

# よっ葉だより

2021年  
11月15日号  
No.676

◆新型コロナウイルス感染症対策たすけあい募金◆



栃木県 860  
群馬県 861  
茨城県 862



## 新理事長が就任しました！

組合員の皆様には、日頃より生協事業へのご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。新型コロナウイルス感染症による世界的流行により、私たちの日常は大きく変わってしまいました。経済的な打撃も日々深刻化しており、1年半が経過した今も収束は見通せません。一方で生協の事業は、食料品をはじめとした生活物資を確実にお届けすることに努めています。

この間よっ葉生協では、2020年の総代会より理事長不在という異常事態となっておりますが、10月13日開催の第4回理事会において理事長を互選しましたのでお知らせいたします。

### よっ葉生協理事会

みなさま、こんにちは。このたびよっ葉生協理事長に就きました三輪(みわ)英理子と申します。コロナ禍という経験したことのない日常のなか、一組合員、一理事としてよっ葉生協に関わってきた私が、創立40周年を来年に控えて理事長という大きな任務をいただくことに身が引き締まる思いをしております。

私がよっ葉生協に関わるようになったのは、加入してすぐ委員会(組合員活動)へ参加したことがきっかけです。十余年にわたり3つの委員会に所属し、多くの組合員さんからよっ葉生協が大切にしている考え方を教わってきました。また私自身が農学部で学んだこと、農家出身ではないけれど勤めた農協で有機農業や慣行農業の実態を目にして理想や苦勞を垣間見、地元生協や市民と交流を持っていたことも、よっ葉生協の活動力に取り組む原動力になってきました。

よっ葉生協の理念「いのちと健康 暮らしを守る」は、組合員ひとりひとりのために掲げられています。これは今を生きる私だけでなく、これからを担う世代の人たちに引き継いでいくべきものです。私は、組合員の皆さん、生産者、業者の皆さん、働く職員、よっ葉生協に関わる全ての方が幸せと希望を感じられるように邁進することを使命として、ひとりでも多くの方によっ葉生協を知ってもらうこと、「よっ葉生協に入っていて良かった」「よっ葉生協があって良かった」と実感してもらえることを目指していきたいです。

現在、国内外では環境破壊、異常気象ゆえの災害が頻発し、所得など格差の拡大、生きがらさなど、いのちに直結する問題が露呈し、コロナ禍がさらなる拍車をかけています。脱炭素社会、原発ゼロ、戦争のない平和の希求、多様性の確保は恒久的な課題です。

課題が山積するこの社会で、よっ葉生協が真に必要とされ、期待される社会的役割を果たしていくには、常に足元を見て振り返る謙虚な姿勢が求められると感じます。また、組合員の皆さんにはよっ葉生協を継続して利用いただき、ご意見やアイデア、真摯なご指摘を届けていただくことがよっ葉生協の存続に欠かせません。富居現会長をはじめとした多くの先達から引き継いできたバトンを受け取って、役職員と一丸となって知恵を出し合い、力を合わせて活動に取り組んで参る所存です。

組合員の皆様におかれましては、今後もお力添えとご鞭撻のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

理事長 三輪 英理子



## 鎌田醤油さんとのオンライン交流会を開きました！ ～手作り味噌ってどうやってつくるの～ 10月21日(木)10時～ 参加者20名

よつ葉オリジナル調味料の味噌としょうゆを作っている宮城県の鎌田醤油の鎌田雅敬専務とオンラインにて交流しました。はじめに蔵の様子をまとめた動画を見ました。「時間」と「手仕事」という題名の通り昔ながらの作り方を大切に、丁寧に作られていることを実感！器具等洗うのも合成洗剤でなく石けんというこだわりもわかりました。その後鎌田専務から、会社の歴史、微生物の話やいろいろな思いをお聞きして、最後は参加者からの質問タイム。普段の「くらら」紙面では、知りえないことを知ることができ、ますます商品が好きになりました。来年、第2弾(1月20日)も予定していますのでまた多くの方に参加していただければと思います。

### \*鎌田醤油株式会社

宮城県遠田郡美里町、創業は天保年間1835年。7代目で酒造業から味噌醤油製造に。現在は13代目。江戸時代からの建物は、現在も仕込み場として使用。材料と古来の製法にこだわり時間と手間をかけている。よつ葉生協とは、2003年から。よつ葉オリジナル味噌を組合員とともに開発し、しょうゆ、だしつゆ、めんつゆ、ポン酢、有機味噌も開発。すべて国産材料。

