

# よつ葉だより

2020年  
2月3日号  
No.590

地産地消～いのちと健康



くらしを守る～

よつ葉生活協同組合

## 「香害をなくす運動」を全国に広げましょう!

### 香害とは

柔軟剤、芳香剤、消臭除菌スプレー、制汗剤、合成洗剤など、強い香りを伴う製品によって起きる健康被害が「香害」です。頭痛、めまい、喘息、吐き気、アレルギーなど様々な症状に悩まされます。特に近年、化学合成した香料をマイクロプラスチックに仕込み、長時間香りが持続するような商品が多く出回るようになり、被害を訴える人が増えています。化学物質過敏症(CS)を発症するきっかけにもなり、全国の自治体で「香料自粛」をすすめる動きが始まっています。

### 地方議会での陳情や意見書採択も

地方議会でCSや香害について、議題として取り上げる動きもあります。特に香害は、全国47都道府県中21都道府県で論議されましたが、「国の基準がない中で条例は作れ

ない」と回答する自治体も少なくありません。しかし、自治体独自の条例が作れないまでも、国への意見書を提出しようという活動も始まっています。意見書の内容は、香料自粛の啓発、柔軟剤・消臭剤などの香料成分の表示の義務付け、相談窓口の設置などです。それぞれの地域で多くの市民が声を上げることが、地方自治体やメーカーを動かす草の根運動につながります。

「香害をなくす連絡会」を発足した日本消費者連盟の香害アンケートを2ページでご紹介しています。皆様のご協力をお願いいたします。ご回答いただいたアンケートは3月6日までによつ葉生協へ配達日にお渡しください。まとめて日本消費者連盟へお送りします。WEB版アンケートでも参加できます(P2参照)。

理事長 倉持

## 香料(柔軟剤・整髪料など)自粛のお願い

## 強い香りに苦しんでいる人がいます



### <ご存じですか?>

柔軟剤、洗剤、消臭スプレー、シャンプー、整髪料等の香料で健康被害を訴える人が増えています。香料で化学物質過敏症を発症したり、アレルギー、喘息、咳喘息、頭痛他さまざまな辛い症状を誘発され苦しんでいます。香料の自粛にご協力をいただけますと幸いです。

### <香料とは>

10～数百種の物質を混合し、さまざまな溶剤も添加して作られており、これらの中には、神経毒性、内分泌攪乱物質、発癌性、発癌促進作用などを有するものがあります。

### <化学物質過敏症とは>

一度に大量の化学物質にさらされたり、低濃度の化学物質に繰り返しさらされると化学物質過敏症を発症することがあります。いったん発症すると、その後は極微量の化学物質でも過敏症状を起こすようになり、頭痛やめまい、吐き気、目のかすみ、鼻炎やアトピー様症状、倦怠感や筋肉の痛み、鬱、記憶力・集中力の低下等の体調不良に悩まされます。日本では軽度の人を含めれば、10人に1人が何らかの化学物質に対する過敏症状があるといわれています。

(施設名)拡大印刷して、施設出入口付近や掲示板、待合室等に掲示してください。

## 香りの被害についてのアンケート

以下の質問で、あてはまる項目に○をつけてください（複数回答可）

1. 香りつき製品（柔軟剤や合成洗剤、消臭剤など）のにおいで  
具合が悪くなったことがありますか？

A：ある

- ・どんな製品ですか

柔軟剤、香りつき合成洗剤、除菌・消臭剤、香水、制汗剤、アロマ、不明  
その他具体的に（ ）

- ・具体的な症状は？

頭痛、吐き気、疲労感、呼吸困難、めまい、ぜん息、咳、下痢、思考力低下、  
目の痛みや充血、湿疹、鼻の粘膜の痛み、鼻血、うつなど精神症状、筋肉痛  
その他具体的な症状（ ）

- ・どんな場所ですか？

乗り物の中、隣家から洗濯物のにおい、職場、店、公共施設、病院、学校  
その他（ ）

B：ない

※「A：ある」と答えた方に伺います。

- ① 香りの被害で、仕事を休んだり、職を失ったことがありますか？

あるいは、学校に行けなくなったことがありますか？

- ・ある（具体的に ）
- ・ない

- ② 香りの製品や場所から離れると、体調が改善しますか？

・はい ・いいえ しばらく体調が悪い状態が続く（ ）

2. 香りを長く持たせるために、柔軟剤などの製品にマイクロカプセル(※)が入っていることを  
知っていますか？（※香りを持続させるために香料を包んでいる微小のカプセル）

