



2024年3月1日 理事会  
 生活クラブ生活協同組合  
 〒524-0102 守山市水保町1172番地1  
 077-584-2022 組合員数 3,403名



**3.11 今日は何の日？未来を考えるマルシェ に行こう！**

**場所 あまが池フラザ親水緑地 守山市勝部1-13-1**  
**守山駅西口徒歩5分 駐車場には限りあり**

3月11日(月)のマルシェでは、東日本大震災に思いをはせて、一緒に持続可能な明るい未来を考えましょう！

音楽ライブ&ダンサーえりんぎちゃんと太鼓で踊ろう(楽しいよお〜♡)もあります♪

小型太陽光パネルとポータブル電源の展示も！からだにも地球にもやさしい出店者も勢ぞろい！

お友達と一緒に来たら消費材プレゼントあり★消費材や生活クラブのこと知ってほしいなあと思っているけれど、どう伝えていいのかなあ〜と思っているなら、ぜひマルシェに誘ってみよう(^\_-)-☆当日ふらっと参加もOKです(\*^^)v

3月29日(金)はセンターでマルシェです★こちらチェック(^\_-)-☆

2024/3月  
 リステイクブルワレット、生活クラブ  
 地獄大団の日本に原発はいらない！どんな未来を作りたい？一緒に持続可能な明るい未来を考えるマルシェです。

**3.11 今日は何の日？未来を考えるマルシェ @生活クラブ**

3/11(月)11時~14時30分  
 場所 あまが池フラザ親水緑地 守山市勝部1-13-1 守山駅西口徒歩5分 駐車場に限りあり。

音楽ライブ&ダンサーえりんぎちゃんと太鼓で踊ろう ①11:10~②14:00~

小型の太陽光パネルとポータブル電源展示  
 お天気良ければその場で発電!!  
 再生エネでマイクの電源も取れるかな?

▽▽▽▽出店者▽▽▽▽  
 アースキッチンたまや  
 自家製天然酵母 たまばん  
 ハクハク茶小屋  
 スキレルネットコーヒー  
 おからこんにゃくPololl  
 おひさま堂ほんぽ  
 ひもろき  
 ちいさいおうち園 たずき屋  
 スキニシー学校  
 生活クラブのおでん屋さん  
 その他

協力：株式会社みらいもりやま21  
 主催：生活クラブ生活協同組合 NO-NUKE5委員会

生活クラブおすすの消費材のサンプルプレゼントコーナーあります。遊びに来てね

問合せ 生活クラブ生活協同組合 守山市水保町1172-1 077-584-2022





# 今月のおすすめ消費材

4月はお祝い事が多い季節ですね

## ハレの日ごはん、何にする？

### ★手巻き寿司 ごはんに混ぜるだけの【すし酢】と【焼のり】さえあれば、すぐに準備完了

**268**  
すし酢  
350g  
**258円**  
(税込279円)  
消費材の食感をベースに、発酵エキスと砂糖、食塩を加えました。すし酢で三杯酢、リラツにも、192kcal、塩13.2g/100ml 瓶詰



生活応援  
5%OFF  
301  
焼のり  
60g/100g  
**520円**(税込562円)  
厚紙まで付く。加工、出荷まで一貫して行い清潔衛生を重視している中で、品質向上にも取り組んでいます。便利なチャック付袋入り。6kcal、塩0.04g/焼のり1枚 みんがや行人販所 賞180日



3+1  
**496**  
アラスカ産紅鮭ほぐし  
80g(原料:米飯、加工、北海道)  
**538円**(税込581円)  
加熱した紅鮭の身をまぐし。塩だけで味付け、そのままご飯のおともに、MSC認証のアラスカ産紅鮭を使用。134kcal、塩3.56g/100g 北海道ぎや 賞150日



かんたん具材は、シーチキン、納豆、卵焼き。

さっとお肉を炒めた具材は、こどもたちに人気！

### ★ちらし寿司 調味料も具材も全部入った【五目ずしの素】をごはんに混ぜたらベースの出来上がり

彩りよい具材をのせると、美味しそうに見えますね^^

あ か 鮭を焼かなくても【紅鮭ほぐし】、ピンクがかわいい【寿しでんぶ】、塩・砂糖のみで味付けされた【スモークサーモン】、膨張させ食感を高める保水剤を使用していない【エコシュリンプ】

