



福祉クラブ生協機関紙

うえるびー

2024/No.391

OCTOBER



福祉クラブ生活協同組合 〒223-0057 横浜市港北区新羽町 868 TEL045(547)1400 発行責任者 有賀恵子 <https://www.fukushi-club.net/>

どこよりも早く、本物のおいしさをキープ!

生産者をつくる我が家のクリスマス・お正月



「まだ暑い9月、年末年始のことなんて考えられない」というあなたに、クリスマス・お正月の食材をお試しできる試食会のお知らせです。健康な身体を作り、昔ながらの食が親から子どもへ孫へ…と受け継がれてほしい。そんな想いが福祉クラブ生協にはあります。

生活が便利になるにつれて、簡単・便利・時短できる出来合いのものが増え、おせちなどの行事食の意味や言い伝えが薄らいでいるとも感じられます。価格は2極化、綺麗な色で長持ちもする…それらはどうしてなのでしょう。そこで、いち早く開催する福祉クラブ生協のクリスマス・正月用品試食会に参加して、本物(消費材)を見つけてみませんか。

組合員と生産者の信頼関係から生まれる唯一無二のオリジナル消費材は、国産原料にこだわり、不要な添加物は使用せず、製造過程が明らかです。包装の簡素化は資源の節約、CO₂削減につながります。計画的に鮮度の良い原料を確保し、無駄をなくし安定した価格で利用できる、福祉クラブの予約共同購入で申し込みをしましょう。(小野)



多くの皆さんに、知って欲しいから!

生産者と共同開発した食材を、各地域の試食会でご紹介します。お友だち、知り合いを誘って参加しましょう。お待ちしております。

詳細は福祉クラブ生協HPで→



定番のおせちは信頼の品質とおいしさ

盛り付け例



盛り付け例



こちらもおススメ!

組合員の声から開発 福祉クラブ限定「おひとり様華やかおせち」

本物の味を少しずつ彩りも華やかに。

リニューアル!

10月6日(日) 10時半~14時 神奈川県内 21会場で開催

生産者も 地域の方も 組合員も だれでも

第29回 未来につなごう! ふくしまつり

〜地域に広がるたすけあい〜

↑詳細はこちらから↑

福祉クラブのチャリティイベント

福祉クラブの宅配サービス

食べてお試し キャンペーン

人気食材4点セットで 1,000円引き

いまだけの加入特典

特典01	特典02	特典03
ウェルカム値引き	LINE友だち登録	Web加入限定
4,000円引	1,000円引	さらに万能つゆプレゼント!

納得・愛着・こだわりの消費材

遊You米

生産者:JA庄内みどり/遊佐町共同開発米部会(山形県)



マトリックス肥料圃場

脱マイクロプラスチック肥料のマトリックス肥料使用の圃場と通常肥料の圃場。向かって左側の色の薄い方がマトリックス肥料、緑が濃い方が通常肥料です。

農家の高齢化に伴い作業を軽減するために、散布する肥料を工夫しています。昔は重い散布機に肥料を入れ、何回か散布していましたが、今では、田植え前に1回まくと時間をかけて養分が出る肥料(ロング肥料)が開発され作業が楽になりました。

**環境配慮の肥料……
マイクロプラスチック問題に立ち向かう**

草取り作業の工夫の一つがアイガモロボットです。田んぼの中の草取りに役立つロボットを、生活クラブ庄内(生産者による生協)が農家に貸し出しています。



草取り用のアイガモロボット。水平にして田んぼの中で動かします

安心安全なコメを作る努力と工夫
1988年から生活クラブ連合会では、遊佐町共同開発米部会とともに、減農薬・無農薬米という安心安全な米づくりを続けてきました。米づくりには、草取りなど労力のかかる作業が必要などや生産者の高齢化など厳しい現状があります。それでも自分たちのコメを食べ続ける組合員がいるからと、工夫しながら続けています。



現場で生産者の熱い思いを聞ききました

7月21日〜24日に、山形県庄内地方の生産地を視察、交流する庄内交流会に参加しました。どの現場でも消費材ができるまでの工夫や努力など、消費材にかける熱い思いを聞くことができました。

目先の収穫量への影響ではなく、環境問題に真っ向から取り組む姿勢に感銘を受けました。そして、このような生産者を守る事が大切だと思います。

交流会後の7月25日に未曾有の大雨が庄内地方を襲い、生産者の中には被害に遭った方もいます。被災された生産者を元気づけるには、その消費材の一つでも多く利用することです。組合員皆さんの力で盛り立てましょう。(高橋)

