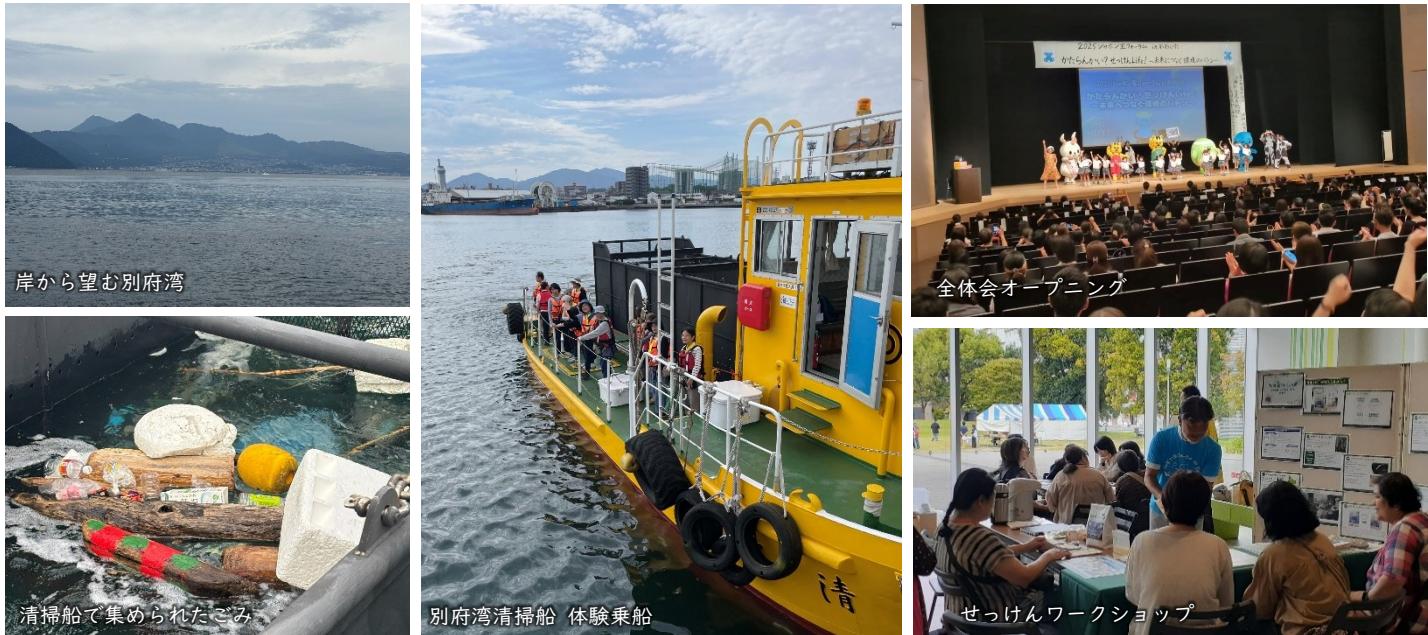


あい I あい eye あい 愛

2025年
11月号



「知ることは希望」 講演と体験から得た環境保全への想い

理事 佐藤 あきな

せっけん運動ネットワークに加盟し、せっけん運動を広げる全国の仲間が毎年集う『シャボン玉フォーラム』が、今年は大分県で10月17～18日に開催され、理事と石けん環境委員会合わせて6名が参加しました。

地元の子ども達と、受け入れ団体であるグリーンコーポのマスコットキャラクター『元気くん』の可愛いダンスで始まったオープニングの後、昨年度の石けん利用の伸長率が100%を超えた9団体への表彰が行われました。

全体会ではプロダイバーで環境活動家である武本匡弘さんの「海から見る地球・気候変動と海洋プラスチック問題」と題した講演をお聴きました。40年以上プロダイバーとして海に携わる武本さんは、珊瑚の白化や海草の消失など水中環境の変化を感じ、ショックを受けたそうです。環境活動家としてヨットで太平洋を航海した際にプラスチックごみだらけの海、海水温の上昇による島の水没など、気候変動の影響も目撃し、「知ることは希望」と伝えることが自身の使命であると、プラスチックフリーのお店の展開や環境活動家養成講座を開催しているというお話しは、非常に興味深いものでした。

