

カーボンニュートラル実現に向けて

おうちでカーボンニュートラル vol.2「国産品を食べよう」

ポコってなあに？

グリーンコープは 2009 年からフードマイレージ運動に取り組んでいるよ。
輸入品の代わりに国産品を食べて減らせた CO₂量を「ポコ (poco)」という単位であらわしているよ。1 ポコは CO₂排出量を 100 g 減らしたという意味なんだ。
フードマイレージ対象商品は、輸入が多い次の 5 分野の商品だよ。

- ①主食(米、パン、麺、もち、小麦粉等)
- ②大豆製品
- ③畜産物(ハム・ソーセージを含む)
- ④食用油
- ⑤冷凍野菜

毎日食べるものでも、輸入品が多いって驚きだね。

ポコの語源は？

ドライアイス (CO₂を凍らせたもの) が溶けるときのポコポコという音と、ちょっとずつという意味をあらわす「poco a poco」から名付けられたんだ。毎日の食卓から少しずつ、温暖化防止に取り組んで、日本の農業を守ろうという意味が込められているんだよ。

自分のポコはどこを見ればわかるの？

毎週届く納品計画書の右上に、今週の結果と累計が印字されているよ。

食生活をシフトして、一緒にポコを貯めていこう！



岡山東地区限定 オープンチャットのお知らせ

LINE アプリで岡山東地区組合員限定のオープンチャットを開設しました。
行事や地区委員会、商品情報等を組合員同士が気軽にやり取りできる場です！
岡山東地区組合員のみなさんご参加をお待ちしています！



組合員名で登録してね



2023年度 総代立候補を受け付けています

グリーンコープをより身近に、より詳しく知ることのできる“総代”
総代ってなあに？と思った方は、ぜひ HP からチラシをご覧ください。



立候補用紙については、組合員事務局までお問い合わせください。
(086-805-2552/ 平日 9:30 ~ 15:00) (※8/10 ~ 8/15 は夏季休暇)

申込締切
8月金
18日

エコシュリンプと 冷凍ブロッコリーの塩炒め (グリーンコープおすすめレシピ BOX より)

- <材料>(4人分)
- ・エコシュリンプ(むきみ) 200g
 - ・しょうが 1片
 - ・冷凍北海道産ブロッコリー 200g
 - ・産直鶏がらスープ 小さじ2
 - ・ごま油 大さじ1

<作り方>

- ① エコシュリンプ(むきみ) は解凍し水気を取る。フライパンに油を入れずに凍ったままのブロッコリーを入れて乾煎りする。温まり焦げ目がついたら一度取り出す。
- ② ①のフライパンにごま油とすりおろしたしょうがを入れ弱火で炒める。香りが立ったら中火にし、①のエコシュリンプを入れて炒める。
- ③ エビの色が変わったら①のブロッコリーを戻し入れ、鶏がらスープを加えて味を付ける。



感想をお寄せ
ください！



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



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

8

2023 Aug.

グリーンレター

8月7日(月)
～25日(金)
サンプルがちょっと豪華！

ご近所・友達・職場の方に
おいしいサンプルセットを届けよう♪

みんなで組合員を増やそう♪ 夏のお友達紹介キャンペーン



「いのちを育む食べもの」を手にしたい。
そして次世代につなぎたい。

組合員が増えるということは、食べもの・環境・エネルギー・地域福祉など
できることが増えるということ。
組合員の力で、組合員を増やしましょう♪

利用

生協の
三原則

出資

運営

お友達紹介はいつでもOK！

紹介した方が加入すると
紹介者には 500Green 券をプレゼント♪



お友達紹介の
チラシが入ったら
特別サンプルがスタート！
8月7日週に
カタログと一緒に
配布予定



※画像は昨年のものです

2023 年度加入累計 **556** 人
(2023 年 3 月 20 日現在)

