



"みみ"よりな情報  
"ため"になる  
情報誌

2015年4月13日23号

発行：グリーンコープ生活協同組合理事会

出雲市斐川町莊原 2230-1

お問い合わせはこちらへどうぞ → TEL：0853-73-8010 FAX0853-73-8013

表紙イラストを引き続き募集中です！ ぜひご投稿下さいね。

わたしたち、グリーンコープ商品のうち「書籍」「雑貨類」選定のための委員会に、島根からもGC連合委員会で参加しています。図書選定委員の太田明夫さん、福祉・リビング選定委員のト藏雅活動してきました！ 子さんに、これまでの活動の様子と感想を寄せて頂きましたので、ご紹介します。

### 彩りキラリ多面体

～図書選定委員会での活動を振り返って～

委員会初の男性委員として参加して1年。じつにスピード感に満ちた会でした。

昼休みわずか20分。それでもぎりぎり。毎月35冊の本を選ぶのに、出て来る候補はその倍以上。事前に配られた紹介文を熟読、2分程度のプレゼン、次々と回ってくる現物をパラパラ、ザクザクと眺めて賛否を決める。しかも、どれもこれも魅力的な本ばかり。採用になればチラシ用の紹介文。すぐに翌月の本！

それでも多彩な本との出会いが楽しい。委員の個性、教育観、生活実感、そんな全てがにじみ出ているような推薦図書たち。

委員会そのものが、キラリ多面体なのです。

### 福祉・リビング選定委員会の3年間

福祉・リビング選定委員会は、「雑貨が好き、日用品にもこだわりたい」そんな気持ちから委員を希望し3年。委員は福岡を中心に九州全域と大阪、岡山、広島、島根から参加していました。皆、日用品にはこだわりを持っており、「デザインが良くない」「カタログの掲載方法にインパクトがない」「良い商品なのにアピールが不足している」など毎回厳しい意見が交わされました。

この会議を通して、グリーンコープ（以下GC）こだわりの「安全性」は食品のみでなく日用品に至るまで大変努力されている事を改めて知る事が出来ました。又、九州の委員さんは本当にGCが好きで、使いこなしている方が多く大変勉強になりました。

これからも、GCを通して日本の本当に良い物を日常生活に取り入れ長く愛用出来ればと考えています。大変貴重な体験をさせて頂き感謝しています。ありがとうございました。



【ご報告】「いわみ野菜クラブのハウス再建カンパ」 島根では276,100円のカンパが寄せられました

ご協力ありがとうございました。

### 3月理事会報告（2015.3.20開催）

- ・市民電力の対応について
- ・第64回通常総代会について
- ・配送車両入替について
- ・ひまわりプロジェクトについて
- ・アドバイザー養成セミナー参加について
- ・コープ共済連ライフプラン

…などを協議しました。

### 数字でみるGC生協（島根）



（2015年2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…24名

現在の組合員総数…7,648名（前年対比 101.9%）

暮らしの助け合い活動  
**けんせ隊**  
みなさんの依頼  
お待ちしております

**東部ブロック**

**安来地区・総代交流会** を開催しました

2月10日(火) 安来市清井町 旧・原邸(眞知子農園)

会場は田園地帯にほど近い古民家でした。親戚宅に招かれたような雰囲気の中、商品のことやシステムのことなど、グリーンコープをより良くするため、様々なご意見が寄せられました。



後半の昼食交流会では、グリーンコープの食材を使って、家主の眞知子さん特製の里山料理を囲みました。素朴であたたかな大皿が並び、素材の美味しさを堪能しました。

組合員主権のグリーンコープ生協。その組合員の代表である総代さんに、総代の役割を理解していただき、組合員さんのご意見をつないでいただく貴重な場となりました。

**安来地区委員会**

**おすすめレシピ**

最近よく見る  
カタログの中の  
レシピ!!



気になってカタログを切り取り、冷蔵庫にピタッと貼っておいたんです。その中の1つ!! しゃぶしゃぶにおすすめなこのごまダレ☆

材料を  
混ぜるだけ!

- ごまダレ(4人分)
- 純ねりごま(白) 100g
- 酢 大さじ4と1/2
- 出汁 1/4カップ
- きびさとう 大さじ3と1/2
- 酒・みりん 各大さじ1
- 白みそ 大さじ1
- しょうが(すりおろし) 大さじ1
- 塩 小さじ2/3
- にんにく(すりおろし) 少々
- しょうゆ 大さじ4

×に150g×3食入りの焼きそばを太めの四角麺のラーメンとして食べたらゴマの香りたっぷりの辛くない坦々麺♡

子どもたちもおかわりして大満足の夕食でした。みなさんの食卓でもいかがですか?!