しかし一方で、その肥料は微小プラスチック粒に肥料を何層も覆った粒状のもので、肥料が出た後にプラスチック粒子が流れて海に漂い、魚が飲み込む問題が出ました。この問題に対応する形で肥料メーカーに掛け合い、マイクロプラスチックを使わない有機タイプの肥料「新マトリックス有機N12」(仮称)を作り、遊佐の一部の田んぼで実験中です。この実験は稲を収穫して初めて検証できるので1年がかり。それを数年かけて行います。

知ってる? 「消費材」ウラ知識

消費材クイズ



日本人の米の年間消費量は約50kg。では平田牧場の豚は年間何kgの遊佐産飼料米を食べてる?



答えはこのうるびーにもあります
答えはホームページで **福祉クラブ** 検索
<https://www.fukushi-club.net/>

だれでも参加できる 福祉クラブのチャリティーイベント 第29回 ふくしま祭り 10月6日(日) 全21会場で開催 (一部、別日程での開催)

自治体行政区	開催場所	開催時間	雨天時対応	自治体行政区	開催場所	開催時間	雨天時対応		
横浜市	港北区	菊名池公園	10:30~14:00	Dayひよし	川崎市	幸区	Dayかしまだ	10:30~14:00	開催
	神奈川区	岸根公園	10:00~14:00	小雨決行		宮前区	宮前市民館前広場	10:30~14:00	初山センター
	保土ヶ谷区	ゆいまある事務所	10:30~14:00	小雨決行		麻生区	柿生駅南改札口前	10:30~12:30	中止
	南区	蒔田公園	10:30~13:30	中止	鎌倉市	鎌倉センター	10:30~14:00	開催	
	緑区	るるる*みどり館	10:30~13:30	開催	逗子市葉山町	市民交流センターフェスティバルパーク	10:30~14:00	中止	
	青葉区	青葉台公園(きのこ公園)	10:30~14:00	ここあ事務所	藤沢市	藤沢センター	10:30~14:00	開催	
	都筑区	センター南駅前広場	10:30~14:00	中止	厚木市	みんなの手事務所	10:00~13:00	小雨決行	
	栄区	Dayいのやま♪ハーモニー	10:30~14:00	開催	相模原市	あいわ事務所	10:30~14:00	開催	
	金沢区	姫の島公園	10:30~14:00	中止	こちらの会場は、下記の日程で開催します!				
	港南区	港南ふれあい公園	10:30~14:00	小雨決行	横浜市	磯子区	9月29日(日)10:00~15:00	磯子区主催「磯子まつり」に参加	
戸塚区	四ノ区公園	10:30~14:00	Dayふかや	横浜市	高津区	10月13日(日)11:00~13:30	溝口南公園 雨天中止		

※会場によって変更の可能性もあります。HPや各地域で配布されるチラシ等もご確認ください。

「ふくしま祭り」ってどんなイベント?

組合員や生産者、地域団体等が参加し、たすけあいの輪を拓げるチャリティーイベントです。

①フードドライブとして缶詰を各会場で回収し、フードバンクかながわを通して必要な方へ届けます。

②ふくしま祭りの収益金、カンパ金で福祉車両を導入します。

ふくしま祭り寄贈車を活用し、移動サービスW.Co「らら・むーぶ」が、外出困難な方の在宅生活を支えています。あなたの参加が何よりの力になります。皆さんで遊びに来てください。

各地域のプログラムなど最新情報はこちら→



ふくしま祭り寄贈車

まつりの収益金で福祉車両を購入





福祉クラブ生協の 3つの住宅型有料老人ホーム 試食付き見学・説明会を開催します

No.31

参加申込・
資料請求は
こちらから→



動画で分かる
福祉クラブの
入居施設→

組合員の声から開設した、福祉クラブ生協の入居施設。まさに「もう一つの我が家」として、入居者一人ひとりが自分らしく暮らせるよう、同じ組合員であるW.Coメンバーがサポートしています。これまでの説明会参加者からは、「暖かい雰囲気を実感できた」「消費材の手作りの食事がうれしい」と好評です。情報を集めておきたい、親族に紹介したい、などご家族の参加もお待ちしています。

