

あいのう消費者の会

いきいき通信

発行 愛農消費者の会いきいき通信編集部
 連絡先 愛農流通センター名古屋本部
 名古屋市天白区井口2丁目903番地



材料を混ぜて活性液を作る参加者。右は講師の竹内さん。

このほど愛農消費者の会は、半田市で河川浄化活動を行う岩滑エコクラブの竹内睦治さんを講師に招き、半田市板山公民館で「EM活性液作り講習会」を開きました。

講師の竹内さんがEMについての説明の後、2リットルのペットボトルに入れた米のとぎ汁に、「EM1」（たくさんの微生物が入っている液体。EMの基本資材）とEMのえさとなる蜜糖を加えて活性液の作り方を実践してくれました。材料を入れながら、キャップをして容器を揺すって混ぜる。参加者一人一人作っていました。参加者一人一人はやってみると実に簡単でした。自宅に持ち帰って1〜2週間熟成させれば完成です。

熟成といっても難しいことはなく、暖かいところに置いておく（今なら風通しのよい室内な

自分で作れば楽しく、お得なEM活性液作り講習会

らどこでもOK）、醗酵してくとペットボトルがふくらんでくるので、ガス抜きのために1日数回キャップを緩めるだけです。

私は当日米のとぎ汁を用意できなかつたので、米ぬかに水を加えた上澄み液を代わりに持ってきていましたが、醗酵力すごかつたです！竹内さんによるとぬか汁のほうが、醗酵力が強いそうです。講習会中からブクブク泡が立ち始め、家に帰ってからはペットボトルがみるみるふくらんでいき、何度もキャップをゆるめてガス抜きしました。ペットボトルの底が膨らんで自力で立っていられないので、我が家のEM活性液は気づくと、ゴロンと横になっていました(笑)。

「生きてるんだ！」と、なんだかペットのようにいとおしくなってきました。「作った活性液は生きてるので、作り手の気持ちも反映されます。よい気分で作ったらいよいよ働きをするし、イライラして作ればよいものはできません」（竹内さん）とのこと。料理と同じですね。

1週間ぐらいしたら醗酵もおさまり、急に静かになりました。臭いをかいだらみそのような香りです。醗酵が落ち着いたので、

EMについての説明を熱心に聞く参加者。



これで完成です。

そうじや洗濯などさまざまな用途に使えるEM活性液ですが、特に消臭には即効性があるようです。活性液を使って床をふくと、ゴキブリも出にくくなるのでこれからの季節にぴったりでですね。

出来上がった活性液（商品名EMW）も市販されていますが、自分で作ったほうが断然お得です。知多半島の方なら半田市の宝来広場でEM資材が買えます。手に入りにくい方は、ネットで買えます。（じ）



愛農利用者ならもれなく消費者の会会員

「あいのう消費者の会」について、「どうしたら会員になれるか？」というご質問をいただくことがあります。消費者の会は、申し込みや手続きをする必要はなく、宅配、店舗、ネットなど愛農を利用する方なら利用頻度にかかわらず、すべての人が自動的に会員になります。

愛農利用者なら、どなたでも消費者の会の企画・運営に参加できます。もちろん、同会が企画した勉強やイベントにもご参加いただけます。

愛農本部が発行する月刊誌を購読する特別会員というものも別であります。特別会員に入会しなくても、会の活動にはご参加いただけます。

また、同会ではいち早く勉強会などの情報をお届けしようとメール配信サービスを始めました。ご希望の方はお近くの営業所にお申込みください。携帯でのメール受信を希望される方で、パソコンからのメールを受信拒否設定にされている方は、以下のアドレスを受信できるように設定をお願いします。

ikiiki-syohisha@ainou-c.co.jp

読者からのお便りコーナー

☆高野豆腐粉末を豆腐ハンバーグ（豚ミンチも半分くらい入れます）に入れると、歯ごたえのあるような弾力のあるハンバーグができました。とてもおいしかったです。（Hさん）

