

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

カーボンニュートラル実現に向けて

おウチ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ます。

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100g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)
- ④食用油
- ②大豆製品
- ⑤冷凍野菜
- ③畜産物(ハム・ソーセージを含む)

毎日食べるものでも、輸入品が多いって驚きたね。



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」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!

CO₂ NEWTRAL CO₂ NEWTRAL CO₂ NEWTRAL CO₂ NEWTRAL CO₂ NEWTRAL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のご参加をお待ちしています!

2023年度
総代立候補を受け付けています

申込締切
8月金
18日

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)

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
- ・冷凍北海道産ブロッコリー 200g
- ・ごま油 大さじ1
- ・しょうが 1片
- ・産直鶏がらスープ 小さじ2

<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。香りが立ったら中央にし、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

グリーンレター

8
2023 Aug.

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

8月7日(月)
～25日(金)
サンプルがちょっと豪華!

「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

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、モウルドパック、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

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

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!

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一分は、
組合員のお金から処分費用を支払うこと

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	モウルドパック
101.7%	88.9%	80.6%
リユースびん	袋	カタログ
85.5%	22.4%	54.5%

4Rビンボンポイントへリユースびん～

①キャップをとって、中をよく洗ってね
②《R》マークのついたびんを回収するよ
③《R》マークの中に入れたたら
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!

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い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♪
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早めにご登録くださいね！



自生GMナタネ調査報告

今年も3月に、ナタネ水揚げ港である宇野港および水島港周辺と、水揚げ港から製油工場や飼料工場に向かう幹線道路沿いを調査しました。

検査した個体はすべて陰性でしたが、陽性の疑いがある1検体を精密検査しています。

ナタネは人が手をかけなくても容易に自生します。遺伝子組み換えナタネが自生すると、風や昆虫によって花粉が運ばれ、家庭菜園の作物と交雑する可能性があります。知らない間に遺伝子組み換え野菜を食べてしまうという恐れもあります。ナタネと同じアブラナ科には、キャベツ・小松菜・ブロッコリー・かぶ・白菜・大根など、お馴染みの野菜がたくさんあるので気をつけたいですね。

拡散状況を確認するために、これからも調査を続けていきます。



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



赤コナー 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
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 青コナー

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 のもの◎
好きなボトルに入れて気分も up↑
ウチの台所はコレ一本♡



せっけん洗いのポイント

- せっけんはアルカリ性だから、酸性のもの（酢や汗など）と反応すると、原料の油に戻ってしまいベタつく原因に。
- 食器を洗うときは布などで酢や油を拭き取り、よく泡立てたせっけんで洗いましょう。
- せっけんは薄まると洗浄力が弱ります。また、せっけんは水中のミネラルとくつき白いせっけんカスができます。食器をすぐときは1枚ずつすぐことがポイント。洗い桶にためてすぐと、汚れが再付着するので。
- 一見面倒そうなせっけんライフ。でも酸と反応して油に戻るということは、子どもやベットが間違って飲み込んでも胃酸で油に戻るから安心ということ（合成洗剤を飲み込んだ場合は胃洗浄が必要）。薄まると洗浄力が弱まるということは肌に残りにくく肌に優しいということです。

委員会

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、しっかりとみ洗いをしてぬめりをとったらできあがり＼(^o^)／



★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まま、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。相手をおもんばかり、平和を作るための運動を続けていきましょう。



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/>



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！



冷蔵庫でゆっくり解凍して
あっ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…

産直青果のリレー

直近の
地区委員会情報
はこちらから

