした消費財が私たちに届けられていることがわかりました。私たち組合員が、消費財を多くの仲間と食べ持つ継続可能な生産を支えていくことで、地球の環境を守ることに繋がっていると実感しました。

たくさんの方にご参加いただきありがとうございました！生産者交流会は今後も各支部で開催できます。これからも消費財を知って学ぶ機会として、どんどん開催・参加していきましょう！





# エコロニュース

エコロ委員会



## 「子どもの心によりそう方法」

みなさんと考えてみました

～エコロ連続学習会～



12月から4ヵ月にわたって開催したエコロ連続講座は、コロナ禍を経て浮き彫りになってきた生きづらさを抱えている子どもによりそう方法を知りたいと企画しました。具体的に自分たちがそのようなよりそいをしたいと検討し、第一回は現役の中学校教諭の若松栄一先生、第二回は特定非営利活動法人happiness代表／宇野明香氏、第三回はオープンスペース<sup>ゆう</sup>の風代表藤原祐子氏と子どもに関わるお仕事や活動をされている方々をお招きし、第四回は参加者での振り返りフリートークの機会にし、連続講座としました。

第一回は若松先生からは、現任教諭の視点からの中学生世代の現状課題、学校へ行きづらい子どもたち向けに設定された不登校特例校制度とその認定を受けた洛友中学校についてのお話をいただきました。

第二回目は宇野さんからは、ご自身の経験から同じ境遇の子どもたちへどのように寄り添えるのかを試行錯誤しながら進んできたこれまでとこれからしたいことなどのお話を伺いました。

第三回目は藤原さんが教諭として取り組んできたことと実際に自身の子育てで感じた差異からそれぞれの子どもが持つ特徴を捉え、お互いにストレスを軽減させる方法を伝え親と子の居場所をつくっていることをお話しいただきました。

第四回目はフリートークとして、これまでの講座を受けて感じたことと、これから取り組みたいことなど思い思いに語り合い、聴き合いました。

子どもの心によりそう、という表現は一見、家族や見知った子どものことを思い浮かべることができるのですが、今回開催して感じているのは最終的には自分の心

に向き合い、自分を認めることが誰かの心にアプローチする第一歩ではないかということです。実際、各回の参加者の皆さんとのフリートークの際にはそれぞれが抱えている思いを話していただき共有することで、誰かに受け止めてもらえた安堵感のようなものが感じられました。ひとは、心地よいと感じられる場所がいくつもあることでより安心感を得ることができると思います。まず自分が安心感を持てることで不安でいっぱいになっている子どものころにもよりそうことができます。エコロ委員会の主催講座やエル・コープの活動が組合員のみなさんの心地よい場所になるといいなと思うとともに、このような場をみんなでつくっていかうと参加者のみなさんに考えてもらうきっかけになったのではないかと感じました。

また、今回の講座ではひとりで考えているだけではわからないことを専門で取り組まれている方に聞かせてもらうことで腑に落ちたことが多くありました。わからないことがわかったことで安心を感じられます。これからもたすけあいやつながりづくりに関わることにについて組合員が知りたい学びたいと感じる企画を提案できたらと思います。

### ●2月度の給付ケア件数

| 給付No. | 項目                                       | 件数 |
|-------|------------------------------------------|----|
| 3     | 組合員活動を支えるケア                              | 1  |
| 4     | 集団託児ケア                                   | 2  |
| 9     | 困ったとき・手伝ってほしいときのケア                       | 9  |
| 12    | 子育て中・介護中の加入者がリフレッシュしたいとき、儀式や行事に参加するときのケア | 4  |
| 14    | 共同購入品を預かってほしい・届けてほしいときのケア                | 7  |
| 16    | 誕生日のお祝い（満60歳以降10年ごとに）                    | 2  |
| 17    | 出産のお祝い                                   | 3  |

エピソードを  
お寄せください

QRコードからGoogleフォームで、またはお好きな用紙に記入し配送時に「エコロ委員会宛て」で提出してください。字数等の制限は特にありません。お名前・支部を明記してください。お寄せいただいたエピソードはエコロ委員会においてエコロニュースまたは組合員活動で活用させていただきます。（寄稿者の実名は伏せて活用します）





