



vol. 1

発行/2021年7月5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4番12号  
 TEL(082)927-1503 FAX(082)927-1506  
 組合員数20,862人  
 出資金積立金総額 1,105,431,658円 (5/20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/>

## 2021年6月3日(木) 西区民文化センター 第二十九期通常総代会が終了しました。

6月3日(木)、感染拡大防止対策をとり、総代の皆様にもご協力いただき、第二十九期通常総代会を開催しました。当日出席または書面出席いただいた皆様、あらためて感謝申し上げます。

2020年度は、「子どもたちの今と未来を守っていけるように、地域とつながり、私たちができることを考え、すすめていきます。」を基本方針に活動をすすめました。

つどい、出会うことを大切にしてきた組合員活動が思うようにできず、「グリーンコープを伝えたい」、「グリーンコープ運動を広げていきたい」という思いをどう形にしていけるかを考え続けた一年でした。新しい試みとして、チラシ、SNSの活用や、オンラインでの学習会開催などを行いました。

一旦延期としていた「中本忠子さん講演会」をオンラインを活用して開催することができました。11月には「チェルノブイリ医療支援ネットワーク木村真三さん講演会」、12月には、「枝元なほみさん講演会」を開催しました。講演会の様子は、この『グリーンかわらばん』でも報告させていただきました。

2021年度の基本方針は、「子どもたちの今と未来を守っていけるように、地域とつながり、私たちができることを考え、すすめていきます。」です。グリーンコープの「安心」「安全」な食べもの大切さを広げ、仲間を増やし、「私たちのグリーンコープ」を未来につないでいけるよう、組合員活動をすすめていきます!

(理事長 熊野)



総代会は、グリーンコープ生協の組合員の代表である総代が出席し、生協の活動や事業の報告を行い、2021年度の方針などを決める大事な決定機関です。

### 採決の結果報告

総代数 110人  
 当日出席 106人(実出席 11人、書面議決書 95人、委任状出席 0人) 当日欠席 4人  
 当日出席 104人(議長 2人を除く)で審議・採決を行ない、以下の通りすべての議案

●第一号議案 2020年度活動報告承認の件	賛成 104	反対 0	保留 0
●第二号議案 2020年度決算報告、並びに剰余金処分案承認の件	賛成 104	反対 0	保留 0
●第三号議案 2021年度組合員活動方針決定の件	賛成 102	反対 0	保留 2
●第四号議案 2021年度事業計画・予算決定の件	賛成 102	反対 0	保留 2
●第五号議案 一般社団法人福祉活動組合員基金連合会への「基金」出資について	賛成 99	反対 0	保留 5
●第六号議案 定款変更の件	賛成 102	反対 1	保留 1
●第七号議案 役員選任の件	賛成 100	反対 0	保留 4
●第八号議案 役員報酬決定の件	賛成 99	反対 1	保留 4
●第九号議案 議案議決効力発生 of 件	賛成 101	反対 0	保留 3

## 【特別報告】夢ヲかたちに理事会の設置に向けて

グリーンコープは2018年に設立30周年を迎えました。私たちは節目のこの年を迎えるにあたり、これまで歩んできた30年の歩みをふりかえることから始めました。

●「夢ヲかたちに（中期計画基本構想案）」では、生命（いのち）を育む食べもの運動を出発点に、国産食糧の利用を進めることで『日本の農業を守る』（環境・農業）、子どもたちを育む環境としての〈教育・文化〉、超高齢化社会に向かう中で、誰もが安心して暮らせる地域づくり〈地域福祉〉という視点を持ち、各分野のマスタープランを掲げ、すすんできたグリーンコープは、その第一次といえる「夢ヲかたちに」をすべて実現してきました。地域で暮らす生活者として私たちの目の前には様々な課題があり、安心・安全な食べものだけでは成り立たないことにあらためて気づかされます。

そこから、次の30年後のグリーンコープに向かって、第二次「夢ヲかたちに」を描くことにしました。

●そのようなオールグリーンコープの歩みとしての第二次「夢ヲかたちに」を描く過程で、広島で暮らす私たちにも「こんなことができないかな。」と描く夢がありました。それは、地域における課題を解決まではできないとしても、助け合い、支え合い、安心して暮らしていけるように、様々な活動や事業をより多くの組合員と共に関わり合いながら、実現していきたいというものです。

