



Vol. **2**



発行/2025年9月1日
グリーンコープひろしま理事会
広島市佐伯区八幡東4丁目41番12号
TEL(082)927-1503 FAX(082)927-1506
組合員数 21,694人
出資金積立金総額 1,251,310,193 円(6/20 現在)

日々の活動の様子は
こちらをご覧ください。



●グリーンコープひろしまHP
<https://www.greencoop-hiroshima.or.jp/>

●グリーンコープひろしまInstagram
「グリーンコープひろしま」で検索してね!

●Facebookグリーンコープ生協ひろしま
<https://www.facebook.com/gchiroshima/>

カーボンニュートラル1%拠出が始まりました



OUR GREEN

日頃から、グリーンコープひろしまの活動に、ご理解、ご協力をいただきありがとうございます。まだまだ暑い日が続いていますがいかがお過ごしでしょうか。地球環境を守り、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始まったのが、カーボンニュートラル1%拠出です。いよいよ、今月から意向確認書で同意を届けていただいたみなさんの引き落としが始まります。ひろしまの組合員からの手紙をきっかけに始まったカーボンニュートラルの取り組み。引き続き多くの組合員の賛同が必要です。これからもより多くの方の賛同を得られるように呼び掛けたいと思います。組合員からの拠出と事業収益、お取引先の協力など、みんなの力を合わせて「2027カーボンニュートラル」の実現に向けて、さらにすすめていくために取り組んでいます。

毎月の商品利用代金の1%をカーボンニュートラルの取り組みへ拠出するには、意思の確認が必要です。まだ同意・未同意(意向確認書)を提出していない方は、お近くの支部までお届けください。(理事長 前津宗)

カーボンニュートラルまつり 開催決定!!

2025年11月23日(日) 10:00~15:00

広島コンベンションホール1階

(広島テレビホール・エントランスホール)

みんなの1%の拠出と事業の利益でできること



CO₂を削減するために、ドライアイスなるべく使用しないようにしていく。



グリーンコープ全体でトラック890台、軽バン300台を順次EV車に切り替えていく。(4800tのCO₂削減になる)



グリーンコープの事業所の屋根に太陽光発電のパネルを置き、自家消費する。(CO₂を排出しない電気)

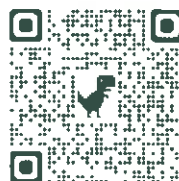


木の活用や植林などを推進していく。

◆カーボンニュートラルとは◆

「カーボン=炭素」と「ニュートラル=中立」を組み合わせた言葉です。

人間の社会活動で排出する温室効果ガス(二酸化炭素など)をできるだけ削減し、削減できなかった温室効果ガスを吸収または除去することで実質ゼロにするということです。



グリーンコープのカーボンニュートラルを詳しく知りたい方はホームページへGO!!

首長メッセージの取り組み



せっけん運動ネットワーク
2025年度ポスター

7月はシャボン玉月間



首長メッセージの取り組みは、グリーンコープが参加している「せっけん運動ネットワーク」*が市民と自治体の協力で水環境を守ることを目指して取り組んでいる全国運動です。今年のキャッチコピー「考えよう! 流した水のその先を~せっけんを使って地球を元気に~」とともに、各自治体へせっけんの良さや利用を呼びかけました。そして、6つの自治体からあたたかい応援のメッセージをいただきました。

※「せっけん運動ネットワーク」とは、地域生協、大学生協、NPO、市民団体などが参加する、環境問題全般に関心を持ち、せっけんの使用を広めることを目指すネットワーク組織です。

西支部

●西支部では、廿日市市寄稿をお願いし、大竹市を訪問しました。

<廿日市からのメッセージ>

廿日市市長 松本 太郎

廿日市市は、北は中国山地、南は穏やかな瀬戸内海に囲まれた自然豊かなまちです。特に世界遺産を擁する宮島は、原生林の残る自然豊かな島であり、絶滅危惧種ミヤジマトンボの生息する一部湿地は、ラムサール条約に登録されています。

