

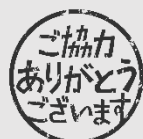
よっ葉だより

2024 年
2月19日号
No.778

◆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



そのつらさ「香り」からかもしれません

香りをうたう商品、柔軟仕上げ剤や洗剤、化粧品などの香りで気分の悪さやだるさ、めまいなどで健康被害が起こる「香害」は以前より知られるようになりましたが、対策はまだ進んでいません。

症状は、香りそのものが辛い、頭痛や吐き気、めまいが起こる、記憶力や集中力が低下する、全身に痛みが出るなど、ひとりひとり程度が異なります。ひどくなると学校や職場に行けなくなったり、引っ越しをしなければならなくなったり日常生活が難しくなります。

2020 年に日本消費者連盟の呼びかけで全国でおこなった香害アンケートでは、よっ葉生協の 293 名の組合員からも「つらい」「苦しい」の声が届きました。決して少なくない人数です。

健康被害のきっかけの原因で多いとされるのは、柔軟仕上げ剤です。柔軟仕上げ剤はドラッグストアなどで華やかなパッケージで売られ、おしゃれのイメージがありますが、その中身は石油由来の化学物質です。目に見えないマイクロカプセル（花粉よりも小さい。キャップ 1 杯に 1 億個も配合されている）が衣類に付着し、熱などの刺激で弾けることによって香料や消臭成分が放出され、長い時間香りが作用します。

国民生活センターの消費者ホットライン「188」では、いつでも被害の状況や苦情を受け付けています。昨年の香害関連の相談は約 200 件に上っているとのこと（NHK 調べ）、多くの声が届いていることがわかるものの、その辛さは見えづらく、周りの方に理解してもらうことはすぐにはできないことです。日本消費者連盟では、毎年 2 月に「香害 188 集中キャンペーン」を行っています（今年は 2 月 20 日でいったん終了）。一人で悩まず声を届けて下さい。

困っている、体調が辛いということは本人や家族だけで解決できることではありません。また、今は症状がなくても誰でもが同じように発症するかもしれません。化学物質の影響を受けやすい、小さな子どもや小動物がいる場合も気を付けたいものです。石けんのような、健康にも環境にも負担の少ないシンプルな生活にしていくことで、香害は減らすことができます。よっ葉生協でも従業員へ香害の周知を進めておりますが、個別対応となっております。根本的に解決できておらず、生協内部で引き続き啓蒙に努めて参ります。

製造メーカーに電子署名などで直接働きかける動きも出て来ています。新たな情報があればお知らせします。

（理事長 三輪）

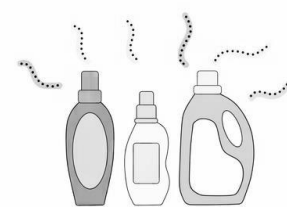
その症状、身近にある化学物質のせいかも？



日本消費者連盟ポスター



消費者庁ポスター



香害を起こしやすい化学物質の例

製品の分類	機能名称	成分名称
柔軟仕上げ剤、消臭殺菌剤、除菌ウェットティッシュ	界面活性剤	塩化ベンザルコニウム
芳香柔軟剤	界面活性剤	エステル型ジアルキルアンモニウム塩
トイレの芳香消臭剤	消臭剤	パラジクロロベンゼン

★香害を避けるために

- ・日用品から取り込む化学物質を減らす
- ・合成洗剤を使わず石けんにする（石けんには柔軟効果がある）
- ・衣服の防虫は、クスノキなどを利用する
- ・農薬や食品添加物を含む食品を避ける
- ・ビタミン、ミネラル豊富な食品を取る。

参考資料：

- 食べもの通信（家庭栄養研究会、2021 年 7 月号）
- 日本消費者連盟リーフレット「知っていますか？香害」

★香りで体調不調を感じたら・・・

- ・においの発生源から離れる
- ・室温を低くする
- ・国民生活センター消費者ホットライン（消費者庁）局番なし ☎「188（いやや）」へ相談する

全国共通の電話番号
「消費者ホットライン」

188



消費者ホットライン188
イメージキャラクター
イヤヤン

3月1週 産直NEW 今年も始まりました！！ 津軽産直のネオニコ不使用りんご🍏 青森県 津軽産直の今年の状況

アップルファームさみず（長野県）のりんごに引き続きまして、りんご王国青森県より津軽産直のネオニコチノイド系農薬不使用のりんごを3月よりご案内を開始いたします。安心して食べられるりんごを春先までお届けできるようになり、昨年、組合員様からも嬉しい声が寄せられました。

全国的にりんご栽培における2023年は、遅霜から始まり、高温障害、日中夜の温度差が無いことによる色付きの悪さ等、さみずのりんごの時にもお伝えしていたことが、青森県でも同様におこっていました。津軽産直も、数的には豊作とのことですが、例年、夏場の気温は高く32℃・夜は20℃以下ですが、今年は35℃以上が続き、夜も気温が下がらなかった。8月に産地を訪問し、今年のリんごの状況を確認する為、目ぞろえ会※を行いました。結果、凍傷障害による表皮がザラザラしてしまうサビ果、日焼けによる傷みが例年より多く出ていることがわかりました。

