

よっ葉だより

2023年
7月17日号
No.752

◆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



生きものが息づく有機の田んぼで田植え～上三川農業体験①

梅雨の合間の6月24日(土)、栃木県上三川町の民間稲作研究所の田んぼで田植えをしました。今年は16家族、子どもたちも25人と多くの参加をいただきました。

今年も、研究所の有機農業技術支援センターの田んぼをお借りしました。指導くださったのは、稲作研究所の川俣さん、田村さん、兼丸さんです。川俣さんは、有機稲作を農家さんに教える先生でもあります。植えたのはもち米で、苗の間隔はうるち米より狭い15cmほど。一列に並んで、川俣さんの掛け声に合わせて手植えをしました。暑い中でしたが、黙々と植えたり、人手のないところに助っ人に来てくれるお子さんの姿もありました。

センターの一带の田んぼは、平成9年(1997年)から農薬を使っていはいそうです。生き物にとっては田んぼや田んぼは楽園そのもの。「あ！ザリガニがいたー!!」「おたまじゃくし見つけた!!」と子どもたちの歓声があちこちで上がっていました。

約1時間で田植えを終え、よっ葉生協で用意した手作りカレーをたっぷりいただきました。昼食後は、川俣さんの周りで、楽しそうに生き物観察する姿が見られました。



参加者の声

・ザリガニがニホンザリガニと！びっくりしました。(M・Yさん)

- ・流れている空気がとても清々しかった。参加している皆さんの笑顔が最高。カレーが人生史上一番おいしかった。(宮田さん)
- ・無農薬の稲作に興味があり、また子供にも田植えの体験をさせたいと思って参加しました。(Y・Yさん)

次回は、10月21日(土)に稲刈りを予定しています。ご参加お待ちしております！

民間稲作研究所について

2020年に亡くなられた有機稲作の第一人者稲葉光國さんによって設立されました。日本で唯一の有機米種子の採種圃場をもっています。また、全国から多くの農家や市民がこの研究所で産学や現地研修を受け、農薬、除草剤、化学肥料を使わない稲作技術を学んでいます。今年も、四国や近畿からなど例年以上の約30名の参加があるそうです。有機栽培の技術と有機農家さんがいてこそ、私たちは有機農産物を食べることができます。

有機稲作が上三川の地から全国に広がっていきます。あちこちで生きものが豊かになり、笑顔が増えることでしょう。



理事長 三輪



『昼食は手作りカレーをいただきました』



見つけた!!

よつ葉サークルのご紹介♪②

よつ葉サークルは組合員3名以上で理事会の承認を得て設立され、よつ葉生協の活動趣旨に沿った自主的な活動を行っています。現在活動中の5つの「よつ葉サークル」をご紹介します。

「なす子育ての会」

自然な暮らしに興味のあるお母さんたちが子どもと共に集い学べる場所としてお話会や講座（気軽なお話会、いのちのお話会、養生法、気功、かんたんおやつ作りなど）を開催。

*活動場所 那須町・那須塩原市

*活動日 子育てお話会(毎月第三月曜)・他不定期の開催

【活動紹介】

"子育て"(親も子どもと一緒に育みたいとの思いからこの呼び方となりました)の真只中のお母さんたちが集い、学びを共有したり、情報を交換したり、ほっとする場になるよう活動中です。最近ではリクエストの多かった性教育についてのお話会を3回シリーズで開催中です。

『こころのねっこをそだてよう〜ママから伝えるいのちのお話』

①性の意識を変えよう! ②ムスメのトリセツ・ムスコのトリセツ

③防犯編、この3回講座に加え『家族のための生理講座』を開催しました。

・7/29(土)「親子できく"性"のおはなし・防犯編」

今後もリクエストに応じて開催していきますので興味ある方はご連絡ください^^

☆参加希望される方は、下記連絡先に直接ご連絡ください(メッセージ可。単発参加歓迎)。開催約1週間前に、詳細をお知らせします。

*代表者名 連絡先 薄井史子 TEL 090-2560-9913

Mail hibi.okashi@gmail.com



「里山和蜂日和」

日本在来の森の蜜蜂さんとお付き合いしながら私たちの生きる環境と幸せを感じることで、今私たちが考えなくてはいけないことも見えて来る気がするのです。一人でも多くのかたに日本蜜蜂さんとお付き合いしていただくために、よつ葉生協さんと歩いて行きたいです。

*活動場所 栃木県那珂川町大山田下郷 955

ノンフェールくらねえ

*活動日 年4回のワークショップ「畑の横の和蜂学校」

(よつ葉だより文化情報でご案内します。)

