

# みみため?

"みみ"よりな情報  
"ため"になる  
情報誌

2013年8月19日 6号  
発行：グリーンコープ  
生活協同組合理事会  
出雲市斐川町荏原 2230-1  
TEL：0853-73-8010  
FAX：0853-73-8013

## みんなでグリーンコープの商品を 利用していきましょー!

「子どもたちに、家族に、安心・安全な食べものを食べさせたい!」という想いから出発した私たちのグリーンコープですが、ここ数年組合員のみなさんの利用がとつても減っています。



これまで私たちは、私たち自身の手でたくさん「生命を育む食べもの」を生み出してきました。産直びん牛乳の開発をはじめとする商品の多くには、その開発に携わった組合員一人ひとりの想いがぎゅっと詰め込まれています。

できるだけ農薬を使っていない青果、できるだけ添加物を使っていない加工食品、安全性に大きな不安の残る「遺伝子組み換え食品」を使わないで育てた畜産物や商品、無農薬のバナナ・・・



みなでー週間あたりのNOODLをく利用するの、安定した運営がてまます  
私たちの子どもや孫が、未来でもグリーンコープの商品を利用できるように、しっかりとグリーンコープを守っていきましょー!

みんな組合員の想いがカタチになってカタログに掲載されています。

グリーンコープは「価格が高い」という声をよく聞きます。

でも、本当に商品の値段はそんなに高いでしょうか?



昨年、県内各地域の組合員が牛肉、豚肉の市場調査をしました。その結果、グループ単位で比べてみると、国産の同レベルのものとのさほど変わらないか、さらにはグリーンコープの方が安いものもありました。グリーンコープの肉は、飼料や育て方にこだわり抜いた肉であること、組合員として自信を持っています。どうか、商品の中身をしっかりと確かめてください。



総代会に出席された皆さんの感想を一部ご紹介します



グリーンコープの活動を

知り、また、運営状況を知り、驚きました。

食の安全が叫ばれる今、グリーンコープの役割は大きいと思います。なくならないように仲間がふえていくよう私なりに働きかけていけたらいいと感じました。

総代会に出席し、今まで知らなかった事(赤字)が、分かりました。

組合員に商品を提供するだけでなく、そういう事も、情報提供し、意見をもらったらいと思えます。きつと、いろいろ意見が出てくると思えます。

消費生活協同組合の意味を考えさせられました。一組合員の購入や意向で大きく好転するものなのでしょー。

8ページにお便り欄があります。ぜひ、ご感想をお寄せください。

### 数字でみるG.C生協(島根)

(2013年7月20日現在・数字はグリーンコープ登録分です)

新規加入された組合員さん…20名 現在の組合員総数…7,742名(前年対比 97.7%)

産直

産直

# びん牛乳とたまごを予約して利用しましょう!

## 産直びん牛乳

ところが、この大事な商品が今、危機的なくらい利用が減っています。



産直びん牛乳は、組合員・生産者・メーカーの思いがいつぱいつまったグリーンコープを代表する商品です。



## 産直たまご

二〇〇九年に行った「四〇万人組合員 食べものアンケート」の中で、「安心・安全だから」「生産地が明確だから」「おいしいから」

これだけはグリーンコープで利用しよう!と決めている食品



で堂々の第一位を獲得し、組合員からの圧倒的支持を受けているのが「産直たまご」です。



びんの中身の牛乳も、72°C15秒のパスチャライズ殺菌です。

産直びん牛乳は今から十年前の二〇〇三年、組合員が「みるく出資金」を出し合って専用工場を建設し、組合員みんなの夢をかなえて誕生させました。



### パスチャライズ殺菌とは…

良質な生乳を、より自然に近い形で、と追求したのが「パスチャライゼーション」。

人間にとって有害な菌を死滅させ、かつ生乳の持つ本来の成分(体への吸収率が高い水溶性カルシウムやホエーたんぱくなど)や風味をできる限り損なわない殺菌方法です。

日本で市販されているのは、ほとんどが120°C以上2〜3秒で処理される超高温殺菌牛乳です。



牛の飼料にもこだわっています。(遺伝子組み換えでない! non-GMO 飼料)



私たちの大切な宝であるびん牛乳を飲み続けていけるよう、みんなで毎週予約して利用していきましょう!



