



地元スポーツを応援! 堺発、世界基準のプレイヤー

堺市にホームを置く国内トップリーグのバレーボールチーム「堺ブレイザーズ」(以下BZ)。その攻守の要であり、「ゴツッ」の愛称でおなじみの石島雄介選手にバレーボールのこと、地元・堺のこと、アスリートならではの「食」へのこだわりなどを聞いてきました。

ーバレーボールを始められたきっかけは?

中学のとき、人が集まらなくて廃部寸前の部に、顧問の先生から誘われて入ったんですね。図書館で本を借りてきて、「Aクイックってこんなんや」ってみんなで技の開発をしていました。

ー石島選手と言えば、気迫あふれる感情をむき出しにしたプレーが印象的ですが?

中学、高校、大学とバレーボールを続けていて、大勢のチームメイトと切磋琢磨してきました。試合に出られるかどうかかわからないけれど必死で練習する姿に、「生半可な気持ちではコートに立てない。立つためには勝つ」という思いを強く意識するようになって、それが自然と出てしまったんじゃないかと思います。実は、力が入りすぎて調子を崩してしまっただけ…(苦笑)。

ープロのアスリートは体が資本ですが、食事などで気をつけていらっしゃることはありますか?

ベスト体重をキープするため、食事の量や質には気をつけています。本当はジャンクフードが大好きなのですが、試合前はそれも控えて、バランスよく食べることを心がけています。食事の質や量はいいパフォーマンスにもつながっていきますからね。

ー堺の街のどんどこがお気に入りですか?

堺は海の幸もおいしい、お肉もおいしい。いい街ですね。新しい映画館がアリーナの近所でもできて、空いているときは後方の席の人を気にせずつづけるので僕の穴場かな。ただ、合宿や遠征に出るとなかなか堺に帰ってこれないので、みなさんのオススメスポットをぜひ教えてほしいですね。

ー最終、にごやかに楽しく話をしてくれた石島選手と最後に握手!

堺でくらし、堺でトップアスリートとしてがんばる石島選手。来月のVプレミアリーグのホームゲームをぜひみんなで応援しにいきましょう!

石島 雄介(いしじま・ゆうすけ)
1984年生まれ。埼玉県出身。筑波大学。ポジションは、ウィングスパイカー。身長197cm、体重102kg、最高到達点345cm

ゲーム日程

2010/11 Vプレミアリーグ
堺ブレイザーズホームゲームの日程

- 2010年12月25日(土) 12:00開場 14:05開演
VS 大分三好ファイターズ
- 2010年12月26日(日) 11:00開場 13:05開演
VS FC東京
- 2011年1月22日(土) 12:00開場 14:00開演
VS 東レアローズ
- 2011年1月23日(日) 11:00開場 13:00開演
VS JTサンダーズ

(試合会場)
堺市金岡公園体育館 堺市北区長曾根町1179-18
(地下鉄御堂筋線「新金岡駅」下車徒歩約10分)
(チケットの問い合わせ)
☎072-233-2291 (入場券インフォメーション特設電話)

迫力の練習も自由に観覧OK。BZの各種情報はHPでチェックしてください。▶ <http://www.blazers.gr.jp/town/index.shtml>

PRESENTS

石島選手より「おいしいくらし」読者のみなさんにプレゼント!



応募方法
ハガキに〒住所・名前・電話番号・年齢を明記し、下記のアンケートにお答えの上、下記の宛先へご応募ください。

- ① いずみ市民生協の組合員ですか?
- ② 当誌面で1番興味深かったコーナーは?
- ③ 生協のイメージを「一言」で表わすと?