市では、「海と緑と人が育む環境創造都市はつかいち」を目指し、小学生向け水辺・里山教室や親子環境講座など、環境保全活動に継続して取り組んでおります。

貴会の「せっけん運動」は、水環境を守るために実践できる身近な環境保全活動として、大変意義深い活動であると考えます。長年にわたる御尽力に敬意を表しますとともに、今後ますます「せっけん運動」の輪が広がる事を願っております。

中央支部

●中央支部では、広島市と府中町に寄稿をお願いしました。

<広島市からのメッセージ>

広島市長 松井 一實

広島市は、太田川河口デルタを六つの川が流れ、瀬戸内海に注いでおり、市民が気軽に水辺に親しむことができる、「水の都ひろしま」と呼ばれています。

本市では、令和3年3月に「第3次広島市環境基本計画」を策定し、環境の保全及び創造において目指すべき都市の姿である「将来にわたって、豊かな水と緑に恵まれ、かつ、快適な都市生活を享受することができるまち」の実現を目指し、水質汚濁等の状況の監視、生活排水対策や水質浄化の推進など、水環境の保全に取り組んでいます。

こうした中、貴会の長年にわたる環境保全活動に深く敬意を表しますとともに、今後、シャボン玉月間を始めとした活動の輪が更に広がりますことを祈念いたします。

<府中町からのメッセージ>

府中町長 寺尾 光司

府中町は、広島市に囲まれた特徴のある形態のまちです。コンパクトな町域に、人口約5万2千人と密度の高い市街地が広がり、自動車メーカーの本社や大型商業施設があるほか、北部には豊かな水と緑に恵まれた水分峡森林公園があり自然を満喫することもでき、住みやすさが高く評価されているまちです。

本町では、これらの豊かな自然を守り、次世代に継承していくため、ゼロカーボンシティの実現を目指し、地球温暖化対策や環境保全活動などの取り組みを進めております。

貴会の長年にわたる環境保全活動に深く敬意を表しますとともに、「せっけん運動」の活動の輪がさらに広がることを祈念いたします。

東広島支部

●東広島支部は、東広島市・呉市に寄稿をお願いしました。

<東広島市からのメッセージ>

東広島市長 高垣 廣徳

東広島市は、緑溢れる山々から瀬戸内海まで豊かな自然環境に恵まれております。
また、その豊かな自然からもたらされる地下水の恩恵を受け、日本有数の銘醸地としても知られています。
この豊かな自然を未来に引き継ぐため、「市民一人ひとりがふるさとの環境をまもり・はぐくみ・つたえるまち」を目指し、公共下水道の整備や合併処理浄化槽設置を推進するほか、環境学習や出前講座といった啓発活動など、市民・事業者・関係団体等と連携し、環境保全活動に取り組んでいます。
貴組合の長年にわたる環境保全活動へのご尽力に対して深く敬意を表しますとともに、今後益々、「せっけん運動」の活動の輪が広がりますことを祈念申し上げます。

<呉市からのメッセージ>

呉市長 新原 芳明

呉市は、市域に島々が多く点在し、広島県内の瀬戸内海国立公園の陸地部面積の4割強を占める等、多島美の創る優れた景観や歴史的風土に恵まれた海洋都市の面を持ちます。
生物生息環境では、マイヅルテンナンショウやオキナグサなど、希少な動植物が生息していますが、生息環境の変化等に伴う絶滅が危惧されているなど、水環境に関する課題もあり、令和5年3月に策定いたしました第3次呉市環境基本計画においても、水環境の保全に積極的に取り組むこととしております。
貴組合が長年にわたり尽力されておられる水環境の保全活動は非常に心強く、深く敬意を表するものでございます。
今後とも、貴組合の活動が更に発展するよう御祈念申し上げます。

