



2017年2月20日44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

↑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 FAX0853-73-8013

4月からGC島根でも「グリーンコープでんき」の供給スタート！！

電気を買うという行為を通じて、社会を変えよう！！



2016年12月6日、丸紅新電力（株）さんを講師に電気事業について学びました。

2016年4月から電力自由化により電気を選べるようになり、たくさんの新しい電気事業者が登場しています。

学習会では、電気事業は、発電・送電・配電・小売りの4つの工程で成り立っていること。電気は貯蔵ができないため、作る量と使う量が完全に一致しなければならないこと。

スイッチを入れたら直ぐ電気が点く状態にするには、一日の電力の需要に合わせた発電特性を備えた電源が必要で、様々な生活パターンに必要な電気を必要なタイミングで送り届けるために、多様なエネルギー源を組み合わせる電源構成を最適化するエネルギーミックスが必要であること、など、電気事業の仕組みなどについて学びました。

丸紅新電力（株）は、総合商社丸紅の電力

事業を担っている会社で、

1960年代から海外で多くの電気事業を行ってきた実績のある会社です。

現在、海外・国内合わせて10,659MW（2016年7月31日現在）の発電容量があります。これは、北海道電力・北陸電力・沖縄電力・四国電力より多く、中国電力と同等規模だそうで、水力発電、風力発電、太陽光発電（メガソーラー）、バイオマスといった再生可能エネルギーの取り扱い比率は約7割（2015年7月現在）となっているそうです。一番中心に置いているのが、「この国の将来を真剣に考える仕組み作り」を電気の自由化の中で達成していきたいということでした。

全体を通して、電気を買うという行為を通じて環境問題や日本の社会問題、エネルギー事情について、みんなで考えていくことが大切だと思いました。

12月理事会報告（2016.12.9開催）

- ・役員選任会の設置と事前準備と実施について
- ・島根県生協連 2017年度会費額について…などを協議しました。

1月理事会報告（2017.1.20開催）

- ・次期総代選挙の選挙区及び選挙区定数並びに総代選挙管理委員選任について…などを協議しました。

数字でみるGC生協（島根）



（2016年11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…35名

現在の組合員総数…8,231名（前年対比 101.8%）

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

『脱原発学習会』を開催しました



環境エネルギー政策研究所所長の飯田哲也氏を講師に迎え
11月15日ビックハートにて『脱原発学習会』を開催しました。



資料に『私たちの選択が未来を創る 子どもたちに残したい未来を一緒に考えてみませんか』とありました。
子どもたちに残したい未来とは。安心して暮らせる未来。
今、私たちが何を選択するのか。電力の選択もそのひとつ。

学習会ではエネルギーのことを世界規模で統計やグラフを交えて具体的に分かりやすく教えていただきました。風力、太陽光、小水力、地熱、バイオマスなど自然エネルギーは永続的に利用ができ、二酸化炭素をほとんど排出しない、優れたエネルギー。



世界的には『持続可能なエネルギー』である自然エネルギーが加速度的に増加していて、それに比べ日本は遅れをとっている様子でした。

ドイツでは

2016年5月に自然エネルギー
100%の日があったそうです。



また、デンマークでは

国内のエネルギー消費量を抑えるためにコージェネレーションが中心となっていて、火力発電所で電気を作る時の熱を無駄なく地域暖房として使っているそうです。地域内の住宅や企業に、熱水を配管を通して供給して暖房を行う方法です。エネルギーのことを身近に感じてもらおうと首都コペンハーゲンには屋根にスキー場のある発電所を建設中だとか。
さらに、自然エネルギーは地域経済の活性化にも繋がると言われていました。



2016年4月1日から始まった電力小売『全面』自由化により選択肢が広がりました。

今、私たちが何を選択するのか。

飯田さんが最後に言われていた「誰もが参加できる大きな革命が起こっている」という言葉が印象的でした。一人ひとりの力が大きな力になる。

エネルギーのことを身近なこととして考えるきっかけになりました。



自然エネルギーのことがとてもわかりやすく描かれてある素敵な絵本の紹介がありました。デンマーク サムス島をモデルにした『風の島へようこそ くりかえし つかえる エネルギー』

