

よっ葉だより

2024年
4月8日号
No.785

～地産地消～
いのちと健康くらしを守る
よっ葉生活協同組合

春の♡おさそい♡キャンペーン ～広げよう、よっ葉の輪～

3月27日～
6月20日まで
実施しています



お友だち、ご近所などでよっ葉生協に興味のある方はいらっしゃいませんか？
よっ葉生協は、理念「いのちと健康くらしを守る」をもとに、地域に根付く生協として組合員に商品と情報をお届けしています。生協を普段のくらしに取り入れて、食のこと、農業のこと、環境のことをもと身近に考えたい、もっと良くしたい……。そんなことを原真う仲間が土着えて欲しいですね。みんなだよっ葉の輪を広げましょう！

よっ葉生協は

- 顔の見える関係をたいせつに！信頼できる生産者、メーカーさんがそろっています。地産地消が基本！
 - どんな人にも環境にもやさしい有機農業を進めています。
 - 予防原則に基づき、ネオニコチン系をすすめています。
 - 組合員の意見をたいせつに。オリジナル商品が充実しています。
- 総代会、組合員活動かなど自主的に参加する機会もいっぱい！

< キャンペーン特典 >

- 組合員割引 おひとり紹介 + ご加入につき2000円お値引き
- 新規で加入されると 個人宅配 / 2名共同購入で
⇒ 10週間宅配料無料 & 商品引換券1000円プレゼント
初回から5週間の連続のご利用代金15,000円以上で
⇒ さらに商品引換券1000円プレゼント
- 妊産婦さんには粗品のプレゼント
パックスベビーシリーズ サンプル(冊子付き) & 農薬不使用米1kgプレゼント
- ご家族に障がいをお持ちの方がいらっしゃる場合、宅配料は全額無料です。

まずはコチラをお試しください。

お試しセット
¥1,000相当 → ¥500 (税込)

※組合員様はご利用いただけません。※写真はイメージです。※お1人様どちらか1セットの販売とさせていただきます。

Aセット

- 丹沢農場 (神奈川県堂川町) 丹沢高原豚 モモしゃぶしゃぶ
- JAやさと (茨城県石岡市) やさと産直卵
- 鎌倉ハム クラウン商会 (神奈川県) ロースハムスライス
- こいしや食品 (栃木県) 北海道鈴丸大豆 100%使用 大谷室熟成納豆

Bセット

- タカサゴ (栃木県) 全粒粉の食パン
- 鎌倉ハムクラウン商会 (神奈川県) あらびきウィンナー
- よっ葉乳業 (北海道) よっ葉のヨーグルト
- よっ葉乳業 (北海道) よっ葉牛乳



※写真はイメージです。

ご紹介用 → よっ葉お試しCセット、新たにできました！

旬の有機野菜のセットです。よっ葉生協の有機野菜の生産者から選んでいます。化学合成農薬、化学肥料を使わない有機野菜で、野菜本来の味を安心して食べていただけます。

※ お試しセット(A～C)は、組合員様はご利用いただけません

益子の森でウォーキングしながら秋を感じよう

2023年11月20日(月)・宇都宮南委員会

秋空の素晴らしい天気の中、県立自然公園 益子の森をウォーキングしました。参加者は集合した駐車場で、まず自己紹介、あいさつをし、準備体操をしました。気分も盛り上がり、みんなワクワク笑顔でスタートしました。紅葉は少し終わりかかっていたようですが、小鳥のさえずりや美味しい空気を吸いながら歩いて行きました。坂もキツイ所もあり、汗が出てきて辛かったですが、展望塔までに行くと眺めも良く、遠くの山々を見て、とても開放的で満足した気持ちになりました。写真撮影をして次は吊り橋を目指しました。少し揺れたので怖かったのですが面白かったです。景色や組合員同士のおしゃべりを楽しみながら進みます。後はだんだん下り坂になり、生えている草花や樹木に眼を向ける余裕が出てきました。駐車場のスタート地点に戻り、参加者の方々と労を労い挨拶をして解散をしました。まだまだ頑張っただけで体を鍛えて健康的な活動が出来る自信が持てました。充実したウォーキングでした。

(宇都宮南委員会 鈴木)



初めてのダーニング

2023年11月21日(火)・栃木委員会

11月21日、栃木市市民交流センターにて主催の栃木委員会メンバーでもある古橋さんを講師に『初めてのダーニング』を開催しました。

用意した練習用の布に穴を開け、縫い方の手順を丁寧に教えて頂きました。見るだけではなく、実際に手を動かしながらだったのでとてもわかりやすく、初めてダーニングをされた方も講座が終わるまでには一人で出来るようになったと思います。

糸の色が違うだけでも印象が変わったり、ダーニングをした方の手の運び方で個性が出る場所にも面白さがありました。ひと針運ぶたびに愛着がわき、お気に入りの洋服や物を見つけた時にはお直ししながら長く大切に使おうと思われました。

