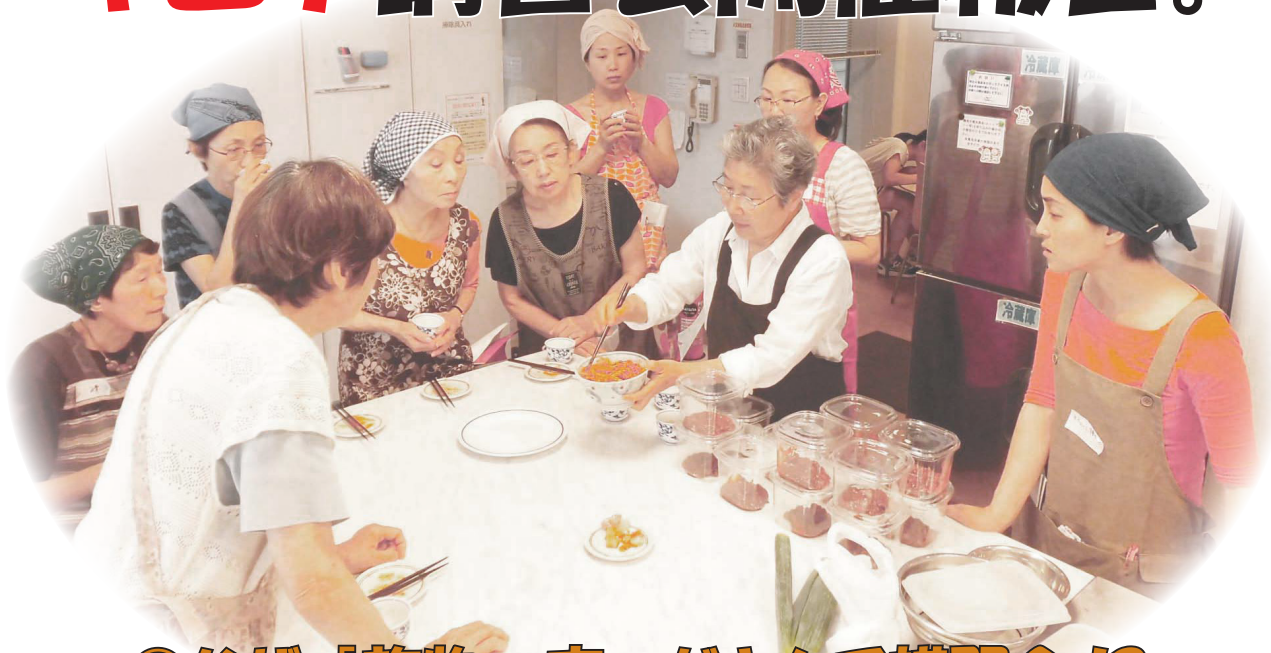




【地元とやさいを食べよう!!】

乾物一座による

# 旬の野菜を使って キムチにしよう! キムチ講習会開催報告。



## ◎なぜ「乾物一座」がキムチ講習会!?

今回で11回目の開催になりました乾物一座による講習会。毎回参加希望が多く人気の講習会。毎年約3回程の開催をしていますが、「さて、今年度の乾物講習会はどうしよう?」と悩む中、乾物一座の鈴木さんから、「今年はキムチをやって見ない?」と提案があり、開催に至りました。

### 【2017年6月の予定】

●生協基幹運営/地域活動・催し●	●提携・協同・連帯企画●
6.24 (土) 鈴木牧場「さけるチーズづくり」交流会 (本部) 都留先生歴史講座	6.17 (土) 松戸・香辛飯屋イベント 6.18 (日) 児玉順一先生講演会 (生協本部) 6.25 (日) 我孫子元気フェスタ 6.26 (月) あいコープふくしま総代会 6.30 (金)、7.1 (土) ネットワーク21 組織担当者会議

