

# 今月の楽々クッキング♪ 産直野菜を使った和スイーツ「いももち」

お正月のお餅が残っていたら、簡単おやつを作ってみてね(^^)/

- <材 料>
- さつまいも 400g
  - 切り餅 1個
  - 水 50cc
  - きな粉 適量
  - きび砂糖 適量



## <作り方>

- 1 さつまいもの皮をむき、適当な大きさに切って水(分量外)にさらす
- 2 耐熱ボウルに①と水を入れ、600Wのレンジで4～5分加熱する
- 3 さつまいもがつぶれるくらいのやわらかさになったら、芋の上に切り餅をのせて、さらにレンジで1分加熱する
- 4 餅がやわらかくなったら、木べらで芋をつぶしながら、餅とまぜるようにこねる
- 5 皿にきな粉をふり入れ、その上に④を入れて平らにならし、きな粉ときび砂糖をかける

CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL CO2 NEWTRAL

### カーボンニュートラル実現に向けて

## 2027カーボンニュートラル

EV車のこと、電力のこと、などなど。  
カーボンニュートラルに関する質問や疑問をまとめたQ&A(2023年9月版)を



グリーンコープ生協おかやまのホームページで紹介しています。

OPEN

グリーンコープ全体の取り組みをまとめたサイトもオープンしました。  
最新の情報はこちらからご覧いただけます。



## 2025年 シャボン玉月間

2025年のシャボン玉月間ポスターを2月に募集します！  
詳細は決まり次第こちらでご案内します。



### プレゼント企画

あなたの”推し”商品をおしえて！  
● 結果発表「お鍋の素」 ●

あたたかい料理が恋しい季節になりました  
皆さんから届いたお鍋の素”推し”商品をご紹介します！

#### ごま豆乳鍋スープ

寒い冬にはとっても温まります！  
豆腐のかわりに絹厚揚げが美味しい！  
とってもまろやかでコクがあります！  
安心安全でありがたいです！



#### キムチ鍋スープ

辛旨最高！  
冬は買いだめして、グリーンコープのキムチも追加で入れてさらにキムチ感を味わってます！  
「キムチ鍋の素と、ごま豆乳鍋の素を混ぜると、ちょうどいい辛さになり子供も美味しく食べれます」とのコメントもありました



#### 寄せ鍋スープ一人前

一人前だから、好きな時に好きなだけ使えるのが嬉しい！アレンジ鍋にも重宝します



#### 濃縮おでんスープ

去年リニューアルしましたが、もう7年、おでんを作る時にはこれを使っています  
出汁の味が市販のものより断然よく、また食べたくなる



## 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

1  
2025 Jan.

# グリーンレター

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



安場 美須寿  
理事長

新しい一年をいかに迎えようか。コロナの時代はオンラインが中心だった各種行事も、昨年是对面を主として開催することができた。雑談の中から新しい発見が生まれ、出会うことの大切さを再認識できました。  
生協は、みんなでお金を出し合って、よりよい生活を送るために協力する。組合員の集まりです。「みどりの地球をみどりのままで、子どもたちに手渡すために」できることを、今年も一緒に考え、取り組みましょう。  
様々な場所で、皆様にお会いできることを楽しみにしています。



佐々木 和宏  
専務

昨年は世界中でさまざまな困難があり、みなさまも心も痛めたのではないのでしょうか。  
こうした困難が一日も早く解決し、誰もが安心して過ごせる平和な日々が訪れることを心から願っています。  
さて、2025年のスタートにあたりひとつご報告をさせていただきます。  
現在、すべての配送は岡山センターから行っておりませんが、今年の春にはグリーンコープ生協おかもととして2つ目の配送センターを倉敷市で稼働できるように準備を進めています。  
稼働することで配送エリアの拡張や利用方法の改善など組合員ニーズへの対応、そして交通渋滞の大幅な解消などが見込まれ多くのメリットを見込んでいます。  
進捗状況は広報誌などでご案内をさせていただきますので、引き続きのご協力、応援をどうぞよろしくお願いたします。  
組合員のみならず、ご家族のみなさまにとって素晴らしい一年になることをお祈り申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。



安原 俊次  
部長

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。  
昨年は、自然災害の脅威などが私たちの生活に影響を及ぼし、未来への不安を抱える年となりました。  
その中で、一年を乗り切りこうして新しい年をみなさまと迎えられること、心より感謝致しております。  
目まぐるしく変化している社会情勢や世界各国で続く戦争と平和の問題などの課題は、私たちの安心できる生活に少なからず影響を与えていることを実感しています。  
グリーンコープとして、私たちができることをつないでいくこと。未来を見据え、希望を持って共に考え、行動していくことが大切だと思います。  
新しい年を迎えるにあたり、組合員のみならず共に力を合わせていきたいと願っております。  
本年もどうぞよろしくお願申し上げます。



片岡 直也  
部長

新年明けましておめでとうございます。  
組合員の皆様には新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。  
昨年は多くの組合員の皆様のご協力をいただき、新しい組合員を迎えることが出来ました。  
今年も更なる飛躍に向けて、1人でも多くの人にグリーンコープを認知していただき、事業拡大に向けて、グリーンコープ生協おかもと一丸となって取り組んでまいります。  
皆様のより一層のご支援賜りますようお願い申し上げます。



### 今月の記事

- 委員会より
- 知っていますか？  
中晩柑リレー

206件  
2024年11月28日現在



### グリーンコープの4R～カタログ編～



回収されたカタログは、トイレ用ペーパーに生まれ変わります。  
再生されたトイレ用ペーパーを使うことで、リサイクルの輪が完成！  
回収したカタログは、子ども基金の財源としても活用しています。