きいろ 錦糸卵は、水溶き片栗粉を混ぜて焼くと破れにくくなりますよ！

あ お さやえんどう、京セリ、【冷凍ゆでえだまめ】で代用するのもOK！

**204**  
エコシュリンプむき身  
200g(100%凍結)  
**1,220円**(税込1,310円)  
インドネシア産フロッグワイパー。産地で新鮮に、すぐに冷凍。天然塩・天然調味料のみで調味料です。冷凍シュートモード。賞180日

**1,190円**  
(税込1,285円)



**495**  
アラスカ産紅鮭ほぐし  
80g(原料:米飯、加工、北海道)  
**538円**(税込581円)  
加熱した紅鮭の身をまぐし。塩だけで味付け、そのままご飯のおともに、MSC認証のアラスカ産紅鮭を使用。134kcal、塩3.56g/100g 北海道ぎや 賞150日

**496**  
寿しでんぶ  
45g  
**205円**(税込221円)  
お寿司やお弁当の彩りに、国産スカトウダラをほぐして砂糖・塩・醤油などで味付け。黄色は紅麹色素。135kcal、塩1.30g/1袋45g 菊池食品工業 賞45日



## 1年間竜おうみ米の事たくさん学習しました！！

僕たち配送職員は今年度通じて竜王町稲作経営者研究会のところへ行き、作業工程や田んぼの風景、そしてどのような想いで竜おうみ米を作っておられるのかということを学んできました。



種子の消毒から育苗、田植えをし収穫、検査し袋詰め、組合員宅にお届け。こんな流れですが、その1つ1つがとても丁寧でたくさんの工程があります。たくさん農薬を使って米を作れば手間もかからず価格も安く出来ますが、環境や人体に及ぼす影響があるかもしれません。みなさんはとにかく安いお米と環境や人体に配慮されたお米、どちらを食べたいですか？

そして締めくくりとして1月22日に参加組合員と生産者の方に来ていただいて僕たちが感じ学習したことの発表と、生産者交流会のもちつきをして終了となりました。

僕たちが学んだことを配達先の組合員の方に伝え、まず一度、組合員の皆さんに竜おうみ米を食べて欲しいです。除草剤1回でしかも3成分以内で作られているお米は市販品では多くはありません。そして何より「竜王町稲作経営者研究会」の生産者が作っているって分かるんですよ！作った人が分かるお米なんです！すごいですよね！！

写真は1月22日にもちつきをした時のものです。

今回、生産者と組合員、そして配送担当が一つになり、竜おうみ米がお届けすることが出来ます。たくさんお米を作っても食べる人がいなければ作り続けられません。

登録の仕方がわからない方は配送担当もしくはセンターまで連絡してください。

みんなで滋賀県のお米、竜おうみ米を登録して食べましょう！！

## 1/24 ライフプラン講座『おこづかいを通して考える子どもの金銭教育』

開催しました！



いつも分かりやすい講師の溝江淳子さん(大阪組合員/FPの会ファイナンシャルプランナー)より、まずは以下の情報収集。

- ・子どものくらしとお金に関する調査結果・ICカードをはじめとするキャッシュレスとの付き合い方
- ・親世代と子ども世代ギャップ
- ・「お金」について学ぶ機会を大切に などなど

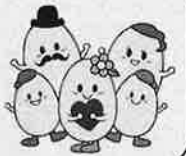
その後のそれぞれの家庭のやり方や、疑問など参加の組合員同士でグループになって話すのは楽しかったです。

盛り上がりすぎて、話が終わらないくらい(笑) 「悩みはうちだけじゃないなあ」「それも考えないとね！」など気がきがいっぱいの時間

でした。

こどもが成人したとき「自立できる」ことを念頭に、金額や渡し方を考える。成長とともに、おこづかいの方法を変えていけそうです。今後、そして今現在の自分のお財布、家計にも役立つ講座でした。

はぐくみ(生活クラブオリジナル共済)たすけあい、あいプラス(コープ共済)など共済にも取り組んでいます。組合員でつくる組合員のための「たすけあいの仕組み」共済です！



