

人に、環境にやさしいせっけん

生活クラブのせっけん運動は「合成洗剤の使用を止めて、せっけんを使おう」「人体への影響、河川や海などの自然環境を守ろう」という運動です。私たちは環境汚染の被害者でもあると同時に加害者でもあることに気づき、自分のライフスタイルを少しずつ変えていこう、という活動でもあります。

せっけんは使用後に環境中に排出されると短時間で洗浄力（界面活性作用）を失い、水と二酸化炭素に分解されます。自然に還る素材でできているので手肌にやさしいのはもちろん、川や海などの自然環境を守ることにもつながります。生活クラブでは、手洗だけでなく、洗濯や洗髪、食器洗いなど、暮らしの“洗う”を支えるさまざまなせっけん類を取り組んでいます。

今回、「肌とせっけん」「生活とせっけん」に焦点をあて組合員に話を聞きました。

生活クラブのせっけん運動について詳細はこちら！



専門家に聞きました！「肌とせっけん」

長年治らず悩んでいた母の手湿疹が、生活クラブのせっけんとの出会いで完治しました。肌のトラブルがせっけんで解決できることを知り、それ以来肌とせっけんについて研究し、多くの患者さんにせっけんの有用性を伝えています。合成洗剤に含まれている合成界面活性剤は主に石油由来で、皮脂を溶かして角層に浸透し皮膚表面のバリアを壊して、皮膚炎などの皮膚障害、肌のアレルギーやアトピーの原因になったりします。対して、せっけんの原料は、ヤシ油や牛脂などの動植物の油脂類と苛性（かせい）ソーダなどのアルカリ剤を混ぜて作る脂肪酸塩が主成分で、その界面活性作用は肌の表面の汚れを膨化してはがすだけです。皮膚のバリアを壊すわけではないので肌トラブルは起こりにくいのです。食器洗いには液体せっけんを、洗髪にはせっけんシャンプーがおすすめです。せっけんシャンプーは、フケやかゆみ防止になるほか毛髪が太くなります。洗顔もせっけんで OK です。メイクも二度洗いすれば落ちます。せっけん洗顔のあとは過剰な保湿は不要です。かえって毛穴をふさいでニキビの原因にもなりますので注意してください。※肌・皮膚の状態には個人差があります。困った時には近くの皮膚科医にご相談ください。

肌トラブルに悩んでいる人は
せっけんを試してみてください！



皮膚科医
まち豊島 布施寧子さん

あなたの選択で未来が変わる
～始めようせっけん生活～



7 月はシャボン玉月間
2024 年度キャッチコピー



「あなたの選択で未来が変わる～始めようせっけん生活～」

生活クラブは全国の協同組合や団体でつくる「せっけん運動ネットワーク」に加盟しています。せっけんを入口に環境問題に関心をもつ人を増やす活動と、各自治体にせっけんの利用や環境に配慮した取組みを働きかけ、首長（区長）にメッセージを寄せてもらう活動を行っています。2023 年度は、各まちや地域協議会の組合員がそれぞれの自治体へ電話掛けや訪問をして寄稿の依頼を行い、北東京エリアに 14 あるすべての自治体から首長メッセージを受け取ることができました。

←2024 年度ポスター（グリーンコープ生協くまとの組合員の作品）