

よっ葉だより

2024年
3月4日号
No.780

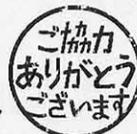
◆新型コロナウイルス感染症対策たすけあい募金◆



栃木県 860

茨城県 862

3月8日(金)終了



書き損じはがき回収緊急キャンペーン 報告 ご協力ありがとうございました

昨年9月から11月末まで行ったキャンペーンに、組合員の皆様から多くのご支援を頂きました。ありがとうございました。活動元の認定NPO法人ハンガー・フリー・ワールド(HFW)から報告書が届きました。

よっ葉生協からは673件、合計1,872,903円の参加がありました。

※HFWは、飢餓のない世界をめざして活動する国際協力NGOです。

(内訳)

未使用・書き損じはがき 501,396円
未使用切手 485,100円
使用済切手 12,114円
ブルーチップ・グリーンスタンプ 86,700円
商品券 279,390円
中古CD・DVD・ゲーム 16,152円
金プラチナ 351,311円
外国紙幣 140,740円

手書きのメッセージを添えて送ってくださった組合員さんもありました。8つの企業・団体、一般個人(9105件)も参加しており、全体で

2854万9948円となりました。

また、全国で取り組まれた第22回(通年)の活動では2億3718円(99,961人の寄付、173団体の協力)となり、国内外の地域開発などの事業費(約1億2000万円)、封筒制作費や料金受取人払い、交換手数料などのキャンペーン経費(約8000万円)に使われます。

HFWからのメッセージです

「みなさまからいただいた物品は国内で換金し寄付金とさせていただきます。現地の人々が自らの手で栄養ある食べものを持続して得られるようになるための取り組みに充てさせていただきます。(中略)世界的な食料価格高騰、気候変動などにより、飢餓人口は増加の一途です。ハンガー・フリー・ワールドは、一層気を引き締めて活動を続けてまいります。鎖の輪は最も糸田いところから切れるように、食べることができない最も弱い層への支援は、持続的な社会の鍵となります。日本を含めた世界の食料安全保障が持続可能になるよう、ご協力を何卒よろしくお願いいたします。」

○ hunger free world

食べる、生きる、明日を育む。

2回目の活動を行います! 3月11日(月)~ 西配布

よっ葉生協では、継続してこの活動に協力していきます。

次回は3月~5月末まで。回収用封筒は、3月11日から西配送でお届けします。

★協力のいたたく物品類は、よっ葉生協から西配布する「郵送用封筒」に入れて

郵便ポストに投函してください。切手は不要。

★封筒に入りきらないものは、市販の封筒や段ボール箱などに入れ、

ゆうパック(着払い可)でお送りください。

★協力のいたたく物品は、よっ葉生協の西配送では受け付けません。

★5月末までに投函・発送してください。

ご協力、よろしくお願い致します。

理事長 三輪

配送担当者が「郵送用封筒」をお届けします!



とちぎ食の安全ネットワーク世話人会学習会 (2月8日)

「福島原発のALPS (アルプス) 処理水に含まれるトリチウムの特性-B (ベータ) 線放射性水素原子ということの意味」
宇都宮大学名誉教授 宇田靖さん

2023年8月24日に東京電力福島第一原発でトリチウムを含んだ処理水 (ALPS 処理水) の1回目が出されました。トリチウムの特性の学習会の内容の一部を報告します。

・汚染水はなぜたまり続けるか？

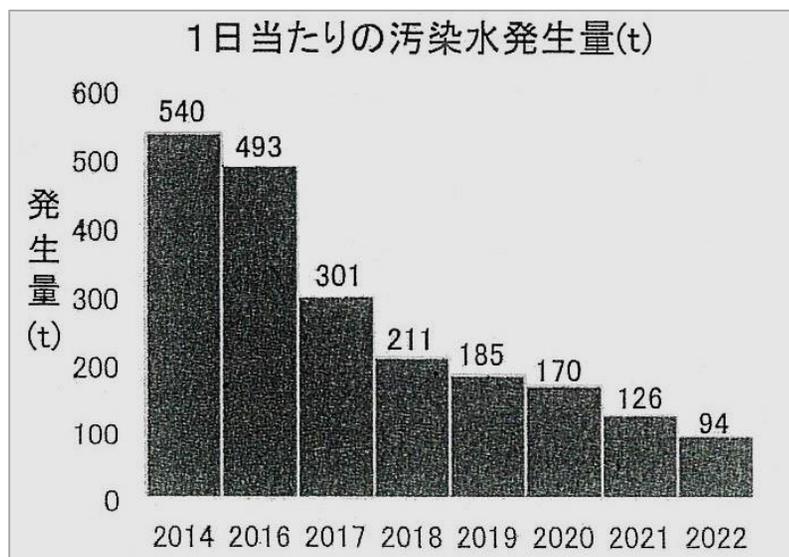
原子炉のメルトダウンで底にたまっているデブリ (推定 880 トン) を冷却し続ける必要があるため、水を原子炉内に注入し続けている。

