

岡山県内全自治体へのアンケート回答を公開しました

「住んでる街を住みたい街に」していくために、まずは私たちが暮らす自治体が何を考え取り組んでいるのかを知りたいと思います。県内全自治体に質問書をお届けし、19の自治体から回答が寄せられました。回答一覧・自治体毎の回答はホームページをご覧ください。



※QRコードが読み取れない方は
<https://greencoop-okayama.jp/2461>
にアクセスしてください。

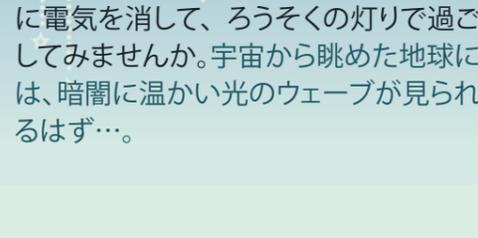
24時間受付！ 共済マイページ

CO・OP 共済の「共済マイページ」をご存じですか？日中忙しくて、配達員さんに声をかけられない方も、共済のホームページで共済マイページの利用登録を行うと、契約内容の確認、契約手続き、内容の変更がインターネットを使って自分で簡単にできるようになります。ケガ通院共済金の請求もマイページ登録があれば書類の記入や郵送が不要。スマホやパソコンがあればいつでも・どこでも請求ができるのでとっても便利です。控除証明書の再発行や、電子発行もできるので、年末調整が必要な方はチェックしてくださいね(^^)/



～始めませんか。キャンドルナイト★
『でんきを消して、スローな夜を。』

アメリカでの原発政策に反対する「カナダの自主停電運動」をヒントに、日本でも広がるキャンドルナイト。冬至(22日)の20時～22時に電気を消して、ろうそくの灯りで過ごしてみませんか。宇宙から眺めた地球には、暗闇に温かい光のウェーブが見られるはず…。



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」「エコバック」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。

●おすすめレシピ
今月のテーマは…「グリーンコープ商品でつくるわが家の鍋レシピ」(オリジナルレシピと写真/グリーンコープの商品を使用)

●私のおすすめ商品
あなたのおすすめグリーンコープ商品を教えてください！

●日々つれづれ(写真もOK)
みんなに伝えたい・共有したいこと、日常の出来事など何でも結構です。

●さしあげます、ゆずります、ゆずってください
組合員同士でリユース&リサイクル♪

●注意事項 品物のやりとりは本人同士の責任において行っていただきます。グリーンコープは関与しません。

●2月号投稿締切
12月15日(水)



投稿は応募フォームからできます。QRコードを読み込むか、<https://forms.gle/a5FCgEabNtywnc1G6>からご応募ください。

和風ねぎマリネ

材料 (4人分)

ねぎ …………… 2～3本
★マリネ液※お好みの組み合わせの物を選んでください。
酢 …………… 大さじ3 らくらく酢 …… 大さじ3 万能甘酢だれ …… 大さじ3
ちくこの白だし …… 大さじ1 しょうゆ …… 大さじ1 酢 …………… お好みで

作り方

- ① ねぎを5cmくらいの食べやすい大きさに切る。
★マリネ液をバット、タッパー等にまぜておく。
※平たいものがよい
- ② オリーブオイルをひいたフライパンにねぎを入れて蓋をし、焼き色がつく程度コロコロと焼く。
- ③ 焼いたねぎを★マリネ液に漬ける、粗熱が取れたら冷蔵庫へ。
※30分以上漬けてください、
※冷蔵庫で2日程度保存可。



トマト加工品メーカーさん！
ゲノム編集 高GABA トマトを使わないで！
一言メッセージ募集

12月26日(日)締切

ゲノム編集作物が「届出は任意」「表示義務なし」、通常の食品として流通されようとしています。日本での第一号、ゲノム編集高 GABA トマトの苗が今年無償配布され、さらにトマトピューレとして予約販売も開始されました。ゲノム編集トマトを取り扱うかどうかは「消費者心理を考慮して判断する」と回答しているメーカーがあることがわかりました。メーカーに「ゲノム編集作物を使わないで欲しい」という声を直接届けましょう！



※いただいたメッセージは、グリーンコープ生協おかやまからの要望書をそえてメーカー6社にお届けします。

<参考>
トマト加工品メーカーにゲノム編集トマトに関する質問状
遺伝子組み換え食品いらない！
キャンペーン 2021年6月28日
<https://www.gmo-iranai.org/?p=3582>



