

# あいな

No.176  
2026.04.06

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：6,475名  
(2026.02.20現在)

♪おてかけ♪  
広報委員会

取材に行っていました

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  
実際に行ってみて、みなさんにお伝えします！

支部イベント

## 『甘いチョコレートの あまくない現実』

2月14日バレンタインデーに開催され  
た乙訓支部イベント。チョコレートを生  
産方法や規格の違い、最近の大きな価格  
上昇の裏で起こっていることなどについ  
て、消費材「ブラックチョコレート400  
g」などを生産する月島食品工業(株)の  
吉原さんに伺いました。

恐らく一年で一番チョコレートが注目  
されているバレンタインデー当日！

会場の「長岡京市中央生涯学習センター  
バンビオ」には、組合員13名、ゲスト2名  
の参加者が集まりました。

月島食品工業(株)について吉原さんか  
らご紹介いただいた後、「チョコレートつ  
て何？」というところからお話がスタート。



吉原さんの「(生活クラブのチョコレートは)みなさんに育ててもらったチョコレートですから、よりおいしいと思ってもらえるのかな」という言葉が印象的。



2時間のイベントの途中には消費材の「パイシート」を使ったチョコパイ作りのデモンストレーションも！パイシートにフォークでたくさん穴をあけてチョコを包んでオープンで焼くだけ！手間とは反比例の、うなるおいしさ。



中のチョコレートは  
もちろん消費材  
「ブラックチョコ  
レート400g!」

カカオの歴史や生産地  
域、加工方法、チョコレ  
ートの規格による呼称の違  
い(チョコレートと準チョコ  
レートの違い)などについ  
て、デモンストレーションや試  
食も交えながら、伺いました。

チョコレートは2023〜2024年  
にかけての原料のカカオ豆の不作により、  
値段がほぼ倍の値段に。少ないカカオ豆  
の奪い合いや投機家の参入により、国際  
価格は最大5倍ほどに跳ね上がったとい  
います。さらに、カカオ豆の一大産地であ  
るガーナでは、同時期にカカオの木に病



イベントの様子は  
Instagramでもご覧いただけます。  
ぜひこちらもチェックしてみてください



SEIKATSUCLUB\_KYOTO

気が流行。新しい木を育てるのに少なく  
とも3〜5年かかること、困窮したカ  
カオ豆農家が成長の早いゴムの木などへ  
作付けの転向をはじめていることなどか  
ら、この高価格の潮流はこの後も3〜5  
年は続くだろうとのことでした。

月島食品工業(株)は、原料配分の改良  
や新たな産地開拓といったさまざまな企  
業努力でこの局面を乗り越えようとして  
います。しかし利用がなければその継続  
も難しくなっていく。「チョコレートのお  
まかない現実」に、地球環境も含めた「食  
べること」の多面的な関係性に視野を広  
げることの大切さを感じました。



月島食品工業(株)は加工油脂の製造を行う企業なので、後半には消費材「塗っておいしいマーガリン」のお話も。マーガリン=身体に悪い?という固定観念を払拭する情報に出合えるのは、その道のプロと直接会える機会ならではの。



# 平和人権委員会

# 花垣ルミさん倉本芽美さんお話し会 —— ともに考之・描こう

## 持続可能な平和をめざして

2025.11.29(土)  
@りんくゑる

花垣ルミさんは京都市在住の85歳。広島で被爆し、2024年ノルウェーのノーベル平和賞授賞式など、国内外で証言を続けてこられました。倉本芽美さんは立命館大学国際関係学部4年生。若者の核廃絶運動団体「KNOW NUKES TOKYO」共同代表で、2025年NY核兵器禁止条約締約国会議にも参加されました。核なき世界を目指して活動するお二人にお話しいただきました。

### もし核兵器が使われたら、何が起る？

倉本さんは大学の平和学の授業で「核抑止論」を知り、国同士が核で脅し合うことが「平和」だという考え方に強い違和感を持ちました。今回は核兵器が放射線を出す大量破壊兵器であることをわかりやすく伝え