A：はい B：いいえ

3. あなたは、香害の対策を求めますか？

A：はい どのような対策ですか。（複数回答可）

- 住まいにおける香りつき製品の使用自粛
- 職場、学校、公共施設、乗り物、飛行機、店舗、医療施設などでの香り自粛
- メーカーの香りつき製品の販売中止、開発中止
- 柔軟剤などの家庭用品へのマイクロカプセル使用中止

B：いいえ

◎回答者の年齢（低年齢の場合を含め、記入者ではなく対象者の年齢）

10歳以下、10代、20代、30代、40代、50代、60代、70歳以上 性別：男 女

居住：都道府県名と市町村名（ ） 居住環境：戸建て、アパート、マンション

アンケート実施団体：香害をなくす連絡会

アンケート送り先：日本消費者連盟（郵送、fax、e-mailいずれも可）

〒169-0051 東京都新宿区西早稲田 1-9-19-207

tel：03-5155-4765 fax：03-5155-4767 mail：office.j@nishoren.org

★WEB版アンケートはこちら<<https://bit.ly/2Q3BWMS>>

## 参加してみませんか



これは、遺された  
「一軒の家」をめぐる  
ある家族の  
“命”の物語。

2011年3月11日午後3時40分  
福島県沿岸に押し寄せた津波、  
そして原発事故—。  
見捨てられた命が、そこにはあった。

舞台は、福島第一原子力発電所の北22km。津波に見舞われた福島県南相馬市萱浜(かいはま)地区。消防団員の上野敬幸さんは両親と子ども2人を津波で流され、必死に捜索を続けていた。その最中、福島第一原発が爆発した。



### 上映会「Life 生きてゆく」

日時：3月8日(日) 14:00 (115分)

(受付 13:30~14:00)

会場：小山市立生涯学習センター (小山駅前ロブレ6F)  
(栃木県小山市中央町3丁目7-1)

参加費：無料 定員：50人 託児：なし

主催：文化委員会 締切日：2月28日(金)

問合せ：よつ葉生協 組合員活動室 須田 TEL 0120-07-1613

☆当日参加OKです。

——映画「Life」からのメッセージ—— 撮影開始から5年半をかけて完成したこの映画は津波と原発事故がもたらした福島の“知られざる悲しみ”を伝えます。ゆっくりと乗り越えるように歩み、前を向く上野さん一家。その姿は、私たちに問いかけます。家族とは何か—、そして生きることとは—。 監督 笠井千秋

## 文化イベント情報

■各イベントのお問い合わせは、直接主催者または連絡先をお願いいたします。



ドキュメンタリー映画

### ぼけますから、よろしくお願ひします。

群馬県上映会

人生100年時代、少子高齢化が進み、認知症も老々介護も他人事ではない。全国で異例のヒット作となっているドキュメンタリー映画「ぼけますから、よろしくお願ひします。」テレビの秀作ドキュメンタリーで知られる信友直子監督の劇場公開初監督作品。県内でこれから5カ所の上映が予定されている。

#### 母、87歳、認知症。父、95歳、初めての家事。

娘である信友直子監督の視点から、認知症の患者を抱えた家族の内側を丹念に描いたドキュメンタリー。2016年9月にフジテレビ/関西テレビ「Mr.サンデー」で2週にわたり特集され、大反響を呼んだ。その後、継続取材を行い、2017年10月にBSフジで放送されると、視聴者から再放送の希望が殺到。本作は、その番組をもとに、追加取材と再編集を行った完全版である。娘として手をさしのべつつも、制作者としてのまなごしを愛する両親にまっすぐに向けた意欲作。

### 県内上映日

時間：①10:30~ ②14:00~ ※時間は全会場共通

料金：当日券のみ 大人1,300円 高校生以下 1,000円

- |           |                     |               |              |
|-----------|---------------------|---------------|--------------|
| ・3月10日(火) | 桐生市中央公民館(490席)      | 桐生市稲荷町1-4     | 0277-47-4343 |
| ・3月16日(月) | 前橋市民文化会館大ホール(1268席) | 前橋市南町3-62-1   | 027-221-4321 |
| ・3月17日(火) | 太田市藪塚本町文化ホール(509席)  | 太田市大原町505-2   | 0277-78-0511 |
| ・3月18日(水) | 伊勢崎市境総合文化センター(708席) | 伊勢崎市境木島818    | 0270-76-2222 |
| ・3月20日(金) | 高崎市榛名文化会館(507席)     | 高崎市上里見町1072-1 | 027-374-5001 |

### ☆特別優待☆

この冊子を当日受付でお見せ下さい。大人1,000円、高校生以下 800円の優待価格で鑑賞いただけます。 主催・問合せ：栃木県映画センター 090-9686-8045

