



VOL.3 テーマ

命をつむぐ“食”

特集

“フードバンク” という活動をご存知ですか？

連載 ゆめ・まち・みらい
インタビュー

加藤登紀子さん
(シンガーソングライター)

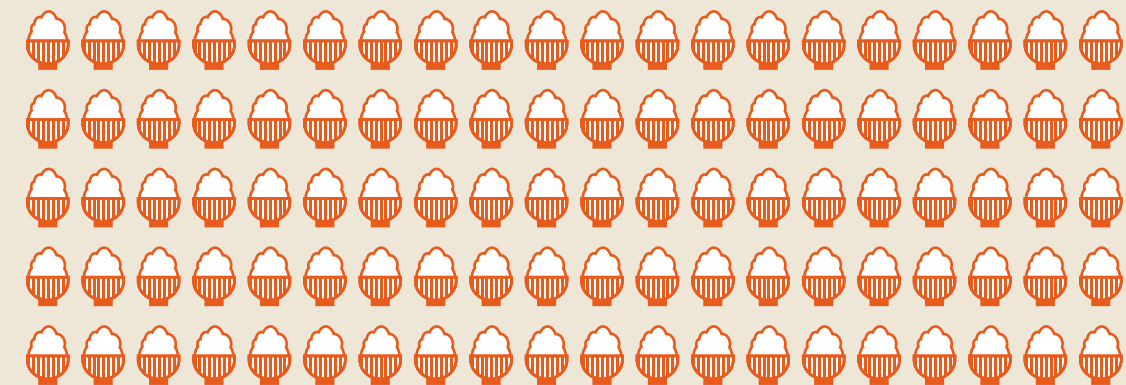
阪急阪神ホールディングスグループ

おすすめ
ボランティア

箕面の山パトロール隊による
箕面の山大掃除大作戦(12/5(土))

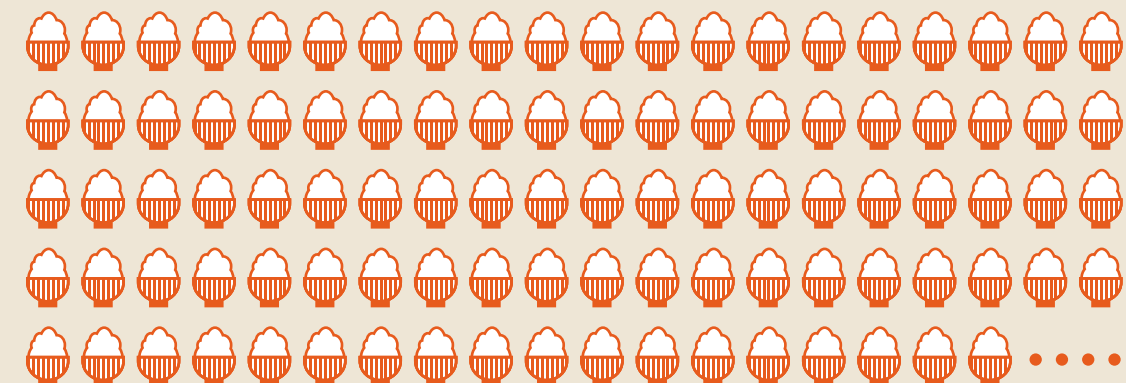
おすすめ
セミナー

環境と食を考える
「買い物ゲーム」(11/16(月))



日本の年間廃棄食料は約**900万t**
ご飯にすると **600億杯**

60,000,000,000杯!※



※平成20年農水省発表「食品ロスの現状について」では、食品由来の廃棄物のうち可食部分量を500～900万tとしています。
その900万tをご飯1杯150グラムとし、換算した数字です。

私たちにもできる、食材を無駄にしない生活

余分な買い物をしない

安いからといって、まとめ買いのしすぎは禁物!
使い切れる量だけを買うように。

おすそわけ、の心も有効

買いすぎたり、いただきものが重なった場合は
古くなる前にご近所へおすそわけを!
またフードバンクなどへ
寄付するのもいいですね。

→P.1-2へ(フードバンクについて)

商品は手前から買う

早めに使い切る予定の食材なら、陳列棚の
手前にある消費期限の短いものを買きましょう。
その分、スーパーでの期限切れ食品の廃棄が減ります。

自炊をする

食を大切に作る気持ちを育てるには、
自分の食べるものをまず自分で作ることから。

→P.3へ(加藤登紀子さんのインタビュー)

社会貢献 ポイント制度とは

阪急阪神ホールディングスグループの従業員やOBの方のボランティア活動などを応援する制度です。
入会用紙は、ホームページからダウンロードもできます
その他、資料のご請求やお問合せは事務局まで。