代表の斉藤さんの圃場を見学させていただくと、奥様・息子さんはじめ、従業員の方々が暑い中、「つがる」の収穫にいそしんでいました。さび・日焼けしているりんごが多く、今年の異常な暑さにより、りんごの葉がカラカラになり、落葉もあったとのこと。しかし、「ふじ」ができる頃だと、気温も安定し色付きも問題ないだろうとのこと。

豪快かつ、繊細な斉藤代表を先頭に、有機質肥料・減農薬・除草剤不使用で栽培された津軽産直のりんご。見た目よりも味重視の無袋・葉とらずりんごです。ぜひ、お楽しみください。

例年に比べ、りんごの数が不安定なため、昨年ご案内していた王林・シナノゴールドは今年の企画はできないことに。今年のスタートは晩成種の「ふじ」のみご案内させていただきます。

※目ぞろえ会・・・果実品質を確認し、A品、規格外品をどのレベルで分けるか出荷規格を統一すること。



「斉藤代表」



「目ぞろえ会」

🍏.....🍏.....🍏.....🍏.....🍏.....🍏.....🍏 (商品部 間中)

ふみさんの 日々のカンタン！おやつ作り

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「なす子育ちの会」代表

揚げたてを
いただきます！！

おからドーナツ と 豆腐ドーナツ

アレンジ 1: 薄力米粉の1割りをココロにするよ
2: 好みのごまを生地にカネるよ

おからドーナツ

＜材料＞

A	薄力米粉	50g
	生おから	50g
	さとう	25g
	ベーキングパウダー 小サジ1	
B	豆乳 (or牛乳)	40g

＜作り方＞

1. Aをボウルに入れゴム棒でよく混ぜてからBを加えてひとまとめにし直径2cm位のボール状に丸める
2. 170℃の油で2～3分色よく揚げてビニール袋にさとう(分量外)を入れてまぶす ← ドーナツが熱いうちに

豆腐ドーナツ

＜材料＞

薄力米粉	120g	
	さとう	40g
	豆腐	100g
	ベーキングパウダー 小サジ1	
	しよ、	ひとつまみ

＜作り方＞

1. 材料全てをボウルに入れて手でねてひとまとめにする。4等分して20cm程の長さのばして両端をつけてリング状にする
2. 170℃の油で両面返しながら4～5分揚げたて ビニール袋にさとう(分量外)を入れて揚げたてのドーナツにまぶす

はよけにきなこをまぶすのも
より香ばしくなりオススメです！！

よつ葉文庫



新刊登録

NO. 1310 『新 地球とからだに優しい生き方・暮らし方』
天笠啓祐著、柘植書房新社

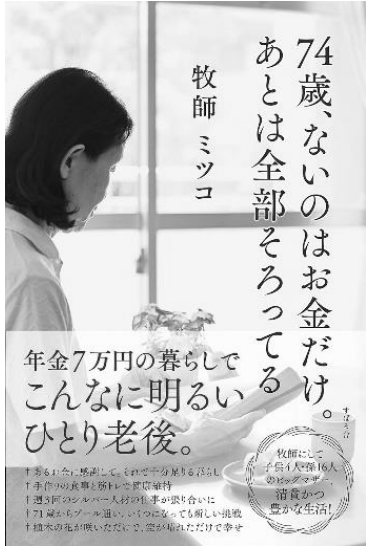
地球規模での環境破壊が拡大の一途をたどる中で私たちはどういう生き方、暮らし方をしていくことが、今起きている危機的状況に向かい合うことができるかを、あらゆる角度から捉えています。

急速な経済成長とグローバル化は、人がつくり出したものです。近代的な工業の発展は私たちの生活を便利で楽しいものにしてくれました。しかし、環境破壊の影が忍びよってくる気配を感じたのでしょうか。

今も、今以上の便利さと、高い機能性を求めた開発がすすめられ、私たちも恩恵を受けています。歴史的過程で起きた事柄の事実確認の説明がわかりやすく、問題性も整理されています。今地球上で起きていることも数年経つと過去のものになり、問題がうすめられてしまいます。まして、過去のことは遠い彼方に放り出されて消えかかっていることでしょう。

温暖化と一言では表現できない位の異常気象は、過去からの積み重ねの結果であるならば、過去の事実から目をそらすわけにはいきません。今日からの生き方、考え方は地球への返事です。

喜んでもらえる返事を出したいものです。



新刊登録

NO. 1311 『74 歳、ないのはお金だけ。あとは全部そろってる』
牧師 ミツコ著、すばる舎

著者は一人暮らしですが、生協の食材を利用しています。牧師の夫に先立たれ、後を継いで牧師をしていましたが引退しています。良いと思うことを自分に合うように工夫されて、毎日の生活に取り入れています。

