

A W A T E N B O

# 阿波展望

あわてんぼ  
とくしま生協機関紙



NO.343  
2017.

# 3

http://www.tokushimaseikyou.or.jp

〒771-0289 徳島県板野郡北島町中村字東堤ノ内30-3  
TEL.088-698-5100 発行責任者/梶原 樹

機関紙委員  
小林さんによる

## 備えておきたい防災グッズ

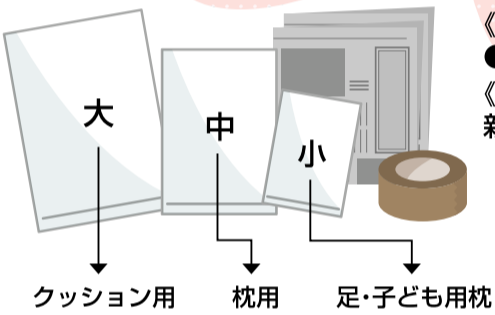


阪神淡路大震災、そして2011年3月11に起こった東日本大震災。自然災害を目の当たりにして、各自治体では避難訓練の実施など、防災意識も高まっています。万が一災害が発生した場合の事を想定して備えをする事はとても大切です。災害が起こった時は、まずは自分の身を守る事が何よりも先決です。阪神淡路大震災の時には、家具の倒壊が原因で亡くなられた方が多く、各家庭で家具の固定などが推奨されました。東日本大震災では津波による甚大な被害を受け、各地で避難場所が新たに設置されています。そんな中、もうひとつ考えておくべきことは避難所での生活です。避難された方の体験談からは、トイレや音など様々な問題がある事がわかります。



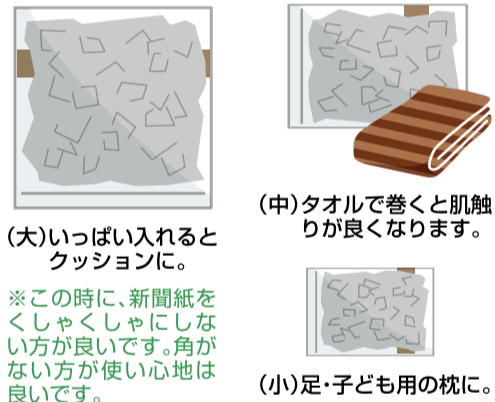
今回の特集は、機関紙委員の小林さんが地域で取り組んでいる「身近な物で作る防災グッズ」に注目し、作り方を教えていただきました。新聞紙やポリ袋などでクッションや枕、トイレ、そして簡易おむつを実際に作ってみました。皆さんも、ぜひ作ってみてください。

### ポリ袋で作る「クッション・簡易トイレ」



《用意する物》  
●新聞紙 ●テープ ●ポリ袋(黒・白・透明)  
《作り方》  
新聞紙を細かくちぎってポリ袋に入れる。

組立簡易トイレは  
購入すると価格が高いため  
自作で!!



(大)いっぱい入れるとクッションに。

(中)タオルで巻くと肌触りが良くなります。

(小)足・子ども用の枕に。

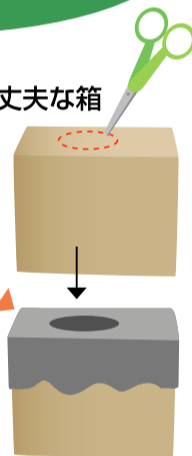
※この時に、新聞紙をくしゃくしゃにしない方が良いです。角がない方が使い心地は良いです。



▲お好みの大きさで作ってください。

《用意する物》  
●みかんやスイカ等の丈夫な箱  
●ポリ袋  
《作り方》  
しっかり厚みのある箱を選ぶ。箱に穴をあけて、黒いポリ袋を被せる。

※中に凝固剤・消臭剤を入れる。



幼児用便座を使用すると  
もっと  
しっかりした  
トイレに!



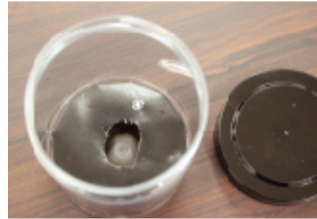
クッションは  
避難所で提供  
される毛布の  
下に敷くと  
快適に!

