

**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 7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

GREEN LETTER 7 2026 Jul.

**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  
みんなの広場  
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

グリーンコープの食材で作ってみよう!  
**鶏肉とほうれん草のミルクスープパスタ**

グリーンコープ おすすめレシピBOXからびん牛乳を使ったレシピです。レシピBOXでは、様々なレシピをご紹介します。グリーンコープ公式インスタグラムでもレシピ動画を公開中です。

<材 料>(約3人分)

びん牛乳ノンホモ…… 600ml	純正ごま油…………… 大さじ2
産直若鶏小間切…………… 300g	水…………… 400ml
ほうれん草…………… 200g	海水塩(なぎさ)……… 小さじ1
玉ねぎ…………… 1個(薄切り)	スパゲッティ……………240g



<作り方>

- ほうれん草は沸騰したお湯で固めに茹で、冷水にとって水気を絞り、3cm幅に切る。醤油、ごま油(各小さじ2、分量外)を絡める。
- フライパンにごま油を中火で熱し、鶏肉と玉ねぎを加えて2分程炒める。
- ②に牛乳と水、塩を加えたら、スパゲッティを2つに折って、乾麺のまま入れる。スパゲッティをほぐしながらよく混ぜ、フタをして10分～12分煮て火を通す。途中で2～3回ほぐすように混ぜる。食べてみてやわらかくなっているのを確認する。
- ③に①のほうれん草を加えてよく混ぜ合わせ器に盛る。

**新商品紹介コーナー**

今月の商品委員会では、新商品の「米粉のサブレ(黒ごまきなこ味)」「国産うらごしトマト」「冷凍国産オーガニックミックスベジタブル」の3点を試食しました。「国産うらごしトマト」と「冷凍国産オーガニックミックスベジタブル」を使って、とても手軽でおいしい簡単具だくさんスープが出来上がりました!

「国産うらごしトマト」は、原材料が国産トマトのみで、1本10gの使いきりサイズでも便利です。「冷凍国産オーガニックミックスベジタブル」は、国産有機野菜を使用し、玉ねぎ、にんじん、ズッキーニがダイスカットされているので、使いやすいです。「米粉のサブレ(黒ごまきなこ味)」は、国産米粉のみを使用し、たまご・乳製品不使用サクッホロツ食感で、食べ始めると止まらない味です。

どの商品も委員会メンバーから好評だったので、カタログで見たらぜひ一度お試しください。



2026年度グリーンレタープレゼント企画 Quiz! **どちらが正しい?** 解答編

先月号の答えをお届けします。岡山県内にはグリーンコープ商品を製造する工場がたくさんあります。岡山県勝央町の工場で作られている商品は①ミンチカツでした。組合員が工場を訪問し、確かさを確認してきました。産直国産牛と産直豚を使用した、こだわりの逸品です。



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!?

**第二十四期通常総代会が終了しました**

日時: 6月12日(金)10:15-14:00 場所: 岡山県生涯学習センター 大研修室

2026年6月12日(金)岡山県生涯学習センターにて第二十四期通常総代会を開催しました。2025年度は

- 「私たち組合員は、地域での活動、情報発信を通じて、未来に優しい暮らしの輪を広げていきます。」
- 「私たち組合員は、「食と農」「環境・エネルギー」「平和」「暮らし・地域の結びつき」について知り、考え、行動することができる場づくりを進めます。」
- 「私たち組合員は、一人ひとりの状況に応じて組合員活動に参加し、学び、つながり、日々の暮らしの中の課題を主体的に解決するために活動していきます。」

を基本方針として生産者交流や学習会、事業推進を行いました(活動内容はグリーンコープ生協おかやまHPくみかつ日誌をご覧ください)。昨年度と同じ3つの基本方針を掲げ今年度も活動・事業を行います。7月1日に耶馬溪ファームが開場し、飼料生産(TMRセンター)、びん牛乳工場とあわせ、循環型酪農事業が完成に向かいます。おかやまでは牛乳の利用拡大に取り組みます。また、11月に岡山で開催される第35回BMW技術全国交流会の実行委員会メンバーとしてBMW技術の発信を行います。急激な地球温暖化を止め生産者とともに食べものを守る。世界各地で紛争が続く今だからこそ平和について考え、人と人が支え合える地域を作る。仲間を増やレグリーンコープの輪を広げる活動を今年度も進めます。

**採決の結果報告**

総代数 118名  
当日出席 118名(実出席21名、書面議決書97名) 当日欠席0名  
当日出席 116名(議長2名を除く)で審議・採決を行い、以下の通りすべての議案が可決されました。

