



2017年8月21日50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

↑組合員イラスト…今月は杉原郁枝さんの作品です♡

イラストは引き続き募集中! お問い合わせはこちらへどうぞ → TEL: 0853-73-8010 FAX 0853-73-8013

## 貴重なりんご・みかんを守る為に ……くりんご博士・みかん博士養成講座>報告

【昔は冬の果物の代表選手：りんご・みかん】

【ここが凄いのよ 🍎 りんご・みかん 🍊】

近年自販機やコンビニ等が増え生活スタイルそのものが変化し、世の中全体の利用量が激減してきました。

- ・除草剤を使わず草取り。
- ・摘果も薬を使用しないで手作業。
- ・鳥や虫の対策は爆音器、蛇のおもちゃ、木酢、ネット、柵など使用。
- ・環境ホルモン・発がん性の疑いのある農薬、腐敗防止剤（ワックス）等を使用しない
- ・りんごは収穫前には日当たりのよくない面に日を当てる為に「葉摘み」「玉回し」。
- ・りんごは収穫後、CA（空気調整）貯蔵庫で酸素濃度と窒素濃度を調節し、呼吸を抑え長く貯蔵を可能にしている。

【そこで利用普及活動「おもちゃのカンツメ」発足】

始まりはみかん農家による劇団「やまき」結成。「みかん山から」の公演を通して、農業政策の流れ、農業問題などの解説をしていこう。この活動がりんご生産者との共同の取り組みへと拡大し、現在の何が出来るか解らない「おもちゃのカンツメ」と言う活動に発展してきました。



### 生産者の思い



「作物を作っている間 全て楽しい」

「苦労が 日常の仕事」

「日本のロウ細工を作るような技術を誇りに思う」  
「納得出来る物を作る為毎年が勉強」

残雪残る冬から、どの木にも満遍なく太陽の光を当てて丸々とした果実を育てる為の剪定作業が始まります。

除草剤、農薬を使わない栽培方法には大変な苦労がありますが、‘愛情’込めて楽しみながら生産されています。

(7ページに続く)

### 7月理事会報告（2017.7.14開催）

- ・借入限度額決定の件について
- ・第66回通常総代会のまとめについて
- ・注文書回収について
- ・島根県からの消費者被害防止のための啓発活動要請の件について ……などを協議しました

### 数字でみるGIC生協（島根）



(2016年6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…57名

現在の組合員総数…8,176名（前年対比100.9%）

「暮らしの助け合い活動」

げんき隊

みなさんの依頼  
お待ちしております

# 「第66回通常総代会でいただいた質問」

一部紹介します。

Q1



産直を大切にするといわれているが、昨年、柿木村の野菜の返金のチラシが入っていた。生産者には相当な負担となっていると思う。生産者を苦しめているのではと思ったら、返金は嬉しくないと思った。

苗に農薬が使われていたかもしれないが、生産者は大切に育てたということをお大事にしてほしい。

A1

農薬不使用の苗を使用するとの契約にも関わらず、有機JAS法で大丈夫だからと一部の生産者が購入苗を使用されていきました。基本的には返金が最終の目的ではなくグループとして再発防止に向けて、生産者の皆さん一人ひとりが再発防止にむけての意思確認ができればよいとの思いです。



遺伝子組み換え食品いらない！キャンペーン出前講座のご案内

9月7日（木） 10：30～12：30 ビッグハート出雲茶のスタジオ

『「遺伝子組み換え」ってなあに』（講師：天笠啓祐さん）を開催します。ぜひご参加下さい。

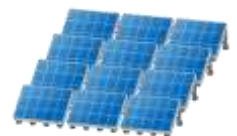


Q2

太陽光発電について気がかりである。メンテナンス、費用についてはどうなっているのか。

A2

九州管内から太陽光発電施設を建設しています。いずれも固定買取価格の物件で採算性は担保されています。今後は将来計画的償却を行うことになるので、撤去費用も念頭に入れた事業運営を行っていきます。



Q3



「私たちの基本理念」（グリーンコープは、家族の健やかな暮らしを守り安心して暮らせる社会にしたいという母親の願いを組合員自らの手でかたちにしていきます）と議案書に記載されているが、これはグリーンコープ島根のものか、グリーンコープ全体のものなのか。「母親の願いを」となっているがお父さんも同じ思いを持っている。

