

# あいあいあい

生活協同組合  
coop あいコープみやぎ  
発行

生活協同組合あいコープみやぎ理事会  
仙台市宮城野区日の出町3丁目4番17号  
TEL. 022-284-7241 FAX. 022-284-6973  
http://www.mamma.coop

主催: 生活協同組合 あいコープみやぎ  
共催: 共生会  
後援: 仙台市

**Wa!わ祭り2014**

いいもの発見! あいコープ みやぎの食材マーケット  
~みんなで「おいしい」をたのしもう!~

入場 無料

ブースは約60店!  
この日だけの試食&販売

「かくれカッパ」を探して豪華賞品を当てよう!

キュウリの早食い競争  
カッパも来るよ!  
遊びにきてね

「どの生協も同じでしょ?」  
その答えは会場で!

詳しいイベント情報は  
公式サイト/Facebookでも  
ご覧いただけます。

10月26日(日)  
10:00~15:00  
卸商センター「サンフェスタ」

## さあ、Wa!わあ祭りであいコープを広めるよ!

生協あいコープみやぎ理事 星 恵

今年のWa!わあ祭りも多くの出展者が参加して賑やかなお祭りになりそうです。実行委員会では、いかにしてお祭りを盛り上げていこうかとアイデアを出し合い、準備に取り組んでいます。

今年私たちがまず力を入れたことは、Wa!わあ祭りを対外的に広めようということです。組合員以外の多くの方に参加してもらえるように、ポスター、チラシを作成。市民センターや幼稚園、店舗に

置かせてもらっています。あいコープらしからぬ?背景色が赤!大きなバスちゃん、インパクトバッチリのポスターをどこかでご覧になりましたか。組合員のお祭りになぜ対外的な呼びかけが必要なの

かと思う方もいるかもしれませんが、店舗を持たない生協であるあいコープにとって、年に一度のお祭りは組合員拡大のビッグチャンスなのです。

最近、ネット通販が充実し、自分好みの商品を見つけることも購入することも容易くなりました。では、あいコープで購入することの意味は何でしょう。商品の向こう側にいる生産者が見えること、商品の本当の価値がわかること、あいコープの良さです。

生産者と組合員と職員が一堂に集まるWa!わあ祭りはもってこいの機会なのです。実際に商品を手にとり、見て、食べて、おまけに楽しんでもらえるはず。出展者も自慢の商品と日頃から伝えた

い熱い思いを持って参加してくれます。あいコープの輪を広げるためにお友達やご近所さんを誘って「おいしい」を楽しむにきてください。

## 新米・野菜

やっぱり秋は収穫の季節。つやつやの新米と、新鮮な野菜を試食・販売します。



大郷みどり会

## ハム・ウィンナー

皮なしソーセージ  
ポロニアソーセージ  
ロースハム  
鶏ムネスモーク

試食販売を行います



タンポポ村

## じもとんと のら牛の焼肉

じもとんと、のら牛の焼肉をします。あいこープの美味しいお肉を食べに来てください。



田尻エコ畜産協議会

## 削り節実演 かつパックつかみ取り

会場に削り機械を入れて削り節製造の実演をいたします。恒例のかつパックのつかみ取りも行います。



まるご食品

## トマト・葉物・新米

復興を目指して建てたトマトハウスから美味しいトマトを持って行きます。新鮮な葉物やネギも販売します。新米試食。

七郷みつば会



## 練り物

新商品と新しい食べ方

冬の新商品（テリーヌ、ほたてしんじょ）が一足先に試食できます。お馴染みの商品のちょっと変わった食べ方も提案します。



高橋徳治商店

## 放牧パスちゃん牛乳

ながめやま牧場の生乳100%の放牧パスちゃん牛乳、山形県産生乳ののむヨーグルトをぜひ味わってください。



奥羽乳業・ながめやま牧場



## あい♥Kid's

### 料理 コンテスト 表彰式

コンテストにエントリーした kids たちの自慢のレシピ紹介と表彰式を開催します。

I 耕塾 (あいこうじゅく)

\* I 耕塾は次世代を担う若手生産者の会です。

## 今年はヤーコンの 伝道師(?!)

ヤーコンを召し上がったことありますか。ヤーコンのキンピラ、サラダ、生春巻きでぜひ試食してみてください。迫の美味しい野菜と新米も持っていきます。



迫ナチュラルファーム自然村

## りんご・洋ナシ

あの『やっぺりりんご』の完一さんをはじめ、天童の陽気な生産者が美味しいりんごを持って来仙！



天童果実同志会

## 進化したキムチ

趙さんのキムチが進化しました。旨味を増したその味を会場で確かめてください！キムチ鍋の試食も行います。



趙さんの味

10月26日  
(日)