v (^ w ^ ) v

**松江地区委員会**

**保険の見直し学習会**

を開催しました

2月12日(木) くにびきメッセ 講師: 枝広由紀 理事

学習会で公的保障を学び、自分の家庭で何が必要なのかを判断して、生命保険を見直す方法を教えていただきました。

終身保険と定期保険の違いを細かく教えていただき、子どもの独立などの節目の時に見直すことの大切さがわかりました。



見直すことによりライフプランを考えることもでき、家計の改善もできそうです。

今後は、損害保険や火災保険についても、学ぶ機会を持ちたいと思います。

**参加者アンケートより**



<30代> 体験談を交えてお話していただき、とても楽しい学習会でした。



<40代> 夫が亡くなった時とか、老後のことを考えて保険に入っていましたが、公的な保障とかも意外と入るので、保険を見直していこうと思いました。



<50代> ライフプランを見直す良いキッカケをいただきました。



<70代> 終身・定期の見直しについてとても参考になりました。



中部ブロック 子育て応援座談会「よく笑う子の育て方」を開催しました

開催日：2月7日（土） 会場：出雲市民会館  
参加者：16名



昨年に引き続き、大田市立病院産婦人科医の榎原 研先生に  
お願いして、子育て応援座談会を開催しました。



今回は、始めに「よく笑う子の育て方」をテーマに先生にお話いただき、  
その後、先生への質問も併せて参加された方向士自由に語り合ってもら  
えるように座談会形式としました。



まず、先生の機転で参加者が揃うまでの間昨年のお  
話の内容を復習と称して話して下さったことで  
今回のテーマの幅も広がり、中身の濃い  
お話となりました。



子どもが笑顔でいるためには、  
まずは親の笑顔。



お母さんが笑っていること。そしてさわやかな自己表現（アサーション：  
まず自分の気持ちや考えを相手に伝えるが、相手のことも配慮する）について  
教えていただきました。

試食をいただきながらの座談会では、

榎原先生ご自身の  
子育てのお話も楽しく  
聞かせていただいたり…



それぞれ子どもの年齢は違っ  
ていてもお互い母親として日頃の  
悩みなどについて話し、  
アドバイスしたりされたり…

…と、たくさんのおしゃべりができました。



みなさん真面目に子育てをがんばっておられました。  
これからも時にはみんなでおしゃべりして、悩みなどがあれば  
はきだして、またがんばろう！と思えるような場所をつかって  
グリーンコープでは子育て応援していきたいと思えます。



応援  
します♪

西部ブロック

## 脱原発学習会を開催しました 1月29日(木)

江津市渡津交流館において、「内部被ばくを生き抜く」上映会を行いました。



「内部被ばくを生き抜く」は鎌仲ひとみ監督が、2011年3月に起きた東日本大震災によって起きた福島原発事故後に作られたドキュメンタリー映画です。

原発事故後に大量の放射性物質が放出され、広範囲に拡散したことは解っていますが、どれだけ出たのかは正確な情報がありません。

放射性物質は環境に溶け込み、生態系に入り込みました。呼吸や汚染された水・食品を通じて引き起こされる内部被ばくは、この時代に生きる私たち全員の問題となりました。

これからいったい何が起きるのか、正確に予測できる人はいません。ただできることはありとあらゆる情報と可能性を吟味して、「命」を守る努力をするということです。

放射能は様々な局面で「命」の脅威となります。私たちは生き抜かねばならない、そのためのささやかな助けとなればとの思いで、鎌仲監督はこの作品を作られていました。

西部地区で初めての脱原発学習会でした。参加者に福島と東京から移住して来られた方がおられ、「内部被ばくを生き抜く」のその後についても補足説明してくださいました。

西部では、なかなか大きな講演会を企画することはできませんが、小さな学習会だったからこそ、参加者同士がそれぞれの思いを出し合い、共有することができました。



参加者からもこんな話をする機会がないので嬉しかったという感想も聞かれました。

今後もこのような小さな会でもいいので、継続して開催していきたいと思います。

参加者の感想



とても良い時間となりました。子どもたちに安全なものを食べさせてあげられないということは母親にとって、ものすごく苦しいこと。

必死にがんばって子どもたちのために食材を選んでいる方々の姿にとっても励まされました。日本はどこにいてももう安全ではないのかもしれないけれど、生き抜く、できる限りの努力をして、生きる、わるいものを出す力の可能性を信じて、やれることをやっていきたいと思いました。