### \*味噌、しょうゆ作りのコンセプト

「食事は自分への投資」自分の口に入ったものが将来の自分を作る。何を自分に投資するか、その選択肢、判断基準、考え方も伝えるのも鎌田さんの役目。

賞味期限より五感での判断が人間本来で自然。今は(昔の)普通が普通ではなくなっている。鎌田さんは「常に普通でありたいと思っている。」

### \*発酵、微生物のこと

味噌、しょうゆは、微生物と人間の共同作業による共同作品。蔵人は微生物が働きやすい環境を作っているだけ。

150年前の建物で、そこに棲む菌を守り、製造手法も先人の技と知恵を継いだものを継いでいくことが使命。

だしつゆ、ポン酢しょうゆなどの商品作りには、ホッとする安心感やあきのない親しみのある味、家庭で作れそうな味を心がけている。

### \*よつ葉オリジナル味噌

よつ葉の地元の味噌屋さんが縮小ぎみということで、商品開発委員会と開発。栃木の大豆も試作したが手に入れづらかったので、国産原料を手配したが簡単ではなく厳しかったというエピソードが。加熱や発酵止めのアルコール添加をしてないので、商品の袋に空気穴を入れた。



熟成味噌 20～30℃でしっかりと分解。割合は大豆10に麴8  
淡色味噌 30℃より高めで糖化させて甘みを出す。割合は大豆10に麴12～13

### \*手作り味噌について～質問に答えていただきました

- ・容器 プラスチック、ホーロー、かめ等  
かめは温度がダイレクトに伝わってこないのが良いが重いので、ホーローがおすすめ。  
大きさは2～3割大きいもの。できあがり7kgだと10kg用ぐらい。
- ・発酵の温度 25℃くらいが良い。直射日光のないところ。仕込みは最初は15℃ぐらいに1ヶ月置くとよい。
- ・仕込みの時に種味噌50gぐらい入れるとよい。種味噌は加熱やアルコールの入っていない美味しい良いもの。
- ・カビ 白い普通のカビ(産膜酵母)は大丈夫。大きければ取り除く。赤や黒いカビはその部分を取る。
- ・量 少なすぎる時は、タッパーやジップロック(空気を抜く)で作ることができる。
- ・大豆と麴の割合 大豆10に麴15まで大丈夫。増やした麴の10%食塩を増やす。  
仙台味噌は、大豆10に麴5

### \*よつ葉のだしつゆ、めんつゆの原材料にアルコールが入っているのはなぜですか？

醤油より塩分が低いので保存性をよくするため。使っているアルコールは遺伝子組み換えではない食品用で、焼酎と同じような95%のもの。甲類焼酎はこれをうすめている。

(理事 靄蒔)



鎌田醤油の工場様子をYouTube動画で見られます(約5分)  
(YouTube▶よつ葉生協 で検索)  
<https://www.youtube.com/watch?v=klj7idLtua0>



みそ原料の宮城県大豆が  
大きな釜でゆで上がったところです！  
(YouTube動画から)

# アクリルアミドって何ですか？

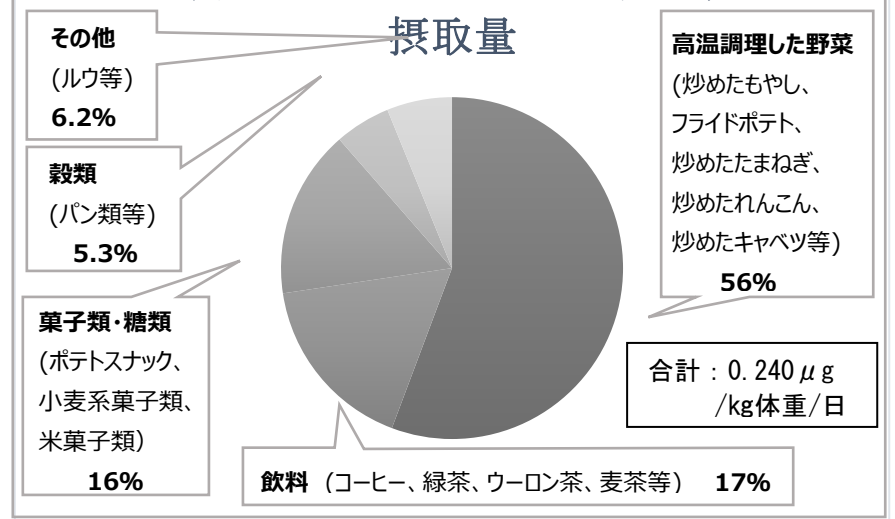
組合員さんから「アクリルアミドについて、よつ葉だよりで取り上げてください」とご意見をいただきました。先日開かれた「とちぎ食の安全ネットワーク」(事務局:栃木県生協連)の学習会「意図せず食品に含まれる遺伝毒性発がん物質の規制～フラトキシン、アクリルアミド、グリシドール、ほか～」で取り上げられましたのでお伝えします。(グリシドールについても今後掲載いたします。)

