



2025年1月発行 No.126

事業実績(12/20時点)

・組合員数//3,253名(計画比96.8% 前年比104.2%)

・累計供給高//524,446千円(前年比104.2%)

・月間一人当たり利用高//18,059円(前年比100.4%)

生活クラブ奈良公式インスタグラム



発行//生活クラブ生活協同組合 理事会 編集//広報委員会 奈良県大和郡山市田中町913 TEL:0743-58-5225

SEIKATSUCLUB\_NARA

# 自然の営みを見つめて、自分にできることを一歩ずつ

## 年頭のご挨拶 理事長 夏目有香

皆さま寒中お見舞い申し上げます。どのような年末年始を過ごされましたでしょうか。すっかり寒さが増し、十一月下旬までまだまだ暑い日が多く、今年はまだ冬が来るのだろうか。と危惧していたところ十一月に入り急に寒さが深くなってきましたね。私の自宅の庭の蔦も最近まで青々とし、生命力であふれていましたが、寒くなった途端、諦めたかのように葉は赤や黄色に染まり、はらはらと落



2024年11月に新しい看板が設置されました。高架の上からよく見えます。近くを通られたらぜひご覧ください。

ちながら地面を覆って行きました。傍らでは、庭のドングリや落ち葉を拾い集めてはせつせと容器に入れた土に飾り付け、「ご飯むしやむしや」と食べる仕草をする娘が頬を真っ赤に染めながら遊んでいます。自宅に飾っている新月から始まる旧曆カレンダーには、自然とともにある細やかな季節観やそれに伴って作られてきた日本の文化や暮らしの豊かさが綴られています。昨年を超える暑さが続き、気候危機が現実味を帯びてくる中でも、ふと立ち止まって目を凝らし耳を澄ましてみるとそここに季節の声をみつけることができます。カレンダーと照らし合わせてみても二十四節気はまだ息づいているんだなと何処かで安堵している自分がいます。



センター西側の建物にも看板が。組合員活動に有効に使いたいですね

普段の生活では、ついつい歩を早めてしまい足元にある「ただそこに在るもの」に見ないフリをして暮らしていることが多々あります。そうなる形ばかりに囚われ、そこに意味を求め、理屈をこねている自分にふと気付く。余裕をなくし欲張りだけが表面化し、できない自分を誰かの責任に押し付ける。いつしか自分を見失い流れ流され浮遊しながら巨大な世の中という波に飲み込まれそうになっている自分がいます。

今は足元の暮らしてさえも先の見通せない不確かさに覆われ、目の前にある状況に追われ、一歩下がって見る視点、広い視野を持つことをとかく失いがちです。もっと自分で考え、感じ、周りとの接点を見つけていきたい。この大きな世界のつながりの中にある自身を再確認し、自分の言葉を少しずつ取り戻していきたい。まずは自分にできる小さなことから始めていきたい。と、落ち葉に覆われた庭の土を見ながら心新たに思う次第であります。

今年一年、どうぞよろしくお願ひ致します。組合員活動で皆さまにお会いできるのを楽しみにしております。

消費者が少しずつ出資し、生活の向上を目指して作られた生活協同組合（生協）。生活クラブは、自分たちが本当に食べたい食品や物を手に入れるために作られました。一人の小さな思いがたくさん集まり、生産者と話し合いを重ねて消費材が生まれるのです。体に良い食品や物を作りたいという同じ思いを持った生産者は、もっと努力しもっと良いものを作ってくれます。

生活クラブが扱う消費材には、その時の社会の問題を解決しようという背景が必ずあります。

### 「生活クラブの考え方を伝える」ことが広報の役割

生活クラブ（奈良）の広報紙は、色々な角度から消費材のことや生産者のこと、生活クラブの考え方を伝えようとしています。単にモノを購入するだけの生協ではなく、自分たちで考え実行していく生協を目指し、今社会が直面している課題をいち早く取り上げ、分かりやすく組合員に伝えようと心がけています。

