



クローバー



2024 年 12 月 24 日発行
生活クラブ埼玉 所沢東支部運営委員会
<https://saitama.seikatsuclub.coop/>
FAX 049-259-5817

^{れん}連「所沢の環境を考える会」はこんなことをしています

私たちが現在行っている「身近な水環境の全国一斉調査」活動は、新河岸川流域の朝霞市を流れる黒目川で 1994 年にはじまりました。その後、市民による川の水質調査を流域全体に広げるために新河岸川水系水環境連絡会が設立されました。その際に、生活クラブにも参加の声がかかり、毎年 6 月の第一日曜日に行われる全国一斉調査に参加することになり、現在に至っています。

所沢北支部、南支部も同時に活動に参加しましたが、生活クラブとして活動を継続しているのは、現在では所沢東支部のみとなりました。以前、所沢東支部委員会内に生活環境委員会が設置されていましたが、委員会活動が無くなってしまい、継続してきた水質調査だけは続けたいという組合員の声が上がリ、自主的な活動として調査を続けるために「^{れん}連」を立ち上げました。活動は支部委員会で承認され、通算すると 20 年以上水質調査に参加しています。

活動が活発だった頃は、担当ポイントを複数持っていましたが、現在は市内を流れる東川の 3 ポイントを担当しています。（西所沢周辺 2 か所、旭橋）

測定項目は、気温、水温、透視度、EC（電気伝導度）、簡易パックテストによる COD、NH₄-N（アンモニア性窒素）、No₂-N（亜硝酸性窒素）、落ちているプラごみの調査などです。

以前に比較すると、本下水が整備され、水質は改善されました。家庭からの雑排水が減る一方で、宅地化により湧水も減少し、平常時の川の水量も減ってしまいました。東川は住宅の密集地を流れる都市河川ということで、洪水対策のために地下河川も作られ、調整池も建設され、20 年以上の間に大きな変化があった川だと思います。

一方で、東川は桜の名所で、KADOKAWA さくらタウンの進出に合わせ、散策路も歩きやすく整備されました。アオサギ、ダイサギ、コサギなどの水鳥も日々見ることができます。

市民による監視活動は、地域を知ることにもなります。これからもできる限り調査を継続していけたらと思います。興味がある方は是非、参加してみませんか。

＊^{れん}連「所沢の環境を考える会」 菊一 敦子＊

所沢ブロック公式 HP のご案内♡

所沢ブロックのホームページ（右下の QR）で、支部などが開催するイベントの情報がみられるようになりました！随時更新していますので、ぜひご利用下さい♡

^{れん}連や T ハウスのイベントも掲載できます。

「支部の情報（所沢東支部）」（スマホは右上 3 本線）ページに機関紙クローバーをカラーで掲載しています。

問合せ先（所沢東支部）

cooptokorozawahigashi@gmail.com

所沢ブロック

検索



牛乳消費地交流会 報告

11月27日(水)所沢センターにおいて、「私たちのパステライズド牛乳を飲み続けるために、美味しくて新鮮で安心な牛乳を守るために」と銘打って、**牛乳消費地交流会**が開催されました。当日は那須の^{ほうきね}第根酪農協同組合とオンラインでつながり、あたかも実況中継のように同農協の渡辺牧場の牧草地、牛舎を見ることができました。

同牧場では成育牛が自由に歩き回れる牛舎(フリーバーン牛舎)、休耕地を利用した自給飼料の割合増、大型給水機のステンレス槽への改良、スタンション(牛の首周りをつなぎとめるパイプ)の廃止が紹介されました。酪農家が安全でおいしい牛乳を搾るための日々の努力が伝わって来るようでした。

また、新生酪農栃木工場からは、市販・市場流通の牛乳の9割が超高温殺菌(120~150度)を行い、熱に弱いたんぱく質変性や栄養・風味の変化に対して、生活クラブのパステライズド牛乳が72度15秒殺菌での成分変性の少なさや、ほんのり甘みのある牛乳になることが説明されました。

そして牛乳は命を育む食べ物ということで「地産地消」「パステライズド」「健康な牛づくり」という基本をあらためて感じさせる交流会でした。

S



パスタ column

今年度の支部重点品目は“パスタ”ですが、グルテンフリーを実践している支部委員のMさんにコメントいただきました！

グルテンフリーとは

小麦粉を原料とする食品(パン、パスタなど)を摂取しない様にするライフスタイルの事。

小麦粉には、①グルテニン、②グリアシンという2つのタンパク質が含まれている。

小麦粉に水を加えてこねる事で、①と②が絡み合い、グルテンになる。

特徴として、もっと食べたくなる、直ぐお腹が空くなどの、強い常習性があり、更に食後の血糖値が急上昇するなどのデメリットがある。

グルテンフリーを続けることで、体質、肌質などの改善が期待できるとの報告がある。

グルテンフリーを約10年続けての感想として……

現在73歳、男性、お薬手帳も持たず、あれこれ趣味を楽しみながら健やかに過ごせております♪

T.M