(報告者 林 淑恵)

安来ブロック

60周年特別講演企画

ミオフィアティリティクリニック 看護師&思春期相談士 葉山 美紀子先生の

『大人は知らない思春期の話』を開催しました

日時：11月18日(金) 会場：安来市和鋼博物館 市民ギャラリー



会場は多くの参加者の方で席は埋まり、先生の講演会は始まりました。

子育て中のお母さん方が沢山おられ、話を聴きながら潤む目もあたたかく、心ほぐれる時間を過ごしました。

子どもの成長段階でやってくる思春期。時に子どもは平気で親を踏みつけるような言葉を浴びせます。それって日々とっても辛いことですよね。でもその子どもの行動は、決して離れる事のない親子の絆があるからなんです。変わることなく親が親でいてくれるって信じているから、子どもはきつく当たるのです。

それって何を意味するか、『育児が成功してるって事！』必ず帰って来れるところがあるから、子どもは安心して反抗する言葉や行動が出

せるんです。

反抗期にはいつか終わりが来ます。出口の見えないトンネルではありません。葉山先生の講演会は、育児が成功してるんだ〜って自分たちを確信させてくれる勇気づけられるお話なのです。

この文面を読んでくださった皆さんの中にも、そんな経験をされた先輩方や、現在真っ最中の方、これから迎えるであろう方、そんな皆様のお役に立てれば幸いです。

大人気だったこの講演会、『また聞きたい!!!』と言われる方、増殖中でした。

(^▽^)/*

またどこかで、先生の話を聴く機会があればなと願う日々です。。。。



安来地区委員会

「2016 秋のつどい」を開催しました

日時：12月2日(金) 参加者：28人



今回は家庭でできる、丸鶏料理教室という事で秋川牧園さんをお招きし丸鶏の解体の仕方からご指導して頂きました。

可愛らしい女性講師さんが淡々と部位やさばき方の説明をしながらバキバキッ！と音を立てて解体される様子に参加者

から「ヒャー、キャー」と叫び声もあがりました(笑)が、皆さんはモモ、ササミ、首、皮等の部位を確認し納得しつつ解体を見守りました。

また調理の合間に産直鶏の話もあり、のびのびとした飼育、こだわりの餌、安心安全を再確認。また、オスのヒヨコは処分されてしまうなど衝撃の事実を知ったりと命を頂く事のありがたさが身に沁みました。



そして料理はローストチキンを焼く間に、鶏レバーのフォアグラ風ソテー、カレーピラフ、鶏がらスープを調理。塩コショウのみで味付けされた焼きたてのローストチキンをまた手際よく解体して頂き盛り付け、実食。

クリスマスケーキ試食とコーヒーまで付いていてなんとも言えない美味しい贅沢なひと時を過ごすことができました。

丸鶏料理に自信がなかった方も今年はチャレンジしてみようかな…という声も頂き、丸鶏が食卓に並ぶ豪華な光景が目に見えました。



松江地区委員会

戦争を語り継ぐ会を開催しました



「松江友の会」の澤江さんを講師にお迎えして、戦時中のお話を子どもたちと一緒に聞きました。地球儀に飯ごう、煮干しや芋・豆の手作りお菓子を持参され、子どもにもわかりやすくお話してくださいました。

88歳の澤江さんは山口県出身で、満州でも生活されていたこともあり、とても貴重なもので、特に学徒動員で今の中学生の歳に戦闘機工場に働いていたこと、磁石を持って街中を歩き、武器の原料になる鉄クズを拾い集めた話は、子どもにとって驚きだったようです。勉強する時間があることがどれだけ幸せなのか中学生さんは感じたようです。

