

みみため?

"みみ"よりな情報
"ため"になる
情報誌

2015年5月18日24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 FAX 0853-73-8013

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。

雲南地区委員会で
はじめて開催！

春のわくわくパーティー

2月24日(火) かもてらす 参加人数30名

イサミ岡山フードプロダクツをお招きして、産直牛肉の生産者の岡山ふたみ牧場さんの牛の育て方について学びました。私たち組合員に安心安全なお肉を届けるために飼料にも気を使い、牛を健康に育てておられ情熱を感じました。そして大切に育てた牛だから、おいしい笑顔で大切に食べて欲しいという願いも伝わってきました。

その後、グリーンコープで実際取り扱っている「産直牛サーロインステーキの焼き方について」実演して頂き、みんなで焼きたてを試食しました。参加者のみなさん食べた瞬間から「美味しい！美味しい！」と声が飛びかかっていました。

正しいステーキの焼き方は、ほとんどの方が知らなく「参加して良かった、ステーキは高価なお肉だが、焼き方を教えて頂き、家族のイベントの時はぜひ挑戦したい」とみなさんに喜んでもらえました。

その後スーパーでステーキを見ても高価なので失敗してもいやだと思い、安心して美味しいグリーンコープのステーキを頼もうと思いました。家族、私たちの口に入る物だからこそ、生産者の方の気持ちがわかると安心しますね。



車のことならおまかせ！の

まいにち自動車(出雲市)では…

G C商品の取り扱い
(一部) やってま〜す♪



組合員の皆さんのリクエスト及び女性スタッフのチョイスで、置いている商品の種類が増えてきています。



お近くの便利なお店

お気軽にご利用下さい

【ご報告】「2014年度 東日本大震災に伴う復興カンパ」島根では187,200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。

4月理事会報告(2015.4.17開催)

- ・総代選挙の結果について
- ・役員理事選任議案の承認について
- ・第64回通常総代会提出議案の承認について
- ・2015年度共生・平和長崎自転車隊の単協からの参加について
- ・共生の時代の企画について
- ・・・などを協議しました。

第64回総代会

開催のお知らせ

開催日：6月13日(土)

会場：出雲市民会館

数字でみるGC生協(島根)

(2015年3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…70名

現在の組合員総数…7,718名(前年対比 102.5%)



「暮らしの助け合い活動」

けんき隊

みなさんの依頼
お待ちしております

グリーンコープ
共同体主催

環境ホルモン問題学習会が開催されました

二〇一五年二月二十三日（月）福岡博多九州ビルにて

環境ホルモンとは、内分泌攪乱化学物質のことで、生体のホルモン作用の正常な動きを攪乱し、その結果、人・野生生物に影響を及ぼす物質です。生殖障害、代謝障害、免疫障害など様々な影響があると考えられています。

グリーンコープは、高度経済成長の中で生命(いのち)を育む「食べもの」が、生命を脅かす商品になっていく中で、安心・安全な食べものを守っていくことが共同購入運動を開始し、今日に至っています。今年度、この、安心・安全に栄養、健康という視点も意識して取り組みを進めようと検討しています。

そのために、まず、環境ホルモン問題について再認識し、これからお母さんになる子どもの「栄養」と「健康」がとても大事であり、「食べもの」が大事であるということを学ぶために、お二人の先生を招いて学習会が開催されました。

演題：環境ホルモン問題は終わってなどいなかった！！

NPO法人「ダイオキシン・環境ホルモン対策国民会議」事務局長・弁護士 中下裕子さん

「環境ホルモン問題はきちんと対処していかないと、次世代の子どもたちや野生生物に取り返しのつかない悪影響を及ぼしかねません。日本の子ども達の安全が脅かされています。一緒に立ち上がりましょう！！」

演題：『小さく産んで大きく育てる』のは正しいのか？

早稲田大学総合研究機構研究院・医学博士 福岡秀興さん

「お母さんと赤ちゃんの健やかな毎日は体と心にゆとりある生活から生まれます。次世代の健康確保は、メディアを含めて私達世代全体のもっとも重要な責任です。さまざまなことを知るにより、リスクを回避していきましょう。」

