

よっ葉だより

2025 年
10月27日号
No.858

～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

実りの秋 ～上三川稲刈り体験してきました～

黄金色に輝く稲穂が垂れる田んぼが広がるNPO法人民間稲作研究所で、10月4日に稲刈り体験を開催しました。総勢76名の参加がありました。民間稲作研究所は、日本で唯一有機米の種子を作っている貴重な所なのです。

館野理事長のお話では、よっ葉生協が開催する上三川農業体験は今年で16年目。有機の田んぼには、赤とんぼやカエルなどの生きものがいるのでいい時間を過ごしてください、とお話があり、鎌の持ち方、稲刈りのやり方を教えていただきました。

田んぼに移動して、いよいよ稲刈りの実践！自分の持ち場を次から次へと5株刈ってはまとめて置いていく。黙々と稲刈りをしていたら、あっという間に予定していた場所は終わってしまいました。あまりの早さに、指導してくれた館野理事長も川俣さんも驚いていました。

次は、5株まとめた稲を稲わらが麻ひもで束ねて、束ねた稲をはざかけにする。初めての人も何度もやるうちにとっても上手に束ねていました。

はざかけで1～2週間ほど干して、お米の水分が15%になる位に乾かしたら、脱穀→もみすり→玄米にして消費者に届けるそうです。私たちがご飯を食べるまでには農家の方が半年以上手間暇かけてお米を育てて下さっていることに改めて感謝です。

たくさん働いた後は、お楽しみのお昼♪川俣さんのお米で作ったお餅と新米に、豚汁、浅漬け、いなり揚げの煮物、みかん。お餅は大根おろし、きな粉、お汁粉とバラエティー豊富です。どれもとってもおいしくて、雨が降ってきて皆さん何度もお代わりに来てくれて、用意していたご飯はきれいになくなりました。

交流会で、館野理事長から「去年はイネカメムシの被害で収穫量が半分になってしまいましたが、今年はムシヒキアブが大活躍してくれてカメムシを食べてくれました。昼間は稲の株元にもぐっているカメムシをカエルが食べてくれて、自然の生態系の力によって農薬を使わず被害を防ぐことができると思います。」と、心強いお言葉をいただきました。

昨年からお米が店頭から消え、ご飯を食べることが当たり前ではなくなっていました。農業体験を通して、農家の現状や思いを知ることができたと思います。

これからもこのような交流の機会を作っていきますので、たくさんの方に参加していただきたいです。

理事 中村



左 川俣さん 右 館野さん

鎌の使い方を教わっています。



はざかけも体験♪



当日発見した
生きものたち。

「ムシヒキアブ」も
言われて
みてね。



とちぎ食の安全ネットワーク 第2回学習会

地球規模で広がるプラスチック汚染

～プラスチックの現実と未来へのアイデア～

講師 東京農工大学名誉教授 高田秀重 氏

高田先生は環境汚染化学がご専門のプラスチック汚染分野の第一人者です。2019 年に東京農工大キャンパスの自動販売機からペットボトルを一掃、マイボトル用給水器を設置する「東京農工大学プラスチック削減 5R キャンパス」を実施。『プラスチックモンスターをやっつけよう！きみが地球のためにできること』（クレヨンハウス）、『分別が楽しくなる！ごみと資源のリサイクル』（新日本出版社）などを監修。

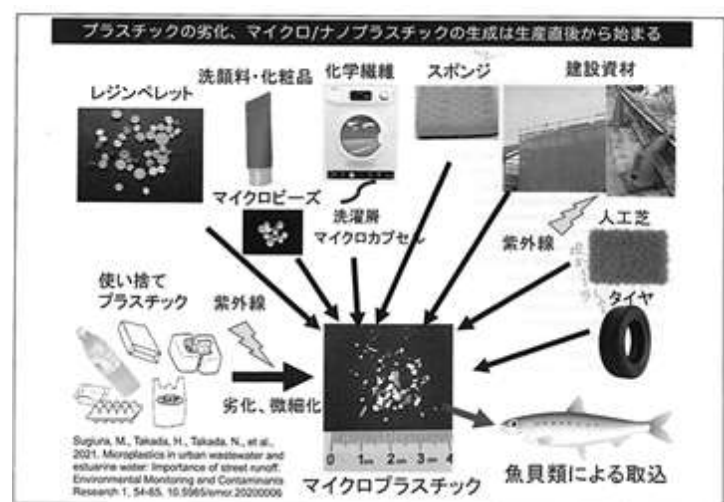


世界で使われるプラスチック

世界中では、年間 4 億トンのプラスチックが生産されています。全世界の石油産出量の 8～10% がプラスチックに使われ、2050 年には 20% になるだろうと見込まれています。

生産されたプラスチックの半分は、「容器包装」に使われています。日本でも、「リサイクルのシステム」に従って分別回収され、リサイクルや埋め立て、焼却されますが、ごみ処理の限界を超えて大量にあふれて大きな問題になっています。