議案	賛成	反対	保留
第一号議案: 2025年度活動と事業の報告の件	109	0	7
第二号議案: 2025年度決算関係書類ならびに剰余金処理案承認の件、監査報告	114	0	2
第三号議案: 2026年度活動計画ならびに事業予算決定の件	112	0	4
第四号議案: 定款変更の件	114	0	2
第五号議案: 役員選任の件	114	0	2
第六号議案: 役員報酬決定の件	112	0	4
第七号議案: 長期未利用者・長期滞納者に対する除名決議の件	114	0	2
第八号議案: 議案決議効力発生の件	114	0	2



**今月の記事**

●2026年度理事のご紹介とおすすめ商品

209件 2026年6月10日現在

**グリーンコープの4R(トレ-編)**

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(食洗器OK)、乾かしてください。返すときはトレ-を重ならないでください。

グリーンコープでは、使ったトレ-を回収し、トレ-として再生利用します。トレ-は3層になっていて、真ん中の層がリサイクル素材。食品に触れる層は新しい素材を使用しています。全ての材質には環境ホルモンは含まれていません。回収したトレ-は一枚ずつ汚れをチェックして再生工場に運びます。重なっていると汚れを見落とすことがあるので、重ならないで返してね。

回収できるトレ-は裏にこのマークが表示してあるものだけです。変形しても回収可能です。

新しいトレ-にリサイクル

返却方法を動画で紹介!

# 2026年度理事のご紹介とおすすめ商品

1年間よろしくお願いいたします！

理事長 安場美須寿



おすすめ商品  
**スイスイクリーン (アルカリ電解水)**

水拭き不要の万能クリーナー。シュッと吹きかけ布で拭き取るだけ。掃除後のスペース感を味わうのが大好きです。

ふくし委員長 土屋美紀



おすすめ商品  
**GC ミックススパイス**

数種のハーブの香ばしい匂いが食欲をそそります。炒め物、サラダ、スープなど、何でも一振りして頂けます♪塩、こしょうだけでは物足りないなぁと思っていた私にピッタリです。

くらしき地域委員長 野見山訓子



おすすめ商品  
**骨まで食べられる北海道野付産黒ガレイ塩唐揚げ**

バランスの良い塩加減とサクッとした食感がとっても美味しい♡夕食やおつまみにオススメです！

岡山北B地区理事 入江寛子



おすすめ商品  
**ライスバーガー**

子どもの部活メシや、ちょっと小腹が空いた時のおやつとして。試合観戦のワンハンドご飯としても、大活躍しています。時間がある時は、野菜を追加したりアレンジもしています。