また、環境の話や、工夫することで心豊かに生活できることなど、日常生活に役立つ話をたくさんしていただきました。

澤江さんの「今88歳、残された日々をどう生きるか。」というお話に、1日1日を大切に生きなければと強く思いました。

★ありがとうございました。

子どもの感想

せんそうがどれだけひさんかがわかりました。おやつもおいしかったです。
★戦争のことを分かりました。あまり知らなかった満州のことや、生活のことを知れました。日本も苦しい思いをしたけど、満州の人も同じように苦しかったんだろうと思いました。

自分と同じ年で、いろいろな事をして、させられて、昔は大変なんだと分かりました。昔の人の知恵も知れました。昔の人は頭がいいなと思いました。実際のものを見せてもらって分かりやすかったです。よく知られていないところを細かくおしえて下さって、ありがとうございました。

大人の感想

★お話を聞いて、今の時代は本当にぜいたく過ぎるなと思いました。日々の生活はもったいない事をたくさんしていることにも気付かされました。子どものため家族のために工夫して生活したいと思います。戦争の話を含め、今日は子どもと一緒に参加できて良かったです。

雲南地区委員会

ある日の雲南地区委員会。。。

おすすめ商品紹介

皆さんのグリーンコープの
おすすめ商品をおしえて～。

私は「**元気いっぱい産直たまご**」がおすすめ。卵の臭みがなくてすごくおいしいの！毎朝家族で食べてま～す

そうそう、卵おいしいわよねえ。うちでは卵焼きに「**花えび**」を入れてるわよ。ポテトサラダに入れたり、色々使えていいわよね。

私のおすすめは「**厚あげ**」かな。特に「**絹厚あげ**」は中がフワフワで、煮ても焼いてもおいしいですよ～。

私はやっぱり肉！！「**産直鶏肉**」はくせがなくておいしいし、「**産直豚肉**」も「**ローストビーフ**」も大好き！！味にうるさい娘にも好評だに～。

うちの娘もこだわるよ～。「**ミニポテト(塩味)**」をオーブントースターで焼いてお弁当に入れると喜んで食べてるみたい。あと「**ストロベリーパフェ**」も好評だったわあ。

なるほど～。私は「**ふんわり泡シャンプー**」&「**リンス**」がおすすめ。コスパいいし使いやすいし、リンスも柑橘系のいい香りだよ～。合成シャンプー派の人にぜひ使ってみてほしい！！

私はたくさんあって迷うけど…。やっぱり「**厚切りポテトチップス**」おいしいよね～。新じゃがで秋冬限定だしね～。

なっとく～！！

出雲地区委員会 **噂の New shop こめ一粒でおしゃべりしましょう**を開催しました

参加者：大人18名 子ども4名

11月9日に、今年の春 出雲市にオープンしたキープ&ショップこめ一粒で 試食をしながらおしゃべり会を開催しました。当日は、雨が降り、足元の悪い中お越し下さいました。



試食は、鶏ごぼうピラフ、高菜ピラフ、冷凍焼きビーフン、えびといかの彩り焼き、もずくのお吸い物、たまごスープ、ひじきの白和え、ブラックココアサンドビスケット、ベビードーナツ、玄米チョコ、びん牛乳をご用意しました。



お店へ初めて来られた方、何度か来ていただいている方々と交流し、食べてみたかった商品を試食できた、お店に沢山の商品があって手にとって見ることができて良かったと、うれしいお言葉をいただき、お客様・スタッフ一同共に大満足でした。



初めての試みでしたが、今後も組合員の皆様との交流の場、グリーンコープ商品のお知らせの場として、又企画したいと思います。

こめ一粒の商品は、カタログと同じ価格です。又、バラ売り（ホットケーキミックス、だしの素、お菓子など）も置いてありますので、どうぞ、お気軽にご利用下さい。

大田地区委員会

大田のおしゃべり会を開催しました

10月25日(火)石見銀山にあるカフェ・キャリアーで
大田のおしゃべり会を開催しました。



熊谷家でのかまど体験の後に立ち寄ったカフェ・キャリアーでおしゃべり会の会場をどこにしようかと相談していたところ、店長さんからお店を会場に使われていいですよとありがたいご縁をいただきました。

