

あいな

No.182
2026.10.05

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：6,479名
(2026.08.20現在)

「牛乳を知ろう！スタディーツアー」に行ってきました！Part2



牛乳からはじまった
生活クラブ

生活クラブのはじまりは、牛乳の共同購入でした。1965年、200人余りのお母さんたちが集まり「まとめ買いして安く分け合おう」と牛乳の共同購入をしたのが生活クラブの始まりです。

当時の時代背景として、脱脂乳や加工乳などが主流で、まだ食の安全性や品質管理などへの意識が薄かった中、「普通牛乳」を共同購入しながら、「そもそも牛乳とは何だろう」「自分たちが本当に飲みたい牛乳とはどんなものだろう」と学び、確かな品質の牛乳を手に入れたいと考えようになりました。

そして、「本当に安心・安全に飲める牛乳は、自分たちの手でつくるしかない」と、1979年に酪農家と一緒に共同出資・経営する形式で牛乳工場を設立（新生酪農）。以来、72℃15秒間殺菌のパステライズド製法、容器のリユースびん化など、その価値を生産者と組合員で一緒につくってきました。

牛のえさや飼育環境、生産農家、原乳の品質管理から集乳・製造、容器や価格まで。「どこで、誰が、どのようにつくっているのか」が分かる牛乳を、自分たちでつくり、自分たちで利用するようになったのです。これが、現在につながる生活クラブの活動の原点です。

生活クラブの牛乳は、単なる「買い物」ではありません。知る。選ぶ。つくる人とながら。そして、利用する。その一つひとつがつながって、牛乳をつくり続ける循環が生まれています。

私たちが生活クラブのパステライズド牛乳を飲むことは、何につながっているのでしょうか。一杯の牛乳から、改めて考えてみたいと思います。

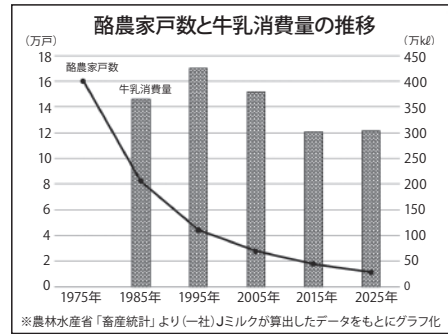
そんな思いから、この夏『牛乳を知ろう！スタディーツアー』を企画し、組合員（家族含む）47名で、新生酪農、生産者の牧場（三村牧場、佐藤牧場）を訪問し、考える機会を得ました。今回から連載で、ツアー参加の様子や知ったこと、知らせたことなどをおいいたいので報告していききたいと思います。



牛乳を飲む人、
つくる人が減っている

牛乳の消費量は、長期的に減少傾向にあります。そして、酪農家の戸数は、それ以上に大きく減っています。1975年には約16万戸あった酪農家は、2025年には1万戸あまりにまで減少しました。作業の機械化や農家の大規模化が進んでいるため、戸数の減少がそのまま牛乳生産量の減少を意味するわけではありません。牛乳をつくる担い手が大きく減っていることは、今後の私たちの食生活にとって見過ごせない現実です。牛乳は、「売れないから今日はつくらない」ということができません。

牛は生きています。毎日餌を食べ、乳を出します。酪農家は365日、牛の健康を守りながら世話と搾乳を続けています。さらに近年は、飼料や燃料、電気などの価格上昇も酪農経営を圧迫しています。一度酪農をやめ、牛や設備がなくなってしまうから、また明日からつくろう」というわけにはいきません。



牛乳として飲むことにも意味がある

牛から搾られた「生乳」は、飲用牛乳だけでなく、バターやヨーグルト、チーズなどの乳製品にも使われます。

ここで知っておきたいのが、用途によって生乳の取引価格(乳価)の仕組みが違っていることです。飲用向けの需要が減り、生乳が飲用から加工向けに回ると、買取の乳価が下がり、酪農家の経営にも影響します。

だからこそ、まずは生乳を牛乳として飲むことにも意味があります。

朝のコーヒーをカフェオレにする。料理やおやつに牛乳を使う。家族で一本を飲みきる。そんな小さな工夫を重ねることが、パステチャライズド牛乳の利用につながります。おいしく使い切って、また次の一本を注文する。その繰り返しで、生産者と私たちをつなぐ循環を生み、生産者を支える力になります。



