

# よっ葉だより

2023年  
5月22日号  
No.744

◆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  
茨城県 862



## 米を守る 田んぼを守る 「米を食べよう」

生き物も食べ物も田んぼの恵みです。

日本の水田は世界的にも希少な野生生物が約5600種発見された生物多様性の豊富な生態系を持っています。しかし、農業の近代化・効率化により田んぼの周りの生態系も崩れて来ています。多くの生き物の姿が見られなくなり、聞こえる声も減ったように感じます。田んぼの生態系は農業という営みがあることで成立し、維持されてきました。人の影響を削除すれば生物が戻ってくるという単純な関係ではなく、田んぼが放棄され人の手が加わらなくなると、生息が難しくなる生物もいます。田んぼの生き物を守る為には、農業と自然の両立が不可欠。また、**生息する様々な生き物の為にも環境に配慮した栽培を行うことが大事です。**



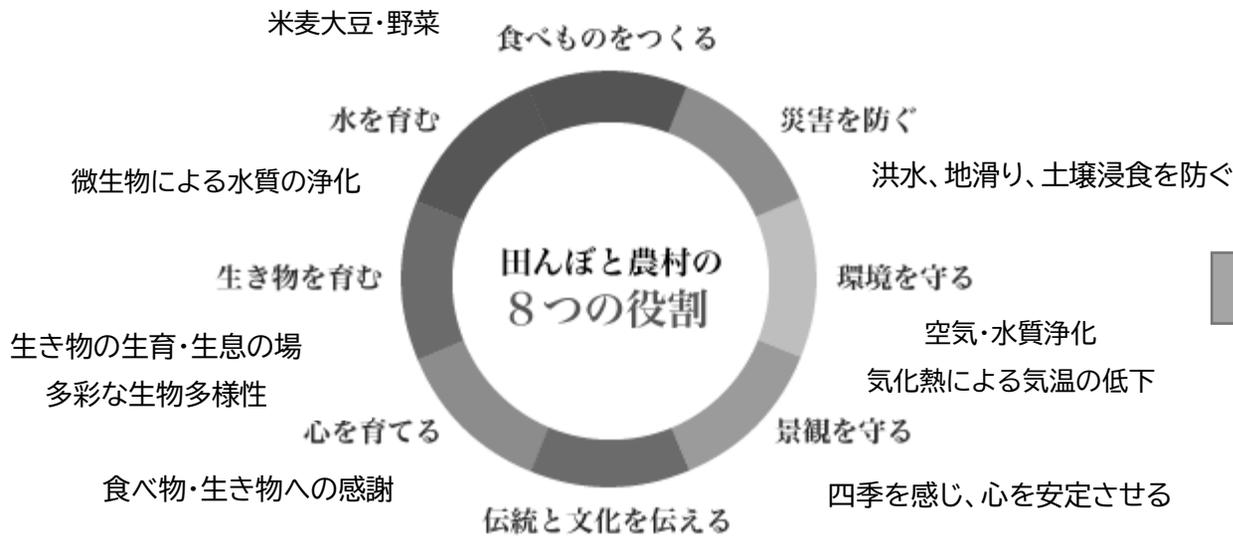
●1杯=米粒3500粒=稲株3株・・・そこに住む生き物はどのくらいいるのだろうか

ホウネンエビ1匹	トンボ1匹	カブトエビ1匹	おたまじゃくし3匹	ミジンコ5093匹	

水田にいる動物1匹が生きる為に必要な空間はどの位？→私たちがお米を食べればこれらの生き物は生息することができる！！

稲6株	稲18株	約1畳	約1畳半	約2畳半	約5畳	約12.5畳	ツカコト約1面	東京ドーム約1/2
●2杯	●6杯	●10杯	●13杯	●46杯	●83杯	●208杯	●4万5千杯	●15万杯

