

富山コシヒカリ

皆さんの笑顔に会えて、 さらに愛着がわきました



JAいなばのマスコットキャラクター「いなっち」とパル子ちゃんもビデオに登場。なんとパルコフ組合員さんの手作り!

稲刈り作業を行うコンバイン



JAいなばさんとの オンライン交流会

9月23日に富山コシヒカリの生産者さんとのオンライン交流会 (Zoom使用) を開催し、9世帯12名の組合員さんが参加されました。

バーチャル 稲刈り体験

オンライン交流会当日は、お天気の都合で稲刈りが行われなかったけれど、事前にドローンで撮影していたコンバインでの稲刈りのようすを見学しました

今年は例年より梅雨が短く、8月に入っても気候が不安定で晴れの日が少ない時期がありましたが、高温障害もなく、良い仕上がりになりました。昨年完成した乾燥調製施設でさらに高品質なお米に仕上がっていると思います。ご期待ください!!



JAいなば常務理事・家山さんと「いなっち」

組合員のみなさんへ メッセージ



JAいなばが一番多く作っている「コシヒカリ」、実はとても繊細なお米で、稲穂が大きくなりすぎると倒れやすくなり青いお米が混じってしまったり、実が付きすぎると全部に栄養が行き渡らなくなって、デンプンの詰まりが悪い白いお米になり、おいしくなくなります。土壌を分析して不足している栄養をおぎなったり、暑い時期に穂が出ないように調整したりして、より良いお米になるようにさまざまな対策を行なっています。(JAいなば・林さん)



広々とした風通しのよさそうな風景で心が和みました。いつも、いただいているコシヒカリのふるさつを見て、お米を作っている皆さんの笑顔に会えて「富山コシヒカリ」にさらに愛着がわきました。とにかくおいしいお米です。普段は無洗米ですが、(参加者プレゼントの)お米のとき汁が出たので、乳酸発酵で胃腸に良いとテレビで紹介していた「水キムチ」を作りました。二度おいしい!! です。(枚方市・0さん)



参加者の組合員さんと生産者さんで記念撮影

2021年度 第2回 推進学習会 (10月5日)

「やさしい やくだもの いろいろのふしぎ」を体感!

9月26日 主催：子育てサポートステーション たべる*たいせつキッズクラブ



「ピーマンからはどんな色が出てくるかな?」しぼって確認してみよう!

ピーマンから何かでてきた~

▲他のキッズクラブのスタッフも各自宅からオンラインで参加

今度はブドウのしぼり汁に魔法の粉を入れると...



▲叩いてつぶしたピーマンをキッチンペーパーで包んでギュー!っとしぼると...



▲「ピーマンって、かたい?柔かい?種はどんな形?」などを司会のスタッフと確かめながら、ちぎってみる

たべる*たいせつキッズクラブは、毎日の暮らしの中で「たべる、たいせつ」という思いを子どもたちに伝えることを目的にした、5歳以上の子どもさん対象のメンバーシップのクラブです。ワークブックやおたよりのやりとりその他、例年はクッキングをしたり、産地・工場見学や収穫体験など体験企画も行なっています(現在は感染予防のため体験企画は休止)。

今回は集まることはできなくても楽しくいことをしよう!と登録会員を対象にZoomを使ったオンラインでの学習・体験会を開催しました。

「いろいろのふしぎ」のおはなし

たべる*たいせつキッズクラブのスタッフがこの日のために、「やさしいやくだものいろいろのふしぎ」を分かりやすく伝えるオリジナルの絵本を作りました。ホームページからご覧になれます(近日公開予定)。



野菜や果物はなぜ、カラフルな色をしているのでしょうか? 野菜や果物は、育つ時に日光を浴びて成長します。しかし、強い光を浴び続けると紫外線が悪さをします。だから、「ファイトケミカル」という物質を作って、自分で身を守っています。

参加者の感想

祖父も隣で楽しく聞いていて、学習会が終わった後も2人で魔法の粉はなんなのか話し合っていました。

コロナ禍で自宅で料理をする機会は増えましたが外出することが少なくなり、イベントにも参加する事がなくなっていたので、今回のようなオンラインを使っての学習会は自宅に居ながら安心して参加できるので是非また開催して欲しいです。使ったピーマンは焼きビーフンの具材としておいしくいただきました。



子育てサポートステーション「たべる*たいせつキッズクラブ」の活動は、パルコープのホームページにも掲載しています。見てみてね! →→→→→

*「たべる*たいせつキッズクラブ」は毎年5月からスタートします。
登録者募集は、来年の2月ごろに機関紙ぱるタイムやホームページでご案内します。
*問い合わせ先：7ページ下の組合員サービスセンターへ