「だから美味しい!!」パステチャライズド牛乳

牧場や牛乳工場を訪ね、牛乳の秘密をたくさん学んできました。牛乳スタディーツアーに参加した組合員とお子さんからの感想をご紹介します。

M.Iさん

酪農・牧場の様子をみてみたいのでツアーに参加しました。

ツアーに参加して、牧場と生活クラブのキズナ。生活クラブの牛乳を利用することは、キズナを強く、太く→牧場の二代目、三代目を育てることを知りました。

N.Iさん

工場・牧場見学で現地の人から、牛乳についての思いを聞きたいのでツアーに参加しました。

ツアーに参加して、廃棄の牛乳がなるべく無いように、多くの人に生活クラブの牛乳を飲んでもらわないと思いました。

H.Mさん

実際に乳牛がどんな所で、どんな物を食べて毎日過ごしているかを見たいのでツアーに参加しました。

ツアーに参加して、飼料を自給すればすべて良いとはならないこと、新生酪農安曇野工場はあれだけの施設が整っているのに半日しか稼働していないこと、世界情勢が酪農・牛乳に大きく影響していることなどがわかりました。

N.Mさん

生活クラブの牛乳が好きなのでツアーに参加しました。

ツアーに参加して、酪農家の皆さんが牛をととても大切に育てていることを強く感じました。見学した日はちょうど生まれたばかりの赤ちゃん牛がいて、一頭ずつ安全な場所で母乳を与えられていました。

出産前後の母牛は搾乳牛と別の牛舎でゆったりと過ごしており、牛の健康や負担に細やかに配慮されていました。

H.Oさん

生産者の思いにふれたいと思ってツアーに参加しました。

ツアーに参加して、牛のストレスを下げることと美味しい牛乳はイコール!!

搾乳や瓶詰以外に飼料づくりやお産、名づけ、検査などなど本当にたくさんのプロセスがあることを知りました。

E.Kさん (お子さんの絵日記)

ぞ学で学んだこと

えさ→買っても高い! 作っても高い! →どっちにしても大変!!

H.Kさん (お子さんの絵日記)

うしさんのおちちは、いつでもでるとおもってたけど、人げんみたいにこどもをうまないとおちちはでない。

生かろいう京都
ヘル・クラブの

新規
事業

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

月日の経つのは早いもので、随分と長い間ここにいるような錯覚に陥っておりますが、まだ一年と半年にも至っておりません（原稿作成時）。まだまだこれからできることを考えて前に進みたいです。

さて、以前にもご紹介した介護サービスについて詳細をお伝えします。訪問介護と訪問看護は資格やできることも違いますので、今回は訪問看護でこういったサービスが受けられるのかをご紹介します。

訪問看護

訪問看護とは医師の指示に基づいて、看護師や准看護師などの医療従事者が利用者の自宅を訪れ、必要な医療処置や日常生活のサポートを行うサービスです。

バイタルチェックや医療機器の管理、食事や排泄の介助といったケアを通じて、利用者が自宅で安心して療養できる環境を提供します。

また、理学療法士や作業療法士、言語聴覚士などがリハビリを担当することもあり、医療と介護の双方から支援を行います。

訪問看護のサービス内容

訪問看護では、利用者は医療や介護に関する多様なサービスを自宅で受けることができます。

具体的には、以下のような内容があります。

- 病状の観察とバイタルチェック**…看護師が訪問し体温や脈拍、血圧などを測定、健康状態の評価を行う
- 医師の指示に基づいた医療ケア**…点滴や注射、褥瘡（床ずれ）の処置、カテーテル管理などの医療処置を行う
- 食事や排泄の介助**…自宅での療養生活を支援するため、食事や排泄の介助、衛生管理も実施
- 認知症ケア**…認知症の方に対しては、事故防止のためのアドバイスや日常生活の支援を行い、家族の負担を軽減する
- リハビリテーションの提供**…理学療法士や作業療法士、言語聴覚士が自宅でのリハビリを行い、機能回復や拘縮（関節の可動範囲が狭くなること）予防の支援を行う