### 災害時に役立つ灯り

#### のり容器で「ランタン」

《用意する物》  
●LEDミニライト  
●のり容器

《作り方》  
のり容器の底の台紙に穴を開けそこにLEDライトを差し込んでできあがり。



100円ショップのライトで大丈夫!!▲

#### ツナ缶で「ろうそく」

《用意する物》  
●ツナ缶 ●ティッシュ

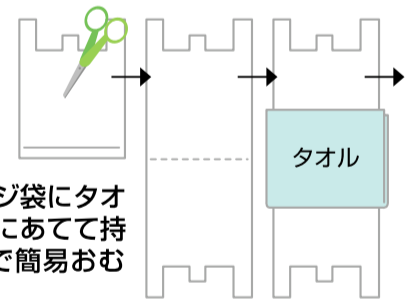
《作り方》  
ツナ缶の蓋真ん中に穴を開け、そこにティッシュをこより状にして差し込んで火をつける。油が無くなり、灯りが消えても中身は食べられます。



### レジ袋で「簡易おむつ」

《用意する物》  
●レジ袋  
●タオル

《作り方》  
レジ袋をタテに裂き切り開く。レジ袋にタオルをのせる。身体にあてて持ち手同士を結んで簡易おむつのできあがり。



▲手を差し込んでる部分に脚が通せます。

小林さんオススメ!  
便利グッズ♪

### 市販商品も活用して備えておきましょう!



小林さんが常備している便利グッズを紹介してくれました。



**ボディシャワータオル**  
身体も拭けるような大判サイズはとても重宝します。



**液体絆創膏**  
ケガをした時に消毒もできる液体ばんそうこう。

**水がいないシャンプー**  
生協で企画されているスクアビューティで、水がいないシャンプー。



**災害用ライト**  
ポキッと折るだけで灯りが得られる便利グッズ。100円ショップにもあります。

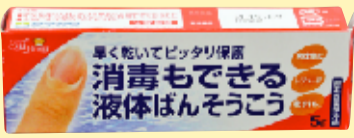
**レインポンチョ**  
寒さ対策や、着替える時などにも便利!その他、トイレの目隠しや雨よけ等活用多彩!!



**電池チェンジャー**  
単3電池を単1に変換できる優れたもの。100円ショップで他に単2に変換できるタイプもあります。



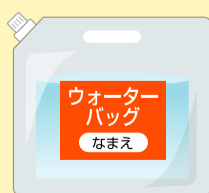
**ウォーターバッグ**  
緊急時・災害時の水袋。名前を記入しておく。



**簡易トイレ強力凝固・消臭剤**  
凝固・消臭してくれるので、処理が簡単で便利水不要。  
※注意 水洗トイレに流せません。



**スプレー式消臭剤**  
気になるところにサッと手軽に。外出の際も使える。





今月のテーマ  
とくしま・良し悪し

●子育てするには田舎が一番!

20歳代中盤、仕事で大阪に5年ほどいました。徳島に戻ってきて思ったのは、空が青い、星が見える、野菜・魚が美味しい。大阪のお店が恋しい事もあるけど、子育てするには田舎が一番!!

【阿南支所 ジャスミン】

●県南に住んでいます

良い点は新鮮な海や山の幸がいただけ。ちょっと不便だと思うのは、遠くへ出掛ける時、四国脱出までの時間がかかる事。一日も早く「四国8の字ネットワーク」をいろいろな面で期待しています。

【阿南支所 肉タン】

●最近田舎の良さを感じます

「とくしまは田舎だ、何もな」と言われ、私自身もそう思っていました。でも、最近、子育てをしていると田舎の良さを感じます。スーパーでも病院でも、私の子どもを顔を見ていてくれて話かけてくれたり、知らないおじいちゃん、おばあちゃんに気遣っていただいたり、田舎ならではの人間関係や空気が今では大好きです。

【板野支所 おーりん】

●うっかり悪口は言えません!!