あふれたプラスチックごみは、紫外線や摩耗などで劣化、小さくなっていきます。大きなゴミは、クジラ、海鳥、ウミガメなど海で生きる生き物の体内に入り、「絡まる」「詰まる」「塞ぐ」「損傷」などにより、死に至ります。大きなごみは更にどんどん小さく細かくなり、マイクロプラスチック、ナノプラスチックとなって、目に見えない形で大気、川、海を汚染し、最終的に人間も体内に取り込んで、健康を脅かします。



劣化による環境汚染が問題

プラスチックの劣化は、生成された直後から始まります。ペットボトル 1 本にはすでに約 50 個のマイクロプラスチックが含まれますし、洗顔料、化粧品、化学繊維（洗濯で繊維状のプラスチックになる）、食器用スポンジ、建設資材、人工芝、タイヤなど、ありとあらゆる人工物が発生源となります。例えばプラスチック製食品保存容器を電子レンジにかけると、1 cm² から 420 万個のマイクロプラスチックが放出され、目に見えない形で体内に取り込まれていきます。このようにプラスチックの汚染は、生態系全体に広がっており、約 1 千種の生物に取り込まれていることが研究で分かっています。

人体への影響

人への影響はどうでしょうか？ 環境中では、大気、飲料水、魚介類で検出されますが、人体では、肺、胎盤、心臓、血液等から検出された例があります。生き物にとってプラスチックは異物なの

で、粒子の毒性が多くの実験で確認されています。体内では組織に炎症が起こり、ナノサイズになると生体膜を通して循環系に侵入し、免疫毒性の発生が懸念されています。

添加剤が問題に

プラスチック生産量のうち 7% は、添加剤です。酸化防止剤、紫外線吸収剤、難燃剤、可塑剤などがあり、年間生産量は 2800 万トンにもなります。可塑剤や難燃剤が 75% を占め、プラスチック性能の維持や使いやすさが目的です。問題なのは、添加剤から環境ホルモン（内分泌かく乱化学物質）が放出されていることです。体内でホルモンの作用をかく乱し、性、生殖、甲状腺機能、脳神経等に関する異常を引き起こします。女性ホルモンの受容体と結びつき、女性ホルモンと同じように働くものもあります。プラスチックがマイクロ／ナノプラスチックのように微細化することで、本来は化学的に内包されていた添加剤が放出し体内に取り込まれるため、健康へ影響を及ぼすのです。人の血液、尿、脂肪などからすでに検出され、昨年 5 月には有害化学物質を国際的に規制する国際条約（ストックホルム条約）で、2 物質について既に使用禁止になっています。

国際的には、プラスチックを規制する条約を制定することが国連環境総会で決議されていますが、今年 8 月も産油国などの反対によりいまだ合意には至らず、規制にほど遠い現実です。

リサイクルの実情

日本では、プラスチックごみの 70% は焼却、リサイクルが 24% です。石油ベースのプラスチックを燃やすことは、実質的に温室効果ガスを発生させ、温暖化を加速させます。絶対的な生産量を減らすことでしか温暖化を解決し、マイクロプラスチック汚染、有害な添加剤の暴露から逃れる手立てはありません。リサイクル促進も根本的解決ではありません。手間やエネルギーがかかり、リサイクルそのもので質が低下するため、無限にリサイクルできるわけではないからです。水平リサイクルが可能なペットボトルも、ガラス製リターナブル瓶のリサイクルに比べてエネルギー消費量、CO₂ 発生量が 2 割多いです。

未来へのアイデア

パリ協定のもと、2050 年以降は石油ベースのプラスチックを燃やすことができなくなります。社会全体で環境負荷の少ない素材を使うようにするだけでなく、生産・消費・流通を変革しなくてはなりません。安全な添加剤を配合した必要不可欠な最小限のプラスチックをリサイクルして使う、バイオマス（紙、木、布）を使うなど、大量消費、大量焼却しない構造的な転換が必要です。個人でも、毎日の暮らしの中でプラスチックを使わない生活にできる範囲で工夫していきましょう。（理事 三輪）



11/15(土) 第34回ふれあいまつり



ボランティア大募集!!!

11/15 (土) にライトキューブ宇都宮で開催される、第34回ふれあいまつり。
今年はちょっと違う立場で参加してみませんか？

ふれあいまつりが初めてでも、特別な知識や経験がなくても大丈夫。

スタッフとして一緒にふれあいまつりを楽しんでもくれる方を募集します。

締め切り

11/7 (金)

↓応募はこちらから↓



●大人はもちろん、中学生から小さなお子さまは保護者の方とペア参加OKです。

●9:45~14:00 の間で午前か午後の2時間程度

●応募フォームに必要事項の入力をお願いします。

組合員番号、お名前、年齢、携帯電話番号

時間帯の希望がある方は、質問欄に「午前 or 午後」を記入してください。

●お茶・軽食付き

●詳細・ご案内は、受付締め切り後に SMS でお知らせします。

子どもコーナー
のお手伝いその他イロイロ
お手伝い

参加してみませんか

<お問合せ よつ葉生協 組合員組織部 TEL 0120-07-1613>

栃 木

こぎん刺しでミニクリスマスツリー

日本の伝統刺繍技法のこぎん刺しで、ちいさなクリスマスツリーを刺繍します。ミニ額縁に入れて飾りましょう。

日 時：11月25日(火) 10:00~12:00 (受付9:50~)

会 場：きららの杜栃木蔵の街楽習館
(栃木県栃木市入舟町 6-8)

参加費：大 人 1000 円

子ども 1000 円 (作成する場合)

定 員：5 名 託 児：な し

締切日：11月14日(金)

主 催：栃木委員会

※針を使用します。お子様の参加は十分にご注意ください。



産直・商評委員会 11月2週おすすめ♪

99 なかののきらめき(アップルファームさみず)

皮だけでなく、中の果肉も赤いりんごです

初登場!

