



2017年5月15日47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

イラストは引き続き募集中！ お問い合わせはこちらどうぞ → TEL：0853-73-8010 FAX0853-73-8013

第12回 GMOフリーゾーン全国交流集会 in 佐賀

遺伝子組み換えって実際のところ何がいけないの～？



生態系ではありえない組み合わせで生まれた種…。
強力な除草剤や農薬に耐える種。

雑草や虫はいなくなりますが、遺伝子組み換え種子は枯れずに残ります。

それら農薬が散布してある作物を食べるということは、その農薬の主成分を体内へ取り続けることを意味しています。

何より、大人に比べ体の体積の小さな子どもたちは、農薬による影響を受やすい現実があります。

農薬の一つの主成分である「グリホサート」による発がん性の問題や、「ネオニコチノイド」が脳の伝達神経にすり替わることにより、常に興奮状態に陥る問題が指摘されています。現在 15 人に 1 人が自閉症だといわれています。自閉症は遺伝ではないとのこと。ハッキリとした原因はわかりませんが、食べ物の環境が原因ではないとも言われています。

◆グリーンコープは Non-GMO を今もなお追求し続けています。
そして、海外に目を向けると、アメリカや韓国でもお母さんたちによる反対運動が進んでいます。

今現在、日本では遺伝子組み換え食品は作らないと法律で定められています。
ですが、自給率 40% 以下の日本は、遺伝子組み換え食品の輸入大国です。
韓国でも日本と同じく遺伝子組み換え食品が多く流通しています。

あとがき

私たち母親が遺伝子組み換え食品を拒否して買わなければ、企業はメリットが失われ、作れなくなります。購入者の 85% は私たち女性なのです。

今日、今から始められることなのです。

遺伝子組み換え食品は買わない！！ (報告者：伊達紗由里)

数字でみるGC生協（島根）



(2017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… 27名

現在の組合員総数… 8,079名 (前年対比 101.6%)

4月理事会報告

(2017.4.14開催)

- 総代選挙の結果について
- 電力取次業務委託契約の締結に関する件

…などを協議しました。

参加
講演
し
まし
まし
た

「Moms Across America」代表のZenさんをお招きしての講演会in岡山

～今こそ立ち上がる時！！母親たちに力を 子どもたちに健康を～

開催日：2017年3月7日（火） 会場：岡山国際交流センター

一番強く感じ、また、とても残念に思ったのは「日本はなんて遺伝子組み換え食品についての危機感が弱いんだ」という点です。

ヨーロッパではGM食品の表示義務が徹底して行われているのに対し、日本では原材料の上位三品目のみ、また、重量の5%以内は表示義務はないと知り、思わず怒りがこみ上げました。

これだけ輸入に頼っている状況で、なんて無責任なんだ。まるで、輸入相手国の機嫌をとっているみたいじゃないかと感じました。

そして、それがどれだけ国民の生活を脅かしているのか。

グリホサートをどんどん使い、遺伝子組み換え作物を作るM社、もちろん許せません。他人事のように食の安全を狂わせているからです。ですが、そのような作物を輸入しながら、私たち国民に知らせない、私たちの住むこの国のやり方も、なにか間違っているように思います。

国同士の立場、政治などの絡みがあるのですが、国の先頭に立つ人も人間です。家族があって、友人があるはず。その人たちが食すものが身体を作り、次の代へと繋がっていくのです。その根本的なところが狂い始めているような、そんな恐怖を感じました。

ZENさんには三人の息子さんがいらっやいますが、それぞれにアレルギー症状があったり自閉症であったりと大変心配をされたようです。でも、そういう身体からのSOSがあったからこそ、食生活を見直されたと感じました。



non-GM食品やオーガニック食品を選んでいくことで、息子さんたちの諸症状は改善されたようです。その中でも特にハッとしたのは、自閉症の息子さんの視力も良くなった、という話です。

私の娘も弱視と診断され、幼い時から眼鏡をかけていますが、三年経った今、眼科医も驚くほど視力が良くなったのです。

思い返してみると、グリーンコープにぞっこん(笑)になり始めたのもその頃だったように思います。

これがすべてではないかもしれませんが、何かしらの関係は否めないと感じています。

ZENさんがおっしゃっていた、家族だけではなく、地域全体が変わらなければ意味がない、ということから近所の方ともこういう話ができるようになりたいです。

そして、遺伝子組み換え食品を買わない運動を、微力ながらこれからも続けていきます。

(報告者：富田久美子)



ファイバーリサイクル 衣類の発送方法変更のお知らせ

(1) 荷物を梱包します。



- ※ダンボールには入れないください。荷くずれをおこします。
- ※ 重さ 25kg以内
- ※ 大きさ
タテ+ヨコ+高さ=160cm以内



※梱包は複数の袋をまとめてもOK(しっかりと)!

