

りっぷる Ripple

エスコープ大阪機関紙
第154号
15.10.26

表紙

・未来につながる産地づくり
～ビジョンを実現する～
・エコロ制度スタートしました！

P3

・活動報告「ごみ処理場見学」「GMO講演会」「トマト計画的労働参加」
・エスコープ大阪のホームページが変わりました！

P2

・収穫の秋を迎えて各産地より新米が届く季節！
～ごはんのいいとこ見直そう～

P4

・大きく育て福祉の樹「SOS」
・2015年「食のフェスタ」案内
・理事会報告・おたよりネット・編集後記

未来につながる産地づくり ～ビジョンを実現する～

今こそビジョンフードへの 利用結集を!!

TPP（環太平洋経済連携協定）は大筋合意となり、参加国での協定批准の準備がすすめられつつあります。私たちの主食であるコメは、年間77万トンを無関税で義務的に輸入しているMA米とは別に、無関税の特別輸入枠として米国と豪州から7.8万トンを輸入することとなつていきます。政府は、国内の流通量が増加して米価下落につながらないよう、この約7.8万トンに相当する国産米を備蓄米として買い上げるという方針を決め、TPPで影響を受ける農家への支援をうたっています。しかし、価格の下落への対処は長続きしない事は明らかです。また、牛肉や豚肉の関税も大幅に下げることや、チーズ類などの乳製品も最終的には関税撤廃に向かうなど、国内生産者への打撃は計り知れないものとなること予想されます。

入障壁になる場合、国内基準の緩和が求められることが予想されます。たとえば、韓国とアメリカの2国間で交わされているFTA（自由貿易協定）では、アメリカでBSE（牛海綿状脳症）が発生しても、韓国はアメリカからの牛肉の輸入制限はできないとなつていきます。国内の法律よりもFTAが優先されることになつていくからです。

まず、私たちはTPP参加主要国の食糧自給率は100%以上であることを思い起こす必要があります。これらの国は食糧政策として多くの税金を使って国内の第一次産業を守りつつ、余剰食糧を他国へ販売するという国策をとつていきます。単に土地の広さや人件費の問題ではありません。TPPにより今以上に日本の食糧自給率が下がらないようにはたらかかけていきたいと思います。

食料を生産する第一次産業の従事者が減り続け、農業の担い手は65歳以上が60%になつていきます。このままでは食料調達さえ困難な社会を、次世代に引き継ぐことになつてしまいます。1964年の自由化により輸入枠を随時拡大しているオレンジ（かんきつ類）は、国内の生産基盤がど

んどん弱体化しています。例えば、その中で私たちは40年近く、みかん生産者（豊共園）との提携関係を維持し生産者の世代替わりも可能にしてきました。今こそ、消費する力を合わせて生産者と消費者が共通のビジョンを持つことが大切です。そのような消費材を私たちは「ビジョンフード」

滋賀県の竜王町を中心に米を軸に 産地づくりをすすめる

と呼んでいます。関西圏でビジョンフードへの結集を通じて、主産地づくりを推進していきましよう。

※MA米（ミニマム・アクセス米）
ミニマム・アクセスとは、最低限輸入義務という事で、日本が高関税を課して輸入を制限する代わりに、最低限輸入しなければならぬ量の外国米で、政府米として扱われます。平成5年（1993）ウルグアイラウンド農業合意されました。

滋賀県の『竜おうみ米』を軸に、生活クラブ関西6生協約6万人の食べる力を結集して、次世代にわたつて食べ続けていける産地づくりⅡ「主産地形成」を構想し、2013年度より取り組みを開始しました。2015年産米は4951俵の消費をめざします。

された米の利用結集に取り組み、私たちの豆腐やみそ、醤油の原料になる大豆の生産も考えていきます。その他の作物についても、素性が確かな消費材の原料として確保することをめざしています。農業が成り立ち、後継者もでき、持続して生産し続けることができ、産地づくりをすることが、国内の食糧自給率を高め、安心して暮らすことにつながっていきます。

滋賀県は耕作地の水田化率が全国で第2位の大都市近郊のコメどころ。たくさん水田があるため、食糧自給率を高める取り組みが充分可能な条件にあります。この産地で環境負荷の少ない農法で栽培

