

支援委員会からのご報告



まび畑でとれた白菜と大根を使い、キムチ作りをしました。昨年にサランパンの金さんから教えてもらった記憶をたどり…みんなで挑戦！

白菜の塩づけが1番大切！と金さんより聞いていたのでそれだけは金さんに甘えて再度伝授していた

だきました(^^)

畑から白菜を収穫して、大胆にその場で4分の1にカット！白菜一枚ずつ塩をふり(根本は多めに)その後しっかり重しをしてひとぱん。

翌朝上がっている水を捨て、1カットずつ味見をします。漬物よりは薄いかな？くらいでちょうどよく、塩辛い場合は、20分を目安に塩抜きをします。

3時間ほどしっかり水をきった白菜にキムチタレを塗り込みます！(韓国唐辛子、りんご、にんにく、大根、にら、いかの塩辛、はちみつ、しょうがなどなどで調合…)

ここも、白菜の葉、1枚ずつ塗り込みます。

支援委員のメンバーの他、まび畑プロジェクトのメンバーが5人

参加していただき、5人が中心となり作ってくれました(^^)キムチを作った後は、

- 畑で取れた青大豆の豆ご飯
- サランパンのキムチで作るチゲスープ



を食べて、交流しました(^^)スープには、畑でとれた、小松菜もいれました。

「小松菜が柔らかくてたべやすいね」「スープが美味しい」「豆ご飯嫌いだけど、大豆が美味しい！」といった言葉がかわされてました。

支援委員会の活動も紹介することができ、新しいメンバーが増えれば良いと感じました。

自分たちで作った野菜がキムチなどの加工品へ変身する楽しさを知り、大豆を豆腐に！ピーナッツをピーナッツバターに！さつまいもは、干しいもに！と声

があがりました(^^)

活動の楽しさを感じる日でした。

支援活動から広がり、地域へとつ

ながる、グリーンコープおかやま

のできる支援とはなにか？を模索

しながら活動を継続しています。



GREEN LETTER

グリーンレター

2
2023 Feb.

リニューアル！
グリーンコープおかやま
ホームページ

https://greencoop-okayama.jp/
グリーンコープおかやま 検索

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

そうだ！

地区組合員総会に行こう！



同封されている「出欠連絡票」は出欠に関わらず**全員提出**してください。



詳細は1月中旬～2月上旬にかけてお届けしている、「地区組合員総会のお知らせ」をご覧ください。

今年も「地区組合員総会」の季節になりました。

地区組合員総会は、地域組合員が一年間の地区活動を確認し、意見や疑問・要望などを伝えることができる場です。そしてより楽しい会になるように二部企画も開催♪所属地区の会にご参加ください♪

地区委員会メンバー一同、お会いできるのを楽しみにしています。

読者投稿について

投稿が掲載された方には、「200Green 券」「産直びん牛乳コップ」「グリーンコープ non-GMO マークシールシート」の中から1つプレゼント♪

※紙面掲載・発送をもって発表に代えさせていただきます。

募集テーマ

春になったら〇〇に行って〇〇したい！

締切
2月19日

投稿方法

- ① 応募フォームから
こちらを読み込むか、
https://forms.gle/5vMujheRaUZzhsVS8
からご応募ください。



- ② お手持ちの紙に記入して
組合員番号、所属地区、お名前(フリガナ)、ペンネーム(任意)、希望するプレゼントをお手持ちの紙に記入の上、古封筒に入れ配達員にお渡しください。
※いただいた個人情報等はプレゼントの発送と、グリーンコープのご案内にのみ使用いたします。

