

♪日に日に世界が悪くなる

斉藤 カツ子さん
(岩見沢市)

「♪日に日に世界が悪くなる」。毎朝、テレビから流れてくるこの曲は、まさに今、私達が直面している食の世界を語っているようで、共感しています。

世の中に氾濫（はんらん）する美味しそうな食べ物に、日本は何て豊かなのだろうと思う反面、これらに含まれているかもしれないさまざまな危ない物、食品添加物、農薬、遺伝子組み換え作物等々のことを、一体どれだけの人が解って食べているのだろうかかと心配になるのです。

商品にきちんと表示がなされない日本。都合の悪いことはごまかしてしまう日本。どっちを向いているのかわからない消費者庁。この実態を、もっと多くの人に知らせる義務が、私のような高齢者にはあるのでは？

そう思うものの、現実には何も出来ないでいる情けない私がここにいます。

◆会員だより◆

7号食への挑戦

高橋 大輔さん
(札幌市、戦争させない市民の風北海道事務局メンバー)

成人してからアトピー性皮膚炎が悪化して苦しんでいた私の妻は、ある講演会で「7号食」の存在を知り、実行したところ、ほぼ完治してしまいました。

7号食とは、「摂取できるのは玄米ご飯・ごま塩・無添加の漬物・水・ノンカフェインのお茶のみで、おかずは一切なし。これを10日続け、11日目から16日目まで具なしの味噌汁を追加」というものです。

横で見ていた私も昨年、思い切って挑戦。4～5日目あたりが一番辛く、夢の中にエビフライやトンカツが出てくるありさま。何とか完遂し、検査に行ったところ、持病の心不全の数値が劇的に改善し、体重が減り、主治医が驚いていました。

玄米に含まれる繊維質が腸内環境を改善し、必要なビタミン・ミネラルも摂取でき、脂質や動物性たんぱく質を避けることで血液がきれいになるようです。気になる方はネットで検索してみてください。人生が変わるかも？

<ご寄付のお願い>

食はいのちの源です。次の世代に安全・安心な環境と食を残すため、活動をご支援ください。ご寄付は1口1千円から。いのちの会を支えるサポーターとして熱いご支援をお寄せください。振込口座は下記の通りです。

■北洋銀行宮の沢支店 店番：137
普通預金口座：3266036
口座名義：北海道食といのちの会

北海道食といのちの会

会長 久田 徳二
事務局(事務局長 山崎 栄子)
札幌市厚別区大谷地東1丁目4番15号
生活クラブ生活協同組合北海道内
電話：011-887-8891
メール：mito@club.s-coop.or.jp
フェイスブック：
https://www.facebook.com/Hokkaido.Syoku.Inochi513/

会費は下記から納入願います

- 振込先：ゆうちょ銀行振替口座
- ゆうちょ銀行(郵便局)の場合
口座記号番号：00160-4-674332
口座名称：北海道食といのちの会
- ゆうちょ銀行以外の場合
店名(店番)：〇一九店(019)
預金種目：当座
口座番号：0674332

○年会費の区分は次の通りです。

- 1) 個人 1千円
- 2) 構成員が100名未満の団体 3千円
- 3) 構成員が300名未満の団体 5千円
- 4) 構成員が300名以上の団体 1万円



当会ホームページは左、フェイスブックは右の二次元コードからお入りください。



米の後に小麦 画期的な田畑輪換

第3回オーガニックファーム見学会 比布・当麻 13人が生産者と交流

第3回となるオーガニックファーム見学会を8月30日、上川管内比布町と当麻町で開催し、札幌や旭川などから子どもを含む13人が参加しました。稲を収穫後に小麦をまく画期的な田畑輪換の仕組みなどを学びました。

時折雨がパラつく中、午前10時30分に比布集合。今回も見学中は雨に当たることなく、気温も快適でした。今野農園では、今野勝貴さんの案内でトマトハウスと水稻の圃場を見学しました。稲を早期収穫後に秋まき小麦をは種する画期的な田畑輪換が参考になりました。水田の除草に活躍する最新のアイガモロボにも触れました。

昼食は当麻グリーンライフに移動し、事務所横のハウスで鹿肉入りカレーとオーガニックトマトジュース

を堪能しました。おかわり続出のおいしく、楽しい歓談時間になりました。

大規模有機農業に取り組む農業生産法人当麻グリーンライフは、当会副会長で一昨年亡くなった瀬川守さんが長く代表を務めてきました。当日は、鈴木喬也社長が安全安心な有機農産品栽培の取り組みを映像とともに説明してくれました。売店で買い物をして、ソフトクリームを楽しむ方も。

その後、加工場やハウス棟へ移動し、実際に選果場を稼働していただきました。同社が生産した冷えた甘酒のサービスもあり、最後に水稻を囲みながらの質疑応答で締めくくりました。こうした生産者と消費者の交流の場を当会は今後も継続して開催します。

(高橋 伸行)



