



師走・・・台所のお掃除・整理から！

- 冷蔵庫・冷凍庫内のお掃除、ストックの乾物・調味料の在庫確認で、無駄な買い物はしないように！
- 生協の商品カタログを見ながら、年末・年始のおおまかな献立と食材をメモしながら計画しましょう！
- 基礎的な食材の購入を過不足ないように計画的に！あるもので工夫して年末年始を乗り切りましょう！

今週も、12月4回と5回（おせち）2回分の注文の同時提出です。定番品は4回が年内最終です。年明け1月1回は5～7日のお届けです。

年末年始の「配布・回収・お届け」スケジュール

12月4回のお届けは
12/25（月）～27（水）
の3日間で供給

12月5回（おせち）は
12/28（木）～30（金）
の3日間で供給

各自のお届け日は供給担当から
ご連絡させていただきます。



	日	月	火	水	木	金	土
12月1週	4	12/5	6	7	8	9	10
	12月2回と3回同時回収（12月4回・5回カタログお届け）						
12月2週	11	12	13	14	15	16	17
	12月4回と5回同時回収（1月1回・2回カタログお届け）						
12月3週	18	19	20	21	22	23	24
	1月1回と2回同時回収						
12月4週	25	26	27	28	29	30	31
4回・5回	12月4回配達			12月5回（おせち）配達			休
2017年	1	2	3	4	5	6	7
1月1週	お休みを頂きます				1月1回配達		

【12月の予定】

●生協基幹運営／地域活動・催し●	●提携・協同・連帯企画●
12.2（金）浅野農園「干し大根づくり」支援交流会	12.4（日）あいコープふくしま生協まつりに参加
12.3（土）じょうそう朝市（本部前）もちつき大会	12.4-5（日月）福島有機農学校（二本松） 猫の手応援隊
12.6（火）私たちのくらしと憲法 山本先生憲法講座 脱原発とくらし見直し委員会（13:30～）	12.10（土）関東子ども基金 白井甲状腺検診 12.11（日）関東子ども基金 松戸甲状腺検診
12.7（水）おせち試食会（つくば）	12.17（土）日本有機農業研究会市民公開講座 「有機農業は社会を変える一翼になれるか」
12.8（木）おせち試食会（我孫子）	
12.17（土）「歴史を学ぼう」都留さんの歴史講座	
12.21（水）第8回 定例理事会	

11/26 鈴木牧場産地交流会

地域に共に食を育む協働できる生産者がいることの幸せ 生産者と消費者の協働をいっそう強めましょう！

鈴木牧場・・・「土づくりから」



発酵する堆肥を感じ、土を踏み、草を食み、牛に触れ、そして牛乳・ヨーグルト・チーズを頂く
いのちの循環を育む人と大地を身体で知ること～産地交流会



鈴木さん家族
作る人の人柄・思いを知る

土を踏み 感触を確かめる

「良い土ができる、同じ緑でも、気持ちの良いさわやかな緑で、いつまでもいたくなるような牧草に育つ」(鈴木さん)



土づくりの秘訣は堆肥づくり

堆肥づくりは息子さんが担当。堆肥の山の上にみんなを上がらせてくれ、ちょうど発酵が進んで温度が上がっているところを見せてもらった。



牛の食事はおいしい草



草を噛んで香りを感じる



広大な牧草地 循環



牛に触れる

「臭わない循環型の、牛はもちろん環境も健康な牧場だと多くの方から聞いていましたが、まったくその通りで他の牧場との違いは一目瞭然でした。特に息子さんご夫婦の意気込みを拝見し、たいへん嬉しい半日でした。」(土浦市 浦谷)



乳を頂く おだやかな牛たちから



手づくりを味わう

おいしい新鮮な牛乳から工房でヨーグルト、チーズが生まれる

2016 夏～秋 鈴木牧場から原乳を頂いて 各地でフレッシュバターづくり 総勢200名を超える家族が体験

2016年、鈴木牧場から良質な原乳を分けて頂いて、みんなでバターづくりを体験しました。

来年のクリスマスには、鈴木さんの「ノンホモ牛乳」が頂けますように！



初めての経験でしたが、生乳から作るバターがこんなに軽くて美味しいことに驚きました。(土浦市 野口)