### 〈田んぼの役割〉



間々田のジャガマイタ 足利の御田植祭 等

〈出典:水土里ネット宮城より編集〉

### 田んぼの機能を維持していくためには、食料自給力を上げないといけない！

2021年度の日本の食料自給率(カロリーベース)は38%。世界の水準からみてもとても低い値です。要因は急激な食生活の変化にあります。1965年頃は1日のカロリーの4割以上をお米から摂取していたのに対し、現在は輸入に頼っている肉類や油の割合が高くなっています。また、生産者の高齢化や耕作放棄地の増加といった農業そのものの衰退も要因の一つです。

2022年度の水稲の作付面積は154万ha。前年より1万9000ha減少しています。また、2023年1月末時点で、出荷及び販売段階の民間在庫は前年同月で▲20万tの306万t。つまり、作付けが減っても、米の在庫は増えていく一方なのです。米が余れば買い取り価格も下がり、離農に拍車がかかります。地球全体で温暖化が進み作物の栽培が難しくなっている今、国内で生産者が減少していけば、輸入に頼っている日本は、今後、お米を食べることができない日がやってくると言われていました。

農水省の発表によると、国民一人が米を一日で3杯食べるようになると食料自給力は6%、4杯食べると15%増えるとのこと。私たち一人一人が少し米を多く食べるだけでこれらの問題は解消していきます。

田んぼを守る・米を守る為に今私たちができる事・・・米を食べる。生産者を買って支える事です。

米は栄養的にも経済的にも優れている主食。体や環境を考慮し食事を見直してみませんか？

商品部 間中





産直委員会発  
那須バイオファームへ  
産地訪問に行ってきました!

3月7日(火)、美味しいマイタケや生きくらげでお馴染みの「那須バイオファーム」(栃木県高根沢町)を産直委員会のメンバーで見学させていただきました。

「デジタルを過信しない」ということを大切に伝えられ、栽培に取り組んでいる那須バイオファームの皆さま。きのこの栽培において工場的ステーションで機械化されている昨今の中でも、デジタルやタイマーをセットしたからではなく、環境をみながら常にきのこを気かけ、感じることを大切に栽培している。そんな強い信念を持って取り組んでいる様子が総合企画部長の大音さんのお話から最初にダイレクトに伝わってきました。それはどこよりも香りと旨味の良いきのこを作っているという自信に溢れており、菌床の材料にも並々ならぬこだわりのある貴重なものを使



成長の過程を説明してくださる大音さん

用していました。

菌床となるオガ粉の材料は山形のブナの木。ほんの少しでも針葉樹が混じると香りが出ないそうです。木を粉砕して丁寧に殺菌するのに6時間半。試行

錯誤してたどり着いた今の菌床の形に成形し、菌を植え、厳密な温度湿度管理の中で育成。全ての工程において、時間や温度管理はもちろん機械やタイマーも使用しますが、必ず人の目と感覚で判断しているそうです。収穫もちろん、ひとつひとつの生育状況を確認して見極めていくとのこと。日付毎になっている棚にも収穫されずに残っている舞茸もあり、私たちの手元に届いている舞茸もこうして丁寧に人の手で育てられたものと実感しました。独自品種の菌も全て自家培養。作業行程もきっちり決まっている上で毎日、より良い方法を模索していますとおっしゃる大音さん。他の方々を見ても、真剣に生き生きと作業されていました。安価で日持ちするように作られた工場生産のスーパーの舞茸とは全く違う那須バイオファームの舞茸。これからもよつ葉生協を通して自宅で味わえるのは幸せです。



菌床で育つマイタケ



手作業の選別・パック詰め

肉厚でコリコリとした食感のアラゲキクラゲのご案内も始まりました。さっとゆでてポン酢で食べるのがおススメだそうです。冷し中華のトッピングにも良いですね。ぜひ、ご賞味してみたいです。

(産直委員会)