まずは『竜おうみ米』を食べ、この取り組みを実現していきましよう。



竜おうみ米
2,132円(税込2,303円)
5kg
滋賀県・竜王町稲作経営者研究会

エコロ制度スタートしました！

10月1日より、エコロ制度が始まりました。
エコロ制度加入用紙はもう提出されましたか？

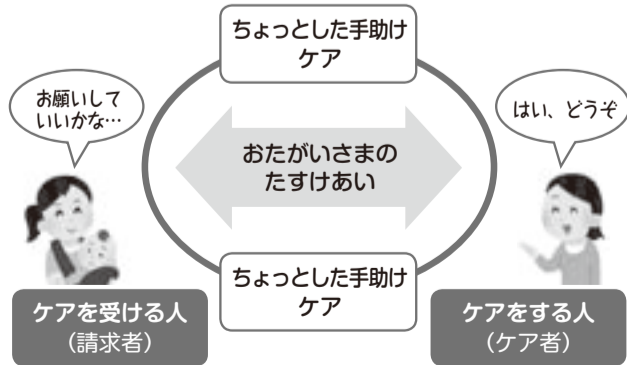
●「エコロ制度はエスコープ大阪の組合員 同士のたすけあいのしくみです。

エコロ制度はエスコープ大阪の組合員同士のたすけあいのしくみです。何か困った時に、「ちょっとお願い」「はい、どうぞ」とたすけあえる関係をたくさんつくっていきましょう。

●「おうちエコロカフェ」を開催

各地域で、地域委員会が組合員へエコロ制度の説明や加入者同士の交流を促す「エコロカフェ」、エコロ加入者がご自宅で周辺の加入者と顔見知りになるのをサポートする「おうちエコロカフェ」を開催しています。

詳しくは、各地域の地域
ニュースや福祉委員会
の「エコロNews」を
ご覧ください。



問合せ先: エコロ事務局 ☎072-293-4660

生活クラブの
健康な食デザイン



収穫の秋を迎えて各産地より新米が届く季節!

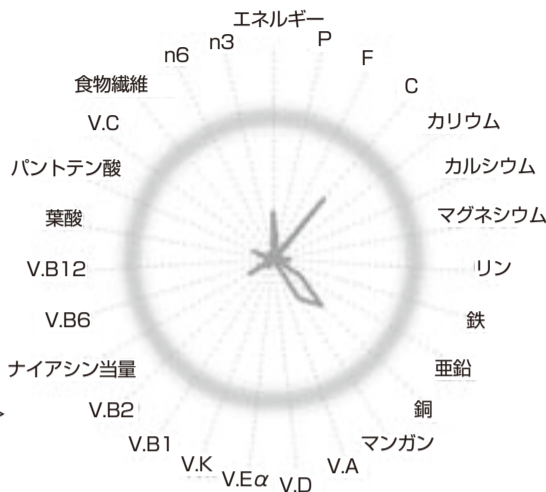
～ごはんのいいとこ見直そう～



「ごはんの栄養素は
炭水化物(糖質)
だけじゃない!



本当に大丈夫?
話題の「炭水化物抜きダイエット」



<白米の栄養レーダーチャート>

生命維持や新陳代謝の主材料としてもっとも重要な役割をするのが、三大栄養素である「炭水化物・たんぱく質・脂質」です。
ごはんには、身体の主なエネルギー源である炭水化物をはじめ、身体の基礎をつくるたんぱく質やカルシウム、鉄分、身体の働きを保つ食物繊維、ビタミンなど、いろいろな栄養素が詰まっています。

バランスが
大切よ!!

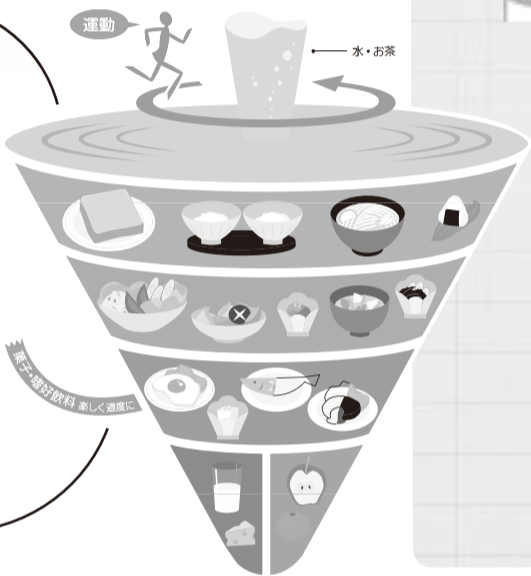


ある組合員さん宅での親子の会話です
娘: ママ、今日は白ごはん抜きでね〜
母: なんて? 成長期なんだからしっかりごはんを食べなさい〜
娘: だってダイエットしてるんだもん〜一日一食だけにして、炭水化物は摂らないようにしたいの。
母: ダメダメ! そんな偏った食事をしちゃうダメ!! まずは自分に必要な摂取カロリーを把握して、バランスコマのようにごはんを中心にバランスよく食べた健康で太らないわよ!