産地訪問や学習会、講演会に参加した理事や委員からの報告、生産者交流会に参加できなかった組合員にその内容を伝えるのも広報の役割です。

### 生活クラブ独自の仕組み

たとえば、米や野菜・果物、肉類、牛乳、卵など、作るのに一定の期間が必要な食品は計画的に消費

する必要がありす。それを予約・登録制にして取り組んできました。なぜそのような仕組みができたのでしょうか。計画的な生産と消費は、生産者にとっても組合員にとっても、廃棄される食品の量を減らすという観点からも素晴らしい仕組みです。今は日用品などにも範囲を広げて『よく・る』という制度になっています。

この仕組みの成り立ちについて組合員にも理解してもらいたいと考え、広報に書いています。

### 組合員活動

生協が企業と違う一番のポイントは、組合員活動です。同じ思いを持った組合員が集まり、お互いの意見を交換したり、共に学び合ったり、生協活動の提案をすることが出来ます。一人ひとりの組合員の意見の

積み重ねから生協の方向性が決まるのです。

生活クラブがプラスチックごみを減らすために、リユースびんの利用を続けているのも、合成洗剤を扱わず、せっけんにこだわっているのも、再生可能エネルギー100%を目指す「生活クラブでんき」を始めたのも、組合員の意見で決めたことです。

その活動を続けていくために、組合員にその意義を伝えるのも、広報の役割です。（広報委員 木田洋子）



パラマウント・ワーカーズ・コープは東京・千住の本社工場で職人が手作りで一足一足でいねいに靴を作っています。「健康を足元からサポート」をモットーに、「足にあった靴」で「歩く楽しみ」を提供するため、履き心地の良さにこだわった靴の製造に取り組んでいます。

相談・販売会では、広い会場に自社製の靴をはじめ、自信をもって勧

## パラマウント・ワーカーズ・コープ 足と靴の相談・販売会

2014年12月から始めました

められるスニーカーなど多数の靴が並べられ、一人につき20分くらいの時間を取り、足を計測し、左右の足のバランスやぐらつきなどを丁寧にチェックし、用途に合った靴選びの相談に応じてくださいます。デザイン重視ではなく、足を保護し長く歩いても痛くない、一人ひとりの足にピタッと合う靴を勧めさせていただきます。

三人の方に聞いてみました。

Aさん 奈良エリア 参加は2回目です。足が小さく、ぴったりくる靴がなかなかない。黒のスニーカーと決めていたので、早く決まりました。

Bさん 奈良エリア パラマウントの革靴を持参。21.5cmなので、なかなか合う靴がない。靴の裏の張り替えを頼みました。散歩用のスニーカーも購入しました。

Cさん 組合員の家族 外反母趾があり、歩きにくい。丁寧な足の計測にびっくり。出してこられたスニーカーを履いたら、ぴったりで魔法のようでした。

「お客様の好みより、足に合う靴を勧めるという僕らの靴選びが異端です」と言われたのが印象に残りました。

生活クラブ（奈良）では、年一回開催していますので、機会があればあなたも是非ご参加ください。

（広報委員 野口八重子）

（木田洋子）

## 広報紙 Yummy<sup>3</sup>通信(本紙)についてのアンケート

広報紙は組合員と理事会をつなぐツールの1つです。今後の紙面づくりの参考とさせていただきますので、組合員の皆様のお意見をお聞かせください。

問1. 生活クラブのカタログやチラシは見ていますか？

- ① ゆっくりと隅々まで見ている
- ② 時間に追われ、カタログの必要な部分だけを見ている
- ③ ネット注文なので、紙のカタログやチラシは見ない
- ④ その他

問2. あなたにとって読みやすい  
広報紙・チラシとは？

- ① 文字が大きい
- ② イラストが多い
- ③ カラー刷り
- ④ 手書き
- ⑤ 温かみがある
- ⑥ おしゃれ
- ⑦ その他

裏面に続きます

組合員にみる配送が始まっています

消費材の良さを実感している組合員だからこそ

最近、世間でもドライバー業界での人手不足が問題になっていますが、生活クラブも例外ではありません。

そこで、消費材のことをよく知り、愛情をもって生活クラブを応援して下さいという組合員やその家族の方の力を借りたいと考えました。通常のトラックよりも比較的運転のしやすい軽トラックを使った配送センター近隣の配送が始まっています。