2日目は4つの分科会が行われ、理事と委員が各会に参加しました。『有害化学物質削減ネットワーク』の植田博士による講演会「暮らしに潜む有害化学物質と環境ホルモン・香害』や、せっけんメーカーによるワークショップ、別府湾清掃船への体験乗船、グリーンコーポの産直びん牛乳事業の視察などのプログラムがあり、合成洗剤やプラスチック製品の乱用による環境汚染を改善していくためには、知つて選び、自分たちの暮らしを変えていくことが大切だと学びました。

基調講演や懇親会、分科会を通して、共にせっけん運動を進める多くの方のお話を聞き交流することで、改めて「合成洗剤に代えて石けんの利用を広げること」が今こそ大切であると実感した2日間でした。

今回のシャボン玉フォーラムの詳しい内容は11月28日(金)に開催の石けん環境委員会オープニング定例会「プリン石けん作り&シャボン玉フォーラム in おおいた」おおいた参加報告にてお伝えします。今回の学びを組合員の皆さんと共に共有することで、よりよい環境を未来へ繋ぐ活動を充実させたいと思います。多くのご参加をお待ちしています。

CONTENTS

▶海でプラごみ拾い	…2	▶天童・ながめやま あいコープの2大ツアーオープン	…4-5	▶じゃれつき遊び	…7
▶産地交流 今年も稻刈り終了	…3	▶あいコープのお料理キット試食会	…6	▶今日はコレ！わたしのおすすめ	…8

石けん環境委員会で海岸ごみ拾い開催！



丸い粒状のものが、プラスチック製品の原料となる「レジンペレット」。



砂浜に埋もれたごみを拾う



しゃがんで黙々と拾う参加者

9月26日(金)仙台市荒浜の深沼海岸で清掃活動を続ける団体「深沼ビーチクリーン」さんとの協力のもと、深沼海水浴場でプラスチックごみ拾いを行いました。だいぶ涼しい日が増えましたが当日は最高気温 29℃。熱中症に気を付けつつも海風を気持ちよく浴びながら、組合員7名が参加しました。

拾うのは「ミニ袋に入る大きさの自然分解しないプラスチック、瓶、缶など」と説明頂いて、いざ海岸へ。毎月ビーチクリーンをされている事だったので、それほど汚れていないのではないかと思いまし

たが、実際には沢山の「ゴミ」が。いわゆる廃棄物的な大きな物はなく一見綺麗な海岸ですが、よく見ると1cm未満ほどのプラスチック片などがちらりと見えており、一度かがむと暫く立ち上がりませんでした。(中には砂に埋められた使用済み花火が：悪質です)

まだまだ拾える物は沢山ありました。1時間の作業のうち予定していた震災遺構荒浜小学校へ移動。ガイドさんの貴重なお話しを聞きながらの見学となり、とても良い体験となりました。

石けん環境委員会
委員長 庄子 左知江

10月15日、青葉地区委員会で秋休み中の親子を対象に「子どもといっしょにナチュラルクリーニング うわべつあらおう」を、あいコープみやぎ日の出町センターで行いました。まずは石けん環境委員会担当理事からのお話で、自分の家から排水される先の水環境のこと、合成洗剤ではなく石けんを使うことの大切さを学びました。



お日さまの力も借りて見違えるほどきれいになりました！

とすという簡単作業です。待っている間にはヨーグルトデザートを試食しました。食べながらおしゃべりし、待つ事40分。ひなたに置いた上靴をすすいでみると：布の部分もゴムの部分も汚れが落ち、すっきり！見違えるほどです。シャボン玉遊びもみんなで楽しみました。「安心生活」の無香料タイプに対しサイダーを1加えると…あら不思議、割れにくくなつてゆっくりと飛んでいきます。

