

【ものづくり 人づくり 地域づくり】

# josoの おせちご案内

手作りの一品、加えてみませんか!



別紙中刷りでは…  
その①「おせち試食会」  
の様子をご紹介します。



その② 必見! 「練り製品購入時の注意点」と  
「市販の煮豆、ココに注意!」を解説



「手作りおせちレシピ」  
「手作りおせちレシピ(おもてなし編)」  
が別紙中刷りで折り込まれています。

- 筑前煮
- 酢ぼす
- 牛肉のごぼう巻き
- てまり寿司
- 塩鶏
- キャベツの巻き巻き
- 肉団子の菊花蒸し
- 豚肉とれんこんの炒め煮

★比較的短時間で仕上がり、  
新年のおもてなしにもぴったりの  
お料理をご紹介します。

## 【年末年始の予定】 ※12/5 現在の予定です。

### ●地域での活動・催し●

12/9 月 10時-12時  
おばあちゃんとおひなたぼっこ  
(子育て、リサイクル・節約術、手作りあつたグッズについて話しましょう) (本部)

12/10 火 10時-12時  
米こうじを作ろう! (本部)

(予定) 1/16 木 10時-13時  
脱原発委員会 (本部)  
★こだま医院 (埼玉県比企郡) 院長  
児玉順一先生をお招きしての公開研究会。  
★社会科教諭の経歴もあり、世界経済や地理的な側面からも、放射能と病気の問題についてお話を伺います (詳細後日)。

### ●基幹運営・対外関係●

12/14 土 18時-21時  
福島被害者からの訴えを聞く会  
國分富夫さん (福島原発避難者訴訟第一陣副団長)  
(つくばサイエンスインフォメーションセンター)

12/20 金 10時-13時  
第7回定例理事会 (本部)

12/22 (日) 13時-17時  
緊急福島シンポジウム  
「20 mSv/年」は安心安全か?  
～疑問あり 原子力規制委員会!  
市民・医師・科学者の対論～  
・場所: 郡山市男女協同参画センター (さんかくプラザ 2階)  
・住所: 福島県郡山市麓町 2-9-1 (JR郡山駅から徒歩 20分)

先週加入された、常総生協の  
新しい仲間をご紹介します!  
～こんな理由で加入しました～

○常総生協の魅力を実感して加入しました。  
今まで常総生協の事は知りませんでした。職員の方の話を聞いて生協によって食の安全に対する取り組みが違ってくるのが分かりました。他の生協を利用していましたが、改めて常総生協の良さを知り、加入しました。  
(流山市 Nさん)

気になる方がいらっしゃいましたら、供給担当までお声かけください (会えない場合はご意見欄をご活用ください)。資料と試食を持って伺います!

# やっぱり違う！常総生協のおせち

【試食会を開催しました】  
11/26 つくば小野川公民館  
11/28 我孫子南近隣センター

## 自信をもっておすすめします！ 常総生協のおせち商品 組合員イチオシおせち大集合



11月26日、28日の2日間つくば・小野川公民館と我孫子・南近隣センターにて「おせち試食会」を開催いたしました。年に一度のおせち、「何を注文したらいいかわからない・・・」、「伊達巻も何種類もあって違いはあるのかしら」と正直迷ってしまうと思います。今回、試食会に参加して頂いた組合員には「当日来れなかった組合員に、ぜひ購入の参考になるメッセージを」と呼びかけ、たくさんのおすすめコメントを寄せて頂きました。ぜひ参考にしてください（下の枠内が組合員の感想です）。