読者投稿

12月号で募集したテーマに投稿いただいたものをご紹介します。たくさんのお便りありがとうございました！

身も心もフトコロも♡

わが家のあったか「エコアイデア」

PN. さっき

ゴミ袋は1番小さくする！

《理由》
環境問題の1番大きな問題はゴミの量。みんながゴミを減らせば環境は変わる！デカイゴミ袋にガンガン捨てやすくしない。

- 小さいゴミ袋にして家族みんなにゴミを小さくしてもらおう努力をしよう。大きいゴミ袋に入ったのをぎゅっと小さくしても、あまり減らないけど小さいゴミ袋ごとに小さくするとかなり減ります。
- 出す回数も減らすこと。月に小さなゴミ袋 2.3 回で済ませるくらい、ゴミは減らしていけます。大きいゴミ袋だと入れやすいので、そうはいきません。
- その月のゴミ袋の数が減ったり、減ったりも見やすく減らしやすい。

PN. ゴン太

ゴミの削減と家庭菜園で使うために、生ゴミは、コンポストに入れてます。暖房をなるべく付けないようにするために、腹巻き、レッグウォーマー、湯たんぽで、ヌクヌクにして過ごしてます。



リフューズ
REFUSE

ゴミになるものを
受け取らない

リユース
REUSE

くり返し使う

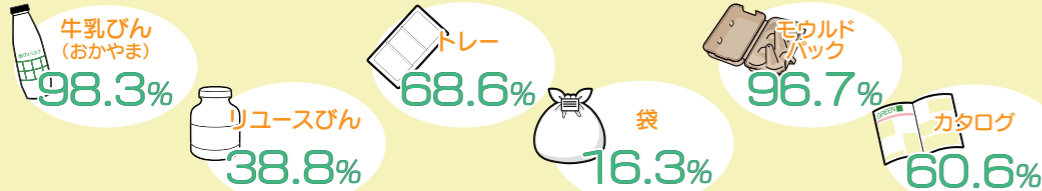
リデュース
REDUCE

ゴミになるものを
減らす

リサイクル
RECYCLE

資源として利用する

リサイクル回収結果 ご協力ありがとうございました！



暮らしのゴミを減らし環境を守るため4R運動に取り組んでいます。
リユースびん・トレー・袋・カタログなどはご返却ください。

4Rポイント～牛乳びん～

- ① フタを付けて
- ② 中は濡れたままで乾くと工場で洗ひんでも汚れが落ちなくなるよ。
- ③ 軽くすすいで見えない傷がつくとリユースできないことも。こすらないでね。

CHECK!

返却の仕方を動画で紹介しています！



2/17(金) 10:00-13:00 講師：株式会社 ネットフーズ

岡山北A

ごはんのおともが大集合!安心・安全を体感できる試食大会!

●会場：北ふれあいセンター

2/21(火) 10:30-13:00 講師：株式会社 ナカシン冷食

岡山東

冷凍食品 DE 時短クッキング♪

●会場：西大寺公民館 (予定)

2/21(火) 10:00-12:00 講師：株式会社 ネットフーズ

倉敷A・B&こじま

古民家 de スイーツカフェ

●会場：ギャラリーしろう兵衛 (船穂)

2/28(木) 10:00-12:30 講師：梶永 徹(株式会社イサミ岡山フードプロダクツ) 岡山南&岡山北A

お肉のプロが伝授!おいしいお肉の焼き方 & 産直国産牛のヒ・ミ・ツ

●会場：南ふれあいセンター

3/2(木) 10:00-12:30 講師：彩生舎

岡山中

オーガニックエッセンシャルオイルを楽しもう!～自然な香りをくらしに～

●会場：中区公民館 (予定)

184件
2022年12月1日現在

グリーンコープで
電気を選ぶことは
未来を選ぶこと

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



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

2022年度福祉活動組合員基金(100円基金)の助成団体が決まりました。



2022年度助成団体報告会 & 交流会
2023年4月27日(木)10時～
会場 & オンライン開催予定♪

お山の会 okayama

吉田田タカシさんの講演会の講師料と交通費

「食」「つながり」「暮らし」を軸として、大人も子どもも共に育ち合いながら楽しみ、喜びを循環させる活動をしています。今年5月からは、大人も子どもも自由な時間の中で、自分で考え、選択することを通して無限の可能性を育てていく「たね」の活動をしています。