コロナ禍での私たちの暮らしと憲法

会場参加19名 組合員会館で視聴8名 個人宅からのウェブ参加16名 DVD視聴参加68名 (いずれも組合員活動委員)



中平さん

日頃、憲法や権利を意識して生活している人はほとんどいないけれども、コロナ禍で、憲法が保障している当たり前の自由や権利が制限されて、私たちの暮らしは一変したと感ずる状況が生まれました。私たちの暮らしと憲法の関係について、改めて学ぶ機会としよう。関西合同法律事務所の弁護士・中平史(なかひらふみ)さんを招いてお話を聞きました。

まず初めに、憲法ってなんなんだろう?という基本的な仕組みや、憲法と法律の違いを「明日の自由を守る若手弁護士会(あすわか)」が作成した紙芝居で学習しました。一部の人が「コロナ禍を収束できないのは、日本国憲法に緊急事態条項がないから有効な対策ができない」という声もあります。しかし、憲法上の緊急事態条項は、政府に自由を何でもできる権限を与えてしまう非常に危険なものです。それを許してよいのかをしっかりと考えなければなりません(許容性)。例えばナチスのヒトラーは、ワイマール憲法の緊急事態条項を利用して、制約される人権があることにも思いを馳せなければなりません。憲法はそんな対立してしまう事態にもちゃんと答えを用意してくれています(公共の福祉・12条・13条・22条・29条など)。人権の調整ができるように法律を制定して解決することができるとです。コロナ対策特別措置法などの法律で対応できるのでわざわざ憲法を変えなくてもいいんです」と中平さん。

参加者からは、「憲法で私たちの暮らしは本来保障されているものだという事が理解できました。憲法改正する必要はないと改めて思いました。」などの感想がありました。

日頃、憲法や権利を意識して生活している人はほとんどいないけれども、コロナ禍で、憲法が保障している当たり前の自由や権利が制限されて、私たちの暮らしは一変したと感ずる状況が生まれました。私たちの暮らしと憲法の関係について、改めて学ぶ機会としよう。関西合同法律事務所の弁護士・中平史(なかひらふみ)さんを招いてお話を聞きました。

NPO法人リアルにブルーアースおおさか 活動紹介

子どもや孫・未来の子どもたちに青い地球を残すため 私たちにできることをコツコツ積み重ねていきましょう

- 10月30日に鶴見緑地公園で開催
- リアルにブルーアースおおさか
 - 地球環境市民会議 (CASA)
 - 自然エネルギー市民の会
 - パルコープ子ども食堂フードバンクも出展 (主催：大阪市環境局)



▲ソーラーキーホルダー作り



▲手作りソーラークッカーでの実演

パルコープ組合員有志が立ち上げた「NPO法人リアルにブルーアースおおさか」。「誰かにやってもらおうのではなく、自分たちで、市民共同発電所を作ろう」と、賛同者と共に「リアルに協同発電しよ・なご」を設置し、地球温暖化やエネルギーに関する活動を行なっています。パルコープも2013年のNPO設立当初から連携しています。なおお店屋上には、20キロワットの太陽光パネルが設置され、店内では、発電量を確認することができます。



寝屋川中央地域活動委員会のみなさんが見学した時のようす (2014年9月)

正会員・賛助会員・活動サポーターを募集しています。くわしくは下記の電話へ直接お問い合わせいただくか、facebookをご覧ください
【NPO法人リアルにブルーアースおおさか】
☎070-5659-8147 (担当：武田)
この二次元コードからfacebookにつながります →→→→→



●毎月の検査室だよりはHPにも掲載しています。https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kensashitsu/
●放射能・輸入食肉検査の取り組みは https://www.palcoop.or.jp/radioactiv_lab/



商品検査室だより 10月度

りんごの豆知識



「サンふじ」「サンつがる」などの「サン」の意味は？

多くのりんごは、果実が小さいうちに袋をかぶせ、収穫前に袋を取って日光に当てます。病害虫から果実を守る、傷がつきにくい、貯蔵性が向上する、などの長所があり、有袋栽培と呼びます。

一方、袋をかぶせないで育てる方法を無袋栽培といいます。有袋に比べて見た目はやや劣りますが、日光をいっぱい浴びて育ち、糖度が高く味の濃いりんごになります。

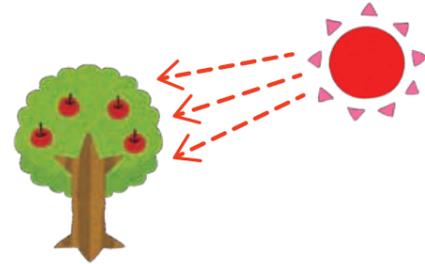
「サンふじ」「サンつがる」など、名称の頭に「サン」が付いているりんごは、無袋栽培を意味しています。ぜひ、食べ比べてみてください。

りんごの表面のべたつきって大丈夫??