### 大人2人、1週間分の備蓄の目安は？

**水**  
飲料用・調理用



**42ℓ**  
(1人あたり1週間21ℓ)

**カセットボンベ**



**12本**  
(1人あたり1週間6本)

**米**



**4kg**

**即席めん**



**6個**

**乾めん**  
そうめん・パスタなど



**1.8kg**

**缶詰**  
肉・魚・豆・野菜など



**18缶**

**レトルト食品**  
カレーやスープ



**18個**  
**6個**  
パスタソースなど

**その他**  
野菜や果物の缶ジュースや缶詰、ドライフルーツ、フリーズドライの汁物（みそ汁やスープなど）、飴やようかん、せんべい、チョコレート、ビスケットなど

### 防災と減災

すぐできるワンポイント

防災と減災のちがいは「防災」は災害を未然に防ぐことに對して、「減災」は災害が起きた時に被害を最小限におさえることです。

グラツときたら、まず身の安全を確保。揺れがおさまったら、火の始末（ガスコンロ、ストーブなどを消す）、ドアを開ける、そして逃げてください！

☑ **カタログで見る防災用品**

防災用品を備えておくといいい、とわかっていても、一度に買うとたくさんお金がかかります。市販品で「防災セット」といったリュックなどにとりあえず必要な3日分くらいがまとまったものも売っていますが、カタログにも防災食・防災グッズが掲載されています。普段注文する時にいっしょに少しずつ備えませんか？

最近では、いろいろな種類が増えています。非常時なので、とりあえずは食料・水があればいいと思いますが、そんな時も少しでも安心して食べられる消費材や信頼できるものを利用できたらいいですね。一度買ったからしばらく安心！というより、日常的

に使いながら使った分だけ備える「回転備蓄」をおすすめします。

乳幼児や高齢者のいる家庭や慢性疾患、食物アレルギーがあったりする人の食事は更に大切になります。できるだけ普段の状態に近い食事ができるように、それぞれの人が合った食品を最低2週間分、備蓄することをおすすめします。

- ・乳幼児には粉ミルク・液体ミルク、離乳食のびん詰りやレトルトもの
- ・高齢者や体力が落ちた時などを想定して、レトルトのおかず、即席のみそ汁など。
- ・あらゆる世代が食べやすい「美食百彩」シリーズがおすすです。長期保存できます。

〔例〕

- 牛バラの肉のやわらか煮（常温270日保存可）
- やわらか豚なんこつ煮（常温180日保存可）
- にしんと昆布の煮付け（常温180日保存可）など

生活クラブの「ヒオサボレシビ」HP・コラム読み物「災害時こそいつもの味で安心を！」「回転備蓄は何をどのくらい？」より  
[https://recipe.seikatsclub.coop/news\\_story\\_detail.html?NID=1000001676](https://recipe.seikatsclub.coop/news_story_detail.html?NID=1000001676)

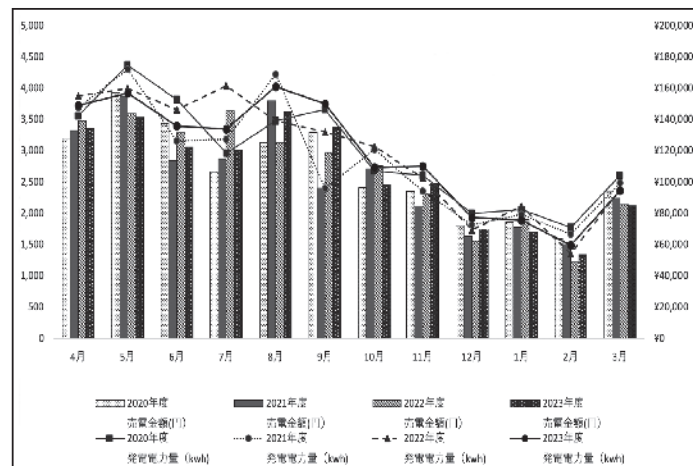
## ●放射線測定活動報告 2024年3月測定



### 【空間放射線量測定値とは】

生活クラブ京都エル・コープでは、2013年5月から10名ほどの組合員が毎月、同じ地点、同じ機器で自分の地域の空気中の放射線量を測定しています。測定機器の操作方法を知っておくことや数値の変化から、事故等の際に気づく可能性を高めることを目的としています。測定方法は、京都府内の屋外・室内で、地上1m及び5cm地点の空間放射線量を測定。本紙では、各支部1カ所について、1mでの測定値のみを掲載。単位:  $\mu\text{Sv/h}$  (マイクロシーベルト毎時)。