とくしまに嫁いできて50年。職場で話をしていくと、人がどこかで繋がっているのにビックリしました。親戚だったり、どこかの会に参加しても誰か知っている人に会ってビックリしたり…。何十年ぶり、何年ぶりというような場面でも、うっかり悪口は言えないよね!

【阿南支所 もっちゃん】

●関東から徳島へきて4年…

不安だった運転にも慣れて子どもと移動するにはとても便利が良いです。一方で歩くことがすごく減ってしまったので運動不足になりがちなのは「悪し」かもれません。

【板野支所 JUJU】

●私にとっては住みやすい県です

徳島の食材は野菜、魚、肉など皆美味しく新鮮!!他県で生活してみても食べ物に恵まれている事がよくわかりました。また、道も混雑もなく、運転のへたな私でも車に乗って通勤できます。若い人には魅力に欠けるかもしれませんが、私にとっては住みやすい県です。

【徳島南支所 すだち】

●生まれも育ちも60年間ずっと徳島

温暖な気候で、山の物・海の物が美味しい。地域なまりも可愛らしい。封建的で保守的なところが悪しき点かな?

【阿南支所 表原さん】

●生まれて43年間、徳島を離れた事はありません

私はとくしまが大好きで「悪し」の部分が見つかりません。特に気に入っているのは「すだち」です。4歳の娘も8歳の息子もなんにでもすだちをかけます。美味しい体にも良いし、徳島が生み出した最高の産物だと思います。

【阿南支所 たくみん】

●人の優しさ…

先日、実家からお米1袋をもらってきました。車から降ろそうとしたものの、足元にすっぽりはまってしまい、ウンウンうなっていました。そしたら、道路工事をしていいるお兄さんがやってきて、すっと運んでくれました。人の優しさが徳島良いところですね。

【阿南支所 かのちゃん】

フリートーク

●運転免許の重要性を感じています

徳島に嫁ぎ早や17年。病院へ行くにも交通手段が車での生活に慣れました。運転免許不要で生活ができる他県から来て運転免許を取る事の重要性を感じています。

【阿南支所 とくちゃん】

●先日娘が2歳になりました

アンパンマンが大好きな娘は、私が「お腹すいた」と言ったり「疲れた」と言ったりすると、すぐに飛んできて頭からパンをちぎる真似をして笑顔で「パン!!」と言ってわけてくれます。なんでもない話ですが、とても幸せをもらう事ができます。

【板野支所 愛妻家】

●1月号の教えて!!に

お便りが寄せられました

ゆきママさんの投稿

『小さい子どもが食べてくれる良いレシピがあれば教えて!』

★食パンを焼いてマーガリンを塗って、その上にグラニュー糖をかけるとシャリシャリ食感が面白くて8歳の娘も大好きです。息子はトーストの上に千切りキャベツをケチャップソースと混ぜたものをのせて食べたります。お試しあれ!!

【徳島南支所 たかまゆま】

12月号の当選者 クイズの答えは **ウオウサオウ**  
\*応募総数/222名 \*正解者/220名  
山崎愛子(阿南)/谷本玲子(阿南)/板東由美子(阿南)/入江留美子(阿南)/宝井光子(徳島南)/水持恵理子(徳島南)/坂野千代子(徳島南)/井内ミチエ(徳島南)/藤井早月(板野)/富士田まゆみ(板野)

5月号のテーマは **もしも宝くじが当たったら…**  
「もしも宝くじが当たったら…」にまつわるお話をお待ちしています。  
本紙「阿波展望」についての感想やご意見、とくしま生協に関する事や最近自分が思っている事など、何でも記入してください。5月に予定されている地域のイベントなどの情報や参加したイベントの感想などもお待ちしております。  
みなさんの意見やご近所のイベント情報・名産・特産品などを教えてください。  
**その他お便り、〇〇な情報など、お待ちしております!!**  
**「わいわいトーク ウフフ」への記事掲載者には粗品進呈!**  
※掲載する情報についてはスペースの関係上、機関紙編集委員会にて調整させていただきます。