福山支部

●福山支部は、福山市・府中市に寄稿のお願いをし、三原市を訪問しました。

<三原市からのメッセージ>

三原市長 岡田 吉弘

三原市は、広島県の中央東部に位置し、瀬戸内海に面した温暖な気候の中、海・山・川が調和する自然豊かなまちです。
本市では、令和4年3月に「三原市ゼロカーボンシティ宣言」を行い、令和6年10月には「三原市地球温暖化対策実行計画」を策定し、2050年までに二酸化炭素排出量の実質ゼロをめざすとともに、次世代を担う子どもたちが地域の自然環境にふれる「水辺・海辺教室」を毎年開催するなど、水質保全の大切さを伝える取組を行っています。
長年にわたる貴会の「せっけん運動」による環境保全活動に敬意を表しますとともに、本活動の輪がさらに広がっていくことを心より祈念申し上げます。

大竹市・福山市・府中市・尾道市については、今回は残念ながらメッセージをいただくことはできませんでしたが、水環境を守る事について私たちの思いをお伝えすることができ、有意義な活動になりました。来年も引き続き取り組んでいきたいと思っております。



私の カーボンニュートラル



「環境にやさしく、シンプルに生きる」ために、日の出と共に起き日の入りと共に寝るのが節電にもなるのが私の理想。でも、現実厳しく、気づけば夜ふかしが続くことも。そんな時は、早寝でリセット。思い切って早く布団に入るとゆったりと家族との会話も楽しめ、優しいお母さんになった気分。翌朝は前日のやり残しがあるので、否が応でも早起きせざるを得ない。山も海も美しい広島で、陽の光と朝の澄んだ空気を感じると、自然と歩きたくなる。この大地の恵みを守るために自分にできるカーボンニュートラルを楽しみながら取り組んでいきたいと思っています。（理事 並木）

●グリーンコープひろしま リユース・リサイクル状況（6月分回収率）
リユースびん 56.3% リサイクルトレ 42.02% モウルトバック 94.8%
仕分け袋 29.67% カタログ（ひろしま） 77.8%

●グリーンコープでんき（ひろしま）
2025年度新規契約件数 13件
（2025年7月31日現在）



すこやか 2025

5月24日(土)・25日(日)
広島コンベンションホール



今年も開場前から入口に多くの親子が並ばれていました。グリーンコープのブースでは、お買いもの体験、カーボンニュートラルクイズ、びん牛乳の試飲を行いました。たくさんのお子さん達に喜んでもらえ、さらにグリーンコープのことを知っていただく機会となり良かったです♪

(理事 上繁)



ロハスピクニック

6月7日(土)・8日(日)
広島ゲートパーク

グリーンコープひろしまのブースでは、飲みものの販売とMy箸づくりのコーナーを設けました。たくさんの方にグリーンコープの環境への取り組みを知ってもらいながら、楽しんでいただきました。びん牛乳(ノンホモ)の試飲も行い、「おいしい！」



「あまい!」「これが牛乳!?!」「(牛乳は苦手だけど)これなら飲める!」というお声を聞いて、改めてグリーンコープのびん牛乳のおいしさを感じ、誇りに思いました。

(理事 水本)



自生GMナタネ汚染調査報告

今年度も自生GMナタネ調査を行いました。広島で採取したものは、ラウンドアップ耐性、バスタ耐性、ともにすべて陰性でした。『遺伝子組み換えナタネ』と聞いてピンとこない方も多いかもしれませんが、広島県外では実際に遺伝子組み換えナタネの種がこぼれ落ちるなどして自生しており、多数採取されている県もあります。外国船が入港する大きな港周辺の幹線道路で多く発見されています。

グリーンコープでは、そのナタネを抜き取る「抜き取り調査隊」の活動も行っています。自分たちの身の周りに「遺伝子操作された作物」が潜んでいるかもしれないということや、「遺伝子組み換え作物」が人体へ影響を与える可能性について、一人でも多くの方に知っていただきたいと思います。