・ポリ袋(二重にして)か紙袋に入れ、ひもで十文字にしぼって ヤマト運輸から発送してください。

(2) 専用送り状を注文します。 **申込番号:9988**

- ・共同購入(OCR)申込書、または GCweb からお申し込みください。
- ・注文した専用送り状の枚数×600円が、翌月商品代金といっしょに口座振替されます。
- ※衣類を発送する、しないにかかわらず、送り状を注文した時点で請求が発生します。ご注意ください。
- ※専用送り状はヤマト運輸が持参します。

(3) ヤマト運輸がご自宅に荷物を引き取りに来ます。

- ・申し込みから数日でヤマト運輸が専用送り状を持って集荷にうかがいます。
- ・ご不在の場合、不在連絡票が入ります。



安来地区委員会

わくわくパーティーを開催しました

3月10日に赤江交流センターで春のわくわくパーティーを開催しました。今回は、グリーンコープ生協とっとり、前専務の新田ひとみさんを講師にお迎えし「暮らしのなかの化学物質」についてお話をいただきました。私達の身の回り、暮らしの中には合成洗剤、農薬、防虫剤、抗菌・防カビ剤などなど数多くの化学物質があります。知らずに使っていると健康や環境、そして生態系にも悪い影響を与えてしまいます。



ブラックライトの実験では、着ている服やタオルにライトを照らしてみました。蛍光増白剤を使用していると、薄青く鮮やかに発光します。また、茶渋のついた急須・湯呑みの汚れがきれいに落ちる酸素系漂白剤の実験も、とても分かり易く話して頂きました。参加者の皆さんから、「合成洗剤をせっけんに変えることの大切さや、自分の目で見て確認することの大切さを感じた…」などの感想をいただきました。

そして、鶏ごぼうピラフ、塩ゆで枝豆、スティック人参、カットコーン、下郷農協プリン、カップコーンスープ、牛乳を試食しました。



新商品のカップコーンスープは「北海道コーン100%で味が濃厚で美味しい!、ぜひ買いたい」と好評でした。来年度も楽しい企画を計画しますので、たくさんの方の参加をお待ちしています♪



松江まったり委員会

わくわくパーティーでの試食メニュー

レシピをご紹介します♡



<豚汁レシピ>

九州産野菜ミックス

きざみあげ 豚肉 玉ねぎ

いりこだし 味噌

全て適量



1、玉ねぎを切り、味噌以外の全ての材料を鍋に入れる。水加減はかぶるくらいにし、蓋をする。

2、火が通ってきたら、水を増やし、ひと煮たちさせ、味噌を入れる。

※最初に鍋に油をひいて炒めた方がコクが出ますが、炒めなくても美味しくできます。

※かぶるくらいの少な目の水で、蒸し煮のようになると味がよく出て、早く煮えます。

※お好みで、季節の野菜や豆腐などを加えて下さい。

<炊き込みご飯>

・米2合

・きざみあげ

・和風つゆ 大さじ2杯

・みりん 大さじ1杯

・冷凍産直ごぼう（ササガキ）

・（人参や鶏肉はお好みで）

・うすくち醤油 大さじ1/2杯



「和風つゆ」を使うと簡単に味が決まりますよ。このだしのみで作るとうす味。おかずにあわせるならOKな感じ。

おにぎりにしたり、単体で美味しいと感じるのは、しょうゆを少し足したもの。

こちらで作ってみた方がいいように思います。

具材の量はお好みです。

雲南地区委員会

春のわくわくパーティー

女性のからだのお話し会 を開催しました

開催日：3月16日（木） 場所：西日登交流センター 参加者：25名



nalu 助産院の高木奈美さんをお迎えし、女性の体について話を聞きました。組合員さんはもちろん組合員さん以外の子育て中のお母さん方も沢山、参加して頂きました。

生理って面倒くさいと思ってても生理があることにより健康の状態がわかるバロメーターだったり、女性ホルモンがある事により骨粗鬆症を予防したりする大切なもので、生理は過去の自分の通信簿だということでした。

食べ物が体をつくり自分の卵胞は三代後に続く子どもの種に影響を与えるという衝撃の話も聞きました。

また市販の紙ナプキンは、吸収率を上げるため熱さましシートと同じジェル状の成分で作られているため、使うたびに体を冷やしてしまい、不妊症や低体温の女性がふえているそうです。また化学物質が粘膜から吸収されるため生理の量が増え塊がでたりするそうです。

自分はもちろん娘の事を考えると食べ物や使うものを気を付けたいと思いました。生理がおわった後でも食べ物で女性ホルモンの代用になる大豆やゴマ等も教えてもらいました。そんなこんなで、やっぱりグリーンコープは安心安全だと改めて思いました。

