



よっ葉生協が関わる SDGsの 17 目標

SDGs（エスディージーズ；持続可能な開発目標）は、2015年に国連総会で採択された「世界の目標」です。異常気象や自然環境の破壊、貧困格差の広がり、多発している紛争など、現代社会が抱えるひずみを減らし、より良い未来のために2030年までに達成をめざす17目標が設けられました。

SDGsは、ひとりひとりを大切にする生協の理念や事業と重なり合っています。協同組合は助け合いの精神のもと、共通した目的のために市民が活動に取り組んできた歴史があります。

コロナ禍が長期化しており、すべての人のために、すべての国と人による行動がさらに求められています。生協組合員である私たちは、身の回りの問題を「じぶんごと」として捉え、解決に向けてできることはなにか？と意識したいですね。

よっ葉生協の取り組みとSDGsの関わりをまとめました。17の目標は、それぞれが関わり合っていることがわかります。

（組合員活動常任理事 三輪）

17 パートナリシップで目標を達成しよう



パートナーシップ

- すべての目標の達成のために、さまざまな団体と連携して事業を進めています
- 協同組合どうして協力しています。農業・漁業協同組合、県生協連合会など多岐にわたります
- 自治体や、NPO等（民間稲作研究所など）と連携しています

経済

- 生協として健全な経営に努めています
- 農家と製造業者の連携によるオリジナル商品の開発と普及を進めています
- フェアトレード商品を取り扱います
- 産直事業や有機農業を推進します
- フードバンク ○リサイクル ○各種募金への協力

12 つくる責任 つかう責任



8 働きがいも 経済成長も



9 産業と技術革新の 基盤をつくろう



10 人や国の不平等を なくそう



環境・自然

- 地産地消、有機農業、石けん利用を推進します
- 日本産、近海魚、天然魚の取り扱いが基本です
- なたね油の自給につながる菜の花プロジェクト（小山市など）に参画します
- 本部では太陽光発電をしています
- 「くらら」で竹紙や植物性インクを使用しています

14 海の豊かさを守ろう



15 陸の豊かさを守ろう



6 安全な水とトイレを世界中に



7 エネルギーをみんなにそしてクリーンに



13 気候変動に具体的な対策を



社会

- 商品のお届けを通じて、組合員やよっ葉に関わる全ての人の暮らしに寄与します
- CO-OP 共済事業が助け合いにつながっています
- 地域見守り活動や災害の被災者支援を続けています
- 栃木・茨城・群馬の3県や各県生協連とともに、健康チャレンジ事業に取り組んでいます
- フードバンク等支援、お困りごと支援（おたがいさま、くらしの電話相談など）
- 組合員活動や文化活動、食育活動
- 健全な理事会運営 ○男女共同参画事業への協力 ○各種募金への協力
- 平和運動・研修 ○消費者団体会員としての活動 ○署名活動

3 すべての人に健康と福祉を



5 ジェンダー平等を 実現しよう



1 貧困をなくそう



2 飢餓をゼロに



4 質の高い教育を みんなに



11 住み続けられる まちづくりを



16 平和と公正を すべての人に



産直委員会発

○今年は、気温・天候ともに季節が早めに進んでいる傾向で、全体的に生育状況も早めで推移しています。5月中旬の長雨の影響も、今のところありません。

○4月の関東と長野の霜・連休明けの青森の霜により、夏の果物（梨・さくらんぼ・りんご）の収量不足が予想されています。詳しい産地・果物の状況は後日お知らせします。



○産直おすすめ！トマトの旬は、春から初夏

6月4週 よりスタート

田島さん有機栽培 箱入りトマト (2kg 1285円)

有機栽培で価格もお手頃。なによりとっても美味しい！！

遠方からの運搬だと、運搬費が価格に反映され品質にも不安がありますが、価格をお手頃で販売できるのは、産直の強み！

よつ葉生協のトマト：赤くなってから収穫、収穫日の翌々日にお届け

スーパー等のトマト：青いまま仕入れ、赤くなるまで置いてから販売

6月5週のくらら表紙では、産直トマトの特集をしています。生産者と品種が異なるので、じっくり選んで食べてみて下さい。
(産直委員会担当理事 針谷)



よつ葉のおからで食物繊維たっぷり！無駄にしない！簡単！レシピ

～ヨシコシ食品（栃木県佐野市）の美味しいおから（1袋 300グラム）を使って～

おからナゲット

材料：おから 100g

つくば茜鶏モモ肉 300g

卵 1個

マヨネーズ 大さじ1

塩コショウ 少々

小麦粉



「おからナゲット」

こちらはよつ葉だより No645 でレシピを紹介した「まん丸おからコロッケ」

①鶏モモは、1センチ角位にあらくカットする。

②↑こちらに、全ての材料（おから、卵、マヨネーズ、塩コショウ）を入れて混ぜる。

③小麦粉を振りかける。

④170度の油で5～6分揚げる。

おからチーズバーグ

材料：おから 100g

ハンバーグ用合挽 300g

卵 1個

塩コショウ 少々

お好みでチーズ



①おから、肉、卵、塩コショウを混ぜ合わせる。

②空気を抜きながら大判型に形成して、油を敷いたフライパンで両面焼く。

③好みにチーズをかけてオーブンで焼く。又は、タネの中にチーズを入れて焼く。

※うちの子どもは、野菜無しハンバーグが好きで、おから入りは、物足りないのかチーズをプラスすると良く食べてくれます♪
(小山地区 都竹さん)