宛先
きかんしエムエス
おいしいくらし編集部「プレゼント係」まで
〒601-8205 京都市南区久世殿城町330-1
※12月17日(金)消印有効
※プレゼントの当選は発送をもって代えさせていただきます。

おいしいくらし

毎日のせいかつに、シアワセ + ぷらす



発行：大阪いずみ市民生活協同組合
〒590-0075 大阪府堺市堺区南花田口町2-2-15
TEL.072-232-3111
●発行日：2010年11月30日



うれしい日の「からあげ」

「記念写真」

「何が食べたい?」と聞くと、「からあげ」と言う娘。

遠足、運動会のお弁当も、

お誕生日もクリスマスも、

いつでも答えは決まっている。

「からあげばかりやん。

たまにはエビフライとかは?」

「いいねん、からあげがいい」



そんなこんなで、彼女とわが家の「晴れ」の日の食卓には必ずからあげがある。

写真を見返すと、お弁当箱に、テーブルに・・・すまし顔でいるのだ。

もしかすると、夫の写真よりもからあげの写真の方が多いかもしれない。

こうなると、「おかず」ではなく、家族の一員のような気さえしてくる。



仕事ばかりで母親らしいことは何もしていないけれど、特別な日くらい子どもの好きなものをいっぱい作ってあげたいと思う。

子どものがんばりも成長も、

一緒に見届けてきたからあげ。

私たち家族の幸せな時間を一緒に過ごしてきたからあげ。

これからも末永くよろしく。

娘が独り立ちするその日まで、

いつまでも記念撮影

させていただきますよ。



地域の子育て支援広場

河内長野市からの委託事業 「ほのぼのルーム大矢船」オープン

10月4日にオープンしたばかりの「地域の子育て支援広場 ほのぼのルーム大矢船」。16坪ほどのワンフロアのほとんどを占めるのが畳敷きのプレイスペースで、ハイハイもよちよち歩きも、おもちゃではしゃぐ姿も、安心して見守ることができます。

位置する加賀田中学校区は、古くからの住宅地と新しいファミリー向けマンションが隣接し、幅広い年代層が共存する街。利用者の多くが、就学前の子どもとママ。子どもの年齢が近いこともあって、初対面同士でもママたちは打ちとけた雰囲気。



友人宅にお邪魔しているみたいで、落ち着きます

ここは、河内長野市の委託事業として、いずみ市民生協が運営。いずみ市民生協では、これまでさまざまな子育て支援を実施してきました。そのノウハウを生かし、あらたに「子育て層に居心地のよい空間を」とりくんだ事業がこの広場です。

また、子育て経験のあるスタッフ2人が常駐し、子どもの遊び相手からママたちの話し相手まで務めています。子育ての楽しさや心配事、悩み、失敗談など、毎日の生活で遭遇するさまざまな出来事を、ゆつくりとしゃべっていきませんか?



家にはないおもちゃがあって、子どもも楽しそう!

就学前の子どもとその保護者なら、どなたでもどうぞ(予約はいりません)
河内長野市大矢船中町3-11(イトーピアショッピングセンター内)
●電話・FAX 0721-62-3501 ●毎週月・水・木10:00~15:00 ※祝日の場合も開所
●申し込み・利用料不要 / お茶、おむつ、着替えや、ルーム内でお昼ご飯を食べる方はお弁当を持参してください。
河内長野市その他、富田林市からの委託事業として、常設ひろば「ひだまり」を開催しています。また、その他の市町村でも16会場で「親子・あそびのひろば」を開催しています。詳しくは、ホームページ(<http://apie.izumi.coop/>)をご覧ください。

いずみ市民生協の子育て支援

子ども Let's cooking!

子どもたちに、自ら料理をつくりあげる達成感や食べ物の大切さなどを知ってもらうと「子どもクッキング」を行っています。



▶上にも包めるかな?



◀料理にとりくむ姿は真剣!

PRESENTS

先着
500名様に
プレゼント!



いずみ市民生協に加入されていない方に、2ページで紹介している「マルイ元鶏」をプレゼントします。

【プレゼントの応募方法】

電話から 受付専用窓口 ☎0120-884-900
(受付時間) 月~金 / 9:30~21:30 土 / 9:30~20:00

携帯電話から 携帯電話で右のQRコードをピッと読み取り!

