

よりよい暮らしはみんなの願い  
みんなで利用、みんなで参加  
**11~12月**

# 生協だより

大阪府職員生活協同組合

〒540-0008  
大阪市中央区大手前3-1-43(新別館北館内)  
TEL(06)6941-0351(内線5761~3)  
(06)6942-0990(直通)  
FAX(06)6942-0246  
Eメール:k-coop@vega.ocn.ne.jp



工房外観

年10月18000  
mの遊休地を借  
りオープンした。  
都市型農業を強  
みに、輸送コスト  
や長距離輸送に  
よる傷を減らし  
た。新鮮でみずみ  
ずしい椎茸が新  
たな大阪の名物  
になりつつある。

大阪市西成区北津守、南海電鉄汐見橋線津守  
駅前にある『街かどあぐりにしなり・よろしい茸  
工房』に代表理事の豊田みどりさん(74歳)を訪  
ねた。西成高校や公園に囲まれた住宅街の中  
にある工房で『大阪のおかん』という言葉がビッ  
リな元気いっばいの笑顔で迎えてくださった。ひ  
ときわ目立つ大きなビニールハウス、こんな大阪  
のご真ん中で椎茸を栽培しているなんて…想像  
もできなかった。運営しているのは豊田さんが代  
表を務める『NPO法人・街かど福祉』。西成区と  
隣接する浪速区の2か所で福祉事業を行ってい  
る。「西成をシイタケの街に!」と壮大な目標を掲  
げ、障がい者の働く場として2016年(平成28



おおさかの笑顔

元気人

●街かどあぐりにしなり よろしい茸工房  
代表理事 豊田みどりさん



大阪のど真ん中から  
食卓と地域を幸せに!



## よろしい茸

「都会での椎茸栽培ってめっちゃ、よろしいやん!」ということから名付けられた『よろしい茸』。通常の栽培では同じサイズの菌床に50~60ほどの椎茸ができるそうだが、この工房では約半数ほどに間引きをすることで、肉厚に仕上げている。軸まで美味しく食べられるのが特徴で、臭みも全くなし、椎茸が苦手でも食べられると評判だ。生椎茸の他、乾燥椎茸や加工品も生産している。

販売店はyoroshitake-shop.comを検索して“工房案内”のページからご覧ください。



よろしい茸工房の椎茸は農薬・殺虫剤・雨水を一切使わず、電子水のみ



よろしい茸工房のハウス内

で栽培。クラシック音楽のモーツァルトを聴きながらすくすく育つ。電子水とは、水道水や地下水などの飲料水にマイナスの電子(マイナスイオン)を供給した水。椎茸の細胞に水分と栄養が隔々まで浸透、老廃物の排出が活発になり、みずみずしい椎茸が栽培できるという。

NPO法人に興味があってスタッフになりました。もう7年になります。椎茸に加えキクラゲも栽培しています。今も学びながらの日々ですが、楽しい、やりがいもあります。豊田さんは回遊魚のような人ですね。とにかくよく動く!止まると死ぬんとちゃうか?みんなそう言ってます。でもとても話しやすく良い人です。ホント、頼りになりますね。



工場長の竹内辰矢さん

椎茸栽培をやってよかったと思うことは、別の仕事で休みがちだったスタッフが、休まず朝早くから出勤してくれるようになったこと。小さな芽から毎日コツコツ育てることに楽しさややりがいを感じてくれているみたいやね。これからますます倒れるまで働いていたいわ。まだまだやりたいことがいっぱいやから…それが今の私の望みかな。



## なぜ西成に?

「仕事のことで西成区役所を訪れた時、生活保護を受ける人の行列が印象に残ってね。これは雇用問題が大きく関係しているなあと。それやったら、西成に働く場をつくろう!」と思ったんですよ。かつて不動産業界団体の役員をしていた豊田さん、大阪市中心部からのアクセスのよい西成に、比較的安い遊休地があることに着目していた。若い頃はアイデアがあってもなかなか実行に移せなかつたけれど、次第に知識も増え、連携できる仲間も増えた。『椎茸の人工栽培』の見学会に参加した時、椎茸の菌床栽培は栽培から始まり、収穫、選別作業、商品詰め、シール貼り、出荷作業、直販など働き手である障がい者の個性に合った色々な作業がある。福祉と相性がええやん!これや!」と思えたそうです。