### 蒲鉾



### 歯ごたえ・旨み 抜群の長崎蒲鉾

**27** **29** ~ **32**  
長崎一番の蒲鉾

- ・「魚を味わえる蒲鉾」です。歯ごたえが全然違いました。
- ・市販品とは比べものにならないくらいおいしかったです。



長崎一番の高崎社長  
旨さの秘密は魚の鮮度とその使用量！せっかくお金を払うのだから、しっかり「魚」を食べて欲しいです。



### 飛魚（あご）の旨み満点 **43** 長崎あごすぼ巻き

- ・見た目は地味ですが年越しそばに入りたいと思いました。

### 変わり 蒲鉾



### お正月の食卓を華やかに **44** 長崎しっぽく「蒸し」

- ・いろいろな具が入っていて喜ばれそうです。見た目もとてもきれい。
- ・味が薄く、上品で見た目も色どりがきれい。



### 煮豆 きんとん

### 職人が丹波に勝ると 認めた逸品、ここにあり

### **53** 煮豆黒豆（雁喰豆）

- ・味が中まで染みんでいます。醤油の味付けも良いです。
- ・豆の味がしてとってもおいしかったです。



### しっとり甘さ控えめが人気

### **57** 栗きんとん

- ・栗の味がしっとりしていました。
- ・栗と金時芋、お互いにマッチしていました。
- ・栗の存在感、栗の味がよく感じられ、甘すぎずおいしかったです。



# 必見！練り製品購入時の注意点

※別紙折り込み「市販の煮豆、ここに注意」もあわせてご覧ください。

## ★かまぼこの選び方

…何と云っても使う魚肉の鮮度が決め手！

常総おすすめは

## 『長崎一番』

日本屈指の水産県、長崎。水揚げされる魚種も豊富です。かまぼこの質の決め手は何と云ってもこの原料の魚。原料すり身の鮮度、グレードが違います。

「魚を食べているよう！」

当たり前のことですが、それこそ素材にこだわる長崎一番。他のものと比較してもらえればすぐに分かります。

エソ、グチ、ハモなどの新鮮な魚が揚がる長崎港。すり身用の新鮮な魚を仕入れるためには、船の技師の「器量」を見、どこの漁場で獲ってきたかまで魚を見極めます。

鮮度に比例する魚肉の力（弾力）は練りの粘りになり、魚肉の取り方や手に伝わる魚肉の感触から、練りと塩ふりを見極めていく。板への独特の乗せ方、蒸し方、板の木の材質（国産もみの木）に至るまで、職人の「技」「心意気」を感じます。



美しい海に恵まれ日本でも屈指の水産県で知られる長崎県。長崎市を中心とした蒲鉾製造業者で設立したすり身専門工場が新長崎漁港に隣接されており、毎日水揚げされる新鮮な魚はその日のうちに上質なすり身にされます。



長崎一番の工場兼店舗。長崎に来たらぜひお立ち寄り下さい。



昔ながらの「みかげ石臼」ですり身の練り具合を確かめながら、熟練の職人が丹念にすりあげていきます。



どんなに機械化が進んでも、最後は職人の技量がものをいいます。



### 【練り製品購入時の注意点】

#### リン酸塩で水増しした「蒲鉾」に注意！

一般の魚肉練製品の多くには、原料となる魚のすり身の段階で添加物「重合リン酸塩（ポリリン酸ナトリウム）」が添加されています。リン酸塩を添加すると、水をどんどん吸って膨れます。そのため少しの原料でたくさんの製品ができ、安く作ることができます。またシコシコした歯ごたえも良くします。安くてプリプリした蒲鉾は水で増量されていると考えた方が無難です。

すり身に使われる「リン酸塩」は加工助剤に扱われ表示義務がないので、単に「魚肉」と表示されるだけ。消費者は表示では判断つきません。

練り製品や清涼飲料水に多量に使われる「リン酸塩」は体内のカルシウムや鉄を奪う、要注意添加物です。このほか練り製品には保存料・着色料・PH調整剤・化学調味料などの添加物が使われています。

# この国の行方・・・「特定秘密保護法」6日参院本会議で強行採決か 国民の知る権利・表現の自由の制限から改憲へ

このニュースの原稿め切日の12月5日夜、政府与党は参議院特別委員会で特定秘密保護法案を「議論は尽くされた」として質疑を打ち切り強行可決させた。法案は夜中に参院本会議に緊急上程され、あす6日の本会議で強行採決されそうだ。

今、国会前には多くの市民がかけつけている。



「議論は尽くされた！」  
と叫ぶ安倍首相



政府自民党は「民主主義は選挙。国民が勝たせたのだからあとは静かにしろ」とばかりに採決を強行しようとしている。

防衛や外交での機密漏洩防止なら現行法の改正で対応できる。秘密保護法にこだわるのは「改憲」への道筋としか考えられない。

原発事故もコントロールできないから国民には知らせないでおこう、2020年東京オリンピック開催を利用してテロ対策の名目で国民の口を塞ごう、国民の経済や暮らしの回復への期待を利用して軍需産業を組織化し、新たな戦争と軍事・軍需のレールを敷こうとしている。

年内に武器輸出3原則を見直し「武器輸出新基準」を作成するという。当然原発の輸出（核の輸出）も含まれる。



自民党憲法改正草案のポイントは国防軍の規定と集団的自衛権の承認、表現の自由の制限にある。

この国のゆくえ・・・2013年、年が押し詰まって慌ただしい中で、今わたしたちは「国民と国家の関係」が大きく変わろうとする歴史転換点の只中にある。わたしたち市民、国民の意思表示と行動が問われている。

## 特定秘密保護法案

### 第12条2項1（適性評価）

適性評価対象者について次の事項について調査を行い、その結果にもとづき、適性評価を実施する。「特定有害活動及びテロリズム（※）との関係における事項（評価対象者の家族および同居人を含む）」

### ※テロリズムの定義

「政治上その他の主義主張に基づき、国家もしくは他人にこれを強要し、又は社会に不安もしくは恐怖を与える目的で人を殺傷し、又は重要な施設その他の物を破壊するための活動」

## 自民党「憲法改正草案」

### ○9条2項（自衛権・国防軍）

集団的自衛権の追加、自衛隊の「国防軍」への改組

### ○21条2項（表現の自由の制限）

「公益及び公の秩序を害することを目的とした活動を行い、並びにそれを目的として結社をすることは、認められない」

特定秘密保護法 12条のテロの定義は拡大解釈を許す条文である

国民の知る権利や表現の自由を、「主義主張に基づき国家にこれを強要する」行為として、行政府がこれを特定有害活動とかテロリズムとの関係事項として、適性評価対象者およびその家族・同居人を調査できることになる。石破自民党幹事長がデモをテロと同一視するもの、こうした意図が伺え、その先には「改憲」による表現の自由の制限と戦争の道が待っている。