組合員が生産者・メーカーといっしょにつくりあげてきた「ほんもの牛乳」です。



その理由は「安心・安全だから」「生産地が明確だから」「おいしいから」です。

でも残念なことに島根での利用率はとっても低いのです。

島根の組合員には安来市の産直たまご生産者『井上養鶏場』さんから届いているんですよ。

### 特長①

牛乳と同じように、たまごを産む重要な期間、母鶏に与える飼料はすべて、遺伝子組み換えでない non-GMO 飼料を使用。

### 特長②

元気で丈夫な鶏種の母鶏を、自然の風や日光が当たる開放型の鶏舎で飼育しています。

### 特長③

また、その中のもろこしは、さらにポストハーベストフリー(収穫後の農薬不使用)です。

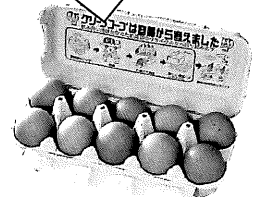
薬剤を極力使用せず、ストレスを抑えて、健康的に育てられています。

井上養鶏場 井上純一さんです



まだ利用していないあなたこんな「たまご」・・・食べてみたいくないですか?

イクメン生産者が育てた鶏のたまごをぜひ定期予約で利用してくださいね。



牛乳、たまごの定期予約の方法は、カタログGREENの最終ページに掲載しています。

## 東部ブロック

5月23日乃木公民館で、託児サポーター研修会(救急法)・交流会を行いました。ほぼ毎年行われる救急法講習会ですが、AEDも初期型から新型へ移行しつつあるとか、やはり毎回新しい発見があります。

今回、一番の新発見は「鼻血が出たら、ティッシュを詰めて仰向けに寝かす」のはNGだということ!

ティッシュは繊維が残ったり、取り出すときに粘膜を傷つける恐れがあるし、仰向けにすると血を飲み込んでしまい、胃で固まったり、気持ち悪くなることもあるのだそうです。正しくは、小鼻をつまんで止血。寝かせるなら横向きに。ティッシュは詰めずに軽く押さえる程度で。

来年も、きっと新しい発見がありそうな予感がします。

## 安来地区委員会

### 『ワインで大人時間』

夜のイベント初企画!!『ワインで大人時間』を安来地区委員会で企画し6月28日(金)19:00~開催しました。

場所はやすぎ懐古館一風亭。古民家を改築した趣のある落ち着いた雰囲気建物でいただくグリーンコープの無添加ワイン色々の試食とワインに合うおつまみ色々。組合員とお友達総勢25名が持参したお気に入りのワイングラスで14種類のワイン&リキュールの味を満喫しました。

井上養鶏場さんの差し入れの卵の一品やプリンも美味しくいただいたり、それぞれのワインごとのコメントを皆さん悩みながらも書いてくださったり、初めての方向士で交流できたり、素敵な大人時間となりました♥

~参加者の感想より~

- 仕事をしていて日中に参加できないので今回参加できて良かったです。
- 楽しかったです! ぜひ2回目も! 楽しみにしています
- 皆さんがとても楽しそうで良いイベントでした!
- 無添加のワインが数多く試飲できて良かったです。

~この日のワイン~

- 甲斐国一宮ワイン各種
- 徳用無添加長野ワイン
- 無添加信州コンコード ほか

~この日の試食品~

- グリーンコープの強力粉で  
地区委員が焼いてきた食パン
- 餃子の皮でピザ
- 産直野菜サラダシーザードレッシング和え
- チキンナゲット ○クラッカー ○チョコ など



## 子育て応援 イベントご案内

## みみため 情報

9月3日、松江で『子育て応援ワークショップ・Yes, and ですべてはうまくいく』を予定しています。慶応義塾大学講師をはじめ、全国でコミュニケーションやプレゼンテーションの名講師として高い評価を受けている榎栄ひかるさんをお招きします。

明るく楽しいワークの中で、自分の知らない自分に気付き、受け入れる・受け入れられることの心地良さを体感します。子育てや人付き合いが好転するヒントがあるかもしれません。

## 松江地区委員会

### 「エンディングを考えよう」の感想 2013年6月25日

FP 円縁さんを講師にお招きして、島根では初めて、エンディングノートについてお話を聞きました。

自分のことを記録しておくことは、自分自身のため、家族のためでもある。

- ・例えば、楽しみにしている活動や居場所を記録することで、将来認知症になり徘徊した場合、立ち寄り先の目安になる。
- ・親しい人・お世話になった人の名簿を作っておくと、万が一の時に連絡してもらえる。

など、何のために記録するのか、丁寧に話していただきました。

また、負の遺産を相続したくない場合は、3ヶ月以内に家庭裁判所に申述しないといけない。相続税の変更など、具体的なお話で大変参考になりました。

大変喜ばれたこの企画、参加者の年齢は幅広く、参加者数も40人以上と、関心の高さに驚きました。

## 自分自身の記録を残すのに好評だった ノートについて (お問い合わせ先)

## みみため 情報

「改訂版いきいきシニアライフノート」  
発行元：NPO 法人市民後見センターふくおか  
連絡先：TEL 092-661-1500  
FAX 092-661-0601  
住 所：〒813-0044  
福岡市東区千早5丁目 17-18  
TKビル2号館 205号

<松江地区委員会からお薦め商品>

## “わが家風カフェミルク”

900ml ¥317.10

98%が牛乳なので、お子様も安心して飲んでいただけます。牛乳が苦手な人にもお薦めです!



