

ASUKU ASK



2

2026

No.445



素材にこだわるバイオサポ食材セット

2015年12月に登場したバイオサポ食材セット(生産者:タイヘイ(株))。当初4品目からスタートし、「冷凍タイプ」や「もっとバイオサポ」シリーズも登場。2024年からは生産者にグリーンリーフ(株)も加わり、レポートリーを広がっています。

提携生産者の
肉・魚



手づくり応援

簡単ピリ辛クッパ

(クチコミ星5コメント1位)



国産中心の野菜

添加物を控えた
調味たれ



野菜たっぷり回鍋肉

豚肉きくらげ (利用点数・全世代別での利用人数1位、リピート率1位)

バイオサポ

バイオサポとは、「**BIO(生命)**」×「**美を(健康・暮らしの豊かさ)**」を合わせ、
身体・家計・環境・社会すべてに配慮した食のデザインをめざすものです。



生産者からのメッセージ

バイオサポ食材セットは、市販のものとは少し違う「安心して使っていただけるていねいさ」を大切にしています。野菜は基本的に国産、お肉は提携生産者のものを使用し、添付のたれもできるだけ添加物に頼らずつくっています。毎日のごはん作りが、少しで

も楽しくなるように、そんな思いを込めています。

ももとは、忙しい子育て世代の方の「手早くおいしい一品が作れたら」という声から生まれたバイオサポ食材セットですが、いまでは「子どものお料理の練習に」「不在時に家族が作る」など、いろいろな場面で活躍していると伺い、とても嬉しく思っています。

これからは主菜だけでなく、副菜や「もう一品欲しいとき」に役立つメニュー、そして家庭では作る機会が少ない郷土料理にも取り組んでいきます。

▶タイヘイ(株)
坂本 江里さん

交流会では消費
材の知識が豊
富で、話に引き
込まれます



contents

P1 素材にこだわるバイオサポ食材セット

P2 バイオサポ食材セット 組合員の声
みんなでパクパクAction

P3 エコ共済で「つながる」「つなげる」そして「ひろげる」

P4 あいちパクパク★展示会
『2040地球再生のビジョン』映画上映会

参加申込
QR有

ビオサポ食材セット 組合員の声

我が家の食卓の味方

ビオサポ食材セットを週に2セット注文しています。夫と二人で食べるには十分な量で、野菜もしっかり摂れるところがお気に入りです。最初はミールキットに少し抵抗があったのですが、子育て中で仕事もしている組合員さんが「頑張っている自分へのご褒美に!」と言っていたのをきっかけに

試してみました。

使ってみると、そのおいさと作りやすさにびっくり。何より、**毎日の献立を考える手間がぐっと減りました。**他のミールキットも試しましたが、やはり生活クラブのものは素材のおいさが際立っています。

調理道具は最小限で済み、後片付けの時間も短くなるので「いいことづくめ」。メニューも豊富

で、調味料を買いそろえなくても作れるので無駄がありません。塩分表示も参考にしながら選べるので安心です。これからも、無理なく便利に使っていきたいと思っています。



▲つばさエアリア 戸田さん

初めてのビオサポ食材セット

3・6・8歳の子どもがいる5人家族のママです。普段からできるだけ添加物や農薬を避け、陰陽論や食養生を取り入れた食事づくりをしています。正直これまで、**ビオサポ食材セットは量が少なそう**で5人家族には向かないと思い、使ったことがありませんでした。でも今回初めて「帆立のチャウダー」を調

理してみたところ、ベースは2〜3人前くらいの量。そこで、水分量を倍に、マッシュルームや生活クラブの冷凍コーンを追加、仕上げはレシピの塩こしょうではなく、自家製のんにく玉ねぎ麴を使用、とろみは米粉で調整と我が家仕様にアレンジしてみました。

味つけを最後に好みで変えられるので、**どんな家庭でも「自分の味」に整えられるのがいい**

ところですね。しかも、解凍いらずで「入れて・煮て・混ぜるだけ」。想像以上に簡単で、忙しい夕方に大助かりでした。ビオサポ食材セット、**完全に「母の味方」でした!**



