



2017年6月26日48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

## 2017年度せっけん学習会

# 守ろう水環境！ 広めようせっけんの「輪！」



グリーンコープでは人にも環境にも優しいせっけんをお勧めしています。

今回の学習会は

- 1.せっけんについて理解を深め、グリーンコープ（島根）での取り組みにつなげる場とする。
- 2.グリーンコープ各県の取り組みを共有し、今後の取り組みに活かす場とする。

を目的として「なぜ私達がせっけんをすすめるのか」「せっけんとはどのようなものなのか」を学びました。せっけんの安全性、良さを伝える為の取り組み紹介が水環境編、実演編の二部構成で行われました。

### <水環境編>

#### ①長崎での「水の循環の学習会」

「パネル」を使い紙芝居のように、クイズ形式で水の循環を一緒に考える学習会。大変解り易く、子ども達からも水の大切さが解った等の感想が沢山あったようです。

#### ②はみがき体験

グリーンコープの歯磨き粉使用後、みかんジュースを飲む体験。子ども達から、「歯磨き粉が違うだけで、こんなに食べ物の味が違う事を初めて知った。」などの感想が多数寄せられました。

#### ③カイワレ大根の発芽実験

水、せっけん水、合成洗剤液の3つの容器にカイワレ大根を播き生長を観察した実験。

<結果>水、せっけん溶液に播いたものはよく育っていました。



#### 「水は天からの贈り物」

水を大切に使い、河川、海を汚さないように、出来る事から始めたいと思いながらも、日々生活する中で手間が掛ったり経済的に負担だったりする事は敬遠し、便利な方に向かってしまいがちでした。今回のように、様々な工夫をしながらせっけん生活を取り入れる事で「環境・健康」と「経済・時間」のバランスを取っていく事が大切と感じました。

### <実演編>

①お弁当箱に付着したしつこい油汚れを落とす方法。

②ヌルヌル油汚れの付いたお弁当箱に  
まず始めに「炭酸ソーダ」または「アルカリウォッシュ」をスプレーします。その後、スポンジにせっけん洗剤を付けて洗うとスポンジもヌルヌルにならず、お弁当箱もキュッキュッと音がする位に綺麗に洗浄出来ました。

②「手作りクリームクレンザー作成」

- ♪材料♪…①キッチンのしゃぼん 50cc  
②重曹 1カップ  
③酢（クエン酸水でも可）15cc

<作り方>… 空き瓶などに材料を順番通りに入れ、「ヘラ」又は「スプーン」で混ぜて完成です。酢を入れる事でクリーム状になり壁面も洗い易くなります。

### 数字でみるGIC生協（島根）



（2017年4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…64名

現在の組合員総数…8,101名（前年対比 100.9%）

### 5月理事会報告

（2017.5.19開催）

- ・第66回通常総代会に関する件
- ・2017年度行事保険・福祉活動保険契約継続の件

…などを協議しました。

## グリーンコープ「産直」「商品」学習会in岡山

私は、グリーンコープの組合員になって3年目ですが、今回初めて参加させていただき「産直」と「商品」について学びました。



### グリーンコープの産直（4つのポイント）

- ① その生産物を誰が作っているのかわかる。
- ② その生産物がどのような生産方法（栽培・飼育など）になっているのかわかる。
- ③ 生産者とグリーンコープとの交流ができる。
- ④ 生産者の側からみても産直提携が実感できる。

グリーンコープの大きな特長です！



グリーンコープの青果の価格は生産者と協議して決めています。

### グリーンコープの取引は再生産可能な固定価格です※

※出荷時期（シーズン）で固定価格

生産、出荷の段階で価格が決まっている。

グリーンコープへ出荷した金額が直接生産者へ渡る。

このまま順調に生育してくれれば  
〇〇パックは出荷できるな！



予約も数がわがっているしね！

ちなみに…

一般市場では、たくさん入荷すると価格は安くなり、天候不順などで入荷が少ないときは価格が高くなる（変動価格）

### グリーンコープの産直米である赤とんぼ米と一般のお米は何が違う？

- ① 栽培計画、履歴がわかります。（青果同様）
- ② いろんな産地のお米を選んで食べることができます。
- ③ 精米したてのお米が届きます。

※精米した米はすぐに酸化が始まるが、グリーンコープの赤とんぼ米は注文に応じて精米したてのお米をお届けしています。



学習会を終え、改めてグリーンコープの組合員であって良かったと思いました。今回の学習会に「参加しない？」と仲間から声をかけてもらったことに感謝して、これからも自信を持ってグリーンコープ（安心・安全）をたくさんの人におすすめしたいと思いました。