締め切りは 12月17日(金) 21:30まで



【マルイ元鶏プレゼント応募に関するご注意】●いずみ市民生協の組合員の方、また組合員と同一世帯の方は、応募できません。●ご住所・お名前・電話番号・ご在宅時間をお伝えいただければ、後日職員が商品をお届けします(ご不在時のお届けはできません)。●以下のエリアにお住まいの方に限らせていただきます。
(東大阪市・八尾市・松原市・柏原市・藤井寺市・羽曳野市・太子町・河南町・富田林市・千早赤阪村・河内長野市・大阪狭山市・堺市・高石市・泉大津市・忠岡町・岸和田市・和泉市・貝塚市・熊取町・泉佐野市・田尻町・泉南市・阪南市・岬町)
【個人情報のお取り扱いについて】お寄せいただいた個人情報は、プレゼントのお届けと、生協からのお問い合わせのみに使用します。また、アンケートへの回答につきましては紙面への掲載や企画の参考にさせていただきます。他の目的には使用しません。

いずみ市民生協です。

宅配で毎日の買い物を便利にします 宅配事業

カタログに掲載されている生鮮品や便利な生協商品の数々を購入していただくことができます。「個人別配送」「班配送」など、ライフスタイルに合った受け取り方法をお選びください。

おいしい食卓を応援します 店舗事業

毎日、自分のペースで買い物を楽しみたい方は、ぜひコープのお店をご利用ください。

困ったとき、強い味方になります 共済・福祉サービス事業

CO-OP共済は、組合員同士の助け合いで成り立つ保障です。また、福祉用具のレンタルやケアプラン・訪問介護などの事業もしています。組合員の「困ったとき」に備えてバックアップさせていただきます。

いずみ市民生協は「くらしに笑顔」をテーマに、東大阪市以南の大阪府下25市町村で活動しています。現在、約40万人の方が組合員として登録されています。



いずみ市民生協のホームページをぜひご覧ください。

いずみ市民生協 検索 <http://www.izumi.coop/>

元気のもと レシピ

なんどでも食べたい おいしいからあげ

食卓の人気もの 定番おかずのからあげをかりっとジューシーに仕上げるコツは「揚げて→休ませて→揚げる」の2度揚げです。

■ 材料 (2~3人分)

- 鶏もも肉 1枚 (300g)、
- サラダ油 適量、
- A. 下味 (酒大さじ1/2、しょう油大さじ1、塩小さじ1/2、こしょう適量、おろしんにく小さじ1/2、おろししょうが小さじ1)
- B. ころも (溶きたまご1/2個、片栗粉大さじ3)



■ 作り方

- 1 鶏もも肉を一口大の大きさに切る。
- 2 ビニール袋に①とAを入れて袋の外からもむ。袋の空気を抜いて、30分程度おく。
- 3 ②にBの溶きたまごを片栗粉を加え混ぜる。
- 4 サラダ油を170度に熱して2分程度揚げて4分休ませ、もう一度きつね色になるまで揚げる。

ここがコツ

かりっとジューシー! おいしいからあげのできあがり。

いずみ市民生協の産直商品で「おいしいからあげ」を

4ページのプレゼントコーナーをご覧ください

産直

鹿児島県・マルイ農協
元気鶏若鶏もも肉
(ちょっと小さめ・バラ凍結)
300g

若鶏もも肉を1個あたり約15gにカットしました。

安全面で保証できるものを消費者に届けたい

産直元気鶏若鶏もも肉を生産しているのは、鹿児島県にあるマルイ農協。ヒナの生産から飼料の製造、鶏卵、鶏肉の生産と処理加工、販売、物流までを一貫管理で行っています。味、安全面ともに自信をもって商品をお届けできるのは、一貫管理、だからこそです。