それは言うなれば、「私たちが暮らす広島をグリーンコープのあらゆる力を活用して、よくしていこう！グリーンコープの地域をつくっていこう！」ということです。

●また、食の安全、せっけんの利用普及、子どもの居場所づくりなど、グリーンコープ運動を広島において、ますます広げていくことも掲げていきます。

●ここに、「グリーンコープひろしまの夢ヲかたちに」を掲げ、多くの組合員と連帯し、夢を実現していきましょう。

## スローガン採択

- ・子どもたちの今と未来を守っていけるように、地域とつながり、できることを考え、すすめていきます。
- ・グリーンコープの生命（いのち）を育む食べもの運動を伝えていきます。
- ・グリーンコープ運動を広げ、グリーンコープに集う仲間を増やしていきます。
- ・日々の暮らしを見つめ、「いのち・自然・暮らし」を守る活動をすすめます。
- ・グリーンコープでんきの共同購入運動を広げていきます。
- ・助け合い、支え合い、誰もが安心して暮らせる地域づくりをすすめます。



## 2021年度全体会活動方針

### おすすめ・たしかめ全体会

- ・いのちをはぐくむ食べもの運動を広めます。
- ・生産者、メーカーとの顔の見える関係を深め、商品のこだわりや特長を伝え、利用普及を進めます。

### くらし全体会

- ・水環境や人にやさしいせっけんの良さを学び、伝え、広めていきます。
- ・4Rの大切さを学び、伝え、広めていきます。
- ・「民衆交易」と「平和」と「脱原発運動」について学び、伝えていきます。



### 地域福祉全体会

グリーンコープの地域福祉を共に学び、住んでいる街を住みたい街にできるよう、地域の団体との出会いを大切に、子育て応援・子どもの居場所づくり・くらしの応援活動などに取り組みます！

## 【各支部2021年度活動方針】



### 【西支部】

イイね！グリーンコープ

- ・生命に寄り添うグリーンコープの取り組みを伝えていきます。
- ・安心安全な商品のこだわりを学びます。
- ・仲間と共に楽しく活動し、グリーンコープ運動を進めていきます。

### 【中央支部】

明るい地球の未来は“日々の暮らし”から…  
大切ないのち、食べもの、平和を守るために  
仲間と広くつながり、学んでいきましょう！！

### 【東広島支部】

地域とつながり私たちができることを考え、前向きにすすめていきます。

### 【福山支部】

「伝えたい さらに広げたい 私たちのグリーンコープ」  
～商品に学び、仲間と活動し、安心・安全な暮らしと  
みんなの笑顔を守っていきましょう～

## 2021年度 事業方針



(1)2021年度は「2,270人」純増「463人」を目標に掲げて取り組みます。

- 1 2021年度は2020年度の目標を超え、二年連続全支部年間目標を達成し、登録組合員数20,000人以上を維持する事、受注高37億円を超える事業にすることを目指します。
- 2 将来、全県展開を目指していくために、仲間作りの更なる強化が必要になります。

(2)供給目標、36億9823万円(受注高から青果の欠配やカンパ金などを差し引いた金額)を目指します。

- 1 利用普及をしっかりと進めていく事と、加入された組合員の方に利用の状況などを確認していくことをしっかりと行っていくことで、利用アップを目指していきます。
- 2 利用拡大に向けて事務局での試食や研修などを行い、担当者一人一人が良さを実感して、組合員の方に伝えていきます。

(3)21年度目標[688口]を目指します。

CO・OP共済は生協に加入された組合員しか加入が出来ない制度になっています。生協の加入説明時での共済案内を強化する事で“知らなかった”と言われる方がいないよう、しっかりと伝えていく事で一人でも多くの組合員の皆さんのお役に立てることを目指します。

(4)今年度も、事務局研修を行います。

- 1 商品の歴史やグリーンコープ運動について学び、事務局内で共有していきます。
- 2 安全運転・交通マナー向上を目指し、安全運転管理協議会開催の「セーフティドライブ実践塾」などに、積極的に参加し事故ゼロを目指します。