▲クラムチャウダー



▲名古屋北エアリア 猪飼さん

みんなで『きばる』 ACTION 皮まで食べたい『きばる』の甘夏みかん

被害者が加害者にならない

『生産者グループきばる』の「きばる」は「がんばる」という意味の熊本弁。水俣病の被害者である生産者が「自分たちが加害者になってはいけない」と、有機質肥料・低農薬栽培で、安心して食べられる甘夏みかんを40年以上作り続けています。

丹精込めて育てられた甘夏みかんは、皮まで丸ごと安心して利用できます。

捨てるところがない

実がお菓子の材料や各種料理に使えるのはもちろん、果皮はマーマレードやピールに最適です。また食べるだけでなく、お風呂に入れて香りを楽しむ使い方もできます。

酸味が苦手であれば、新聞紙にくるんで涼しいところに、重ならないように保存しましょう。

「『きばる』の甘夏みかんを食べると春がそろそろね」と想いを馳せ

る組合員もいます。3月1回(2/27の週)から取り組みが始まります。この時期しか味わえない『きばる』の甘夏みかんをたくさんいただきましょう。(消費委員 館岡祐子)



エコロ共済で「つながる」「つなげる」そして「ひろげる」

使おう！エコロ共済

「身近な何気ないたすけあいをしくみにしたい！」エコロ共済は、そんな思いをかたちにしようと、組合員が話し合いを重ね、2000年4月にスタートしました。

エコロ共済・3つの柱

- ① 組合員活動参加を支える
- ② 共同購入を支える
- ③ 日常生活を支える

エコロ共済を使い合うことでたすけあいの精神は育まれます。

まずは「エコロ共済ガイド」をチェックし、どんなケアあるか確認してみましょう。

作ろう！エコロクラブ

趣味や興味でつながった仲間がワイワイ楽しい時間をもち、困った時にはたすけあえる関係…それがエコロクラブです。

エコロクラブ

- ① 4人集まれば結成可※
- ② 単協施設の使用
- ③ 年間5000円の活動補助
※エコロ共済に加入していること

エコロクラブが活動をとおしで地域の人をまきこんでいったり、活動の主催者になったりします。

エコロクラブは、地域に小さなコミュニティを作っていくアソシエーション政策の要なのです。

参加しよう！登録班

「ゆる〜く」「なが〜く」組合員でつながり、困った時にはたすけあえる関係づくりをめざしています。

消費材を受取る集まりの「班」やエコロクラブ皆さん、ぜひ！「登録班」になりましょう。

登録班

- ① 4人集まれば結成可
- ② モニター班会に参加
- ③ 班会で1000円分の補助※
※消費材代上限1000円の補助

モニター班会とは、生活クラブの運営に関する諮問に、メンバーで話し合いをしながら意見を一つにまとめることで、単協政策に参加する人を作るためのしくみです。



詳しくはこちら→

エコロ共済



エコロクラブ



登録班



お問い合わせは **052-899-0770** まで

花縁便

カタログに手軽に調理して食べられる水産加工品が多くなりました。味付け済みでフライパンで揚げ焼きするだけ、袋のままお湯で温めて食べられるものなど種類が豊富です▼この何年か魚介類などの水産物が獲れないというニュースをよく耳にします。生活クラブでは3年前から改めて水産物の学習を始め、漁協や水産加工の生産者と交流し課題を共有しています▼高齢化による人手不足に加え、海水温の上昇などの環境問題による漁業への痛手は深刻です。気候危機の影響は、昆布でいうと根元が弱り根腐れを起したり、海が荒れ漁に出られず不漁になり価格高騰につながっているそうです▼まずは知ること。そして自分にできることは何か一緒に考えませんか。

(副理事長 市野正枝)