## 波乱万丈の人生



豊田さんは大阪市北新地で生まれ育ち、母は蕎麦ぼうろ店を営んでいた。短期大学卒業後、会社勤めもしたが、料理人になりたくて調理師学校で日本料理を学んだ。しかし、当時は女性が料亭の厨房で働くのが難しい時代、やむなく料理教室に就職したが4年間で断念。その後、スナックやラウンジを経営、それが面白いくらいに当たった。うだ。しかしバブルの崩壊で多額の借金を抱えた。そんな苦悩の中、40歳を過ぎて一大決心。宅地建物取引主任者の資格をとり、1991年(平成3年)不動産業を開業。全日本不動産協会南支部長も務めた。これからはパソコンの時代だ!と経営者仲間にもパソコンを教えてもらっていたが、その方が障がい者福祉に関わっていたことから、障がい者の厳しい現実を知り、障がい者福祉に取り組みすることを決意する。そして、2012年(平成24年)障がい者の就労支援を行うNPO法人『街かど福祉』を浪速区に立ち上げた。

それまでの不動産業は、息子に任せて、一旦は引退したんやけど、長いこと働き続けてきたせいやろね…毎日がなにか物足りなくてね。そうや、これからは社会に貢献できることをやる!動いて自立したいのに、働く場所がない…そんな障がい者や高齢者の支援をやろうと未経験ながら始めたんよ。

## ほんまもんゝで勝負!



豊田さんは優しくも品質に対する目は厳しい。障がい者が作った椎茸…を前面に打ち出すのではなく、朝採りの椎茸を産地直送30分で届けられる。鮮度と味のほんまもんゝで勝負したいという。工房は1日150kg生産できる体制にあるが、現在は1日50kgの生産。消費地である市場が近く、輸送コストも安い。都市型農業でありながら課題だ。工房内にはスタッフの笑顔があふれ、優しい時間が流れていた。これもみんなに慕われている豊田さんのなせるわざだ。

## ハートフルアグリ

ハートフルアグリとは、農と福祉の連携。大阪府では、全国に先駆け、都市農業の振興と保全にむけて、農業の多様な担い手の確保と障がい者雇用のために、ハートフルアグリを推進している。よろしい茸工房は、障がい者や高齢者、生活困窮者が一般企業への就労をめざし働く場だ。雇用形態は事業者と利用者が雇用契約を結ぶ。かつ最低賃金が保証されている。ここで働く「あぐりメイト」と呼ばれるスタッフは、1日6時間月20日の勤務でおよそ10万円の給料が得られる。これは一般的な就労支援施設より高い。「このモデルケースを軌道にのせ、区内の福祉施設や企業の雇用促進、遊休地の活用にも役立ててほしい」と豊田さんは熱く語られた。



## 大阪府職員生協団体扱自動車保険なら

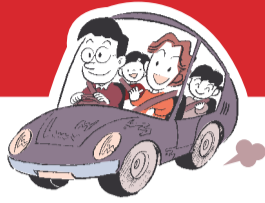
ノンフリート等級(無事故割増引)とは別に

# 最大21.1%割引※が適用できます。

※当該割引率(最大21.1%)は大口団体割引率(最大17.0%)と団体扱一括払(5.0%)を乗算しております。

一般の個人契約でご加入されるよりお得です

ただし、保険始期が2023年6月1日より2024年5月31日までのご契約に適用されます。  
※大口団体割引率は毎年6月1日に損害率等によって変動する場合があります。



◎他の保険会社から切り替えても、無事故割引が継承できます。(一部共済を除く)  
自動車保険のお見積もりをご希望される方は、現在ご加入の保険証券・車検証のコピーを下記までFAXお願いします。