阪急阪神 未来のゆめ・まちプロジェクト事務局

阪急阪神ホールディングス株式会社 人事総務部社会貢献担当
shakai@hankyu-hanshin.co.jp TEL: 06-6373-5086 FAX: 06-6373-5174
ホームページ <http://www.hankyu-hanshin.co.jp/yume-machi/>

年間900万tの
余剰食品のゆくえ

日本では、まだ食べられる食品が毎年900万tも廃棄されています。パッケージの破損や最新の賞味期限でない、などがその理由。こうして世の中の流通から浮いてしまった余剰食品をスーパーやメーカーから引き受け、福祉施設など食材を本当に必要としている人達のもとへ届けるのが、フードバンクという活動です。関西では、2003年に設立された「NPO法人フードバンク関西」が、その唯一の存在。芦屋にある事務所を訪ね、理事長の藤田さんにお話を伺いました。

この活動は、一石三鳥。
みんなが
幸せになれる。

「企業側も、余剰食品には頭を痛めているんです。廃棄費用もかかるうえ、まだ食べられるものを捨てるのはもったいないという思いもある。特にメーカーさんは自分達が苦勞して作ったものだから、とても心が痛むようです」。そして一方では、食費のねん出に苦しむ福祉施設が多いのも事実。「このフードバンクと

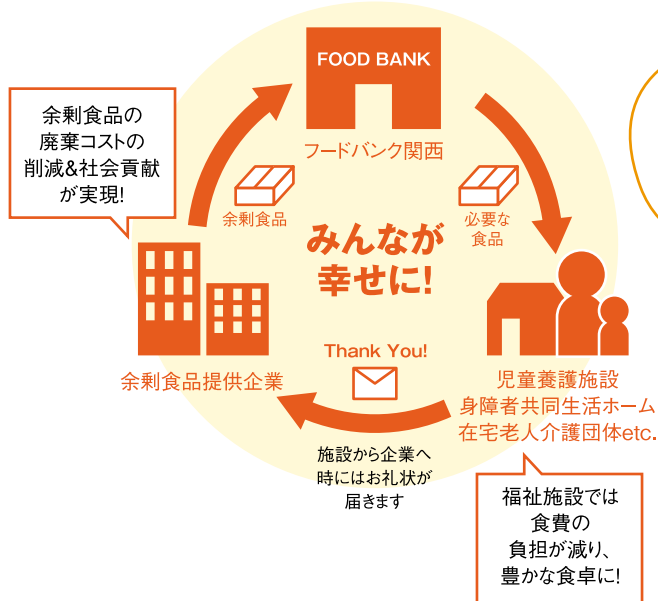
「活動資金の確保や、扱う食品の衛生面に気を遣います。常にリスクと背中合わせですが、施設のことも違から“今度いつくるの?”なんて嬉しそうに聞かれるとね。待っていてくれる人がいると思うと、力がわいてきます」

フードバンク関西
理事長 藤田 治さん



フードバンク関西の活動

企業へ出向いて余剰食品を引き取り、福祉施設などへデリバリー。2008年は年間98.8tを分配。現在では約60団体へ食品を提供し、1か月の受益者延べ人数は4000人を超えています。



僕達、まだまだ美味しく食べられるんです！
まだ捨てないで！

輸入時の抜き取り
検査で半端な数に！
輸入食品の検査検査は1箱の中からほんの少しの食品だけが使われます。でも開梱してしまった荷物は、商品として流通に乗らないことも。

冷凍から揚げ

パッケージの破損！
包装が破れたり缶がへこむと、廃棄の対象になることも。そのほかパッケージのリニューアルに伴い古くなった商品が廃棄されるケースも。

お米

スモークチーズ

賞味期限がまだ
あるにも関わらず！
流通経路で時間がかかるため、中には賞味期限まで3カ月あっても廃棄されてしまうものも。

スライスチーズ

特集
余剰食品を、必要な人達へ。
食を無駄にしない。

フードバンク

という活動をご存知ですか？



「フードバンク関西」の活動には、さまざまな方法で参加できます。

興味のある方は、ぜひご参加を！

ボランティアスタッフとして

デリバリーや食材の仕分け、事務作業などが主な仕事。このほかホームページ更新やニュースレターの発行など、特技を活かせる作業もあります。中には自宅作業が可能なものも。

余剰食品を持ち込む

いただきものが重なって…、など家庭であまった食材を芦屋の事務局に持ち込めます。ただし、消費期限に余裕があり、未開封、美味しく食べられる状態であることなどが条件です。