島根からの参加者の感想をご紹介します



・食や生活スタイルが、出生前から赤ちゃん（生命）の未来（健康）を左右していることがたくさんあると知りました。未来への責任として、“今”の選び方をただしていこうと思えました。

・安心・安全な食べものを、お腹の赤ちゃんのためにしっかりと食べる。ストレスなく、美味しくいただく。それが何よりの栄養。

・現在の経済至上主義の下では、リスク評価学は完全に御用問題になっている。この状況を打破するためには、消費者が一丸となって国に対して要望し続けるしかない。気の遠くなる作業だが諦めずに訴えていこうと思った。

・グリーンコープの取り組みの報告を聞いてわかったことは、これまでの20年ほどの間の組合員活動の熱さと行動力です。環境や社会に対する取り組みを、ひと通り取り組んで来られた結果を享受している今、私たち新規組合員がその問題自体を深く知らないままになっている気がします。今一度、知り、行動する時にしなくては。

改めて、“共生の時代”の資料としての凄さ、消費者運動の停滞に気付きました。グリーンコープの商品に安心するばかりでなく、外食産業や給食のこと、メディアの広報力や産業構造に巻き込まれないようにしなくては！と思いました。



これまでのグリーンコープの取り組みや、環境ホルモンや化学物質の問題性について、改めて学びたいと思いました。ぜひ、島根でも学習会を企画していきたいと思います。その時にはみなさんぜひご参加くださいね。

共同体
組織委員会

せっけん学習会が開催されました

2015年3月26日(木) 博多バスターミナルにて

せっけんのきほんの「き」～せっけんで良き人生を！～

講師：元あいコープみやぎ理事（石けん環境委員会担当）の高崎かおりさん

高崎さんは理事としての活動後、現在は会社を経営、
「NPO法人 とうほく食育実践協会」で石けん活動を担当されています。
せっけん運動を共にすすめる立場から、せっけんの利用普及の取り組みの
工夫やポイント、普段のせっけんの使い方などをお話頂きました。
また、3. 11以降の現地の様子なども教えて頂きました。



せっけんをすすめていきます

二〇一五年度のせっけん運動の取り組みが元気にスタートしました！！

「なぜ、せっけんを使い始めたのですか？」
と問われたら、皆さんはどう答えますか？」
そんな質問から学習会はスタートしました。

「それぞれの人生において、せっけんを使い始めるきっかけがあったはず。原点が大切。そして、今後、活動を進める中で、何を一番に伝えたいのか、そこが一番大切ということ、そのきほんの『き』を押さえておけば、使い方や応用は後から自然と付いてくる」というお話でした。

きほんの「き」……。「せっけんは使う時、人にやさしい。使った後、自然にやさしい。」ここがポイントだと思いました。そして、その根底に、生命を何よりも大切に、子どもたちみどりの地球をみどりのままで……という母親の気持ちがあるのだと思いました。

また、水は循環しているというお話で、家庭から排水された水は下水処理施設に送られ、微生物によって浄化されていきます。
(※いくつかの工程があります)
その微生物は、最終水分を飛ばして火力で焼かれるそうです。つまり下水処理にはたくさん

エネルギーを使うということです。

排水について考えるということはエネルギー問題を考えることだと言われました。自分たちの暮らしについて、目には見えない部分も考え、関心を寄せる事が大切だと思いました。そして、そういう仲間を増やしていく事が大切だと改めて思いました。

さいごに、まとめとして、福島第一原発から60km圏内に住んでおられた高校生の作文を紹介されました。

その中に、この原発事故の責任は、推進してきた人たちだけではなく、無関心な大人全体の責任です。未来は自分たち子どもが責任を負っていかなくてはいけないけど、今は大人の責任だとありました。