### 団体扱いができる保険会社と割引率

- AIG損害保険(17.0%) ●三井住友海上(7.5%)
- 東京海上日動火災(15.0%)
- 損害保険ジャパン(15.0%)
- あいおいニッセイ同和損保(7.5%)

### ◆その他の取扱い損害保険◆

火災保険、傷害保険、医療保険、賠償責任保険、満期戻火災保険、レクリエーション保険、旅行保険(国内・海外)、各種スポーツ・レジャー保険(団体契約…ゴルフ) その他

資料請求・お問合せは…

大阪エイドセンター

〒540-0008 大阪市中央区大手前3丁目1-43(大阪府新別館北館内B1)

TEL:06-6942-0198(直通)  
FAX:06-6942-9188

## JTB総合提携店 大阪府職員旅行サービス



本場で、  
味わおう。

みんなで味わう  
旬の味覚は最高!!

待ち時間なしの「来店予約」  
「国内旅行お見積り」  
のお伺い

バリエーション豊富

JTBの  
「おせち」

リロクラブ会員様

宿泊助成 1名1泊あたり  
**2,000円**  
(大人)

### 大阪府職員旅行サービス

大阪市中央区大手前3-1-43 大阪府新別館北館B1  
TEL:06-6949-0628 FAX:06-6946-9452  
営業時間: 平日9:00~17:30(最終受付17:00) 休業日: 土・日・祝日  
https://osakafusyokuinryoko.jimdofree.com/

当店HP  
詳しくは  
こちらから



### 事業の利用内容 (2022年10月1日~2023年9月30日)

公務員賠償責任保険			
加入人数 (今年度)	2,365名	払込保険料 (今年度)	16,167(千円)
加入人数 (昨年度)	2,326名	払込保険料 (昨年度)	15,931(千円)
万葉カード			
利用人数 (今年度)	14,228名	利用金額 (今年度)	137,815(千円)
利用人数 (昨年度)	13,904名	利用金額 (昨年度)	149,750(千円)
寺内カード			
利用人数 (今年度)	1,779名	利用金額 (今年度)	25,375(千円)
利用人数 (昨年度)	1,825名	利用金額 (昨年度)	27,390(千円)
住宅斡旋・紹介			
契約件数 (今年度)	35件	契約金額 (今年度)	10億8,723万円
契約件数 (昨年度)	34件	契約金額 (昨年度)	10億6,113万円
キッチンカー			
出店数 (今年度)	323台	販売食数 (今年度)	5,765食
出店数 (昨年度)	302台	販売食数 (昨年度)	6,679食
販売金額 (今年度)	4,314(千円)	販売金額 (昨年度)	4,588(千円)

### カード斡旋事業 (2022年10月1日~2023年9月30日)

カード名	2023年度未発行枚数	2022年度未発行枚数
JCBゴールド	2,719枚	2,387枚
三井住友VISAゴールド	729枚	703枚
UCブライズゴールド	843枚	470枚
AMEXゴールド	941枚	918枚
万葉カード	6,876枚	6,645枚
fanbi寺内	4,101枚	3,980枚

### 利用事業収入の推移 (単位:千円)

内容	2023年度収入	2022年度収入	前年対比
保険関係収入	16,269	16,917	96.2%
印紙等売上手数料	8,337	2,759	302.2%
府手数料収納業務手数料	6,860	7,042	97.4%
物資関係手数料	5,804	6,666	87.1%
住宅手数料	7,834	7,468	104.9%
共済関係収入	1,523	1,574	96.8%
合計	46,627	42,426	109.9%

## 今年も黒字決算(368万円)を達成することができました。

感謝申し上げます。  
相次ぐ食料品や生活必需品の値上げラッシュにより、組合員の暮らしと職員生協の事業環境は一段と厳しさが増していますが、府関係職員の福利厚生団体としての役割を自覚し、組合員の暮らし役立つ事業に今後も全力で頑張っていきます。引き続き、組合員の皆様の大きなご協力・利用をよろしくお願いいたします。