【活動紹介】

年4回のワークショップでは①まず日本蜜蜂の待ち箱をご自分で

作ってご自宅の周りに置いてみましょう。日本蜜蜂さんは住宅難です。②巣箱で頑張る蜜蜂さんから採蜜の体験をしていただきます。③蜜蝋ラップ、蜜蝋キャンドルやクリームを作りましょう。④日本蜜蜂さんの生態を勉強したり、お付き合いの体験談を聞きましょう。

*代表者堀江博子 321-0613 那須烏山市大木須 703

*連絡先 大山田ノンフェール 岡真理子 090-9377-2101



「からすやま子育ての会」

月1回、子育てや暮らし・健康に関するテーマを決めて(料理教室、お手当、風邪対策、クリスマス会、布仕事…など)、子どもと共に気軽に集えて楽しめる場づくりを心がけています。また、妊娠・出産・育児の期間をより健やかに幸せに過ごせるよう、情報提供・相談にも応じています。

*活動場所 茂木町・市貝町・那須烏山市

*活動日 7/14、9/8、10/13 11/10 12/8、1/12、2/9、3/8

【活動紹介】

「健やかな身体とココロを育みましょう」

幼い子の子育て中は、気軽に集えて、直接情報交換ができたり、子どもたちと一緒に楽しめる場が必要です。当会は、対面での交流を大切にしています。いつもの暮らしが豊かに感じたり、「子育て」や「健やかな暮らし」のヒントになるような場を提供すべく、活動

しています。

お子様連れを真ん中にし、多世代・様々な立場の方が対象です。

身体面で参加に不安がある方も、一度ご相談ください。

☆参加希望される方は、下記連絡先に直接ご連絡ください(メッセージ可。単発参加歓迎)。開催約1週間前に、詳細をお知らせします。

*代表者名 連絡先 本間理恵(助産師)

TEL 090-6260-8097



8月1週からP7にてご案内

114 もったいない摘果みかん (あまっこ有機みかんを摘果したものです!) の使い方

摘果とは・・・

みかんの木になり過ぎた実を人の手で落とし、着果量を調整して美味しいみかんを成らせるために必要な作業です。通常でしたらこの実は地面に落とし廃棄になります。しかし、8月の摘果ミカンは果汁も十分あるので何かに活用できないか・・・。

酸っぱいみかんを使って何ができる？
チャレンジ！摘果みかんレシピ♪

みかんポン酢 /

- 醤油 200ml
 - 摘果みかん果汁 100ml
 - 米酢 80ml
 - 昆布 2cm角 1枚
 - かつお節(お茶パックに入れる) 3g
- ①小鍋にすべての材料を入れて弱火にかける。
 - ②沸騰直前で火を止め、そのまま冷まして出来上がり。

ドレッシング /

- 摘果みかん果汁 大さじ1
 - オリーブオイル 大さじ3~4
 - 塩・胡椒 少々
- ①蓋つきの容器にすべて入れる。
 - ②蓋を閉め、上下によく振って出来上がり。

みかん胡椒 /

- 摘果みかんの皮 50g
 - 青唐辛子 50g
 - 摘果みかんの実 50g
 - 塩(全体量の20%) 30g
- ①材料を洗い水分をとる。
 - ②青唐辛子のヘタを取る。
 - ③材料全てをフードプロセッサーに入れ攪拌。
 - ④小瓶に入れ10日ほど寝かせて完了！

みかんシロップ /

- 摘果みかん 1kg
 - 氷砂糖(好みの砂糖で大丈夫) 800g
 - はちみつ 100g
- ①保存瓶を消毒しておく。
 - ②みかんを洗い水気を拭きとる。両端を切り落とし、横半分に切ります。
 - ③みかんと砂糖を交互に入れる。最後が砂糖になるようにします。最後にはちみつをいれます。
 - ④一日1回ゆすって砂糖が溶けたら出来上がり。できたものは冷蔵庫で保管の方が安心です。

もったいない摘果みかん

(8月1週~4週までご案内)

レモンの代わりに料理や、飲み物に使えます。

酸味に弱いお子さんにはレモンより使いやすかもしれません。なじみのある香りと酸味とほのかに感じる甘み。これから始まるみかんを楽しみに手仕事するのはいかがでしょうか。

(商品部 間中)

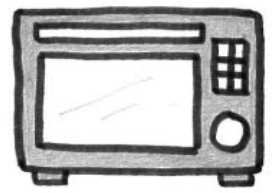
ふみさんの 日々のカンタン! あやつり

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>

おいしい
バナナで
作りたい!