理事会だより 12月21日(水)  
報告された主な内容  
●11月度決算報告について  
●店舗事業のまとめ  
●宅配事業のまとめ  
●コープしこく関連について  
●中四国地連管内他協供給状況について  
●11~12月度の活動及び概況報告  
●組合員・共済・供給・出資金の状況  
●11月度供給未収金等の状況について  
●エリア交流会報告書について  
●総代会プロジェクト議事録  
●スマイルプロジェクト報告書  
●平和委員会議事録  
●食育委員会議事録  
●くらし助け合いの会幹事会議事録  
●総選挙管理委員の指名について  
●役員選任に関する公告について  
●住所不明組合員の脱退公示文書について  
●出資金  
10月末: 2,594,116千円  
11月末: 2,595,033千円 (917千円)

サークル活動応援します! ※2017年度は85サークルを上限に募集を行います。  
とくしま生協は組合員が中心となって自主的に行われているサークル活動に対して、組合員のくらしを豊かにし、生活文化の向上をめざす観点から応援します。  
どんな応援をしてくれるの? ①年間7,000円を上限にサークル運営に必要な費用を実費支給します。②生協の施設(会議室など)を使用するとき、無料になります。①か②のどちらかを選びます。  
どうしたら登録できるの? 条件は? ①同一生計ではない組合員3名以上で登録できます。代表者を1名決めます。②年間4回以上、継続的に活動していること。③年度末に活動報告書を提出すること。※公序良俗に反すること、営利、宗教、政治目的のサークルは利用できません。生協の基本方針に著しく反した活動内容のサークルは利用できません。  
手続きは 応援を希望するサークルは「サークル登録申請書」の提出が必要です。 ※詳細はとくしま生協のホームページをご覧ください。  
お問い合わせ先 とくしま生協 企画部まで TEL.088-698-0505  
サークル登録申請書を送ってください。  
氏名 組合員コード TEL  
〒送り先  
→本部企画部行 3月17日(金)までに送付してください。

機関紙委員会 だより

防災グッズの学習会が開催されました。100円均一商品も活用すると役に立つ商品がたくさんある事もわかりました。特に「簡易おむつ」は驚きでした。これなら、子どもだけでなく、高齢者にも使えるとの声もありました。災害時には避難をしてからも生活が続くわけで、少しでもストレスを軽減させる準備を行っておく事も必要だと感じました。



熊本の「紅はるか」はまっています。なる和金時もおいしいですが、「紅はるか」はヤバイくらい蜜が出てめっちゃ甘いんです。蒸しても焼いても美味しくシンプルに食べられます。

徳島南支所 ももこちゃん

お気に入り商品

明治神宮へ七五三参り。赤い着物の7歳の孫、水色の着物の3歳の孫、ピンクの着物の母親の姿は目立ったようで、たくさんの方々の外国の方々の被写体になりました。中には、並んで撮ってもらい「すか」という外国の方もいました。ちょっといい気分でした。

板野支所 バーバちゃん

会話がかみ合わないことが...? 「半時間かかった!」「3時間も?」「うん、半時間」「借ったよ」「わざわざ買ったの?」「うんたまにしか使わんけん借った」。...? 県外出身の私には阿波人と会話がかみ合わない事がたびたびあります(笑)

美馬支所 M子



Plaza of CO-OP コープのひろば

コープだより等で案内した取り組みを報告しています。問い合わせTEL.088-698-0505 (企画部)

\*「くらしと生協」学習会が徳島南支所で開催されました

日本生協連から講師を招いた「お試し学習会」を21名の参加で開催しました。カタログ「くらしと生協」で扱っている商品を実際に手にとって試せたり、商品についてのトレンドやこだわりポイントを学べたり、参加者からは「気になっていた商品が試せて良かった」などの声がありました。



品質管理担当者より



今回は『この時期に多いお申し出』についてお話しします



Q まったく水がたまりません

A 吸湿剤の原材料は塩化カルシウムや塩化マグネシウムを使用しています。この成分は空気中の水分に触れると、溶けて水溶液になるという性質があります。これを「潮解現象」といいます。潮解により薬剤が固まり始め、さらに時間経過とともに液状になって容器中央の仕切りから下に落ち始め溶けて全部液状になります。しかし、特に冬場は空気が乾燥しているため、水分は吸着しても潮解まで至らず底には水溶液が溜まりません。おかしい?と思ったら重さを計ってみてください。未開封品と比較して重くなっていけば、水分を吸着していることとなります。