高崎さんは、ひとりの母親として、原発も化学物質もいらない、どのように未来に残していくのが大切だと言われました。改めて、母親としての責任、声を上げ続ける事の大切さを痛感しました。今、しっかりと考え、行動していきたいと思えます。

今年七月と十一月がシャボン五月間です。シャンプー・リンスも新しく生まれ変わります。



みんなで明るく楽しいせっけんライフを送りましょう！ ♪♪♪♪



東部ブロック

みるくぱーていを開催しました

2月27日（金）安来市 赤江交流センター



2014年度東部ブロック最後の活動は、安来でのみるくぱーていでした。

GC産直びん牛乳が、食べても美味しいミルクメニューに大変身！ 1リットルの牛乳が、一瞬でカッターチーズになる様は圧巻でした。冬場にたまりがちな牛乳も、一気に大量消費できます。

冷凍コーンスープやミルクプリンの素も、牛乳の名パートナー。他にもミルクジャム、バナナプリン、みるくもち、ホットミルク+きなこ/マスコバド糖/はちみつなど。あたためるとほんのり甘いGC産直びん牛乳は、そのままでも100%の美味しさです。



レシピ紹介

☆カッターチーズ

牛乳…1ℓ、酢(レモン汁がおすすめ)…大さじ4

- ①鍋に牛乳を入れ、かき混ぜながら60℃になるまで加熱する。(小さな泡が少し出てくる)
- ②火を消し、酢を入れてよく混ぜる。しばらく置いて分離したら、ザル+布巾やペーパーなどで濾す。



安来地区委員会

春のわくわくパーティーを開催しました

3月12日（木）
安来市 中央交流センター



今回は熊本のせっけんメーカー『地の塩社』さんをお迎えして、せっけんのしくみを分かりやすく教えてもらいました。

参加者の皆さんからせっけんの良さを再確認できたと好評でした。



安来地区委員会からは活動報告や2015年度の計画をお知らせしました。

お楽しみの試食は、リッチロールにシラスやチキンハムを挟んだサンドイッチやコーンフレーク、びん牛乳、文旦など朝食メニューのような内容でおいしくいただきました。



松江地区委員会

おすすめスポット「出雲かんべの里」

(松江市大庭町1614 / TEL0852-28-0040)

出雲かんべの里は、緑に恵まれた自然の中で、出雲地方の歴史・文化を学び市民文化の向上を目的として設置され、今年20周年を迎えました。施設は「民話館」「工芸館」「自然の森」で構成されています。

- 【民話館】 出雲地方に伝わる昔話を語り部さんが、出雲弁でお話してくれます。
- 【工芸館】 機織り・籐工芸・木工芸・陶芸・和紙てまりの工房があり、作家による制作過程の見学や、体験学習を行うことができます。
- 【自然の森】 樹木や山野草、野鳥類を観察しながら散策できるよう、コースが整備されています。

入り口の「天狗の森」ではピザ窯が設置され、材料を持ち寄れば本格ピザを作ることができます。大自然の中でピザ作りは、子どもも大人も楽しめますよ♪



- <開館時間> 9時～17時 (民話館の入館は16時30分まで)
- <休館日> 火曜日 (祝祭日の場合は、翌日休館)、年末年始
- <入館料> 工芸館…無料
民話館…大人200円(個人)、
小中学生100円(個人)
- <ピザ窯使用料> 500円(1日1組のみ)

団体割引は20名以上

出雲地区委員会

春のわくわくパーティーを開催しました

開催日：3月6日（金） 会場：アース館 参加人数：25名



活動報告などで今年度を振り返り、次年度について話しました。そしてリユースについて実演しながら説明し、やり方をみんなで再確認しました。



続いては盛り上がった試食&交流会！今回はミルクづくしのメニューということで、ミルクピラフ・シチュー・ミルクもち、と文旦をご用意しました。どれもびん牛乳を使っていますが、それぞれ違った味で好評でした（〜）