支 部	採取場所	結 果
西 支 部	皆賀1号トンネル付近(広島市佐伯区皆賀3丁目)	陰 性
中 央 支 部	太田川河川敷(広島市安佐南区長束1丁目)	陰 性
福 山 支 部	国道2号線赤坂バイパス土手沿い(福山市瀬戸町山北)	陰 性
福 山 支 部	神村コミュニティセンター付近(福山市神村町)	陰 性
福 山 支 部	日和産業(株)三原工場付近(三原市木原)	陰 性



グリーンクラブ中国支部 2025 春の中国支部会



グリーンクラブはグリーンコープと取引のある納入業者の会です。グリーンクラブ中国支部の春の支部会が5月28日（水）に徳山で行われました。中国エリアのグリーンコープ（おかやま・とっとり・島根・ひろしま・やまぐち）が参加し、昨年度の活動報告と事業報告を行いました。

それぞれの報告からは、多様な行事を活発に行っている様子がわかり、楽しく活動していることが伝わってきました。ひろしまからの報告では発表者が元気くんになりきり、各支部の紹介や昨年行ったグリーングリーン商品学習会や平和の行事の様子などをお伝えしました。またグリーンクラブの各メーカーのPRタイムでは、おすすめ商品のこだわりやカタログ掲載の案内、「夏のおくりもの」商品の紹介などもあり、短い時間でしたが沢山の情報を得ることが出来ました。メーカーの皆さんの商品への熱い思いが伝わってきて、これからも利用することで応援していきたいと思いました。

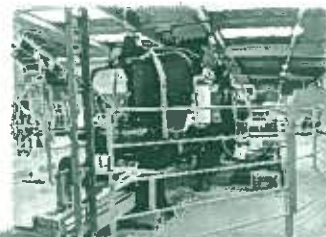
（副理事長 仲村）



TMRセンター・耶馬溪ファーム建設地・ グリーンコープミルク視察報告

6月9日（月）にTMRセンター（牛の餌を調合する工場）、^{やばけい}ファーム（牧場）建設地、グリーンコープミルク（産直びん牛乳工場）を視察してきました。TMRセンターでは、グリーンコープの産直青果生産者が作ってくださった餌用のコーンや牧草、甘酒メーカーが提供して下さるウイスキー粕など国産と国内製造のものを合わせて6割、外国産の牧草が4割の配合で牛の飼料（いずれもGM分別管理のもの）を作っているそうです。また水分の多い牧草には乳酸菌をつけて発酵させ、腐敗を防いでいるとのことでした。2026年完成予定の耶馬溪ファームでこの餌を食べた母牛の母乳をグリーンコープミルク工場でパスチャライズ殺菌して、瓶詰めしたものが私たちのもとに届きます。そして牧場で出た糞尿は堆肥にして餌用の農地に届けるそうで、素晴らしい循環だと思いました。餌づくり、牧場、牛乳工場の全てがある日本でただ一つしかないシステムでできるグリーンコープの産直びん牛乳。GM分別管理の餌を食べた母牛からとれた生乳で作った牛乳を試飲し、そのおいしさに驚き、感動し、これからすべての循環が完成するのがとても待ち遠しい気持ちになる視察でした。