岡山南地区理事 岸本理恵



おすすめ商品  
**ふわっとたこ焼**

子ども達のお腹すいたコールにもすぐ対応できるので、冷凍庫に常備しています。添加物が少ないのも嬉しいので、安心して食べさせられます。

倉敷A地区理事 矢田貝雅子



おすすめ商品  
**チキンナゲット**

ジューシーで柔らかくて鶏の味がしっかりあるやさしい美味しさが大好きです。レンジまたはトースターで温めるだけ。手軽なのでとても重宝しています。

専務理事 佐々木和宏



おすすめ商品  
**パオズ (包子)**

小腹が空いた時の救世主！グリーンコープのパオズは小ぶりながら具がぎっしりで満足度大。優しい甘みとジューシーさに大人も子ども夢中になる美味しさですよ！

ふくし副委員長 金田朗子



おすすめ商品  
**オーガニックアルガンオイル 50ml**

入浴中に顔に塗ってマッサージします。洗髪後、髪に塗ってからドライヤーすると翌日の髪もしっとりさらさらです。親子で愛用しています。

岡山北A地区理事 齋藤麻衣子



おすすめ商品  
**和風万能うまかたれ**

忙しい時でも、これ一本で親子丼や豚丼が手軽に美味しく作れてとても助かっています。

岡山北B地区理事 福家晴美



おすすめ商品  
**パプアチョコカップアイス**

食べるとカカオの風味がしっかり感じられて、幸せになれるアイスです。家族みんな大好きなんですけど、つい独り占めしたくなっています。

岡山中地区理事 奥田麻子



おすすめ商品  
**チキンナゲット**

一言で言うと「飽きない美味しさ」。お弁当の主食にも隙間にも、家での小腹対策にも大人気。常備しています。

倉敷B地区理事 永山涼子



おすすめ商品  
**ゆず醤油 かけぼん**

わが家には常にストックされています！そのままかけて使っても、お鍋や、即席酢の物など使い方は無限大です。味が濃すぎず、酸っぱすぎず、家族全員大好きです！

商品委員長 鐘築由紀子



おすすめ商品  
**GCびん牛乳**

成長期の子もだけでなく、親世代の私たちにも大切な栄養素のカルシウムがおいしく手軽に効率よくとれます！他にも栄養素が豊富に含まれているので飲み物や料理で毎日とるよ

おかやま地域委員長 平田みのり



おすすめ商品  
**薬用ジェルきらきらがらす**

メラニンの生成を抑える薬用成分が配合された、高機能オールインワンジェル♡肌ケアからメイクまで手軽にできて、目下大活躍中の新商品です！

岡山北A地区理事 大麻卓子



おすすめ商品  
**素焼きナッツ食塩無添加ミックスナッツ**

素焼きなので、小腹が空いた時、ビールのお供にもピッタリ！飽きのこないおいしさです。注文したことない方、一度お試しあれ。

岡山南地区理事 山中美子



おすすめ商品  
**島原わかめ**

歯ごたえも塩加減も良く、大好きです！2分ほどで塩抜きできるので、欲しい時にすぐ使えて便利です！

岡山中地区理事 飛田京子



おすすめ商品  
**ヤキトリ物語 塩味**

ヤキトリ物語の塩味は、鶏肉の旨味がしっかり味わえる一品！シンプルな塩味が肉の美味しさを引き立てます。

組合員事務局 齋藤美聡



おすすめ商品  
**お風呂洗いのしゃぼん泡スプレー**

安心できるせっけん成分！わが家はこれ1本でお風呂はもちろんちょっとした汚れ落としや上履き洗い、トイレや掃除にと大活躍です。

## 商品委員会

夏のクールダウンに安心安全なおやつ

GC「リトルポッキンチュー」

- \* 国産の濃縮還元果汁 100% ジュース使用
- \* 3つの味のバリエーション

GC「ソーダポッキンチュー」

- \* 天然着色料使用

● 合成甘味料不使用

● 合成着色料・保存料不使用

● 使用している果糖ぶどう糖液糖(異性化糖)は遺伝子組み換えではない(non-GMO)原料

原材料はとてもシンプル！！さっぱりとした後口で、みんな大好きな商品です♪

凍らせたリトルポッキンチューを炭酸水や GC 元気くんサイダーに入れたり、GCびん牛乳・プレーンヨーグルトとミキサーにかけてシャーベットスムージーにしてアレンジするのも GOOD☆彡

私たちと一緒に楽しく活動しませんか？

グリーンコープの組合員ならどなたでも参加できます。「オススメの商品を知りたいな」「地域でこんな活動をしています」などきっかけは自由です！！

見学からでもOKなので、興味ある！と思われたら、こちらのフォームからお申込みくださいね。委員会の開催予定日も案内していますのでチェックしてみてください！

申込みフォームはコチラから



## おかやま地域委員会

7月31日(金)～生きる力を育もう～

グリーンコープの学校

岡山北B & 岡山南地区  
委員会  
合同開催

「学校では学べない大切なことを教えてくれる学校があったらいいなあ…」

組合員の眩きから始まったこの企画。地球温暖化、食品添加物、水環境、香害などなど、各分野のプロフェッショナルのメーカーさんにお越しいただき、わかりやすく！興味深く！楽しく！`生きる力、`選ぶ力、を育もう！おいしい給食もある？！

午前午後の2部制を予定。ご参加をお待ちしています！

申込みフォームはコチラから



## ふくし委員会

委員会の名称を変更しました！

皆さん、お気づきになりましたか？福祉委員会の名称が変わりました。「ふくし委員会」です！平仮名になって、より分かりやすく、やわらかく、親しみやすく変身しました！これからも皆さまにとって身近な存在であり続けたいと願っています。

ふだんのくらしをしあわせに

引き続きよろしくお願いいたします！



## くらしき地域委員会

＼あつまれ！総代さん！  
8/20(木)おしゃべりスイーツバイキング開催

倉敷地区の総代交流企画を開催します！総代さんに2カ月に1度お届けしている“総代ニュース”や、グリーンセンターでは伝えきれないグリーンコープの魅力、最新情報もお伝えしたいと思っています。美味しいスイーツを食べながら、一緒に楽しい時間を過ごしましょう！総代さんはもちろん、皆さまのご参加をお待ちしています。



申込みフォームはコチラから



2026年度総代立候補受付中！

9/6まで受付中です^^ 総代については6/15週配付のチラシをご覧ください。立候補等のお問い合わせは組合員事務局まで(086-805-2552/ 平日 9:30 ~ 15:00)



おかやま地域  
おしゃべり試食会



組合員だれでも投稿！  
LINEで交流！  
オープンチャット



＼倉敷もりあげ隊！