気持ちの良い青空にシャボン玉と子ども達の笑顔！きっと、お家でも上靴洗いを手伝ってくれることと思います。秋休みの良い体験となりました。

理事 佐藤 有子



ビニール袋に上靴と石けん、酸素系漂白剤を入れてシャカシャカ♪



せっけんでうわべつあらおう！

青葉地区 秋休み企画

組合員の農産体験 稲刈り終了！

七郷みつば会 トライ田んぼ
大郷みどり会 ふゆ水田んぼ



秋晴れの下、満面の笑顔でパチリ！



子ども達も鎌の使い方を教わり、大活躍でした

前週の大雨により、田んぼの土はぬかるみ水たまりに足を取られながらの作業でしたが、稻を刈る人、運ぶ人、結んで杭にかける「棒掛け」をする人に分かれ、子ども達も大いに活躍してくれたおかげで予定時刻に無事終了！董金色に実った稻はずつしりと重く、「令和の米騒動」真っ只中の今年、参加者はいつも以上にその価値を噛みしめました。

冬の間も田んぼに水を溜めておく“冬季湛水”により「多様な生き物をはぐくむ」稻作に挑戦中の大郷ひゆ水田んぼ。今年も組合員家族9組と理事会合わせて27名（うち子ども8名）が集まり、稻刈りに汗を流しました。

田んぼを管理してくれていて、大郷グリーンファーマーズの西塚代表によると、今年は夏場の地下水で抑えられていた雑草が秋口以降に一斉に伸び、タイミング的に除草も入れず、そのまま収穫を迎えた田んぼが多くあつたそう。その中でも交流田は比較的雑草が少なかつたようで、終了後の記念写真にはみんなの笑顔が咲きました。

棒掛けした稻はこのまま数週間天日干しした後、脱穀してからライスセンターで選別・精米され、一部は参加された組合員の手元に届きます。

副理事長 石井 朱里

数日前から雨予報が出ていた
七郷トライ田んぼの稻刈り。生産
者の細谷さんと担当理事が「稻刈
りはできないかもしないから、
せめて参加者さんと一緒に新米
と豚汁を食べよう!」と準備をし
てくれていました。

10 / 11 七郷トライ田んぼ



小雨がぱらつく中での作業となつた
七郷。今年の収量はいかに…？



ライスセンターの見学もさせていただき、お米が手元に届くまでの全過程を知ることができました

11月の田植えから草取り、生き物調べを行い半年間見守ってきた七郷トライ田んぼ。今年も収穫を喜び合いながら秋の実りを味わえたことに感謝しています。異常気象が続く中、生産者さんにはいつも美味しいお米や野菜を作つていただき本当にありがとうございます。今年のお米もたくさん食べますね!!

理事 高橋 あゆみ

んから「これが今年のトワイ田んぼの全収量ですよ」と言葉に、子どもたちも興味津々でトランクの荷台から覗き込みます。無事に稻刈りと脱穀を終えて隣の建物へ移動し、準備されていた炊き立ての新米“つや姫”とクローバーズファームの野菜、産直豚肉を使用した豚汁を味わいました。

天童果実同志会 りんご園地見学ツアー

9/15
(月・祝)



オーナー園地の前で

仙台駅を出発したバスは理事たちによるりんごクリスマスで盛り上がりながら約一時間半で天童の園地に。まずはオーナー園地に入り、模様入りのオリジナルりんごを作るためにシールを貼り、りんごに触れてみます。お楽しみ体験を終えたら、生産者と一緒に広い園地中を歩いて見学です。

今年の夏もとても暑く、しかも少雨。干ばつとも言えるほど雨不足により、りんごはラ・フランスもダメージを受けています。オーナー園地では幸い井戸水が使えるので、ホースを引きスプリンクラーで灌水を行っており、最悪の事態は免れました。日焼けして傷み、実が商品にならなくなったり、葉の裏に寄生するダニが増え、葉が枯れてしまふというお話をありました。自然と向き合った方がいいな」と感想もあり、組合員と生産者が会って話す機会をこれから大事にしたいと思いました。