産直元気鶏生産者のこだわり

■ 安全へのこだわり

鶏には抗生物質、抗菌剤を含まないオリジナルの飼料を与えています。衛生的な鶏舎で健康的に育った鶏の肉質は、安全面での評価だけでなく「おいしい」と評判です。



日齢にあわせて飼料を与えます

■ 大切に心をこめて

マルイ農協の生産者たちは、「安全・安心」のためにプライドを持って鶏を生産しています。それは、まるで赤ちゃんを育てるような気持ちで、朝早くから夜遅くまで大切に育てています。



農場は厳しい防疫体制がしかれています



生産者の中塩健一さんご夫婦

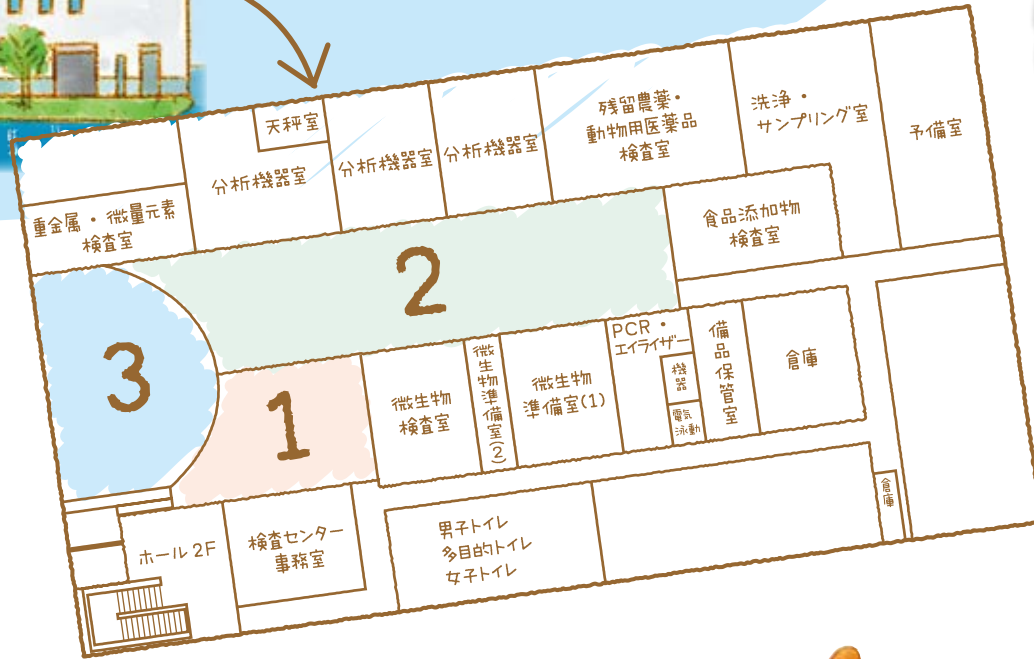
商品検査センター コープ・ラボへようこそ!

2010年7月にOPENしました!

2011年1月17日から見学していただけます

専任ガイドがご案内します。
■日時: 祝日を除く平日、10:00~16:00
■所要時間: 約2時間

お問い合わせ・お申し込みは
組合員サービスセンター
0120-031-001
●月~金/9:00~21:30 ●土/9:00~20:00



コープ・ラボは、いずみ市民生協が取り扱う商品を検査するセンターです。お届けする商品が、安全であるか、間違いなくつられていたかを確認しています。コープ・ラボでは、毎日の検査の様子をそのまま見学することができます。年明けからは地域のみなさんの見学も受け付ける予定です。



センター長の美野です! コープ・ラボの商品検査を説明します。

微生物検査

微生物被害を未然に防ぐため、腐敗や食中毒発生が考えられるすべての食品を検査。いずみ市民生協の商品検査の中で最も多い、年間2万4000件の検査を実施。組合員の手に届いた商品と同じ状態で検査を行います。

