

みみため

"みみ"よりな情報
"ため"になる
情報誌

2017年11月20日53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へどうぞ → TEL：0853-73-8010 FAX0853-73-8013

島根県消費者センター だまされないゾウくんの めざせ！かしこい消費者

『消費生活のご相談は188』の巻



作：柏屋ココ

メール相談受付中

メールによる消費生活相談を受け付けています。詳細はホームページをご覧ください。消費生活に関する情報も発信しています！

島根県消費者センター

検索

ホームページQRコード



島根県消費者センター
マスコットキャラクター
だまされないゾウくん



消費者問題に関する出前講座を行っています！

島根県消費者センターでは、集会や勉強会などに講師を派遣しています。「最近の消費者トラブルの事例と対策」「新しい洗濯表示」「食品ロス」など暮らしに役立つ情報をお話ししています。
(講師派遣は無料ですが、寸劇などでは一部ご負担をお願いします。)
詳細はお気軽にお問い合わせください。(0852-22-5103)

10月理事会報告(2017.10.13開催)

- ・「コークス調査研究所 2017年度年会費要請」の件
- ・「ダイオキシン・環境ホルモン対策国民会議 2017年度年会費要請の件

…などを協議しました。

数字でみるGC生協(島根)

(2017年9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…55名

現在の組合員総数…8,305名(前年対比101.6%)



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

遺伝子組み換えってなあに？ 講師天笠啓祐さん



開催日：2017年9月7日（木）
会場：ビッグハート出雲

ビッグハート出雲で、遺伝子組み換え(GM)とはどういうことか、なぜ GM 食品がいけないのかについて学びました。

天笠啓祐さん …

ジャーナリスト

遺伝子組み換え食品いらない！

キャンペーン代表

日本消費者連盟共同代表



遺伝子組み換え(GM)とは？

生命の基本である遺伝子を操作すること。

例えば、除草剤耐性の大豆やトウモロコシ、
ナタネ

■畑に除草剤（ラウンドアップ）をまいて植物を根こそぎ枯らしてから、その除草剤が効かない遺伝子を持った大豆、トウモロコシ、ナタネを育てる。

⇒雑草は生えないで、大豆、トウモロコシ、ナタネだけが育つので生産が楽。

その他の例

- 皮を剥いて時間が経っても茶色く変色しないりんご
- 2倍のスピードで成長する鮭
- ホウレンソウの遺伝子を入れた(栄養価の高い???)豚や、クラゲの遺伝子を入れた(暗いところでも)光る猫

現在、日本で流通しているGM作物は、大豆、トウモロコシ、綿、ナタネ

なんと・・・遺伝子組み換え食品は日本人が一番食べています。

<遺伝子組み換えの問題点>

- ①安全性に疑問⇒健康被害が拡大している
- ②生態系(環境)に悪影響⇒生物多様性に致命的な影響が拡大している。
- ③種子独占をもたらしている⇒食料を支配される恐れがある。

遺伝子組み換え食品を止めるためには、消費者の声が大事！！

- ★GM作物の栽培を阻止しよう
⇒GMOフリーゾーン運動に参加する。

(詳細は5ページをご覧ください)

- ★食べものを変えよう⇒GM食品を買わない。農薬を使わない(低農薬)食品を買う。
- ★食品表示をさせよう⇒消費者庁が遺伝子組み換え表示制度の見直しを検討中なので行動をしよう！

♪安全で安心できる食べ方♪
できるだけ農薬を使わない素材を使って、遺伝子組み換えでない大豆やナタネを使った調味料で、手づくり調理する。



旬な食材

地産地消



輸入食品を減らして国産

グリーンコープでは、遺伝子組み換え(GM)作物の輸入が始まった1996年以降、「GMは食の安心・安全を脅かすもの」として反対の立場を貫いてきました。カタログにも積極的に遺伝子組み換えでない non-GMO 表示を掲載しています。

松江地区委員会

松江地区委員会より「お出汁の学習会」のご案内



お正月をひかえ、美味しいお出汁のとり方を習いませんか。

お雑煮やおせち料理作りに役立ちますよ♪

講師：(株) 山一 (熊本のかつお節メーカー)



日時：12月11日(月)10時～12時30分

会場：いきいきプラザ 調理室(4階)

参加費：無料

託児：1才以上のお子様対象。一人につき300円。

(1才未満のお子様は同伴で参加できますので、事前にご連絡ください。)