●**ターミナルケアのサポート**…終末期においては、利用者が望む生活を自宅で送れるようにするため、痛みのコントロールや精神的な支援も含めたケアを提供

●**看取り対応**…訪問看護では自宅での看取りに対応し、利用者とその家族が安心して最期の時間を過ごせるよう支援を行う。ケアマネージャー、訪問看護師、在宅医、薬剤師、介護福祉士などの多職種でチームを組み、在宅医療を提供

●**家族へのサポート**…家族に対しても介護方法の指導や相談を通じて支援し在宅介護に関する精神的・肉体的な負担を軽減することを目指す

訪問看護は、患者の健康状態や生活環境に合わせて柔軟にサービス内容が提供されるため、自宅での療養を希望する方にとって重要な選択肢です。

利用者が安心して在宅療養を続けるために、医療機関や訪問看護ステーションの看護師・理学療法士などの専門職が協力し、質の高いケアを提供します。

～ スタッフのつぶやき ～

ある朝出勤で駅まで歩いていたら、向かいから老犬を散歩されている方にお会いしました。その老犬は自分のペース（とてもゆっくり）で歩いていたのですが、その歩調で私の方に向かってきてくれました。飼い主さんに承諾を得、頭をなでさせてもらえることに。聞くところによると老犬は15歳。「頑張ってるね！」と声をかけ別れたのですが、「あんたもな。若造。」と反対にエールを送ってもらった気がしました。私の方が偉そうだったかなと、年配の老犬にたしなめられた気がしました。（訪問介護まんまる N）

ひきつづき/

登録型ヘルパー
大募集

住み慣れた自宅で自分らしく暮らし続けるための「生活クラブ 10の基本ケア」を実践し、いつか自分や家族もお世話になる…そんな訪問介護事業にいっしょにチャレンジしませんか。

ホームページは
こちらから



<https://seikatsclub-kyoto-care.com>



5月下旬にアンケートを配布して（6/7×切）、125人の組合員の皆さんにお答えいただきました。内訳は用紙提出105人・ 구글フォーム提出20人でした。

組合員の皆さんが様々なテーマに関心を持っておられることが分かって、専門委員会の活動の意義を感じました。勇気付けられるご意見が多くあると同時に、少数ではありますが、厳しいご意見もいただき、参考になりました。

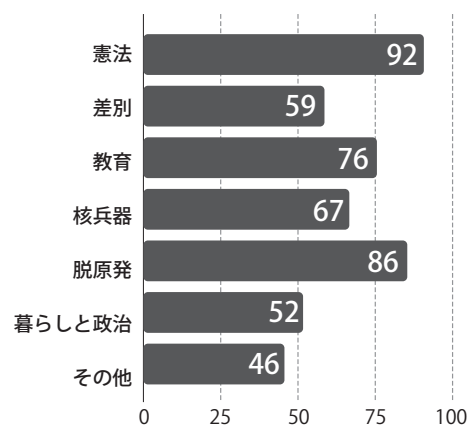
言葉にしにくいですが、組合員の皆さんのアンケート用紙の字面から色々と感じるものがあり、大げさではなく感動しました。皆さんが読書や講演会などで出会った情報や考え方をさらに発展させたいという気持ちを持ってもらえるからかもしれません。

詳しい報告はおいがないと同時配布の平和人権委員会だよりにまとめましたので、そちらをご覧ください。

Q.1

関心のあるテーマ（複数回答可）

- 憲法
- 差別
- 教育
- 核兵器
- 脱原発
- 暮らしと政治
- その他（フェミニズム、ジェンダー、包括的性教育、障がい、福祉、環境問題、食など）



Q.2

お話しを聞いてみたい人

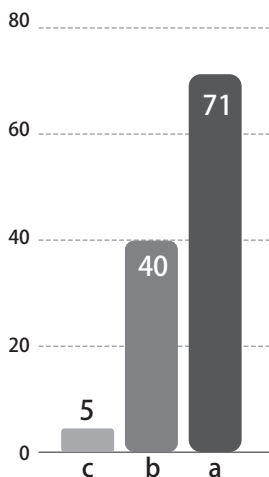
（複数のお名前の上がつた方）

- ・ 木村草太さん ・ 上野千鶴子さん ・ 青木理さん ・ 藤原辰史さん ・ 本田由紀さん
- ・ 信田さよ子さん ・ 鈴木宣弘さん ・ 安田菜津紀さん ・ 武田砂鉄さん ・ 内田樹さん