なるほど

あなたのコマは
うまく回っていますか?

このバランスコマのイラストのように、「主食+副菜+主菜+汁物」を食べるように心がけ、1日に何をどれだけ食べたら良いかをイメージして食事を摂ることができたらいいですね。バランス良く食べて、運動をするとコマは安定して回りますが、食事のバランスが悪いとコマは倒れてしまいます。



「高脂質食/低炭水化物食は穀類に含まれるミネラルが不足し、たんぱく質摂取量が多くなるため、総死亡率、2型糖尿病罹患の増加が懸念される。2013に発表されたコホート研究(※①)のメタ・アナリシス(※②)では、炭水化物に比し脂質の多い食事は総死亡率を1.3倍増加させた」。炭水化物制限を行う場合は、医師の管理と指導の下に行うべきと考えます。

厚生省の日本人の食事摂取基準2015より

※①一定の数の人々を対象に健康に関する要因を研究すること。
※②研究の複数の結果を統計的に分析すること。コホート研究のメタ・アナリシスによって導き出された結果は、科学的根拠という観点では、信用度の高いものとされている。

ごはんを食べることで太る原因なのでしょっか?
日本(人)の食事は今、肉類(主菜)が増加しています。総エネルギー量は減っても、外食が多くなり脂質過多の傾向や、家庭の食事も主菜(たんぱく質と脂質)が何皿も並び、いわゆる「居酒屋献立」になり、副菜としての野菜(食物繊維・ビタミン・ミネラル)が不足し、栄養に偏りが生じることで、メタボリックシンドローム増加の原因のひとつと考えられています。
スムーズなエネルギーの供給源となるのはタンパク質ではなく炭水化物。必要摂取量の順番からしても上のコマのように主食(ごはん)→副菜(野菜)→主菜(肉類)となります。このバランスが崩れたり、そもそも必要摂取量がオーバーすることで肥満・メタボに。
また偏った食事やミネラル不足による新型栄養失調の問題になっています。ミネラルは神経の働きにも関わっているため、不足すると体がだるい・やる気が起きないなどの状態にも。主食、特に日本人の体に合ったごはんを中心とした献立を意識したいですね。
話題の炭水化物抜きダイエットが、どうやら「ごはんを「悪者」にしてしまったようです。
厚生省の「日本人の食事摂取基準2015」には、左記のような記載があります。

～毎日食べてほしいエスコープのお米～



何が違うの?
エスコープのお米

①トレーサビリティが明確

エスコープ大阪では現在7つの生産地のお米に取り組んでいます。産地訪問で直接生産者からお話を聞く機会もあります。どの産地も栽培方法、精米、流通システムに関して、トレーサビリティは明確です。市販のお米では産地や銘柄の偽装などの問題が後を絶ちませんが、すべて知ることが出来る関係性ではないでしょうか。

②生産者と共に取り組む・決める

私たちが取り組んでいるお米の生産者は、無農薬・減農薬(省農薬)といった安全なお米ということだけではなく、食の自給や遺伝子組み換え反対運動、環境保全運動など、運動方針も共有することが出来るパートナー的存在です。生産者と消費者の双方の課題を共有し、組合員自らが生産者と話し合っており、栽培方法から価格の決め方に至るまで参加して決めています。



登録して食べる

「毎日食べるお米だからこそ安全なお米を安心して食べていきたい!!」それを実現するために「これだけの量を食べます」と、生産者と約束します。食べる約束をすることは米作りを支え、安心・安全なお米の確保につながります。

環境委員会 ごみ処理場 見学

8月19日(水)
(堺市クリーンセン
ター東工場第二工場)

河内長野・大阪狭山地域理事
佐々木 奈緒

ごみ処理場見学に 行ってきました!!