松江地区委員会

2017年 春のつどい

～『いのち』をいただくこと 佐藤忠吉さんのおはなし会～ 4月21日開催

木次乳業の創業者 佐藤忠吉さんのお話が聞けるということで、67名の参加申込みがあり、会場には総勢70名以上の方がいましたが、皆さん聞き逃さないよう静かに、一言一言に、耳を傾けておられました。



97才の佐藤さんに会えたことで元気をもらい、話されること全てが納得でき、人生の第二章が始まるような気持ちになりました。

このような素晴らしい方とご縁があるグリーンコープ生協の組合員で良かったと強く思いました。

参加者の感想



ポジティブに考える重要性を再確認できました。とても楽しかったです。

ぜひ一度聞きたかった佐藤さんのお話が聞いて感激でした。



忠吉さんのお話で長生きの秘けつがいろいろと聞いて良かったです。

自然のまま身も心も、それにつきるようですね。そんなステキな話が聞いて、とても良い会でした。



松江まったり委員会

私のおすすめ商品

提嶋



「西製茶所 ほうじ番茶」

コメント「本当に美味しいお茶です。コーヒーより香ばしく、紅茶より香り高く、緑茶より味わい深い。ぐらぐら沸かさず、急須やティーポットで淹れると格段に美味しく、おもてなしにもぴったりです。」



ト蔵



「絹厚あげ」



外は、パリッと脂っこくなく、中はプルンとした舌触りで濃厚な大豆の香りが一杯に豊かに広がります。表面を少し焼き色が目立つまで焼いてシンプルに生姜醤油で頂くと、より一層大豆の風味と味が引き立ちます。おかずにも、おつまみにも合う一品です。

遠藤



「いんすたんと珈琲 おりじなる」

いんすたんととは思えない味わいです。グリーンコープの牛乳を入れても美味しいです。



武田



「とんこつラーメン」



スープは、白くて、濃厚に見えますが、わりとあっさりしていて、のど越し良くて美味しかったです。

中本



「食パン（北海道産小麦）」

国産小麦を使った食パンはどれも美味しく、他では買えないので毎週注文しています。子ども達も大好きです(\*´艸`)



雲南地区委員会

ある日の雲南地区委員会。。。



「ノンカップ麺・ねぎ入りしょうゆ味」と



「レトルトカレー(甘口)・(中辛)」を試食しました



ラーメンは思ったよりしっかりした味で満足感があつたわ〜。

W

しょう油味のスープが美味しかったが〜。私は野菜炒めをのつけて食べて美味しかった!

M7



ひと手間で違うわよね〜。

うちは子どもの小腹がすいた時に出したり、ふだん料理をしない年寄りの昼ごはんにもぴったりよ



K

麺好きのうちの子もモリモリ食べましたよ。子どもには粉末スープの量を減らしてあげました〜。

H



添加物の心配が無いから安心して食べられるわよね。カレーはどう?



W

中辛は黒コショウがきいてて結構辛かったかな。でもレトルトなのにお替りしたくなるほどおいしかった!

T



甘口もスパイシーでおいもがごろっと入ってて本格的な味ですね〜。



H

辛かったけど脂っぽくなくておいしかったが〜

M7



どっちも非常食用にストックしておくといいよね!!



W

ほんとだ〜



## 一映画上映会のご案内一

グリーンコープは原発のない未来を目指して「グリーンコープでんき」の共同購入運動に取り組んでいます。

映画を通して、エネルギーのあり方を一緒に考えましょう。

「日本と原発」「日本と原発4年後」河合弘之監督の最新作

# 日本と再生

世界を駆動させるのは、あふれる自然の力!

# 光と風のギガワット作戦

太陽がいっぱい。風がいっぱい。  
世界はもう、自然エネルギーで動いている!  
地球をひと回りして自然エネルギーの活況を見に行こう。

※入場料金は無料ですが、  
会場内で制作費のカンパに取り組みます。

問い合わせ：グリーンコープ生協組合員事務局

— 4 — TEL 0853-73-7171 fax 0853-73-8013



監督 河合弘之  
(弁護士)

企画・監修 飯田哲也  
(環境学者)

音楽 新垣 隆

エンディング  
テーマ 坂本龍一

上映日 7月6日(木)

10時30分〜

12時30分

会場 ビッグハート出雲

茶のスタジオ(託児:会議室)

