



\\もっと利用を増やそう/

豚プロジェクト 活動中!



(株)平田牧場札幌事業所を見学
〈ミートセンター〉

18人のメンバーで「豚プロジェクト」を結成し、4月から活動しています。活動内容はプロジェクトで話し合い、6月18日には(株)平田牧場札幌事業所を訪問してスライスやパック詰め工程を見学しました。古平直営農場などで大切に育てられた豚は、畜産公社(屠場)で一次処理されてミートセンターへ運ばれます。朝7時半から開始する作業では、バラ肉の脂身は50%を超えない、スライスの厚さは均等など生活クラブの基準に沿うように管理しています。骨や刃物の破片が混入しないよう金属探知機も使いますが、一番大事なのは人の目。どの工程でも従業員が目視で確認していました。説明を聞いて驚いたのはヒキニクについてです。ロースやバラなどの端肉を集めて挽いている、最高に美味しいところを使った贅沢な消費材だとわかりました。プロジェクトでは、8月第1週に豚肉アンケートを発行しました。提出をお願いします!

〈豚プロジェクト 西支部 神田 恵〉



話し合いや学習会を行う会議は月1回。この日はブロック肉を使ったメニューを試食しました
(5/22 生活クラブ本部調理室)



塩豚とスープ



案内は平田牧場の藤野さん(上写真、左から2人め)。異物混入対策をしっかりとって見学しました

INDEX

秋からの拡大活動をパワーアップ 3

美味しいだけじゃない! 生活クラブ牛乳の価値 4~5

支部活動紹介

生活クラブを発信中♪ 南支部・北斗支部 6

戦後79年 シリーズ 戦争を語り継ぐ 7
少年だった私が あの日見たこと

生活クラブ Wind

組織活動

今年度は、より一層拡大に力を入れて取り組んでいます。9月からは「紹介キャンペーン」と新規加入者対象の「配達料半額キャンペーン」、配達エリア内でのインターネット配送も始まります(詳細はP3)。

支部の紹介キャンペーンを後押しするため、9月に「つどい」で開催される大規模な雑貨マーケット「Bonheur(ポヌール)」に出展します。イベントの楽しさが伝わるチラシを組合員に配布するので、お友達を誘って来てください。秋からの仲間づくりを、皆と一緒に盛り上げていきましょう。



消費委員会

牛乳利用本数の減少が止まりません。そうした状況の中で、6月の牛乳講演会では、私たちが生活クラブ牛乳を取り組む意義について学びました。生活クラブ牛乳を広めるためには、「牛乳＝超高温殺菌牛乳」という日本では一般的な考えを変えること。活動への大きなエネルギーとなる貴重なお話をしました。

委員会では、委員長みんなの力を結集して牛乳についての「二コープを作成しました。」組合員にもう一本飲んでほしい！未利用の組合員にもぜひ飲んでほしい！という思いを込めました。大いに利用し、生活クラブ牛乳の良さを多くの人に語り、広めていきましょう。

原発ゼロ・市民エネルギー委員会

今年も、福島・栃木からの組合員を迎える保養活動がGWにスタートし、夏休み中は4組の家族を迎えます。また、4年ぶりに募集を再開した「ほよくん相談会」のホームページより、福島から組合員以外の参加もありました。保養の拠点マンションメープルでは多くの皆さんをお迎えしています。参加者からは「ずっと続けてください」との声があります。

原発事故から13年、全国的に保養活動は縮小していますが、まだまだ必要です。一日でも長く、一人でも多くを言葉で、生活クラブの保養を支える10万年プロジェクトメンバーは、これからも活動を続けていきます。

文化委員会

「6+9=15、ヒロシマとナガサキの原爆投下の日を足したら戦争が終わった日になったよ。」先日、近所の小学生が教えてくれました。広島、そして長崎が犠牲になり、終わりを迎えることができた戦争、と言えるのかもしれません。

組合員のカンパで送り出す平和行動を5年ぶりに行い、中高生を含め8人が参加しました。何を考え、感じとったのか、10月14日の報告集会にてお伝えします。ぜひ来てください。平和な社会の実現に向けて私たちにできることは何かを、子どもたちとともに考えましょう。



