

グリーンフレンズ大募集!

グリーンコープの商品を使用しているお店や施設を「Green フレンズ」としてHPでご紹介します



Green フレンズに登録したお店情報はコチラ!



グリーンコープHP



Youtube



facebook



Instagram



グリーンレター 5月号

岡山センター(月~金 10:00 ~ 17:30)
TEL.086-805-2566
組合員事務局(月~金 9:30 ~ 15:00)
TEL.086-805-2552

6月号もおたのしみに!



GREEN LETTER

5

2026 May.

グリーンレター

みんなの広場



活動の様子をお届けしています



編集・発行

グリーンコープ生協おかやま理事会
岡山市北区下中野 311-113

2026年度 第二十四期通常総代会を開催します

日時 6月12日(金)10:15 ~ 14:00

場所 岡山県生涯学習センター

年に一度開催する通常総代会では、県内各地区の組合員代表である総代が、運営を担う役員(理事)から、2025年度の報告、2026年度の事業・活動方針の提案を受け協議します。総代のみなさまには5月中旬にご案内・議案書等をレターパックでお届けします。



総代以外の組合員もオブザーバー参加できます。右記からお申し込みください

◀ 昨年の様子

申込〆切: 5/17(日)



オブザーバー参加申し込みフォーム

<https://forms.gle/tZ1PbZtK2rNzKSRX8>

総代はこのフォームから申し込まないでください

グリーンコープの食材で作ってみよう!
五目ちらしの素を使ったいなり寿司

前日にうすあげを煮ておけば、翌朝簡単にいなり寿司が作れます。

うすあげは多めに煮て、うどんのトッピングなどにも使えます。

<材 料>(作りやすい分量)

- 米 2合
- 国産具材の五目ちらし 1袋
- うすあげ 5枚(半分に切る)
- だし汁 1カップ
- きびさとう 大さじ3
- うすくち国産丸大豆醤油 大さじ2と1/2
- みりん 大さじ1
- 料理酒 大さじ1

<作り方>

- 鍋にAを入れて煮立て、油抜きしたうすあげを入れて煮る。火を止めて一晩から半日そのまま浸しておく。
- ご飯を炊いて、五目ちらしの素を混ぜる。
- 軽くしぼったうすあげに、②をつめる。



CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL

カーボンニュートラルコラム

はじめよう!グリーンコープでんき

グリーンコープでんきは「いのちと原発は共存できない」「原発に頼らない電気を使いたい」という組合員の思いから設立されました。

グリーンコープでんきの家庭向けプランでは、「原発フリー」に加えて「二酸化炭素排出実質ゼロ」の電気をお届けしています。安心・安全な食べものを選ぶように、電気も「地球に優しい」をキーワードに選びたいですね。

オール電化向けの新プラン「お昼 de オール電化プラン」も登場しています。

お問い合わせ・お申し込みは【グリーンコープでんき】まで。

電話 0120-932-679(受付時間 平日 9:00 ~ 17:00)

OPEN

グリーンコープのカーボンニュートラルの取り組みをまとめたサイトをご紹介します。最新の情報はこちらからご覧いただけます。

2026年度グリーンレター プレゼント企画

どちらが正しい? ??

先月号の答えをお届けします。



前回のクイズはこちら

健康のために牛乳や豆乳を飲む方が多いと思います。

牛乳や豆乳に含まれる栄養素のうち、含有量が大きく異なるのは次のどちらでしょう。

正解は「②カルシウム」

牛乳に比べ、豆乳はカルシウムの含有量がとても少ないです。

牛乳の代わりに豆乳を飲まれている方は、別の食べものでカルシウムを補ってくださいね。



クイズ正解者の中から5名の方にグリーンコープ商品をプレゼント♪ 当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

ためになるクイズをこれから皆さんにお届けします! 家族で考えたり、調べたりするのもいいかも!?

生協の三原則

- 利用** (Shopping basket icon)
- 出資** (Money icon)
- 運営** (Handshake icon)

利用する組合員が出資者であり運営者すべてがつながってグリーンコープはできています

生協は組合員による組合員のための組織です。みんなでお金を出し合い(出資)、商品やサービスを利用し(利用)、意見を出し合って事業や活動を進めること(運営)で成り立っています。みんなが「協同」して支えあう、それが生協です。利用することによって生まれた利益は、より良い商品・より良い暮らし・より良い未来を創るために活かされます。

- 出資** 一人ひとりが自ら「出資」して組合員になります。出資額に関わらず組合員は平等です。
- 利用** 「利用」が生産者・メーカーを支え、新たな商品を生み出すことにつながります。
- 運営** 「運営」に関わる総代・役員・委員はすべて組合員。総代会・理事会・各委員会などで意見を出し合います。

今月の記事

- 2026年地区組合員総会意見への応答(改案)

207件 (2026年4月9日現在)

グリーンコープでんき 電気を選ぶ未来を選ぶ

グリーンコープの4R(仕分け袋編)

商品の入っている半透明の仕分け袋は回収して、新しい仕分け袋に生まれ変わります。グリーンコープ独自の取り組みです。袋は乾かして、広げたまま、配達時に返してくださいね。

ラベルの糊が残っていると、焦げや再生時の破れにつながります。

動画で解説! 返却方法を

2026年地区組合員総会意見への応答(改案)

- カーボンニュートラルに全員拠出するのはなぜですか。同意した人だけが良いのでは
- EV車の買い替え費用等は事業費で対応すべきであり、同意なく負担させることは適切ではありません。再考を求めます。
- 地球温暖化については賛否両論あるようです。リサイクルが全てリサイクルされているわけではないと聞きます。カーボンニュートラル拠出金にも疑問を持っています。
「温暖化を止めよう」の理念は素晴らしいと思いますが、毎月1%の拠出金は正直なところ負担が大きく、購入をためらってしまいます。