寄付による賛助

賛助会員として登録。個人会員なら一口千円から、何口でも寄付できます。寄付されたお金はデリバリーのガソリン代を始め、法人の運営費に役立てられます。



月に一度開催される試食会。「こんなにおいしく食べられる物が捨てられていたなんて！」と皆さん、びっくり。

興味のある方は、まずお電話かメールにて、下記事務所へご連絡下さい。

NPO法人
フードバンク関西
芦屋市呉川町1-15 TEL 0797-34-8330
ホームページ <http://foodbankkansai.web.infoseek.co.jp/> e-mail foodbank05@yahoo.co.jp

フードバンク関西を支える、
ボランティアさん達



川崎さん(活動歴:約1年半)
デリバリーなど
私は団塊の世代で、無駄を多く出してきた世代だとの反省もあり、この活動に参加しました。デリバリー先のことも達にはすっかり顔を覚えられ、「フードバンクのおっちゃん！」なんて声をかけてくれるのが嬉しいです。



松本さん(活動歴:約半年)
食材の入出庫管理など
この活動に参加するようになり、膨大な食材が廃棄されていることに、改めて驚きました。その食材を無駄にせず、必要とする人へ届ける仕事をお手伝いできて、誰かのお役に立てているんだと、嬉しく感じています。



山地さん(活動歴:約1年)
仕分け・梱包など
ここ来ると、元気がわいてくるんです。皆さんの、善意が集まって、前向きなパワーに満ちているからでしょうね。この活動を始めてから、お料理の作りすぎに注意したり、残り物は冷凍して使い切るようにしています。



三阪さん(活動歴:約1年)
仕分け・梱包など
在庫整理や食材の仕分けをしています。時にはコーヒー豆を延々と挽いていることも。豆のままだと、受け取る側も使いにくいからです。お友達もできますし、食材を無駄にしないレシピを教えてもらったりと、楽しみながら活動しています。



グループ従業員の本棚をのぞいてみました。
今回は、食にまつわる本の紹介です。

今回のおすすめ人
阪急阪神
ホールディングス
人事総務部(社会貢献担当)
新美佳代さん

「生きることは食べること」 食べ物と向き合い生きる力を育む



坂本 廣子(著)
出版:農文協 1990年12月発行 1,330円(税込)

こどもが米をとぎ、だしをとり、一品作る。「頭と手の先との距離が短いうちに」「食べ物と面と向き合う経験」を「忍」の一字で「ひたすら見守る」、それが台所育児。収録写真のこども達の真剣で充実した表情と包丁を持つ堂々とした手つきが、著書の主張を裏付けています。食を大切にするために、自分の食べるものを自分で作る。「育児」だけでなく「育自」のためにも大切なメッセージです。

命の始まりは「水」 自然と人間の関わりに想いを馳せる



川は生きています

富山和子(著)
出版:講談社 1984年4月発行 609円(税込)

食べ物には水がないと育ちません。この水を運ぶのが川です。大地に降った雨が、海に注ぐまでに、川は水を運び、土を運び、大地に豊かな恵みを運んでくれます。短くて急なあばれ川を抱える日本では、昔から、水に逆らわず、自然の性質を利用しながら水を治め、恵みを頂いてきました。信玄堤や加藤清正の越流堤がその好例。自然との距離が遠ざかりがちな現代の大人にも、是非読んで頂きたい児童書です。



鴨川自然王国では棚田での稲作りを始め、豊富な農作物を生産。音楽イベントやワークショップ、マーケットも開催し、都市と農業をつないでいる。

“食”と“農”こそが、人の根源。 だからこそ、大切に育みたい。

食を支える「農」は次代を担うキーワード。
私は今、千葉の里山にある、鴨川自然王国で、農にかかわりながら暮らしています。もちろん歌手も続けながらね。そこは亡き夫が生活や命を育む源としての農業、農こそが最も根源的で大切だと考えて拓いた、多目的農場なの。農に関わる人を増やしたいと、今年年に数度の「帰農塾」を開き、農に関心を持つ人達に、様々な体験をしてもらっているのよ。例えば11月なら間伐と炭焼きね。季節によっては農場で穫れた大豆で味噌を作ったり、綿の花から糸を紡いだり。時には鶏をつぶして、食べちゃうこともあるのよ。さらに座学といって、講義の時間には、夫の著書『農的幸福論』をもとに、農の大切さを語ります。これまでに塾の卒業生の約半数が、農と生きる、農的生活を選んでくれました。しかも塾