PCR検査 (遺伝子組換え・畜肉種特定)

商品表示が正しいかを検査。大豆・トウモロコシ・ジャガイモなどを原材料とした加工品が、遺伝子組換え原料を使用しているかどうかを調べます。ウナギやコシヒカリの品種特定、食肉加工品の畜肉種特定を実施。

食品のアレルギーに関する検査

国が定めた表示義務のある7品目 (卵・乳・小麦・ソバ・落花生・エビ・カニ) を中心に検査します。

食品添加物検査

コープが自主規制している保存料、発色剤、着色料などを中心に検査します。

重金属検査

近海魚やコメなど、食品中に含まれるカドミウムや鉛、水銀などの重金属を検査します。水銀が体内に蓄積した魚介類、カドミウム汚染米が問題となったこともあり、組合員の関心も高い検査項目です。

残留農薬検査

野菜や果物、コメ、冷凍野菜、農産物を主原料とした加工品に農薬が残留していないかを調べます。約415項目の農薬を一齐に分析します。



あたしがご案内します。商品検査はすべて披露! どんな検査が行われているのか、なぜその検査が必要なのかなどを説明。商品をきっちり調べているところをご覧いただけます。

2. 続いて見学エリア

通路からは、検査室で実際に商品検査をしている様子を見学いただけます。検査項目ごとにパネルやビデオ、室内のライブ映像も交えながら詳細にご説明します。



1. まずはオリエンテーションエリアへ

生産、流通、販売まで、商品の安全・安心を確保するためのとりくみをご紹介します。



3. さあ体験&学習しましょう

味覚のチェックや衛生管理の体験、食品添加物を使った実験を行いますので、楽しく学んでください。

衛生管理の体験の様子。細菌が調理中にどのように広がっていくかを蛍光灯照射を使って体験していただけます。



見学された方にお話を聞きました



子どもには安全なものを食べさせたいと思い、いずみ市民生協に加入しました。このような厳しい検査が行われているところを実際に見ることができ、より安心することができました。(いずみ市民生協組合員)

産直ってなに?

いずみ市民生協の生鮮食品のブランドマークです。消費者である生協組合員と生産者が一緒になって「顔の見える安心感」と「確かな信頼」を築き上げた大切な商品です。

産直の目的は?

- 1 組合員の「安全でおいしい生鮮食品を」というニーズに応えます。
- 2 生産者と組合員との幅広い交流をすすめます。
- 3 食料自給率向上にとりくみ、日本の農林水産業を応援します。
- 4 農林水産業が持つ多様な価値を認識し、豊かな地域社会づくりを応援します。

現在、全国80以上の産地よりお届けしています



安心を、未来へつなぐ食料自給率1%アップ運動 FOOD ACTION NIPPON

いずみ市民生協は「FOOD ACTION NIPPON」の推進パートナーです。「FOOD ACTION NIPPON」は農林水産省が主導する食料自給率向上に向けた国民運動推進事業です。



いずみ最前線

ゴミを資源に

「リサイクル・ループ」のとりくみを知っていますか?

食品を取り扱う事業所からは毎日大量の生ごみが出ています。そのほとんどはゴミ処理場で焼却され、食品をムダにすることや、CO₂の発生などが問題となっています。

「リサイクル・ループ」とは、この問題となっている生ごみを再生利用事業者によって飼料や肥料に変え、農畜産物の生産に利用し、そこでの生産物を食品関連業者が購入し販売する仕組みのこと。ごみを有効活用するとりくみの一つです。

いずみ市民生協では、この秋から「リサイクル・ループ」に本格的にとりくみ始めました。再生利用事業者として「(株)ハートコープいずみ」、農業生産法人として「(株)いずみエコロジーファーム」を子会社として設立。地域での持続可能なリサイクル活動にとりくんでいます。