びん牛乳と市民電力の話も聞いていただき、グリーンコープへの意見や質問も活発に出て、今年度の締めくくりのよい会



になりました。



次年度もいろんな方との出会いを大切に♡みなさんのご参加お待ちしております♪

大田地区委員会

春のわくわくパーティー アロマカフェを開催しました

開催日：3月19日（木） 会場：サンレディー大田 参加人数：16名



会場についた方から1～6の中で好きな香りを決め、そして今年度の活動報告、次年度計画報告後にアロマ講座を開催しました。

講師は組合員の生越知子さん。
香りは自然治癒力を高めるというお話から、それぞれの香りを持つ効能、そして先ほど選んだ香りから今の自分が求めているものまで探ることが出来ました。



その後、自分の好きな香りでアロマスプレーを作り、お茶をしながらびん牛乳の話やリユース、袋T.O袋の紹介、理事長による市民電力の話もあり、充実のひとときとなりました。



みみため情報

♪ こんな時はこの香り♪



- ♪ おやすみ前（リラックス・血圧を下げる） …… ラベンダー
- ♪ 一日のはじめに（活力UP・血圧を上げる） …… ローズマリー
- ♪ キッチン回り（除菌） …… ティーツリー
- ♪ アウトドア（虫よけ） …… レモングラス・ゼラニウム

西部ブロック

春のつどいを開催しました

3月12日、すこしずつ春らしくなってきた江津の渡津交流館の調理室をお借りして、江津地区春のつどいを行いました。

開会の挨拶もそこそこに、組合員でもあり、また江津でこだわりの有機野菜を作り、販売もしておられる深町直子さんを講師に“野菜で楽しむ春ごはん～ナオファームのおうちレシピ～”を開催しました。



開始までの下ごしらえが追いつかず、参加者のみなさんに協力していただきながら、60枚のクレープを焼き、手作りカスタードを練り上げ、スープも完成しました。



段取りのよいベテラン組合員さんや、引っ越してこられたばかりの新組合員さん、はじめてグリーンコープに触れたご友人など、いろいろな方の参加で、あちこちで会話に花が咲く集いとなりました。



ナオさんの、要所ごとのアドバイスやレシピ集のおかげで、お家でも実践できそうです。

クレープに野菜やひと工夫のできる豆腐ゴマみそディップなどを巻き、軽素材でもボリュームがあり、お腹いっぱいになりました。ダシを使わず野菜の旨味だけのスープも好評でした。



中晩柑や、3種類のダシのサンプルをお土産に、笑顔で帰られる姿が多くみられました。この笑顔が、安心素材と旬のお野菜を利用することに繋がっていくように。更にグリーンコープの取り組みに繋がりますように！



みんなで気持ちよく利用するために…

お願い！以下のリユースびんは、透明ラベルを全て剥がしてから返却します。ご協力よろしくお願ひします。



※カタログを入れるためのファイルケースが不足しています！毎週必ずご返却ください。

ひとりのひと手間でみんなに大きなエコ効果

地域で活躍するグリーンコープの仲間
大田市 **小谷 真由美**さん

◆どんな活動をされていますか?◆

5歳の息子を育てながら、今年から大田地区委員長をしています。

他に、食育ボランティアや小学校での読み語りなどを行っています。昨年度はJAの女子大生でした



◆グリーンコープを始めたきっかけは?◆

高齢での出産と慣れない子育てで体力が奪われ、料理をする気力まで失いかけたとき、家のポストにグリーンコープのチラシがはいていました。安心・安全へのこだわりとサンプルでいただいた人参のおいしさに魅かれて始めました。

◆いま思っていること◆

『産直』『商品』の学習会に参加した時、グリーンコープ(以下GC)で間違いなかったと感じ、地域交流集会ではGCのスケールの大きさを痛感し、民衆交易の話聞いてGCの組合員であることに誇りをもちました。GCを知るほどに、『カープ女子』ならぬ『コープ女子』になっています。