少ない年金とわずかな仕事で子どもに頼らない自立した生活は、健康であればこそ出来ることです。一人暮らしは、食生活が気ままなその日の気分次第になりがちですが、食べ過ぎず写真の体型は 74 歳とは思えないスタイルです。

この本は日本生協連のおすすめ本ですが、一人になっても生協を続け、健康で毎日に張りのある生活を送って、お手本にしたいことがたくさんあると思いました。牧師をされていたことも、つつましく生きることに繋がっているとは思いますが、無宗教でも謙虚な気持ちがあればかなうのではないのでしょうか。

特別ではない毎日が、明日の穏やかな日につながって、嬉しいこと、悲しいことも素直に受け入れていると感じました。「旅行は回数が少ないからこそ 1 回の感動が深い」「お花も 1 本でいい」と思う気持ちになれる日を待っていただけるような自分になりたいと思っていることに気づきました。

(顧問 富居)

No.1228 石けんと合成洗剤 50 の Q&A

成分の名称がカタカナで長いものが多く難しく感じました。でもシンプルにとらえると「石けんを使おう」という事なのかと思いました。

天然は作り出せるものではなく守り育ていくものなのですね。小さな一歩でも、出来ることから取り組んでいこうと思います。

No.1241 知ってびっくり 子どもの脳に有害な化学物質のお話

…タイトル通り“知ってびっくり”でした。

自分一人の力では無力さを感じてしまいますが、志を同じくする人がよつ葉生協のような組織になるのですね。できることしかやるしかないので、一歩ずつ進み続けます。

(邑楽地区 小林さん)

よつ葉文庫へのご感想を
いただいています。
随時ご紹介します。



～「香害」を知るよつ葉文庫～

No.1230

「香害～そのニオイから身を守るには～」
岡田幹治著

も利用できます。

よつ葉文庫のご案内

貸出期間は 2 週間、新刊登録の本は、当分の間 1 週間となります。

「よつ葉文庫」は組合員のための図書室です。借りたい本は、注文書のご意見ご要望欄に本のナンバー・題名・貸し出し希望を記入して、配送員にお渡しください。翌週、配送と一緒に本をお届けするのが基本ですが、貸し出し希望が多い本の場合お待ちいただくこともありますので、ご了解ください。



4 時間かけて長野からりんごを運んでくれたアップルファームさみずの山下さん

2 月 5 日、6 日の雪で商品の欠品、次週届けで大変ご迷惑をおかけしました

高速道路の閉鎖、渋滞、雪に弱い首都圏の道路状況で、今回も影響が出ました。

よつ葉生協は地産地消をすすめているおかげで、毎日食べる生鮮食品の影響は少なく済みました。それでも影響は出ました。注文しても食材が届かなかった組合員の皆様には、大変申し訳ありませんでした。

商品が途中まで届いている場合は、よつ葉生協の職員が受け取りに行き、個人宅配業者（赤帽）で長時間かけて神奈川県から届けてくれた精肉製造業者、直接長野から運んでくれた農家、それぞれが精一杯頑張っ欠品を減らすことができました。

自然災害時には、全ての場所ともに被害が出ます。今後も自然災害時に組合員に商品を届ける努力、連携、工夫を深めていきます。



～組合員さんの声～

先日、ふみさんのおやつクッキングに参加させていただきました。中でも『ごまと豆乳の葛プリン』がとても気に入り、この週末には 2 度作りました。4 歳の娘も 80 代のおばあちゃんもみんなでおしく頂ける、安全でかつ簡単に作れる身体に優しいおやつ、最高です。また機会がありましたら是非参加したいです。

配送員さん、いつも重い荷物をたくさん運んでいただき、ありがとうございます。雨の日は、足元十分お気をつけになって下さい。（伊勢崎地区 Y・I さん）



865 令和 6 年能登半島地震災害支援募金

受け付けを継続しています。



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。

組合員番号	組合員名

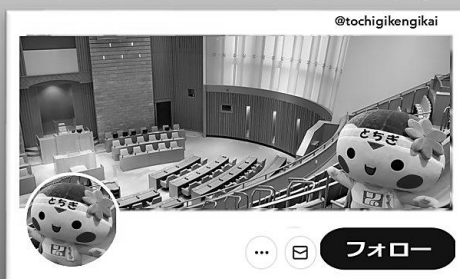
※寄せられたご意見は、よつ葉のサービス向上のために、よつ葉だより、くらら等に掲載させて頂く事があります。

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。

栃木県議会【公式】

県議会の日程や議会中継、放送番組の案内など
栃木県議会の情報を
タイムリーにお届けします



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

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（2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）	1, 100
茨城誰かのために募金（862 番）	500
合 計	1, 600

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（2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）	4, 700
震災孤児を支援する募金（910 番）	19, 500
「有機農業と国産種子」募金（920 番）	9, 400
合 計	33, 600

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。

●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