湿気取り私の出番・水とりぞうさん等タンクタイプの除湿剤



Q 卵に針で刺したような穴が開いている

A この時期に限らないお申し出ですが、季節の変わり目や気候の厳しい時期は異常卵の確率が上がります。卵はカルシウムで構成されていますが、この分泌が不均一になった時に「おでき」のような突起ができる場合があります。この突起が摩擦や衝撃ではがれ落ちると、針で刺したような穴が開きます。針で刺した穴との違いは、薄皮には影響がないので殻に穴は開いていますが中身が漏れることはありません。

PHFさくら卵白たまご



2017年 託児活動 託児者募集

- 託児内容 生協の託児者として登録します。組合員活動を行う主催者より依頼を受け、組合員活動中(会議・支部行事など)、参加組合員の子どもさんを託児します。(組合員活動の状況に応じて不定期に依頼するものです)
登録期間 1年間(2018年3月まで)
資格の有無 登録には保育士資格など特別の資格は問いません。
託児協力費 ●時給765円を託児協力のお礼として支払います。 ※交通費は実費を支給いたします。

とくしま生協では、小さなお子様をもつ組合員さんにも組合員活動や運営に参加してもらえるように、必要に応じて託児活動を行っています。以前、保育所などで保育士として活動されていた組合員さん、また、子どもの大好きな組合員さん、生協の託児活動に、ぜひご参加ください。

●お問い合わせ とくしま生協 企画部まで ☎088-698-0505

2017年度 託児活動託児者に登録します

Table with columns for branch/store, name, class name, and TEL. Includes a row for 'TEL ( ) - 保育士資格 有・無'.

提出期間:4月21日(金)までに配達担当者または店舗サービスカウンターへご提出ください。→企画部 行

おたよりカード

●クイズの解答

Table with columns A, B, C, D, E.

※書ききれない場合やイラストなどは、別の用紙にお書きください。

Blank lines for writing answers to the quiz.

Form for registration: 組合員コード, 氏名 (ペンネーム), クイズ当選の場合は氏名を掲載させていただきますのでご了承ください。

支所(班名)・店, お電話

応募用紙に記入し、配達担当者、またはお店のサービスカウンターまでお出しください。 締め切り:3/17(金)提出分まで

クロスワードパズル パズル作成/テン子

答えは「クイズの解答」欄へ記入してください。2重マスの文字を使って言葉にしてください。正解者の中から生協の値引券(500円)を10人の方にプレゼント!

Crossword puzzle grid with numbers 1-18 and some letters filled in.

タテのカギ

- ①あまった時間を過ごす
②←→夫
③ワイン
④うそや飾り気のない、ありのままのこと
⑤竿を使って魚を捕ること
⑧仏の教えた道
⑩部屋の仕切りやあかりとりをする建具
⑭世間
⑯麻婆○○
⑰ハマグリ・アサリ・シジミ

ヨコのカギ

- ①飯に細かく切った鰻をまがした料理
⑥←→パパ
⑦井
⑨その日
⑩さむらい
⑫わからない事や知りたい事を尋ねること
⑬調味料・むらさき
⑮雨の多い時期や季節
⑯安来節の唄にあわせて踊る

12月号の答え合わせ grid with letters.

◆12月号の答え合わせ



Let's Cooking!