当日は、グリーンコープのインスタントコーヒー、ルイボスティ、びん牛乳と一緒にクリスマスケーキ、ベジタブルスティック、ナッツ類を試食してもらいました。

参加された方に、試食品の感想を聞いたり、お気に入り、おすすめ商品を教えてもらったり、にぎやかに、楽しい時間を過ごすことができました。

今後、大田地区組合員向けのチラシを作成予定ですので、今回教えていただいたおすすめ商品などを掲載しようと思います。お楽しみに！



江津地区委員会

クリスマスに向け「かんたんクリスマスパーティメニュー」を作りました。……開催日：11月10日

- 試食は
- クリスマスケーキ3種、
- 🍷冷チキンライスに卵をのせオムライス風に。
- 🍷牛乳で簡単6種類の国産野菜スープ（黄）を
- 🍷びん牛乳ノンホモを使って。
- 🍷フライパンチキンはオリーブオイルでカリッと焼き、
- 🍷ミニポテト（塩味）、🍷ソウジでチキンフライ（大葉チーズ）はオーブントースターで！
- 葉野菜を添えて、
- まるベリーのパンも3種類用意しました。



小さい子も一緒に参加でしたが、どれも焼くだけ、チンするだけ溶かすだけなど調理が簡単でしたので、短時間でボリュームあるメニューが出来上がりとても美味しくいただくことができました！

簡単でしたので参加者のみなさんも話しも弾みワイワイ楽しくできました。

これなら仕事、子育てとなかなか時間がない方もパパッとパーティメニューが出来上がり楽しい時間が過ごせるかと思えます。

浜田地区委員会

グリーンコープの産直牛乳のよさを伝えるため、「レンネット実験」を行いました。……開催日：10月21日

レンネットというのは、乳の消化のために胃で作られる酵素で、牛乳が胃の中でどのような変化をするのかを見ました。パスチャライズ、ノンホモ、市販の高温殺菌牛乳の3種類を実験しました。

結果は、高温殺菌は固まることなくさらさらと流れていきました。一方、グリーンコープの牛乳はパスチャライズ・ノンホモ共に、プルプルと固まっていました。



グリーンコープの牛乳は胃の中にとどまる時間が長くなり、ゆっくり消化・吸収されていくことがわかりました。これには参加者の方々も驚かれて、「ぜひ利用してみたい！」との声を聞くことができました。

定本理事長より、グリーンコープでんきのお話もしていただき、脱原発の取り組みに少しでも関心をもってもらうことができたのではと思います。

クリスマスケーキの試食も行い、冷凍ケーキに抵抗があった方にも「これならおいしい」、「サイズもちょうどよい」と好評でした。

益田地区委員会準備会

パティシエでもある地区委員さんを講師に「豆乳のもっちりシフォンケーキづくり」をしました。……開催日：12月7日

無調整豆乳や産直たまご等、すべてグリーンコープの材料を使い調理開始。パティシエからふっくら仕上がるコツなど伝授してもらいながら、参加者の皆さんもたくさん質問をしたり、美味しいケーキを作るためにとても熱心！おかげで見事、ふんわりもっちりなケーキが焼き上がりました。