広島への原爆投下の日、花垣さんは5歳で、たまたま幼稚園を休んでいましたが、登園した友達や先生は全員亡くなりました。その後、避難する中で壮絶な体験をし、手足など部分だけの人を燃やしている光景を見たのを最後に、58年間被爆の記憶をなくされました。おばあちゃんのお尻にうじ虫がわいて、ピンセットで取ってあげたことなど、語るのには辛いことです。でも近年ではハレスチナ・ガザ地区での人道危機などを受けて、「話さなければ



梅小路公園に原爆が投下された場合  
半径 2 km 以内が全壊全焼となる

「核兵器を無くしたい」思いが原動力

「核抑止論」を知り、国同士が核で脅し合うことが「平和」だという考え方に強い違和感を持ちました。今回は核兵器が放射線を出す大量破壊兵器であることをわかりやすく伝え

「議員ウォッチ・核兵器Yes or No」  
<https://glinwatch.jp/>

次の一歩として、周りの人と話をしてみましょう。ボランティアや援助をすることもできます。



花垣さん(前列右)、倉本さん(前列右から二人目)

**予告**  
今年度も身近な平和や人権について気軽に話せる場をつくりまします。ぜひご参加ください。

「できる人が、できるときに、できることを」。そして「1人の100歩よりも、100人の1歩」ならできそうな気がします。花垣さんたちが続けてこられた平和活動が、若い世代に引き継がれています。私たちも、組合員のつながりを大切に、支えていきましょう。



●居場所スペースの愛称が決まりました  
1階にある居場所スペースはこれまで愛称がなく、「みんなのサロン(仮称)」としていましたが、居場所実行プロジェクトで案を出し、「居場所スペースみんなのサロン いこいこ」と正式に決定しました。  
愛称には組合員をはじめ地域の方などたくさんの方が「憩い」に来る居場所になるよう、「行こう」と思っ来てくれるような居場所になったらいいな、という願いを込めて決めました。  
また、5月には開所1周年を記念した周年祭を企画しています。その際に、この「みんなのサロン いこいこ」のロゴマークのアイデアを募集しようと思います。詳しくは、またお知らせいたします。

1階居場所スペース

●理事研修を開催しました  
1月10日から2月7日まで、3回にわたって理事研修をおこないました。  
第3回は、生活クラブ埼玉理事長の村山なみさんと前理事長の石井清美さんをお招きし、組織運営と組合員活動を学びました。主体的に動ける仕組みづくりや、声と実践を循環させる大切さを実感しました。小さな活動単位「連」が組織を支える姿が印象的でした。京都エル・コープでも身近なつながりを活かす、理念を大切に、組合員の力を生かす持続可能な活動を育てていきたいと思いました。



3階組合員ホール

組合員の皆様

去年は「原発賠償訴訟京都訴訟団」呼びかけの署名へのご協力ありがとうございました

2011年の東京電力福島第一原子力発電所の事故で、全国に避難を強いられた方の中には、京都に避難し、生活クラブ京都エル・コープの組合員になった方もおられます。その一部は、勇気を出して「原発賠償京都訴訟」の原告団となって、東電と国に対して、裁判を続けられています。

2022年には最高裁が国の責任を否定し、その後同じ結果が続いています。最近では2024年12月の大阪高裁判決に対して、2025年に上告受理を求めています。

エル・コープでも、大阪高裁の公正な判決を求める署名(2022年)、「1万枚ハガキ大作戦」(2024年)に続き、2025年後半にも署名を集めました。

集まった署名(652筆)を一度12月末に送り、今年2月末にも124筆を送ろうとしていた矢先、1月22日に、最高裁判所から、上告受理申し立てを受理しない決定がされました。原告団の方からは、残念で悔しいけれど、エル・コープの署名に、ありがとうございましたというメッセージが届きました。

原発事故の責任の所在が明らかにならないのは、同じ生活者として他人ごとではありません。普通の暮らしという当たり前の権利が守られるよう、これからも応援していきましょう。