A3

基本理念はグリーンコープ全体のもので、グリーンコープの原点である「いのちを大切にしたい」などの気持ちを「母親の願い」という言葉で表現しています。



## 安来地区委員会 田植え交流を開催しました

グリーンコープ鳥取、島根合わせて70人近くの親子参加で今年も大盛況の田植え交流がはじまりました。

気持ちの良い天気の中、おにぎりや豚汁でパワー充電したあとは、ズボンの裾をたくし上げて、いざ田んぼの中へ。



転ばないようにそっと片足ずつ入れて、まだ少しひんやりとした泥の感触を味わうと、「あ〜今年も始まったなあ。」と感ずるのです。

手のひらサイズのかわいい青苗が、だんだんと成長し、稲穂が付いて、黄金色に輝く。

首を垂れ、秋の澄み切った高い空の下で刈り取られるその日まで、どじょうが足元を泳いだり、かかしとにらめっこしたり、ファーム宇

賀荘さんの温かい眼差しを受けて、素晴らしいお米になっていくのです。その過程のひとつに、毎年たくさんの組合員さんと関われることは、誇りにも思えます。

今年も豊作を祈念して、ひと苗ひと苗植えていきました。秋が待ち遠しいです。



## 松江ブロック 簡単ハヤシライス レシピ紹介

5月11日に行われた総代交流会で作った「ハヤシライス」のレシピを紹介します。簡単ですので、ぜひお試しください。



### <材料> お米3合分

- 🍷 ビーフシチュー・・・  
1/2箱(100g)
- 🍷 トマトケチャップ・・・  
大さじ1.5杯〜
- 水・・・  
700ml
- 🍷 国産牛小間切・・・  
150g
- ぶなしめじ・・・  
100g
- 産直玉ねぎ・・・  
中1個
- 好みの野菜  
(えのき茸、人参、  
ブロッコリーの芯など)

### <作り方>

- 1) ぶなしめじと1cm幅に切った玉ねぎを水で煮込む。
- 2) 玉ねぎに火が通ったら、ビーフシチューのルーを入れて煮込む。
- 3) ルーが溶けなじんだら、食べやすい大きさに切った牛肉を入れて煮込む。
- 4) 牛肉に火が通ったらケチャップを入れて味を調整し、5分〜10分煮込む。  
(煮込み過ぎると牛肉がパサパサになるので注意してください。)  
※ ケチャップを増すごとに、酸味と甘味が増すので、味見をしながら加える。

☆盛り付けの際、カットした茹で卵や、焼き野菜(オリーブオイルで焼いたナスなど)をのせると賑やかで、いつもと違うハヤシライスになりますヨ♪



松江まったり委員会

## おしゃべり会を開催しました

申し込み不要で、好きな時間に来て帰るというフリーなスタイルは、小さなお子さんのいる方にはとても好評です。  
この日も赤ちゃんがいっぱい♥もちろんお一人様もお気軽にどうぞ♪



おしゃべり会は、委員のおすすめばかりではなく、来られた組合員さんからおすそめを教えてください、試してみたい商品のリクエストを受け付けています。

グリーンコープは出会いを大切にしています。組合員同士の出会い、商品との出会い、メーカーや生産者との出会い。今年度も、美味しく楽しい出会いの場を提供できればと思っています。

試食品ご紹介

お弁当用塩さば



小ぶりですぐ焼けます。骨なしで小さなお子さんにも！

国産鮭ちりめん



かけてもまぜても香りも美味しい  
鮭・わかめ・じゃこ

プレーンヨーグルト



マイルドより酸味がありますが、ヨーグルト好きには根強く愛されています。

カップコーンスープ



ヘンに甘すぎず、自然なコーンの風味

本格派カンパン (大判)

買うには勇気が要りませんか？偏見を裏切る美味しさ。

福岡八女産みかん缶



安心の国産。  
ぷりぷりの大粒みかんで至福のひとつき

雲南地区委員会

## 別所蒲鉾店見学に出かけてきました

開催日：6月12日(月) 参加人数：10名



出雲市大社町の別所蒲鉾店さんの工場見学に行ってきました。まず案内されたのは、建物の外…。社長の竹並さんがゴミ箱をガバッと開けて「うちは添加物は一切使って無いんですよ！」と中身を見せられ、揚げ油も地元の圧搾油のみを使用しているとのこと。一同はへえ～と深く感心しながらやっと工場の中へ。

この日見学した工場では、皆さまおなじみの「お魚チップス」などを製造されていて、「お魚チップス」の出来上がるまでの工程が見られて、なおかつ出来立ての試食付き！



その他、学校給食用のお魚ハンバーグなどの急速冷凍の様子を見せてもらったりもしました。

工場内はとにかく清潔が保たれ、いやな匂いは一切なし、隠すものもなし、「安心・安全・美味しい」にこだわった商品を作っておられるのがよくわかりました。これからも商品をどんどん利用していきたいです。

