

放射性物質検査結果 3月分(3/1~3/31 まで)

検査場所：笠寺センター検査室 検査機器：EMF211 型ガンマ線スペクトルメーター

測定限界：セシウム合計 10Bq/kg 以下 () 内は測定限界値です。単位は Bq/kg/

検査日	産地 取引先	検体名	産地	ヨウ素 131	セシウム 134	セシウム 137
3/5	(株)ニッキーフーズ(なかし ま)	富山産白えび入りかき揚げ丼の 具	富山	不検出(1.64)	不検出(2.11)	不検出(1.76)
3/5	(株)東京コールドチェーン (八水蒲鉾)	自然派 Style かにかま×2 個組	愛媛	不検出(1.60)	不検出(2.06)	不検出(1.72)
3/5	(株)ナシオ(ノースカローズ)	純国産 北海道きなこねじり	北海道	不検出(1.56)	不検出(2.01)	不検出(1.68)
3/5	(株)東京コールドチェーン (いわもと)	春の幸 国産筍とぜんまいの煮物	熊本	不検出(1.53)	不検出(1.97)	不検出(1.64)
3/5	(株)高山(丸米製菓)	しろえびあられ	富山	不検出(1.45)	不検出(1.85)	不検出(1.55)
3/13	(株)つきじ深村(ヤマホンベ イフーズ)	さんま天日寒風干し	宮城	不検出(1.38)	不検出(1.78)	不検出(1.50)
3/13	(株)東京コールドチェーン (中村屋フードアクト)	チキンハム	岐阜	不検出(1.43)	不検出(1.84)	不検出(1.55)
3/13	アルファフードスタッフ (株)(クロスロード)	オーガニック玄米クッキー ココア	大阪	不検出(1.40)	不検出(1.80)	不検出(1.52)
3/13	マルサンアイ(株)	ひとつ上の豆乳 成分無調整 1000ml	愛知	不検出(1.52)	不検出(1.96)	不検出(1.65)
3/19	全国漁業協同組合連合会 (シーサット)	漁師飯・胡麻さば(ごま醤油漬)	山口	不検出(1.55)	不検出(2.03)	不検出(1.68)
3/19	(株)ニッコー	ミニたい焼き(カスタード)	熊本	不検出(1.56)	不検出(2.05)	不検出(1.70)
3/19	マルイ食品(株)	国産若鶏もも和風唐揚げ(徳用)	鹿児島	不検出(1.52)	不検出(2.00)	不検出(1.66)
3/19	(株)大進食品(キャニオンズ パイス)	インド 4 種の豆カレー	大阪	不検出(1.48)	不検出(1.94)	不検出(1.61)
3/27	(株)つきじ深村(サンスイ)	天然真子がれいすライスお刺身 用	宮城	不検出(1.50)	不検出(1.94)	不検出(1.61)
3/27	北海道漁業協同組合連合 会 (株)カネキ南波商店)	北海道のたらこと昆布の佃煮	北海道	不検出(1.58)	不検出(2.05)	不検出(1.70)
3/27	株式会社登喜屋(タイム缶 詰)	三陸産さば味噌煮缶	三陸	不検出(1.40)	不検出(1.82)	不検出(1.51)
3/27	シンコー食品株式会社 (佐々商店)	国産具材の山形風いも煮	埼玉	不検出(1.44)	不検出(1.86)	不検出(1.55)
3/27	三菱食品(株)(全国農協食 品)	自然派 Style ライスバーガー自然 豚焼肉味	栃木	不検出(1.54)	不検出(1.99)	不検出(1.65)

(株)コープ食材の食材セット野菜につきましては、2月4回~3月3回企画の8アイテムについて検査を実施。すべてにおいて不検出。上記検査結果の通り、すべてにおいて不検出との結果でした。過去の外部検査、内部簡易自主検査の結果についてはホームページで公開しています。アドレス:[http:// icoice-coop.com](http://icoice-coop.com)