神経毒と言われるネオニコチノイド系農薬を使わないと「トライりんご」について、実際にりんごの木の下で「こうして挑戦してくれる生産者がありたいな」と感じたという感想もあり、組合員と生産者が会って話す機会をこれから大事にしたいと思いました。

生産者さんの話が分かっていましたが、自然と向き合う農家の皆さんはそれでも関心の深さなど、頷きながら聞いていました。美味しい空気を吸つて、楽しい一日でした。

秋の山形2大ツアーオープン！



仙台から休憩込みで3時間の旅

暑さ収まらぬ9月の連休、24名の組合員、理事、職員がバスで天童市の園地を訪れました。到着したバスを出迎えたのは、オーナー活動に参加し毎月りんごのお世話をしているオーナー組合員と、天童果実同志会の生産者。集まってみたら総勢約60名の大所帶です！

青空の下、生産者の案内をし、天童のお母ちゃんお手製の芋煮を交流会。たくさん学んで話して笑って、お腹も一杯になるツアーでした。



参考者の声

「放牧」と文字では知っていましたが、実際に触れて牛が生きていることを実感し、命を分けてもらっているんだなと思いました。

気持ちよく過ごせるから優しい味の牛乳になるんだなと思いました。



仙台からバスに揺られ、休息時間を取りながら3時間。秋が深まりつつある山形の飯豊(いいで)町に、放牧バスちゃんと牛乳の产地見学を行つきました。バスちゃん牛乳は「ながめやま牧場」で放牧されて暮らす牛のお乳を河北町の「奥羽乳業」でパックし、組合員に届きます。当日は牧場と奥羽乳業の皆さんが揃つて出迎えてくれて、25名の参加組合員、理事、職員は、牛と一緒に柵の中に放されました(笑)。

牧場の人たちが愛情を持つて接している証だなあと思わずにはいられませんでした。その後は、放牧バスちゃんと牛乳と市販の牛乳を飲み比べ、現在開発中の加糖タイプのバスちゃんヨーグルトも試食しました。バスちゃん牛乳は市販品よりさらりとしている組合員さんの声を聞いていたり、皆さん違ひを感じられたのが嬉しかったです！加糖ヨーグルトも好評でした！

放牧バスちゃん牛乳の故郷に行こう♪ ながめやま牧場バスツアー

10/18
(土)



わだいの
たねまき



9/19 宮城県生協連集会

宮城県内の協同組合が一堂に会する組合員集会が、東京エレクトロンホール宮城で開催されました。各生協の活動紹介で「あいコープみやぎ」からはパレスチナのオリーブオイル生産者との交流会、ドキュメンタリー映画の「私は憎まない」上映会、国産飼料による養豚の取り組みについて報告しました。今年は国連が定めた「国際協同組合年」。貧困や社会的課題に取り組む団体のリレートークを聞き、県内各地でそれぞれ活動している会員生協とのつながりを感じ、アピール行進では望むくらしの実現を求めてみんなで「消費者のくらしと権利を守ろう！」と声を上げました。

理事 辻 朗子



9/23 さようなら原発全国集会

東京・代々木公園で行われた集会に「あいコープ」から理事が参加しました。かつては地面が見えないほど人が詰めかけた反原発集会も、近年では人出が減り不安な気持ちになります。出会った方に「女川のある宮城ではさぞ多くの方が運動に参加しているのでしょうか」と言われ、頑張っている人や団体は限られているな…と思い返せばまた不安に。今回の集会では「ワタシノミライ」という若い世代の団体が登壇し、気候危機とエネルギー問題についてディスカッションしました。気候危機も重要ですが、シンプルに「事故の放射能汚染」と「核のゴミ」の問題だけでも原発を認容してはいけないと伝え続けていきたいです。

理事 鈴木 真奈美



安全安心オイシイを簡単に！

お料理キットを試食しました

青葉地区委員会企画

9月30日

まんま通信のあるくらし



パパっと調理でランチ会にも♪



お料理キットがズラリと並びました

気持ちのいい秋晴れの下、北山市民センターで青葉地区のオープン定例会を開催しました。今回は2名の方がゲストに来てください、地区委員、担当理事とともに、「お料理キット」の試食をしました。毎月豊富なお料理キットのメニューの中から、今回調理したのは、「豚平焼き」、「どろどろ湯豆腐」、「洋風肉じゃが」の3品。忙しい時に便利なお料理キットです