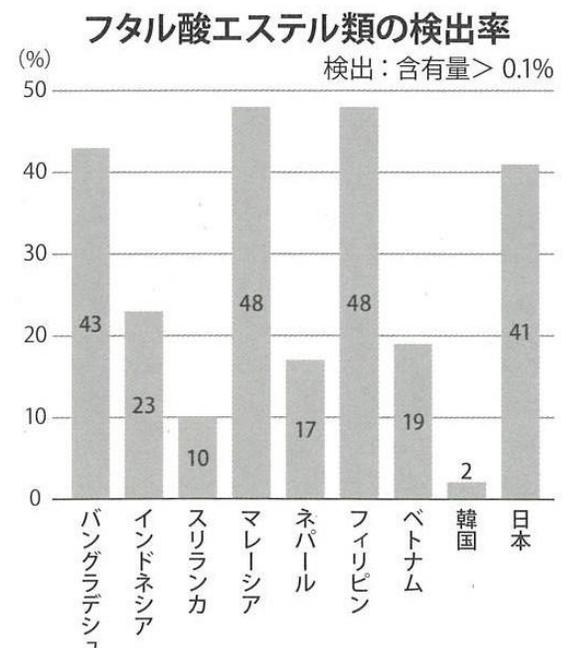
消費者レポート No.1668 (2023年4月20日号)

特集「身近な製品にひそむ環境ホルモン」より  
消しゴムの4割からフタル酸エステルが検出されています

「環境ホルモン(内分泌かく乱物質)」とは、環境から体内に侵入し、ホルモンの情報伝達を阻害する化学物質です。これまでの毒性学では問題ないとされたごく微量の汚染でも、体の生死や生殖活動に大きなダメージをもたらします。2021年10月に日本を含むアジア9か国のNGOが参加して「国際環境ホルモン調査」が行われました。子どもにも身近な文房具である消しゴムのフタル酸エステル類含有を、各国それぞれ40個の消しゴムを集めて調べました。

フタル酸エステル類は塩ビなどの本来固いプラスチックを柔らかくする「可塑剤」として使われます。EUの化学物質規制では生殖毒性や環境ホルモン作用を理由に規制強化が進んでいます。日本でも食品容器や玩具では規制がありますが、文具である消しゴムは対象外です。日本の調査では、調査した消しゴムの4割(16商品)から検出され、揮発性が高く問題とされるDBP(フタル酸ジブチル)が8商品から検出されたのも他国と比べ突出して多い結果となりました。また、オレンジの香り付きのかわいい「ジュシーフルーツ消しゴム」からは、平成14年に厚労省も玩具への使用を禁止したDINP(フタル酸ジイソノニル)が78.4%もの高濃度で検出されました。

検出された商品、されなかった商品のメーカーのホームページの商品情報を見てみると、検出されなかった商品は「フタル酸エステル不使用」と謳っていることが多く、一方、検出された商品は成分について何も記載していないことが多いことがわかります。消費者レポートでは、メーカーへの問い合わせも推奨しています。(理事 堀)