リサイクル



- ①注文書とは別にして返してね
- ②同時配付のチラシ類も回収するよ
- ③ひも等でしばらずに、そのまま返してね

# 委員会より

## 合同委員会

4週に1度、地区委員会の話題や相談を持ち寄って、楽しい活動ナドナド相談しています♪

### 岡山北A地区委員会

幅広い世代で楽しく集まっています！



### 岡山南地区委員会

子育て真っ最中、少し卒業、人生の先輩、幅広い年齢層で、和気あいあいとした雰囲気です。関心のあることをおしゃべりしていると、あっという間に時間が過ぎてしまいます♪



### 岡山中地区委員会

美味しいこと楽しいこと大好き♡おしゃべりはいつも色んなことに脱線しながら、和やかに活動しています。



### 倉敷A・B地区委員会

おいしい試食をいただきながら楽しくおしゃべりしています♪気軽に参加してくださいね！



## 商品委員会

商品委員会はカタログに載りきらないグリーンコープ商品のよさを深く知ることができるようなミニ学習会をしたり、新商品や季節の産直野菜の試食もわいわい楽しく行っています♪

これからもみなさんに商品情報やお得情報を発信したり、直接お伝えする場を設けようと思っています。一緒に活動する委員さんも大募集中！！お気軽にご参加くださいね。



## 福祉委員会

福祉委員会は「ふくし=ふ”だんの“く”らしを“し”あわせに」そんな想いで楽しく活動しています。昨年は福祉委員メンバーも増え、「みんなに伝えたいこと」「みんなで考えたいこと」を行事や学習会を通じて学び、発信してきました。自分と家族、身近な人、そしてもう少し遠いところにいる「だれか」のことを想うグリーンコープの福祉は、本当にあたたかく優しいといつも感じています。今年もこの「あたたかさ」「優しさ」をこの街に、この世界のどこかに届けていけたらいいな、つながっていきいたいな、と思います。新しい仲間もふえたら嬉しいな♪今年もどうぞよろしくお願いたします。



# 商品委員会

## 「おでん」に欠かせないグリーンコープの「ねり製品」

今回は(有)長崎蒲鉾の商品をご紹介します♪その美味しさとこだわりを知ってください！！

- リン酸塩無添加すり身使用
- G C 海水塩(なぎさ)使用
- G C 一番搾りなたね油 菜の花物語使用
- 野菜は極力国産
- pH調整剤不使用
- 保存料不使用
- 合成着色料不使用
- アミノ酸・核酸等不使用
- 非糖質系甘味料不使用

原料・製造方法・衛生管理にこだわり、安心安全で美味しい商品が完成

こんなにこだわりが詰まった「ねり製品」は市販ではなかなか手に入りません！



# 福祉委員会

## ～伝えたい グリーンコープの福祉～

思わず引き込まれた委員会です。私はここ岡山に生まれて優しさに育まれ、見守られて大人になりました。誰かの役に立ちたい(力になりたい)と活動して年老いて一人になり、寂しさを感じたけれど、今、差し伸べられた手に支えられ、つながりの中、不安(心配)もなく穏やかに過ごしています。「住んでる街を住みたい街に」胎内から墓場まで誰一人残さない！これがグリーンコープの福祉です。私が基金運用委員の時に抱樸館で聞いたこと、色々な学習会で教わったこと、特に身寄りのない人のお墓に入るまでをお世話することを聞いて感動が今も残っています。行政の事務的とは違って心を動かされました。

福祉委員 中桐



# 合同委員会

## 10/22(火) 「はじめてさんようこそ」グリーンコープカフェ in 体験学習施設百花プラザ

4R運動のクイズ大会から始まり、せっけん、産直やびん牛乳に新登場離乳食、ネグロスバナナをはじめとする民衆交易や生協運営の仕組み、カーボンニュートラルの取り組みなどなど、グリーンコープがいっぱい詰まった3時間、40名を超える参加者が集いグリーンコープ商品でクリスマスランチ☆グリーンコープをもっと知りたい、情報交換や交流がしたいと思われたら、ぜひ地区の委員会にも足を運んでみてください。各地区で試食を準備して、毎月1回開催(HPでご案内)しています。

くみかつ日記でさらに詳しく紹介！



## 耳より! その5

### 環境への取り組み ~グリーンコープの「4R」~

暮らしのゴミを減らし、環境を守りたい。組合員の声から生まれたしくみです。

- びん牛乳…飲み終えたらさっとすすいで、キャップはつけたまま乾かさずに返してね。
- リユースびん (R マークあり)…キャップをとって中をよく洗って返してね(キャップが途中で切れたら無理せずそのままOK)。
- トレー (R マークあり)…食器と同じように、きれいに洗って乾かして返してね。
- 仕分け袋…シール部分をはさみで切りとって(糊が残るとリサイクルできないため)、広げたまま返してね。
- たまごのモールドパック…汚れていても殻がついていても大丈夫。開いたまま返してね。
- カタログ…回収し、トイレトペーパーなどにリサイクルしています。



動画でも紹介しています



## 知っていますか?

5%OFF

## 中晩柑リレー

試食すると、迷わず注文してしまう美味しさのグリーンコープの中晩柑が週替わりで届くお楽しみ企画です。まもなく届くカタログ44号&45号限定の予約注文です！お見逃しなく！



直近の地区委員会情報はこちらから