Q



A

地球温暖化やカーボンニュートラルについては様々な意見や考えがあります。「みどりの地球をみどりのままで子どもたちに手渡したい」グリーンコープ生協おかやまの設立趣意書にもあるこの願いを実現する取り組みの一つが、グリーンコープのカーボンニュートラルです。取り組みの原資の半分は事業から、もう半分は組合員が拠出します。産業革命以前と比べた気温の上昇を2027年までに1.5度以下に抑えることができなければ、これから生きる子どもたちの暮らしが今以上に脅かされることが、これまでに重ねてきた学習会でも明らかにされました。また、機関誌で継続的に発信し、アンケートや茶話会を積み重ね、総代会で賛成多数で可決され、2025年7月より拠出を開始しています。地球温暖化を乗り越えて「地球沸騰化」と言われる現在、大人の私たちがそれを止めることが急務であるため、利用代金の1%(上限500円)を組合員全員で拠出します。商品代金を上げるのではなく、カーボンニュートラルの取り組みにのみ使うことが約束された拠出です。地球温暖化に「無関係、な人はいません。一人ひとりができることは少しずつかもしれないけれど、誰もが関わるこの問題に皆で向き合い、私たちが率先して世の中を変える一歩を踏み出しましょう！」



カーボンニュートラル Q&A



- 野菜の種類を増やして欲しい。抽選で外れたり、欠配になる野菜がある。

Q



A

グリーンコープの産直は、「産地直送」ではなく、『産地直結』です。除草剤や農薬などをなるべく使わず、有機栽培や無農薬栽培、減農薬栽培をしている生産者からの米や野菜や果物を産地直結で契約しています。猛暑や水不足などの異常気象で虫や病気が発生しやすく、農薬を使用しないことが今まで以上に難しくなっています。そのため、野菜の種類が限られたり、届いた時には状態が良くないことがあります。それでも組合員の安心安全をと、土づくりから時間をかけてくださっています。野菜を注文し続けることや、カーボンニュートラルに取り組むことで、生産者のみなさんを支えることも、組合員として大事なことだと思っています。カーボンニュートラル拠出金についてのご意見もいただいています。安心して食べられる産直野菜を守るための取り組みにも拠出金が使われます。組合員のみなさんのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。なお、傷みがある場合は供給訂正されますので、アプリまたは配達担当者へお知らせください。



商品委員会

見て知って味わって！もぉ〜っと好きになる♡ グリーンコープのびん牛乳

2月3日(火)に南ふれあいセンターで開催しました。グリーンコープ連合会畜産部の川嶋常務から、GC産直びん牛乳の歴史、パスチャライズ殺菌、この夏に開場する耶馬溪ファームについてのお話を伺いました。畜産部の谷口部長による「カルシウム有効性テスト(レンネット凝固テスト)」と「ホエー蛋白残存テスト(白濁テスト)」から、GCびん牛乳はカルシウムやたんぱく質が残っており生乳に近い素晴らしい牛乳だとわかりました。グループごとにモッツァレラチーズを作り、ホエーでスープも作り、充実した学習会になりました。



おかやま地域

岡山南〜「雪室ぬか」を使ったぬか漬け試食レシピ♪

- 人参** 皮を残すのがオススメ。半割にすると早く漬かる
- 長芋** ガスコンロでひげ根をあぶってそのまま漬ける
- 手羽先** 別容器にぬかを取り分けて、肉にまぶすように漬ける。軽くぬかを落としてフライパンがグリルで焼く
- ゆで卵** ゆでたら皮をむき、冷ましてそのまま漬けこむ。
- ナッツ** 無塩ナッツを小さい容器に入れて、ぬかをまぶすようにする。

塩分控えてぬかごと食べることができる！特に肉はお子さまも食べやすいですよ♪



「雪室ぬか」レシピ盛りだくさん



LINE オープンチャット案内

2026年度グリーンコープ生協おかやま LINE オープンチャットバージョンアップ ☆行事はもちろん、商品の活用情報や、グリーンコープにまつわるあんなことこんなことを、みんなで話題にしましょう！



直近のおしゃべり試食会情報はコチラ♪



福祉委員会

委員会の様子

福祉委員会は月に一度集まり、学習会の内容を決めたり、報告を聞いたり、メンバーのみなさんと意見交換をしています。忌憚のない意見を言いあえる雰囲気、そういった場があることがありがたいと感じています。2月の福祉委員会では、グリーンコープ生協おかやまHP内にも謳われている福祉活動で大切にしている3つのことが議題にあがりました。その中の1つに「ハンディの重い人」という表記があり、この言葉を受けて一人ひとり思い浮かべる人物像が様々に違うのです。それだけ福祉分野があるということだと思います。みなさんはこの言葉を聞いて、どなたが頭の中に浮かびましたか。みなさんの意見や考えもお聞きしたい議題だと感じました。

福祉委員 澤田



3つの基本的観点はこちらから

くらしき地域

地区組合員総会を開催しました



2月26日(木)まびいきいきプラザで開催！総会では、地区委員会の活動内容や会計報告、総代の役割を紹介。その後の二部企画は「お好み具材でサンドイッチパーティ♪」。

パンは2種類、具材はお惣菜系・チョコクリーム・果物など、新商品を含め約15種類！好きな組み合わせや、単品をじっくり味わったりと、様々な楽しみ方で大変盛り上がりました♪

詳細はくみかつ日記



直近の\倉敷もりあげ隊/地区交流会情報はこちら♪