## ●東センター太陽光発電ありがとSUN発電状況



### 【東センター太陽光発電「ありがとSUN」発電とは】

組合員のみなさんの出資金と設置の際に募集した特別増資を活用して、山科区にある東センターの屋根に32kWの太陽光発電所を設置。2014年10月から発電事業をおこなっています。つくられた電気は生活クラブグループの電力会社の「(株)生活クラブエナジー」に売電しています。

How to  
エル・コープ回収するもの  
回収していないもの

知ってましたか？こんなことやあんなこと。加入説明の時に聞いた気がするけど、どうするんだっかな？

生活クラブを上手に活用していくために、加入したばかりの方からベテラン組合員さんまでみなさんに知っておいていただきたいことを毎回お伝えしていきます。

今回はお問い合わせの多い「回収するもの」「回収していないもの」についてです。

## 回収するもの

## ●ピッキング袋

（消費材が入ってくるラベルが付いた袋）  
↓ラベルは引きちぎって返してください！  
野菜が入って届く手付きの袋

## ●卵のパック

（汚れたり、破れていないもの。温泉卵の容器は×）

## ●牛乳びん

## ●牛乳びんのふたとサイドスコアー

（ふたのすぐ下の部分）

## ●Rマークの付いたびん

（ドレッシング用、広口びん、中口びん、360ml、500ml、900mlの6種類）

## ●一升びん

## ●配送に使うもの

折りたたみコンテナや白い発砲スチロールの箱、保冷剤、青い仕切りやスポンジ状の仕切り

## ●カタログを入れている通い袋

## 回収していないもの

## ●カタログ類

## ●Rマークのついていないびん

## ●牛乳びん以外のふた

## 理事会だより

2023年度 第10回 理事会報告  
（2024年4月1日開催）

## ＝討議検討事項＝

- たすけあい活動拠点における介護保険事業および障がい福祉事業への参入について討議検討しました。
- 2023年度総代会議案内容について討議検討しました。

## ＝討議決定事項＝

- 2024年度役員定数および理事会推薦役員の決定・役員選挙の実施について討議し、決定しました。

## ＝報告承認事項＝

- 西センターを活用したたすけあい活動拠点の改装基本設計について、承認しました。
- WEB加入システムが5月から導入されることを承認しました。
- エル子育てサポーター養成講座修了者とその後の具体的な活動について承認しました。

## ＝報告確認事項＝

- 2023年度支部大会成立状況を確認し、すべての支部で支部大会が成立したことを確認しました。

ほか

## 生活クラブ京都エル・コープ 組織状況（3月度）

組合員数：6,584名 前月比38名減

供 給 高：125,678,555円（一人当たり19,088円）

おいなしな 次号、154号は  
2024年6月3日発行です

★

おいなしな はウェブサイトでも閲覧できるようになりました！

<http://kyoto.seikatsuclub.coop>

## 編集後記

先日取材で「and happiness.」さんへ行ってきた。ペットボトルのキャップを回収する取り組みを

していると聞いたので、たくさん持って行った。以前は開発途上国の子どものワクチンを贈る取り組みに協力している場所に持って行っていたがなくなり、ずっと溜めていた。プラごみの削減、CO2の削減、障がい者施設での作業による雇用創出、ボールペンなどにリサイクル。これからも協力していきたいです。



## 広報委員会より

広報委員会では今後、京都近隣のエル・コープと関わりのある生産者や団体、施設などを取材・見学に行く予定です。（できるだけ平日の日中・公共交通機関で行ける範囲）ぜひ広報委員になって一緒に取材・見学に行きませんか？

## 各支部・委員会からのお知らせ

## ○左京支部

## つながりづくり

今年も近所の組合員同士の「つながりづくり」をおこないません!! お渡しする消費材は回転備蓄としても使えるノンカップ麺3種です。

5月6日から配布するチラシをご参照ください。

ウェブサイトでも閲覧できるようになりました！



一乗寺くらぶルームだより

<http://kyoto.seikatsuclub.coop>