### 2023年度 損益予測 (単位:千円)

科目	2023年度実績	2022年度実績	2021年度実績	前年対比	備考
事業収入	46,627	42,426	45,416	109.9%	組合員の利用による収入
事業経費	54,048	54,051	63,255	100.0%	人件費・物件費
事業外収益	11,098	12,586	17,725	88.2%	関連会社からの収入・助成金など
当期剰余金	3,677	961	▲114	—	最終剰余金

## 2023年度 (2022.10/1~2023.9/30) 事業のご報告

日頃の職員生協へのご協力、ご利用、ありがとうございました。職員生協はコロナ禍のこの1年間「身近に役立つ、信頼される生協」を目標に、組合員の暮らしを守る事業に全力で取り組んできました。新型コロナウイルス感染症は2023年5月から5類感染症と位置づけが変更されたものの、組合員の生活と職員生協の事業経営に大きな影響がなかった1年でした。

## お知らせ 第54回 通常総代会を開催します。

日時 11月27日(月) 18:30~20:00

議題 ・2023年度事業報告、決算報告  
・2024年度活動方針、事業計画  
・役員候補

場所 新別館北館4F 多目的ホール

定款第50条の定めにより第54回通常総代会を開催します。

\*定款第50条: 通常総代会は、毎事業年度終了の日から3ヶ月以内に召集しなければならない。(事業年度終了の日: 9月30日)



◀第50回通常総代会風景

(昨年度の第51回・52回・53回通常総代会はコロナ対策のため書面議決でした)



# 読者の 広場



組合員みんなの声が生協の原動力  
あなたの声をおよせ下さい

送付先  
Eメール:k-coop@vega.ocn.ne.jp  
または FAX 06-6942-0246

## 大阪の笑顔・元気人～ねぎ

- ①自分と同じ女性で精力的に活動されている方を知ることができ、励みになります。また、普段あまり食べない青ネギも食卓に出そうと思いました。健康医療部 Yさん
- ①まるさんふぁーむの浦田さん、エネルギーな方で元気をいただきました！政策企画部 Aさん
- ①農業をされている女性の笑顔はイキイキとして、とても素敵ですね。畑をしていた母を思い出します。総務部 Mさん
- ①農業女子ステキです。食卓を支えてくださる農家さんに感謝します。福祉部 Fさん
- ①今回の『元気人』のコーナーは女性農家の方にスポットをあてて掲載されていたのが、とても良かったです。『女性だから…』というわけではないですが、男性や年配者中心の社会で、普段はスポットの当たりにくい方々にも注目した記事を掲載していただくと嬉しいです。各種委員会 Mさん
- ①こだわりの青ネギ栽培のために早朝から夜8時まで畑に出てらっしゃるとは…大変ビックリしました。ぜひ購入したいです。財務部 Yさん
- ①同じ女性として農業に携わっているのはすごいなあ～と感じました。健康医療部 Aさん
- ①浦田さんのお話、おみくじに就農を後押しされた話が面白かったです。新たに始めたことで出会いもあり、私もあやかりたいです。教育委員会 Aさん
- ①農業分野にも女性の活躍の場ができるのは素敵ですね。女性の活躍こそが社会の大変革をもたらすと信じますので、応援します。財務部 Kさん
- ①女子農家の元気な記事にパワーをもらいました。福祉部 Nさん
- ①農業に憧れがあるので、今月号の特集は食い入るように読みました！住宅建築局 Tさん