## 2020年度 福祉活動組合員基金(100円基金)収支報告

…2020年4月～2021年3月…

収入の部	組合員基金収入	18,497,400	支出の部	助成金交付	2,514,064
		雑収入		60,960	
				旅費交通費	38,998
				消耗品費	624
				業務委託費	811,000
				租税公課	112,200
				通信運搬費	15,956
				会議費	0
	合計	18,558,360		合計	3,492,842
				当期収支差額	15,065,518
				前期繰越収支差額	72,002,678
				次期繰越差額	87,068,196

2020年度  
助成地域  
団体



参加型地域福祉をすすめる個人・団体名	金額
エコロジーマーケット環ッハツハinよしじま	71,000
手話茶処はつかいち	100,000
楽ゆるママ会	100,000
あとひっこ親子の会「みんなで」	100,000
沖本 純子	100,000
未来をつくる給食 広島ママSUNの会	100,000
DASAIYA	100,000
kierto	100,000
ぱらんず+harmony	83,548
大きな木の下で	100,000

2020年度の  
助成金  
内訳



- ①グリーンコープ生協ひろしまの福祉講演会、関係団体に1,410,000円。
- ②ひろしまのワーカーズの人材育成や運営に1,416,900円。
- ③参加型地域福祉をすすめる個人・団体など10の地域団体に954,548円。となりました。

2021年3月31日現在

2020年度の助成団体報告会を各支部で6～7月に開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止としました。ご了承ください。

# 2021年 支部総代会報告

支部総代会は福山支部は通常開催、西支部は書面議決書のみ、中央支部と東広島支部は第1部は書面議決書で採決し、第2部はオンライン開催としました。

## 議題

- ・議案1 2020年度 支部理事会 組合員活動報告
- ・議案2 2020年度 支部 事業報告
- ・議案3 2021年度 支部理事会 組合員活動方針
- ・議案4 2021年度 支部 事業方針

支部名	西支部	中央支部	東広島支部	福山支部
開催日	書面議決のみ	5月19日	5月13日	4月27日
会場	/	/	/	福山支部
総代数	36	32	22	20
本人出席	/	/	/	6
書面出席	34	32	21	14
欠席	2	0	1	0
採決	賛成・反対・保留	賛成・反対・保留	賛成・反対・保留	賛成・反対・保留
議案1	34・0・0	32・0・0	21・0・0	19・0・0
議案2	34・0・0	32・0・0	21・0・0	19・0・0
議案3	34・0・0	32・0・0	21・0・0	19・0・0
議案4	33・0・1	32・0・0	21・0・0	19・0・0

※福山支部は議長1名を除き、本人出席、書面出席での審議・採決を行いました。



採決の様子

## 西支部

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、書面議決書の開催としました。

(西支部理事長 仲村)

## 中央支部

第2部のハグルマ学習会はオンラインで開催しました。ハグルマは創業明治27年の長い歴史があり、グリーンコープの商品は、トマトケチャップ、ウスターソース、ドレッシング、お好みソース、焼肉のたれ、はばっと照りタレがあります。今回は「国産完熟トマトで作ったトマトケチャップ」と「木樽熟成ウスターソース」について学びました。

GCTトマトケチャップの原料トマトは国産です。加工用トマトは主に無支柱で栽培され、太陽の恵みをいっぱい浴びて露地栽培されています。その分生食用に比べて、栄養価が高いそうです。GCケチャップはトマトをピューレ状にするため、ペースト状に比べると濃縮率が低いため、加熱時間が短く、トマトの風味が豊かでフレッシュなトマト本来の香りが生きています。工場の製造工程の動画も見せていただきました。木樽熟成ウスターソースについては10種類の香辛料をブレンドして作られ、一般のソースはホーロータンクを使っての熟成ですが、GCウスターソースは木樽で3カ月以上熟成して作られているとのこと。日本国内でも唯一の昔ながらの技術と製法でのウスターソースだからこそ深みがあり、まろやかでコクのある味に仕上がっているとのことでした。

(中央支部理事長 松岡)