生活クラブ京都エル・コープ  
理事会・平和人権委員会

新設  
専業

札幌市の介護  
訪問介護

訪問介護 まんまる・ケアプランセンター さざなみの

# 介護の広場

今回はとうとう第10回目になります。ひとつめは「介護保険ざっくり解説」です。ケアプランセンターさざなみに併設している訪問介護まんまるってどんなところ？ その1と、ふたつめは生活クラブ『10の基本ケア』その9をご紹介します。

## 介護保険ざっくり解説 9回目

### 「訪問介護まんまる」 ってどんなところ？ その1

訪問介護まんまるは、介護が必要な人が自宅で生活を続けるために、介護スタッフが自宅を訪問して必要なサポートを提供するところです。

そこには訪問介護員（ホームヘルパー）やサービス提供責任者、管理者が在籍しています。



今回は提供されるサービスの2つをご紹介します。

#### 身体介護

食事・入浴・排せつ・着替え・体位変換・移乗介助など、利用者の体に触れて行う介助サービスです。利用者の体調や状況に応じて、食事や入浴、清拭など多様な支援をし、日常生活を快適に送れるようにサポートします。またその中に自立生活支援のための見守りの支援もあります。

#### 生活援助

掃除・洗濯・調理・買い物代行など、日常の家事を支援するサービスです。単なる家事代行ではなく、利用者が自立した生活を送れるように、利用者ができることは自分でおこない、必要な部分だけをサポートする形が基本とされています。さらに、生活援助を通じてホームヘルパーは利用者の心身の状態を見守ることができるため、生活の変化や健康の状態の変動に早く気付くことができます。

### 生活クラブ『10の基本ケア』

本人・家族が参加して  
ケアプラン作りをする

自己決定が  
尊重されたケアプランで、  
充実した生活づくりをする。



#### その9

### 本人・家族が参加してケアプラン作りをする 自己決定が尊重されたケアプランで、 充実した生活づくりをする。

- 主人公は、利用者・入居者である。
- ICF（国際生活機能分類）を重視したケアプランをつくる。
- 生活の土台である生理的欲求を満たすことから始める。
- 多職種連携で、生活環境・家族の状況を把握する。
- 生活歴を把握し、社会性、暮らしを取り戻すケアプランをつくる。
- 定期的にケア会議で振り返りを行う。

主人公は利用者・入居者である。生活の土台である生理的欲求を満たすことから始める。生活歴を把握し社会性、暮らしを取り戻すケアプランをつくる。その人が中心のケアプランをつくることで少しでも豊かな生活を送る一助になればと思います。

次回は「訪問介護まんまる」ってどんなところ？ その2と「生活クラブ『10の基本ケア』その10」をお伝えしたいと思います。ここまで読んでくださってありがとうございました。

## 地域福祉委員会 news

**TOPIC**

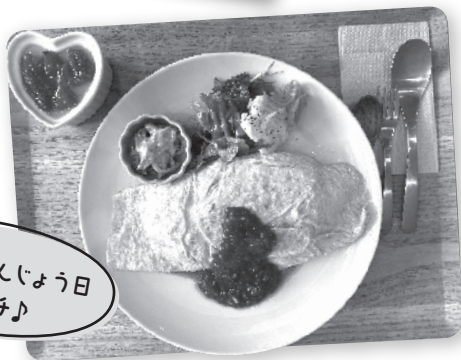
**2月21日(土) エッコロ冬のお誕生日会**

りんく・る 1階「居場所スペース みんなのサロン いこいこ」で「エコロたすけあい制度を知り、利用するためのつながりをつくるために」と、12月、1月、2月生まれの組合員を対象に、いくつになっても楽しい私へのご褒美 time「冬のお誕生日会～令和の小学生に大人気のラミーキューブや昭和からあるトランプ、ジェンガなどのボードゲームを楽しみましょう」を開催。参加者は4名でした。

令和の小学生に大人気の「ラミーキューブ」は4人で対戦、数字を組み合わせたたり、手持ちのカードを計算…脳を使うゲームでした。説明を聞きながら、まずは、第1回戦。その後、Cafe+Meets 特別お誕生日ランチをいただきながら、エコロについてなどのおしゃべりを楽しみました。英気を養った後、もう1回戦。楽しい時間を過ごしました。