## 旬の味～秋刀魚

- ①いつも何気なく食べていた秋刀魚でしたが、紹介されていたようにこんなにたくさんの栄養があったのかと、改めて驚きました。私たちが食べる時には内臓が空っぽだという仕組み、とても面白いです。値段の高騰もあり、ここ数年は食べることができていませんが、今年は家族で食べたいな～と思いました。議会事務局 Mさん
- ①『秋刀魚』の名前の由来がロマンチックだなと思いました。でも脂ののった秋刀魚が下品な魚と扱われていたのには驚きです。あんなに美味しいのに～各種委員会 Hさん
- ①秋刀魚の内臓がなぜ美味しく食べられるのか？が記載されていて、なるほど！と納得致しました。今まで、気持ち悪く食していませんでしたが、今度は挑戦してみたいと思っています。秋刀魚が食べたい！でも最近高価なんですよね？水道企業団 Aさん
- ①秋刀魚の話、ためになりました。内臓が食べられる話はなるほど～と思いました。私は無理でしたが、父親が食べていて大丈夫なのか…と横で心配していたことを懐かしく思い出しました。健康医療部 Tさん
- ①秋刀魚の寿命が1～2年と短いことに驚きました。鯛(20～40年)鯉(20年)と比べると極端に短く、本当に繊細で飼養が難しい魚なんだな～と感じました。ますます環境と水産資源の保全の必要性を実感しました。各種委員会 Mさん
- ①秋刀魚は養殖が難しい魚なんですね。漁獲量が減っているという話はよく聞きますが、養殖秋刀魚は聞かないな～と思っていました。安くて美味しい秋刀魚が帰ってきてほしいです。健康医療部 Eさん



## 簡単レシピ～秋刀魚

- ①丁度そろそろ秋刀魚が食べたいなあと話していたところだったので、塩焼きのコツを参考にさせていただきました。健康医療部 Rさん
- ①秋刀魚の切り込み、勉強になりました。総務部 Hさん
- ①秋刀魚の美味しい季節がやってきますね。フライパンで簡単に焼ける方法が知れて、嬉しかったです。健康医療部 Mさん
- ①秋刀魚は焼くのが面倒だと思っていたのですが、フライパンでも美味しくできるので、休みの日にやってみようと思います。各種委員会 Yさん
- ①秋刀魚の美味しい季節ですね。秋刀魚の情報、ためになりました。大根おろしと柑橘系あれば、あとは何もなくていいですね。付け合わせに意味があるのも勉強になりました。健康医療部 Aさん

## 生協への応援と要望

- ①今年に入ってから生協の『団体扱い自動車保険』に加入しました。保険料がかなりお得になり、ありがたいです。財務部 Yさん
- ①生協だよりで普段、自分からは調べられないようなことを知ることができて、勉強になっています。また今年は生協さんからご案内いただいた『柏原ぶどう(デラウェア)』『シルクドソレイユ(サーカス)』を満喫しました。都市整備部 Kさん
- ①(生協だより)全体にデザインや2色刷りな点など他の組合機関紙とは一線を画した垢抜け感があるな～といつも感じています。労働局 Kさん
- ①この夏、久しぶりに職員旅行サービスを利用させていただきました。手続きもスムーズでスタッフの方も親切丁寧で助かりました。また利用させていただきます。財務部 Yさん
- ①『湯快リゾート』の一人2,000円の宿泊補助使って遊んでみます。ありがとうございます。この企画、まだまだ続けてください！都市整備部 Sさん

## クロスワードパズル

- ①久しぶりにクロスワードを解いたのですが、応募がWebやLINEからできるようになっていて驚きました。手軽に応募できて、ありがたいです。環境農林水産部 Iさん
- ①パズル応募に初めて『WEB申し込みフォーム』を使いましたが、簡潔で使いやすい。今後も活用しようと思います。水道企業団 Yさん
- ①毎回楽しみにしているクロスワード、いつも家族やGoogle先生に聞いたり、四苦八苦して解いていますが、今回は並び替えまで誰の力も借りず、スイスイと完成することができて気持ち良かったです。もしかして難易度下げました？(笑)ハローワーク Aさん
- ①応募フォームがあること、今回初めて知りました。便利でいいですね。応募しやすくなりました。頭の体操、これからも頑張ります！福祉部 Hさん

# 「ガーデンシティ新金岡」 モデルルーム公開中

# 3,900万円台

3LDK  
予定分譲価格(税込)