## 東広島支部

第2部は秋川牧園の学習会をオンラインで開催しました。はじめに、産直若鶏の飼育方法などを教えていただきました。○若鶏は寒さに弱く、冬場は30度以上にしている。○ひよこは寒がりだけど、大きくなると毛が生えてきて暑がりになるので、ファンやミストを使って体温を下げ、過ごしやすいようにしてあげている。○坪あたり35羽以下でゆったりと育てられているので、座ったり砂浴びもできる。○60日以上かけてじっくりと育てられている。○飼料もポストハーベストフリーで動物由来のものは使用しない。など、本当にこだわって飼育されていました。次に産直たまごのお話でした。○赤色のたまごの理由は、鶏の種類で決まるので、赤色、白色で栄養などに違いはない。○開放鶏舎でケージは2段まで。○オスは廃棄され、メスだけ飼われる。○強制換羽は行わない。○血斑、肉斑があっても問題ない。

産直たまごのお話で、オスは廃棄するというお話を聞き、とても胸が痛くなりました。自分たちが食べるものの背景を私たちはもっと考えることが必要です。今後、親子学習会などを開催してたくさんの人にこの現状を知ってもらいたいと思いました。

命をいただく重みを感じる学習会となりました。

(東広島支部理事長 宮崎)

## 福山支部

今年度の支部総代会はZOOMを使って会場をつなぎリモート開催となり、オンラインと会場で総代9名と見学参加者9名の参加がありました。第1部では、2020年度の活動報告と事業報告をしました。コロナ禍で制限される中での活動でしたが、数少ない行事や各委員会便りの写真などをプロジェクターで映しながら報告をおこない、全ての議案は承認されました。グリーンコープでんき、市民電力出資金のお話、産直びん牛乳のクイズを行い、事前にお届けした試食品の説明をしました。「キープ&ショップおのみちSAKURAテラス」のオープンまでの様子も写真を交えてお知らせし、アピールできました。参加者のみなさんにはとても興味深く聞いていただき、「活動の内容がわかりやすかった。」と感想がありました。

第2部では、「海水塩なごさ」メーカー、「(株)海はいのち」の方によるオンライン学習会を開催しました。「海水塩なごさ」は海水中のミネラルを多く含み、溶けやすく食材によくなじむグリーンコープ定番のお塩です。おいしさを引きだしてくれるグリーンコープ加工品の多くに、原材料として使われています。イオン交換膜製法で海水を濃縮し、平釜で時間をかけて作られます。イオン交換膜を通すことで、PCBや有機水銀、マイクロプラスチックなどの有害物質や不純物を完全に除去することができることを知りました。いっけん市販品との違いが分かりにくいお塩ですが、安心安全の違いにとっても驚きました。短い時間でしたが、分かりやすいお話と映像で、とても充実した学習会でした。これからも、「海水塩なごさ」の良さを多くの方々に伝えたいと思います。

(福山支部理事長 前津宗)

# 理事研修

2021.5.10(月)  
オンライン

2021年5月10日、社会福祉法人グリーンコープの金羽良成さんによる『グリーンコープの地域福祉と地域の課題について』のオンライン学習会を開催しました。とても大切なお話をさせていただきました。組合員のみなさんにも、ぜひ知っていただきたいと思いますので、この『ぐりんかわらばん』で3回に分けて金羽さんのお話をかいつまんでご報告します。今回は『私たちが直面している状況として新型コロナウイルスの感染拡大により表に出てきた日本社会の抱えている問題についてのお話』です。

これまで「当たり前」にある程度の日常生活を送ることができていて、自己責任で自立できており、生活困難とは無縁だった人も「自粛」の動きに巻き込まれることで、生活が立ち行かなくなり、明日が見えない不安を抱えています。また感染拡大防止のための移動自粛に伴う在宅勤務やステイホームは家族と過ごす時間が増えたことで、家族内に新たな軋轢が発生しています。家族はそれぞれの役割を重視して維持されてきていて、「家庭」は「家族」一人一人の「居場所」になっていなかったのではないかと、そして人は家族、地域、職場の中で自覚がないまま実はどれほど「孤立」して生きていたかなどの問題があらわになりました。