（理事 水本）



合同会社
グリーンコープ
TMRセンター



株式会社
グリーン
コープ
ミルク



☆ふくし情報でんわ☆

「商品の選び方や使い方」「子育てや介護保険の情報」などで「困ったな？」と思った時にはお気軽にお電話ください！

フリー
ダイヤル
（FAX兼用）

いいはなしに
0120-118742

開設：月～金
10:30～15:30
（土・日・祝日休）

お金の問題で困ったときにご相談ください。

グリーンコープ
生活再生相談室 ☎082-275-5300

<受付時間>
月～金
9:00～17:00

事前の予約が必要となります。
まずはお電話ください。



広島市西区高須2丁目2-28 グリーンみんなのいえ2階

greencoop

社会福祉法人

グリーンコープ

たすけあいワーカーズでは「困った」を抱えた人の
“介護、家事全般”を“やさしい手”で心を込めた
お手伝いをしています。



【訪問介護】

ふくしサービスセンター

☎082-870-4652

くろーばーネット

<対応時間>
月～金

9:00～17:00

広島市安佐南区川内6丁目20-5

デイサービスセンター
夢＊グリーン

☎082-942-5821

<利用時間>
月～土

広島市西区高須2丁目2-28 9:00～18:00

デイサービスセンター
楓＊グリーン

☎082-555-8341

<利用時間>
月～土

広島市安佐南区川内6丁目20-5 9:00～18:00



グリーンコープの
びん牛乳が
すごいんですよ。



私のおすすめ

まぜるだけ！
簡単おいしい
「かぼちゃスープ」



【材料】

- ★びん牛乳（ノンホモ） 1本
- ★かぼちゃフレーク 半分（30g）
- ★洋風だし（チキン味） 1袋（6g）
- ★水 30cc

【作り方】

- ①鍋に水と洋風だしとかぼちゃフレークを入れて混ぜる。（水は牛乳に変えても良い）
- ②①を火にかけて、なじんだら、びん牛乳を3回に分けて、その都度混ぜる。
- ③器に注いだら出来上がり。

※とうもろこしフレークでもおいしくできます。

※スープの濃度はお好みで調節してください。びん牛乳を加えたら火を止めて冷製スープにしてもおいしくいただけます。

※小さなお子さんと食べる時は、洋風だし（チキン味）は後から大人の分だけ加えたり、塩分の少ないチキンコンソメに変更したりするといいですよ。

新しくなったびん牛乳と、**Baby Green**掲載の商品をぜひお試しください！（理事 水本）

『Green フレンズ』を紹介します♪

BellaNeve（ベッラネーヴェ）＜イタリアン＞

夫婦でレストランをやりたいという夢を実現！ カウンター越しにシェフの顔が見える、あたたかい雰囲気のお店です。



食材にはこだわり、家庭で食べるものと同じものをお店で使用しています。不要な添加物は使用したくないですし、遺伝子組み換え食品かどうかとも問合せてから仕入れています。広島県内産の食材が中心で、肉は広島和牛も使用しています。魚は市場の新鮮なものや北海道から取り寄せたものを使用しています。

【住 所】 広島県広島市中区橋本町 5-2 宮川ビル 1F

【営業時間】 ランチ 火～土 12:00～
ディナー 月～土 18:00～

【定休日】 毎週日曜日・第1月曜日

【電話番号】 082-224-0441

【ホームページ】 <http://bellaneve.com/>

☆使用しているグリーンコープの商品☆
ベーコン・じゃがいも（出島）、冷凍ごぼう（ささがき）、冷凍ホールコーン、ツナフレーク、コーヒー（エルドラード）、紅茶（NOVA） など

『Green フレンズ』を現在募集中です♪

食にこだわるグリーンコープの組合員が、こだわり食材を使っているお店を知るきっかけになり、同じ想いの輪が広がります。自薦、他薦は問いません。グリーンコープの食材を使っているお店や施設を教えてください。ご応募いただいた後は、取材させていただき、その情報を随時紹介します。たくさんのご応募お待ちしております♪

問い合わせ先：グリーンコープひろしま西支部 組合員事務局
Green フレンズ担当 たかた
TEL：082-927-1000 10:00～16:00 土日祝休み

Greenフレンズは
こちらからどうぞ



2025年度の仲間作りですが、計画を下回るペースでの推進となっています。年間達成率は40.1%となっており、年間消化率の40.4%と同様の実績です。2025年度もTV・ラジオCMを放映し、またSNSを活用してのメディア展開を継続しています。特にTVCMはご好評いただいています。