りんごの表面が「べたべた」していることがあります。これはりんごに含まれるリノール酸やオレイン酸が皮の成分と反応してできたもので、りんごが完熟して食べごろになったサインです。



りんごの保温・保湿に役立ちますので、洗い落としとして保存するのはやめましょう。



10月度検査状況(21.9.21~21.10.20)

【商品検査のとりくみ】

商品検査数 1254件 (計画比102.8%)

検査の種類	検査件数	注意品及び結果
微生物検査	750	なし
残留農薬検査	42	なし
理化学検査	255	なし
残留放射能(放射性物質)検査	32	なし
輸入食肉検査	22	なし
その他*	153	なし

*その他…店舗・福祉施設の設備の衛生検査など

【商品の相談受付状況】

145件

各種、検査のようすを動画でご覧いただけます→



東北応援 ~これからも被災地に寄り添って~



桜ライン311 応援募金 にご協力をお願いします



地元中学生の植樹会のようす



NPO法人「桜ライン311」
代表理事・岡本翔馬さん

からのメッセージ

今年の3月11日で東日本大震災から丸10年となりました。被災地の10年は決して平坦な時間ではなかったですし、まだ復興へも道半ばです。皆さまには2011年当時からずっと携わっていただき、とても心強くありがたく思っています。

私たちの目標は、津波災害による人的被害の軽減です。津波は迅速に高台に避難することで高確率な被害軽減が可能です。そのことを海に囲まれた日本に住む1人でも多くの方に伝えたい。その思いで10年間桜を植える土地の交渉や、植えた桜の管理も含め事業を続けてきました。

まだまだ長い時間の必要な事業ではありますが、地域の皆さまと応援して下さっている全ての皆さまと着実に進めていきたいと思っています。

応援募金へのご協力よろしくお願いたします。

桜ライン311のホームページでは、桜の植樹活動の取り組み状況などがマップや映像で見ることが出来ます。



地図データ協力：国土地理院 / ©ONE COMPATH ©INCREMENT P

応募の方法



1と記入すると100円の募金となります(100円単位)

共同購入(班配・個配)では
12月2回~1月1回注文書の
募金カンパ欄【1417】で

- ◆インターネット注文「eフレンズ」でも受付けています
- ◆店舗・組合員会館では、募金箱を設置しています
- ◆郵便振替では、(口座番号) 00900-2-14876 (加入者名) 生活協同組合おおさかパルコープ ※通信欄に、必ず「桜ライン応援募金」と明記してください。手数料は各自ご負担をお願いします。

詳しくは今週(11月22日~26日)配布の別チラシをご覧ください



理事会・監事会報告 2021年度 第7回 11月12日

事業概況 (単位：千円)	10 月 度			累 計 (4~10月)		
	実 績	計画比%	前年比%	実 績	計画比%	前年比%
供 給 高	5,077,607	105.3	99.4	35,797,943	108.4	94.4
供給剰余金	1,489,159	109.7	102.6	10,235,014	110.9	96.6
福祉剰余金	1,811	161.0	70.5	12,372	100.4	106.0
事業総剰余金	1,628,318	109.2	102.1	11,202,074	110.6	97.1
事業経費	1,325,535	99.5	100.3	9,397,794	98.5	100.6
事業剰余金	302,783	190.0	110.5	1,804,280	303.8	81.9
経常剰余金	360,080	205.4	124.1	2,161,324	303.4	94.0

おもに討議、確認した内容

- 2021年度 2021年10月度事業報告
- PBお米の包材表記の変更について
- PB「生協牛乳200ml×6」のストロー素材変更について
- この間の商品不具合について
- くらし・他団体について
- 支援活動の進捗について

- 【監事会報告】2021年度 第7回定例監事会(11月12日)
- ①前回以降の監査状況を報告確認しました。
 - ②2021年度上期監査意見書および上期監事監査活動報告について、協議確認しました。

パル子のお店新発見

おおさかパルコープには9つのお店があります。今回は「堤さんのレタス」をご紹介します。

いま、お店の農産コーナーでちょっと目を引く「堤さんのレタス」。昨年の4月に取引を始めさせてもらってから、ながおに店頭販売に駆けつけてくれるなど交流もあり、組合員さんに支持をいただいています。長野県産レタスが終了し、10月からは淡路島産レタスのシーズンがスタート、年明け4月ごろまで全店で並べられる予定です。

大阪ではパルコープのお店だけでしか買うことができない、鮮度抜群のレタスをぜひ手に取ってみてくださいね。

食べる方と玉で買った方も安心



「堤さんのレタス」を使ったサラダ巻き・サンドイッチも好評!!

野菜作りのプロとして、安心・安全・美味しいは大前提と考えて育てています。毎日でも使える野菜を全力で作って届けたいです!