出雲地区委員会

## せっけん学習会を開催しました

開催日：6月22日(木) 参加者：18名

エスケー石鹸株式会社の鈴木さんをお迎えして、ナチュラルクリーニングについて教えていただきました。

まずは現在の会社に転職された経緯から、鈴木さんのせっけんに対する思いが伝わりました。

合成洗剤の恐ろしい体験や、せっけんシャンプーをすることでどんどん髪が健康になっていく体験談は、興味深い内容でした。



またナチュラルクリーニングは川を汚さないだけでなく、せっけんカスは水中生物や小魚のえさにもなるということは驚きでした。

エスケーの商品をより効果的に使うことでできる方法として、せっけん1：酸素系漂白剤1をお湯1でペースト状に溶かして使用方法の実演があり、衣類のシミ汚れがきれいになったのが一目瞭然でした。この方法はすぐに試しましたが、シミ汚れがおもしろいように落ちました。

ちました。

他にも泥汚れを落とす方法・カシミアセーターのおしゃれ着洗いの方法等、具体的な使用方法是参加者の皆さんも興味深い内容だったようです。私たちが毎日使うせっけんは汚れを落とすだけでなく、体に優しくなおかつ、川や海を汚さない、後世へ美しい自然を残していけることが一番の魅力だと実感しました。



大田地区委員会

## GREENカフェOHDA

開催日：6月23日(金) 参加者：20名



出雲ではおなじみのGREENカフェですが、大田では初めて開催しました。

グリーンコープの安心安全な食材を使って、ワンコイン500円（今回は400円）で試食（飲み物とデザート付）を提供し、本当のカフェのように食事を楽しんで頂く企画です。

☆メニュー

梅干しごはん

豚もも肉す切りのカレーマリネ

ごちそうに見えるポテトサラダ

白和え

お味噌汁

漬物

飲み物

ケーキ



実際に来店された方の感想は…

- ・彩りよく盛り付けもきれいで気分が上がった
- ・カレーマリネが暑い中さっぱりして美味しかった
- ・野菜たっぷりでバランスのとれたメニューで良かった
- ・味付けがちょうど良く、子どもも美味しそうに食べていた



畳の部屋でしたので、お母さん方も子どもを遊ばせながら、食事とおしゃべりを楽しんでいただけたようです。毎月開催してほしい！という、嬉しい声を頂きました。



… など





益田地区委員会

## お灸教室 を開催しました

6月20日（火）益田市市民学習センターにて、お灸教室を行いました。講師は、組合員でもある「あや鍼灸堂」の中嶋綾果さんに来て頂きました。

梅雨のからだのお話では、梅雨時のつらいからだの症状が「水毒」から来ており、水毒の原因は①水の飲み過ぎ②下半身の筋力低下③身体の冷え、ということでした。

解決策は、食事！衣服！温める！の3つ。そして、からだを温めるということで、お灸の話に。参加者は、お灸初体験の方も多く、ドキドキしながら実際にお灸を試してみました。じわじわキーンと熱さを感じるも、その後の爽快感に病みつきになりそうでした。

「塩灸」も実際に体験！塩はグリーンコープの「なぎさ」を使用しました。お土産にも「なぎさ」を用意し、家にある材料ともぐさで出来るので、参加者の皆さんからも家でやりたいという声を頂きました。



浜田地区委員会

## 冷凍食品で楽しく楽しくお弁当！ を開催しました

参加者の皆さんにお弁当箱を持参してもらい、13種類の冷凍と冷蔵食品、ご飯（無洗胚芽米）、野菜（レタスとミニトマト）、ゆで卵、スープとデザート（小玉すいか、ネグロスバナナ）を準備し、詰めて頂きました。

参加者の中で6名の方は毎日お弁当づくりをしているとのことでした。「いろんな種類の惣菜を食べられて満足だった」、「普段は冷凍食品を買わないけれどおいしかったから次は買いたい」、「ボリュームがあって満足だった」、という声をいただきました。参加者同士で、お弁当の話題や、グリーンコープの卵について、商品の話で盛り上がり、和やかな時間となりました。まだ組合員でない方で今回初めてグリーンコープの商品を食べられ、興味を持って頂いた方もおられました。