先日、広報委員が説明会を取材しました。

軽トラックの運転

まずは先輩のトラックに同乗し、配送を手伝いながら、作業手順を覚えます。

配送センターの敷地内で運転の練習や駐車場の練習をし、大丈夫だと認められれば、いよいよ公道を運転し



配達の手順を考えながら、積み込んでいきます。

て配送に出発。初めは先輩にも同乗してもらいます。

いろいろな働き方

お気に入りの消費材を組合員に直接届けるって素敵ですね。空き時間を有効に利用して、それぞれのライフスタイルに合わせて働けるのではないかと感じました。

興味を持たれた方は、生活クラブ事務局までお問い合わせください。

(広報委員 木田洋子)

	パート職員	契約職員・正規職員
勤務日と勤務時間	火～金 9:30～16:30 曜日、時間は相談可	月 14時～17時 火～金 8時～18時
仕事内容	軽トラックで 配送のみ	1.5トントラックで配送 月曜午後はミーティング、トラックの点検など

問3. 広報紙に載せてほしい内容は?

- ① 生産者の情報や消費材の情報
- ② 新しく取り扱う消費材の情報
- ③ 料理レシピ
- ④ せつけん類の上手な使い方
- ⑤ 配送職員や他の組合員の紹介
- ⑥ 参加できなかった生産者交流会やエリア活動の内容
- ⑦ 世間で話題になっている社会的な課題

- ⑧ 理事会や生活クラブ連合会が取り組んでいる新しい動き
- ⑨ その他

ご回答をありがとうございます。

アンケート部分を切り取って、2月14日(金)までに、配送職員にお渡しください。

### 今後の予定

- 1/22(水)柿豆伍心 生産者交流会  
10:00~13:00 香芝市中央公民館
- 1/23(木)ワーカーズ学習会(オンライン)
- みそ作り講習会  
2/12(水) 香芝市中央公民館  
2/14(金) 本部センター  
2/18(火) 生駒市北コミュニティセンター-はばたき  
2/24(月・祝) 本部センター

## 簡単お料理レシピ

### 《豚のハンバーグ煮込み》

しょうゆ味のとりがらスープを使った、あっさり風味  
《材料4人分》

- 豚ミンチ肉 400~500g
- A (しょうゆ、酒 各大さじ1  
塩小さじ1  
生姜+ネギのつけ汁 大さじ2  
水溶き片栗粉 大さじ1)
- 白菜 (5センチのざく切り) 8枚
- 干し椎茸 (戻して軸を取る) 4枚
- B (鶏がらスープ 4カップ  
しょうゆ 大さじ2  
酒 大さじ1  
塩コショウ少々  
生姜の薄切り 1枚  
長ネギの青い部分 2/1本分)  
サラダ油 (炒め用) 大さじ1



《作り方》

- ① 豚ミンチ肉にAを加えて粘りがでるまでよく混ぜ、4等分して小判型に丸める。フライパンで両面を色づくまで焼く。
- ② 鍋にBを合わせて注ぎ、火にかける。煮立てば、生姜とネギを取り出し①のハンバーグと椎茸を入れて20分煮込む。
- ③ 白菜を炒めて②の鍋に加えてさらに6分程煮込む。
- ★ネギのつけ汁 (生姜薄切り1枚 長ネギの青い部分1/2本) をしょうゆ、酒大さじ1に漬ける。

#### 編集後記

理事を辞めた後も、広報の作成や広報委員としてずっとかかわってきました。作る立場として、どういう風に書けば組合員に伝わるだろうかと常に考えてきました。

加入したばかりの組合員が読んでくださることも想定して、イラストや表も使いながら生協独自の表現もできるだけわかりやすい言葉に変えて伝えてきました。

一人でも多くの組合員が読んでくださることを期待しています。(木田洋子)