## 中部ブロック

地区委員会の様子をご紹介します

### ♪出雲地区委員会



現在、出雲地区  
委員会は6名で  
活動しています。

仕事をもっているひと、小さなお子さんと一緒に参加されるひと、それぞれに忙しい日々ですが、その時々で集まることのできるメンバーで、イベントの企画をおこなったり、商品について学んだり、食や暮らしのことについておしゃべりをしたり、楽しく活動しています♪

個性豊かな(^)メンバーですが、グリーンコープの組合員という大きな共通点があり、居心地もとてもいいです。ぜひ、お気軽に参加してみてくださいね！お待ちしております♡♡♡

### ♪大田地区委員会

大田地区委員会の活動方針は「気軽に、気楽に、新しい出会いを楽しみに活動していきます」。この活動方針の通り、今年5月から新しい地区委員が3名入られ、総勢8名となりました！しかも個性派ぞろいです。それぞれの持ち味を生かして素敵なイベントを企画しています。

食事によってその人の持つ「気」は変わります。グリーンコープの組合員はみんな素敵な「気」を持っているはず。そのような素敵な方々が集まってつどいができる場を提供して、よい仲間作りが広がってくれる事を願っています。そしてグリーンコープファンがとんどん増えてくれたら、うれしいです。



みなさん気軽に  
ご参加くださいね♡  
待ってます♡

大田地区委員会  
イベント

古民家で

ほっこり

商品いろいろ試食会



5月23日(木)三瓶の小屋原にある古民家フリースペース「トラヤ」にて、試食茶話会を開催しました。



玄関先で炭火で魚を焼き、屋内では地区委員でもある店主の中村典子さん自家製のロケットストーブで胚芽米を炊きました。

参加者は30名。素敵な雰囲気の中で頂くグリーンコープの商品は格別!!

みんなで自己紹介を兼ねて『わたしのグリーンコープおすすめ商品』を紹介し、「おいしいよね〜。」と共感したり、「へーそうなんだ。」と新しい発見があったりと楽しい時間となりました。

おいしい試食においしい空気、そしてのどかな風景に癒されて、みんなでほっこりできました。

## 西部ブロック

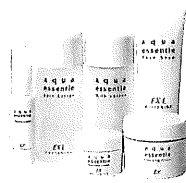
### 化粧品学習会をしました！

6月26日(水)浜田市「まちの縁側」で、グリーンコープの化粧品メーカーであるエムシーサービスさんを講師にグリーンコープの化粧品について学習しました。

まずは1人ずつ“すっぴん”で肌質診断です(\*^。^\*)。  
自分の顔の状態が丸わかり・・・

厳しい現実を突きつけられました。!(-\_-)  
でも参加者みんなが、それぞれ自分にあったお手入れをしっかりと聞いたのでこれからの毎日の変化が楽しみです。基礎化粧品の使い方や効果的なメイクの仕方も習いました。

グリーンコープの化粧品は食べものと同じで、安心・安全がモットーだとわかりました。



### みみため情報

今回特に  
気になったポイント...

日焼け止めクリームは  
1年中使うこと!  
(日焼け止め⇒下地クリーム)

UV 下地を使っている紫外線防止のために必須なんですって。

### 浜田地区委員会準備会

6月22日(土)「楽ちん抱っこクラブ☆てこの会」より講師をお迎えし、スリング学習会を開催しました。

「スリングとは…」の基礎知識から実際の使い方まで丁寧に説明していただき、参加者は、子どもとピッタリくっつく初体験にびっくりしていました。



最後にお楽しみ! グリーンコープのおやつです。みんなでグリーンコープのおやつのお安全性 美味しさを再確認しました。

浜田地区委員会準備会メンバーを  
募集しています!