2023年度「スタディークラブ」活動報告

丁寧なくらし

■テーマ：食生活・食養生

■内容：忙しい日常生活では手抜きをしてしまいがちだが、ひと手間加えた丁寧な生活を考える

■メンバー：澤田・浅野・島津・
瀧本・榎木田

【2023年度総括】

ベーグルやジャム、麴、甘酒作りなどを行いました。

麴には美肌効果と脂質の代謝を促進するビタミンB群が豊富に含まれているため、疲労回復にもおすすめです。

2023年度は、仕込んだココア麴を使ってお菓子作り、昨年仕込んだ味噌を使って料理を作ったりと、充実した“ひと手間”加えた活動が行えました。

手作り味噌はカビが生えてしまいましたが、きれいに取り除き、米麴の甘めの味噌に仕上がりました。

腸活美人

■テーマ：食生活・食養生

■内容：腸活に繋がることを学び、取り入れ、体験をし、楽しみ伝える

■メンバー：桑原・野田・原・
木ノ本・長崎

【2023年度総括】

発酵食品を使った腸活メニューの料理や講師を招いた講座・体操により、食事で腸を整える重要性を学んだり、こんにゃく作りや麴作りと、この1年「腸活」をテーマに食も運動も知識もうまく取り込んで活動できました。

体操をしたことで健康に対する意識付けにもなったし、口から取り入れたことが内蔵や身体にどう関連ついていくのかが具体的に理解できました。

みなさんも以前流行った塩麴などの“麴調味料”をぜひ定番に使ってみませんか？

美味しく、簡単、時短料理の会

■テーマ：生協商品

■内容：生協商品などを使った時短料理

■メンバー：佃井・恒川・島津
中村・竹内

【2023年度総括】

生活センターのキッチンスタジオで、炊飯器を使った時短料理を中心に、ホットケーキミックスでスイーツづくりなど、簡単にできる時短メニューの料理を行いました。

炊飯器メニューは材料を入れて、スイッチオンという手軽さながら、満足感のあるものができ、さまざまなアレンジができたと思いました。

毎日忙しい組合員のみなさんにおすすめです！

挑戦したい!おすすめしたい! 商品の食べ比べクラブ

■テーマ：生協商品

■内容：商品の試食を通じて感想を伝えあい、今後に活かす

■メンバー：加賀・田坂・後藤

【2023年度総括】

生協のパンや豆腐・お米・肉まん・ミールキット・素麺など、複数種類あって注文に迷う生協商品同士や、市販品との食べ比べを行いました。味の違いや、調理してから時間が経っても美味しいものの発見など、お気に入りの商品を見つけることが出来ました。生協商品と市販のレーズンパンの比較を行ったところ、レーズンの量の多さ、しっとり感など、商品カタログからは分からないことを知ることができました。

食べ物の安全について学ぶクラブ

■テーマ：食の安全

■内容：身体の基本となる一番大切な食べ物の安全を学ぶ

■メンバー：岸・北出・平出

【2023年度総括】

安心な食品の選び方について話し合いました。「家族と自分を守る安心な食品の選び方(阿部司著)」では、「摂りすぎ三兄弟」といわれる[塩・油・糖]が寿命を縮め、不健康な食事では5人に1人が早死する可能性があることを学びました。

やっぱりバランスのとれた食事が一番ですね！

日本の伝統文化・技能にふれる会

■テーマ：日本文化

■内容：書道・茶道など日本文化にふれる

■メンバー：中村・尾関・伊藤
伴・中島

【2023年度総括】

東部センターに講師を招いて毛筆の練習を行いました。

文字を書く時の姿勢や、筆の持ち方などを学び、カレンダーの作成を行いました。筆はできるだけ真すぐ持ち、太い線で書くように練習しました。万年筆で書く時も、持ち方を正しく持たないとインクが上手く出ないと同じです。