す。今の埋立地(大
阪湾にある)は平成
39年にはいっばい
になる予定です。



ゴミを消却する際に出る熱を利用して
発電を行っている

エスコープ大阪では資源や環境を守る
ことにつながると思ってごみの減量をす
ずめています。実際に堺市のごみ処理
状況の現場を見てみよう!と、組合員8
名、子ども2名、職員2名で見学に行つて
きました。

処理場内は、ごみ集積・焼却・灰の排出
などの現場を窓から見下ろせるように廊
下が伸び、説明の資料も展示してありま
した。東工場では一日460トンのごみ
が運ばれてくるので、一日一人1kgごみ
を出している計算になります。工場の職
員の方の説明では、ごみを減らさないとい
けない理由はまず焼却費用です。年間
72億2千万円とい
う途方もない金額
がかかり、税金でま
かなわれています。

次が工場の老朽化
です。燃やすごみ
の量を減らせば施
設が長持ちします。
さらに深刻なの
は埋立地の問題で



消費委員会 トマト 計画的労働参加

8月23日(日)~
8月25日(火)
(長野県上水内郡飯
綱町)

泉北ニュータウン地域委員
中井 美代子

国産加工用トマトがピンチ! 素性たしかで美味しいジュースを 飲み続けられるように

援農を超えたユニークな取り
組みとして生活クラブが実施し
ている加工用トマトの「計画的
労働参加」は15周年を迎えまし
た。私は初めて参加しました。

関西からの参加者24人が3チー
ムに分かれて各農家の畑で作業
しました。

私が作業した畑は前にりんご
畑、横に蕎麦畑が広がる、関西で

は見ることのできない正に長野
らしい景色でした。9時から13
時くらいは晴天で暑かったので
すが、それ以外の時間はひんや
りと肌寒く感じるほどでした。

トマトは支柱に沿って生った
ものを立ったまま収穫するもの
かと思いきや、ジュース用のト
マトは地面に這うように枝が伸
びているので、かがんでの作業
でした。一見トマトが生ってい
ないように見えて葉をめくると

びっしりと生っ
ている場合が多
いので、1カ所ずつチェックを
していきのは骨の折れる作業で
した。普段は生産者のご家族だ
けで管理していますが、収穫時
期には多くの人手が必要で家族
だけでは補えないとおっしゃっ
ていました。雨が降ると1日で
トマトが腐ってしまうこともあ
るらしく、直径12cmほどもある

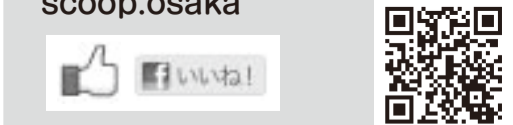
援農ではない労働として参
加したので、時間まできっちり
とがんばって働きました。とは
いえ、地方局のラジオを聞きな
がらの作業は楽しく、1日2回
のお茶の時間は格別でした。も
ぎたての桃を丸かじりしたり、
りんごの木の下でりんごジュー
スの飲み比べをしたり、スイカ



エスコープ大阪の
フェイスブックもスタート!
みんなで「いいね」してね♪



https://www.facebook.com/
scoop.osaka



見学し話を聞き、あらためて一人ひと
りの行動がごみを減らす力になることを
確認できました。帰りの車内では、ごみ
減量のためにエスコープ大阪が取り組ん
でいるRびんについて話しました。Rび
んをリユースすることで、リサイクルに
比べ回収コストやCO2排出量を減らす
ことができます。くり返し使った後でリ
サイクルすることができず、ごみの問
題はとも身近な環境問題なので、それ
ぞれの意識を高め、普段の生活で活かし
ていくことが大事だと思える見学会でし
た。

「たねと食とひと@フォーラム」の
西分千秋さんを講師にGMO講演会
を開き、組合員36名が参加しました。

GMOとは遺伝子組み換え作物の
ことです。人為的に「種の壁」を超え
たモノ同士の遺伝子を組み換えて本
来持っている性質を変えようという、従
来の品種改良とは全く異なるもので
す。安全性に問題があると思われる
GMOを避けるために、生活クラブで
はGM食品・作物は取り扱わないこと
を基本とし、やむを得ず使用する場合
は微量原料も含めてGMO対策の情報
をカタログに表示しています。