Q.3

『生活と自治』についておたずねします

- a 読みます
- b たまに読みます
- c 読みません



関心調査にご協力ありがとうございました。

平和人権委員会では委員を募集しています！

現在、5人の委員で活動しています。組合員の皆さんが学ぶ機会を一緒につくりませんか？時間の合わせにくい方も関心のある方は、ご相談ください。

お問合せ

上鳥羽センター TEL.075-606-7360（金沢）までお電話ください。

お知らせ

環境委員会だより

環境に関するあれこれをお届けします。

環境委員会は遺伝子操作と食の安全や生物多様性について活動しています。チラシなどのお知らせが目にとまったら是非参加して下さい。

GMナタネ自生調査 (GM: 遺伝子組み換え)

カテゴリー…生物多様性の保全
目指すもの…遺伝子汚染の拡大防止
実施時期…4月

自生のセイヨウナタネが近縁種を採って来て、特定の除草剤に対する耐性遺伝子をもっていないかを、簡単な検査で調べます。今年は18ヶ所調査が行われ、全て陰性でした。

セイヨウナタネの種子は主にナタネ油の原材料として輸入され、また搾りかすは飼料や肥料の原料として利用されています。輸入港の貯蔵施設、コンテナ車やトラックが運ぶ製造所への輸送路、また住宅地にも自生や近縁種との雑種が見られます。一度雑種として定着すると帰化植物と同様になくすことは難しいのです。



GMフリーゾーン宣言 (GM: 遺伝子組み換え作物 フリー: ○○がないということ)

カテゴリー…生物多様性の保全
目指すもの…GM作物が栽培できない
状況を作り出していく
実施時期…11月～12月に呼びかけ
ますが、宣言の登録はいつでもできます

生産者や事業者や消費者が「うちの畑でGMOは作らない」「使わない」「買わない」と宣言する運動です。

イタリアの農家が発祥で世界各地で行われ、作物だけでなく畜産や水産資源に関わる人も登録しています。

遺伝子を操作された作物ばかりが作られ、長い時間をかけて培われた在来種・固定種を栽培する農家が減ると、土地に合った多くの品種がなくなってしまう。



「遺伝子組み換えでない」表示 市場調査

カテゴリー…知る権利、選択の自由
目指すもの…遺伝子組み換え食品表示の改正
実施時期…これまでは7月～8月に実施

大豆やトウモロコシを使った食品の食品表示にある遺伝子組み換えに関する記載を、身近にある店舗で調べて『たねと食とひとフォーラム』に報告します。

2023年の食品表示制度の改正により「遺伝子組み換えでない」表示をするハードルが高くなりました。これに伴って「遺伝子組み換え」の文字が目につける機会が少なくなるとともに情報が得にくくなっているため、分かりやすい表示を国に求めるための調査です。

MOVIE

『食の安全を守る人々』 DVD (143分/上映権付)

食の向こうで農業や遺伝子操作によって起こった問題、食の安全を守ろうとする取り組みなどが幅広く取材されているドキュメンタリー映画です。少人数での勉強会などにも利用してもらいたくて購入しました。希望があれば環境委員が伺います。一緒に考えましょう。

でんき

のりかえキャンペーン

今がお得!

特典

期間内に生活クラブでんきへのりかえされた方には特典があります(先着順で①②よりお選びいただけます)

- ①生活クラブの共同購入に使用できるポイント2,000円相当(24名)
- ②生活クラブでんきロゴ入りSIGGトラベラーボトル(12名)

のりかえるなら今。ポイント付与でお得なこの機会をお見逃しなく!



生活クラブでんきは
国内自給

全国86ヶ所の発電所からお届け!
再生可能エネルギー 94.6%
(2025年実績)



地域福祉委員会 news

『エコロたすけあい制度』の一部の保障で
ウェブ申請がはじまりました。

「誕生日お祝い」「出産祝い」および「お互いさまリスト登録」は
ウェブから申請できるようになりました！

申請は

生活クラブ京都エル・コープ ホームページ
<http://kyoto.seikatsuclub.coop>

お祝い⑯ | 誕生日*

*満60歳以降10年ごと

お祝い⑰ | 出産

申請の詳しい手順や手続きは生活
クラブ京都エル・コープ HPを
ご覧ください。



7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	14
10	産前産後・入院・通院・在宅療養のときのケア	2
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	1
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	28
17	出産のお祝い	2