コア北鎌倉 20室

10/13(日) ①10:00~ ②14:00~



所在地：鎌倉市台5-2-3
アクセス：JR大船駅から湘南モノレール
「富士見町駅」より徒歩約5分

申込・問合せ 0467-42-6810

きらり港北 42室

10/13(日) 10:30~



所在地：横浜市港北区新羽町868
アクセス：横浜市市営地下鉄ブルーライン
「北新横浜駅」より徒歩約10分
「新羽駅」より徒歩約7分

申込・問合せ 045-642-5320

みのり藤沢 30室

10/19(土) ①11:30~ ②14:00~



所在地：藤沢市辻堂元町6-3-9
アクセス：小田急江ノ島線
藤沢駅北口1番バス乗り場高山車庫行
「ソニー前下車」徒歩約10分

申込・問合せ 0466-90-5094

- みのり藤沢は「体験入居」「短期入居」も可能です。(空き室がある場合のみ)
- きらり港北には夫婦部屋もあります。お気軽にお問合せください。

*午後の回の試食はありません。試食料金は各施設までお問合せください。
*感染予防対策のため人数制限をする場合があります。事前予約にて、参加希望数、試食希望数をお知らせください。



優しい味わいの手作りの食事



説明会の様子



↑各施設の
詳細はHPで

「みんなのクラブ」ってなに？

何かを始めたい

気軽に
参加したい

いきいきと
過ごしたい

住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしていくためには、その地域に住む人どうしで助け合える関係があることが必要です。さまざまな活動を通して、地域での「たすけあい、支え合い」を届けましょう。福祉クラブ生協のさまざまな活動にボランティアな協力や参加者を募集しています。それが「みんなのクラブ」です！

地域の仲間や
友人を作りたい

趣味や
好きなことを
活かしたい

組合員も地域の方も、誰でも参加できます。各地域によって参加メニューは異なります。アイデアや意見を持ち寄って、メニューも増やせたらいいですね。

「みんなのクラブ」に登録してさまざまな活動に参加している方たちをご紹介

地域の交流の場「居場所・サロン」に参加

【緑区】紅茶と手作りのお菓子をいただきながら気軽にしゃべりできる場「るるるオアシス」。折り紙や読みきかせ、健康チェックを「みんなのクラブ」に登録するメンバーが担います。

読み聞かせ担当のHさん

自分で好きなジャンルを選び計画を立て、無理せずできる範囲でやるのが一番の長続きの秘訣。気持ちよく活動できています。お茶もおいしいですよ。



「るるるオアシス」は気軽におしゃべりできる場。折り紙や健康チェックも

食を通してつながりをつくる

「地域食堂」に参加

【鎌倉市】月1回開催している地域食堂「ぶくぶく食堂」で、地域に役立つ活動を。

自分の時間を生かしたいAさん

「みんなのクラブ募集」チラシを見たのがきっかけで、自分の時間を生かしてお役に立つことができるなら、と始めました。「コア北鎌倉」夏祭りにも参加。輪投げコーナーの景品の一つで、クラフトテープの手毬も手作りしました。



クラフトテープで作った手毬

ご近所のちょっとした困りごとのお手伝い

「ちょこっとサポート」に参加

【戸塚区】忙しい朝、乳児年子の2人のお子さんから目が離せない、とママからゴミ出しのサポート依頼です。

朝のコミュニケーション飯田さん

2人の成長とともにオムツの量は減ってきたとはいえ、集積所まで100mの登り坂。段ボールやペットボトルはかさばるので2往復の時も。通学見守り隊ママとの「おはようございまーす」も楽しみ。



ちょこっとサポート 朝のゴミ出し

スマイルひろば

ケアノートから



安心して暮らせる住まい、信頼して任される施設をめざす
住宅型有料老人ホーム「みのり藤沢」



毎週行われている太極拳

住宅型有料老人ホーム「みのり藤沢」は、福祉クラブ生協の3つ目の入居施設として2021年5月藤沢市辻堂元町に開所しました。複合福祉施設としてさまざまなサービスを提供するW.Co(ワーカーズコレクティブ)の活動拠点となっていて、必要な時に必要なサービスを利用できる体制が整っています。

開所して3年。自立、介護度もそれぞれ違う23名(男性3名、女性20名)が入居しています。住み慣れた家を離れ、施設に入居していると単調な生活になりがちです。歌声喫茶(月1回)や太極拳(毎週)の他に、同じ施設内にある「Day辻堂いちいの木」主催のイベントや、「みのり藤沢」が会場の生産者交流会、ふくしまつりなどにも参加し、地域の方と交流しています。