## 6/3 (土) キムチ講習会開催報告 (乾物一座より)

鈴木さんは、「韓国の食」という韓国の食文化が書かれている本をきっかけに韓国料理に興味を持ちました。特に韓国の宮中料理に惹かれ (韓国ドラマ「チャングムの誓い」よりも 5 年前からです)、韓国料理を勉強された、韓国料理愛好家！ 韓国食文化の中でも、キムチはとても大事にされている食材です。

キムチは、白菜 1 枚 1 枚に薬味をすり込んで、大変で家庭では出来ない (>\_<) と思われがちですが、辛くもないキムチもある



トマトキムチ

今年の常総生協の活動テーマは「地元のやさいを食べよう」です。旬の野菜をベースに食材を選びました。切り干し大根は、乾物一座の腕の見せ所！ 干し大根の作り方干し方も伝授。4つのグループに分かれて実習でしたが、初めて会った組合員同士協力しながら、7品目が完成。味の感想は、みなさんの夕食になりましたので、後日供給担当へ教えて下さい。みなさん思っていたより「簡単！」と感想が多かったです。乾物一座も慣れないところがあり、いろいろと反省点がありました。次回に活かしていきたいと思えます。

次回の乾物講習会「キムチ編」第2回は、7月29日(土)です。場所は、我孫子市けやきプラザ 8F 料理実習室。1回目の参加者優先になりますので、若干の募集となります。



乾物一座の皆さん

し、赤くないキムチもあり、家庭で簡単に出来るもの。そして、キムチはもっと「あっさり」したもので、素材の味が生きると伝えたい。

また、乳酸菌を使った発酵食品で体に良い一品、是非ご家族に食べていただきたいとの想いで、今年度は乾物講習会『キムチ編』として、全4回シリーズで開催することになりました。



ピビムパップ (ピビンバ丼)



第1回キムチ講習会  
参加者全体写真

## 今後のキムチ講習会開催予定

	第2回	第3回	第4回
開催日	7/29 (土) 10:00-12:00	2017 年秋 (生協まつりの日)	2018 年 1 月 (2 日間連続)
場所	我孫子 けやきプラザ 8F 調理実習室	生協本部 2F 調理室	我孫子けやきプラザ or 生協本部
メニュー	きゅうりの水キムチ なすのキムチ 大根のナムル ミニトマトのキムチ	白菜と大根の 切り漬キムチ ※生協まつり内で試食・説明など	白菜キムチ漬け ※2日間かけて漬けます
参加費	1,000 円※作ったものは持ち帰り できます。	無料	1,000 円※作ったものは持ち帰 りできます。
募集人数	16 人 ※応募多数の場合、第1回参加者 優先	どなたでも参加可能	16 人 ※応募多数の場合、第1、2回 参加優先

# ちょこっと？がっちい？お手伝い！

## 野菜セット生産者の畑に行ってみよう！



常総生協の今年のテーマは「地元の野菜を食べよう！」。

そこで、常総生協でもお馴染みの「野菜セット」の生産者の畑に行ってみませんか？

常総生協の職員が先導し、年間で4～5回定期的に生産者の畑に通う予定で、今回はその1回目となります。

いつも美味しく食べている野菜は、どんな風で作っているんだろう。「生産者さんはどんな思いで野菜を作っているんだろうー？」そこでしか分からないこだわりや苦労、楽しい発見など組合員の皆さんにも実感していただくキッカケにしていきたいと思えます。どの生産者も魅力的なお人柄で、実際に会うとファンになること間違いありません！まずは畑に行つて「ご縁」を作つていきましょう！！

### ～第1回「ちょこっとお手伝い！野菜セット生産者の畑に行ってみよう！」の開催予定日～

日時	場所 ※参加者には改めて住所の詳細をお送りします。	生産者 / 農園	作業内容
7/1 (土) 10:00-12:00	石岡市	やさと仲間 (天池さん) 宇治田農場	主に除草作業 (草取りをメインで行います)。参加人数、天候によっては作業内容が変わってきます。
7/8 (土) 10:00-12:00	坂東市	清水農園	
	行方市	微生物農法の会 長島さん	
※日程調整中	成田市	三里塚ワンパック野菜	※協議中