まずは見学に来てください。

### 江津地区委員会準備会

こんにちは、江津地区委員会準備会の藤井です。  
4月から委員会準備会として活動しています。  
現在メンバーは7名です。

女性5名、男性2名で江津の後地にあるナオファームの工房に集まり、月1回行っています。

今後の年間スケジュールを練りつつ、わいわい楽しくやっています。

6月の準備会での決定事項は・・・

10月頃秋のつどいをナオファームさんで行います。サンドイッチパーティーをしながら交流をしましょう。

この他にも、絵本の読みきかせ、働いているお母さんでも参加できるイベントを考えています。



江津地区委員会準備会メンバーも  
まだまだ募集しています。  
気軽にいっしょに話しましょう。

そしてまずグリーンコープを知っていきましょう!

お問い合わせ先：浜田センター 組合員事務局 TEL 0855-22-7001

## 4月発行の元気くんカードに寄せられたご意見、ご質問を紹介します。



個別配送の利用料 800 円が高く感じられます。

個配手数料については、他の方からもご意見をいただいております。理事会で検討してきました。

島根はここ 2 年連続で赤字決算となり、厳しい運営となっています。試算した結果、今できることは個配手数料の免除金額の引き下げであるという結論に達しました。現在、1 か月に 5 万円以上利用していただくと手数料を無料にしていますが、9 月利用分から 3 万円以上（税抜き）の利用で個配手数料を無料にすることとしました。たくさんのご利用をよろしくお願いいたします。個配手数料 800 円についても継続検討していきます。

支払いをクレジットカードでできるようにして欲しいです。



クレジットカードの取り扱いは、カード会社への手数料が発生するため、生協の体力的に難しいです。ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。

通い箱の隅の汚れが気になり、私も気を付けています。

忙しい時や体調の悪い時はそのままにする時もありますが、利用者のほうも気を付けてお互い気持ちよく利用したいものです。



通い箱については、気を付けていただいております。ご協力に感謝します。

通い箱もそうですが、カタログを入れるファイルなども、組合員みんなの財産です。

組合員みんなが、きちんときれいに使用することで長持ちをするし、おっしゃる通りみんなが気持ちよく利用できますよね。



元気くんカードは春と秋の年に 2 回発行します。組合員のみなさんの率直なご意見、ご質問をお待ちしています。

注文の際に、見たチラシを回収して頂けると助かります。まとめて組合員の回収ができれば、そのお金を生協の運営費にあてて頂くのはだめですか？



カタログの回収の件ですが、これまでもたくさんの方からご意見をいただいておりますが、現在以下の理由で行っていません。

カタログ回収（古紙）をグリーンコープ独自でシステム化するには、配達時間の確保、カタログの一時保管、リサイクルセンターに持ち込むなどの新たな業務の発生、伴う人件費等さまざまな点から困難な状況です。（かえって運営費が必要になる状況です。）

古紙は、地域や自治体など社会システムの中でリサイクルに取り組んでいます。グリーンコープでは、現在牛乳びんを始めとする各種びんのリユース、トレーや卵パックのリサイクルなど、地域に先駆けたリユース、リサイクルの取り組みはきちんと進めていきますので、ご協力よろしくお願いいたします。

最近は肉の少量パックなど少人数世帯で残したり、分けたりしなくて済むので大変便利です。

それに、最近加入された方が肉が美味しいと喜んでおられました。



肉の少量規格については、組合員の声が集まり、カタチになりました。

また、新しい方にグリーンコープのお肉の美味しさを知っていただけて、嬉しいです。

みんなで利用して、この美味しい産直肉を守っていきましょうね！



これ以外の時でも、いつでも担当に声をお届けください





毎月、城東公民館にて親子向けの「絵本を楽しむ会」と、大人を対象に楽しく読み聞かせを学んだり、深めたりできる場として「絵本カフェ」を主催されている太田さんにお話を伺いました。

どんな活動をされていますか。

今は親が賢くないと良い子育てができない難しい時代です。少しでも地域のお母さんたちのためになればと、ボランティアとして公民館で毎月絵本の読み聞かせの会と、大人向けに絵本カフェという読み聞かせの勉強会を開催しています。

仕事とライフワークとして、青少年の育成団体で、ホームステイや留学を含む、言葉豊かな育む活動に携わっています。

どちらもリンクしており、絵本とことばが大きな柱となっています。

グリーンコープを始めたきっかけは？

約三〇年前、他県にいた頃「ソーセージは添加物の巣」というキャッチコピーを目にして恐ろしくなり、その地域の生協に入りました。

一〇年前に転勤で松江に来て、グリーンコープを知りました。小さい頃から身体が弱かったので、いい医者にかかるより、病気になるまいことの方が大事だと考えるようになりました。