10:00～15:00

場所 卸商センター

「サンフェスタ」

(仙台市若林区卸町 2-15-2)

TEL:022-235-2161

年に一度のWa!わあ祭りを待ち遠しく思ったださっているみなさん！今年もサンフェスタにたくさんの生産者が集まります。

今年のお祭りは、もっともっと多くの人たちにあいコープを広めるためのお祭りになります。

美味しい試食もたくさん。ぜひお友だちを連れてきてください。

組合員、生産者、  
職員が  
一同に集まれる  
年に一度の  
ビッグチャンス！



# Wa!わあ祭り

あいコープ

いいもの発見！ みやぎの食材マーケット  
～みんなで「おいしい」をたのしもう～

## 配達職員が熱く語る あいぶらんの生産現場！

体験したものにしか分からない生産現場の声。お馴染み「配達職員の職場体験」がみなさんの目の前に！

あいぶらんど委員会

## ペレットストーブで チーズフォンデュ

エネルギーシフトみやぎ・ゼロ村市場の皆さんとコラボ！キリン型ペレットストーブでチーズフォンデュをしませんか？



脱原発・エネルギーシフト委員会

## 石けん&布なぶワークショップ

本物エッセンシャルオイルを使って

- ・こねこね石けん
- ・とろとろ石けん
- ・液体せっけん を作りましょう。

委員おすすめの商品の紹介もアリ。毎年好評の布なぶワークショップも開催！

石けん環境委員会

## ライフプランを 一緒に考えましょう

LPA って？気になった方は足を運んでください！

乳がん触診法も教えます！ LPAの会

## 復興支援 手作り品

お土産を買って応援しよう！被災地のみなさんの手作り品を販売します。



被災地支援

## あいコープふくしまの 皆さんと交流しよう

今年も大型バスで福島の間が来てくれます。温かいコーヒーを飲みながら交流しましょう。



## お友だち紹介 ミミより情報

◆Wa!わあ祭りニュースに付いているゲスト券を友達に渡そう♪  
紹介者が記名された券を持ってきたお友だちには  
500円分のお買物券プレゼント

◆お友だちがお祭り当日に加入したら  
あなたとお友だちに3000ポイントプレゼント！（通常1000ポイント）



## 報告



### GMOフリーゾーン が広がりました

昨年10月から呼びかけ始めたGMOフリーゾーン宣言に、たくさんの方が登録してくださいました。

- ◆サポーター・118名
- ◆土地の登録者・94名
- ◆登録された面積  
・約 209.11 ha  
生産者の協力がこの広がりに繋がりました

● GMOフリーゾーン宣言とは・・・  
GM作物を栽培しない・GM作物や食品を売らない・買わない・食べない宣言です。

ネオニコ・除草剤・土壌消毒剤不使用  
新基準達成へのチャレンジ応援!

## 優 ぶらんど 支援金

### 申込方法

注文用紙に申込番号と  
口数を記入してご提出ください。

- 1口 500円  
申込番号 **000860**
- 1口 500ポイント  
申込番号 **222245**

只今 **随時受付中!**



千葉拓さん  
故郷「歌津」を愛する2児の  
パパ。歌津の牡蠣生産者で、震災  
により壊滅的な被害を受ける  
も、再起を決意。  
知る人ぞ知るミュージシャン

# ずっとつながる、 歌津との交流

～青葉 A・B 地区 3年目の歌津訪問～



つつじが満開の田東山から湾を臨む

南三陸町歌津の牡蠣の生産者である千葉拓さんとの交流は震災後 2012年 11月から続いています。  
今年も 5月 18日(日)、青葉 A・B地区合同で子ども達と一緒に 3年目の交流に行ってきました。

## 牡蠣みがき隊

殻つき牡蠣で出荷する牡蠣の表面の  
附着物をハンマーで除去する



かきみがきをしたら、ザカイやゴミがでてきました。ちよっぴりきもちがよかったです。でもがんばったので、ザカイやゴミがたくさんでてきました。かきをきれいにするのはたいへんだなと思いました。いっぱいやってうたつに思い出をつくりました。