引き続きイベントへの出展を継続して行っており、グリーンコープのアピールを続けています。また今後は支部単位での出展も予定しています。

引き続きご親戚やお知り合いの方で、グリーンコープを試したことのない方がいらっしゃいましたら、是非ご紹介をお願いいたします。

7/4までの実績	登録組合員数	仲間作り目標	仲間作り実績	達成率
西支部	7,232	786	325	41.3%
中央支部	6,156	729	274	37.6%
東広島支部	4,210	519	197	38.0%
福山支部	4,114	478	211	44.1%
ひろしま	21,712	2,512	1,007	40.1%



配送担当者を紹介しま〜す♪

福山支部



◆名前： 松本 俊平（まつもと しゅんぺい）

◆配達地区： 尾道市と三原市

◆出身地： 福山市加茂町

◆趣味： 御朱印集め、ゲーム

◆好きなアーティスト： ヨルシカ、羊文学

◆休日の過ごし方： 最近は友人とゲームを楽しんでいます。

◆配送担当時の心に残ったエピソード： 組合員さんへ商品をおすすめし

て、ご購入いただき「すごく美味しかったよ！また注文するよ！！」と言われると嬉しいし、心に残ります。

◆好きなグリーンコープ商品： ふんわり食パン

◆組合員さんにひとこと： これからも笑顔で組合員さんの元へ商品をお届けいたしますのでよろしくお願いいたします！

◆副支部長よりひとこと： 配達の準備には人一倍時間を費やし、置き配の対応を含めとても丁寧な配達をされています。配達時の対応がいつもニコニコ笑顔はもちろん、職場内でもユーモアたっぷりで、支部のムードメーカーです！配送歴6年目のキッチリ仕事をこなすことが出来る人です。これからも福山支部を牽引してくれることを期待しています！

フリーダイヤル

てるてる
コーナー♪

0120-14-0586

受付時間：月～金 9:30～16:30（土・日・祝日休み）

* 商品の電話相談窓口 *



* グリーンコープの共同購入カタログに掲載されている商品の原材料や次はいつカタログで注文出来るかなどについての疑問・質問にお答えします。

* その他の要望やご意見などは従来通り支部もしくは担当者にお問い合わせください。

てるてる
コーナーより



組合員のみなさんから
寄せられた質問を
いくつかご紹介します。

Q. お届け時に青いバナナが来る。追熟しようと置いておくと青いままでグニャっとなるくらい柔らかくなってしまう。正しい追熟方法を知りたい。

A. 皮が青いままで実が柔らかくなるのは皮と実の熟度の進み方に差があるからです。皮を少し剥いてみて、剥けるようであれば実には熟しています。追熟させるには、常温（15℃以上）で、りんごと一緒に袋に入れておくと追熟が進みます。

＊グリーンコープもっと知り隊（地区委員会）紹介コーナー＊

今回は東広島支部・南部地区委員会です♪

◆地区委員会の様子

グリーンコープのおすすめ商品や、せっけん生活のこと、学習会で学んだことなどいろいろな情報交換をしながら5人でワイワイ楽しく活動しています。



◆主な開催場所 広まちづくりセンター

◆楽しかった主催行事

初めて主催した地区組合員総会です。

グリーンコープは組合員みんなのものだという事を実感し感銘を受けました。

◆メンバーおすすめの商品

㊟洗濯用フィトンα…粉せっけんで洗濯していますが、フィトンαを使うと気持ち良い仕上がりに！室内干しでも臭いが気になりません。

㊟枝豆腐…子どもも大好きで、おかずのちょい足しにも大活躍です。

㊟南の島の完熟マンゴー…サッパリして食べやすい商品です。暑い中汗だくで帰宅した子どもたちにも大好評です。

★みんなのげんきくんひろば★



今回は、『夏を乗り切る私のオススメ商品♪』を教えてください。

☆南の島の完熟マンゴー(冷凍)…冷凍でいつでも冷たくて美味しいマンゴーが食べられて最高です！また夏は、びん牛乳とヨーグルト、蜂蜜と一緒に混ぜて、マンゴーラッシーにして楽しむつもりです。(西支部・よっちゃん)