炒め方のコツなど、ちょっとしたことをシェアできるのも定例会の良いところ

が、まだ利用したことがないという組合員もいて、「どれぐらいの量が入っているのかな?」「家で準備するのはこれだけでいいんだね!」など興味津々。調理途中、「お料理のプロ」の地区委員による、炒めるときのコツや混ぜ方のポイントなどのミニレクチャーも交えながら、和気藹々と作りました。出来上がった3品に、「わ~は~のもちり米粉パン」を添えての試食タイムでは、「こだわりのある良い材料だから、お料理キットでも丁寧に作る」ととっても美味しいね」と大好評でした。

ゲストの方とも、いろいろな共通点やいいコープの商品やイベントのおすすめ情報で盛り上がり、楽しい時間となりました。

青葉地区委員 山野 優子



最終試食にて、試作品
9号(奥)と10号(手前)

副理事長 石井 朱里

昨年からプロジェクトチームを組んで開発を続けていた『(仮称)ミートセンター』で作る生ソーセージですが、いよいよデビューが見えてきました!

「生ソーセージって何?」というところから始まった今回のプロジェクト。味付けや添加物の吟味はもちろん、肉ダネの練り方から原料肉の部位の配合割合、調理方法まで、試作を繰り返して納得のいくものを追及してきました。試作品は10号を数えるまでになり、10月に行われたミーティングにてようやく「よし、これでいいこう!」と一致できました。試作を重ねたお陰でミートセンター職員のケイシング(整形)技術も向上し、組合員の皆さんに自信をもってお勧めできる商品になったと思います。

11月のWa!わあ祭りでも多くの方に試食していただきました。まんま通信でのデビューは2月頃を予定していますので、どうぞお楽しみに!

月刊 P B
プライベートブランド
10月号

2025年10月7日(火)

理事会議事録抄

▼コンプライアンス研修について承認した▼2025年度の米の価格決定方針を承認した▼理事会規則一部改訂案を承認した▼決裁基準一部改訂案を承認した▼常務理事会運営規則案を承認した▼原発とエネルギーを初歩から学ぶ講演会メガソーラー・原発・電気代との関係を考える企画案を承認した▼みんなの輪見学ツアー企画案を承認した▼フォーラム(商品学習会)企画案を承認した▼みんなの輪見学ツアー企画案を承認した▼2026年度通常総代会の日程及び会場案を承認した。

組織概要 (2025年9月分)

【組合員数】	19,932名
【供給高】	262,619千円
【一人実利用高】	6,170/週
【出資金】	1,411,686千円

ちょつと
ひとこと

●家族の普段のお出かけでは体験できない、密度の濃い見学会でした。子どもも絵本や写真で知っていたものの、牛の大きさやにおい、触感など五感で得た経験、貴重でした。(ながめやま牧場見学ツアーパートナー参加者感想)

誰もが安心して暮らせる社会を

「じゃれつき遊び」をしました

スキンシップと興奮遊び！



お母さんと飛行機ブーン！



どの子もニコニコ楽しそう

9月4日ジョイケア主催で、子育て・孫育て支援として「心・脳・身体が育つじゃれつき遊び」を開催しました。講師はあいコープふくしま理事で元幼稚園教諭の松下あすかさん。じゃれつき遊びを提唱している栃木県さつき幼稚園に何度も通い、じゃれつき遊びの理論、実技を習得されたそうです。

初めは親子でじゃれつき遊び体験。お母さんに抱っこされたり、こちよこちよされたりして、子どもたちは皆「きやあきやあ」と嬉しそう。しかし遊んだ後、お母さんたちはこの遊びの理論を学びました。スキンシップを取り入れるなどして、脳を取り入れるなどして、脳を