アクリルアミドは、紙力増強剤や土壌凝固剤、漏水防止剤などの建築材や化粧品などに用いられるポリアクリルアミドの原料として1950年代から製造されている化学物質で、遺伝毒性を持つ発癌性、中枢及び末梢神経毒性、生殖・発生毒性が明らかにされています。

この物質が、加熱調理した食品中にも広く含有されていることが2002年に発見され、研究の結果、アミノ酸の一種であるアスパラギン酸と、ブドウ糖などの還元糖が同時に含まれる(ほとんどの食品に当てはまる)時に、120℃以上の高温調理や加工工程で化学反応を起こし生成されることがわかりました。食品安全委員会の評価では、「公衆衛生上の観点から懸念がないとは言えない」と判断されています。

各食品の含有量の調査では、当初フライドポテトやポテトチップスが桁違いに高い数値を示しましたが、アスパラギン酸や還元糖の少ない原料を使ったり(還元糖が増えないように、ジャガイモは常温保存する)、出来るだけ低温で調理するなどの企業努力の結果、2006-7年度に比較して2013年度の調査では4割以上削減されたとのことです。他にも高い含有量を示す食品は、スナック菓子、ビスケットなどの焼き菓子、ケーキ・パイ、パン、シリアル、インスタント麺、麦茶・コーヒー・ほうじ茶など焙煎したもの、ナッツ類、チョコレート類等です。

## 日本人のアクリルアミド推定平均



出典: 食品安全委員会ホームページ

加熱時に生じるアクリルアミド評価に関する情報 (Q&A)

日本人のアクリルアミド摂取源の56%は、野菜炒めやフライドポテトなどの揚げ物です。油を使った揚げ物や炒め物はゆでたり蒸したりするよりも高温になるため、生成されやすいのです。しかし、加熱不足は食中毒のリスクを高めます。また、アクリルアミドは栄養を含む多くの食品に幅広く含まれているため、摂取量をゼロにすることはできません。摂取量を下げるコツとして、以下の点を心掛けましょう。

- 各種食品をバランスよく食べ、揚げ物や高脂肪食の食べ過ぎに注意する。
- 炒め料理や揚げ調理に使うジャガイモは、常温保存する。
- イモ類は切った後に水にさらす。
- 炭水化物の多い食品では長時間の加熱調理や焼く・揚げるなど高温調理は避ける。
- 蒸し煮など水を利用した加熱調理を使って、炒める時間を短くする。(理事 堀)

参考: 農林水産省ホームページ

[https://www.maff.go.jp/j/syuan/seisaku/acryl\\_amide/](https://www.maff.go.jp/j/syuan/seisaku/acryl_amide/)

内閣府食品安全委員会ホームページ

<https://www.fsc.go.jp/sonota/acrylamide-food170620.pdf>

## オンライン委員会(仮)メンバーを募集します！

オンライン会議ツール (Zoom 等) を利用しての月1回の定例会、及びオンラインならではの遠方の生産者さんや業者さん達との交流会や学習会、料理教室などを企画したり、皆でオンラインについて学んだりする委員会です。

お子さんが小さかったり、移動が難しかったりで外出しにくい方もぜひ、この機会にご自宅で委員会活動を始めてみませんか？  
他の地区委員会や専門委員会に入っている方も、初めての方も大歓迎です。お待ちしております！