都心へダイレクト  
「御堂筋線」沿線

100ha超の  
「大泉緑地」徒歩1分

市立大泉小学校・中学校  
小中一貫校へ徒歩4分

### 予告広告

本広告を行い、取引を開始するまでは契約または予約の申し込みはお受けできません。また申し込みの順位の確保に関する措置は講じません。予めご了承下さい。(分譲開始時期2023年11月中旬予定)

■物件概要 ●名称/ガーデンシティ新金岡●所在地/堺市北区新金岡町4丁目2番2(地番)●交通/OsakaMetro御堂筋線「新金岡」駅徒歩10分●地域/第一種中高層住居専用地域、近隣商業地域、準防火地域●敷地面積/9,167.20㎡●建築面積/3,899.53㎡●構造/規模/鉄筋コンクリート造地上11階建(一部鉄骨造)1棟●建築確認番号/BCJ22大建確069(令和5年1月16日)●総戸数/276戸●駐車場/220台※月額使用料未定●バイク置場/28台※月額使用料未定●分譲後の権利形態/専有面積割合による共有(土地)・区分所有(建物)●管理形態/区分所有者全員による管理組合を構成し、管理会社に業務を委託●管理員の勤務形態/日勤予定●管理会社/株式会社長谷工コミュニティ●竣工予定年月/2025年1月●引渡予定年月/2025年3月●事業主(先主)●販売提携(代理)●近畿不動産株式会社[国土交通大臣(4)第3123号、(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟]〒543-0001大阪市天王寺区上本町6丁目5番13号、TEL.06-6776-3007●事業主(先主)●販売提携(代理)●三井不動産レジデンシャル株式会社 関西支店[国土交通大臣(4)第7259号、(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟]〒541-0047大阪市中央区備後町四丁目1番3号、TEL.06-6205-6030●事業主(先主)●伊藤忠都市開発株式会社[国土交通大臣(6)第5744号、(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟]〒530-0001大阪市北区梅田3丁目1番3号(ノースゲートビルディング23階)、TEL.06-7638-3630●販売提携(代理)●株式会社長谷工コーポレーション●株式会社長谷工コーポレーション●分譲概要●分譲戸数/未定●予定分譲価格(税込)/3,900万円台～6,900万円台(100万円単位)●予定最水分譲価格帯(税込)/4,500万円台(100万円単位)●間取り/2LDK+サービスルーム(納戸)～4LDK●住居専有面積/66.10㎡～87.11㎡●バルコニー面積/10.17㎡～36.13㎡●管理費(月額)/未定●修繕積立金(月額)/未定●専用利用料[ホームセキュリティ・インターネット・プロバイダ使用料]/月額●管理一時金(一括)/未定●修繕積立一時金(一括)/未定●予告広告の時点において一括して販売するか、数期に分けて販売するかは確定していません。当該予告広告以降に行う本広告において、分譲戸数をお知らせ致します。なお分譲戸数が未定のため専有面積、バルコニー面積は今後供給予定の全住戸についてのもです。※本広告は当物件のホームページで行う予定です。●掲載予定時期/2023年11月中旬予定●ホームページアドレス/https://www.kintetsu-re.co.jp/mansion\_kansai/osaka/shinkanaoka/、または物件名で検索●広告有効期限/2023年11月19日

※掲載の完成予想図は設計図書に基づいて描いたもので、形状・色等は実際とは多少異なります。また監督官庁の指導、施工上の都合等により変更が生じる場合があります。掲載は実際に構築する植栽と樹形・枝ぶり・葉の色合いが異なる場合があります。なお掲載は竣工から有期間を経た状態のものを想定して描いたものであり、特定の季節を描いたものではありません。外構形状の細部・設備等機器は表現しておりません。

事業主(先主)●販売提携(代理)

事業主(先主)●販売提携(代理)●復代理

事業主(先主)

販売提携(代理)●復代理

お問い合わせは「ガーデンシティ新金岡」マンションサロン



0120-276-154

ガーデンシティ新金岡



営業時間/1000～1800 定休/水曜・木曜(祝日除く)