グリーンコープの商品は少し高いように感じても、病気になるまいなら、結局は安くつくと思っています。

ギョウザ事件の際、使っていませんといいますが、二次原料から有

害物質が検出されたケースがありました。グリーンコープは全くそういうことがなくて、信頼できると実感しました。

消費者が自分で産地まで行って調べることはできないけど、きちんと管理してくれて、その情報も信頼できるのは、グリーンコープだからこそだと思っています。

子育て中のお母さんたちへのメッセージはありますか？

子どもの人生を代わってあげることはできません。

子ども自身が歩いていくしかないけど、どうやって歩いていくかの力は、子育ての中にあります。過保護という意味ではなく、関われば関わるほど、成長してから答えを親に返してくれます。重要なポイントを押さえておけば、手抜きのない子育ては、忙しくても、働いていても、子どもが多くてもできます。

それは、手をかけること言わない努力、待つ努力です。

転ばぬ先の杖は、子ども自身が見つけなければなりません。それが独り立ちした後に子どもが幸せになる方法です。そのためには、母親が杖を奪って転ばせるくらい役目をしなければなりません。

「苦苦染染」と言って、最初に苦労しておくと後が楽です。食生活、しつけ、お手伝いがそうです。人生は成人してからの期間が長いので、親元にいる間にどんな子育てをするか。親というセーフティネットがあるうちに失敗を経験することも大切です。親の声かけひとつで未知のものに挑戦したり、マイナスをプラスにする芽が育っていきます。

子育てに母親の責任は大きいです。

後悔のない子育てをしてください。



グリーンコープらしさあふれる「ひと」を紹介します

## グリーンコープのひと



名前：進藤 樹哉  
担当：東部支部  
17コース担当  
出身：松江市  
趣味：食べ歩き・ドライブ

- すきなGC商品・おすすめ商品を教えてください。  
「夏はカレーですね。配達班のトークの中でも『すこ腕カレー（中辛）いいね〜。』みたいな。私が作ってもプロ級の味？に近くなるんです。おいしいです。」
- 組合員さんとの関わりの中で、心に残ったエピソードがあれば教えてください。

「昔配達中、知らないうちにトラックの荷台へヒビが侵入。組合員さんが発見し、私が空箱やフタで格闘していると、組合員さんが大きなスコップを持ってきて「これでやりなさい」と。いっしょに隠れるヒビを探しながら戦いました。さすがにビビりましたが、組合員さんがいてくれたことがどんなに心強かったか。配達現場ではいろんな事が起きますよ。」

- 休日はどのように過ごしているんですか？  
「子供2人の相手をしています。上の子はドッチボール・サイクリング・虫とり。下の子は話を聞いてあげる・歌・お絵かき・パズル・読み聞かせ…etc。もう大変です。」
- 組合員さんにひとこと、どうぞ。  
「グリーンコープを好きになって下さい。いい物はいいと思ったままをお知り合いに伝えて下さい。」

### 理事のしなやま 定本ゆのり

最近、人生の出会い、巡り合わせというものは良いようになっていくんだな、ご縁で素敵だなどと思う事が多々あります。

先日、我が娘の通う小学校に、詩人の里みち子さんが来校されました。授業公開の日で、子ども達への詩の授業と、保護者向けに詩を詠みながら講演のような形式のものをされました。文字の不思議、奥深さを教えて頂きました。

里さんが詠まれた詩の中に、「鬼と仏と私」という詩がありました。この詩を聞いた時に、私は心がすうっと軽くなり自分を許し肯定することが出来ました。ちょうどその頃は、子ども達を叱る事が増え、鬼のような自分を情けなく思っている頃でした。ナイスタイミングです。

しかし、里さんの詩集に出会い、元気とパワーを頂き助けられました。この出会いに感謝です。そして、この機会を下さった小学校にも感謝です。

“鬼と仏と私”

里みち子

「鬼」と「仏」と「私」の

みつの漢字は

みんな「ム」組の仲間です

私のなかの仏と鬼は

表か裏か

どっちも私

ほんとの私

その鬼が

ときどき本音の

ものを云う

それが「魂」ころです

鬼がすてきに

かくれんぼ

そうして「魅」力

だから魅かれる

鬼さんこちら

鬼はうち

### ✧ キリトリ ✧

おすすめ商品の紹介やレシピなど、おたよりお待ちしております♪

みみため 6号



お名前 \_\_\_\_\_ コース \_\_\_\_\_ TEL \_\_\_\_\_

※いただいた個人情報は、広報誌および組合員活動にのみ使わせていただきます。配達担当に提出ください。