



新規加入された組合員さん…53名(2021年7月20日現在)
 現在の組合員総数…8,582名(前年対比101.0%)
 グリーンコープでんき 契約件数…97名(前月+1名)
 グリーン電力出資金 申込人数…232名(2021年5月末現在)
 申込件数…244件(2021年5月末現在)

発行：グリーンコープ生活協同組合理事会 出雲市斐川町荘原 2230-1 TEL0853-73-8010 FAX：0853-73-8013

オンラインで



開催しました

松江ブロック
 『おもちゃのカンヅメ
 ～りんごとみかん生産者交流会～』

7月6日（火）

みかんの生産者の方から みかんジュースとファイルが届き、とても美味しい
 みかんジュースをいただきました。初めての Zoom 参加を楽しみました。

一年を通して 4又穫まで 系統によ 作業、ご苦労があること。
 ひとつひとつ手作業で愛情を持って、なるべく農薬を使わずに色々工夫
 して下さっていること。 本当に、安心して安全な りんごやみかんを育て
 てください。届けてくださること 幸せで、ありがたいなあ!! と心から思いました。

中晩柑にも いろいろな種類があり、それぞれ香りや味、食べ方が違います。

☆ 今年も、私は、数品種を毎週リレーして届けてくださる中晩柑セットを楽しみに
 試してみようかな～ 心で思っています。

☆ りんごも 今年も、皮も厚く 香り高い アップルティーにもしてみたいと思っています。

初めての Zoom オンラインでの学習会に参加して私は、ドキドキ…（ていねいなが、
 やってみると 簡単で、思い切って参加して良かったなと思えました。 ありがとうございます。

『おたより』ありがとうございます♡

「こんな商品がほしいなあ…」
 「この商品はイマイチだった…」
 「これだったら取り扱ってほしくないな」と
 いったご意見をいただくことがあります。
 みらんと紙面には掲載してなくても、理
 事会で検討し、各所に届けて対応してもらっ
 ていますので、ご理解をお願いします。

これからもみなさんのいろいろな思い
 をお届けください。
 どうぞよろしくお願いいたします。



いろいろな思いや情報を伝えあいませんか？
 みなさんからのおたよりをお待ちしています。

2021年8月16日 みらんと44号

☆商品についてのお問合せはこちらに☆

てるてるコーナー（フリーダイヤル0120-14-0586 月～金9:30～16:30<祝日休>）



グリーンコープの産直青果で！

暑い夏も元気に！！



グリーンコープの野菜は、減農薬・無農薬にこだわり、手間ひまかけて大切に育てられています。組合員と生産者が顔の見える関係で、お互いの信頼の上に成り立っているグリーンコープの産直。おいしい産直野菜をたくさん食べて、毎日健康に過ごしましょう（＾＾）

グリーンコープの産直とは！

- ① その生産物を誰が作っているのか明らかである。
- ② その生産物がどのような生産方法(栽培・飼育など)になっているか明らかである。
- ③ 生産者とグリーンコープ(組合員)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。

組合員と生産者がともに 農業を守る立場で連携しています。

組合員		生産者
予約すると少しお得♪ 欠配しがちな時期も予約者へ優先的に配達される。	予約	注文数の予測が立てやすく、計画的な栽培が可能
市場に左右されない固定価格。安定した価格で購入できる。	価格	グリーンコープと生産者が協議し、固定価格(再生産できる価格)で取引。安定的に生産できる。
化学合成農薬を可能な限り減らして栽培。カタログの栽培内容マークで確認できる。	栽培方法など	作物栽培計画書(契約書)の作成や、肥料・農薬などの記録をし、グリーンコープからの点検も毎年実施。
生産者との交流ができる。(現在はコロナ禍で縮小しています。)	交流	交流によって生産者も産直提携が実感できる。励みになるという声も。

安心して計画的に生産できるから後継者も育てています！



安心な野菜がずっと食べられてうれしい！

夏野菜おすすめレシピ



なすとピーマンの甘辛いいため

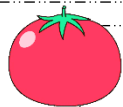
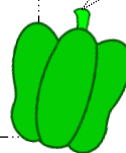
○材料(約3人分)

- ピーマン 2個
- なす 3本
- ごま油 大さじ1
- かつおパック 1袋(3g)
- A [しょうゆ 大さじ2
- みりん 大さじ1
- きびさとう 大さじ1

○作り方

- ① ピーマンはたてに細く千切り、なすは斜めに1cmの薄さに輪切り、さらに千切りに。
- ② ごま油でピーマンをしんなりするまで炒め、さらになすを加えて炒める。
- ③ 全体的にしんなしたら、Aを加えて味をなじませ火をとめる。
- ④ かつお節を振って完成！

ピーマンを縦に切ってよく炒めると苦味が少なくなります☆



トマトまるごとごはん

○材料

- トマト 大1個
- 米 2合
- A [料理酒 大さじ1.5
- しょうゆ 大さじ1.5
- オリーブオイル 大さじ1
- 黒こしょう(お好みで)

○作り方

- ① 研いだ米とAを入れ、2合の目盛に水を入れ、真中にトマト(ヘタをとって皮目に十字の切り目を入れる)を沈め、炊く。
- ② 炊きあがったらほぐし、オリーブオイル、黒こしょうをお好みで振る。

産直野菜を食べてげんき！