文字を書く時は椅子に浅く腰掛け、背筋を伸ばして右腕と左腕の脇を離し、バランスを考え左肘が下がらないように気を付けながら右腕を浮かせて書くと良いことも学びました。

2023年度は11クラブ42名の 組合員さんが活動しました！

スクラップブックングで アルバムを作ろう

■テーマ：ハンドメイド

■内 容：スクラップブックングを楽しむ

■メンバー：柴田・足立・増田・樋江井

【2023年度総括】

スクラップブックングのアルバムは、ただ写真を貼って思い出を保存するだけではありません。慌ただしい日々の中で忘れてしまいがちな小さな幸せや色鮮やかな感動を写真とメッセージで綴っていく中で「想い」を再確認できるため、溜まりやすい旅行の写真など思い出も忘れないうちにアルバムにできると良いねとメンバー間で話し合いながら活動しました。

文字も書き込めるスクラップブックングは見返した後も絵日記のように楽しめますよ。

美肌つまみ

■テーマ：健康

■内 容：整膚を日常生活に取り入れて血流改善して健康に

■メンバー：篠原・越田・坂野

【2023年度総括】

「名医が教える1分美顔術(奥田逸子著)」などを参考に、暑さや気圧の変化や昨今の異常な天候についていけるよう、自律神経に関する整膚を行いました。整膚は手指の皮膚を優しくつまんで戻すことで毛細血管の働きの活性化に繋がります。

10月にはメンバー以外のゲスト参加もあり、体験会も開催しました。血流改善することで栄養や水分、酸素を血管を通して身体の隅々まで行き渡らせることを共有しました。

ウェルネス&ビューティーサロン

■テーマ：ストレス予防

■内 容：ストレスは万病の元。ストレスとは何か、ストレス解消法を学び、心身ともに健康を目指す

■メンバー：臼井・松原・加藤

【2023年度総括】

ヨガやウォーキング、フルーツ狩りなどを行いました。1年間を通じて「ストレス解消には身体を動かすことが有効」と分かりました。ヨガが世界中に広まった理由の一つに精神安定の働きがあることが挙げられています。ヨガを行うと心が落ち着き、ストレスの緩和に繋がるといわれています。フルーツ狩りなど農作業も満足感や達成感が得られ、気分転換・ストレス発散が期待できます。人と会っておしゃべりするのも良いと思います。身体の中に不要なものは溜め込まず、身体の外に出すことが大切だと感じました。

エコライフクラブ

■テーマ：環境

■内 容：SDGsに繋がることについて学習

■メンバー：浅野・鈴木・堀

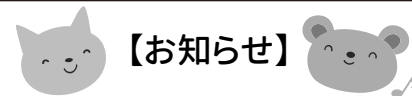
【2023年度総括】

1年間を通じてSDGsについて、自分たちの身近なことから学びました。生協商品の包材についているSDGsに関連のありそうな、海のエコラベルMSC認証などのマークを調べてみました。また、第1支部・生協主催のイベントにもブース出展して来場者のみなさんにエコクイズで脱プラの呼びかけを行いました。

あなたの「やってみたい」を
生協が応援します！

「スタディークラブ」とは、言わば大人のサークル活動。組合員同士の繋がりを活かして、自主的に活動を行うグループを生協がサポートします。参加方法は、3人以上の一宮生協の組合員で構成したグループを登録を登録するだけ！一宮生協はあなたの「やってみたい」を応援します。

CO-OP 一宮生活協同組合



【お知らせ】

2024年度 新規登録受付中！

「スタディークラブについて話を聞いてみたい!」「活動したい!」という方はお気軽にお問合せください。

☎コールセンター 0120-52-1252
(受付時間：月-金 9:00～18:00)

シニアクラブ

■テーマ：介護

■内 容：シニア支援

■メンバー：則武・井戸・尾関

【2023年度総括】

シニア支援に繋がることを学びたいメンバーが集まり、クラブを立ち上げましたが、仕事や家庭の事情でなかなか集まることができず、十分な活動ができませんでした…。