小学生に人気!  
ラミーキューブ



特別おたんじょう日  
ランチ♪

**TOPIC**

**りんく・る お庭づくり**

りんく・るのお庭づくりに4名が参加しました。ご近所さんとともに、洛西で放置畑をコミュニティ農園へと育ててきた「よんちゃん」のお話を聞きながら、まちなかでできる庭のイメージをふくらませました。コンポストや食べられる植物、ふらりと立ち寄れる場づくりなど、できることから楽しく挑戦していきます。早速参加した組合員から「苗を分けるよ」と嬉しい声も。

土にふれてみたい方、見てみるだけでも大歓迎です。ぜひお気軽にご参加ください。



どんなお庭にしようか  
話が弾みました

**11月度の給付ケア件数**

給付No.	項目	件数
9	困ったとき・手伝ってほしいときのケア	12
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	5
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	20
16	誕生日のお祝い(満60歳以降10年ごとに)	1
17	出産のお祝い	1

**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「地域福祉委員会宛て」で提出してください。字数等の制限は特ありません。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地域福祉委員会において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)







災害は忘れたころにやってきました。備え・備蓄などの大切さをお伝えしてきましたが、知識を身につけておくだけで自分の身や大切な人を守ることもできるかもしれません。

今回は、ペットの防災についていっしょに考えていきましょう。

### ペットの防災について

- グラツときたら、まずこの3つ！
- ①身の安全を確保（テーブルなどの下に入る、座布団などで頭を守る）
  - ②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）とブレーカーを落とす
  - ③ドアを開けたままにする、そして逃げてください！

そなえよう！  
防災と減災  
すぐできる  
ワンポイント

### ペットの災害対策

災害が起こった時に最初におこなうことはもちろん飼い主自身や家族の安全確保ですが、ペットの安全確保についてもふだんから考え備えていく必要があります。十分な水や食料の他、常備薬等も用意し、避難ルートを確認しておく等、いざという時に備えましょう。

#### ●ふだんからのしつけと備え

いざという時に慌てないよう、ペットには基本的にしつけをし、備えておきましょう。

避難する時は、ペットといっしょに避難（同行避難）できるように日頃からキャリーバッグやケージに入ることなどに慣れさせておくことも必要です。



#### ●避難所での配慮と事前の確認

避難所においては、自治体の指示に従い、ルールを遵守し、ほかの避難者に迷惑をかけてはいけません。特に避難所では動物が苦手な方やアレルギーを持っている方



防災と減災のちがいは「防災」は災害を未然に防ぐことに対して、「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。

等への特別な配慮が求められるます。また、避難や避難生活は、ペットにとっても大きなストレスとなる可能性があるため、ペットの行動も考えた十分な準備をすることが大切です。地域の避難場所は、ペットとの同行避難が可能かどうかをあらかじめ確認し、可能な場合はその注意事項を管轄の自治体に確認する等して、ペットとの避難計画を立てておきましょう。

(環境省HP出典)

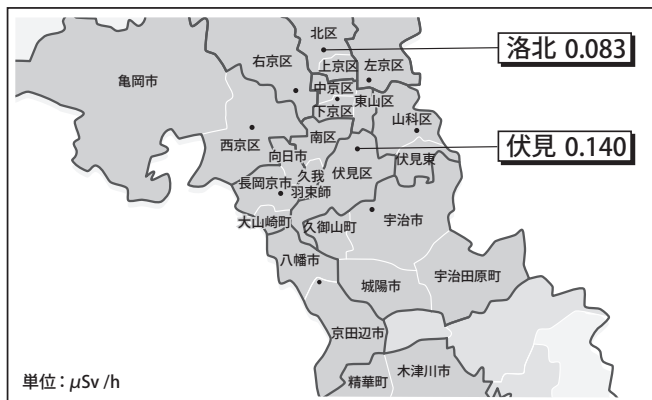
#### すぐに持ち出しやすくしておくもの(犬猫共通)