15分ふっただけで少しのやわらかいかたまりができたのでうれしかったです。バター作りにはたくさんの牛乳が必要で大変なことがわかりました。「土作りから」と知り安全でおいしいものは全て同じだと感じました。(利根町 佐々木)



今回はあまり固まらず・・・少し残念でしたが、牛乳にまつわる色々なお話を聞くことができたのでよかったです。生乳おいしかったです。毎週牛乳3本購入してるので、鈴木さんの所の牛乳をのめたらいいな～と思ってます！(つくばみらい市 小林)

バター作りおもしろかったです！様々な食についてのお話も伺えて大変勉強になりました。鈴木さんの牛乳は売っている牛乳と全然味が違いました。(竜ヶ崎市 太田)

とても疲れたが、とても美味しくおもしろかった。フレーフレーす・ず・き。がんばれがんばれすずきさんー。(土浦市)



生協さんの講習会 に初めて参加させていただきました。人生初のバター作りでしたが驚愕のできれば最後まで無駄なくいただいてしまうくらいおいしかったです。まるで生クリームのようなバターでした。分離した水分は低脂肪乳とのことでしたが、市販のそれとは別物でまるで高級な牛乳を飲んでいるようでした。ノンホモのクリームでないとこれが作れないとのこと。知らないことが多すぎた自分が恥ずかしくなるほどに実りある講習会でした。(常総市 渡辺)

出来上がっている実感がなく、本当に出来るか心配でしたが、ちゃんと固まっていたのでうれしかったです。良い土から作られたエサを食べた牛は健康で美味しい牛乳を出してくれる・・・いい循環を作る取り組みに感動しました。食べ物で人の身体も作られると思いますので、良い食物を取り入れていきたいと思いました。(柏市 諸橋)





常総生協のお仲間と会えて、お話しできてよかったです。子供もバター作りを楽しんでいました。スコーンもとても美味しかったです。鈴木さんのヨーグルト、とても美味、毎週購入させていただいております。これからもお願いします！（つくば市 長谷川）



子供ははじめてのバター作り、とても喜んでいました。自分で作った食べるバターの味はとても美味しかったです。（バターのにおいが苦手で、お店で売っているバターは食べたことがないのですが、今日のバターは食べることができました）牛にも人にも、優しい牛乳をこれからも作ってください。（つくば市 浅野）



おいしい物を安全に・・・私達が口にす
るまでの素晴らしい“こだわり”を知る
ことができました！鈴木さんの牛さんは
幸せですね。（柏市）

和気あいあいと楽しくできました。少人数ではありましたが、バター不足に関してずっと疑問だったこと、鈴木牧場さんの牛にける想いが伝わりとても勉強になりました。妥協しない牛乳作りへの想いは私たちへ安心を届けてくれるとともに他では味わえない本物の美味しさを教えてくれました。これからも頑張ってください。このバター作りはもっと続けて欲しいです。参加することで「他の人にも教えてあげたい！」という気持ちが強くなります。（牛久市 若狭）

鈴木牧場さんの牛乳を使ったバター作り、とても貴重な体験ができました。牛乳もバターも、とてもおいしかったです。バターってとてもシンプルな作り方で出来るんですね。貴重な機会をありがとうございました。ぜひ今後もヨーグルトやチーズを購入していきたいと思います。（かずみがうら市 海崎）



二の腕が締まりました。結構振るんだ！と思いました。脂肪球のある牛乳はなかなか手に入らないなんて知りませんでした。大切に育てている牛乳なんだということがよく分かりました。（牛久市 中丸）

貴重な体験でした。牛乳そのものの味も素晴らしい、バターもこんなに美味しいとは感動でした。②こだわりの酪農の牛乳をありがとうございます。ヨーグルトもいつも美味しく頂いています。（かずみがうら市 伊原）