バナナマフィン

<混ぜる
どんどん
混ぜるだけ!



<材料分> マフィン5ヶ分

- バナナ2本 (約150g) つぶしておく!
- なたね油 30g
- 豆乳 30g
- さとう 30g
- 薄力粉 100g
- ベーキングパウダー 小さじ1
- 塩 ひとつまみ

<作り方>

1. ①をボウルに入れ 泡立て器でよく混ぜる
2. ②を別のボウルに入れてよく混ぜる
3. 2.に1.を加え、へうてさくりと粉分気がなくなるまで混ぜる
4. マフィン型に7分目程入れて 予熱した180℃のオーブンで20分焼く

バナナについて

1本の熱を冷ます寒性の食材で暑い季節にオススメなバナナ。熱を冷ます以外にも、肺を潤す、便通をよくする、解毒作用などの効果があります。カリウムを多く含んでいるので「高血圧やむくみの解消」にも◎
(お腹が冷えていたり、虚弱体質の人)は合わないことも...

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。

宇都宮

東日本大震災による福島第1原発事故から12年が経過しました。9月に宇都宮市で甲状腺エコー検査を開催します。この機会にぜひお申し込みください。

- タイトル **甲状腺エコー検査@宇都宮**
- 日時 9月3日(日) 10:30~14:30
- 会場 柿の木幼稚園 ホール(宇都宮市宝木町2-593)
- 定員 30名
- 対象 宇都宮市および周辺にお住まいの方、震災当時18歳以下の方優先

- ※中学生以下は保護者付き添い
- 締切 定員になり次第締め切らせていただきます。当日受付は致しません。
- 主催 関東子ども健康調査支援基金
<https://kantokodomo.info>
基金HPからチラシをダウンロードできます。メール・FAXをご希望の方はお問い合わせください。
- 検診実費 お一人につき1,000円
- 問合せ にじいろみらい宇都宮(担当:飯塚)
TEL 090-3228-6104(8:00~19:00)
メール nijirou38@gmail.com

※ご来場の際はマスクの着用、検温、消毒等ご協力をお願いします。感染症拡大等、諸事情で中止になる場合は申込された方に個別にお知らせします。



外来種ってなあに?

ひとりひとりが
できること、
県内の取組などを
紹介しています。

最新まで調べてね!

栃木県自然環境課
028-623-3207

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。

坂東 第87回企画展

- タイトル **「うんち無しでは生きられない! —あなたの知らない自然のしくみ—**

- 日時 7月8日(土)~9月18日(月・祝)
9:30~17:00(入館は16:30まで)
※休館日/毎週月曜日
- 会場 ミュージアムパーク茨城県自然博物館
(茨城県坂東市大崎700)
- 料金 一般750円 高・大学生460円 小・中学生150円
- 内容 みなさんは、うんちと聞いてどんなイメージをもちますか? 「汚い」とか「くさい」でしょうか。いえいえ、色鮮やかでカラフルなうんち、魅惑的な香りのうんちなど世界は色々なうんちであふれています。うんちが持つ多様な機能に着目しながら、うんちが自然界で果たしている役割を紹介する企画。

- 主催・問合せ ミュージアムパーク茨城県自然博物館
TEL 0297-38-2000(茨城県坂東市大崎700)
- HP <https://www.nat.museum.ibk.ed.jp/>
- ミュージアムパーク茨城県自然博物館さんより抽選で2名様10組(計20名様)に招待券をプレゼント。7月28日(金)までに下記申込書にてお申し込みください。当選者のみ、お知らせします。
- ※事前予約制 土・日・祝日及び8月14日(月)~18日(金)
有料・無料問わず、すべてのお客様は、入館のためのオンライン予約が必要となります。詳しくは、当館のHPをご覧ください。

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 (6月4週分)
ご協力ありがとうございます。(7月1週分)

組合員さんの助けあいの気持ち広がっています (単位:円)

栃木コロナ支えあい基金 (860番)	4,700
茨城誰かのために募金 (862番)	1,300
合計	6,000

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 (6月4週分)
ご協力ありがとうございます。(7月1週分)

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)	11,000
震災孤児を支援する募金 (910番)	39,500
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	14,600
合計	65,100

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

ミュージアムパーク茨城県自然博物館チケットプレゼント

組合員番号 _____ 氏名 _____
住所 _____

●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/> メールアドレスが変わりました。

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