身の回りを清潔に整えたり、みんなで食卓を囲み楽しみながら食事をしたり。入居者の今までの生活や生き方を大切に、W.Coだからこそできるケアで、安心して暮らせる住まいを提供し、本人や家族が信頼して任せられる施設をめざしています。



夕食風景

食事はW.Coクックふじさわの手作りです



入居第一号はご夫婦で入居のTさん

入居契約一組目のTさんご夫婦は、「みのり藤沢」がまだ建設途中で、開設準備をしている時に説明会に参加。福祉クラブの活動に賛同、組合員加入し、施設の完成を誰よりも待ち望んでくださいました。「地域の方と交流しながら楽しめる場所があるといいね」というTさんご夫妻の思いが実り、毎月定例の「歌声喫茶」の開催につながりました。今も変わらずお元気で、昼間は自宅へ戻ることが日課。夜間は施設で過ごします。

一人暮らしだったOさんは娘さん宅の近くに

一人暮らしだったOさんは、娘さんが「コア北鎌倉」の内覧会に参加したことをきっかけに、娘さんの家に近い「みのり藤沢」に入居。当初は生活面の見守りや洗濯を私たちがお手伝いしていましたが、施設での生活に慣れた頃から何でもご自身でされるようになりました。一時、自宅で家族と過ごしている時に、転んで怪我をしたことがありました。その時「みのり藤沢に帰りたい。安心できるから」と言っていたと娘さんから聞いて、嬉しく思いました。(西山)

今月のW.Co

LPA W.Co「ひとしあ」
(LPA=ライフプランアドバイザー)



—暮らしに役立つライフプラン講座を開催—

LPA W.Co「ひとしあ」は、共済の良さを知らせるために、共済学習会の講師・電話相談・個人相談などの活動を担っています。また、ライフプランアドバイザーとして、ライフプラン(LP)講座を4月に「遺言・相続の押さえるべき4つのポイント」、6月に「変わる遺言・相続のポイント」を開催しました。延べ13名、50代から70代の方の参加がありました。参加者から、相続時の精算課税について、親の相続でまずすべきことは?等々、多くの質問がありました。

今後11月・来年2月にも「遺言・相続」に関するセミナーを港北区の会場以外

に、藤沢・鎌倉でも開催予定です。

共済がたすけあいであることの理解をひろげるとともに、組合員の生活をサポートします。(松田)



6月にセミナー「変わる遺言・相続のポイント」を開催

福祉クラブの消費材で作る

おやつレシピ



手軽にできる おいものジャム

材料 さつまいも 300g (正味250g)
水 200ml
素精糖 80g
★300ml瓶ひと瓶分
できます。



- 作り方
- 1 さつまいもの皮をむき、幅1cmにカット。3分程水にさらしてざるに上げる。
 - 2 鍋にさつまいもと水を入れ、強火で沸騰したら中火にし、時々木べらでかき混ぜる。
 - 3 さつまいもに火が通ったら、泡だて器か木べらで上から押しながらざっくり潰し、途中で素精糖80g入れ、水分を飛ばしながら潰していく。水分が1/3になりねっとりしてきたら火を止める。

日吉センター

横浜市港北区日吉5-21-31
TEL045-561-3030(代表)
FAX045-564-9858(代表)

横浜市	港北区・鶴見区・南区・神奈川区・保土ヶ谷区
川崎市	幸区・中原区・川崎市(一部)

鎌倉センター

鎌倉市台5-2-22
TEL0467-48-3955(代表)
FAX0467-48-3136(代表)

横浜市	栄区・金沢区・磯子区・港南区
鎌倉市	全地域
逗子市	全地域
三浦郡	葉山町 横須賀市 一部

初山センター

川崎市宮前区初山2-1-7
TEL044-977-0705(代表)
FAX044-977-2556(代表)

横浜市	緑区・青葉区・都筑区
川崎市	高津区・宮前区・多摩区・麻生区

藤沢センター

藤沢市善行6-19-51
TEL0466-80-5710(代表)
FAX0466-82-6975(代表)

横浜市	戸塚区・旭区
藤沢市	全地域
厚木市	全地域
相模原市	南区 茅ヶ崎市 一部

【2面消費材クイズの答え】平田牧場の豚は1頭あたり飼料米を年間平均80kg食べています。日本人が1年間に食べる米は50年前の一人平均100kgに比べると現在は約半分。詳しくはHPで。

うるびーへのご意見ご感想は TEL045(547)1400/FAX045(547)1414 うるびー編集部まで ■編集責任/福祉クラブ生協 ■レイアウト/セッションD