

# 求める会ニューズ No. 908

## 11月全体会報告

11月18日(水) 10:00~12:30

### 【検討事項】

1. 前期会計報告(9/28 会計監査)
  - ・ 上乗せの収入が予算の半分に満たないが、後半はりんご、みかん等で増える。
  - ・ 前は部員からの請求がもっとあったが、少なくなっている。必要な活動費用は請求してほしい。
  - ・ 一人暮らしではお米5キロでは多いので、もっと少ない分量のものがあれば増えるかも知れない。果物も小さいケースがあれば買いやすいという人も。
2. 収穫感謝祭について
  - ・ 神戸女子短大の学生さんは6人参加予定。
  - ・ 楽器の演奏は準備に30分位かかるので、求める会の即売の売場を12:45に片付けて、その場所で準備して演奏して貰う。
  - ・ 影山さんのアムバーダ(マナーの場所が必要)
  - ・ 前日: 13時集合、当日: 部員は9時、お手伝いの人は10時集合  
持ちもの: (前日) 三角巾、エプロン、包丁、皮むき、ゴム手袋 (当日) 三角巾、エプロン、お盆(喫茶も含めて)
  - ・ もし怪我等あった場合、イベント保険(添乗の保険)でカバーできる。求める会の主催であれば会員でない人でもOK。
  - ・ ケーキ受付: (前日) 会議室D (当日) 和室C(部員の荷物)、お手伝いの人の荷物は和室B
  - ・ 釣り銭は各売場で用意してください。
  - ・ 牛乳は求める会で販売。前日届く。
  - ・ 謝礼は丹波太郎(餅つき)、高橋さん(民族楽器演奏)に。
  - ・ 朝9時半からも「みつばちからのメッセージ」のDVDを上映。9:30~10:30と11:00~12:00の2回(和室D)。
3. 新ホームページについて
 

大野さんの解説で、新しいホームページをプロジェクターで映して見る。motomerukai.com で検索

してください。『食品公害を追放し安全な食べ物を求める会』で検索すると、以前の古いホームページが出るので注意。

参加した行事の写真や、料理等を投稿する方法について講習会を予定しています。

4. 会員主宰の青空市ワークショップ「食卓のそばに」について 谷口さんが出席され、お話を聞きました。

“旬の食材と食卓を結ぶワークショップ。30代~50代が中心。心豊かな食卓から自然豊かな未来へを目指している。スマホにかける時間をもう少し手間暇かける方に使ってもらえたら。これからの会の方向性を考え、求める会で参加して貰えたらと思う。”

今月は収穫感謝祭で忙しいが、若い人とどんな話をされるのか、どんな様子が行ってみたい。

### 【報告事項】

#### 〈生産者担当〉

○野菜 畑の様子: 高温が続き、あつという間に大きくなる。トウ立ちではないので、大きくなっても柔らかい。葉物は一色さんは露地で作っておられ、橋本さんはハウスで作っておられるが、両方とも大きくなるのは同じ。作物がどんどん出来てくるのでコケテに入りきらない。シトマ等も暖かいため出来ている。その分虫も多いとのこと。

感想: 里芋がとてもおいしい。ワスもおいしい。

○お米 高木さん: カメムシが特に多かったわけではない。(高木さんのところにきれいにする機械があり、池野さんも11月の分からその機械を使っておられるのできれいになる。)有機ではある程度仕方がない。

池野さん: イノシシが田んぼにもやって来て、溝の整備したところを崩してしまう。

感想: 高木さんのお米おいしい。

○卵 鶏が年のせいか産卵が落ちている。橋本さん大谷さんとも足立さんに卵を増やしてもらい出荷中。

○黒豆 丹南の黒豆は、今年も収量が少ないためありません。豊岡の橋本さんにお問い合わせ。

○牛乳 特になし。

## 「たじまんま」の収穫祭

11月21（土）～22日（日）、豊岡のJA但馬の即売所「たじまんま」の収穫祭に行ってきました。求める会が扱っている氷上低温殺菌牛乳の宣伝に、「一般社団法人みんなの低温殺菌牛乳協会」も一役買ったためです。参加したのは現地の会員、阪神の消費者の会員、丹波乳業（株）の吉田社長さんと職員2人など約10人。店頭では試飲、試食のデモンストレーションをしました。牛乳の試飲はもちろんですが、次のような試食品をその場で作って並べました。またバター作りもお客さんと一緒にしました。

- ・牛乳から作ったカッテージチーズ
- ・ヨーグルトから作ったクリームチーズ
- ・チーズをつくるときに出る液体（ホエー）で作ったホットケーキ
- ・牛乳豆腐
- ・ほうじ茶オーレ
- ・当地の在来種の「小野芋」（里芋）に牛乳をかけて焼いたグラタン
- ・バター作りは人気があり、人垣ができたほどです（写真）。

21日の夜は、近くの公民館で交流会。上記の人たちに、「豊岡土の詩の会」のメンバー、「小野芋」在来種保存会の生産者、地域の料理の先生などが加わり、総勢17人になりました。自己紹介をしつつ、カニ、エビ、野菜をたっぷりいただきました。