<直接メーカーにハガキを届けたい方は>
グリーンコープ生協おかやま HP から、ハガキひな型&宛先がダウンロードできます。



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



くらしのごみ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。

159件
2021年11月4日現在



おねがい
住所や登録電話番号を変更した時は必ずお知らせください。
よろしくお願ひ致します。

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
グリーンコープおたすけ隊窓口(火・水 10:00～14:00)
TEL.086-805-2481 FAX.086-805-2569
暮らしの中での困りごとについてご相談ください。

第2弾
ご報告

グリーングリーン 交流会 in おかやま

組合員からのメーカーへの質問をいくつかご紹介！

お待たせしました！9/7に開催されましたグリーングリーン交流会第一部の様子をアーカイブ配信いたします♪当日どうしても参加できなかった方も、参加したけどもう一度聞きたい！という方もぜひご覧ください。
また、当日は参加できなかったけど今回のアーカイブ配信を見て感想をお届けくださった方から抽選で試食サンプルのプレゼントもあります！



視聴期限：2022年1月16日(日)

Q ご紹介いただいた「いわしちくわ」「はもちくわ」がとても美味しそうなのですが、おススメの食べ方はありますか？

岡虎
さんに

いわしちくわは、長崎県産のいわしを使っていて、そのままでも美味しいですがとてもいい味がでるので、お吸い物やお味噌汁にもおススメです。
鱧は瀬戸内海産、食べ方としてはやはり梅肉をつけて食べるのがおススメ。骨などのじゃりじゃりした感じもなく、お吸い物にもいいです。

Q 納豆、とても美味しく食べています。ひきわり納豆と粒の納豆は作り方が違うのですか？

マルキン
食品
さんに

大豆を蒸す工程は一緒です。ひきわりは大豆を自社でカットしていて、カットしている分表面積が多いので納豆菌が繁殖しやすく栄養価が粒より高いです。

たくさんの質問を
しながら、メーカー、
生産者の
皆さんの交流が
できました。

Q 餃子の上手な焼き方を教えてください。(特に鉄のフライパンで)

ビッグ
ファイブ
さんに

大きじ 1 くらいのたっぷりの油をしいて、中火でじっくり蒸し焼きにする。最初から焦げ目はつけず、水をかけて5~6分後蓋を取ってから焦げ目をつけると◎。鉄のフライパンの場合は、空焚きをしてフライパン自体を熱くしたところに油を入れて、すこし冷ましてから使い始めると、くっつきにくく美味しく焼けますよ。

Q リトルポッキンチュウはスーパーの物と全然違ってすごくいいと薦められて買っています。具体的にどこが違うのですか？

農水
フーツ
さんに

「混濁果汁」で皮も使っているので果汁本来の香りがあります。香料や着色料は使っていません。そして、砂糖に比べてスッキリした甘さが特長の「遺伝子組み換え原料でない異性化糖」を使っています。一般的には、混濁果汁は使用せず、香料・着色料で香りや色をつけ、甘みは遺伝子組み換え原料からつくられた異性化糖を使用しているものがほとんどです。

Q 「コットンびより」について教えてください。

田中藍
さんに

成人女性の4割が肌トラブルを経験しています。角質が刺激をブロックしていますが、蒸れ・こすれ・べたつき・微生物などにより炎症が起こります。コットンびよりにして肌トラブルが改善した理由としては右記のようなものがあります。まずはしばらく使ってみて、経血の変化や体調の変化を見てほしい。

肌に優しい

天然コットン 100%で、摩擦が起きにくい。漂白は塩素ではなく、酸素系ものを使用している。

通気性

フィルムの穴から水分と空気を通るので蒸れにくい。

体温が維持できる

経血を吸収しジェル化するポリマーを使っていないので、体温が下がらない。冷えないので生理痛が解消された人もいます。

キリトリ

問題 それぞれ正しいと思う方に☑をつけてください。

① 牛乳びん

- きれいに洗って、中まで乾かして、キャップを外して返す
- 軽く水洗いして、中は乾かさずに、キャップをして返す

② マヨネーズびん

- きれいに洗って、中まで乾かして、キャップを外して返す
- 返せない

③ リユースびん

- 全てのびんをきれいに洗って、乾かして、キャップを外して返す
- Rマークのあるびんのみきれいに洗って、乾かして、キャップを外して返す

④ トレ-

- 軽く水で流して、乾かして返す
- 食器と同じようにきれいに洗って、よく乾かして返す

⑤ トレ-

- 食洗機に入れて良い
- 食洗機に入れてはいけない

⑥ 袋

- シールは、きれいにはがして返す
- シールは、はさみで切り落として返す

⑦ モールドバック

- 汚れても破れても返す
- 汚れたり破れたら返さない

⑧ モールドバック

- 蓋を開けて返す
- 蓋を閉めて返す

⑨ グリーンコープの4R

- グリーンコープでリユース、リサイクルできるのは、グリーンコープ商品のみである。
- たまごのモールドバックなど、グリーンコープ商品以外も、グリーンコープでリユース、リサイクルできる。