去年の感想♡

山一さんのお話を聞くのは2回目ですが、やっぱり楽しく聞かせてもらいました。出汁を取った後のカツオや昆布で作るふりかけを教えてもらったので家でも作ってみたいです。



松江まったり委員会

秋のわくわくパーティーを開催しました

9月28日秋のわくわくパーティにイサミさんをお迎えして、ステーキの焼き方を伝授していただきました。



失敗できないというプレッシャーからか、「注文したことない人からは全く注文がなく、焼き方がわかってる人は度々注文がある」そうです。



ポイントは、火からおろしてボウルをかぶせて余熱で仕上げる。なんと2分でメインディッシュが完成します。

「こんなに早い料理はない!!」イサミさんの言葉に納得です。

その一方で、後でお話を伺うと「各地で学習会の直後は注文が増えるけど、一時的なものです」というのが現実のようです。

毎週は無理でも、月に一度でいいので、是非産直国産牛をご注文下さい! 家族で外食でステーキを食べるよりも、ずっとお得&美味しいディナーになることでしょう。



雲南地区委員会

タオル贈呈に行ってきました！

9月19日（火） 木次乳業 参加者5名



組合員の皆さまから頂いたタオル、メッセージを届けに木次乳業さんへ行ってきました。

今年も598枚ものタオルが集まり、おいしい牛乳を出してくれる牛さんたちのために使って頂けます。



工場見学の後、酪農家女性部の会「奥出雲ほっとミルク」の皆さんとの交流会を行いました。

9人の方々が来て下さり、日々の乳牛のお世話の様子や、エサにする草を作っていることなどを話して下さいました。

私たち組合員は、日々おいしい牛乳が飲める感謝の気持ちを伝えました。

また来年もたくさんのタオルが届けられるよう、ご協力よろしくお願いします。ありがとうございました。



出雲ブロック

総代交流会～あまざけのチカラ～を開催しました

開催日：9月29（金） 斐川町環境学習センター（アース館） 参加者：13名



今回の総代交流会は『あまざけのチカラ』!!米と麴で作られた甘酒を使い健康パワーいっぱいのスイーツを作りました。アレンジのアイデアが出たり、準備した2種類の甘酒の濃度が違うというハプニングもありましたが、これが嬉しい誤算となり予定していたメニューよりも豪華で素敵な仕上がりとなりました。



米粉と甘酒のふわふわパンケーキ ブルーベリーソース、米粉と甘酒のもちもちクレープ りんごのコンポート添え。ドリンクはバナナと小松菜と甘酒のスムージー&ジンジャー甘酒スムージー。

どれもとっても美味しくみなさん笑顔いっぱいでした。グリーンコープの取り組みのお話や質問などもあり、よりグリーンコープを知ってもらいたい機会になったと思います。

2019年度改選期は総代さんの定数が増えます。あなたも『総代』になって、生協の運営に参加してみませんか。来年度の総代交流会も素敵な企画でお待ちしております♪

このセンターは昭和4年に建築された旧出西小学校の建物を活用しています。昔懐かしの木造校舎に触れ、心地よい秋の風を感じながら和やかで楽しい会となりました。



大田ブロック

大田のおしゃべり会 を開催しました

開催日：9月4日(月) 会場：サンレディー大田 参加者：大人26名 子ども17名



会場主催の別講座に参加されていた親子連れなど沢山の方に参加していただき、大変賑やかな会になりました。



試食はみなさんに好評で、特にお母さん方は、お子さんがよく食べる姿に喜んでおられました。



そして、そんな様子をうれしく見ていた私たちでした。
グリーンコープを知らない方、気になっていた方、知っている方、組合員の方、いろいろでしたが、だれでも知っているグリーンコープになれるようにこれからも試食会します！

次回は12月です。

頑張ります！



お楽しみに！



グリーンコープは
遺伝子組み換え作物に
反対しています。

あなたも

GMOフリーゾーン運動に参加しませんか！

GMOフリーゾーン運動とは、遺伝子組み換え作物を栽培しない土地を広げていこうという運動です。「遺伝子組み換え作物を買わない」「農場、家庭菜園などで作らない」など宣言していただける方を募集しています。詳しくは組合員事務局までお問い合わせください。

組合員事務局（斐川）0853-73-7171

（浜田）0855-22-7001



遺伝子組み換えって？

遺伝子を操作して、自然界では誕生することのないものを作り出す技術です。同じ種類の食物を交配させて、新しい品種を作り出す「品種改良」とは違います。

例えば、除草剤をかけても枯れないなたねや、大豆。食べた虫が死んでしまうトウモロコシなど。そんな食べものを人間や家畜が食べても大丈夫でしょうか・・・不安ですね。



西部ブロック なつやすみ親子料理教室 を開催しました

8月22日（火）、浜田市総合福祉センターにおいて、浜田市食生活改善推進協議会（食改）の方を講師になつやすみ親子料理教室を行い、小1から小6までの男女8人の子どもたちが料理体験をしました。



まずはじめに、講師の宮本さんから、「食育5つの力」のお話がありました。

- ① 食べものの味がわかる力
- ② 食べもののいのちを感じる
- ③ 食べものをえらぶ力
- ④ 料理ができる力
- ⑤ 元気なからだがわかる力



メニュー

- デコレーション寿司
- あじと豆腐のカレー炒め
- きゅうりとトマトのサラダ
- 野菜と牛乳のスープ
- 五平餅

それから、3つの班に分かれ、それぞれ食改の方に1人ずつ講師に入ってもらって調理しました。各調理台で全ての料理を作るやり方で、子ども2～3人ずつが順番に包丁を使ったり、まぜたり、盛り付けたりと活躍しました。