7月1週 **310** 国産大豆 おから



☆ナゲットを手作りしない時はこちらも
おススメ！

7月1週 **351**

「よつ葉の台所
カントリーチキンナゲット」

(時田豆腐店(栃木県栃木市)
のおからを使用)



ヘチマ通信④

環境委員会のへちまの種へのたくさんのご応募ありがとうございました。130 名の方に発送させていただきました。いつでもへちま通信へのご感想をお待ちしています。
昨年、環境委員が作ったへちまタワシの作り方を報告します。



鍋で煮る方法

11 月上旬に立派に育ったへちまの様子をみていましたが、へちまの下部分から腐り落下してしまいました。他の青いままのへちまを収穫し、鍋で煮る方法を試しました。大きな鍋を用意し、たっぷりのお湯を沸かし、そこへ輪切りにしたへちまを入れて 30 分ほど煮ます。へちまは浮かんでくるのでボールを重しがわりに載せました。粗熱が取れてから取り出すと簡単に皮がむけます。タネもそのときに取り除きます。水気を絞り天日干しにします。カラカラに乾いたら完成です。
(皮ごと煮るので、出来上がったタワシは皮の色がつかしました。このまま台所でスポンジがわりに使うと白くなってきました。)



自然乾燥方法

12 月下旬にまだすべて茶色くならず、ぶら下がっているへちまを全部収穫しました。へちまの下部分にはまだ水分が残っているので重いです。そのまま外に置いて乾かしておきます。その残りの水分のためか、地面に面している部分がカビてきたので、慌てて今度は陽があたるところへ立てて乾燥させました。
様子をみながら、まんべんなく陽があたるように回転させ、水分が抜けてきたところで皮を剥いて更に乾燥させます。全て皮が剥けてしっかり乾燥させてからタネを採ります。
へちまを縦に振ると下からタネが落ちてきて採れます。この作業は楽しかったです。熟している黒いタネを選別しました。
(環境委員会)



環境委員がへちまタワシを使った感想

- *お風呂で体洗いに使用しました。初めは硬いように思いましたが、今はとても気持ち良いです。食器洗いにはスポンジよりしっかりしていて洗しやすい。(高瀬)
- *へちまタワシ、すごく立派で使い心地は濡れると程よく柔らかくなって使いやすいなと思いました。(高際)
- *比較的汚れが酷い場所が使いやすかったです。金タワシのような感覚。排水溝のヌメリやお風呂場のタイル黒カビに使っています。初めて使った時は、茶色い水になり結構細かいゴミが出てちょっと焦りましたが、それはすぐなくなりました。細かい角の汚れは洗にくい気がしました。(都竹)
- *風呂場掃除にガシガシ洗え、水垢がきれいになるような気がして良かった。ドアのしつこい汚れが落ちた。浴槽の側面の汚れがよく落ちた。踵を擦りたい。(都竹友人)
- *へちまタワシは、青さが残る実を鍋で煮たり、カラカラになるまで乾燥させてから皮を剥いたりしてつくりました。タワシを何個も使っているうちに、使用感の違いに気が付きました。つくり方によって変わるようです。ぬめりがあるタワシもあり、これは、肌当たりが柔らかく滑らかで気持ちがよかったです。
台所のタワシ使いでは、一番きれいになると感じたのがガラスです。アクリルスポンジでは取れない汚れがすっきり落ちます。また、食器を洗った後のタワシの乾きが早く、カビの心配がないです。(増山)

- *私は細い方が使いやすかった。汚れが落ちやすくタワシの水切れが良く扱いやすい。ゴシゴシ洗っても一般のスポンジよりタワシがへたらず長持ちする。使って良かったです。(町田)
- *マイクロプラスチックは出ないし、環境に良いですね。また意外と早く柔らかくなりました。汚れも、油物以外は、洗剤使わずに良さそうです。少し触った感じが、ぬるぬるするのが違和感でした。ぜひ商品化して欲しいですね。(山口)
- *鍋で煮たタワシは、きれいではありませんでしたが、台所で皿洗いに使っていると白っぽく自然な色になりました。使い始めはゴワゴワしていますが、数回使うとなじんで使いやすくなります。へちまの穴が、台所石けんを泡立ちやすくしてくれました。夫は皿洗いで使い心地が良かったため、風呂掃除の時も大きめのへちまでやってみたいと言ってやってくれました。へたりは早いようです。たくさんあったへちまタワシもどんどん少なくなってきたので、今年はたくさん取れるといいなと思っています。またタワシを使いやすい大きさに縫いあわせていくというものを見ていたので、今度試してみようと思います。友達にタワシをプレゼントしたところ、ご主人が体洗いに使ったらとても良かったので、ぜひ育ててみたいので種を分けて欲しいといわれました。(山本)
- *自然に戻るものなので、スポンジのマイクロプラスチックを気にしないで使えるのは良いです。硬いものはシンクや鍋などに、柔らかいものは食器洗いに用途を分けて使えます。(鶴蒔)