託児スタッフ  
活動中♪

託児スタッフ  
募集中！！

センターには、組合員お手製の託児室(珪藻土の壁、スギ無垢材の床)があります。子どもを連れて気軽の参加して欲しい。ママも子ども達も楽しく過ごせる場所になるように。委員会活動の会議や企画に参加する組合員の子ども達と一緒に過ごす託児スタッフが活動しています。1月末に2回目の会議をしました。春から活動がスタートしもうすぐ一年、子どもたちとかかわりの中で、こんな風にしよう、ここは気をつけていこうなど、話合いました。「小さな子どもを連れていても活動できる」「自分の時間ができたから」など、スタッフ同士もコミュニケーションを取る大事な時間になりました。

いろんな形で参加してみませんか？

## ＼『子育てたすけ合いワーカーズたすき星』設立総会のお知らせ／

私たちたすき星は、これまでワーカーズ準備会として、「親子のためのちいさい託児室とまり木」を運営してきました。

そしてこの度、滋賀県第一号のワーカーズコレクティブとして、正式に設立いたします！

今後も地域に根ざし、“子育て中にあったらいいな”の声に応えられるよう活動していきます！どうぞよろしく願いいたします。

日時：2024年3月7日(木) 11:00~12:00

場所：守山市民交流センター(さんさん守山)1階サロンルーム

※お問合せは ☎090-6755-0473(たすき星受付)までお願いします。

## 関西 放射能検査結果




検査活動の様子を紹介されている動画が10月にできました！5分ほど。見てみてね！  
<http://youtu.be/lrkpHY6wMMU>

全国で扱っている消費材は、生活クラブ連合会のホームページから放射能検査結果が分かります。  
 関西のみの消費材は関西で検査しています。検査結果が届き次第、掲載します。

### 【1月検査結果】

| 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 |
|----------|--------------|-----|-------|---------------|--------|--------|--------|
| 豆伍心      | 豆腐原料豆 エンレイ   | 新潟県 | 1月11日 | アレルギー食品検査センター | ND/2.4 | ND/2.4 | ND/4.8 |
| 豆伍心      | 豆腐原料豆 フクユタカ  | 滋賀県 | 1月11日 | アレルギー食品検査センター | ND/2.2 | ND/1.9 | ND/4.1 |
| 朝日製パン(株) | パン用小麦粉(赤星)   | 北海道 | 1月23日 | 連合会           | ND/0.4 | ND/0.5 | ND/0.9 |
| 朝日製パン(株) | パン用小麦粉(夢の力)  | 北海道 | 1月23日 | 連合会           | ND/0.4 | ND/0.6 | ND/1.0 |
| 朝日製パン(株) | パン用小麦粉(オリゾン) | 北海道 | 1月24日 | 連合会           | ND/0.3 | ND/0.4 | ND/0.7 |
| 大矢商店     | 生芋板こんにゃく     | 栃木  | 1月25日 | 連合会           | ND     | ND     | ND/6.0 |

## 3月スケジュール

| 日   | 月                  | 火  | 水                | 木  | 金            | 土                    |                                |
|---|--------------------|--|------------------|--|--------------|----------------------|--------------------------------|
|   |                    |  |                  |  | 1            | 2                    |                                |
|   |                    | 毎週火曜日<br>留め置き班   |                  |  |              |                      |                                |
| 3   | 4                  | 5  | 6                | 7  | 8            | 9                    |                                |
|   | 中期計画<br>推進会議       |  |                  | ライフプラン<br>講座<br>とまり木<br>設立総会   |              |                      |                                |
| 10  | 11                 | 12   | 13               | 14   | 15           | 16                   |                                |
|   | 3.11未来を考<br>えるマルシェ |  | 薪ストーブを<br>囲んで考える | おとなのお茶<br>会  | 中・南大津学<br>区会 |                      |                                |
| 17  | 18                 | 19   | 20               | 21   | 22           | 23                   |                                |
|   | 農ある暮らし<br>委員会      | 留め置き班<br>スキニシー<br>学校   | 西の湖<br>ヨシ刈り      |  |              |                      |                                |
| 24/31   | 25                 | 26   | 27               | 28   | 29           | 30                   |                                |
|  | リフレッシュ<br>ツアー      |  |                  |  |              | マルシェ<br>近江八幡市<br>学区会 | リフレッシュ<br>ツアー組<br>交流会<br>@ひもろき |

**\* 毎週火曜日は、留め置き班ランチ（100円） \***

第3火曜日は、スキニシー学校（フリースクール）の子ども達が  
シェフのランチです！！（200円）誰でも食べに来てね☆