GC生協ふくしま	39	GC生協さが	12,308
GCしがまる生協	364	GC生協(長崎)	16,180
GC生協ひょうご	4,840	GCかごしま生協	18,346
GC生協とっとり	5,122	GC生協ひろしま	20,994
GC生協おかやま	5,507	GCやまぐち生協	22,519
GC生協みやざき	7,687	GC生協おいた	28,942
GC生協おおさか	7,671	GC生協くまもと	65,054
GC生協(島根)	8,774	GC生協ふくおか	208,420
		GC合計	432,767

回収にご協力を！

保冷剤、発泡スチロール、コンテナ、カタログなどの配布物、
トレー、リユースびん、モールドバック、袋など
すべて「組合員の財産」なんです



必ず返却

保冷剤などが返却されず、
毎年組合員のお金で買い足しています



汚れたら洗って返す

センターで全て洗うことは不可能
次の人のためにキレイに！



カタログなどの配布物は返却

グリーンコープこども基金の財源です



グリーンコープのトレーは、捨てたり、 スーパーの回収BOX等に出さないで！

回収できなかったトレー分は、
組合員のお金から処分費用を支払うことに



今月の記事

●20th アニバーサリーマーケット新着情報 ●自生GMナタネ調査報告

195 件
2023 年 7 月 6 日現在



4R返却率

牛乳びん (おかやま)	トレー	モールド バック
101.7%	88.9%	80.6%
リユースびん	袋	カタログ
85.5%	22.4%	54.5%

4Rポイント～リユースびん～
①キャップをとって、中をよく洗ってね
②《リユース》マーク、
《R》マークのついたびんを回収するよ
③キャップが途中で切れたら
無理せずそのまま返してね



返却方法を動画で
紹介しています！

リユース R



日時

2023 年 12 月 10 日(日)
10:00 ～ 14:30

会場

コンベックス岡山

グリーンコープ生協おかやま 20 周年の節目に…
20 年の歩みを共有し、楽しみながら、
これからの望む未来を考える。
そんなまつりを開催します！

出店者、続々決定中!!

出店者が続々と決まっています！
みなさんがカタログで目にしてあるあのメーカーさん、
Green フレンズのお店、岡山の生産者など
50 以上の出店者が、コンベックス岡山に大集結！
様々なブースで 20 周年を盛り上げてくださいます♪
組合員のみなさんには当日楽しんで会場を回っていただけるよう、
出店者一覧や会場マップもお届けしたいと思っています！
来月以降も、このグリーンレターをチェックしてみてくださいね♡

GCweb やグリーンコープアプリのご登録はお
済ですか？ご登録いただくと、いろいろ最新情報
をお届けします。アニバーサリーマーケットでも
いいことがあるかも？？登録がまだの方はぜひ
ひ早めにご登録くださいね！



★
国産小麦と GC 海水塩(なぎさ)を
使用した手延べ麺なので、
弾力性に富んだコシと
旨味と風味が楽しめます
★



平和・環境委員会

不戦はグリーンコープの原点です

ウクライナとロシアの戦いに収束の兆しが見えないいま、
日本では終戦の日を迎えようとしています。
グリーンコープは平和と生命そのものに価値があると考え、活動しています。
戦いではなく、ことばで解決できるように。相手をおもひやり、平和
を作るための運動を続けていきましょう。



商品委員会

夏はやっぱりグリーンコープのそうめん!!