西部ブロック

## 今年度のイベントをご案内します♡



西部地域では、今後以下のようなイベントを予定しています。

どの企画も「来てよかったわ～」とさせていただけるよう工夫をしていきたいと

思っています。ちょっとでも関心があるものは一応チェック！！しておいてくださいね。

詳しいご案内と参加の受付は各イベントの2週間前位を目安にチラシを発行していきますので  
お楽しみに♪♪（都合により変更することもあります）

開催予定月	内容	開催地
7月 7日（金）	りんごとみかんの生産者交流会	浜田市いわみーる
7月13日（木）	FPによる“どうする？ こどものこづかい”	浜田市
9月	布ナプキンづくり	益田市
9月	親と子の音楽会&試食会	浜田市
秋（11月頃）	秋のつどい	浜田・益田・江津
秋頃	戦争中ってどんなくらし？	浜田市
12月	せっけん学習会&試食会	浜田市
春（2～3月）	春のつどい	浜田・益田・江津
未定（年数回）	料理教室	浜田市
未定	添加物学習会	浜田・益田
未定（年数回）	ごうつカフェ	江津市
未定（年8回程度）	FPによるお金の学習会&試食会	浜田・益田・江津

FPによるお金の学習会の一例

### 子どもの心を育てるお金の話

子どもに家庭の中でお金の勉強させていますか？

「そんなもの自然に身に付くでしょう？」と思っている・・・あ・な・た

小さい時からコツコツとお金の経験を積んだ子と、なにげなく生活してきた子では、

自分の力だけで生活していかなければならなくなった時に大きな差となって現れますよ。

年齢にあった買い物の経験を積極的にさせてあげましょう。



#### ♡小さいうちは買いものごっこ

買いものごっこでお金の3つの役割を  
教えよう！

- ① 物と交換することができる。
- ② ものさしとして価値を表現できる。
- ③ 蓄えることができる。



#### ♡小学校に入った頃から

こづかい制を導入

- ① こづかい帳をつける。
- ② 「今買う」「あとで買う」「買わない」を考えさせる。⇒判断力をみがく
- ③ 定額にして、前借はさせない。⇒がまんする力が身に付く。

もっと詳しいポイントについては、ぜひ会場でお聞きくださいね。  
ご参加お待ちしております。



## お知らせ 組合員のみなさんへのお願い



グリーンコープは創立以来、「環境のために、今すべきこと」を考え、他に先駆けて調味料からリユースびんをスタートさせ、トレー・卵パックのリサイクル、牛乳容器を紙からびんへ、そして袋・カタログの回収へと未来を見据えて一歩ずつ努力を続けています。組合員のみなさんへは、いろいろと細かいお願いをすることが多くて、恐縮なのですがご協力をよろしくお願いいたします。

### <冷凍・冷蔵・常温配達の商品が入っている袋の回収について>

注意点 ★名前シールは切り取ってください。シール部分が残っているとリサイクルできません。  
★結ばないでください。輪ゴムでとめないでください。

### <カタログの回収について>

注意点 ★個人情報を書いてあるもの（納品書・請求書など）については回収していません。

### <リユースびん>

注意点



マークのないびんは回収していません。

マヨネーズ・りんごジュース・チョコの調味料のびんなどは回収していません。

※生協では、リユースびんでないびんは有料で処分しなければなりません。

### リユースびん

中をよく洗って返してね!



取れにくいキャップは無理して取らなくていいです。びんに傷が付いたらリユースできなくなります。

### <牛乳びん>

#### リユース牛乳びん



飲んだらさっとすすいで乾かさないうで返してね!



キャップもリサイクルしています。

### <リサイクルトレー>

#### リサイクルトレー



ミソに油脂分などが残らないように食器と同じようにきれいに洗ってね。

食器洗い乾燥機でもOKです。

汚れのチェックを1枚ずつ手作業でしています。

重ねないで下さいね。



### <リサイクルたまごモールドパック>

#### リサイクルたまごモールドパック

空になったモールドパックはそのまま返してね!



汚れがついていても殻がついていても大丈夫

### <注文書や申込書など提出物の出し方>

注文書はできれば単独でファイルの中に入れて提出いただくと一番わかりやすく助かります。カタログもいっしょにファイルに入れて返却される場合は、必ず注文書を一番上にし提出いただきますようよろしくお願いいたします。