〈中央ろうきん〉からのお得なお知らせです！



ろうきん
イメージモデル
高梨 蘭

低金利の
“今”が
チャンス！

家計見直し
借換
キャンペーン

2021年4月1日(木)→2022年3月31日(木)

借換シミュレーション
実施でもれなく

500円分
QUOカード
プレゼント！

中央ろうきん
20th
Anniversary

借換により大きなメリットが出ることも！

対象条件 有担保ローン・無担保ローン(マイプラン含む)の
借換シミュレーションを実施された方

【留意事項】

※ホームページ上での借換シミュレーションはキャンペーン対象外となります。※
キャンペーン期間中、初めての借換シミュレーションのみを対象とさせていただきます。
※QUO カードはお一人様 500 円分までとなります。※中央ろうきん以外の
金融機関からお借入されているローンが対象となります。※その他のキャンペー
ンとの併用はできない場合がございます。※詳しくは〈中央ろうきん〉営業店までお
問い合わせください。

カードローン

カードローンは、
借換えた方が
いいのかな？

住宅ローン

住宅ローンの借換って
どのくらい
メリットがでるの？

お問い合わせ・ご相談はお近くの〈ろうきん〉へ

【栃木地区】

宇都宮支店/028-621-3251 宇都宮東支店/028-661-9531 足利支店/0284-73-0051 小山支店/0285-22-0597
栃木支店/0282-22-2092 矢板支店/0287-43-2424 鹿沼支店/0289-65-3600 佐野支店/0283-24-8185
真岡支店/0285-83-2111 宇都宮ロソンタ/028-600-6868 宇都宮東ロソンタ/028-660-7611 小山ロソンタ/0285-23-8139

【群馬地区】

前橋支店/027-252-5301 高崎支店/027-365-3333 高崎東支店/027-353-6111 桐生支店/0277-43-5301
太田支店/0276-46-5171 渋川支店/0279-22-1981 館林支店/0276-72-1131 伊勢崎支店/0270-25-4742
藤岡支店/0274-22-3333 安中支店/027-382-1821 群馬県庁出張所/027-223-2041 前橋東出張所/027-261-6111

【茨城地区】

つくば支店/029-852-6511 下館支店/0296-24-5221 土浦支店/029-821-6010 古河支店/0280-33-2400
水海道支店/0297-23-5115 石岡支店/0299-23-7557 下妻出張所/0296-43-6211 守谷ロソンタ/0297-21-1177

●イベント iDeCo・つみたてNISA オンラインセミナー

●日 時 7月10日(土) 10:00~11:30
オンライン開催(Cisco Webex Meetings を使用)

●内 容 ・「iDeCo」「つみたてNISA」って？
・税制優遇について
・早く始めるほど有利な積立投資

●講 師 頼藤太希氏 マネーコンサルタント

<セミナー参加までの流れ>

① URL より「参加申し込みフォーム」へアクセス

https://www.enq-plus.com/enq/chuo_rokin/tochigi2021/
申込締切：7月5日(月) 12:00

② ①の登録アドレス宛に、受付を完了した翌日までに招待メール
を送信します。内容を確認し当日までに視聴の準備をお願いし
ます。

③ セミナー当日は、ご自分の端末(PC、スマホ、タブレット)で
セミナーを視聴。

●問合せ 中央労働金庫 栃木県本部 セミナー事務局
TEL 028-622-4296(平日9:00~17:00)

中央ろうきん 栃木地区限定
視聴無料※先着順

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(6月1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)	11,100
震災孤児を支援する募金(910番)	36,200
「有機農業と国産種子」募金(920番)	15,700
合 計	63,000

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。

新型コロナウイルス感染症対策たすけあい募金報告(6月1週分)

ご協力ありがとうございます。

組合員さんの助けあいの気持ちが広がっています(単位:円)

栃木コロナ支えあい基金(860番)	10,700
群馬コロナウイルス対策募金(861番)	4,600
茨城誰かのために募金(862番)	600
合 計	15,900

共同購入注文書の該当番号に数量をご記入ください。

WEB注文の場合は、左側「企画商品・募金」内の「募金関連」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



ホーム
ページ



Facebook



Instagram