岡崎 克己 8さい

キッズスクール  
2014  
参加した  
子ども達の感想より

千葉さんの作業小屋で『かきばさみ』をしました。ホタテのかいからをくろいにもおすびつけました。さいごまでできたので、とてもうれしかったです。千葉さんがギターで歌をプレゼントしてくれました。うれしかったです。はじめて歌津にいったから、とてもたのしかったです。

安部優七 9さい

## 牡蠣はさみ隊

これから育てる牡蠣の赤ちゃんが  
ついたホタテ殻をロープに挟み込む

今年で3年目、青葉地区の皆さんには震災後から交流、励ましを頂きましてようやくここまで来ました。迷っていた地元の生産者から数名の養殖再開を決めた方たちも出てきました。

千葉さんや地元の皆と力を合わせて最高の牡蠣をお届けできるように頑張ります。

緑の南三陸、一番良い自慢の季節に予定を合わせて訪問いただいてありがとうございました。



仕入れた牡蠣を  
小分け、パック詰  
めをして商品にし  
ています。

丸寿阿部商店  
阿部寿一

## 『歌津の牡蠣は、おいしい』

大きなお鍋でつくる  
蒸し牡蠣



蒸し牡蠣、蒸しホタテ、  
それから旬のしょうお汁を頂きました!



千葉さんの歌は  
心にしみます

1年目の訪問は東日本大震災で壊滅的な被害を受けた歌津で再起を誓った千葉さんに会いに行くこと、そして洞の浜という子供たちの憩いの場であった浜の掃除をしに行くことが始まりでした。

2年目は2013年9月8日、東京でのオリンピック開催が決定した日でした。何とも言えない感情が入り交じったこの日を今でもはっきりと覚えています。被災地を置き去りにしていないだろうか、私たちにできることは何か、ぐるぐるとめぐる気持ちを胸に、千葉さん

の苦しみ悩みながらも「あきらめない、進んでいく」という声を聞きました。

そして3年目の今年、春の歌津を訪問しました。美しい歌津の自然がはぐくむ海の恵みの豊かさ、おいしさに触れ、阿部さん、千葉さんのご苦労への思い、感謝の気持ちでいっぱいです。

私たちにできる一番の応援は、やはり食べること、利用することです。11月には千葉さんの殻つき牡蠣がまんま通信に載るそうなので、美味しく頂きます!

理事 木口裕美

始めよう！続けよう！

## 石けん生活

シャボン玉月間

「石けん運動ネットワーク」が石けん運動を社会にアピールするために設けた月間。毎年7月がそれにあたる。

## シャボン玉月間に寄せて

### 県内11首長からメッセージ

石けん環境委員会では宮城県をはじめ県内各市町村にお願いして11首長からメッセージを頂き、石けん委員会ニュースに2回に分けて掲載しました。

今年4月に仙台市内の公共施設の調理室を使う機会がありました。そこでは長年パック

スの液体石鹸が置かれていたのですが、今回確認したところ、経費削減のため違う洗剤に替えたとのことでした。「手肌によさしい、地球によさしい」とパッケージに書かれています。残念ながら合成洗剤です。

大量生産で安価、しかもテレビや雑誌での広告活動も盛んな合成洗剤に比べて石けんの知名度は低いかも知れません。しかし、首長メッセージを読ん

でみると、どの自治体も石けん運動を応援してくれている

はありませんか。実際に自治体と呼び掛けて、公共施設の洗いや学校の給食センターなどで合成洗剤から石けんに切り替えてもらった例も全国から報告されています。

私たち一人ひとりが巨大広告に惑わされずに石けんと合成洗剤の違いを知ること、それが石けん運動の第一歩を踏み出すことになると思います。

### メッセージを頂いた自治体

宮城県

石巻市・岩沼市・塩竈市

七ヶ浜町・仙台市・多賀城市

名取市・山元町・利府町

亘理町

全11団体  
(あいうえお順)

9/20 (土) 報告

やっぺしりんご園地見学ツアー

## ネオニコチン不使用 挑戦2年目。

### やっぺしりんごの畑は順調？



芯喰い虫に  
やられたリンゴよ。  
他にも  
カミキリムシ、  
ワタムシ、ハマキムシ。  
病気も増えてるな。

病気の発生を目の当たりにしました。

通常ならトコトン買い叩かれるか、流通すらできない害に打たれた果実ですが、それを受け入れたあいコープに対して、生産者の片桐完一さんは、『生協だからこそ買ってくれる組合員がいて、ありがたくて、生産意欲も出てきた。ありがとう。』と深々と頭を下げられました。生産者と消費者が寄り添って取り組みを進められるあいコープの組合員でよかった、としみじみ感じられた瞬間でした。