「GC 島原手延べそうめん」を製造しているのは「株式会社
みそ半」さん。代表の松永さんからお話をお聞きしました。
●島原そうめん(長崎県)の生産量は第二位。
●安心安全な国産小麦使用のそうめんを研究していく中
で、美味しいそうめんを作るために塩の自社開発まで行っ
ているのですが、なんと！この塩が長崎県の美しい海水を
くみ上げ平釜炊きされた GC 海水塩(なぎさ)です！！
●工程ごとに寝かせながら作られた手延べそうめんは、炭
蔵熟成庫で安定した品質を保ち熟成させて出荷。

～美味しいゆで方～

- ①沸騰しているたっぷりの湯に麺をさばきながら入れる。
- ②最初は麺がくっつかないよう箸で軽くまぜるが、かき混
ぜすぎないように注意！（かき混ぜすぎると、麺に傷が入
り切れたり、ゆで伸びが早くなるそうです。）
- ③吹きこぼれない火加減で(差し水はしない)、100 秒程ゆ
でる。
- ④ゆで上がった麺をザルにあげ、しっかりもみ洗いをして
ぬめりをとったらできあがり\(^ω^)/

福祉委員会

活動紹介 その①～フードドライブ～

年に 2 回、組合員のみなさんから食料品や未使用の紙おむ
つや生理用品などをご提供いただき、支援団体を通じて必
要な方へお届けする「フードドライブ」を行っています。た
だ品物を整理するだけでなく、届けてくださったみなさん
の温かいお心を感じ、お届けする方々の気持ちにも思いを
馳せながら仕分けをしています。作業の後は、交流の場を設
け、試食を楽しみながら、提供先の団体の活動について組合
員へお伝えしています。
12 月の 20th アニバーサ
リーマーケットでは、食料
品限定のフードドライブ
を行います。ご協力を宜し
くお願い致します。



支援委員会

KSB 瀬戸内海放送の 番組に出演が決まりました!

「高校生と見つける、私たちの SDGs」
西日本豪雨災害から 5 年を迎えた今、番組を通じて
グリーンコープの災害支援活動、グリーンコープの運動が
伝わる内容です。
支援委員会も登場させてもらうの
でぜひお見逃しなく(^^)/
放送日は番組ホームページを
チェックしてね。
<https://www.ksb.co.jp/sdgs/>



投票&プレゼント

ぜひあなたの推しに清き 1 票を～♪

グリーンコープ投票『キッチンのしゃぼん』対決!

投票に参加してプレゼント GET♡
家の中の「洗う」は「せっけん」♪
投票してくれた方の中から **10** 名の方に、得票数の多かった方の商品をプレゼント♪

投票締切
8月(日)
20日



赤コーナ-

キッチンのしゃぼん固形

固形だから実現する「純せっけん分 93%」
スリムな形状だから片手でも持ちやすくき
め細やかな泡が立って洗浄力バツグン！
香料不使用なので、食器洗い・手洗い・布
巾洗いにも。ウチの台所はコレ一つ♡

キッチンのしゃぼん液体

青コーナ-

食器洗いはやっぱり液体！
無香料と香料入を好みで選べる♪
プラ削減のため詰替用 only なのも◎
好きなボトルに入れて気分も up↑
ウチの台所はコレ一本♡



合同委員会

冷蔵庫でゆっくり解凍して
あつという間につみれやお
魚ハンバーグが完成！

アジの落とし身



ポテトサラダを中に入れてつ
くる、`揚げないコロッケ`
が子どもの大好物♪



うすあげ

4 月はパイン、秋にはりんご、
1 月は中晩柑♪毎週違った
種類の品種が届きます。いつ
か桃も実現しないかな…



産直青果のリレ-

直近の
地区委員会情報
はこちらから



総代懇談会を開催しました。

5/20(土)オンライン zoom(参加者 15 名)
5/23(火)南ふれあいセンター(18 名)
5/26(金)玉島市民交流センター(14 名)
グリーンコープの運営や総代の役割、総代会議案の理解と
参加者同士の交流を深めました。
専務理事による説明がわかりやすいと好評で、また交流タ
イムには、理事のオススメ商
品を試食しながら (zoom 参
加者には後日お届け)、参加
者同士お気に入り商品を紹介
し合い、日々の買い物を楽
しむヒントをたくさん得る
ことができました。

参加者の
オススメを
一部ご紹介!