子育てを通して親同士もつながって助け合い、幅広い体験を親子ともにされている事が素晴らしいなと思いました。

かちかちネットワーク

子どもの居場所づくりのための子ども食堂運営費

地域交流とハンドメイド会、子育てや地域交流に関する研修費用
2022年4月に「子どもの居場所づくり」の一環として、岡山市東区可知学区でも始めたいと考え、地域交流と困窮世帯への支援を目的として設立しました。フードドライブやチャリティーバザー、食品無料配布会などを開催しています。

行政を頼るのではなく、自分たちで地域を良くしたいという活動がより活発になるように感じました。

NPO 法人こうのさと

妊婦さんへ無農薬野菜をプレゼントする事業 夏休み中の子どもの居場所の運営費

無農薬・無化学肥料で育てたお野菜を、倉敷市とその周辺にお住まいの妊婦さんにプレゼントすることで、新しい命の誕生を地域のみならず祝福するまちづくりを進めています。夏休み中の子どもの居場所として、古民家を開放しています。現在、フリースクール事業を準備中です。

自然豊かな土地を活かして、子どもがのびのび育つことができるように、子どもだけでなくメンバー、家族、地域の方、集う人みんなで考え成長できる場所を作りたいという熱い思いを感じました。



あい音

活動を広く知ってもらうための音楽パーティの開催費

ご自身のお子さんのピアノライフから見えてくる「音楽」との向き合い方、付き合い方、大切さ、難しさ。主にピアノを使用して、様々な角度から音楽に触れることで、子育ての中に、生活の中に音楽を届ける活動をしています。

音楽で一人ひとりの人生を豊かにしたいという情熱を持って活動されていることが伝わってきました。

野良の遊び箱 in 夏休み実行委員会

音楽劇の公演に伴う会場の使用料 アーティストへの謝礼や交通費など

夏休みの13日間、西川アイプラザを拠点とし、市民というつながりで、小学生の子どもを中心に、アーティスト、運営スタッフなど様々な世代が集まり、チーム(役者、影絵・楽器、アシスタント)を作りながら創作活動を行っています。最終日には音楽劇の公演を実施しています。

循環型の地域支援や市民の居場所としても有意義な活動だと思います。

NPO 法人山村エンタープライズ

子どもが過ごしやすい環境づくりに伴う物品購入 学習会費用など

岡山県美作市の山村に集まる若者たちが、地域おこし協力隊の制度を活用し2012年に発足、その後2015年にNPO団体として設立しました。不登校・ひきこもりなど、生きづらさを抱える若者を支援するシェアハウス「人おこし」を運営。大自然・共同生活・地域でのボランティアなどを通じて、若者たちの成長、自立を支援しています。

温かなスタッフに見守られながら、子ども達がのびのびと過ごしている印象でした。



報告 合同委員会

2022年度グリーンコープcafe <後半>

6会場で開催♪びん牛乳の飲み比べや、おかやま開発う米パン、岡山で作られているお好み焼き(豚玉)や和風アーモンドクッキー、和風かぼちゃクッキーを試食。メインは、美味しい産直野菜や手軽な冷凍野菜ミックスに産直豚を使った豚汁でした!

中地区 10/13(木) in 東公民館

クリスマスケーキも3種類試食!安心安全のグリーンコープの良さや美味しさを知ることができました。グリーンコープの活動についても詳しくお伝えできました。参加者から、美味しかった~!豚汁の作り方教えてほしいなどのうれしい声があがり、楽しく有意義な会となりました。



南地区 10/21(金) in 南ふれあいセンター

カタログ掲載レシピを参考に、冷凍野菜でお手軽豚汁を作って、赤とんぼ米の新米と味わいました。デザートには新作のクリスマスケーキ☆食や子育てほか、暮らしのいろんな話題で盛り上がり楽しいひとときでした♪



倉敷A地区 11/1(火) in おひさま広場(真備)

新しくオープンした真備のキープ&ショップのスタッフに、組合員やそのお友達、たくさんの参加がありました。グリーンコープ商品の特徴や市販品との違いなどを伝えながら、いろいろとオススメ商品の試食もできました。特に人気だったのは、餃子と一緒に炊いたご飯で作ったおにぎらず。家でもやってみる!という方が続出でした。