活動日 定例会月1回 2時間程度 日程はメンバーの予定を考慮します。

※募集人数 若干名

※応募条件 よつ葉生協の組合員で、継続的に商品を購入している人

※裏面の共通申込書に必要事項を記入してお申し込みください。

申し込み〆切 12月10日(金)

申込書には、連絡の取れる電話番号を必ず明記ください。

申し込みされた組合員さんへは、12月16日以降に、担当者からご連絡致します。

※お問い合わせ先 よつ葉生協 ☎0120-07-1613 理事三輪または堀まで



那須塩原市・矢板市・宇都宮市・真岡市・益子市でも甲状腺エコー検査を実施している、関東子ども健康調査支援基金から講演会のお知らせです。

**吉田千亜さん講演会**

**「原発事故 語りにくさを超えるために」**

日時：12月5日（日）14：00～15：30  
（15分前より入室可）

場所：Zoom（オンライン開催のみ）

定員：90名

参加費：無料

対象：当基金の会員の方とよつ葉生活協同組合員の方

講師：吉田千亜さん フリーライター。著書『孤星 双葉郡消防士たちの3.11』にて日隅一雄・情報流通促進賞2020大賞受賞。

現在『岩波 世界』にて、栃木県北の3.11ルポ「県境の町」を掲載中。

主催：関東子ども健康調査支援基金

<https://kantokodomo.info>

\*詳細はこちらのホームページをご覧ください。

要申込：①申込フォーム <https://bit.ly/3tztV5y>

②メールで申込 [ibachiba@kantokodomo.info](mailto:ibachiba@kantokodomo.info)

※メールで申込の場合は、氏名、メールアドレス、電話番号、（よつ葉生協組合員の方はその旨も合わせて）お知らせください。後日Zoomに参加するURLをメールでお送りします。

栃木県生活協同組合連合会主催 学習会

**「憲法と立憲主義」**

講師：日弁連 憲法問題対策本部 副本部長  
弁護士 伊東 真氏

日時：11月25日（木）10：00～12：00

参加無料

開催方法：ZOOM ウェビナー

内容：この国のかたちを決める大切なことを知る機会となりますよう、伊藤 真弁護士より、「憲法」について分かりやすくお話しいただきます。

お申込：栃木県生活協同組合連合会ホームページ

<http://tochigikenren-coop.com/>

ホームページ上段の「お問い合わせ・参加申込」からお申し込みください。

締切日：11月23日（火）

問合せ：028-680-5592（月～金 10時～17時）栃木県生協連

**おもいやり駐車スペース適正利用キャンペーン  
（12/3～12/31）を実施します！**

「おもいやり駐車スペースとは？」

○おもいやり駐車スペースとは、障害者、要介護者、難病患者、妊産婦、傷病人等、歩行に配慮を要する方のためのスペースです。

「県民の皆様へお願い」

○おもいやり駐車スペースを必要としている方がいらっしゃいます。

**適正な利用にご理解、ご協力をお願いいたします。**

○おもいやり駐車スペースを利用する方は、利用証を車のルームミラーにかけて提示してください。

「よつ葉生協は、栃木県生協連と栃木県との包括連携協定に基づき、県の広報に協力しています」

**新型コロナウイルス感染症対策たすけあい募金報告（11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）	9,600
群馬コロナウイルス対策募金（861番）	4,100
茨城誰かのために募金（862番）	2,100
<b>合計</b>	<b>15,800</b>

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。

**東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告（11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）	8,500
震災孤児を支援する募金（910番）	30,800
「有機農業と国産種子」募金（920番）	15,600
<b>合計</b>	<b>54,900</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。

オンライン委員会申込書

会員コード	氏名
住所	
連絡のつきやすい電話番号☎	
備考欄	

コミュニケーションカード

ご意見、ご要望、何でもどうぞ。  
配達時に提出してください。

配送担当者へのメッセージ  
カードとしても!!

組合員番号	組合員名

※寄せられたご意見は、よつ葉のサービス向上のために、よつ葉だより、くらら等に掲載させて頂く事があります。

掲載しても  良い  悪い

※寄せられたご意見は、よつ葉生協のサービス向上の為、それ以外には、一切使用いたしません。

●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)



ホームページ



Facebook



Instagram