- ・募集人数：特に制限を設けていません。
- ・※応募者多数の場合は抽選になります。
- ・※お子様連れでもOKです。
- ・※当日は、職員数名も同伴します。
- ・参加費：無料
- ・持ち物：汚れても良い服、帽子(日よけ)、長靴、水とう
- ・お申込み：参加申込書を提出いただくか、電話もしくはホームページから6/23(金)までにお申込み下さい。

-----キリトリ-----

### 第1回「ちょこっとお手伝い！野菜セット生産者の畑に行ってみよう！」参加申し込み書

※切6/23(金まで)

お名前 \_\_\_\_\_ 組合員番号 \_\_\_\_\_

参加人数 大人 \_\_\_\_\_ 人 子ども \_\_\_\_\_ 人

送迎の有無を○で囲んでください。

送迎あり ・ なし

参加したい 生産者をお選び下さい(1生産者まで)

- 1、土味農園(天池さん宅) 7月1日(土)10:00～12:00 場所：石岡市
- 2、宇治田農場 宇治田さん 7月1日(土) 10:00～12:00 場所：石岡市
- 3、清水農園 清水さん 7月8日(土)10:00～12:00 場所：坂東市
- 4、微生物農法の会 長島さん 7月8日(土) 10:00～12:00 場所：行方市

みんなの **せっけんコラム** #4

石けんと合成洗剤の違い ③

4. 人や環境への影響

☆ 石 け ん ☆

- ・石けんは人の肌に優しい洗剤。というのも、皮膚表面は弱酸性です。そこで、アルカリ性の石けん成分は中和されるので、「洗いすぎてお肌が荒れる」ということはありません。
- ・自然界にあるものだけで、無理な力を加えず作られています。合成化学物質など余計なものは加えません。

☆ 合成洗剤 ☆

- ・アレルギーを起こす恐れがあるため、表示指定されている成分が140種類も！あります (Σ(°Δ°))
- ・環境を守るためのP R T R法で有害成分に指定されているものが9種類 (((;°Δ°))))
- ※P R T R法については今後のコラムでお知らせしますね。
- ・たんぱく質変性作用があり、細胞を壊すことが指摘されています。肌表面でいえば、細胞膜を壊しながら奥深くへ入り込んでいくため、肌荒れなどのトラブルが起こるのです。
- ※『経皮毒』についても知っておいて欲しいことなので、今後お知らせしますね。

次は「5. 排水が川に流れると…」 「6. 販売量」です。(担当 といだ@常総市)



イラスト  
やまがみあやの



**パックスナチュロン使ってみよう！キャンペーン**  
◆◆◆ モニターさん募集 ◆◆◆

太陽油脂さんの台所用液体洗剤「パックスナチュロン 400 番」と、「パックス洗剤用液体石けん」の試供品を使ってみて、簡単なアンケートにお答えください。アンケートの回収は 8 月末を予定しています。

ご応募は、石けんを使うのが初めてな方、苦手な方から石けんの達人まで組合員さんならどなたでもOKです！

色々なご意見をいただきたいと思っております。お気軽にご応募ください。

【申込先】 常総生協 電話:0297-48-4911 FAX:0297-45-6675

※申込締切 6/26(月) 40名様分。応募多数の場合、抽選になります。



台所用:カタログNo.814  
洗濯用:カタログNo.782  
の試供品です

「パックスナチュロン モニターさん募集」 申込書

お名前 \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_

コース名 \_\_\_\_\_ 班名 \_\_\_\_\_ 組合員番号 \_\_\_\_\_

石けん洗剤使用歴 初めて ・ 以前に使用 ・ 現在使用中 年目 \_\_\_\_\_

僕たちも作ってみましたー♪

6月7日(木) 供給職員みんなで「しそジュース」を作りました。



水や炭酸で割って飲んでもよし、寒天寄せにしてもよし。今年の夏はこれで決まり!