鍋で煮えるカニ、エビ、野菜、現地のお酒で温まり、大変おいしかったのですが、参加者それぞれが、長くかかわってきたことへの思いを込めたお話が聞け、新しい出会いもあり、ほんとうにより交流会となりました。

帰りの電車の時間前、橋本拓巳さんのお母さんが少し前に亡くなられたことを聞いていましたので、ちょっと立ち寄らせていただけたのもよかったですと思います。（鶴甲団地G 飛田みえ子）



### りんごポリフェノール

（学習研究部）

昔からりんごは体に良いと言われ、整腸作用、高血圧や癌の予防など生活習慣病の予防にも効果があることから人気のある果物です。

最近の研究でりんごの抗酸化力が群を抜いて高く寿命を延ばす効果が高いことも解りました。特徴的な四つの成分には有機酸（殺菌作用）、カリウム（降圧作用）、ペクチン（整腸作用、抗癌作用）、ポリフェノール（抗老化作用など）があります。このりんごの抗酸化作用（プロシアニジン）は、玉葱のケルセチンやブドウのレスベラトロール、緑茶のカテキンなどの3倍です。

ジュースにしても過熱料理してもポリフェノールはあまり損失しません。ただし、ジャムなどの加工品は糖の取り過ぎ摂取になるのであまりお勧め出来ません。

### 放射性物質の排泄を促すりんごペクチン

りんごに含まれるペクチン（水溶性食物繊維）には、放射性セシウムを排泄する働きがあります。1996年から2007年の11年間、ベラルーシの16万を超える子供達を対象に18～25日間ペクチンを20%含む添加食品を、1回5g、1日2回治療目的で服用させました。ペクチンを与えた子供たちのセシウム137の量は与えない子供に比べ、30～40%減少しました。（ベラルーシの研究機関、BELRAD 研究所より）

### りんごの果肉まで移行するネオニコチノイド系農薬

ネオニコチノイド系の農薬は浸透性、残効性が強く植物体内部に浸透して長期間効力を発揮します。例えばアセダミプリドの希釈液（10.9ppm）をりんご1個あたり0.7mlを表面に点滴すると、14日以降約90%が内部に移行。62日後果皮に0.04ppm、果肉に0.24ppm、芯に0.001ppm分布していた。（東京女子医大・平久美子医師）

## ○牛肉

- ・11月全体会でお正月用特別注文を取ります。12月全体会で受け取り。
- ・鴨肉追加注文受付中。11/20 締切。注文された方は、収穫感謝祭の日に荒木さんのところで受け取ってください。

○果物 群馬名月終了。次はフジ。レモンは今週配送。メールでの配送のお知らせは、やめでもよい(配送の日にFAXが入る)。  
群馬名月と汁(ゴート)は、収穫後割れることがあるそうです。柔らかくなっていたという人も。

〈会員担当〉 逆瀬川Cグループ1人入会。東山さんの知り合いの人入会予定。

〈事業部〉 パン、豆腐、干物、調味料、庄内ファームの合わせ柿、アガエスの干しブドウ他販売

〈広報〉 次回11/25印刷

〈学習・研究〉 福島の子どもたちへ10月に野菜送付。大豆畑トラスト 11/23 大豆収穫祭。収穫感謝祭の展示で材(コナ/ト)農薬の怖さ、兵有研のバ(和室D)

〈渉外・庶務〉

・バス旅行会計報告

・11/20 近畿農政フォーラム お茶の原さんが話されます。

〈その他〉

・年末の野菜配送は29日まで。31日はありません。新年は7日からスタートします。

・12月全体会は12月9日(水)第2週です。お間違いのないように。

・11月25日(水)食料環境セミナー 10:30~12:00 「親と子どものための食物アレルギー予防から治療まで」 同志社女子大学生活科学部 特任教授 伊藤節子さん

## 大豆畑トラスト 大豆収穫祭に参加して

心配された雨もなんとかもちましたが、市島名物の濃い霧のお出迎えの中、今回の参加者22名、まず高木さんの指導のもと納豆づくりのための藁つとを作った後は、歩いて畑に移動。今年は一カ月晴天が続いたため豆がはじけ出すのが早く、既に刈り取りは済んでいましたが、私達の体験用に残していただいていた畑で刈り取りをしました。

さやの中で芽が出ている豆を子供たちが見つけ、高木さんによるとこんな事は珍しい。この豆は木が倒れて土に接して乾燥せずにはいたのが、今年は暖かかったから芽が出たのだらうとのこと。いつもの年なら今頃なら霜にあたっているが今年はそれも無いそうです。

お昼は恒例の湯豆腐をメインに、その他エトセトラの昼食。自己紹介タイムには、家族で来られていたお父さんが、子守要員としていろんなイベントに参加して、食べ物について何も知らなかったことに気がついたと言われていたのと、3.11のあと放射能によるいろんな症状が家族に現れたので、東京を離れ神戸で暮して4年になる家族が、「東京の知人が『子供が毎月一度血が混じったものを嘔いている。そんな症状は3.11以前にはなかったのに』と言うのを聞いて転居を勧めても、『これはストレスが原因だから』と言ってそのまま東京で暮している」との話は考えさせられました。

高木さんからの、今年は取量が増えそうだとの報告を受け、事務局では醤油にできないだらうかと言う声もあり、これからが楽しみです。(松並 G 池田真知子)