一方、日本の食品表示制度でGM
について表示義務があるのは8種の
農作物(大豆・トウモロコシ・馬鈴薯・
菜種・綿実・アルファルファ・てん
菜・パイナップル)と、それらを原料とす
る加工食品33食品群だけ。しかも加
工食品は、原材料にGMOを使用し
ていても原材料に占める重量の割合

が5%以下だと表示しなくてよい
し、5%以上であつても上位3つに
入らなければ表示の義務はありません
。実際のところは、表示はなくても
GMOを含む加工食品は多く存在す
るのが現状です。参加者からは「ス
ーパーで「遺伝子組み換えでない」に安
心して購入していたが、表示の現実を
知ってショック」「GM作物を食べな
い買わないことが、未来の食卓を守る
ことにつながる」との感想がありまし
た。

問題だらけの食品表示制度ですが、
消費者の運動により改正の可能性は
あります。政府や企業に直接訴えか
けることによって私たちが関心を
持っていることを示すことが大切で
す。またNON-GMOを推進して
いる生活クラブの消費材を食べ続け
ることが私たちにできるいちばん身
近な運動で
すので、生
活クラブの
利用を通じ
て、生産者
を応援し、
GM反対運
動を続けて
いこうと思
いました。



環境委員会 GMO講演会 「食品表示から見えるもの、見えないもの、そして私たちにできること」

9月16日(水)
(阿倍野区民センター)

食品表示制度は 問題だらけ!?

問題だらけの食品表示制度ですが、
消費者の運動により改正の可能性は
あります。政府や企業に直接訴えか
けることによって私たちが関心を
持っていることを示すことが大切で
す。またNON-GMOを推進して
いる生活クラブの消費材を食べ続け
ることが私たちにできるいちばん身
近な運動で
すので、生
活クラブの
利用を通じ
て、生産者
を応援し、
GM反対運
動を続けて
いこうと思
いました。

エスコープ大阪のホームページが 変わりました!

http://s-osaka.seikatsuclub.coop/



以前のホームページは、組合員どうして情報共有
するというのが強く、組合員が発信・配信すること
が基本でしたが、作業を活動に組み込んで充実させ
ることが困難なことも多く、あまり更新も活発にで
きない状況でした。組合員からも「ホームページを
充実させて!」との意見があり、理事会で広報担当理
事、共同購入フロアマネージャー、理事会事務局の3
者で「ホームページリニューアルプロジェクト」を設
置。プロジェクトの理事会を協議し、10月から
リニューアルすることを理事会決定しました。

SOSのページが
リニューアル!

よりあい金剛を見学して

ワーカーズ・コレクティブキッチンよりあいが調理している昼食



福祉委員
(南河内地域委員)
木村 恭子

今回、よりあい金剛を見学し、エスコープ大阪らしさをいろんな所で発見しました。例えば、昼食はエスコープ大阪の消費材で作られます。調理は「ワーカーズ・コレクティブキッチンよりあい」です。昼食をいただきましたが、美味しいのはもちろん家庭の味がする、気持ちが温かくなる食事でした。建物には国産木材がふんだんに使われています。梅干などの生産者「(有)王隠堂農園」の紹介で、このように木材をたくさん使う事が出来たそうです。建物にも生産者とのつながりが感じられました。

見学した日は、60歳代から101歳の方がデイサービスを利用されていました。その年齢の幅に驚きましたが、皆さん和やかに運動をされていました。

スタッフの皆さんは、ゆくゆくは自分達が利用する時のことを考え、「こうしてほしいよね、こういうことしてくれたらいいよね」という気持ちで、サービスを提供しているそうです。見学とお話を通して、「お互いさま」がこのように形となって実現されていることに、まさにエスコープ! と嬉しく思いました。



よりあい金剛

私が利用したいと思えるサービスをめざして

エスコープ大阪では、1995年に起きた阪神淡路大震災の救護・支援ボランティア活動を通して地域コミュニティの大切さにあらためて気づき、翌1996年を「福祉元年」と位置づけ、地域の中でのたすけあいのしくみづくりをすすめてきました。2000年に介護保険制度が始まる

エスコープ大阪の介護保険事業

「2025年問題」という言葉を耳にしたことはありませんか? 2025年は、現在約700万人いると言われている団塊の世代が75歳以上の後期高齢者になる年です。なんと全人口の4人に1人が後期高齢者という超高齢化社会となると言われています。