**簡単！生しいたけのチーズ焼き**  
 ●材料：2人分  
 ・生しいたけ：6個 ・とろけるチーズ：適量  
 ・パセリ：少々 ・醤油：数滴

●作り方（調理時間：10分）  
 ①しいたけの軸を切り、醤油を数滴垂らします。  
 ②とろけるチーズをのせてオーブントースターや魚焼きグリルなどでチーズに軽く焦げ目ができるまで焼きます。（5分～、10分）  
 ③お皿に並べ、パセリをかけて出来上がり！



**生しいたけのバター醤油炒め**  
 ●材料：2人分 ・生しいたけ：6個 ・バター：10g(大1弱)  
 ・酒：大1 ・醤油：小1 ・塩、胡椒：適量

●作り方（調理時間：10分）  
 ①しいたけの軸を切り、4等分に切り分けます。  
 ②フライパンにバターを入れ、弱火で溶けるまで熱します。  
 ③溶けたら中火にして、しいたけ・酒・醤油を加えて2分ほど炒めます。  
 ④塩・胡椒で味を調べてできあがりです。



**しいたけの軸の洋風佃煮**  
 ●材料 ・しいたけの軸：10本 ・マヨネーズ：大1  
 ・みりん：大1 ・醤油：小1

●作り方  
 ①硬い石づきを切り落として、細かく手で割きます。  
 ②小さいフライパンに①とマヨネーズを入れ、弱火で混ぜながら3分ほど炒めます。  
 ③しんなりしたら、みりんと醤油を加え、混ぜ合わせ、さっと炒めて火を切ります。

※捨ててしまいがちな「しいたけの軸」ですが、実は旨みが豊富です。

## まさかのときに組合員のみなさん自身を守る 公務員賠償責任保険 の中途募集を始めます！

●募集期間：2023年11月24日～2023年12月22日  
 ●保険期間：2024年1月1日0:00～2024年7月1日16:00

この保険は、職務に起因して住民訴訟や民事訴訟が提起された際に、組合員個人の負担となる弁護士費用及び法律上の損害賠償金を支払う保険です。



詳しくは当組合のホームページを御覧ください。

**栽培方法の変化**  
 昭和になって木に穴を開け、人工的に菌を植え付ける「原木栽培」という方法が開発されました。この方法は野生に最も近く、風味も優れますが、原木の持ち運びが大変なうえ、気象条件によって生産量が左右されるという欠点がありました。昭和の後半になって「菌床栽培」がおがくずなどを固めた培地に菌を植える方法が確立され、一年を通して出荷できるようになりました。現在では市場のほとんどがこの栽培方法ですが、店頭の商品には栽培方法として「原木」or「菌床」の表示が義務付けられています。

**しいたけの歴史**  
 日本では何千年前から山林に自生していたため、相当昔から食べられていたのではないかと考えられています。人工栽培されていない時代には、貴重品とされていましたが、今から350年ほど前、大分県の上奥で、炭焼き人が窯に入りきらなかった残り木にしいたけが生えているのを発見したことがきっかけで栽培が始まったそうです。最初の頃は、木に刃物でナタで切れ込みを入れ、しいたけの菌が自然に飛んでくるのを待つという、まさに風まかせ、運まかせの栽培方法だったそうです。

**しいたけの栄養**  
**ビタミンD**：紫外線に当たるとカルシウムの吸収を助け、骨や歯を丈夫にするビタミンDに変化するエルゴステロールという成分が豊富に含まれています。  
**ビタミンB1**：ビタミンB1は糖質をエネルギーに変える栄養素です。このビタミンが欠乏すると脚気（脚のむくみやしびれなどの症状）になります。  
**食物繊維**：コレステロールや発がん物質など、腸内にたまった有害物質をスムーズに排出する効果があるほか、便秘予防にも役立ちます。  
**エリタデニン**：しいたけだけに含まれている特有の成分です。血中のコレステロール値を下げ、高血圧や動脈硬化を予防・改善に効果があります。  
**レンチナン**：ガン細胞の成長を抑制する効果があることが報告されています。1985年には、ガンの治療薬として認可され、現在も医療現場で使われています。