参加頂いた皆さんとお互いの出来上がりを見せ合ったり、分からないところは教え合ったり、おしゃべりも楽しみながらと、先生のお人柄もあってかとても心地よい時間が流れていました。参加された方の中には、ご自分でお持ちになったバッグにダーニングをして世界に一つのオリジナルバッグを作られた方や、「刺繍糸の通し方を教わっただけでも、今日参加した甲斐がありました。」などと嬉しいお声を頂きました。

当日ご参加頂いた皆様ありがとうございました。

(栃木委員会 佐藤)



食の未来を考える連続講座・第2弾 (オンライン限定)

食の世界が大きく変わろうとしている今、改めて「食べものとは何なのか、どうあるべきか」という基本的な問題に立ち返り、食の未来について考える連続講座です。

第2弾は「消費者の知らない生産現場から」と題して、私たちの食卓に直結する農業・畜産業・漁業の現状について、生産者または生産者に近い立場の専門家から話を伺い、消費者に何が出来るか一緒に考えます。ぜひご参加ください。

<第4回>4月19日(金)14:00~16:00

「本物の魚が食べられなくなる?~消費者が知らない海と漁業の世界~」講師:二平章さん(全国沿岸漁民連絡協議会事務局長)

<第5回>5月17日(金)14:00~16:00

「酪農を通じて目指す生消連携~生産から消費までのバリューチェーンを~」講師:鎌谷一也さん(みんなの牧場代表取締役会長)

<第6回>7月19日(金)14:00~16:00

「小規模農家が食と農を支える~世界の潮流“アグロエコロジー”とは~」講師:藤原麻子さん(農民運動全国連合会事務局長)

- 参加方法: オンラインのみのご参加となります。
- 参加費: 非会員各回500円、会員無料(日本消費者連盟会員と遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン個人会員)
- 申込み締切: 各回開催日の2日前の午後5時
- 参加のためのZoom案内や資料は各開催日の前日に送ります。

★参加申込みフォーム→<https://forms.gle/5C3bVogzaFQeikpo9>

参加費は事前に下記までお振込みください。申込み回数分をまとめてお支払いいただけます。

【振込先】

◎ゆうちょ銀行から振り込む場合

郵便振替口座: 00130-0-22957

加入者名: 日本消費者連盟

◎他行から振り込む場合

銀行名: ゆうちょ銀行/支店名: 〇一九(ゼロイチキュー)

支店/預金種類: 当座 口座番号: 0022957

口座名: 日本消費者連盟

【お願い】振込みの際には、お名前のほか、通信欄に「食の未来講座・第2弾参加費」とお書きください。

★お振込み後のキャンセルはご遠慮願います。

★講座の内容は録画し、後日、参加申込者に視聴方法をご案内します。

●主催: 日本消費者連盟・食の安全部会、遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン

<問い合わせ先>

日本消費者連盟

TEL: 03-5155-4765(月・水・金)

Eメール: online@nishoren.org

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「なす子育ての会」代表

食事にもよ
おやつにもよ

そば“だんご”

スープと
おやつを
ご紹介!!



そばだんご入りわかめのスープ (2~3人分)

鍋にごま油を熱しニンニク(1片分)みじん切りと
戻したわかめをサッと炒め水(3カップ)を入れて
煮立てる。そば米粉(60g)は熱湯(40cc)で溶かして
スープにひくろ木にして落とし入れ、2~3分煮る。
塩としょう油で味をととのえる。

おやつ アレコレ♪

- * あんこ
- * 黒蜜
- * みたらあん
- * きずりあん

そばのなかまを

そばは気のめいりを整えて
食べたものをスッキリ消化し
便秘にも下痢にもよいので
腸活に役立ちます。

冷えがある人は温かい
そばにして、薬味をたっぷり
添えるとお腹に負担にならず
バランスがとれます。

ゆでそばだんご

そば米粉 60g をボウルに入れ、熱湯 40cc を
入れてスプーンでグリンダレ混ぜる。沸き出したお湯に
ひくろ木にして落とし入れ、2~3分茹でる。

揚げそばだんご

左記の作り方で、
茹ですにまわりかき
カリッとすまて揚げると
とても美味しく
(みたらあんがオススメ!)

くらら 4月4週のおすすめ商品を産直・商評委員さんに聞きました!!