- 【作り方】
1. 赤しそは葉をもいでから洗って水けをふきとる。
  2. 鍋に酢を入れて火にかけ、赤しそを少しずつ入れ、色が出たらボウルに受けたザルにとり出す。
  3. ボウルに受けた汁と、ザルにとり出したしそを絞った汁を鍋に戻す。
  4. 砂糖を加えて煮溶かし、粗熱がとれたら熱湯消毒した瓶に入れて保存します。

★絞った赤しそも無駄にしない! 絞りかずに大変身!!

絞った赤しそを天日干しし、2~3日干すとカラカラに乾燥したら完成。包丁で刻んだり、すり鉢、ミキサーなどを使って細かくする。お好みで塩を混ぜて完成。

**供給職員がみんなで集まって「しそジュース」を作ってみました。新人職員も初めての「しそジュース」作り。先輩職員の姿を見て、学びました**

赤しそはカロチンを多く含み、その他ビタミン類、カルシウムが豊富な上に、抗酸化作用の強い、アントシアニンなどのポリフェノール類も含まれ、アレルギーを抑える効果があるともいわれています。お酢との相乗効果で疲労回復にも最適です。他にも整腸作用、食欲増進、風邪予防など、まさに夏バテ予防にピッタリです。僕たち供給職員でも簡単にできました。皆さんも夏バテ対策に是非お試しください。今回事前学習したことを、皆さんに広めていきたい、僕たち供給職員が講師となって、じょうそう夕市にてしそジュース講習会を開催します。上手に会を進められるか少し不安もありますが、できたての美味しい「しそジュース」を振舞えるように頑張ります。是非、皆さんお越し下さい。

**供給職員による、「しそジュース講習会」開催要項**

是非、友達もお誘いください♪

- 日時：7/1(土) 16:30-17:30 ※終了時間はあくまで予定となっております。
- 場所：常総生協本部 1F じょうそう夕市ブースにて行います。(守谷市本町 281)
- 参加費：なし。朝市で野菜など買い物して下さると嬉しいです。
- 持ち物：特になし。応援の気持ちを持ってきて下さると嬉しいです。
- 募集人数：人数の限定は特にありませんが、参加申し込みに記載していただくと、事前に把握できるので助かります。申し込み書締め切りは前日の **6/30(金)まで**。

-----キリトリ-----

**7/1(土)「しそジュース講習会」参加申し込み書**

**※切 6/30(金まで)**

お名前 \_\_\_\_\_ 組合員番号 \_\_\_\_\_

参加人数 大人 \_\_\_\_\_ 人 子ども \_\_\_\_\_ 人

議案書ダイジェスト③ ～2016年度決算報告（損益計算書 / 貸借対照表）～

**損益計算書**  
自：2016年(平成28年)4月1日 至：2017年(平成29年)3月31日  
(単位:円)

科目	金額	
常総生活協同組合		
I 供給事業		924,051,877
供給高		
供給原価		
期首商品棚卸高	11,974,987	
仕入高	673,169,981	
合計	685,144,968	
期末商品棚卸高	12,319,264	
供給剰余金		672,825,704
II その他事業収入		251,226,173
共済受託収入	3,430,655	
その他受取手数料	44,795	
その他事業収入計	3,475,450	
事業総剰余金		254,701,623
III 事業経費		
人件費	159,494,730	
(退職給与引当繰入金)		
物件費	130,980,236	
事業剰余金		△ 35,773,343
IV 事業外収益		
受取利息	10,663	
受取配当	118,378	
雑収入	6,404,724	
基本料	17,400,400	
事業外費用		23,934,165
繰延資産除却費	35,468	
支払利息	773,729	
雑損失	1,302,880	
経常剰余金		2,112,077
		△ 13,951,259
VI 特別利益		
放射能対策支援	831,600	
貸倒引当金戻入益	800,000	
災害支援戻益	2,256,804	
賞与引当金繰入益	3,000,000	
前期損益修正益	5,814,095	
		12,702,499
VII 特別損失		
固定資産除却損	2	
前期損益修正損	78,870	
貸倒引当金繰入損	800,000	
原発特別損失	1,657,054	
災害支援損失	2,334,045	
賞与引当金繰入損	3,000,000	
		7,869,971
税引前当期剰余金		△ 9,118,727
法人税等充当金		0
当期利益		△ 9,118,727