**生椎茸の保存方法**  
 ひだを上にしてキッチンペーパーで包み、冷蔵保存します。2、3日なら常温保存できます。すぐに使いたい場合は、カサと軸を切り離し、使いやすい大きさに切り、保存袋に入れて冷凍します。冷凍した方がうま味成分が出やすくなると思われるので、約2ヶ月保存できます。調理する場合は冷凍のままです。

**洗わないで！**  
 洗うと水っぽくなり、風味が逃げてしまうので、洗わないのが原則です。ゴミや汚れはカサの裏側のヒダ部分に付着していることが多いですが、軽く払うか、湿らせたペーパータオルで拭き取りましょう。

## 旬の味 生椎茸(ナマシイタケ)

味よし・香りよし・効能よし！の生しいたけ、これから寒くなる季節、鍋物にも欠かせない食材ですが、西洋のマッシュルーム、東南アジア・中国のフクロタケとともに、世界三大栽培きのこの一つとされています。しいたけは一年中流通していますが、本来の旬は3～5月、そして9～11月の2回あります。



**9～10月号 第132回ザ・クロスワード解答と当選者**  
 「クロスワードパズル」正解は「クックポウシ」でした。  
 \*応募者総数483名のうち全員が正解でした。  
 当選者(敬称略 順不同)

**QUOカード**  
 吉國 夢乃(医療対策)  
 川上 紗弥(健康づくり)  
 細越 秀治(北部農緑)  
 久乗 舞(建築振興)  
 東 千裕(生活基盤)  
 川村 豊(大安研)  
 香月 亜美奈(泉佐野保健)  
 岡田 正人(なにわ北府税)  
 井波 明日香(なにわ南府税)  
 井庭 柚佳(豊能府税)

**高田 利香(茨木保健)**  
**山形 裕彦(住宅供給公社)**  
**尾崎 瑞穂(自立支援)**  
**林 明男(建設工事)**  
**久枝 裕明(中央府税)**  
**中野 麻紀子(水道企業団)**  
**井上 裕一(財産活用)**  
**加藤 咲子(東大阪家庭)**  
**上島 豊(教職企画)**  
**館川 剛(大阪府税)**

**前号のパスルの答え**  
 ツクツクボウシ

パズルはLINEで応募できます!!  
 友達登録してください  
 (生協LINE ID:@693getrf)

パズルの応募がWEBで簡単になりました。

**第133回 ザ・クロスワード**

**問題**  
 タテ・ヨコのカギを解いてクロスワードを完成させてください。  
 太ワクの文字をつまみつつなぐぐぐ、  
 答えの言葉ができます。

**タテのカギ**  
 ①アパート等、賃料を払って借りる時に貸主と借主で締結する契約。  
 ②尚香水と書きます。風邪薬です。  
 ③自分で署名します。  
 ④2005年に「破産手続の開始決定」という名称に変更されました。  
 ⑤〇〇なし。有るか無いか分からないほどわずかです。  
 ⑥医学・医療に関する書物。  
 ⑦墨に染まれば〇〇なる。  
 ⑧ギリシャ神話に登場する大地の女神。  
 ⑨対等または目下の者を呼ぶ、親しみをこめた言い方。

**ヨコのカギ**  
 ①本来は収支決算の結果のこと。話の〇〇〇〇を合わせる。  
 ②優柔不断。〇〇薄弱。  
 ③アメリカ航空宇宙局。  
 ④中国武術の一派。呼吸に合わせてゆっくりと柔らかく動くのが特徴です。  
 ⑤死後のために書き残します。  
 ⑥返済義務のない給付型と返済が必要な貸与型の2種類があります。  
 ⑦「酔」音読みでは？  
 ⑧日本の神に仕える女性のこと。  
 ⑨井伏鱒二の小説の題名。映画化もされました。原爆投下後に降る雨です。

1	2	3	4
	5		6
7	8		9
10			
11		12	13
	14		15
16			

**答**