7月の理事会から

● 組織活動推進会議から、新規加入情報の取得と拡大及び外部周知を目的に、9月開催の雑貨マーケットへの出展と協賛の提案があり、承認しました。

● 紹介キャンペーンの支部計画達成に向けて、各支部が選定した地域に新聞折り込みすることを決定しました。

● 「生活クラブのまちづくり拠点」について、中央支部の拠点場所が決まり契約を承認しました。

● 原発ゼロ・市民エネルギー委員会より、寿都町と神恵内村における「文献調査報告書」の説明会開催を、支部のある自治体へ要望する活動が提案され、承認しました。

● 共済連を通して、居宅介護支援事業の福祉政策に関するコンサルティングを受けることが決定しました。

秋からの拡大活動をパワーアップ。

2024年度は、前年より組合員数121人減のスタートとなりました。消費材の利用点数の低下もあり、生活クラブ北海道は2年連続経常剰余がマイナスとなる厳しい状況です。組織活動推進会議では今後の拡大にむけて、さまざまな取り組みを行います。

紹介キャンペーン

9～10月の2カ月間、拡大の山場として「紹介キャンペーン」を全支部で実施します。今年は人気消費材4点をセット(右写真)にしてお届けします。また、紹介キャンペーンにあわせて、組合員外も参加できる野本健司氏の「食品添加物講座」開催や、各支部が選定したエリアへの新聞折り込みチラシを実施します。



- 温州みかんジュース(485ml)
- トマトケチャップ(200g)
- ホットケーキミックス(200g)
- ベーコンスライス(約30g)

配達料半額キャンペーン

9～12月に新規加入する組合員を対象に、戸別配達・ペア戸配の配達料が3カ月間半額になる「配達料半額キャンペーン」を実施します。戸配は400円→200円、ペア戸配は200円→100円になるお得なキャンペーンです。

例えば、9月加入だと
10～12月の配達料が
半額になります

**食べる仲間を増やして
生活クラブを拡げよう!**

**この機会を積極的に利用して
友人・知人に生活クラブを
紹介しましょう**

配達エリア内の
インターネット配送をはじめます!

マンションのセキュリティが厳しい、日中不在にしがち、家が坂の上なので冬期配達が困難など、さまざまな理由で消費材の受け取りが難しいご家庭があります。支部や事務局ではこのような問題を解決するために、ペア戸配や班への加入を勧めています。状況が変わるまで加入を保留にしたり、あきらめたりするケースも少なくありません。そこで、これまで配達エリア外に限っていたインターネット配送への加入を、配達エリア内でも可能にしました。



※配送は月2回/ヤマト運輸。送料は利用金額によって異なります。詳しくは、本部までお問い合わせください。

牛乳の価値

毎日の牛乳が飲みたいと願った組合員と、それに応えたい生産者が開発の手を
口も香りも全く違うとわかります。ここでは生活クラブ牛乳の理解を深める
と云えます。いつもの1杯が特別な1杯になりますよ。〈本部消費委員会〉



生活クラブ牛乳は
生産から流通まで
すべてがあきらかな牛乳です

2024年4月スタート!

「も～MORE ミルクアクション」

低温殺菌牛乳の条件は、生乳中の菌数が少ない
こと。牛舎を清潔に保ち、牛がストレスを感じない
飼育を心がける等、提携酪農家のみなさんは資材
や飼料、燃料などが高騰するなかでも強い気持ちでつくり続けています。

「も～MORE ミルクアクション」は、組合員が牛乳を1本購入するごとに1円を
積み立て、提携酪農家のみなさんが必要とする資材購入にあてるしくみです。私た
ちの感謝と応援の気持ちを伝えるために、1本でも多く1円でも多くみんなの心を
届けましょう!



牛乳をアピール!

利用結集のため各支部でも、生活クラブ牛乳の良さを
学んだり、牛乳を使った料理を紹介したりしています。

月イキ拠点



牛乳・砂糖・氷をミキサーにかけるだけのシェイクは大好評! 抹茶やココアを入れても♪

西

牛乳料理を楽しもう～♪



生産者について学び、市販の生活クラブ牛乳の飲み比べでは味の違いにびっくり!

東

お料理はシュクメルリと
ミラノ風ドリア

春のみるくパーティー

手稲



スムージー、茶碗蒸し、フレンチトーストを作り、牛乳のある暮らしを楽しみました

北

親子で牛乳を楽しMOO～



楽しく、美味しく、大満足!

夏休み中の子どもたちと、レンネット実験をしてからアイスクリームやカッターチーズを作りました

くらぼ ぽの・ぽの 白石



牛乳たっぷりの簡単パン・みかん入りミルク寒天・ビシソワーズを作り、消費委員は本部牛乳学習会で学んだことを語りました

私たちができる応援は
注文して飲み続けること

美味しいけどじゃない!