**貸借対照表**  
(2017年(平成29年)3月31日現在)  
(単位:円)

常総生活協同組合		常総生活協同組合	
(資産の部)		(負債の部)	
I 流動資産	142,843,439	IV 流動負債	138,668,031
現金・預金	34,317,312	賞掛金	110,423,172
事業未収金	96,073,353	未払費用	10,167,589
商品	12,319,264	法人税引当金	0
未収入金	854,197	賞与引当金	3,000,000
前払費用	57,140	未払消費税	5,355,100
立替金	22,173		
貸倒引当金	△ 800,000	預り金	2,546,375
II 固定資産	344,441,601	出資充当預り金	7,175,795
1.有形固定資産	289,398,413	V 固定負債	61,538,597
建物	152,590,302	長期借入金	55,984,000
構築物	1	退職給与引当金	5,554,597
車輛運搬具	8	◎ 負債合計	200,206,628
器具備品	28,092,770		
建物付属設備	46,396,278	(純資産の部)	
土地	62,319,054	VI 組合員資本	287,201,382
2.無形固定資産	8,241,811	出資金	312,265,000
ソフトウェア	2,189,837	法定準備金	0
借地権	6,051,974	任意積立金	0
3.その他の固定資産	46,801,377	損失金	△ 25,063,618
関係団体出資金	19,505,400	繰越剰余	△ 15,944,891
差入敷金	348,000	(内 教育事業繰越金)	(0)
差入保証金	7,474,351	当期損失金	△ 9,118,727
保険積立金	798,720		
長期前払費用	0		
預託金	66,150		
生産者支援基金	18,608,756		
III 繰延資産	122,970	◎ 純資産合計	287,201,382
公共施設負担金	122,970	負債・資本合計	487,408,010
資産合計	487,408,010		

【2016年度 事業報告書】(議案書決算書形式)

(事業の結果)

1. 購入事業 9.24 億円 前年比 100.4% (計画比 94.6%) 経常剰余△ 1,395 万円
2. 共同購入加入 398 名 (計画比 61.2%) に対し 脱退 224 名と純増 174 名。
3. OCR 発行枚数は、前年を上回るが、個人利用 状況は、週当たり 5,852 円、利用点数 14.62 点、 注文書回収率 87.76%と前年を下回りました。

(事業の評価)

1. 計画には届かなかったものの、2009 年度より 減り続けていた供給高と組合員数ともに前年度 を越えることができました。
2. 650 名の組合員を増やすことを重要課題とし、 理事、組合員、職員が連携した仲間づくり活 動が生まれた。また、ホームページ、SNS 等 WEB 媒体を利用した広報活動も効果が見られ ました。
3. 地域別の曜日配置にコース改編を実行。仲間づ くり・組合員活動を供給職員同士たすけあう体 制をしきました。
4. 岩瀬牧場法人化。一歩進んだ生産と消費の関係 づくりを進めました。
5. 組合員の台所の知恵の交流会も継続され、新た

- な組合員が講師になった交流会も生まれた。「憲 法」「歴史」と組合員が主体となった学習会も 始まりました。
6. 「GM 食品と農薬」公開講座を開催。印西市荒 井農園の「水田空中散布中止をお願いする署名」 を実施し、提出しました。
  7. 放射能対策 6 年目、生産圃場の土壌検査継続、 主要穀物の精密検査は 61 検体実施。ストロン チウム・トリチウムの食品汚染調査を進めるが、 測定にかかる時間が 1 ～ 1.5 年で依頼した結 果がまだ届かない状況です。
  8. 熊本地震、台風 10 号岩泉町土砂災害に対し、 昨年の常総市水害での支援活動の経験を生かし た活動が行えた。また、今後の新たな災害に備 えた「JOSO・たすけあい基金」を設立しました。