テレビなどマスコミが警戒心を持って情報を流すと国民も意識しますが、テレビが情報を流さなくなると、国民は忘れて安心してしまっている気がします。

テレビの警戒心＝自分の警戒心になっています。情報操作というか、巧妙にコトが進められている気がしています。

鎌仲ひとみ監督の最新作情報



小さき声のカノン  
一選択する人々

福島一チエルノブイリ  
国境を越えて「被ばく」  
から子どもを守る母た  
ちのドキュメンタリー

3月7日より  
全国順次公開中

### 産直びん牛乳の返し方



意外に知られていませんが、びん牛乳って、軽くゆすいで水を捨てたら、そのままフタをして返却するのが一番良いそうです。

洗った後にひっくり返して乾かして返却しなくてもいいんですよ。少し水滴が残っているくらいが洗浄しやすいようです。キャップも回収しています。

地域で活躍するグリーンコープの仲間  
安来市 杉原 郁枝 さん

4月 G.びゅーていー. C.さん

◆どんな活動をされていますか?◆

安来市内の交流センターや地域のイベントで、スクラップブッキング体験のワークショップをさせていただいています。



スクラップブッキングとは写真をキレイにレイアウトする方法で、カラフルなペーパーやステッカーなどを用い、その時の感想などを添えることで、思い出をより鮮明に残し、ぬくもりと共に伝えることができます。

その楽しさを味わってもらえるといいなと思い、ワークショップをはじめました。



◆グリーンコープを始めたきっかけは?◆

「醤油は何からできるの?」という子どもからの質問です。

「大豆と塩と小麦だよ」と答えた後、ふと使っていた醤油のラベルをみてびっくり!

アミノ酸? カラメル色素?? 今まで何を使い料理をしてきたのだろうと思い、少しでも安心・安全、そしてシンプルな調味料を買いたくてグリーンコープをはじめました。

◆いま思っていること◆

「子どもはアルバムが大好き」。

我が家でもアルバムを開くと「これは誰?」「この時楽しかったね!」など、次々会話がうまれます。

アルバムを囲んでのコミュニケーションを楽しんでもらいたいと思います。

◆今後の展望はありますか?◆

3人の子どもの育児が中心ですが、ワークショップの開催も増やしていけたらと思っています。



組合員から投稿いただいた  
4コママンガです。



いろんなことが始まる4月!  
今年度も、イベントや活動にど  
んどんご参加くださいね! 新し  
い出会いや発見があるかも♡

## グリーンコープのひと



名前：山田 淳一  
 担当：東部支部 13コース  
 出身：出雲市  
 趣味：映画鑑賞・愛犬の散歩

グリーンコープのひとを紹介していきます

—好きなGC商品・おすすめ商品を教えてください。

「北海道産小麦ロングパスタです。私自身パスタ料理はよく作ります。ソースが大事なのはもちろん、やっぱり麺が命！！その点このパスタはもちりしていてめちゃくちゃ美味しいです。子どもも大好きで毎回完食してくれますよ。」

—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。

「雲南地区を配達していた頃、あまりの大雪で配達トラックが動かなくなりました。」

そんな時、組合員さんの旦那さんが家から出てこられてスコップと一緒に雪かきやトラックを押して下さったんです！とても寒い日でしたが、心があたたかくなりました。」

—休日はどのように過ごしていますか？

「好きな映画を観てリフレッシュしています。映画は次女との共通の趣味でもあるので、よいコミュニケーションツールでもあります。私達は、サスペンス映画が好きなので、よく犯人を「あーでもない、こうでもない。」と予想しあって楽しんでいます。」

—組合員さんにひとこと、どうぞ。

「春のキャンペーンが始まりました。一人でも多く、新しい組合員さんをお迎え出来るようにがんばりますので、一緒にグリーンコープの輪を広げて行きましょう！またいいレシピがあったらぜひ教えてくださいね！」



ポンポンでは、グリーンコープのお菓子をバラで売っています。いろんな種類のお菓子が1個10円から駄菓子屋さんみたいにいらんでいます。子どもたちは一所懸命計算しながら、思い思いに好きなお菓子を選んでいきますよ。子どもだけでなく、大人もお試しで買われる方が多いです。

アイスクリームも1個から買えるので、家族それぞれが好きなアイスが買えると好評なんです。買った商品を店内で食べるのもOKです。ポンポンをみなさんの憩いの場所に利用してくださいね。

ワークス キーズ&ショップ  
 pompom(ポンポン)

浜田市竹迫町 1901-21  
 FAX.電話(0855)23-6647

営業時間:

火～金 10時～18時  
 土 10時～15時



まいにち自動車 **おーちゃんです**

みなさん

冬用タイヤから夏用タイヤに交換されましたか？



ご主人に交換してもらわれた方は、タイヤの空気圧を点検して下さいね！ 1カ月に1回のチェックが理想的です。

それと、冬用タイヤは室内保管をお勧めします。

アパート等でベランダしかない場合でも、雨ざらしは、絶対やめてください。ホイールが錆びて使えなくなりますよ(≧△≦)ヤー

タイヤのチェックに、まいにち自動車までいらっしやいませんか？



グリーンコープの商品も少しですが販売していますよ (●^。^●)

✂ 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 23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。配送担当に提出ください。