生活クラブ

生活クラブ第1号の消費材として「生活クラブ牛乳」は誕生しました。本物休めずに作りあげてきた私たちの牛乳。ひと口飲めば市場の牛乳とは飲みたために開催された牛乳講演会と各支部で行われているイベントの様子をお伝

牛乳講演会

「生活クラブ牛乳の価値と取り組み意義」と題し、牛乳の基本についてや生活クラブ牛乳の取り組みを学びました。講師は生活クラブ連合会ビジョンフード推進部畜産課 鈴木猛氏（右写真）。その後、サツラク農業協同組合の美馬裕隆部長から北海道の酪農家の現状についてのお話、大鋸順司さんによるレンネット実験が行われました。



本来牛乳には、生乳中にしかないカゼインをはじめとする良質なタンパク質、吸収率の良いカルシウム、ビタミンやミネラル、乳酸菌など加工食品やサプリなどでは得られない栄養が豊富に含まれています。しかし、日本で牛乳といえば、世界では常温保存乳として販売している超高温殺菌牛乳ばかり。過度な加熱は、風味だけでなくタンパク質の変性やビタミン等の損失など生乳にダメージを与えます。それを大きな問題と捉えた私たちが取り組んでいるのが、「生活クラブ牛乳」です。



札幌エルプラザ (6/28)

講演会に参加して

日本では超高温殺菌牛乳が主流というなかで、酪農家が手間をかけて作った生乳が大切にされているのか、牛乳の栄養価が反映されているのか、疑問に思いました。どのような牛乳を選ぶのかは消費者である私たちの判断で、それによって酪農家の価値さえも左右されると感じました。

生活クラブ牛乳は、酪農家が手間をかけてつくった生乳本来の味わいが残る低温殺菌牛乳です。この牛乳の価値を次の世代へと繋いでいけるよう活動していきたいです。

〈清田支部 消費委員長 遠谷翔子〉

超高温殺菌牛乳が日本で主流となった経緯や、日本の牛乳の殺菌基準が製造方法や流通が整っていない時代と今も変わらないという話を聞きました。また、欧米では低温殺菌牛乳が主流で、6℃に温度管理をして流通するため低温殺菌牛乳でも保存期間が長いこと、超高温殺菌牛乳が常温保存用として作られているなど、初めて知ることばかりでした。

生活クラブ牛乳はこの10年で消費が半分になり、さらに昨年の猛暑で乳量が減るなど酪農家さんは苦勞されているそうです。生活クラブ牛乳の価値を1人でも多くの人に知ってもらい、守っていききたいです。〈西支部 消費委員長 木村律子〉

レンネット実験

レンネット(酵素)を使い、胃の中の様子を再現した実験。超高温殺菌牛乳にレンネットを入れるとサラサラのままですが、生活クラブ牛乳はしっかりと凝固しました。低温殺菌牛乳が長く胃にとどまり、栄養成分がしっかりと吸収されることがわかります。



高温殺菌はたんぱく質やカルシウムの状態が変わってしまいます…

右：生活クラブ牛乳
左：市販の超高温殺菌牛乳



超高温殺菌
例) 130℃2秒

生活クラブ牛乳
65℃ 30分

生活クラブの牛乳は時間をかけて低温で殺菌するから、有用な菌が活着している!

南

地域とのつながりを大切に

芸術の森マルシェに出店！

7月7日曜日、南支部地域連絡会「こんまちカフェ」として、芸術の森マルシェ 八百カフェに出店しました。札幌市立大学芸術の森キャンパスの学生や教職員が主体となり、地域の出店者が集い、遊びと学びを通じて多世代交流をテーマとしたマルシェです。当日は雨予報のため急きょ屋内開催となりましたが、ステージ演奏の音楽が心地よく流れるなか 350 人もの来場があり大盛況でした。生活クラブのブースにも、初めて生活クラブを知る方、懐かしがってくれた元組合員、学生など多くの方が足を止めてくれました。小さい頃から生活クラブのある食卓で育ったというある学生さん

は、私たちに代わって友人に消費材の美味しさを宣伝してくれる場面もあり、ほっこり嬉しくなるひとコマもありました。

今回は子育てや介護、食や社会問題にまで目を向けるという生活クラブの大きな魅力を地域の方々に紹介することができた、とても良い機会でした。八百カフェが掲げるテーマに共通することも多く、今後も関わり合えることを楽しみにしています。〈運営委員 杉山 恵〉