最後に昔の日本人は月経をコントロールしていたそうで、月経コントロールの体操を覚えてもらい皆でやりました。奈美さんの話を聞いた後は、質疑応答、意見交換をし有意義な時間を過ごしました。

また機会があれば聞きたいと思いました。



出雲地区委員会

春のつどい『断捨離®』を開催しました

開催日：2月13日（月） 場所：くすのきプラザ 参加者：48名

当日は雪が残る中、たくさんの方にご参加いただきました。



前半は

やましたひでこ公認トレーナー南前ひとみさんを講師に迎え『断捨離®』講演会、



後半は

地区委員より今年度の活動・会計報告をしました。

断捨離とはただモノを捨てるだけではなく、モノへの片を付けていくこと。

モノでも他人でもなく自分に軸を戻し、過去でも未来でもなく今に時間を戻す。モノとの関係を問い直し、清々しい空間を手に入れる。健康・安全、安心・元気、開放感・爽快感。ご機嫌な毎日を～♪先ずはペンたてひとつから始めよう！と提案いただき、お家はトレーニングルームと話されていました。



参加者の方からは『今後の人生に役立つ話を聞いてよかった』『今日から断捨離実践します』『先ずは自分の気持ちを見つめ直す機会となりました』などとても好評でした。

また、地区委員の入会もあり素敵な春のつどいとなりました。引き続き楽しく活動する仲間を大募集です♪興味のある方斐川の組合員事務局まで。連絡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 せっけんっていいね☆を開催しました

開催日：3月9日(木) 会場：サンレディー大田 参加者：15名



今回は、グリーンコープの基本はやっぱりせっけん!ということで、おふろのしゃぼんでお馴染みのせっけんメーカーの地の塩社さん(熊本県)を招いて学習会を行い、せっけんのある暮らしを見直しました。

実際に目の前でせっけんを作って見せて頂いたり、せっけんの使い方についてのお話、シャンプーの仕方を映像で教えて頂きました。

特に、参加者の関心が高かったのが、アルカリウォッシュ。おすすめの使い方をご紹介します。

- ◎ アルカリウォッシュスプレーを作る
- ① 500ml スプレーボトル
- ② アルカリウォッシュ 5g (小匙 1)
- ③ 水 500ml

500mlの水にアルカリウォッシュ5gを溶かし、スプレーボトルに入れるだけ。



レンジ周りや換気扇、フードカバーなど頑固な油污れに直接スプレー。暫く時間を置いてから水拭き。ガスコンロ、五徳、キッチンまわり、電子レンジもスッキリ。手垢、汗、皮脂、血液の汚れにも強いので、せっけん洗濯の助剤としてもお勧めです。

また、粉せっけん洗濯時に泡が少ない時に、アルカリウォッシュを加えると、泡が復活するそうです。使わない手はありませんね。

幸せなことに、島根の水道水はせっけんが溶けやすい硬度とのこと。

自然に還るせっけんをどんどん使いたいなという思いが高まった学習会でした。

大田地区委員会では、2017年度も、気楽に、気軽に、新しい出会いや発見を楽しみに活動していきたいと思っております。よろしくお願いたします!



浜田地区委員会

2月28日、グリーンコープ浜田センターにおいて春のつどいを開催しました。



せっけんについての学習会と朝食メニューの試食、地区委員会の活動報告も行い、参加者と交流しました。せっけん学習会では、黄ばんだ体操服や黒ずんだタオルを煮洗い。すっきりキレイになりました。ちょっとハードル高いかな・・・と書いていたのですが、やり方を実際に見ると、やる気になりました！

洗濯せっけんの使い方や洗濯槽のカビとりについても情報交換ができました。

場所ごとにたくさんの合成洗剤を使わなくても、せっけんと酸素系漂白剤、重曹、クエン酸で良いこともわかりました。

また、試食ではウィンナー3種類・パン2種類・卵2種類を食べ比べ、pompomで扱っている新鮮な有機水菜と有機サラダ白菜にはごまドレと玉ねぎ黒酢ドレッシングをお好みで。

初めて食べた商品もあり、利用普及にも繋がります。参加者からは、野菜の生産者の方の様子も知りたいという声もありました。今後の活動に繋げて行ければ良いと思います。

江津地区委員会

2月23日、農薬や化学肥料を使わない野菜や手作り加工品(合成化学添加物不使用)の販売を行っているNaoFarmさんと、グリーンコープの民衆交易(フェアトレード)食材を使った“Naoさんお手製料理のランチ会”を開催しました。