バターとってもおいしかったです。優しい味でした。いつもチーズ、ヨーグルト、家族で楽しみに頂いています。これからも欠かさず注文します。お身体に気をつけてください。（坂東市 内田）



○鈴木さんの牛乳の素晴らしさ長い組合員として熟知していると自負していますがバター作りをしてみても改めてその品質の高さを再認識させられました。分離したあとでもあの味ですもの。

○こだわりの土作りから始まり安心安全な牛乳を生産することでヨーグルト作り、チーズ作りとあくなきチャレンジを続けておられる鈴木さん脱帽。敬服しています。これからもどうぞ宜しくお願いします。

○非組合員の友人を数人お誘いしました。伊藤専務さんのお話から品質の高さ、確かさを理解してもらえるようです。産地見学をしてみたいとも。百聞は一見にしかずと云います。その場所に足を運ぶことでより一層の理解が得られることでしょう。（利根町 若下）



牧草も頂きました！

2016 ペットボトル



2017 手動チャーン



分離機



201X 電動バターチャーン



組合員、生産者、職員の広場

○美味しいものはわかるんだ!!

低脂肪牛乳はマズイもの! という夫の発言に、中2の息子は「常総生協の低脂肪牛乳はウマイよ!」最近の食事にケチばかりつけている息子ですが、やはりおいしいものはわかるんだ! ビックリ!
(龍ヶ崎市 岩瀬さん)

○楽しい時間を過ごすことができました。

生協まつりお疲れさまでした。普段会えない生産者の方々や組合員の方々にお会いできて、お話もできてとても楽しい時間を過ごすことができました。ありがとうございました。
(つくば市 高橋さん)

～ 11/19 長島さん交流会「収穫祭」参加された方の声～



常総生協祭りで息子が微生物農法の会の子ども店長をさせていただきました。

1歳8ヶ月の娘も連れての参加に不安もあり躊躇していたのですが、息子にせがまれ参加してみることにしました。

長島さんをはじめ、皆さん温かい方々ばかりで、おもいきって参加してよかったと思いました。(*^_^*)

畑に行ったり、おもちをついたりまるめたり、普段とは違ったお手伝いをして息子も楽しめたようです。

食事をしながら皆さんとお話をし、我が家の食卓見直さねば! と気持ちを奮い立たせる良いきっかけになりました。

それから長島さんの漬けたからし漬けがとってもおいしかったです。

私は辛い物が苦手でありあまり食べないのですが、長島さんのからし漬けは、辛いけれど甘みもあり、あと引くおいしさで箸が止まりませんでした(*^_^*)

ぜひ、長島さんのお漬物講座をお願いします!!
(つくば市 山田さん)

美味しい野菜が出来るまでの大変さが良くわかりました。おもちもバーベキューもとてもおいしかったです。長島さんありがとうございました。畑のお手伝い来ますね。



(土浦市 石倉さん)



先日は夫と息子と三人で何わせていただきました。あいにくの雨でしたが楽しく動いたので寒く感じませんでした。

長島さんご夫妻がとてもおやさしく、ほがらかでいらっしゃってこういう気持ちが野菜作りにあられるんだろうなと思いました。発酵による土作りなどで、野菜にもやさしいところをもっていらっしゃるのかなーと。動物もたくさんいて家族で癒されました。役員の方や職員の方ともたくさんお話ができて、良い休日を過ごすことができました。本当にありがとうございます。長島さん、いろいろちらかしてきてすみません! 今度はもっとちゃんとお手伝いできるといいです。※みんなでたくさん作業をしてかたづけしてまで、しっかりやれた方が迷惑かからなくてよ



いかなーと思いました。けっこう荒らしてきたので(笑)
(守谷市 中山さん)



**岩瀬牧場
出向者4人目!!**

組織供給部（組織チーム）伊原 昂宏くんによる 「豚豚（トントン）報告」をお知らせ!!