「お互いさまリスト」とは

組合員が同じ支部の誰かのために「日常生活の範囲でできる手助け」を登録しておくリストです。

アソシエやエコロひろばのつながりがまだ作り出せていない組合員にも手助けが届くように「私のできること、できそうなこと」を登録しておきます。地域の「たすけあいパートナー」は「お互いさまリスト」を活用して、「わたしが今できる手助け」を、「必要としている組合員」につなぎます。

お互いさまリスト登録は
こちらのQRコードまたは
ホームページから >>>



<https://x.gd/49E8Q>

\\ 子育て子育て学習会 //

ドキュメンタリー映画

『ママをやめてもいいですか!?!』

上映 & 感想シェア会

日 時：2026年11月29日(日) 10:00~12:30

場 所：りんく・る3階

参加費：300円

定 員：40名程度

託 児：あり

子育てって、楽しい。でも、しんどい。「もうママをやめたい!」と思うことだってある。笑って、泣いて、「私だけじゃない」とちょっと心が軽くなる映画です。ママもパパも、おじいちゃんおばあちゃんも、ご近所さんも。子育てに関わるすべての人に観てほしい映画です。ぜひお越しください。



『ママをやめてもいいですか!?!』ホームページ▶
<https://www.umareru.jp/mamayame/>

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)



<https://bit.ly/3BVMgO1>

そなえよう！
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
「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。

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！

大地震・津波・集中豪雨が起きたときに
NG行動がわかる
防災辞典より

災害は忘れたころにやってきます。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ができるかもしれません。今回も、元レスキュー隊員で防災アドバイザーのタイチョーさんの著書からわかりやすく「正しい行動」を紹介しします。

水害時の浸水を防ぐには
どうしたら？
土のうではなく
「水のう」を活用して

川のそばにお住まいなど、屋内浸水の可能性がある地域の家は重くて使い勝手の悪い土のうの代用として「水のう」で被害を防ぎましょう。

●水のうのつくり方

ビニール袋（45ℓ程度）を2枚重ねにして中に水を3／5ほど入れ、袋の中の空気を抜いて口をしぼる。土のう袋や段ボール箱に入れる。

●水のうを置く場所

1. ドアの外側や窓の内側
2. トイレや台所などの排水溝

●汚水の逆流を防ぐ方法

トイレの水たまり・台所・洗面台・風呂場・洗濯機などの排水溝から下水が逆流することがあるため、トイレの水たまりや排水溝をふさぐように置く。

●水のうで家への浸水を防ぐ方法

1. ブルーシートを玄関前や窓際に広げて水のうを並べておく。
2. ブルーシートでくるむ。
3. 隙間がないように折り込む。さらに頑丈にするなら、窓や玄関ドアとブルーシートを養生テープなどで貼る。

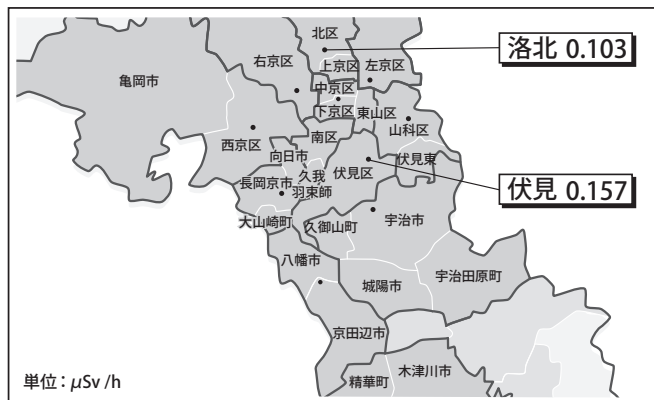
少しでも隙間がないよう確認することがポイント。

- *水のうを複数入れた段ボール箱を連結するとさらに強度が増す。
- *土が入ったプランターや水を入れた20ℓポリタンクなども水のうのかわりに使用できる。
- *浸水・冠水の可能性が高い地域では、住民が緊急時に持ち出せる「土のうステーション」を設置している自治体もある。