で、子育て・孫育て支援として「心・脳・身体が育つじゃれつき遊び」を開催しました。講師はあいコープふくしま理事で元幼稚園教諭の松下あすかさん。じゃれつき遊びを提唱している栃木県さつき幼稚園に何度も通い、じゃ

れつき遊びの理論、実技を習得されたそうです。

興奮状態にすることで、抑制を司る前頭葉が鍛えられ、「キレイにいい」脳が育つとのこと。3児の母である松下さんは実体験によるお話も大変参考になりました。朝「はい起きて！」と体育会系に起きてのではなく、5分でもお布団の中でこちよこちよしたり、触れ合いを持つてから起きると、とてもスマーズな朝を迎えるのだそうです。参加者の皆さんからも「やつてみます」「取り入れてみよう」と思うことがたくさんありました等の感想をいたしました。楽しい子育て、孫育て生活のヒントになつた学習会でした。

理事 櫻井洋子

副理事長 石井朱里
がけたいもので。本にアクロバティックな動きを取り入れるなどして、脳を

遊び体験。お母さんに抱っこされたり、こちよこちよされたりして、子どもたちは皆「きやあきやあ」と嬉しそう。しかし遊んだ後、お母さんたちはこの遊びの理論を学びました。スキンシップを取り入れるなどして、脳を

編集後記

私のオススメ商品



私のおすすめ商品は菅野食品さんの「国産小麦のソース焼きそば」です。菅野食品さんのソース焼きそばは、我が家のお定番メニューになっています。

国産小麦を使用している焼

きそば麺と化学調味料を使っていないソースは子どもにも安心して食べさせる事ができます。特にソースは絶妙なスパイスが効いており、焼きそば麺と絡んで本当に美味しいです。皆さんもまいど注文に登録して食べて下さい。

事業部 供給課 千葉健太郎

委員さん募集中！

あいコープの仲間と
食のこと
環境のこと
一緒に話しませんか？

お問い合わせ先
☎ 0120-255-044
Fax 0120-849-324
Email i-kumikatsu@mamma.coop
(担当:組合員事務局 鈴木・太田代)



ジョイケア NEWS

NEWS

ジョイケアシステムは、あいコープみやぎ独自の地域福祉政策で、組合員全員の拠出金(100円／月)によって成り立っている助け合いの仕組みです。社会福祉法人「みんなの輪」、NPO法人「お茶っこケア」、ビッグイシューへの支援など、地域福祉にも役立てられています。

個人で利用できるサービス(ささえあい/たすけあい/集団託児/慶弔・出産/電話相談)もあり、組合員同士の助け合いやケアメイトによる集団託児など多く利用されています。

ジョイケア利用状況 (2025年9月分)

ささえあい(保育)	0 件
たすけあい(ケア)	20 件
集団託児	2 件
慶弔	13 件
電話相談	10 件
計	45 件

組合員が利用できる電話相談

お申込み・お問合せは
ジョイケア事務局へ



0120-50-7277

平日 9:00~17:00

▼随時受付可能です。各相談窓口前週の金曜日までに予約して下さい。▼金曜日が祝日の場合は直前の平日の受付時間まで受付します。▼予約して頂いた方には、相談日

に相談員からお電話を差し上げます。

- 年金相談..12/9(火) 社会保険労務士 清野道子氏
13:30~15:30
- 法律相談..12/9(火)、12/17(水) 弁護士 倉林千枝子氏
13:30~15:30
- 子ども相談..12/25(木) 宮城教育大学准教授 三科聰子氏
10:00~12:00
- *介護相談は相談日のご希望を伺います。
- 介護相談 (ケアプランセンター木もれび 山崎彰子氏)



●天童で購入した果物セットは、想像していたより3倍もたくさん入っていて、その上りんごジュースも入っています。感激でした。形と色の美しい果物を机の上に並べて、楽しい一日を思い出しています。(天童ツアーパートナー参加者感想)



今日は
コレ!