GCとの出会いや息子のアレルギーをきっかけに、生きる上で本当に大切なことは何かを考えるようになりました。

GCの4つの理念のうち、私が特に大切にしたいのは人との共生、自然との共生です。無駄の多い生活を見直し、よりシンプルに生活したいと思っています。

◆今後の展望はありますか?◆

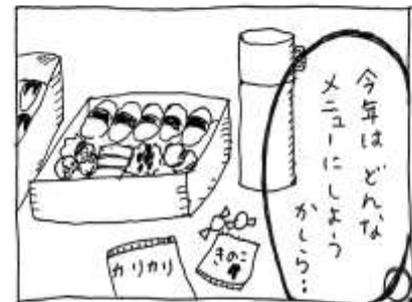
コープを始め、さまざまな活動の中で出会う人は素敵な方ばかり。

最近出会うことの多い、私より20歳くらい年上のおばちゃんたちは実にパワフル。私もいい意味でおせっかいなおばちゃんでありたいと思います。

そして、GCのよさが発信できるような楽しい活動を企画したいと思うと同時に、私がいきいきと活動する姿を息子に見せられたらいいなと思っています。

春 G.びゅーてぃー. C.さん

春到来!!



組合員から投稿いただいた4コママンガです。



桜の時期は過ぎたけれど、まだまだお弁当を作る機会があるのでは?

そんなときにもぜひ、安心できるグリーンコープの食材を活用していきましょう♡

グリーンコープのひと



名前：清谷 学史
 担当：西部支部 配送担当
 出身：浜田市
 趣味：食べ歩き、旅行、スポーツ

グリーンコープのひとを紹介しています

—好きなGC商品・おすすめ商品を教えてください。

『『どこでもちよこっとカレー』はおススメです。持ち運びが便利なレトルトカレーで、味もしっかりしていて全然飽きがきません。お昼の弁当を作っていく時は必需品にしています。』

—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。

「グリーンコープのキャベツと人参を食べた時、初めて野菜が甘いと感じ感動したことを組合員さんに話した時、すごく共感してくださって、

それから組合員さんのおススメの商品を紹介してくださったり、グリーンコープの商品で作ったお菓子を頂いたりして、すごく嬉しく、とても思い出に残っています。」

—休日はどのように過ごしていますか？

「全国各地のご当地美味しいもの巡り旅行をしています。最近では山口県の瓦ソバや広島県のお好み焼きやつけ麺、福岡県の博多ラーメンなどを食べに行きました。旅行に行かない日などは、インターネットでお店のリサーチをして常に食べることばかり考えています。」

—組合員さんにひとこと、どうぞ。

「まだまだ食べたことのない商品、使ったことのない商品がたくさんあります。おススメの商品などを気軽に教えてください。お互いにもっともっとグリーンコープが好きになれば嬉しいです。」



ポンポンは店舗にある商品をご注文の当日から翌々日までお届けするサービスをおこなっています。取扱商品は、グリーンコープ商品の他、浜田の地元野菜、やさかの有機みそ、浜田市指定ごみ袋です。配達エリアは浜田市内と江津市内です。

商品のお問い合わせ・ご注文など詳しくは下記の連絡先まで、お気軽にご連絡ください。受付曜日は火～金、時間は10時～18時です。

みなさんからのご連絡
 お待ちしています(^o^)



浜田市竹迫町 1901-21 FAX, 電話(0855)23-6647 営業時間: 火～金 10時～18時
 Email pompom.gc.shimane@olive.plala.or.jp 土 10時～15時

まいにちの自動車 **おーちゃんです**

春の全国交通安全運動 今年5月11日(月)～20日(水)です



運動の期間だけでなく常に安全運転に心がけましょう。(^^)/

ところで、最近シートベルト警告灯が点かない車が多くなってきています。球切れの場合も有りますが、バックル部分のスイッチ不良や断線の場合もあります。

もちろん車検にも合格しません！

メーターの普段点灯している物が点灯しなかったり変わったランプが点灯している場合は、遠慮なく、ご相談ください。適切な修理及びアドバイスしますよ(●^o^●)

✂ 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 24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。