

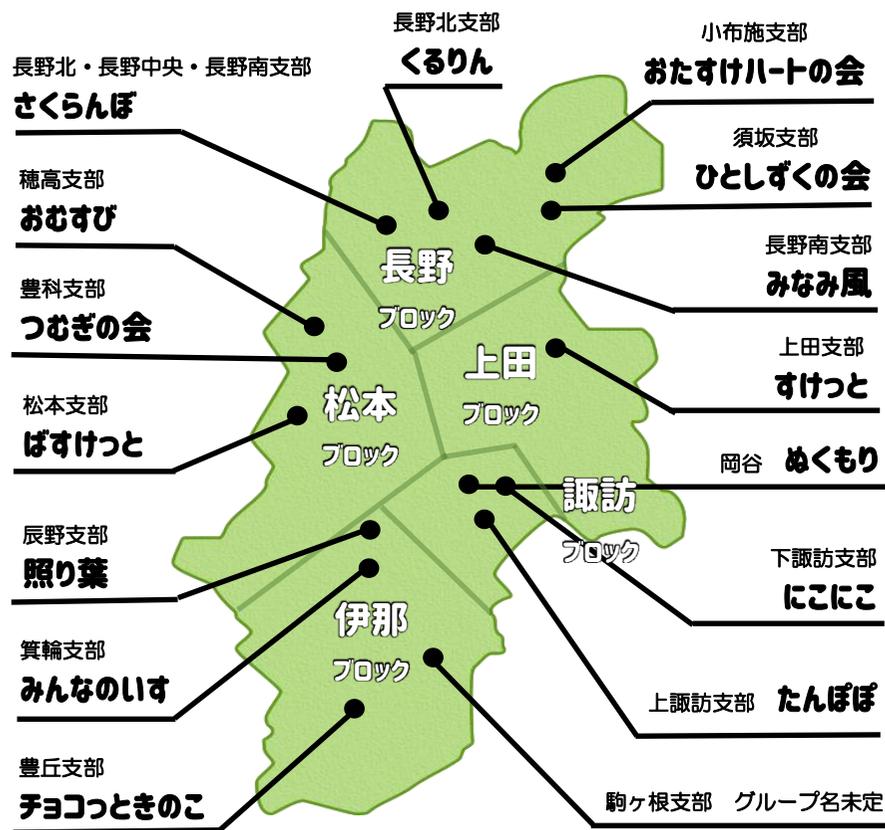
# 『エコロケアグループ』で広がる たすけあいの輪 ～エコロケアグループ交流会 初開催!～

2020年2月21日 岡谷本部センター

## 『エコロケアグループ』とは…

今まで生活クラブ長野では、エコロ制度を利用して班内のたすけあいを進めてきました。しかし近年、班員の就業者の増加や高齢化などにより、班内だけでのケアは難しい状況です。

そこで班を越えたケアを進めるために、新たな「たすけあいのしくみ」の必要性を感じた人たちが支部でグループを立ち上げています。それが『エコロケアグループ』です。現在、生活クラブ長野全体で16グループが活動しています。



## エコロケアグループ交流会が行われました!

今回参加したグループは、立ち上げて3~4年のグループから、まだスタートしたばかりのグループと、結成年数や活動の度合いも様々。現在準備している3グループも参加し、27名の参加がありました。今までグループの活動共有は、各ブロックの「たすけあい福祉委員会」で行われていましたが、グループ同士の交流を行うことで、活動の後押しとなればと今回の交流会が開催されました。

### 4つのテーブルに分かれての意見交換では



ケア者はどうやって集めていますか?

どうやってエコロケアグループを広めたらいいのか悩んでいます。

エコロケアグループを作ったけれど、ケアの依頼が無くて…



エコロケアグループのミニ冊子を作り、広報しています。全組合員に配布、新規加入者にも渡しています!

具体的な活動方法から、活動で直面する悩みや困りごとなど、いろいろな意見が活発に交わされました。

班長会や支部委員会など大勢の組合員のいる場で広報しています!

QRコードを載せた冊子を作りました。エコロケアグループのホームページにつながるようになっていきます!

高齢の組合員にお便りを出して、節目祝いのエコロ制度を伝えつつ、エコロケアグループもお知らせしています!