・メルトダウンで発生した 63 種の放射性物質に、地下水、雨水も入り溜まり続けているので、ALPS 処理途上水に分けて、別々のタンクで保存し続けている。

(ALPS 処理水 「トリチウム以外の核種を基準通りに除去した水」)

(ALPS 処理途上水「ストロンチウム、ヨウ素など 60 種超の核種が混在し、除去されていない水」)

2014 年以降の凍土壁の構築や原子炉建屋に屋根を付けるなどの対策で減少中。



・トリチウムの特性

トリチウムは人体の原子数 63%を占める水素原子と振る舞いが全く同じです。通常、生物は水とトリチウム水の区別ができない。トリチウムは半減期は 12~13 年で、放射線の一種である B (ベータ) 線を放出することで崩壊し、放射線を放出せず安定元素のヘリウムになる。水素原子は細胞内の DNA、たんぱく質、脂質、糖質などあらゆる有機物質の構成原子であるので、これらの水素原子の一部は、動植物の体内に取り込まれたトリチウムと入れ替わって、体成分に有機結合型として留まる。

これらの内容から私たちはどのように対処していけば良いでしょうか

東京電力と政府は、薄めているから、また世界中の原発で流しているのも特別危険ではないと説明しています。稼働すると除去できないトリチウムは液体廃棄物として海洋、河川等へ換気等で大気中に排出されていると言われていました。

福島原発はメルトダウンし、他の放射性物質と一緒に濃い状態であるという、他の状況とは全く異なると思います。

紫外線は放射線ではありませんが、直接長く浴びることによっての健康被害が問題にされていますが、比較しても 2 千~3 千倍のエネルギーがあると言われています。

放射線の種類		
種類	本体	問題
アルファ線 (プルトニウム 239)	粒子	内部被ばく
ベータ線 (ヨウ素 131, セシウム 137, ストロンチウム 90)	大きなエネルギーをもつ電子	内部被ばく
ガンマ線 (ヨウ素 131, セシウム 137)	大きなエネルギーをもつ電磁波	外部被ばく 内部被ばく

トリチウムはベータ線です。

日常生活で気を付けることは、2011.3.11 以降実践してきた、免疫力を上げて排出力を高めることです。1986 年チェルノブイリ原発事故後、「食」の汚染を除く研究をしてきた元放射線医学総合研究所の白石久二雄さんは、玄米食で放射線物質の蓄積を抑えようと提案しています。よつ葉生協では「こまごわやさしい」を進めてきましたが、毎日の食で取り入れていきましょう。

海洋放出は出し続けることが大きい問題です。

海水と魚の放射能検査は続いていますが、トリチウムの検査方法は日数、検査料が非常に高いので、ネットワーク 21 の生協の仲間と協力しながら測定と今後を注視していきます。

福島県の漁業に実害が出ている現実には、放出反対を訴えています。(顧問 富居)

東日本大震災・東電原発事故の募金 継続のご支援をありがとうございます

よつ葉生協の「放射能から子どもを守る募金」(900 番)、「震災孤児を支援する募金」(910 番)は一口 100 円で毎週受け付けています。放射能から子どもを守る募金は、那須希望の砦、那須塩原放射能から子どもを守る会、子供の未来を考える会ハチドリの 3 団体に毎年お届けしています。子どもを守る会とハチドリでは「関東子ども健康調査支援基金」による甲状腺エコーの検査の矢板健診と宇都宮検診、放射能から子どもたちを守る勉強会に活用して頂いています。目に見えない不安を解消するための地道な活動を続けています。

那須希望の砦 (那須町高久丙) は市民放射能計測所として、食品や土、灰などの放射能濃度測定、空間放射線量の測定を無料で行っています。



春の養生あれこれ

春本番の3月は一年の中で環境の変化が大きくカラダもココロも影響を受けやすい時期。葉吹きの春はゆたりのびのびと過ごすことが心身の安定につながります。

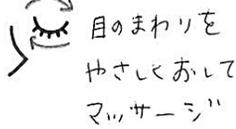
春は五臓でいう「肝」のかかわりが深い季節。「肝」には気や血を巡らせる働きがあり、肝の働きが低下しやすい春はその不調が目に見えやすいとされています。目の疲れやかすみ、花粉症の症状などがある方は次の養生法をぜひ試してみてください!!

塩番茶で温湿布

煮出した番茶に塩をひとまみ入れそこにタオルを浸してしまひ、乾いたタオルで包んでから目にあてる

塩番茶で洗眼!

冷ました塩番茶で目を洗うとスッキリ!!