6 夢中熱中抹茶とあずきの最中
こだわりの原料の KUBOTA のアイスですが、あずきと抹茶
の組み合わせもとてもおいしいです。アイスクリームに余計
な添加物を使っていないので、甘味もとてもさわやか。
季節関係なく、いつでも食べたいアイスです。
(商評委員 横山)

99 アラゲきくらげ
那須バイオファームさんのアラゲきくらげ。献立に困ったときにこれが
冷蔵庫にあるととても助かります。さっとゆでて、よつ葉のポン酢で食
べるのはもちろん・春雨スープに入れても、卵と炒めても簡単でちょっ
ぱり豪華な一品ができます。
冷蔵庫で長持ちするのもありがたい。おすすめです。(産直委員 齋藤)

255 熊倉さんのカントリーチキン 鶏スペアリブ
前日に解凍して、塩コショウをもみこんでおきます。ハーブソルト
もあつたら、それも入れて。フライパンに敷き詰め、両面焼くだけ
ですごくおいしいご馳走になります。骨付きは食べにくいかな?と
思いがちですが、これは簡単に食べられます。
子ども達のテンションが上がるおかずです。(産直委員 石川)



297 やさと産直たまご(ファミリーパック)
飼料に生産分別流通管理済みのトウモロコシを使用したどこ
よりも安全な餌で育てた鶏さんの卵です。ここまでこだわって
いる卵はなかなかこのお値段では手に入りません!
(産直委員 針谷)

453 オーガニック小麦の蜂蜜カステラ
安心安全な原材料で、個包装にもなっているので、おやつや小腹がす
いたときにぴったりです。パサパサしていないしっとりとした食感の
カステラです。コスパもいい商品です。
是非一度手に取ってみてください。(商評委員 阿久津)

那 須

よつ葉生協のサークルです!

第1回「畑の横の和蜂学校」

在来野生の日本蜜蜂の巣箱から実際に採蜜体験をします。

日時 5月16日(木) 13:30~15:30頃
場所 大山田ノンフェール・くらねえ(旧大山田小学校)
(栃木県那須郡那珂川町大山田下郷 955)

参加費 5000円 よつ葉生協組合員 4500円(講習代、資料代、シフォンケーキとハーブティー、日本蜜蜂の蜂蜜お土産、保険料を含みます。)

内容 日本蜜蜂の巣箱から採蜜しましょう。
*蜂場で巣箱の巣房を切ります。
*蜜の入った巣房から垂れ蜜を落とします。
*待っている間に美味しいシフォンケーキとハーブティーをいただきながら日本蜜蜂との付き合い方の話をしましょう。



締切日 5月7日(火) 定員: 15名

主催・申込み・問合せ先
ノンフェール事務局 相馬心平 TEL 090-3344-7813
<持ち物> 巣箱観察のため面布と帽子・長袖シャツ・ゴム手袋が必要です。各自スリッパをご持参ください。

*面布・草取り作業時に使う虫よけの黒いネットです。
次回ワークショップは9月22日(日)「蜜蠟で遊ぼう」を予定しています。

組合員さんの声

3.11を迎え、NHKの集約されたデブリの処理のTVを見ています。多くの人の犠牲の他に未来の人々にも残す負の遺産、皆で声を出していきましょう。勉強していきたいです。(矢板地区 S、Tさん)

映画「夢みる給食」を見てきました。稲作を守る会の稲葉光國さんのやさしい笑顔に会えてとてもうれしかったです。「オーガニック給食」が全国の子供たちに広がりますように願います。(伊勢崎地区 関口れいさん)

天敵農法についての記事、わかりやすくて良かったです。農法について勉強になりました。又、このような特集、楽しみにしています。

以前よりもカタログが見やすくなり、産地や生産者について詳しく書かれていて商品えらびの参考にとっても役に立ちます。(つくば地区 K、Kさん)



感想をありがとうございます。生産者やメーカーの工夫や取り組みは、安心して食べてもらいたいという生産者の思いがあるからです。今後も、くらやよつ葉だよりでお伝えしていきます。感想もお待ちしております♪

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にお問い合わせください。

宇都宮 5月3日憲法記念日講演会

●イベント 記念講演「歴史の証言!戦争の真実と憲法九条の輝き」

山田朗 明治大学教授、登戸平和教育資料館館長、歴史教育者協議会委員長

●日時 5月3日(金)
13:00 開場「みんなで歌おう 生きる喜びの歌」
13:30 ヒロシマの記録「あの日のこと」被爆者証言上映
14:00 記念講演
16:00 閉会

●会場 宇都宮 健康の森講堂(栃木県宇都宮市駒生町 3337-1)

●料金 資料代 700円をカンパでご協力ください。

●定員 400名

●主催 栃木革新懇・九条の会栃木

●連絡先 TEL 090-4423-2202(針川)
TEL 090-4847-9805(浅井)
TEL 028-636-6103(とちぎ市民法律事務所(田中))

【お詫び】

よつ葉だより No.780 (3月4日号)
表紙の、ハンガー・フリー・ワールド書き損じはがき回収キャンペーンのお知らせの中で、「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」とご案内しましたが、封筒に入りきらないものの発送料金について、発着者で負担いただく旨が、郵送用封筒に案内されております。郵便料金の値上げ等によるものです。確認不足によるご案内となり、申し訳ありませんでした。事前にお配りした郵送用封筒に入りきらない場合は、発送料金をご負担いただきますよう、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。(理事長 三輪)

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。

東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告 (3月4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)	7,300
震災孤児を支援する募金 (910番)	21,300
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	9,500
合計	38,100

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。

●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