ワーカーズは介護相談や子ども向けのワークショップ、市民ネットは香害アンケートを行いました



支部活動紹介

生活クラブを 発信中♪

各支部運営委員会では趣向を凝らした内容で、組合員や地域に向けて、生活クラブをアピールしています。知って、伝えて、拡がれ生活クラブ！



北斗

生活クラブの豚肉って、やっぱりスゴイ！

豚肉フル活用！ 沖縄料理講習会

年々暑さを増している札幌の夏。そして今年も猛暑予想の夏を元気に乗り切るべく「沖縄料理講習会」を開催しました。

当日は、組合員外 4 人を含む幅広い世代の 20 人が参加。平田牧場三元豚についてパワーポイントを使って説明した後、沖縄料理に欠かせない食材「豚肉」をフル活用した豚肉づくしのメニューを楽しく調理しました。ヒキニクが絶品のタコライス、消費材の道産小麦うどんで豚の角煮入りソーキそば、

切り落とし肉を使用した沖縄風しゃぶしゃぶ。ボリューム満点でしたが脂の質がいいから胃にもたれません。豚肉の品質の良さを実感しました。後日、参加者から「普段お肉を食べない子がパクパク食べた！」「この豚肉を注文したい！」なんて嬉しい声も。夏を目前に楽しく元気をチャージできた会となりました。

〈運営委員 白砂 千香子〉



篠路コミュニティセンター (6/27)



少年だった私があの日見たこと

第二次世界大戦の戦況が悪化すると、日本政府は労働力を補うために朝鮮や中国の人たちを強制動員し、タコ部屋など劣悪な環境の下で過酷な労働を強いました。戦時下に囚われの身だった朝鮮人との思い出を、札幌市在住の男性(90歳)からお聞きしました。

※本人の希望により匿名で掲載します

1934年、幌加内村(現幌加内町)の駅前で商売を営む両親の長男として生まれました。

第二次世界大戦が始まった1939年、父に召集令状が届きました。自分が戦地へ行っても収入を得られるようにと父が購入した朱鞠内駅前の旅館に家族で移り住み、翌年に父は満州へ出征しました。

その頃、道内の炭鉱やダムなど土木工事の現場では、朝鮮半島出身者たちが過酷な労働を強いられていました。私が住む旅館の隣には労働者の宿舎があり、旅館は宿舎で食事の世話などをする人たちの住まいになっていたのです。国民学校1年生だった私の仕事は2つありました。ひとつは旅館専用の井戸

の掃除。2つめは二ワトリに餌を与えて卵を持つてくることです。裏にある線路の脇には、雨竜川ダムの[※]工事で伐採した木材が山積みになっていて、下に

ある隙間で二ワトリを飼っていました。宿舎にいる労働者たちは私を見ると、「今日も来ているな」と喜んでくれたり、女の人からは「坊や」と呼ばれたりして可愛がられていました。

◇ ◇ ◇

1942年4月、国民学校2年生だった時のこと。学校から帰ると、母は実家へ行って家には一人でした。トイレへ行こうとして廊下の窓から外に目をやると、朝鮮人労働者の青年2人が後ろ手に縛られて、こちらを向

いて立っていました。そばには刀を持った憲兵が2人。「あのおじさん、最近いないと思っただけでここにどうしよう」と見ていると、青年の一人と目が合いました。その動きに気づいた憲兵が振り向いた際に、青年たちは逃げ出そうとしました。憲兵が背後から首めがけて刀を振り下ろし、数歩進んだところで倒れてしまいました。

驚いていると裏玄関から憲兵が入ってきて、「おまえ、今のを見たのか!」と聞かれました。私が「見た」と答え、憲兵が「見た以上は生かしておけん!」と刀を振りかざしたその時、もう一人の憲兵が「こんな子どもを殺してどうするんだ」と止めに

入ったのです。「お前、このことを忘れるか!」と言われたので、私は「はい」と答えました。それからの1年8カ月のごときは覚えていません。記憶が戻ったのは、怪我をした父が満州から帰ってくると祖母から聞かされた時です。しばらくして父の怪我也も治りましたが、軍需工場へ行けば満州へ戻らなくてすむからと、家族で砂川町(現砂川市)へ引っ越しました。

◇ ◇ ◇

あの日見たことは、両親や祖母にも話したことはありません。覚えていられると殺される、あれは現実じゃないと自分に言い聞かせてきました。私はこれまで、本業のほかにも仕事をした