知らないで切るとビックリするかも。生でも美味しい(酸味強めです)のですが、加熱調理がオススメです。加熱すると果肉全体が赤くなり、見た目に華やか、映え映えです。薄くスライスしてパンにのせ、りんごの上にバターとシナモンシュガーをかけてオーブントースターに入れると…、お手軽アップルパイ風トーストの出来上がり〜♪ 果肉も赤いりんご、ぜひお楽しみください〜



420 茹でこぼし不要ぽんぽん麺 ちゃんぽん味

お鍋1つで、簡単! 便利! 美味しい!!

ゆでこぼしする必要が無い麺なので、洗い物も少なく、「インスタント麺」感覚で作れます。思い立ったらすぐできるのに本格的な味がうれしい(アウトドアでも大活躍!)。国産小麦で、もちろんスープは無添加。保存期間も1年と長いのも魅力です。

キャベツ、白菜、にんじんなど好きな野菜をたっぷり入れると美味しいですよ♡



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。

佐野



●卒業式の朝



●浜木綿の花

- タイトル 安藤勇寿「少年の日」季節の花展
- 日時 ~12月25日(木)まで
- 会場 安藤勇寿「少年の日」美術館(佐野市御神楽町623-1)
- 問合せ TEL 0283-67-1080 FAX 0283-67-7030
- ※料金、休館日等、詳しくはお問合せください。

組合員さんの声

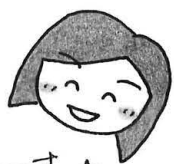
よつ葉だより昔は楽しみに読んでいましたが、最近あまり読んでいません。理由は 1、難しい内容でわかりにくい 2、字が小さくて読みづらい、組合員さんの意見やお便りをもっと載せて下さい。よつ葉をほめる意見だけでなく、不満に思っている事も載せて欲しいです。カタログの量が多すぎて目を通すだけで疲れます。

(真岡地区 H・Iさん)

ご意見ありがとうございます。

菊判(原稿サイズ)よつ葉だよりでも情報を減らしていませんので、小さい字になっております。組合員の声は、掲載OK☑であればお載せています。

沢山の方の声を
お待ちしております♪



足利

- イベント 谷口 たかひさ講演会
「スマホ依存と自己肯定感」
~スマホが奪う心と時間~
- 日時 11月17日(月) 18:00~受付
18:30~20:00 おはなし、質疑応答
- 会場 義任山 吉祥寺(足利市江川町245)
- 参加費 無料(任意で谷口さんへの応援カンパをお願いします)
- 定員 50名
- 申込方法 ① e-Mail xyouzi461@gmail.com
② Instagram yumemiru_ashikaga
①or②に「お名前(フリガナ)・人数」を送ってください。
- 主催 レインボーチーム

小山

- イベント 家事家計講習会
あなたの家計 今どうなっている?
物価高 悩むより はじめよう 家計のこと

- 時間 10:00~11:30 ●参加無料

開催日時	場所
11月13日(木)	ぷらっとほーむ CAD0(野木町丸林396-8)
11月14日(金)	小山友の家(小山市駅東通り2-1-11)
11月17日(月)	きららの杜蔵の街楽習館(栃木市入舟町6-8)
11月18日(火)	山水はなももプラザ(古河市横山町1-2-20)
11月20日(木)	石島建設プラネットホール・ゆうき図書館 (結城市国府町1-1-1)
11月21日(金)	小山友の家(小山市駅東通り2-1-11)
11月22日(土)	野木町公民館(野木町丸林571)
11月24日(月)	小山友の家(小山市駅東通り2-1-11)
11月15日(土)	オンライン(ZOOM)
11月19日(水)	
11月21日(金)	

- 問合せ 小山友の会 TEL/FAX 0285-23-0094
Mail oyamatomonokai@gmail.com

【お知らせ】(よつ葉だより No.857 表紙)

案内文の一部が、改行ミスで吹き出し部分に重なっていました。読みづらくなり申し訳ありませんでした。

東日本大震災・東電原発事故での支援金 募金報告(10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)	8,300
震災孤児を支援する募金 (910番)	15,300
「有機農業と国産種子」募金 (920番)	7,900
合 計	31,500

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/>

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

第34回 よつ葉生協 ふれあいまつり

11月15日(土) 10:00~14:00

ライトキューブ宇都宮

JR宇都宮駅東口広場

60社以上が出店!お待ちしております!