【教育事業】

1. 組合員による料理教室
2. 「平和の集い」活動より憲法と歴史の市民公開 講座の開催
3. 脱原発とくらし見直し委員会主催ミニ学習会 稲葉恭二先生料理教室
4. 「GM 食品と農薬」を学ぶ市民公開講座
5. 幼稚園等食育活動



今、沖縄で何がおこっているの？高江の森、ジュゴンが泳ぐ海

# やんばるの森・辺野古の海

2017年

6月28日(水) - 7月2日(日)

10:30 ~ 16:30 (最終日は15:30まで)

つくば市民ギャラリー  入場無料

茨城県つくば市吾妻2-7-5 中央公園レストハウス内  
つくばエクスプレス「つくば駅」(秋葉原から45分) A2 出口徒歩5分

新聞記者とゆんたくツアー



7月1日(土) 13:30 - 15:30

資料代 500円

場所：つくば市民ギャラリー内

お話：西江昭吾さん(沖縄タイムス東京支社報道部長)

主催：沖縄に学ぶ茨城の会

後援：土浦市教育委員会

協賛：常総生活協同組合

資料提供・協力：沖縄県、名護市、日本友和会、ゆんたく高江、沖縄県立博物館・美術館

「ヘリパットいらない」住民の会、沖縄パンフレット作成委員会

連絡先：090-1732-9156 (関谷) 080-5654-4179 (都留)

### プロフィール

1975年、那覇市生まれ。九州大学を卒業後、1999年に沖縄タイムス社入社。以来、編集畑を歩み、中部支社、社会部(警察担当)、東京支社(防衛省・内閣府担当)、政経部(基地担当)、社会部フリーキャップ、社会部デスクを経て今年4月から現職。



# 写真展+トーク

新聞記者とゆんたくトーク



主催：沖縄に学ぶ茨城の会  
<https://www.facebook.com/okinawamanabu/>

～ 今、沖縄で何がおこっているの？ ～  
ヤンバルクイナの住む高江の森  
ジュゴンがおよぐ辺野古の海

おりがみで  
ジュゴンを作ろう

**\* 入場無料**

# 『沖縄は今！ やんばるの森・ 辺野古の海』



写真パネル展示と DVD(随時上映)

2017年6月28日(水)  
～7月2日(日)

場所：つくば市民ギャラリー

(茨城県つくば市吾妻2-7-5 中央公園内)  
10:30～16:30 最終日は15:30まで

沖縄タイムスの西江記者と  
ゆんたく(おしゃべり)

2017年7月1日(土)

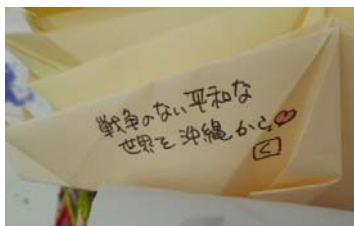
場所：つくば市民ギャラリー

13:30～15:30 \*資料代500円  
(高校生以下無料)

お話：西江昭吾さん  
沖縄タイムス東京支社報道部長

ミニ写真展(6/11～7/9)

6/11 取手ウェルネス常総生協  
6/11 龍ヶ崎市馴染柴コミセン  
6/18 つくば市豊里 母親大会  
6/24 土浦市二中地区公民館  
7/2 取手一高 県母親大会  
7/8・9 牛久総合福祉センター



\*ちよこっとボランティア募集中!! ご連絡下さい!  
パネル展示作業、市民ギャラリーでの受付係りなど  
ほんのちょっとした時間でもお手伝いお願いします♡

問い合わせ先：tel 090-1732-9156 (関谷) [kaco.ppe@gmail.com](mailto:kaco.ppe@gmail.com)