今回、福祉委員会ではエスコープ大阪の介護サービスの現場を知ろうと、通所介護施設「よりあい金剛」(富田林市久野喜台)の見学に行ってきました。よりあい金剛は、介護保険制度が始まる前に「福祉ワーカーズはんど」(現「NPO法人ワーカーズ・コレクティブはんど」)がミニデイサービスとして始め、2003年に現在の場所に移り、「SOS金剛」による介護保険対応の通所介護施設よりあい金剛として開所されました。



毎号、エスコープ大阪の「たすけあい」のしくみについて紹介していきます。今月は、SOS(エスコープ大阪サポートセンター)の高齢者サービスについてお伝えします。



「だれもが自分らしく地域で暮らし続けることができる街づくり」をめざしています。

と、介護保険事業の認可を取得し、居宅介護支援(ケアプランの作成)、訪問介護(ホームヘルパー派遣)、通所介護(デイサービス)を提供してきました。エスコープ大阪の福祉事業は、「私が利用し

ワーカーズ・コレクティブから生まれた「よりあい金剛」

第5回 理事会報告 <9月25日>

【8月度決算報告】

- 供給高 1億9,756万円 (前年同月比103.97%)
- 組合員数 18,568名(前月比-20)
- 一人あたりの出資金 81,901円

【8月の放射能検査結果】

8月は、連合消費材805品目の放射能検査、エスコープ大阪独自の消費材については4品目放射能検査を実施しました。生活クラブ自主基準を超えた検体はなく、すべての消費材を供給しました。

【決議事項】

- ①大阪府最低賃金の引き上げに伴う「嘱託パート職員賃金規程」及び「エスコープ大阪サポートセンター常勤、非常勤職員賃金規程」の変更について提案があり、決議しました。

【協議事項】

- ①生活クラブ連合会「安全保障関連法案反対意見表明」について提案があり、協議し、確認しました。
- ②2015年度上期活動のまとめの確認について提案があり、協議し、確認しました。
- ③2016年度予算スケジュールについて提案があり、協議し、確認しました。

編集後記

皆さんはもう、チルド(冷蔵)の豚肉を試されましたか。規格や品名が変更になり利用していたものがなくなったなど、戸惑っている方も多いかもしれません。しかし、一度も冷凍していない豚肉だけにやわらかく、すぐ調理ができ、やっぱりおいしさは格別です。まだ、試されていない方、ぜひご利用ください。(H)

発行:生活協同組合エスコープ大阪
制作:W.Co パックプランニング

生活協同組合エスコープ大阪
〒590-0151 堺市南区小代727
TEL. 072-293-4660
FAX. 072-341-0022
http://s-osaka.seikatsuclub.coop/

おたよりネット

153号1面「組合員でつくっていくたすけあいのしくみ『エコロ制度』スタート!」を読んで

紙面モニター Aさん

毎月100円が「私の安心」と「みんなのために」なる! 「エコロ制度」スタートのためにいろんな論議がなされたと思います。今の自分が利用しなくても、子や孫の世代に役立つかも知れない次世代にもつなげていきたいしくみです。10月1日からスタートしますが、この制度を育てていく気持ちで関わっていききたいと思います。

「りっぷる」の感想やご意見、その他投稿は下の「おたよりネット」欄で。配達時に提出、あるいは店舗の専用BOXまで。

153号3面「信州訪問」を読んで

紙面モニター Bさん

牛乳が苦手だった私が、「甘くておいしい」と初めて思ったのがエスコープの『パスタライズド牛乳』でした。毎日飲んでいる牛乳が、安全な飼料で大切に健康に育てられている牛からできている様子がよくわかり、うれしくなりました。ノンホモも新登場で楽しみが増えました。

2015年 食のフェスタ

参加費無料

～比べてみれば…一目瞭然! エスコープ大阪の誠実～

11月22日(日) 11:00 ~ 14:00 ①あり

堺市産業振興センター(旧じばしん) イベントホール

今年度のテーマは「ビオサポ」。添加物などの実験企画もおこないます。



昨年の食のフェスタの様子

Ripple おたよりネット

消費材の苦情についてはこの用紙でなく、電話またはメモで。この欄への投稿・ご意見は紙面でご紹介することがあります。

(ペンネームOK)

●お名前 ●地域名 ●班名 ●組合員コード