### その他、こんな意見も!

- ケアをお断りする場合が心苦しい、班内での配達ケアが難しい、託児ケアを受ける際のこと等々、多くのグループが抱える悩みを共有しました。
- エコロ制度や行政でも対応出来ないケアの事業化が必要という意見があり、その活動を元気な人が繋げていこうとの声にみんなうなずいていました。今後、福祉グループの事業化に向けてNPO法人の設立を目指すグループもありました。

### 交流会を振り返り

皆さん、思いを持ってケアグループを立ち上げ、いろいろな悩み、考えながら活動する姿を垣間見ることができました。このような交流会は初めての試みでしたが、活動の共有や情報交換をする良い機会となったと思います。「モチベーションが上がった」とアンケートに記す参加者もいました。皆さんに共通することは、困っている人をたすけたいという熱い思いを持っていること! このたすけあいの輪がより多くの人に広がることを願います。エコロケアグループを目指している支部、これからの支部も、まずは「エコロ制度」を知って利用してもらうことを目指しましょう。

今後も交流会の開催を望む声がありました。次回開催時には、もっと多くのエコロケアグループの参加があるといいな~と思いました。



# 回転備蓄のすすめ

## ～まずは水から備えませんか～

少し多めに注文



食べる・使う

自然災害が頻繁に発生する近年において、災害への備えは日常の中で計画的に行うことが望まれます。計画的といっても、回転備蓄なら簡単です。特別な食べ物を備蓄せず、いつも食べているものを非常食にして、古いものから順に使いながら、使った分を補充していくという方法が回転備蓄です。

回転備蓄の中でも、いざという時に特に備えておきたいのが水です。

1人1日3リットル×3日分。これは、大事な命を守るために必要とされている備蓄量です。

### 信州たのめの里・森が育てた天然水



2L×6本入り

長野県塩尻市郊外の「たのめの里」のナチュラルミネラルウォーターは、豊富な水源に恵まれた塩尻市と提携し、250mの深井戸からくみ上げた地下水を原料としています。製造元の信州エコプロダクツ(株)では、生活クラブ提携生産者のサポートを得て、製造工程や品質管理体制を確立しました。



非常時に持ち出しやすい  
500mlも

### 災害を教訓に

### ペットボトル水の 意義



今では災害時に防災用水として生活クラブへ優先的に供給され、被災地への支援機能も期待される“自前の水源”ですが、東日本大震災時、生活クラブ連合会が最初に水を手配できたのは、JA庄内みどり（遊佐）の協力を得て、甚大な地震発生から1週間後の3月18日のことでした。当時の反省から、防災用飲料水の取り組みの強化を方針として掲げ、生活クラブはミネラルウォーターを共同購入品として取り組みを開始させたのです。

防災飲料水が共同購入品となった背景には、当時の教訓が生かされているところもぜひ皆さんに知っておいていただきたいと思います。

### ペットボトル…容器としてはどうなんだろう？

リデュース、リユースを推奨している容器包装の観点から、ペットボトルは生活クラブの自主基準には則していません。しかし防災用品は、非常時の実用性を優先するため、自主基準の対象から除外しました。中身が見えるため、異常などを確認しやすく、開封後でもキャップを閉められるペットボトルは、保存性や衛生面、手軽さなど利点もあります。

キャップが  
閉められる

保存性が  
高い

衛生的

手軽



震災のことを忘れないためにも、この機会に我が家の備蓄品を点検するとともに、共同購入品の防災飲料水についても再確認してみてください。

備えあれば憂いなし。自然災害に備えた自宅での備蓄について、友人や家族と話題にしてみてもいいでしょうか？

裏わぜ 早わぜ  
変いわぜ

さっそくトライ!

トライ!

スッキリしたべったり漬けのような味わい

## 大根の牛乳漬け

### 【材料】

- 大根 1kg
- ★食酢 100cc
- ★パステライズド牛乳100cc
- ★素精糖 100g（お好みで調整）
- ★真塩 35g
- ★お好みで鷹の爪1本



### 【作り方】

- ①大根は皮をむき、細いもので縦半分、太いもので縦4分の1に切る。
- ②★の漬け汁の材料をすべて保存袋に入れてよく混ぜ、大根を漬けこむ。  
半日から1日で食べごろになりますので、食べやすく切り食卓へ。



**Q**

卵を持ち帰る際、今はお試しセットに入っていた卵ケースを使っていますが、壊れてしまいそうです。卵ケースの取り組みはありますか？

## 疑問解決 コーナー

**Q****&****A****A**

卵 10 個が入る紙製の卵ケースは、1 個 20 円で購入できます。最寄りのセンターにお問い合わせ下さい。消費材と一緒にお届けします。



知ってた？

このトレイで  
持ち帰った方は、  
洗って帰してね～！