わたしのおすすめ

〈第12回〉

余熱調理で失敗知らず! 『バスちゃん牛乳で作るプリン』

〈材料〉(作りやすい量)

- ・放牧バスちゃん牛乳 カップ2
- ・卵(花たまご、平飼いこめたまご) 3個
- ・花見糖 50~70g(お好みで)



これが《鍋布団》

- ① ボウルに卵を入れ、よく混ぜておく。
- ② 小鍋に牛乳と砂糖を入れて温め、砂糖が溶けたら①に少しずつ加えて混ぜる。
- ③ ②をザル等でこしてから器の8分目位まで注ぐ。
- ④ ③を深い鍋に並べ、卵液の線まで水を入れる。
- ⑤ 蓋を布巾で包んでから鍋にのせ、中火にかける。沸騰したらすぐに火を止めて鍋布団で包む。
- ⑥ 15分ほどで卵液が固まったらでき上り!(ゆるければ再度火にかけ、包む)

省エネ生活のため、脱原発エネシフ委員会で普及しています。ない場合はバスタオルで厚めに包んで段ボールに入れるなど工夫してね!

私がおすすめするのは、定番中の定番、放牧バスちゃん牛乳です。くじやのないすつきりとした飲み心地と、ほんのりと甘味が感じられるやさしい味わいが特徴の、実はとってもプレミアムな牛乳なんです(P.4~5に特集あり)。

一般的な乳牛は牛舎内の狭いスペースにつながれて飼育され、工場は輸入飼料(遺伝子組み換えコーンが多い)、搾った生乳は130℃の超高温で短時間殺菌され店頭に並びます。かつてあいコープはこのよつた牛乳に疑問を持ち、牛たちが自由に動ける放牧での飼育と飼料の自給を求めて、ながめやま牧場と何年もの交流と協議を続けました。デビュー目前で東日本大震災に遭

いながらも、2013年から供給がスタート。ストレスの少ない環境で良質なエサを食べて生まれるおいしい牛乳は、その口のうちに奥羽乳业へ運ばれ、75℃15秒のバスチャラizard殺菌処理をされ私たちの元へやってきます。一般的な高温殺菌に比べてタンパク質の変化が少ないので、生乳本来の甘さと風味が味わえます。寒くなるこれから季節、ホットミルク、カフェオレ、ミルクココアと大活躍です。我が家のお気に入りは、鍋布団で作るプリン。余熱調理で“す”が入らず滑らかな仕上がりです。ビンで作れば冷やす時にラップ不要、お裾分けにも便利です。

教育コンダクター 櫻井 洋子

※教育コンダクターとは...NPO法人とうぼく教育実践協会が育成・認定する「食の伝道師」。約1年間、養成講座を受講して食の根幹を学んだメンバーが、教育の現場で活躍している。

今月の食材

『放牧バスちゃん牛乳』

(奥羽乳業／飯豊ながめやま牧場)

今後の予定

11/28

金 石けん環境委員会主催 プリン石けん作り&シャボン玉フォーラム in おおいた参加報告

場所/日立システムズホール仙台 2F研修室2

時間/10:00~12:00

参加費/無料 定員/50名 申込み〆切/11月14日

11/29

土 脱原発エネシフ委員会主催 放射線と健康～医療の現場から見た真実～

場所/あいコープ日の出町センター(オンラインあり)

時間/16:00~17:30

参加費/無料 定員/会場30名 申込み〆切/11月13日



イベントへの
申し込みは
HPから♪

11/29

土 宮城野若林地区フォーラム(商品学習会)
こんにゃくについて学べる「芋煮会」

場所/あいコープミートセンター2Fキッチンスタジオ

時間/10:00~12:00 定員/10名

参加費/大人500円 子ども300円 申込み〆切/11月14日

※申し込み多数の場合は宮城野若林地区の方優先に抽選です

あいコープみやぎは女川原発の稼働停止と核燃料の乾式貯蔵施設建設中止を求めます

女川原発の再・再稼働から

2024年10月29日再稼働し
不具合による停止を経て11月
13日に再稼働しています

3 5 4

早く
停止を

2025年11月3日現在