全ての調理が終わって、みんなで試食しました。この時、スープの塩分濃度を測って、「薄味」を実感し、生活習慣病予防のためにこの「うす味」を実践していくことがとても大事だというお話も聞きました。「うす味」がどれくらいの味なのか実感でき、子どもだけでなく大人にとっても参考になりました。

感想

- 料理をたくさん作ったのは初めて。お母さんに作ってあげたい。
- お寿司のトッピングがむずかしかったけど、楽しかった。
- 子どもが料理するのを見守っていたら意外に自分で何でもできたのが発見だった。みんなといっしょに作れたのがとてもよかった。



♡牛乳のスープ～うすあじです。

【材料（4人分）】

牛乳300ml
水200ml
チキンコンソメ1袋
玉ねぎ1/2、じゃがいも小2個、
人参小1/2、ベーコン40g

【作り方】

- ① 野菜、ベーコンを好きな大きさに切る。
- ② 鍋に少量の油を引き、ベーコンを炒める。
- ③ ②に水を加え、チキンコンソメ、野菜を入れてやわらかくなるまで煮る。
- ④ 最後に牛乳を加え、温まったら火を止める。

地域で活躍するグリーンコープの仲間

安来市

一級建築士事務所 安藤建築設計室主宰

安藤 かわりさん

◆どんな活動をされていますか？◆



名古屋・東京と暮らし、主人の実家のある島根県安来市に家族でUターン。自宅を建築し、県の建築コンクールで賞をいただきました。

今は自宅の一室にて夫と建築事務所を営んでいます。

業務は主に建物の設計で新築住宅・古民家改修・薪ストーブショールーム、仁摩道の駅（大田市）などが進行中。

◆グリーンコープを始めたきっかけは？

我が家の夕食は隣に住む夫の両親と一緒に食べており、子どもたちのために無農薬の野菜を作ってくれています。

食環境に興味が出始めたころ、長女の習い事で知り合ったママさん友達に誘ってもらい

ました。GCの調味料は、表示とにらめっこしなくてもよいですし、急なお客さんが多いので、冷凍のお茶請けの種類が多いことも助かっています。

◆いま思っていること◆

食べものと住まいって似ていると思うんです。現状は、新建材といわれる複雑なものが多いです。

一般流通の食べ物もそうですよね。それに比べて、無垢の木はとてもシンプル。

経年とともに艶が生まれ、その素材の与えてくれる恩恵は計り知れません。

◆今後の展望はありますか？◆

「今」よりも「10年後」に美しいと思える家をつくりたいと常々思っています。

肌に触れることができる部分からでも、意識をもって素材選びをしてもらえると素敵だなと思います。

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な？



注文書

リサイクルするカタログは…

中へ！

外へ！

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もみんなに大きなエコ効果

がんばる！地元の
メーカー＆生産者

紹介

有限会社玉木製麺

出雲市斐川町にある
製麺会社です。



♪大切にしているもの、
こだわりを教えてください。

当社は出雲市斐川町を拠点とし、創業して70年。地元の方々に支えられながら日々商いをさせて頂いています。

そばの挽きたての香りに魅せられ、自家製粉を大切に、挽きたてのそば粉作りを行っています。また、石臼の特徴である熱を素材にかけ過ぎないことも甘みのあるそばづくりには重要なポイントです。

これからも素材にこだわり、製法にこだわり、出雲の地から美味しいそばをお届けいたします。

♪おすすめ商品と、おいしい食べ方を教えてください。

商品名「**め**そば湯で食べる出雲そば」

出雲そばの特徴は繊維質の豊富な外皮まで挽いた「挽きぐるみ」の手法で製粉し、黒い色目が特徴の田舎そばです。しっかりとした歯ごたえと甘みのある風味を楽しむためには、ゆであげ後、冷水で洗いぬめりを落としたり、氷みずでそばをキュッとひきしめて下さい。また、温かいそばでいただくときには出雲流「釜揚げそば」もおすすめです。ゆでた汁をそのままかけそばの汁として利用いただき、麵つゆをかけてお召し上がり下さい。ゆで汁に溶け出したそばの栄養全てがいただける、出雲独特の食べ方です。



キーフ&
ショップ



出雲市 キーフ&ショップ
こめ一粒です

果物が美味しい季節になりましたね♥

：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)

☎

：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、早期予約の産直りんご・みかんなど、1ヶ、1袋ずつにして販売しています。他にも袋入りの商品やお菓子をバラにして、いろいろとおいしさを試して頂きたく、お買い求めやすくしております。ぜひお店に足を運んでくださいね～お待ちしております。

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

冬用タイヤのご用意は万全ですか？

タイヤを交換される前に一度、ゴムの硬さと残り溝の深さをチェックしてみてください。不安に思ったら、まいにち自動車までご連絡を。

安心して冬の道をドライブするために対策しましょう！ スズキ車の愛車無料点検行っています。ぜひ、ご予約下さい♪

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 53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。