



# みどりの地球をみどりのままで子どもたちに手渡すために

## 毎日の「せんたく」が子どもたちの未来を変える!

2024年度せっけん学習会  
開催日:3月13日  
主催:グリーンコープ共同体組織委員会  
参加:323人(オンライン参加含む)

表面積の約7割を水で覆われている地球。しかし、私たち人間が使える水は、そのわずか0.01%と言われてます。グリーンコープは誕生当初より、せっけんを使うことで人の健康や環境を守り、未来の子どもたちにきれいな水環境を手渡していこうと考え、「せっけん運動」を続けています。



シャツの埃り汚れの落とし方を会場で大演説する茂木さん。

学習会の参加者は、興味深くと講師の話に聞き入っていました。

### 会員生協からの取り組み報告

グリーンコープの各生協を代表し、グリーンコープかこしま生協とグリーンコープ生協かまもとが、2023年度に行ったせっけん利用普及の取り組みについて報告しました。

#### かこしま



いのちとくらしの委員会は、7月にせっけん学習会を行い、換気扇の洗浄実演や参加者と一緒にせっけん作りを行いました。また、県知事と県内43自治体の首長に、シャボン玉月間に向けたメッセージを依頼する手紙を届けました。県知事から届いたメッセージは機関紙に掲載し、せっけん運動への参加を広く呼びかけました。

#### くまもと



くまもと西地域本部松橋センターの環境活動委員会では、子どもたちにせっけんについてもっと知ってもらいたいと、せっけんの紙芝居を作りました。紙芝居に登場するせっけんの妖精は、委員のおさんが原案を考えてくれたものです。せっけんを使うことで限りある水を大切に守っていこう、と子どもたちに伝えています。

衣類に付く汚れは、汗や土など水溶性の汚れと、皮脂や化粧品など油性の汚れに分かれ、全体の約8割は水溶性の汚れです。ドライクリーニングは文字通り、水で濡らさず油性の溶剤で洗うので、油性の汚れは落ちます。一方で、水溶性の汚れは、あまり効果がありません(図1)。また、ドライクリーニングの溶剤は、環境や生態系に悪影響を及ぼすおそれがあるとして、PRTTR制度で指定された化学物質です。汗などの水溶性の汚れは水洗いのほうが圧倒的に

### 衣類の「洗濯表示」を見てみよう

#### ドライマーク (一例)



#### 家庭洗濯のマーク (一例)



40°C以下の温度で洗える  
数字は「温度の上限」を表す。

30°C以下の温度で洗える  
下線は「洗いの強さ」を表す(1本線は「弱」、2本線は「さらに弱」)。

40°C以下の温度で、手洗いで洗える

### 衣類の「洗濯表示」を見ていますか?

皆さんは、クリーニングに出すか出さないかをどう判断していますか。「買ったばかりだから」「値段が高かったから」という理由で出す方も多いかも知れません。しかし、まず衣類に付いている洗濯表示を見て下さい。洗濯表示に記載された記号の意味を知れば、クリーニングに出すかどうかを判断できます。



講師 茂木 孝夫さん  
有限会社白米舎 クリーニング代表

私はクリーニング屋です。30年ほど前、ある生協で開かれた学習会に参加したことをきっかけに、合成洗剤を一切やめて、せっけん中心のクリーニングに切り替えました。私は、せっけんの専門家ではないので、紹介する洗濯術は、洗剤メーカーや専門家から見れば邪道かもしれません。しかし、汚れを落とすことには誰にも負けない自信があります。一人でも多くの方にせっけんの良さを知ってもらい、せっけんを使って快適に洗濯できるようにお手伝いしたいと考えています。

グリーンコープ共同体組織委員会は、今年度のせっけん利用普及の取り組みのスタートとして、せっけんを使ったクリーニング店を東京で経営する茂木孝夫さんを講師に招き、「2024年度せっけん学習会」を開催しました。家庭でのせっけんを使った洗濯のコツなど、実演を交えた講師の話は、せっけんの利用をさらに組合員に広げていくきっかけとなりました。

# クリーニングのプロが教えます「カラダにいい洗濯術」

にきれいになりますし、カラダにも環境にも負担がかかりません。衣類に付いている洗濯表示を確認し、水洗いできるものは家庭で洗濯することをおすすめします。\*人の健康や生態系に有害なおそれのある化学物質の排出・移動に関する情報を国が1年ごとに集計し、公表する制度。

### せっけんで洗濯しよう

市販されている家庭用の洗濯洗剤には、せっけんと合成洗剤の2種類があり、包材に記載された成分表示で見分けることができます(図2・3)。せっけんは、天然の油脂で作られる界面活性剤です。一方、合成洗剤は石油を原料に作られており、その成分のほとんどが有害なおそれがあると

### 化学物質を減らして明るく健康的な未来を

私たちの便利な生活は多くの化学物質により成り立っていますが、この利便性の裏側に潜む問題の一つがアレルギーです。花粉症やアトピー性皮膚炎、化学物質過敏症など様々なアレルギー症状の原因の一つに、合成洗剤をはじめとする化学物質があると、警鐘を鳴らしています。専門家も多くなります。合成洗剤や柔軟剤、消臭スプレーなど身の回りの化学物質を減らし、人間本来の健康で快適な生活を実現するためには、これからは一人でも多くの人にせっけんについて伝えていきたいと思います。