生産者と交流し学びを深めた第3回オーガニックファーム見学会＝上川管内当麻町の当麻グリーンライフの水田にて



農業に頼らない農法が土や地球にどれほど大切な学んだ映画「いただきます2」と菌ちゃん農法の講演

今年度第2回「たねまきの日」報告

食べたものが、わたしになる

映画「いただきます2」と菌ちゃん農法講演

11月15日、札幌市教育文化会館で今年度2回目の「たねまきの日」を開催しました。一般参加者を含めて41人が集い、映画「いただきます2」を鑑賞し、安平町で菌ちゃん農法を実践する高林優一さん（高林農園代表）の話の聞きました。農業に頼らない農法が、土や地球の環境にどれほど大切かを学ぶひとときとなりました。

映画「いただきます2 ここは、発酵の楽園」（2020年、81分、制作：まほろばスタジオ）は、全国600カ所で自主上映された「いただきます みそをつくるこどもたち」の続編としてオオタヴィン監督が制作し、「食べたものが、わたしになる」というコピーが心に響きま

す。映画は、長崎県佐世保市でオーガニック野菜を栽培する菌ちゃん先生こと吉田俊道さんと保育園児との交流、山形県高島町で小学生が育てた米や野菜を自分たちで収穫し調理する姿、青森県弘前市で肥料・農薬を使用しない木村秋則さんが「奇跡のリンゴ」を実らせるまでの物語

などが描かれ、自然とつながる大切さを教えてくれました。イキイキとした子ども達の姿に元気をもらい、参加者も心を動かされていました。

高林さんの講演＝写真＝では、農業の現状や農薬の影響、遺伝子組み換えやゲノム編集技術の基礎知識に触れながら、映画の内容を踏まえて「なぜ菌ちゃん農法なのか」をわかりやすく語っていただき、理解がさらに深まる時間になりました。

（伊藤 一弘）

映画公式サイト：<https://itadakimasu2.jp/>
高林農園 HP：<https://tsuku2.jp/farmtakarinn>



表示して！ゲノム編集食品

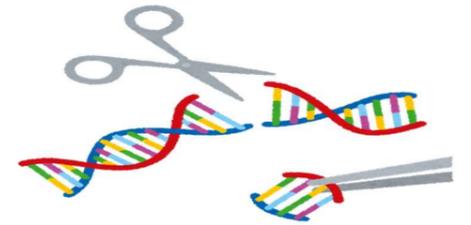
地方議会から意見書採択のうねりを

道内は3市に続き12月にも

ゲノム編集技術を応用した食品の表示の義務化を国に求める「表示して！ゲノム編集食品～地方から国に声を届けよう～」と、道議会や市町村議会から意見書を提出してもらった活動を進めています。

道内では現在、北広島、札幌、江別の各市議会が意見書を採択しています。さらに増えるよう、この活動に関心のある議員と情報共有のオンライン会合を定期開催してきました。

第2回会合は10月16日に道内の市議2人、道外議員1人と会員5人が参加しました。議会ごとに状況はさまざまであり、まず第一歩として遺伝子操作食品の基本的な知識が議員のみなさんにも必要かと思いました。



意見書の内容の確定と提出にいたる流れを丁寧な情報共有しながら進めていきます。うれしいことに、この会合から意見書の提出に向けた動きがあり、12月議会での採択に期待しています。

次回会合は、1月または2月に実施予定です。当会会員の議員のみなさん、ぜひオンライン会合に参加いただき、北海道からゲノム編集食品の表示を実現するチカラを高めていきましょう。

（山崎 栄子）

1月24日に新年交流会

久田会長が米騒動について講演

2026年もおつまみをつくらせて食べて、楽しくおしゃべりしながら新年の活動の始まりとしましょう！

第3回となる来年の新年交流会は1月24日（土）午後2時から。料理講師は野菜ソムリエの松本真実さんです。久田徳二会長が、ミニ講演として「米騒動の原因と展望」をわかりやすく解説します。会は、30人の会員限定で2時間半の予定。会費2千円。会場は、生活クラブ生活協同組合北海道（札幌市厚別区大谷地東1丁目4番15号）の2階調理室。

申し込みは1月15日までに、案内チラシ＝写真＝の二次元コードから、またはメール：mito@club.s-coop.or.jp、電話：011-887-8891にて。エプロン持参で集まりましょう。

カンタン美味しいおつまみをつくらせて楽しく話しましょう！エプロン持参で♪

料理ご指導は野菜ソムリエ 松本真実さん
会長のミニ講演「米騒動の原因と展望」がテーマです

ほっかいどう 食といのち

北海道食といのちの会 第3回 新年交流会 2026 1/24/(土) 14:00(受付13:30)-16:30

生活クラブ生活協同組合北海道 2F 調理室
札幌市厚別区大谷地東1丁目4-15 (地下鉄大谷地駅徒歩5分)

会費(当日徴収): 2,000円
定員: 会員のみ30名(当日入会あり)

※エプロンをご持参ください。
※ソフトドリンクはご用意いたします。アルコールはご持参ください。

お問合せ: 011-887-8891 (事務局/水戸) mito@club.s-coop.or.jp

お申し込み締め切り 1月15日
申し込みフォーム メール、お電話にて