小雨交じりで肌寒いという生憎な天気でしたが、いつもより多めの方が参加されました。メニュー♪パレスチナのエキストラバージンオリーブオイルをたっぷりしみ込ませた天然酵母のフォカチャ♪秋川牧園の鶏肉のグリル♪野菜

菜スープ♪エコシュリンプ(えび)のグリル♪産直たまごのスクランブルエッグ♪マスコバド糖のカステラ(純生クリームとネグロスバナナ添え)♪東ティモールコーヒー♪びん牛乳(ノンホモ・パスチャライズ)

民衆交易のネグロスバナナについての紙芝居を上演しました。素材を生かした料理を食べながら、グリーンコープの商品の話などおしゃべりも弾み、楽しい時間を過ごすことができました。

『グリーンコープの素敵な取り組みや民衆交易のを知ることができました。』という感想などを頂きました。これからもこのような活動を通じて、自然な形で民衆交易に関心を持ってもらえるようにしていきたいと思いました。

益田地区委員会

3月8日、高津地区振興センターで、春のつどい「だご汁であたたまる」を開催しました。地区委員に九州出身の方がいることもあり、九州郷土料理「だご汁」ランチ会を開催しました。



グリーンコープのお野菜・お肉などの素材の美味しさを伝えたい！ということでメニューにもこだわり、お野菜たっぷりだご汁・鶏肉のソテー(ハーブソルトで漬け込み・ゲランドの塩)・野菜スティック・穀ゆたか入りご飯・不知火を用意しました。調理では参加者の皆さん

と一緒にしゃべりしながら、だご(団子)を色々な形に作って楽しみました。また調理の合間には、グリーンコープのプレーンヨーグルト3種の食べ比べも用意し、「一度食べ比べをしてみたいと思っていました」と喜ばれました。

その他にもグリーンコープでんきスタートについてや、水の彩などの化粧品を実際に肌につけて試してもらうなど、食品以外のグリーンコープ商品を身近に感じてもらう機会にもなりました。参加者の皆さんから、「だご汁を家でも作りたい」「素材の味がよく分かりどれも美味しかった」「電気もシュミレーションしてみようかな」「水の彩も使ってみたい商品。更にグリーンコープに関心がわきました。」など嬉しい感想をいただきました。

春のつどいを開催しました

がんばる！地元の
メーカー＆生産者

ご紹介

有限
会社

渡邊水産

出雲市浜町で、昔ながらのシンプルな
製法で干物を作っています。



♪大切にしているもの、
こだわりを教えてください。



干物は海に囲まれ、魚に恵まれた日本の食文化の一つです。自然の恵みを取り入れた食生活は誇れることだと思っています。

小骨が有り肉に比べて食べにくいこともありますが、ミネラル、カルシウムなど多く含む栄養価の高い食べ物です。

弊社の干物は昔ながらの製法を踏まえ干し上げています。シンプルな製法です。

「旬の魚と塩加減、干し加減この三点と手間をおしまない」これが弊社のこだわりです。鮮魚とは違った旨味があります。

♪おすすめ商品と、おいしい食べ方を
教えてください。

開きあじと野菜のソース

準備する物

開きあじ	1尾		美味しくおしゃれな ソースに変身!
ハウレンソウ・春菊	20g見当		
にんにく	1かけ(お好みで)		
豆乳 or 玄米ミルク	100~150cc位		
味噌	小さじ 1 (お好みで)		

1. 開きあじ1尾をグリルで焼き身をほぐします。
にんにくは芽を取り除き2等分に切ります。
 2. 上記全てをミキサーに入れ混ぜる。
 3. 味みで、塩気が足りない場合は塩を加えます。
(好みでオリーブオイル等の油を加えてください。)
- パスタとあえたり、蒸し野菜のソースなどお使いください。
*冷蔵庫で1週間位、保存できます。



覚えてください! pom pomの火曜日は「野菜の日」!

春になり、冬の間収穫できなかった弥栄の有機野菜も入荷してきました。野菜も充実し、また組合員の方々にも「火曜日は野菜の日」が定着しつつあります。これからもみなさんに利用して頂けるように、商品・野菜ともに揃えていきたいと思っておりますので、足を運んでください。

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
自動車



こんにちは (*^▽^*)
まいにち自動車の営業、西尾です

今回は洗車についてです。!

洗車の方法ですが、まずボディ全体を水で洗い流し、次に石鹸を泡立てて、高い所から低い所へ一定の方向に動かして泡で汚れを落とし、水で洗い落とします。石鹸が乾かないうちに良く流して下さい! 汚れのひどい所は専用のグッズ

で! 拭き取り作業は、吸水性の高い布を洗いと同じ様に動かし、水気を取り除きましょう。仕上げのワックスは、一度に広い面積を行わず範囲を分割して! これでピカピカに♪



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 47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。