### 茂木さん流せっけん洗濯のコツ

#### エリや袖口の汚れは「お湯」+「せっけん」+「酸素系漂白剤」で



- ①汚れた部分にお湯をたっぷりかける。  
\*1 白色や薄い色のシャツの場合は60°C以上の熱いお湯を使う。濃い色のシャツは30~40°Cの温度で。
- ②せっけん<sup>※2</sup>と酸素系漂白剤(小さじ1杯ずつ)を付けてブラシで擦る。  
\*2 濃い色のシャツは、色落ちするおそれがあるので、酸素系漂白剤は使いません。
- ③汚れの部分を内側に丸め、約1時間置いてから、他の衣類と一緒に洗濯する。

#### ダウン洗いのコツは空気を抜くこと



ダウンは水鳥の羽毛なので水洗いが適しています。家庭で洗濯したほうが汚れ落ちがよく、よく膨らみます。



- ①エリや袖口など汚れている部分はスポンジにお湯とせっけんを付けて擦る。
- ②洗面器に水とせっけんを入れてせっけん液を作る。
- ③ダウンは1点ずつネットに入れ、くるくる巻いて小さくして空気を抜く。
- ④小さくしたダウンをせっけん液に洗って、さらに空気を抜く。
- ⑤2分間ほど押し洗った後、せっけん液ごと洗濯機に入れて洗濯。
- ⑥風通しの良い日陰で2日間ほど干してしっかり乾燥させる。
- ⑦乾いたら大きく振りさばいて、羽毛を膨らませる。

\*ドラム式洗濯機の場合はネットに入れず、ドラムの中のバランスがとれるように、数点のダウン(またはバスタオルなど重いもの)と一緒に洗う。

### お洗濯の液体せっけんをアピール!

この春登場したお洗濯の液体せっけんの特長を共同体組織委員が伝えました。

メーカーの独自技術により、せっけんカスの発生を抑えます。

プラスチックの使用量を減らすために、本体ボトルをなくして、エアホールドパウチに。大容量のバッグインボックスなら、さらにプラスチックを減らすことができます。

洗浄成分はせっけんのみ。高濃度、高洗浄力で、少量でもしっかり汚れを落とします。炭酸塩などのアルカリ剤やキレート剤は無配合。衣類にやさしくウールやシルクも洗えます。



### カタログGREEN14号(6月10日週配布)から2024年度シャボン玉月間がスタートします!

期間中は、はじめてせっけんを使う方も取り入れやすい商品をラインナップしています。この機会にせっけん生活をはじめてみませんか。

「2024シャボン玉フォーラムinひょうご」開催 9月28日・29日  
水環境について考える全国集会「シャボン玉フォーラム」。今年は、グリーンコープ生協ひょうごが受け入れ団体となり、全国のせっけん運動に取り組む生協や団体が集まって開催します。

### グリーンコープでんきをすすめるわけ

ひとたび原発事故が起これば甚大な被害が半永久的に及ぶことから、グリーンコープは「いのちと原発は共存できない」という考えのもと、1988年から脱原発運動に取り組んできました。

ところが国のGXの実現に向けた構想において、原子力発電は、重要なベースロード電源として位置づけられ推進されています。しかし、過酷重大事故が起きた時はこれから作り上げようとしている脱炭素社会まで破壊されてしまうことは火を見るよりも明らかです。2011年の東京電力福島第一原発事故の収束の目途さえ見えていない今こそ、自然エネルギーへと切り替える時ではないでしょうか。

自然環境に負担をかけない電気を選び方が、今を生きる私たちの暮らしと次世代を生きていく子どもたちの未来をも変えていきます。みどりの地球をみどりのままで未来の子どもたちに手渡すために、私たちが実現した「グリーンコープでんき」を積極的にすすめていきましょう。

\*グリーントランスフォーメーション(化石燃料をクリーンエネルギーに転換して、社会の脱炭素化を実現しようという取り組み)  
グリーンコープ共同体組織委員会



グリーンコープ・グリーン電力出資金  
10,982人 1,107,510,000円 (2024年4月25日現在)

「原発の電気ではなく、自然エネルギーでつくった電気を使いたい」という願いをかなえるために、グリーンコープ・グリーン電力出資金に協力しましょう

2024年3月の売電量	グリーン未来ソーラー売電量
神在太陽光発電所売電量 107,570kWh 定価出力1,057kW(309世帯相当)	21,158kWh 定価出力737kW(110世帯相当)
平池水上太陽光発電所売電量 46,436kWh 定価出力1,260kW(368世帯相当)	4,494kWh 定価出力747kW(14世帯相当)
深年太陽光発電所売電量 178,645kWh 定価出力1,550kW(453世帯相当)	4,538kWh 定価出力747kW(14世帯相当)
	広島物流センター太陽光発電所売電量 4,538kWh 定価出力747kW(14世帯相当)
	グリーンコープやまぐち生協 西部地域本部太陽光発電所売電量 4,689kWh 定価出力544kW(16世帯相当)

### せっけんと呼べるのは「脂肪酸ナトリウム」と「脂肪酸カリウム」だけ!

#### せっけんと呼べるのは「脂肪酸ナトリウム」と「脂肪酸カリウム」だけ!

洗剤の種類	成分表示
洗剤の種類	成分表示
洗剤の種類	成分表示
洗剤の種類	成分表示

界面活性剤  
水と油のように混じり合わないものを混ぜる働きをするもので、せっけんもその一つです。合成洗剤の界面活性剤は、排水後無害になるまでの時間が長く、分解の過程で多様な化学物質に変化します。合成界面活性剤のLASやPOERは、PRTTR制度で届け出の対象に指定されており、川や海に排出された後も環境や生態系に長く影響が続きます。