～ふみさんの日々のかんたん れしぴ～

**だしつゆ使い方アレコレ!!**

よつ葉生協オリジナル「よつ葉のだしつゆ」は安心な国産材料で丁寧に作られた、とても便利な調味料です。

希釈する割合を変えると、様々な料理を作るのに役立ちます。

冷蔵庫に1本あると安心!「よつ葉のだしつゆ」を常備してみませんか。



**☆まずはコレ!!寒い冬に美味しい『あったかおでん』**

**だしつゆ 1 : 水 15** (我が家では大鍋にだしつゆ 100cc 水 1.5Lを入れます)

冷たいうちに干し椎茸・昆布と大きめにカットした大根・人参・蓮根と、こんにゃく(しょうちゃんのかくめき)を加え火にかけます。湧いてきたら弱火にし、油あげやがんも、厚あげなどの大豆製品、おでんセットなどの練り物も加えます。後はじっくりじっくり煮込むだけ!!

下ゆでなしのおでんは野菜のうまみがだしになり、簡単なのにとても美味しくオススメです。

玉ネギやキャベツを芯からはずれないように切って加えるのもオススメ。ウイナーを加えたりと具材のアレンジは自在です。ぜひご家庭ごとの組み合わせのおでんをお楽しみ下さい♪

**☆『煮物』**

**だしつゆ 1 : 水 6**

- すぐに作りたい!  
<具材例>
- ・えのきだけ+油あげ
  - ・しいたけ+がんも
  - ・キャベツ+しめじ+じゃこ
  - ets...

**じっくり煮込んで**

- ・筑前煮
- ・さつま芋+油あげ+玉ネギ
- ・イカと里芋
- ・大根と豚肉

・煮汁は材料により、少なくとも多くてもOK。  
忙しい時は煮汁を少しにして火の通りやすい具材を入れるとすぐに一品できますよ!

・葛粉や片栗粉でトロミをつけると冷めにくく、体もあたたまるのでオススメです。

・うどんやそばのあたたかい汁として使う時もこの割合でOK。  
人参・大根・ネギ・油あげなどを入れて煮れば完成です!

**☆魚や肉の照り焼きに**

**だしつゆ 1 : 水 1**

しっかり焼いた後からめます。きのこなどを一緒に入れても♪

**☆煮魚には**

**だしつゆ 1 : 水 2**

魚は切り身でも 鮮魚セットの一尾そのままでもOK。一度お湯をさっとかけて臭みをとってから煮汁で煮ます。生姜一切れ入れるとより味がします。

**☆きんぴらの味付けにも** **だしつゆ 1 : 水 2**

- 定番!
- ・ごぼうと人参
  - ・大根と人参
  - ・れんこん
  - ・さつまいも+黒ごま
  - ・かぼちゃ+白ごま
  - ・こんにゃく
  - ・切り干し大根
  - ・きのこ
- 春に
- ・新じゃが
- なったら
- ・アスパラ
- 夏に
- ・ピーマンとじゃこ

☆そのままかける! → 冷奴・納豆・お浸し など  
すりごまと一緒にかけて  
ごま和えもオイシイ!



**共通申込書**

希望する行事名に  してください  
 上映会「Life 生きてゆく」

会員コード	氏名
住所	
連絡のつきやすい電話番号☎	
参加人数 (大人) 組合員	人 ※同居の家族は組合員に含みます
(大人) 組合員以外	人
(小・中学生)	人 歳 歳 歳
(未就学児)	人 歳 歳 歳
参加者のアレルギー	無・有 ( )

託児: 6カ月以上のお子様から 人 歳 歳 歳 歳  
お子さんのアレルギー 無・有 ( )

備考欄

ご意見・ご感想をお寄せください。お名前と組合員番号をご記入の上、共同購入注文書またはお手紙でお願いします。掲載の方には粗品をプレゼントいたします。※掲載するにあたって事前ご連絡をすることはありませんので、ご了承ください。

**東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告 (1月4週分)**

ご協力ありがとうございます。  
組合員さんの温かいお気持ちが今週も寄せられています (単位: 円)

放射能から子どもを守る募金 (900番)	5,400
震災孤児を支援する募金 (910番)	13,600
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	7,000
<b>合計</b>	<b>26,000</b>

共同購入注文書裏の「10品以上の記入欄」に該当番号と数量をご記入ください。WEB注文の場合は、左側「企画商品」内の「復興支援募金」をクリック。一口100円の募金になります。

●編集・発行よつ葉生活協同組合 小山市栗宮 1223

☎0120-07-1613 TEL 0285-45-9100 FAX 0285-45-9101

HP <http://yotsubacoop.jp/>

よつ葉だよりメールアドレス [yotsubadayori@yahoo.co.jp](mailto:yotsubadayori@yahoo.co.jp)