### 菜の花とあさりの パスタ

[材料:2人分]

- 菜の花 ..... 1/2束
- あさり ..... 1パック
- パスタ ..... 2束
- 塩 ..... 適量
- バター ..... 10g

[作り方]

- ① パスタは塩を入れたお湯でゆでておきます。
- ② フライパンにバターを敷き、食べやすい大きさに切った菜の花とあさを軽く炒め煮ます。
- ③ ②にゆで上がったパスタを混ぜ合わせてできあがりです。

簡単♪おすすめ  
レシピ



## ◎洗濯表示マークが変わりました(消費者庁)



昨年の12月に衣類等の洗濯表示が変更されました。新しい表示では、ドラム式洗濯乾燥機等による「タンブル乾燥」、色柄物の衣類等の漂白に適している「酸素系漂白剤」など新しい洗濯記号が追加されたり、適用温度がきめ細かく設定されるなどしています。また、国内外で表示が統一化され、海外で購入した衣類等の洗濯トラブルの減少が期待されます。

間違えた洗濯方法によるトラブルを防ぐためにも、正しい洗濯表示の見方を確認してくださいね。

(注)11月30日までに洗濯表示をおこなった製品は以前の表示となりますので、しばらくは新旧の表示が混在します。



※新しい洗濯表示のポイント 「基本記号」と「付加記号」「数字」の組み合わせで構成されます。

#### 家庭での洗い方

家庭での洗い方(洗濯機洗い、手洗い)です。

「40」などの数字は洗濯温度の上限です。  
\*在の温度は「40℃以下」で洗います。  
\*「-」は「緩なし」よりも弱く、「+」は更に強い洗濯機での洗い方です。

押し洗いなどの「手洗い」で洗います。一番優しい洗い方です。上限温度は40℃です。

家庭での洗濯はできません。

#### アイロン仕上げ

アイロンを掛けることができます。

記号内の「点(・)」の数はアイロンの熨斗温度の上限を表します。  
「...」200℃まで  
「..」150℃まで  
「・」110℃まで

「・」は、増えると温度が高くなるので、「点灯」と覚えると良いですね。

アイロンは掛けられません。

#### クリーニング店での洗い方

ドライクリーニングができます。

① パークロロエチレンなどの溶剤を使用します。  
② 石油系溶剤を使用します。

ウェットクリーニングができます。  
\*クリーニング店が特殊な設備で行うプロの水洗い仕上げによる洗濯です。

③があれば、②でも、クリーニング店で水洗いができます。ただし、家庭では洗えませんよ。

ドライクリーニングはできません。 ウェットクリーニングはできません。

### 例えば、このように表示されます。

あて布使用

\*家庭洗濯→漂白→乾燥→アイロン→クリーニングの順に記載されます。

#### 乾燥

##### タンブル乾燥

家庭用のタンブル乾燥機が使えます。記号内の「点(・)」は乾燥強度を表します。  
「..」はヒーターを「強」などに設定します。  
「+」はヒーターを「弱」などに設定します。

タンブル乾燥はできません。

##### 自然乾燥

「つり干し」をします。  
\*ハンガーにかけ、小物干しなどに吊るして干します。  
「平干し」をします。  
\*平らな床面に干して干します。

「割縮」はひびきや歪縮を起しているので干しをします。

#### 漂白

漂白ができます。

△ 塩素系漂白剤も酸素系漂白剤も使えます。  
△ 酸素系漂白剤のみが使えます。  
\*酸素系漂白剤は、ほとんどの色柄物に定える漂白剤です。

△は縮柄にも使える漂白剤と良いですね。

漂白剤は使えません。

#### 記号の構成

基本記号に、付加記号や数字を組み合わせて表します。

基本記号

- 家庭洗濯
- 漂白
- 乾燥
- アイロン
- クリーニング

付加記号

強さ(基本記号の下に付加)

温度(基本記号の中に付加)

禁止

出典：消費者庁ウェブサイト (<http://www.caa.go.jp/>)

詳しくは、消費者庁のホームページで確認してください。

## 編集 後記



総代は組合員なら希望すれば誰でもなれるので、気軽に担当者に声をかけて欲しいと願っています。毎年6月に総代会があり、その2~3ヶ月前に地区別総代会議があって、意見を述べる事ができます。その時にポリ袋と新聞を使って避難時に役立つものができる事をたくさんの人に広まればいいなと思ったものの、前回の総代会で発表するには至りませんでした。今回、この号で披露できることになって大いに役立つことを願っています。ポリ袋のクッション、頭をのせて試し「これは思ったよりいい感じ」なんてつい口から出てしまいました。このいろいろなアイデア、是非役立てて欲しいものです。(はなこ)