Top Field
堤 直也さん



淡路島・南あわじ市の広大な畑で栽培。朝、収穫されたレタスは、熱を持ってるので半日予冷。夕方に中央市場に届けられて、翌日の朝にはパルコープのお店に。

【パルコープのお店情報と今週のチラシ情報はHPをご覧ください】 https://www.palcoop.or.jp/shopping/shop/index.html
【パルコープのお店のご利用】は共同購入の組合員さんなら、各店舗サービスカウンターで無料で「ぱるのんカード」をお作りします。その日のお買物分からポイントがつき、パルコープの全ての店舗共通でご利用できます。(組合員コードが分かればスムーズです)



「子どもたちに
たくさん食べてほしい」と、
ご飯は容器がパンパンに
なるくらい詰める

住道本通り商店街にある料理屋・元禄園さん。27年続く地元の方に長く親しまれているお店だ。店先の暖簾に「住道子ども食堂」と書かれ、振り向けば、これまでの活動の様子が詳細に載せられた壁新聞が貼られている。

浅田さんご夫婦と娘さんの3人でお店を切り盛りしているように、子ども食堂の食事づくりも3人を休みにして朝から仕込み、ココ

わがまちの
*
子ども食堂
訪問記
30

すみのどう
住道子ども食堂

- 場 所：大東市住道
- 開催日：毎月第2木曜日
16:00～18:30
- 参加費：無料
(持ち帰り弁当の場合)



元教員のボランティアさんが
子どもたちの勉強をサポート

おかみさんにお話を伺いました。「この子ども食堂は、未
来ある子どもたちに食べる楽
しさを伝えたい」との思いで、
2017年の4月にオープン
させました。おかげさまで、
私たちのお店が長年、商店街
や地域のみなさんに支えられ
てきたので、少しでも恩返し
がしたいとの思いからでし
た。コロナ禍以前は、小学生・

子どもたちが
食べている姿が楽しくて

ナ禍の今は持ち帰りのお弁当を作
っていると言う。「今月は子ども
さんの分だけ夕食を作りました。
ハロウィンがあるから、生協さん
からいただいたオートミール・オ
リーブオイルを使ってクッキーを
焼いて。毎月なにかしら手作りの
お菓子を入れてるんですよ」と娘
さん。

緊急事態宣言が明け、食事スぺ
ースである隣の部屋では元教員の
ボランティアさんが一緒に宿題を
したり、折り紙などでひとときの
時間を楽しんでた。

中学生を対象に約40人分くらい作
っていたのですが、野菜嫌いの子
もここにきて食べる事ができる
ようになって、お母さんが喜んで
くれた時は嬉しかったですね。子
どもたちが食べている姿を見るこ
とが本当に楽しくて嬉しくてね。
仕込みも大変ですけど、子どもた
ちが食べたいと思う好きなものを
出してあげたいし、せっかくだか
ら喜んでほしいですね。

今後は新型コロナウイルスがど
うなっていくのか心配ですが、ま
た以前のように子どもたちここ
でご飯を食べてもらって、勉強し
て、楽しんでくれる様子を見たい
ですね。

子ども食堂 応援募金

にご協力をお願いいたします

パルコープでは、エリア内の子ども
食堂を応援する活動を進めていきます。
集まった募金は、子ども食堂の援助
費用(配達ガソリン代・高速代など)
に活用いたします。

<募金方法> 注文書の募金カンパ欄1416へ



1と記入すると100円
の募金になります

※インターネット注文(e
フレンズ)をご利用の
場合は、「注文番号で注
文」からご注文ください

募金の状況(2021年10月20日現在)
20,854,974円

※子ども食堂に関する情報はホームページでも見ることができます。https://www.palcoop.or.jp/au_ji/kodomoshokudou/

Pa・ぱつとクッキング 186
https://www.palcoop.or.jp/osusume/recipe/

12月2回企画回おすすめ♪「べんりで酢」を使って
鶏ときのこのサンラータン

*仕上げにべんりで酢とラー油を入れて

材料・2人分

- 鶏モモ肉……………100g
- しめじ……………70g
- エノキ……………50g
- 長ねぎ……………1/2本
- 鶏ガラスープの素…小さじ2
- 水……………2カップ
- ごま油、塩こしょう…適宜
- べんりで酢……………大1.5
- ラー油……………適宜

作り方

- ①鶏モモ肉は一口大に切り、塩こしょうする、しめじ、エノキは石づきを取り小房に分ける。長ねぎは斜め切りにする。
- ②鍋にごま油を熱し鶏肉を炒め、火が通ってきたら残りの野菜を炒める。しんなりしたら水と鶏ガラスープを入れてひと煮立ちし、塩こしょうで味を調える。
- ③器に、べんりで酢とラー油を入れ、②を注ぐ。



1人当り
264kcal