目のまわりをやさしくおしてマッサージ (クハ入れずに軽く触れる位の力で)

目の養生におすすめ食材

- 人参、ほうれん草、黒豆
- 黒ごま、黒まぐらげ、レーズン
- くらみ、アーモンド、魚肝油

春におすすめ養生ポイント

- 散歩やストレッチで心も体ものびのびと
- まだまだ寒暖差が大きい3月は冷えに注意。(薄着しすぎない!)
- 自律神経の安定に、睡眠しっかり!
- 「肝」の働きを整える西食味の食材を摂る (柑橘や梅干しなど)
- 旬の香りの食材で気血を巡らせる (春菊・菜の花・小松菜・ゴボウなど)



ふみさんの

日々のカンタン!! おやつ作り

さくさく食感! ごまたっぷりクッキー

今回はホケル不使用ホリ袋で作ります!



<材料>

- A.
- 薄力粉 100g
 - 炒りごま 25g
 - さとう 40g
 - しお 2g
 - ベーキングパウダー 小じい¹/₄

- B.
- なたね油 30g
 - 豆乳(or牛乳) 30g

<作り方>

- ① ホリ袋にA.を全て入れて振り混ぜる
- ② ①にB.も加えてよくもんで混ぜる
ひとまとめにすば、すば、袋の中で平らにして2つに折し、それをまた平らにする
これを3~4回くり返す (これを繰り返すことでサクサクの食感に!)
- ③ 2cm程の球状に丸め、オーブンシートの上で手で押しながら平らにする
- ④ 170℃に予熱したオーブンで20分焼く

★炒りごまは、黒ごま、白ごま、金ごまどれを使っても、混ぜて使ってもOKです!

良質な油分を含むごまは、うすおいを補う食材として分類されます。血や生命力を補う作用もあり、滋養強壮やアンチエイジングの効果が。日々の食事にとり入れては食材です。

第8回 定例理事会報告 2月7日（水）

《報告・協議事項》

- (1) 2024年度事業計画・予算について
2024年度事業計画前年比 101.5%（456千円）・経常剰余 1.12%（52百万円）が提案され、承認されました。
- (2) 新型コロナウイルス感染症たすけあい募金について
2020年10月から募金を取り組んできましたが、2023年5月に2類相当から5類に移行し、社会情勢も活発さを取り戻したこともあり、3月8日（金）で募金を終了することが提案され、承認されました。
- (3) 第32回ふれあいまつり決算報告
コロナ禍を経て物価上昇あり、予算を超過してしまう恐れがありました予算内で終了できました。
- (4) 監事会施設監査報告について
1月17日（水）に実施した伊勢崎センターの施設監査について説明があり、確認しました。

(5) 1月度 組合員活動会議報告

- ① よつ葉だより「参加してみませんか」はQRコードと電話での受付に移行します
- ② 地区・専門委員会補助費について
- ③ HP利用者の声やコメント欄を使用し、HPの利用促進につなげます
- ④ 本部所有DVDについて
- ⑤ 地区・専門委員会運営の新体制について
- ⑥ 委員会規定・内規の改訂について

●1月度事業実績

組合員数	27,217名（1月20日現在 前年比101.7%）
	加入64名 脱会89名
供給高	359,059千円（前年比104.0%）
	2023年4月～累計3,773,984千円（前年比101.2%）

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 グローリア アンサンブル&クワイアー第27回演奏会

●イベント **メンデルスゾーン オラトリオ「エリヤ」作品70**

●日時 4月14日（日）開演13:30（開場13:00）

●会場 栃木県総合文化センター メインホール

●チケット（全席自由）一般2000円/学生500円
※未就学児の入場はお断りします

●内容 指揮：片岡真理 ソプラノ：望月万里亜・藤崎美苗
メゾソプラノ：布施奈緒子 テノール：吉田連 バリトン：加未徹 合唱・管弦楽：グローリア アンサンブル&クワイアー

●主催・問合せ グローリア アンサンブル&クワイアーvol.27
実行委員会 TEL 070-2619-4038（小田）
<チケット> 栃木県総合文化センター、宇都宮市文化会館

宇都宮

●イベント **松元ヒロ 笑ライブIN宇都宮 Show Live 2024**

●日時 4月20日（土）14:00開演（13:00開場）

●会場 宇都宮市文化会館小ホール（栃木県宇都宮市明保野町7-66）

●入場料金 前売券2500円（当日券3000円）

●内容 政治権力に忖度する世相に切り込み、観客を大爆笑に包む！「テレビで会えない芸人」松元ヒロが再び宇都宮にやってくる！

●主催 松元ヒロ笑ライブIN宇都宮事務局

●問合せ 樋山 TEL 090-9340-2311
山岸 TEL 090-2233-8983
<前売券> 宇都宮市文化会館、栃木県総合文化センター、やさい&くだもの村全店

能登半島地震災害支援金(865番)の受け付けは3/8(金)までです。



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3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)	1,400
茨城誰かのために募金 (862番)	400
合計	1,800

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3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)	5,600
震災孤児を支援する募金 (910番)	15,800
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	6,000
合計	27,400

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。

●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

よつ葉太陽光発電報告

○2023年12月24日から2024年1月23日（31日間）の太陽光発電量は、5,887kWhでした。CO2削減量は1,851kg（18Lの灯油缶を78本燃焼した量）です。