### 参加してみませんか

## 地産地消～守ろうふるさと のこそう緑の大地～ 上三川農業体験①「田植えをしよう！」

有機のお米「身土不二」や黒米の生産地上三川で、命溢れる田んぼに入り、田植え（手植え）を体験してみませんか？

日時：6月24日（土）10：00～13：00（受付9：30～）

会場：有機農業技術支援センター（栃木県河内郡上三川町下神主 233-1）

参加費：組合員 大人（小学生以上）200円 未就学児は無料  
一般 大人（小学生以上）300円 未就学児は無料

定員：15組 程度

（駐車場の都合上、場合によっては抽選にさせていただきます。）



託児：なし 締切日：6月9日（金）

主催：よつ葉生協

申込・問合せ：よつ葉生協 組合員組織部

TEL 0120-07-1613

### 伊勢崎

## 農薬について知ろう

「静かな汚染ネオニコチノイド」のDVDを鑑賞します。

その後、ネオニコ不使用商品の紹介や座談会を予定しています。

日時：6月28日（水）10：00～12：00（受付9：45～）

会場：伊勢崎市民プラザ 2階会議室

（群馬県伊勢崎市富塚町 220-13）

参加費：無料

定員：15人

託児：なし

締切日：6月9日（金）

主催：伊勢崎委員会

問合せ：よつ葉生協 組合員組織部

TEL 0120-07-1613



## 日々のカンタン！おやつ作り

### おとろふ、白玉と3種のおん



〈おとろふ、白玉〉  
2人前

白玉粉 50g

絹ごし豆腐 50g

お水で  
二ねぶり  
作りやすく  
栄養価も  
アップ！

1. ホウロコに白玉粉と豆腐

(水切り無ければ)を入れて手で

なめらかにするまでよく混ぜる

2. 10等分して丸めてたけのこのお湯で

ゆでる。浮き上がったらさらしに1分程

ゆでたお玉をすくって取り出し冷たい

水につけて冷まし、水気を切ってから

おんに合わせて。

〈黒ごまおん〉

おんにすり黒ごまを  
よく混ぜる

(炒りごまを入れてツツキ  
の食感に)

黒ごま

貧血症状に  
アチエイジングに

〈くるみおん〉

フライパンで空炒りけ

くるみをすり金でよくすり  
20g

メープルシロップ小さじ1

塩少々加えて混ぜる

くるみ

体を温め  
疲労回復！

〈ずんだおん〉

ゆでた枝豆大粒を

すり金でよくすり

メープルシロップ小さじ1

塩少々加えて混ぜる

枝豆

胃の働きを助け  
水分代謝を良く！

オーガニックフードマイスター、調理師 発酵食品を使ったおやつ「日々のお菓子」製造、助産院でのごはん作り等でも活動中！ 理事 薄井史子 よつ葉サークル「なす子育ての会」代表

## 参加してみませんか

下妻

### 米粉でナチュラルおやつ作り

よつ葉だよりでおなじみ、「ふみさんの日々のカンタン!! おやつ作り」の薄井さんを講師にお迎えし、子供にも安心なナチュラルおやつ作りを教わります。

日時：6月29日(木) 10:00~12:00 (受付9:45~)

会場：千代川公民館 調理室 (茨城県下妻市鬼怒 230)

参加費：組合員 大人 700円  
一般 大人 800円

定員：20人 託児：なし

締切日：6月9日(金)

主催：つくば委員会

問合せ・申込：よつ葉生協 組合員組織部

TEL 0120-07-1613



★お子様連れOK★

## 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。

### 足利 令和5年度 男女共同参画週間事業

#### ■ 映画上映会

「ぼけますから、よろしくお願ひします。～おかえりお母さん～」

#### ■ 講演会 信友直子氏 (映画監督・ノンフィクション作家)

「認知症の母が命がけで教えてくれたこと」

日時：6月24日(土) 13:00~16:30 (12:30開場)

会場：あしかがフラワーパークプラザ (足利市民プラザ) 小ホール

料金：無料

定員：250名 (当日先着順)

託児：無料 ★予約は6月9日(金)までに人権・男女共同参画課へお申し込み下さい。

主催：足利市/足利市女性団体連絡協議会

問合せ：足利市人権・男女共同参画課 (足利市役所教育庁舎 1階)

TEL 0284-20-2363 FAX 0284-21-1005

Email danjyo@city.ashikaga.lg.jp



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

### 栃木県からのお知らせ

## 栃木県誕生150年記念 県民の日イベント

日時：令和5(2023)年6月10日(土) 10:00~15:00  
場所：栃木県庁、栃木県総合文化センター  
内容：記念式典、ステージイベント、飲食ブースなど

詳しくは右(→)の2次元コードから県誕生150年記念サイトをご覧ください!!

150 栃木県誕生150年 みんなで創る、未来のとき

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。

#### 新型コロナウイルス感染症対策たすけあい募金報告 (5月2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)	2,400
茨城誰かのために募金 (862番)	1,500
合計	3,900

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。

#### 東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告 (5月2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)	4,400
震災孤児を支援する募金 (910番)	13,300
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	5,700
合計	23,400

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・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。

### 共通申込書

希望する行事名に  してください

かみのかわ農業体験①  農薬について知ろう

米粉でナチュラルおやつ作り

組合員番号	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

#### ●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 <https://yotsubacoop.jp/>

よつ葉だよりメールアドレス yotsubadayori@yotsuba-coop.jp



ホームページ



Facebook



Instagram