7月30日(金)岡山中地区 親子で聞く 生と性のはなし

夏休み企画として、親子で一緒に生と性について知り、考える機会になればと思い、助産師の小川さんを講師にお招きしました。当日は大人と子ども合わせて41名が「私の命って、こうしてはじまったんだ!」と子どもたちが幸せになるような小川さんのわかりやすいお話しがあり、たっぷりとした質問コーナーでは、子どもから大人からも「どうして男の子には、おちんちんがあるの?」「こんな時はどうしたらいいの?」等たくさんのお話しが寄せられてとても盛り上がりました。生と性のお話をすることは、自分の命の源を知ること。親の愛を子どもたちへ伝え、子どもに自分の心と体を愛してもらおうこと。そんな想いが伝わった学習会だったと思います。



8月3日(火)倉敷AB地区 知って選ぼう!楽しく学ぼう!食品添加物のウソホント

大人17名、子ども15名が参加し、玉島市民交流センターで開催。実験を交えながら親子で学ぶ楽しい会になりました。添加物で味覚がマヒしてくること、実際にポテトチップスの味変で実感できました。食品表示のウラ側や、さらに濃縮還元とは?油の質にも気をつけなくては...と気づかされました。



10月6日(水)岡山東地区 こどもの不登校を考える

岡山東地区主催で、「こどもの不登校を考える」を開催し、福岡翔学館高等学校で不登校生徒の支援に携わっていらっしゃる川原秀之先生にお話しいただきました。不登校とは、病気や経済的理由以外で年間30日以上欠席をした場合をいい、いじめや友人関係のトラブル、家庭環境など、その原因はさまざまです。不登校のお子さんは自尊感情が揺らいでいる場合が多いので、小石を積み重ねるような小さなことから1つ1つ成功体験を増やしていくことが大切だそうです。多様化している現代社会の中では、学校に行かなくても好きなこと、得意なことを伸ばしてあげることがもひとつです。「その子にとって何が一番いいのかを考え、必ず好転すると信じ、気長に笑顔で過ごすことが大切」というお話は、普段の子育てにも通じるお話でした。

いくつか対処方法を教えていただきました。

まず、親が子に歩み寄り、笑顔で目線を合わず、命令口調で話さない、マイナスの言葉を投げかけないなど、子どもの気持ちを尊重する。

家を安全な居場所にする。安全な居場所があれば時間がかかっても子どもは壁を乗り越えていける。

子どもが求めていることを受け入れること。親は何を求めているのかを理解することが大切。そしてできる限り何かをするときは一緒にすること。

保護者が冷静になること。焦りは禁物。保護者にもゆとりが必要で、煮詰まったときに相談できる人を持ったり、親自身もリフレッシュや気分転換が大切。



10月14日(木)生活アートクラブ2回連続講座の第1弾! 「驚異の植物パワー!青森ひば、フィトンチッド、麻、ヘナ」を会場&zoomのハイブリッド開催をしました。

講師の(有)生活アートクラブ代表取締役富士村夏樹さんが東京から来岡され、ひびびの会場開催が実現しました!富士村さんも1年半ぶりのリアル学習会ということでしたが、お話の方は相変わらず絶対好調で楽しく学ばせてもらえました♪カタログでは伝えきれない天然・植物の良さやそれを活かした商品の数々、地球環境に配慮し木材パルプ(セルロース)を100%使用した商品の包装、エコデパカタログ・チラシに竹紙を取り入れていることなど。やっぱりグリーンコープが取り扱う「エコデパ」の商品は本当に素敵だな~と感じました。



ルームフレグランスに
掃除や洗濯
日々の生活に
ヒバの力を取り入れませんか?

*ご記入いただきました個人情報は、4Rクイズや平和・環境委員会からのご案内にのみ使用させていただきます。

Let's チャレンジ! 4Rクイズ

全問正解者には抽選で、オーガニックアロマの香りに癒される"アロマバス"のサンプルをプレゼント♪
クイズの正解は2月号紙面に掲載します。プレゼントのお届けをもって当選発表にかえさせていただきます。(2月~3月上旬配達予定)

応募方法

必要事項を記入し、キリトリ線で切り取り、古封筒に入れて配達時に提出してください。(2/4 必着)

カタカナフルネームで記入ください。	注文書上部に記載があります。
氏名	コース名
班名	日中連絡のとれる番号をお書きください。
電話番号	-

平和・環境委員会