11月事業報告

組合員数	加入	脱退
11,004人	59人	-70人
出資金	1人当り出資金	
1,369,992 千円	123,789 円	
供給高	1人当り供給高	
270,252 千円	25,829 円	

▼共済加入件数

ハグくみ	CO・OP共済	エコロ共済
1,325 件	4,695 件	8,494 件

生活クラブでんき契約者

累計450件(11月)
再エネ100%プラン 25件
時間帯別プラン 14件

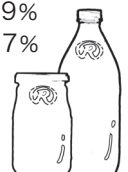


生活クラブ
でんき

今月のリユース率

ビン 回収率(11月)
900mlびん…138.1%
500mlびん…73.9%
Rびん全体 …89.7%

グリーン
システム
30th
Reuse & Recycle



生活クラブの
今回の展示会は
食の生産者が
たくさん来ます!



あいちパクパク☆展示会

2月 22日(土)・23日(日) 各日 10:00~16:00

会場：吹上ホール(名古屋中小企業振興会館)9F展望室

【出展予定生産者】

ベストファイブ(スーツ・くつ)、PeaPod(シルク製品)、パラマウント(くつ)、ファーレ(婦人服)、しむら(スキンケア)、アイ・メイト(めがね)、東京真珠(真珠・宝飾品)、山甚物産(マットレス)、紀伊半島協議会(農産物ほか)、カワグチ企画(雑貨)など。

【消費材生産者】

コーミ、おとうふ工房いしかわ、坂利製麺所、三重県漁連(21日)、ヴィボン(22日)



▲(株)しむら



▲ベストファイブ



▲山甚物産(株)



▲紀伊半島協議会

スーツ・くつ・めがねコーナーの予約はこちらから
当日の試食お手伝いなど組合員スタッフも募集中!



『2040地球再生のビジョン』映画上映会を開催します!!

主催：生活クラブ愛知理事会

日時：2月6日(金) 10:00~12:00 13:00~15:00の2回上映

会場：名古屋センター

「ベルベット、君に暮らしてほしい未来を描くよ」4歳の娘を持つオーストラリアの映画監督デimon・ガモーは、娘たちの世代には希望を持てる未来に生きてほしいと願い、もし悪化する地球環境を再生できるようなアイデアや解決策が今後急速に世界中に広がれば、娘が大人になる2040年にはどんな未来が訪れるだろう?と、解決策の実行者や専門家に会うため世界11ヶ国を巡る旅に出る。CGやポップな映像を交え、どのように地球を再生させることができるか、ワクワクするような未来予想図を描く。



組織再編で描く our story

◆ブロックの活動計画

10月から募集を始めた「組合員活動申請書」は、個人だけでなく「まち」の活動としての申請も寄せられました。初年度から「まち」を組織し、活動しようという人たちが登場したことは、とても心強く、嬉しいことです。

申請書を元に「活動」を整理し、「予算」を組み立て、来年度の活動計画を作成するのが「ブロック経営委員会準備会」です。この準備会は、次年度「ブロック経営委員」として活動を希望するメンバーによって構成されています。

◆「会計費目」を統一します

これまで9つのエリアでは、それぞれ異なる会計費目で活動していたため、他のエリアと会計について相談や比較がしづらい状況がありました。これは、エリアの会計担当者や委員からも長く課題として挙がっていました。

そこで今回の組織再編を機に、会計費目を統一し、共通ルールのもとで運営していきます。また、監事会による会計学習会も行い、活動に関わるすべての人が同じ基準で会計を扱えるよう、体制を整えていきます。

◆エリア大会とブロック結成大会

2月現在、エリアでは、今年度の活動を報告する「エリア大会」に向けた準備が進んでいます。一方、ブロック経営委員会準備会は、各エリアの総括も踏まえながら「ブロック結成大会」の準備を進めています。

私たちは意識していなくても、必ずどこかの小学校区に属しています。生活クラブも同じです。エリアがブロックに変わっても、私たちの活動は、これまで通り地続きでつながっています。

(理事長 中野 京子)