様々な被害と向き合いながらも挑戦を続ける天童果実同志会のみなさんをこれからも応援していきます。

昨年からはまったネオニコチノイド系農薬不使用リンゴやつべしりんごの実験栽培。9月20日(土)、このりんごのファン総勢48名が園地を見学しました。つい先日、天童の一部が局地的な雹被害に見舞われたばかりで、その傷が生々しく残っており、他にも虫による被害、



ひょう被害にあった生産者へ組合員の応援メッセージを届けました

## 理事会議事録抄

2014年9月2日(火)

▼今期Wa！わあ祭りのテーマを「仲間作り」とし様々な施策を打つことを確認した。▼新たに、加美うばトマトケチャップ、米沢郷こめつこ鶏の2品をあいぶらんどに選定することを確認した。▼3年ビジョンのまとめと第二次3年ビジョン策定の討議方針を確認した。▼新PB豆腐再開発の提携生産者として菅野食品(宮城野区)を選定することを確認した。



日々、更新中！

産地の様子がたくさん見られます

あいコープみやぎHP内からご覧ください！

<http://www.mamma.coop/nougyou/>

9月3日  
報告

## LPAの会 くらしの見直し講演会

# 「足るを知る」が しあわせ家計への近道

講師 藤川太氏  
(家計の見直し相談センター)



しく、分かりやすくお話しをいただきました。

今年4月の消費税増税、そして来年10月には更なる増税があるかもしれません。ますます厳しさを増すこの時代に私たちが心がけるべき事とは？

今回LPAの会では、ファイナンシャルプランナーの藤川太氏を講師にお迎えして、増税後の社会情勢や国の財政問題を交えて私たちのくらしの変化、くらしに関わるお金についてお話を伺いました。

冒頭、今後段階的に引き上げられる消費税のお話から、予測される基礎年金・老人医療・介護・少子化対策など社会保障税の変化、また、その社会保障税に密接に関わってくる国の財政について、時折冗談も交えながら楽

実収入がなかなか増えない現在、将来的に税金や社会保険料は上がり、家計の負担増となることが様々なデータやシミュレーションから予測されています。私たちが今からできること、備えることは、家計・生活を見直し今後の社会変化に長期的に対応していくこと。収入のパイプを増やし、固定費を削り、生活費の管理を行うっていくこと、これら具体的な対応方法が今回の講演を通して得られたことであり、同時に今後の社会変化に対応していくための「心構え」を持つきっかけとなりました。今後も組合員のくらしの向上につながる企画や活動を継続的に行っていきたいと思っています。

職員 辻井知弘

## ジョイケア

ジョイケアシステムは、あいコープみやぎ独自の助け合い支え合いの仕組みです。組合員の毎月100円の拠出金によって支えられている全員参加の地域福祉活動です。社会福祉法人「みんなの輪」、地域サロン「よってがいん」への支援、ビッグイシューの支援など、地域福祉にも役立てられています。

◆組合員が個人で利用できるサービスもあります◆

組合員が個人で利用できるサービス

- 1 たすけあい
- 2 集団託児
- 3 電話相談
- 4 ささえあい
- 5 慶弔

●お問い合わせ／あいコープみやぎ ジョイケア事務局  
TEL 022-284-7277 FAX 022-284-6973  
開局時間 9:00~17:00 (土日祝日除く)



## 報告 9/7 よってがいん 1周年記念講演会

# 「地域で支え合う認知症ケア」

「よってがいん」は、3.11東日本大震災を機に石巻渡波地区で地域サロンとして始まり、より地域に根差した活動へ向けてNPO法人お茶っこケア障がい者・高齢者デイサービス「よってがいん」となり1年が経ちました。

この日は、渡波の黄金浜会館を会場に地域や介護職の皆さんが40名集まりNPO法人井戸端介護(千葉県木更津市)代表伊藤ひでき氏のお話に聞き入りました。老いていく不安な時期に優しくしてくれる人がいると安心できるし、不安や辛さを分かち合う場として「よってがいん」があればいいという言葉が印象的でした。あいコープでは、今後も応援をしていきたいと思ひます。

## ジョイケア利用状況

(2014年7月分)

ささえあい(保障)	0件
たすけあい(ケア)	51件
集団託児	25件
慶弔・出産	12件
電話相談窓口	3件
計	91件

## 組織概要

(2014年8月分)