江津地区委員会

## ごうつカフェ を開催しました

嘉久志コミュニティセンターで、ごうつカフェを開催しました。小さなお子さん連れの方がほとんどで、賑やかな会となりました。

ケーキもお菓子も色々な種類を少しずつ用意し、色々な味を試して頂きました。

なかでも「飲む点滴」と言われるくらい栄養豊富で夏バテにも効くという、甘酒を試飲して頂き、皆さん「お砂糖が入ってないのにこの甘さはすごい！」と驚いておられました。

普段お菓子を利用しておられない方や加入して間もない方もおられ、今後の利用の参考になったとの感想が聞かれました。



## 地域で活躍するグリーンコープの仲間

出雲市 松本 裕子 さん

### ◆どんな活動をされていますか？◆



可能な限り県内産、国産の材料をつかい安心、安全なおやつを製造・販売しています。

グリーンコープの菜種油やレモン果汁、リンゴジュースなどを使わせて頂いています。

大人になる頃にはどんな社会になっているのかな、とよく考えます。私たち大人の手で、残せるものは残し、解決できる課題は解決してやりたいと思っています。

そして、誰もが「私は私でいい、あなたはあなたでいい」と思える社会であるといいなと思います。

### ◆今後の展望はありますか？◆

お菓子をつくることは、これからも細く長く、続けていきたいと思っています。それと同時に、未来を担う子どもたちを支える活動もしていきたいと考えています。

学校とはまたちがう子どもの居場所づくりや、栄養いっぱいのごはんを安価で提供できる食堂をつくる等、子どもたちがすこやかにのびのびと成長していく、その支えになることができれば…と思っています。

### ◆グリーンコープを始めたきっかけは？

子どものアトピー、アレルギーがきっかけです。安心して食べられる食品を探すなかで知人からグリーンコープを紹介してもらい、放射能検査などもていねいにしていることに共感し、利用させてもらっています。

### ◆グリーンコープを始めたきっかけは？◆

私には3人子どもがいますが、この子たちが

## <りんご博士・みかん博士養成講座> …1ページより続き

アップルフィリング レシピ

酸味の強いりんご 1個

奄美きび砂糖 30g

りんごは皮をむき芯をとり、6

等分してそれぞれ1cm厚さに切る。鍋にきび

砂糖とりんご、あればレモン汁を入れ、りんごに、きび砂糖をよくまぶし少し置く。

しばらく置くと水分が出てくるので、火にかけて弱火でりんごが半透明になるまで煮る。



‘流通量の少ない’無農薬や減農薬の貴重な「りんご・みかん」。グリーンコープを通じて手に入れる事が出来、組合員・生産者が共に支えあい健康、経済などお互いにメリットが得られる。本当に幸せに感じます。

自然が相手の仕事、天候や害虫など思うようにいかず、味や見た目に影響している事もあるかもしれませんが、それでも出会えた事に感謝したいと思います。

## 予約するとココがお得♪

♡裏年でも、優先的に手に入る。

♡希望の生産者さんの果物が手に入るかも！



がんばる！地元の  
メーカー＆生産者

ご紹介

## 井上養鶏場

島根県東部の安来市で産直  
たまごを生産しています。



♪大切にしているもの、こだわりを教えてください。



井上養鶏場の大切にしていること、それはニワトリを可愛がること、毎朝「今日もニワトリ達は元気かな？餌をちゃんと食べているかな？」と1羽1羽ニワトリ達の目を見ながらお世話をしています。

ニワトリが日の光、自然風を浴びることのできる昔ながら開放型鶏舎で50年以上研究をし続けて飼育環境、飼育方法、餌、飲料水に独自のこだわりを持ち続けています。

創業者の「イチにニワトリを可愛がる」その理念を守り続け、ニワトリ達が授けてくれた玉子を沢山の人のために美味しく、安心して食べてもらおうと日々養鶏業に励んでおります。

♪おすすめ商品と、おいしい食べ方を教えてください。



元気いっぱい産直たまご、玉子って餌によって変わってきます。

この玉子、専門的なことを書けばながくなるので「人間の妊婦さんや子どもたちが安心して安全な食事を取るように、ニワトリ自体に安心、安全な餌を与えることにより授けてくれる玉子もやさしいタマゴです」

一般的な玉子の流通方法とは違います。ぜひ、玉子かけごはん食べてみてください。



## pompomからのお知らせです♪

6月末より新たに「元気くんカー」を導入しました。特に月曜日は配送で浜田市内を走っています。お店にも停まっています。グリーンコープがもっと身近に感じられると思います。



アイスクリームは1本から販売しています。この夏、気になるアイスも1本ずつ利用してみるのはいかがでしょうか？

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](mailto:pompom.gc.shimane@olive.plala.or.jp) 土 10時~15時



まいにち  
自動車



こんにちは (\*^▽^\*) ヲー

まいにち自動車の営業、西尾です

今回は気になるエアコンからのニオイについてです♡(〇〇)!

エアコンフィルターは車内に取り込む外気に含まれるチリなどをガードしています。ですが、それを放置してしまうと、目詰まりをおこ

して菌やカビが・・・(°ロ＼)(／ロ°)／

交換の目安は年に1回  
または走行1万キロです。



新車、中古車販売に車検、点検、他、車の事ならなんでも伺います！ お電話、ご来店、お待ちしております (^◇^)

✂ 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 50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。