※カタログの間にはさんで提出されると、見過ごすおそれがあります。

始めよう! 一人ひとりができること

## 地域で活躍するグリーンコープの仲間

雲南市 面代 佐美さん

### ◆どんな活動をされていますか？◆

古民家をセルフリノベーションしたカフェ（cafeA.oryzae）を雲南市木次町で開き、旬のお野菜やオーガニックの食材を使った料理やスイーツを提供しています。

### ◆グリーンコープを始めたきっかけは？

全国の安全な食材を提供するネットワークコープだと聞いて始めました。  
もう20年以上利用しています。



### ◆いま思っていること◆

先日、瀬戸田の高根島で、レモンをはじめたくさんの柑橘類を、30年以上無農薬で栽培している提携の農家さんを訪ねました。

せっかく収穫したものでも見た目で出荷できなかったり、虫が付くことで買いたたかれたりすると聞きました。

ものの本質をきちんと評価できるもっとたくさんの消費者のもとへ届けられると良いなあと感じました。

### ◆今後の展望はありますか？◆

夫が3年前から、奥出雲の荒廃した山林を仲間と切り拓き、焼畑を始めています。

焼畑で収穫した野菜や雑穀を使ってお食事を提供したりお菓子をつくって食べていただくことで「食の大切さ」について考えるきっかけになるような活動をしていきたいです。

## 重要

## 自由脱退と減資の手続きについてのお知らせ

グリーンコープ生協は生活協同組合です。すべての生活協同組合は「消費生活協同組合法」（生協法）という法律に則り運営しています。

生協をいろいろな事情から脱退される場合、または現在の出資金をやむを得ず減資される場合は、グリーンコープ生協の事業年度末（毎年3月20日）の90日前にあたる12月20日までに、専用の申込書を提出していただく必要があります。

※生協法第10条と第17条に記載されています。

※組合員が亡くなったり、県外に引っ越された場合などは法定脱退となるため、この限りではありません。

このように、12月20日までに届けられた方に翌年3月20日の事業年度末に出資金並びに減資申し込み金額を返金させていただきます。

生協は組合員による「出資」「利用」「運営」の3原則に則り運営しています。

組合員自らが出資し運営する主体、主人公であり、その出資や利用は生協を健全に運営していくために必要な原資です。

いつでもいくらでも出資金を引き出せることにすると、年度途中で思いもよらないような多額の出資金が返金され、生協運営に支障をきたすという心配があるため、このような法律によって守られています。

組合員のみなさんのご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

がんばる！地元の  
メーカー＆生産者

ご紹介

## いわみ野菜クラブ

島根県西部の浜田市で葉物  
野菜を栽培しています。



♪大切にしているもの、こだわりを教えてください。



農薬や化学肥料は一切使用せず、皆さんに安心安全は  
勿論、美味しくて栄養価の高い野菜をお届けするよう心  
がけています。

野菜の生育にかかせないのは「日光」「水」そして「肥  
料」ですが、あまり肥料を与え過ぎるとエグみやクセが  
強くなり、あまり美味しくありません。その為に私たち  
は、土壌分析を定期的に行い、野菜が美味しく育つ肥料  
バランスを保つよう努めています。与える肥料を極力抑  
えている為、市販のもの比べて若干葉の色が淡いと感  
じることがあるかもしれませんが、それが私たちのこだ  
わりであり、美味しい証拠です！

♪おすすめ商品と、おいしい  
食べ方を教えてください。



「ほうれん草」「小松菜」「水菜」、  
どれもおすすめで使い勝手の良い  
食材です。ほうれん草は軸の赤い部  
分が一番栄養価も高く味の濃い部  
分で、小松菜はさっぱりと煮びたし  
で。水菜はシャキシャキ感を楽しむ  
ためにサラダでお召上がりくだ  
さい。



キープ &  
ショップ



出雲市 キープ&ショップ こめ一粒

グリーンコープの味でめちゃくちゃおいしいヨ!!

5月から渡邊水産の冷凍干物魚の販売を始めました！

OPEN : 火曜日～金曜日 10時～18時  
土曜日 10時～15時  
(定休日：日曜日、月曜日)

TEL : 080-2944-5106

〒690-0111 出雲市松寄下町 1111-6  
(自衛隊出雲駐屯地 西側)

よろしく  
お願いします

5月から出雲市の渡邊水産の冷凍干物魚の販売  
を始めました！グリーンコープの食材を使った  
お惣菜も、時間がある時に作って販売していま  
す。みなさまの憩いの空間になりますよう…ご  
来店お待ちしております。 こめ一粒 おくい  
Blog <http://okomegu.blog.fc2.com/>

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

## ワイパーの動きはスムーズですか？

ふき取りは、キレイですか？  
ワイパーはタイヤと同じようにゴム製なので、  
劣化したり、硬くなったりします。ワイパーも  
ゴムが柔軟な状態でないと十分な働きができ

ません。  
年に1回は交換をおすすめ  
します。お問い合わせ、お待ちし  
ています(\*^\*)



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 48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。