【組合員数】	15,565名
【供給高】	146,390千円
【一人実利用高】	4,780/週
【出資金】	1,066,034千円

広報担当理事 高野 恵美子

生活の中で話題にしよう。

編集後記

9月18日、仙台市内で『宮城県生協組合員集会』が開催され、東京新聞社・半田滋氏の講演『日本は戦争をするのか』を聴いた。

そこで、集団的自衛権の行使

容認が必要だと国民に思わせるための、政府が発信している

カラクリを知ることができた。

なんとしても自衛隊が現地で武力行使できる状況を作り

たい安倍政権。反対の意思表示をしない人達は子どもを戦争

に巻き込みたいのだろうか。もつと、皆で怒ろう。もつと日々の



# みんなの あいごはん

vol.25

今回のあいぶらんど商品  
若柳のレンコン

## レンコンのきんぴら

### ● 材料

- |           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| ・レンコン…1 節 | A | 酒…大さじ 3   |
| ゴマ油…大さじ 1 |   | 醤油…大さじ 1  |
|           |   | 花見糖…大さじ 1 |

### ● 作り方

1. レンコンを乱切りの薄切りにして酢水に 5 分ほど漬ける。水を切りごま油で炒める。
2. レンコンが透き通ってきたらAの調味料を加え、汁気がほぼなくなるまで中火で炒り続ける。

※お好みでみりん、白ゴマ、かつお節、赤唐辛子などを加えて下さい。

## シャキシャキを楽しんで

れんこんは穴が空いていて見通せることから、昔から縁起物として珍重されてきました。節の部分は葉が乏しい時代に咳止めのとして煎じて飲む風習があったようです。私もよく母が煎じてくれたれんこん茶なるものを飲んだものです。

れんこんに多く含まれる食物繊維は腸をきれいにして免疫を高め、有害物質を排泄してくれます。細胞をつなぐコラーゲンを

作ったり白血球の働きを強め発がん物質を抑えたりするビタミンCも豊富です。

北限のれんこんとして有名な若柳のれんこんは身が厚くシャキシャキとした歯ざわりが特徴なので、日頃の常備菜としてきんぴらはいかがでしょうか。薄めの乱切りにすることで歯ごたえに変化が味わえます。シャキシャキ感を味わってみてください。

NPO法人とうほく食育実践協会  
食育コンタクトー 渡辺恵美子

## Calendar

### 組合員が利用できる電話相談窓口

受付専用電話番号 (平日 9:00~17:00) **022(284)7277**

◎各相談窓口前週の金曜日(～17:00)までに予約して下さい。  
随時受け付け可能です。※受付時間を延長しました  
◎予約して頂いた方には、相談日に相談員からお電話します。

- |            |  |
|------------|--|
| 10/14<br>火 | 年金相談<br>相談員：社会保険労務士 兵藤政行氏<br>相談時間：13:30～15:30          |
| 10/14<br>火 | 法律相談<br>相談員：弁護士 松澤陽明氏<br>相談時間：13:30～15:30              |
| 10/21<br>火 | くらしの相談<br>相談員：消費生活専門相談員 加賀淳子氏<br>相談時間：10:30～12:30      |
| 10/21<br>火 | 子ども相談<br>相談員：宮城教育大学教授 菅井裕行氏<br>相談時間：10:00～12:00        |
| 10/15<br>水 | 思春期相談<br>相談員：臨床心理士・スクールカウンセラー 北條貴子氏<br>相談時間：9:30～11:30 |

12/10  
水

### 大人の社会科連続講座

佐々木功悦氏 (前美里町長)  
平和学習会

佐々木功悦氏に、美里町の非核、平和事業体験学習を学び、地域と暮らしから発信する『平和・核廃絶・脱原発』について考えます。

講師／佐々木光悦氏  
場所／日立システムズホール仙台  
(旧青年文化センター)エッグホール  
時間／10:00～12:00  
参加費／無料

10/26  
(日)

### 2014年 Wa!わあ祭り

場所：卸商サンフェスタ  
時間：10:00～15:00

## 大募集!

### あいごはんレシピ

あいぶらんどを使ったおすすめのおいしい食べ方を教えてください！  
ibrand@mamma.coop  
組合員番号と氏名をお書き下さい。

### ● 機関紙あいあいあいのご意見・ご感想

班名、組合員番号、氏名、電話番号をお書きの上、配送もしくは FAX (022-284-6973) にて、あいコープみやぎ理事会 広報宛にお送り下さい。お待ちしております！