☆産直若鶏のサムゲタン風スープ…夏バテ気味で食欲が無い時や、冷たい物ばかり食べて胃が疲れた時にピッタリの一品。若鶏の滋味深い優しい味わいのスープをベースに、生姜とニンニクの風味が効いていて、食べているうちに身体の内側からポカポカしてきて食欲が湧いてきます。オススメはレタスをちぎって入れる事。食物繊維もしっかり摂れるし、スープとの相性も抜群ですよ。(西支部・ももたろこ)

☆アップルシャワー…暑い夏、喉が渇いた時にこのアップルシャワーをキンキンに冷やして飲むと一気に爽やかになり暑さが吹っ飛びます。りんごの風味が炭酸水とマッチしています。是非ご賞味ください。私は大好きです。(東広島支部・ともぼう)

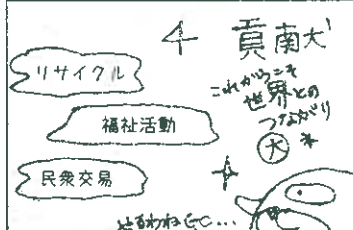
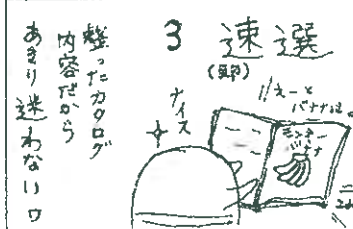
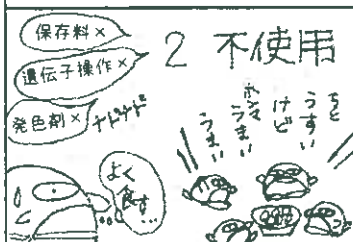
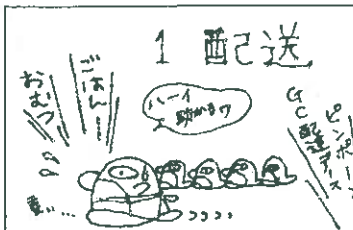
☆さんまの蒲焼き…うなぎの蒲焼きは食べたいけど値段的に手が出ず、その代わりに買ったのがきっかけですが、とても美味しくて、しかも簡単に食べられるので、暑い夏に簡単に食べられてかなり満足度の高い商品です！わが家ではリピート商品になっています☆(西支部・みつばち)

次回の募集テーマは、「簡単便利、これだけでおかずの一品になるグリーンコープ商品♪」です。

☆掲載された方には、グリーンコープの共同購入やキープ&ショップでお使いいただける「500円分のグリーン券」をプレゼントします。お楽しみに♪



サバサバさん



今回は、ペンネーム「サバサバさん」の作品です♪楽しい作品をありがとうございました！！

(かわらばん編集部一同)

★★かわらばん1号へ沢山のご応募ありがとうございました★★

【応募方法】以下の①～⑥を記入の上、原稿をお寄せください。
Google フォーム、メール送信、またはお手持ちの紙での提出、いずれかでお願いします。なお、紙での応募は、大きめの紙に宛先「かわらばん担当宛て」を必ず記入して配送時に提出してください。

※回収カテゴリーに紛れないようにご注意ください。

①お名前 ②支部名 ③コース
④組合員番号 ⑤ペンネーム ⑥みんなのげんきくんひろば
「簡単便利、これだけでおかずの一品になるグリーンコープ商品♪」を教えてください。

応募締め切り：9月19日(金)

Google フォームからの投稿はこちら⇒

二次元コードが読み込めない方はメールアドレス
kouhou2847hiro@gmail.com へ送信をお願いします。

※原稿採用の方へのプレゼントは11月中旬(予定)に発送させていただきます。

※お寄せいただいた原稿は広報担当者で加筆・修正させていただきます場合があります。ご了承ください。