こじま地区 11/21(金) in キープショップこじま駅前

少人数でしたがたくさんいろいろな話ができてとても有意義な時間を持てました。試食では民衆交易品でもあるパプアのチョコを使った焼きドーナツや、数種類の醤油の味を試せたり、それぞれ参加者がおススメの商品を持ってきて紹介したり、もりだくさんでお腹いっぱいになりました。

岡山北A地区 11/22(火) in 北ふれあいセンター

具たくさん豚汁が大好評♪冬のおくりもの手土産企画「ふくのコンフィ」をう米パンに添え、デザートには白玉屋新三郎さんのIRODORIクッキーなど...わいわいお喋りしながら、お腹も心も満たされました♡



行事 平和・環境委員会

自生GMナタネと一緒に調査しませんか?

今年もフィールド調査を実施します。GM ナタネ(遺伝子組み換えナタネ)かも?というナタネが見つかったら、検査キットを使ってその場でチェック。子どもも簡単にできる検査です。詳細は2月6日週配布チラシをご覧ください♪ GM ナタネの水揚港が2か所ある岡山県。その港周辺でほぼ毎年GM ナタネの自生が確認されています。ナタネは雑草やアブラナ科の野菜と簡単に交雑します。国が調査を実施していますが、時期も範囲も限定的。全国的に市民の調査で初めて見つかる例が多数報告されています。

* 調査予定地 *

- 水島港周辺 3月20日(月)
- 宇野港周辺 3月22日(水)
- 岡山東地区 3月23日(木)



申込フォーム

<https://forms.gle/k435hBAJf7mCrv3w5>

平和・環境委員会

環境カンパにご協力ください。

生命(いのち)を大切にしたいグリーンコープでは、みどりの地球をみどりのままで未来の子どもたちに手渡せるような様々な活動に取り組んでいます。活動に直接参加できなくてもいろいろな形で協力していただくことで、活動を豊かに広げることができます。今回の調査で使用する自生 GM ナタネの調査キットの購入代金は環境カンパから支出します。みなさまのご協力をお願いします。

9705 1口200円

9706 1口500円

受付期間
2月6日(月)~
24日(金)

9705と9706はカンパの申し込み番号です。共同購入申込書に番号と数量(口数)をご記入ください。(例)1口200円で数量を「2」と申し込まれた場合は、400円のカンパとなります。



報告 平和・環境委員会 10月18日(火)

日本の竹林問題と竹紙について知ろう

生活アートクラブの富士村社長による、竹紙についての内部学習会を開催しました。Greenぷらすのカタログは竹紙でできています。竹紙は、竹をチップ状に裁断する過程を経てできます。竹はとても硬く、裁断機の刃が折れてしまうため、コストがかかるそうです。年々放置竹林が増え、深刻な問題になっている中、世の中に竹紙がもっと増える事を望んでいます。コストの面を考えると難しい事なのかなと思いました。そんな中、一部のカタログに竹紙を使用しているグリーンコープはとても素敵だなと嬉しくなりました。



報告 美作地区準備会 10月29日(土)

from ネグロスセミナー in 津山

津山市のひととばにて『大橋成子さんに聞く パナナ、マスコバド糖など民衆交易品のお話』をZOOM併用で開催しました。グリーンコープ顧問でAPLAの理事を務められる大橋さん。1980年代に起こったネグロスでの飢餓を救おうと立ち上がった当時のお話からはじまり、農産物を購入するだけの支援でなく現地の人々の自立に向けた取り組み、グリーンコープとの長年の交流事例の紹介、現地のビデオレターなどを通して民衆交易についての理解が深まった学習会でした。多くの組合員の方にぜひ知っていただきたいと思った内容でした。参加者でアンケートに回答して下さった方には民衆交易品のマスコバド糖スティックシュガーと東ティモールのドリップバッグコーヒーをプレゼントさせて頂きました。