り町内会の役職を引き受けたりして、家族や周囲の人にも驚かされるほど毎日を忙しく過ごしてきました。忙しくしていれば、過去のことを思い出さなくてすむからです。30年ほど前に朱鞠内へ行き、慰霊塔や光頭寺を訪れて名前と住所を記帳してきました。その後しばらくして、遺骨発掘運動の代表者と新聞記者が「話を聞かせてほしい」と訪ねてきたのをきっかけに、取材を受けるようになりまし

た。80歳を過ぎてようやく、過去のことを話せるようになったんです。自分が経験したような辛いことは、二度とこの世で起こってほしくない。それが、戦中戦後を生きた私の願いです。(聞き手/敦賀)

※1 雨竜川ダム

(1941年着工、1943年完成)

雨竜郡幌加内町の雨竜川上流に位置するダム。日本や朝鮮・中国などから、のべ数百万人が動員され、過酷な労働と厳寒の気候に耐えられず多くが犠牲となった。ダムのそばには「殉難者慰霊塔」が建立されている。

※2 光頭寺

(旧光頭寺・笹の墓標展示館)

本堂から、ダム工事で犠牲となった労働者の位牌が70基余り見つかっている。また、1980年からの発掘調査により付近の笹やぶから遺骨が複数出土し、引き取り手のない遺骨が寺に安置された。2024年9月に新しい展示館が完成予定。

information

発行 生活クラブ生活協同組合 札幌市厚別区大谷地東一丁目4-15 TEL011(887)8891 FAX011(887)7266
発行日 2024年8月20日 編集 広報委員会 W・C・OプランズP.O

つくる手
食べる手
その手はひとつ

消費材販売
コーナー

お楽しみ
抽選会

10月20日(日) 11:00～14:30

グランドメルキュール札幌大通公園
(旧ロイトン札幌)

札幌市中央区北1条西11丁目

道内外から34生産者が集結!
お友達を連れて、ぜひ参加してください。

Instagram



Facebook



ホームページからも
アクセスできるよ



生産者からのメッセージをSNSで発信予定です。
この機会にぜひフォローしてくださいね!

本ページに記載しているイベント等については、生活クラブニュースを見て、参加申し込みをしてください。

問合せ 生活クラブ本部 TEL 011(887)8891

<https://www.hokkaido-seikatsuclub.coop/>

加工用トマト収穫ツアー

日時 9月6日(金)・9月14日(土)
JR札幌駅北口 10:00 出発～16:00 到着
場所 滝川市江部乙町
定員 各40人(参加費無料)
内容 2019年からトマトケチャップやトマトジュースの原材料となる加工用トマトの作付けをしている「とんぼの会」平澤さんの圃場へ行き、収穫を手伝いましょう!



ニュース

8月1週

主催 本部消費委員会

2024年度 生産者交流会

日時 9月25日(水) 10:00～13:00
場所 札幌エルプラザ(札幌市北区北8西3)
内容 全体会では、北海道子実コーン組合の代表理事組合長 柳原孝二さんによる「道産子実用トウモロコシの現状」と題した講演。分科会では生産者と直接会って、消費材の話聞くことができます。つくり手の顔が見えると、より生活クラブが楽しくなります! お気軽に参加ください。託児あり。



ニュース

9月1週

主催 本部消費委員会



お気に入りの消費材に囲まれて

清田支部 片岸望

生活クラブに加入して8年が経ちました。気づけば消費・運営委員長を経験し、生産者と消費材の素晴らしさをたくさん学んでいました。

そんなある日、驚愕の請求書が届きました。あれもこれもと、思うままに注文したのです。しばらくは買い物に行くのをやめる決心をしました。しかし、慣れてくると買い物に行くのを面倒に感じるようになりました。多くのモノから選択できることは一見、自由に思えても、モノが溢れた現代社会においては増えすぎた選択肢が人の時間とエネルギーを奪い、ストレスを増加させるのだそうです。私の場合は日々の買い物に時間だけでなく、エネルギーまで奪われていたようです。

今は、面倒だった月1回の注文がとても楽しみです。どの醤油にしようかな? と選ばなくても、一番美味しい醤油が注文できるのですから。生活クラブをやめない理由はいくつもありますが、最大の理由は家族みんなお気に入りの消費材があるからです。

組合員のエッセイを募集します。400字程度。テーマの指定はありません。本部川瀬まで、ファックスが業務で送ってください。



道産 道産簡伐材を配合した紙を使用しています