2015年の2月から始まった岩瀬牧場協同事業による職員出向制度ですが、今まで伊藤（2/16～6/15）、井上（6/16～4/15）、横関（4/16～11/28）と続き、今回新たに組織供給部（組織チーム）伊原くんが新たに出向になりました。生産現場として、「命を育み育てていく」という点では、実際に経験することで職員としても、人間としても大きく成長できる恰好の学び場です。今後も他の職員が順次研修の場として生産現場出向を計画していきます。強い協同性を持つ職員集団を目指していきます。今後は組合員がマイファームと思えるような交流を準備、計画していこうと考えています。



肥育の段階で成長により、部屋（豚舎）も移動していきます。移動のお手伝いをしてる伊原君。移動も手作業でカゴに乗せて、フォークで移動します。

11月28日から岩瀬牧場に出向になりました。まだ基本作業を精一杯こなすことで頭がいっぱいです。初日から命の現場の重さにすぐく重圧を感じました。お肉をただ頂く消費者側からの立場では、味わう事の出来ない貴重な経験ができると思います。今後2月からの商品案内でわたしのコラムが掲載されると思いますので、是非楽しみにしていただきたいと思います。牧場スタッフの皆さんと力を合わせて盛り上げていきます。

（組織供給部 組織チーム 伊原）



常総生協を紹介したくても…と思っている方は、キッカケとしてこちらをおすすめしてみてください!!

2016年【仲間づくり】実感キャンペーン

ご加入をご検討されている方には、常総生協実感キャンペーンをおすすめ下さい。
まずは食べてみて!!おためしを!!(^^)!

鈴木牧場のヨーグルト
(茨城県石岡市)

プレーン 加糖

400g 878円→300円(税込)

牛一頭一牛の量を大切に生乳100%ヨーグルト。ノンホモ（脂肪球をつぶさない）なので、搾りたての生乳の味を楽しめます。 ※どちらか一つお選びください。

旬の有機野菜セット
(茨城県石岡市)

3品 778円→500円(税込)

生産者がおすすめする旬の3品をお届け。無農薬栽培なので安心なだけでなく、味・栄養・鮮度のよい野菜。※葉物類は千葉県三里産の野菜をお届けします。

岩瀬さんの豚肉
(茨城県土浦市)

※5・6枚入り真空パック

250g 694円→500円(税込)

岩瀬さんのオリジナル豚肉。発酵調味料を与え、健康な豚を育てています。あっさりしていて甘みのある豚身が特長。※ローズしょうが焼き用です。

- ◆3つのうち、1つからでもお届けします。
- ◆お届け日をご相談の上、後日お届け。代金は商品と引き換えになります。(すべて税込)
- ◆常総生協組合員の方以外で、お一人様一回限り。

紹介カード

紹介して頂く方の
お名前
ご住所
ご住所
電話番号

コース名
組合員番号
お名前

※この券はキャンペーン期間中に限り有効です。
※お名前・住所・電話番号を必ずお書きください。
※お名前・住所・電話番号を必ずお書きください。

2016年 お友達紹介キャンペーン

はじめてセット&BOOK

紹介して加入したら、組合員も利用できるようになりました!(^^)!

ようこそ! 常総生協へ!

はじめてセット 是日配達無料!

はじめてセット&BOOK 始めました!!

- はじめてセット&BOOKは、新たに加入いただいた方が2週間限定でご利用できます。
- 紹介して加入して頂けたら、紹介した組合員も同様の条件で利用できます。
- 常総生協で毎週取り扱う定番商品が掲載されています。セット、もしくは、単品(book)でご注文いただけます。
- お試し価格で利用していただけるので、美味しさと、新たなお気に入りの商品を見つけていただきたい。という想いから始めた取り組みです。詳しくは、供給担当が御案内しますので、お気軽にお声掛けください。

常総生協 常総生活協同組合

子育て応援クーポン券やっています!

0120-961-502 FAX: 0297-45-6675

受付時間 月～金曜日 9:00～19:00/土曜日 9:00～17:00