●2026年度 8月 関西独自消費材の放射能検査結果

生産者	対象消費材	産地	実施日	検査機関	Cs134	Cs137	セシウム合計
八峰園	よやく・るトマト	青森県	8月	連合会	ND/ND	ND/ND	ND/6.0
八峰園	にんにく	青森県	8月	連合会	ND/ND	ND/ND	ND/6.0
茨城 BM	枝豆	茨城県	8月	連合会	ND/ND	ND/ND	ND/6.0
扇港興産	ブラウンマッシュルーム	兵庫県	8月	連合会	ND/ND	ND/ND	ND/6.0
ハケタ会	りんご(つがる)	長野県	8月	連合会	ND/ND	ND/ND	ND/6.0
米沢郷牧場	デラウェア	山形県	8月	理研分析センター	ND/0.43	ND/0.48	ND/0.91

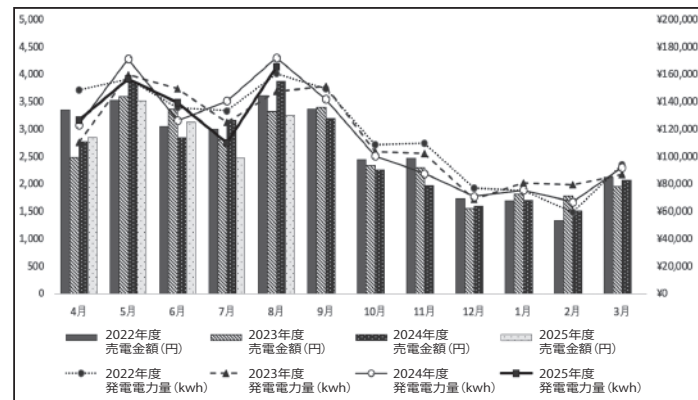
●放射線測定活動報告 2026年8月測定



【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：μSv/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。

「第7次中期計画プロジェクト会議」スタート

2026年度総代会で、第6次中期計画（2022年度～2026年度）を1年延長し、2028年度総代会で第7次中期計画（2028年度-2032年度）を提案することが承認されました。

第7次中期計画では、組織運営改革を重点テーマとして議論をすすめます。

理事会のもとに第7次中期計画検討プロジェクトを立ち上げました。

2026年9月から2027年12月の期間で検討立案をおこない、2028年度総代会へ提案します。

プロジェクトメンバー

＜支部推薦＞……1名 下村利枝(城南支部)
 ＜理 事＞……8名 奥野正登 高橋秀子
 田中真理 西村奈美
 平田早紀子 村上郁香
 本橋菜穂子 森田穰二
 ＜監 事＞……2名 佐々木郁子 山路容子

※監事は監事会から2名選出



「Workers' Collective みんなの台所ぐるり」 休業のお知らせ

たすけあい活動スペースりんく・るの1階調理スペースを使って食事サービス事業をおこなっている「Workers' Collective みんなの台所ぐるり」が、スタッフ人数が不足していることもあり、残念ではありますが、しばらくの間、休業することになりました。

スタッフの募集や事業計画の見直しを行い、事業を再開する予定です。

再開まで楽しみにお待ちください。

編集後記 先日、消費材のノンホモ・パスチャライズド牛乳と卵と素精糖でプリンを作りました。レシピ通りにつくったのに、おや？どこか出来栄が違う…？よく見ると、プリンの表面に、濃厚なクリームがたっぷり！ノンホモ牛乳ならではの、思わぬ美味しい副産物♪消費材の力がダイレクトに感じられる逸品に仕上がって、大満足でした。



理事会だより

2026年度 第4回 理事会報告
(2026年8月24日開催)

＝報告承認事項＝

- 子育て子育て学習会「ママをやめてもいいですか？」上映会の開催費用補填について承認しました。
- 「子どもケミネット関西シンポジウム」への協賛金の拠出について承認しました。

＝報告確認事項＝

- 第7次中期計画プロジェクト報告について確認しました。
- たすけあい活動スペース「りんく・る」運営報告について確認しました。
- 【関西青果委員会】7/10タナカバナナ、伊賀有機農産供給センター産地訪問報告について確認しました。

ほか



生活クラブ京都エル・コープ 組織状況 (8月度)

組合員数：6,479名 前月比 8名減

供給高：113,715,563円 (一人当たり17,551円)

ウェブサイトで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、183号は
2026年11月2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>