お茶の時間にはケーキだけでなく、グリーンコープの果物、お菓子など試食。参加者の方たちと一緒に和やかに交流ができました。

また、グリーンコープの取り組みとして、グリーンコープでんきのことや、リユース・リサイクルできる回収の仕方についても伝えられる機会となりました。

「たくさん試食ができたし、豆乳の美味しさもわかりました。また色々注文してみますね。」という感想などを頂きました。



秋のつどいを開催しました
：江津・浜田・益田

地域で活躍するグリーンコープの仲間

大田市 太田 洋子 さん

◆どんな活動をされていますか?◆

世界遺産石見銀山の太田市大森町にある重要文化財熊谷家住宅で働いています。

熊谷家は江戸時代から続く商家で、現在約200坪の主屋、5棟の蔵を復元して公開しています。広い台所には10基のかまどがあり、ごはん炊きの体験もできます。



前身「中部生協」を紹介され、すぐ加入しました。

◆いま思っていること

熊谷家では「むかしの暮らし」体験を受け入れています。少し不便でも、手間がかかっても最後まで使い切る、無駄をしない丁寧な暮らしを少しでも取り戻せないかなと思っています。

◆今後の展望はありますか?◆

長い間 組合員活動ができずにいましたが、この度 大田地区組合員さんたちに体験をしていただき、楽しんでいただきながら、少しはお伝えできることがあったかなと思います。この輪が広がれば良いと思っています。

◆グリーンコープを始めたきっかけは?◆

「身体は食べ物でできていく」との思いがあり、家族に健全な食べ物を、と思っていました。その頃出雲の知りあいの人にグリーンコープ

春のつどいへお出かけくぜよ〜

日時	曜日	会場	主催
2/13	月	くすのきプラザ (出雲市)	出雲地区委員会
2/14	火	乃木公民館 (松江市)	松江まったり委員会
2/23	木	Naofarm (江津市)	江津地区委員会
2/28	火	浜田センター (浜田市)	浜田地区委員会
3/8	水	高津地区振興センター (予定)	益田地区委員会準備会
3/9	木	サンレディー大田 (大田市)	大田地区委員会
3/10	金	赤江交流センター (安来市)	安来地区委員会
3/16	木	西日登交流センター	雲南地区委員会
日時・会場とも未定 (4月下旬の予定) です			松江地区委員会

アミカケ部の日程は終了しました。他の日程・会場でご都合がございましたら、ぜひお出かけ下さいね。



3.11を悼んで… キャンドル・ナイト 一緒にいかがですか?

3月11日は『グリーンコープのキャンドルナイトの日』です。東日本大震災とそれに伴う原発事故を忘れないために、電灯を消して、キャンドルの灯りで過ごしましょう。

みんなで気持ちよく利用するために…♡



リサイクルに出すカタログ。注文書と一緒にファイルの中に入れておいていいのかしら…?



注文書 他、イベントなどの各種申込み用紙など… ファイルの中へ！
リサイクルするカタログは… ファイルの外へ！

カタログのリサイクルが始まって2年目。皆様のご協力により回収したカタログがたくさん集まっています。今日は、カタログの出しかたについて改めてご案内とお願いです。注文書などを確実に回収できるようにするため、リサイクルのカタログは、ファイルの外に出しておいてくださいね。



ひとりのひと手間でみんなに大きなエコ効果♡

キープ & ショップ



出雲市 キープ&ショップ **こめ一粒** です

OPEN : 火曜日～土曜日
10時～18時
(定休日: 日曜日、月曜日)

TEL : 080-2944-5106
: 出雲市松寄下町 1111-6
(自衛隊出雲駐屯地 西側)

お店では、グリーンコープの商品の他に、組合員さん手作りのおんしんあんぜんなお菓子や、せオライト焼きいも、癒しのマッサージ、かわいい手作り雑貨など、小さなお店ですが身体に良いものも置いてあります。組合員のみなさまの憩いの場所になれるようがんばります！



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

みなさん、まいにち自動車へお車の点検にお越しく下さい

ワイパーはセンサーカメラに正常に働いてもらうためにも、使い方に注意を(一一)!!
窓が汚れていても、乾いていたらウォッシャー液を掛けてからワイパーを使って下さいね。フロントガラスに雪が積もっていたら払ってから使ってください。
ワイパーゴムの取替え、まいにち自動車で承ります(*^。^*)



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 44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。