生の約半数は若い方なの。農を見直そうという時代の波を感じるわ。これはとても嬉しいことね。
半農半Xという、新しい生き方。
実は私の娘Yaeも、鴨川自然王国に住み、歌手をしながら農的生活をしています。こうした「農」とその他の仕事を両立させる生き方は、半農半Xと呼ばれています。Yaeは歌手と、農を両立する、半農半歌手を宣言し、子育てもしながらがんばっているわ。
私は半農半Xの、農は単に農業を指すのではなくて、食べることや生きることなど、人にとって根っこの部分を含めて、広く解釈しています。例えば、男性だって仕事だけでなく、子育てをしたり食事を作ったり。命はぐくみ、自分の命をきちんと営むことが、生きるうえで最も大切なことなのじゃないかしら。

「食」は命そのもの。大切に考えたいですね。
今、食の安心、安全や食糧自給率の問題が起きていますよね。これは私達消費者の気持ちひとつで、ずいぶん変わるのじゃないかしら。きちんと自炊をするのも、その第一歩ね。そして、その時には使う食材の背景に想いを馳せてみて。どこでどんな風に作られたのか、肥料は？農薬は？というふうね。
こうして、まずは私達消費者がいいもの、安全なものを選ぶことが大事なのよ。それが、安心・安全な食材を作る農家を支えることにもつながるのだから。「食」は命そのものだし、農はその礎。どちらも大切にしたいですね。

Profile 加藤登紀子

この冬、加藤登紀子さんの「はる酔いコンサート」が開催されます。是非お出かけください。
12月4・5日 梅田芸術劇場(主催:サマーズ/06-6374-2810)、
12月19・20日 祇園甲部歌舞練場(主催:アクティブKEI/075-255-6586)

1943年生まれ。「赤い風船」「ひとり寝の子守唄」「知床旅情」などの数々の大ヒット曲を持ち、多くのファンから愛されている。近年は地球環境問題にも取り組み、WWFジャパン評議員やUNEP親善大使として活躍。歌を通して地球環境問題に寄与している。

シンガーソングライター 加藤登紀子さん

食を育むこと、育てること、生きること。人の本質的な部分を大切にしたいと考える加藤登紀子さん。日本の農を支えようと造られた、鴨川自然王国にかける想いや、これからの農のあり方を伺いました。



こ ち ら 事 務 局

指定ボランティア

地域の山を自分達の手で美しく!

10
ポイント

箕面の山パトロール隊による「第6回・箕面の山大掃除大作戦」

阪急沿線の紅葉の名所であり、緑豊かな箕面の山。しかし、実はあちこちに投げ捨てられたゴミや不法投棄の電化製品などが散乱しています。ゴミのない美しい箕面の山を目指して、「箕面の山パトロール隊」により開催される清掃活動に参加してみませんか?



開催日: 12月5日(土)※小雨決行、雨天時は6(日)に延期
集合: 芦原公園(阪急箕面駅より徒歩7分)に午前9時に集合。(8:30より受付を開始しています)
申込: 以下の箕面の山パトロール隊事務局に、FAXまたはメールで、氏名、年齢、連絡先、「ゆめ・まち」とご記入の上お申込ください。
箕面の山パトロール隊事務局
FAX:072-726-1866 メール:inai@hcn.zaq.ne.jp
申込締切日: 11月20日(金)
※コースは、6~7kmで、14時頃解散予定
※弁当、飲み物、雨具、タオルなどをご持参ください。軍手、ゴミ袋等は用意します。
詳細は、HPにて<http://yama-nami.com/>

地産地消イベント... 11月に、阪急電鉄本社ビルと阪神電気鉄道本社ビルの食堂で、「食を考える 地産地消メニュー」登場! 詳細は同月メニューにて。
エコライフチェック... 簡単なチェックシートに答えて、家庭でできるエコを考えてみませんか。詳細は本誌はさみ込み用紙にて。

【お問合せは事務局へ】メール shakai@hankyu-hanshin.co.jp TEL 06-6373-5086 FAX 06-6373-5174
ホームページ <http://www.hankyu-hanshin.co.jp/yume-machi/>

社会貢献用語辞典
未来をつくる
コトバ
vol.03

スローフード

[Slow Food]

1980年代、ファーストフードが席巻する中で、イタリアの田舎町・ブラで始まった運動。伝統的な食材や料理を大切に、食育や良質な食品の生産者を守ることで、食生活や食文化を見直そうというものです。家族で料理を作る中で、食材や、その生産者について考えたりすることも、身近でできるスローフードです。



ゆめ・まち・みらい ショッピング

GOODS

六甲ガーデンテラス「ホルティ」より
おすすめのフェアトレード商品をご紹介します

What'sフェアトレード?