☆いきいき通信に載っていた「こんにやく湿布」、子供の頃、お腹を冷やして痛がっていた時、母がよくやってくれたことを思い出しました。（Nさん）

☆いきいき通信に（掲載されていた）添加物。どの食品にも裏側を返して見ると注入されています。愛農さんと出会った頃は少しは加工された食品も注文していましたが、このごろは食材のみになってしまいました。元の食品がしっかり安全な品を扱って下さっているので、本当にありがとうございました。（Mさん）

重ね煮料理教室のご案内

全国で重ね煮出張料理教室を行っている山岡孝幸先生をお招きし、重ね煮料理を学びます。お子様の参加も大歓迎です！！夏野菜を使って、おいしく、簡単、スピーディーにできる重ね煮料理を楽しみましょう♪

●日時：8月6日（水）10時～13時

●場所 半田市神戸公民館

（半田市花園町1丁目12-2、電話0569-22-4853）

●参加費：大人1人2,000円、親子参加の場合大人1人・子供1人（3歳以上）で2,500円。お子さんが1名追加ごとに500円プラス、園児は300円プラス。未就園児無料。

●持ち物：エプロン、布巾、三角巾、野菜一品（御自宅の冷蔵庫にある野菜で結構です）

●申込締め切り：8月1日（金）

●申し込みは豊田（携帯080-1619-6950、juntyd@docom.o.ne.jp 携帯からのメールのみ受信可能）まで。

編集後記 先日半田市で行ったEM活性液作り講習会、この日は愛農消費者4人の方がご参加くださいました。初めてお会いする方がほとんどでしたが、同じ消費者という共通点のおかげで、普段の生活では話題として出すことを躊躇（ちゅうちょ）してしまう食の話も、気兼ねなく話せました。みなさん、思いは同じだったようで、消費者同士の横のつながりを求めているのを感じました。勉強会は知識を深めるためでもあるのですが、こうした消費者同士が出会うきっかけ作りにもなっています。盛り上がったみなさんたちと講習会終了後にランチを食べに行き、情報交換ができました。皆さんと会えたことは消費者の会にとって何よりの収穫でした。（じ）

果汁なしで作れる ジュースの実態に驚く

豊田市の添加物勉強会に参加して①

今回は、食品添加物セミナーに参加させて頂きありがとうございました。セミナー冒頭でコンビニやスーパーの店頭で見かける食品が並べられており、ほとんどの食品に添加物が入っている説明を受けました。

それも、ハム、ソーセージ、ウィンナー等の肉類をはじめ、ジュース、おにぎり、サンドイッチ、パンといった軽食、中にはお酒にさ

え人口甘味料が使われているという有様でした。添加物のないものを探すが難しい状況に、あらためて現代生活で『食のクオリティとは何か』を考えてしまいました。清涼飲料水の実験（？）では、水



講師の愛農江端社長の話真剣に聞く参加者。

に天然果汁が一滴も入っていない桃のエッセンスを入れ、合成着色料を加えて綺麗なピンクに着色すれば、あーら不思議、桃のジュースもどきの完成！！甘さも砂糖の何倍かの人口甘味料で味覚をだましているなんて…。

清涼飲料水が簡単に作れてしまうことに、改めて驚きました。それも果汁0%、つまり化学合成で…。この実験の後で、息子もコーラを欲しがらなくなりました。有名な会社のもので、「xxx天然水使用」となれば、いかにも安全・安心な飲み物に思えます。しかし、実態は、天然水に化学

物質を溶かしたものであったり、天然果汁は申し訳程度しか入っておらず、化学合成の砂糖水状態であることに、正直「買うものがない！」と欲死してしまいました。

また、こんな偽者に百二十円（いまや百三十円）も払っていかと思えば、飲料メーカーが儲かるといふ説明もよく理解できました。（N）（次号に続く）