- ・ペットフード(ふだん食べ慣れているものが良い)や水
- ・薬や療法食
- ・キャリーケース
- ・首輪、リード
- ・ウンチ袋
- ・食器



迷子になった時の対策も考えておきましょう。

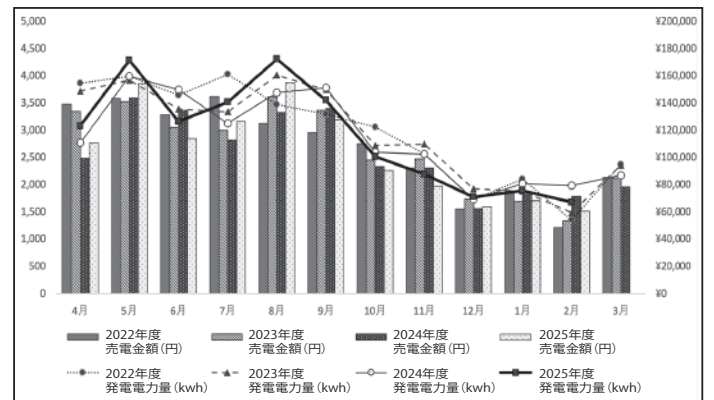
### ●放射線測定活動報告 2026年2月測定



#### 【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)。

### ●山科センター太陽光発電ありがとSUN発電状況



#### 【山科センター太陽光発電「ありがとSUN」発電とは】

組合員の皆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、山科センターの屋根に32kWの太陽光発電のパネルを設置。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

## 生活協同組合

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、どうするんだっただけかな？

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皆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、「生活協同組合」についてお伝えします。

.....

生活クラブは「生活協同組合(生協)」です。生協は、非営利の事業体であり、組合員みんなが「出資・利用・運営」することによって成り立っています。

### 出資する

出資する(加入)ことによって組合員となり、資金を持ち寄って利用・運営しています。



### 利用する

生活クラブの消費材の共同購入や生活クラブでんきの利用、共済へ加入することができます。

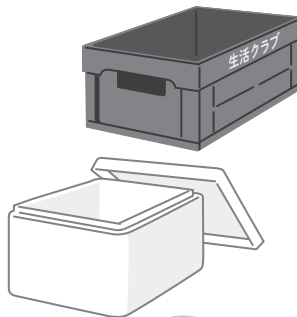


### 運営する

生活クラブに加入することでいろいろなイベントや組合員活動または消費材の開発などに参加することができます。



私たちの出資金でまかなわれた建物・設備・車両ならびにお届けに使用している青いコンテナケースや保冷剤、白いシッパ(発泡スチロールの保冷箱)、通い袋などの備品もすべて組合員である私たちの共同財産です。備品は大切に扱います。



私たちの財産です。  
大切に使いましょう。

私たちはお客さまでも単なる消費者でもありません。事業の利用者であると同時に、出資者・経営参画者です。

生活に必要な「消費材」を生産者とともにつくり、ともに広げる運動が生活クラブでの共同購入です。私たちに「買う力」と「買わない力」があります。買わないことで反対の意思を表明するとともに、必要とする「消費材を買う力」を集めることで、一つ一つの課題を解決していくことができます。より多くの力が必要になりますので、たくさん仲間をつくっていくことも重要です。ぜひお友だちを誘って仲間を増やしていきましょう！

### 編集後記

先日、駅で20年前の勤務先の上司に偶然会った。たまたま仕事で駅を利用していたそうだが、目の前を通り過ぎた私に気づいて呼び止めてくれた。

電車の時間が迫っていたので少ししか話せなかったが、20年経っても覚えていてくれたこと、私と判別してもらえて嬉しかった。



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>

おい、な

次号、177号は

2026年5月4日発行です



おい、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>

### 理事会だより

2025年度 第9回 理事会報告

(2026年2月25日開催)

#### ＝討議検討事項＝

- 次年度予算案(1次案)計画について検討、決定しました。
- 2026年通常総代会議案の決定について検討、決定しました。

#### ＝報告承認事項＝

- 2026年度共生のまちづくりおうえん基金とエッコロ基金の運用について承認しました。

ほか



### 生活クラブ京都エル・コープ 組織状況 (2月度)

組合員数：6,475名 前月比 3名減

供給高：158,834,193円 (一人当たり24,530円)