途上国の生産者が貧困から抜け出せるよう、公正な価格で取引した商品がフェアトレード商品です。途上国の自立や環境保全につながる国際協力のひとつです。

自然豊かなネパールから、オーガニックのスパイス。

コーヒー、紅茶で身につけた技術を柱に、その地域に適した有機栽培を進め、現地の協同組合の協力を得て農家一軒一軒から、少量ずつ集めたスパイス。スパイスは荒地でも栽培でき、成長も早いので、わずかな土地しか持たない生産者にとって、貴重な収入源になっています。そんな新鮮で美味しいスパイスを、それぞれお肉とお野菜に合うように調合したミックスマサラ。本格的なカレーはもちろん、チャーハンや野菜炒めの味付けに、唐揚げの衣に混ぜたりと、お料理のバリエーションを広げてくれます。豊かな自然の恵みが実感でき、作る人の顔の見える安心・安全な食品です。

ミックスマサラ お肉用・お野菜用
各504円(税込)



画像協力:ネパリ・バザーロ

ポイントになります

「ホルティ」 HP <http://horti.rokkosan.com/> メール horti@rokkosan.com
専用注文書でFAXまたはメールから、もしくはお電話でご注文下さい(お申込電話・FAX ☎0120-894-886)

編集後記



新美 佳代

「自分の労働や豊かさをお金に換算しないことが大切。」取材での加藤登紀子さんの一言です。自分が創るものの手ごたえを信じる、それが大切なんですね。



相良 素子

今回の編集を通じて、日頃の不摂生や食材の無駄を反省しました。食材の様々な背景に思いを馳せながら、無駄なく賢く、自炊したいと思います。



浦井 沙央里

新メンバーの浦井と申します!取材に何う度、驚き、感動している新入社員です。ゆめ・まちプロジェクトと一緒に、元気に頑張ります!

活動レポート

グループ従業員の皆さんから寄せられた活動レポートをご紹介します

活動レポート



阪急阪神ビジネスアソシエイト
和田 等さん

たくましく成長していく
こども達の姿に感動。

ボーイスカウトの幼年部門であるカブスカウトの指導者を始めて13年。ほぼ毎週末、小学校3年生から5年生までのこども達のスポーツや工作、野外活動のサポートをしています。彼らの成長ぶりを感じられるのがこの活動の醍醐味ですね。入隊したての頃はなんだか頼りなかった子も、活動の回を重ねるごとにできることが増え、積極性も出てくるんです。たくましくイキイキと成長していく彼らを見ると、まるでわが子ののうようにうれしくなりますね。一方ではこども達から教わることも多々あります。彼らは発想が柔軟で、私達大人が頭を悩ませているような難問でも、横からヒョイと「こうしたら?」なんて、斬新なアイデアを出してくる。彼らのおかげで私の思考もずいぶん柔軟になりました。また活動は地域単位で区切られますので、同地区の指導者と仲良くなれるのもいいですね。ご近所づきあいも広がりますし、なによりこども好きな方には、ぴったりのボランティアですよ。



須磨のウルフカブ発祥の地へ、ハイキングで訪れた際の写真。毎年恒例のキャンプでは、自分達で作るご飯を食べたりテントで寝たり。調理や身の回りのことなど、出来ることが一つひとつ増え、たくましく成長していくこども達を見るのがうれしいですね。

活動レポート



阪急阪神電気システム
田中 康博さん

様々な人と知り合え、繋がれる
それがボランティアの魅力です。

異文化に触れたいという想いから、ホームステイベアレントのボランティアに参加。登録先からの紹介を受け、留学生などに我が家で1泊してもらい、食事を提供したり、また日本文化を紹介したりするんです。この活動を通して、アメリカやヨルダン、ミャンマーなど様々な国の方と知り合えましたよ。実際お会いしてみると、それぞれの国に対して持っていたイメージと随分ギャップがあるなど、自分が意外と海外のことを知らないのに驚かされました。それにつれ、自然と海外の情報や知識などに敏感になりましたね。またこの他に、地域の観光ボランティアガイドもしています。観光客に地域の名所・旧跡を案内するんです。地域の歴史にも詳しくなるし、ボランティア同士、地元の方達とも随分仲良くなれました。どちらの活動も、人とのつながりを持てるのが最大の魅力ですね。仕事もしながらボランティアなんて大変そうだとされますが、長く続けるコツは“無理をせずできる範囲で”ですね。



東南アジアから語学研修で来られた、外交官の方達とバーベキュー。中には帰国後も交流が続く方もあり、5年前に受け入れたモンゴルの方のお招きで、モンゴルへ行く予定。久々の再会が楽しみです。