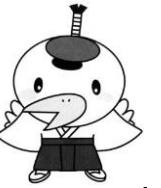


つる丸瓦版

鶴見エリアブログ
つる丸電子版
はこちら ↓↓↓



☆ちよつとイイこと、つぶやきたいのじゃ〜
一見、つくしとすぎなは別の植物のように見え
ますが、根の部分はひとつに繋がっています。
すぎなは別名「ホーステール」と呼
ばれ、ミネラル宝庫なハーブなのです。
(こば)



2017年4月より鶴見センター長に着
任いたしました。大窪悠介(おおくぼゆうす
け)と申します。

センターコーナー



組合員のみな
さまに支えられ
ながらセンター
運営できている
ことに感謝しま
す。本当にありがとうございます。

今年度も担当者と一丸となって鶴見セン
ターを盛り上げていきます♪

どうぞ2017年度もよろしくお願
いします。

春を健やかにのりきる 和漢膳

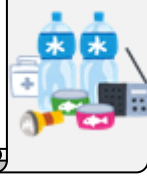
3月1日(水)、中原市民館にてさぼねつ
と講師による料理教室が行われました。

和漢膳と言うと、むずかしそう…そんな
考えが吹っ飛びました。

薬膳の考え方は病気になる前に食事がか
らだを整える。生命は自然界の一部として、
調和するように自然の力を借りて健康を保
つ。ちよつと言葉では難しそうですが、ふ
だん食べている食材や旬の
食材を食することがからだ
によかったりする。お話を
聞けば納得の講座でした。
詳しくはブログをご覧ください。
(p子)



知っておこう 防災コーナー



東日本大震災以来、わが家では地震や災害に
備えるの防災の準備を積極的にしています。

まずお水です。これはパルシステムで注
文した『富士の天然水』を買って置きしてい
ます。でも、夏なんかは普通に飲んでしま
い、「もうないじゃん!」と慌てて注文す
ることが多いです。ほかには簡単に食べら
れる缶詰や、乾パン類などがあり、救命救
急で基本的に必要なものを用意しています。

ずっと中身を確認せずにいたら、実際に
期限の切れた食料が多々ありました。定期
的に中身を確認して期限の切れそうな食
物は入れ替えておかないといけないなと実
感しました。(五十嵐)

年間おすすめ商品 【恩納もずく】



わが家で困ったときの
一品に欠かせないのが、
『恩納もずく』です。私も5歳の息子も
大好物! 実は、ふだんはパックのまま
食べてしまうことが多いのですが、今回
はきちんと盛り付けました!
きゅうりを添えて、立派な副菜です。

三杯酢の程よい酸味で、つるつと食べ
られちゃいます。(U子)

組合員活動報告交流会

2月21日(火)、新横浜グレイスホテルで開催
された「組合員活動報告交流会」に参加してき
ました。

ほかのセンターではどのように組合員活動を
しているか、地区くらぶはこんなイベントをし
ているんだと知ることができました。



商品開発で新しくなった
『やつぱり石けん!洗濯用
粉石けん』の使い方が個人
的にはとてもよかったです。
そして、「集団一時保育す
まいる」は、子ども向けの
ショーや保育でも遊んだ段
ボールトネルを紹介して
くれました。段ボールは、
子どもたちが飾りつけをし
てくれました。

それから、「くらし助け合
い ゆいねっと」の福祉にも興
味があればいいなと思いま
した。
おいしい試食も食べなが
らわいわいと賑やかなひと
ときで、楽しい会でした。

(五十嵐)



生産者・消費者交流会

3月3日(金)「生産者・
消費者交流会」に参加して
きました。このイベントは
全国の生産者の方々と交流
できる年に一度の大イベン
トです。私は実際に北海道
で有機栽培を行っている生産者の方とお話
しました。有機栽培は、とても手間がかかり農薬
を使用しないので、畑に雑草が生えて見た目が悪
いため、周囲からは荒地に見られることも…。ま
た草とりのための人材確保も仲間たちと取り合
いになってしまうこともあり、有機栽培を取り囲
む状況はとても厳しいとのことでした。



お昼はパルシステムの食材を使った、とても
豪華なお弁当でした。



パルシステムでは、7つの約
束があり、それを守るための
生産者の方のたゆまない努
力を強く感じています。

私たちがもつと産地や食べ
ることについて理解し、学び、「パルシステム
の組合員に食べてもらいたい」と思ってもらえる
ような消費者でな
らなければいけないと
思いました。

(なかお)