このような状況下で小中高生と女性の自殺の数が増加しています。また若年層の妊娠増加、ステイホームや休校等で親の監視が増え子どもが子どもらしく生きられなくなっており、学校を越えた社会的支援が必要にも関わらず、コロナ禍で支援ができないジレンマもあります。

新型コロナウイルス感染拡大前の日本では、生きていく上での「自由」が拡大し、何でも手に入る便利な社会でしたが、「自由」が大きく広がった分、社会規範（社会のスタンダード）が不明確となり、どのように生きていくのかは「自己責任」となり「自由」に生きていくことが逆に「不自由」に感じ「生きづらさ」を感じる人も増えている中で新型コロナウイルスの感染拡大に社会は直面しました。

ここまでのお話の中で、誰もが当事者になったと自覚するとともに、「家庭」は「家族」一人一人の「居場所」になっていなかったのではないかと、という言葉にドキッと、わが身を振り返りました。コロナ禍で浮彫になった地域社会の課題に対して、私たちにできることは何かを考える機会としたいと思います。

副理事長 貫里

## ～「ほっとはあーと」ってなあに？～

私たち「在宅福祉ワーカーズほっとはあーと」は2002年にワーカーズを立ち上げグリーンコープの託児や家事サービスからスタートしました。その後介護保険事業に参入し現在は訪問介護と通所介護を西拠点と安佐南拠点で開設し、42名のワーカーでお仕事を担っています。西区高須にあるのが「ふくしサービスセンターはあーとネット」と「デイサービスセンター夢\*グリーン」、安佐南区川内にあるのが「ふくしサービスセンターめーぷるネット」と「デイサービスセンター楓\*グリーン」です。訪問介護のお仕事はご利用者様のご自宅に伺い、食事・入浴・排泄・通院・外出の介助をする身体介護と、調理・掃除・洗濯・買い物などの生活援助等安心して在宅生活が継続できるような支援をしています。ご利用者様からは「次に来る日を楽しみにしているよ。」との声をいただいています。デイサービスではご利用者様の送り迎え、お食事をグリーンコープの食材で作リ、安全にゆったり入浴していただくための介助、そして体操をしたり、ゲームや脳トレ等をしたりして、楽しい時間を過ごしていただきます。利用者の皆さんからワーカーたちの笑顔に癒されるという言葉いただきます。その言葉に励まされ、やりがいを感じ、日々、頑張っています。



ほっとはあーと 永井

### ☆ふくし情報でんわ☆

「用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)

0120-118742

開設:月～金  
10:30～15:30  
(土・日・祝祭日休み)

ふくしサービスセンター

西区・佐伯区・廿日市エリア

はあーとネット TEL 082-942-0778

ふくしサービスセンター

安佐北区・安佐南区・東区・南区・中区・安芸区エリア

めーぷるネット TEL 082-870-4652

デイサービスセンター

TEL (082) 942-5821

夢\*グリーン

広島市西区高須2丁目2-28

<利用時間>  
夢\*グリーン 月～金  
9:00～18:00

デイサービスセンター

TEL (082) 555-8341

楓\*グリーン

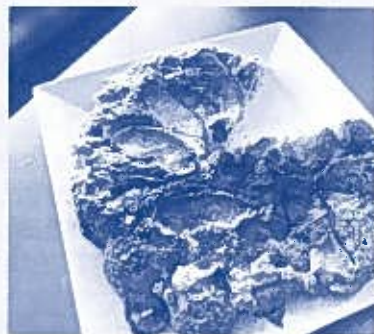
広島市安佐南区川内6丁目20-5

<利用時間>  
楓\*グリーン 月～土  
9:00～18:00

# わたしの おすすしレシピ

## ★お手軽！りんごケーキ★

強力粉を使うので、サクサクに仕上がります！  
翌日はしっとりしておいしいです。



### 【材料】

- 産直りんご 2個
- 塩水（水 1C+塩 小1）
- 強力粉 130g  
（2割くらいをおからパウダーに変更してもよい）
- ベーキングパウダー 5g
- シナモン お好みで
- きび砂糖 50g
- 産直たまご 1個
- なたね油 100cc  
（水分をすし豆乳・牛乳にかえてもおいしい）

### 【作り方】

- ①オーブンは180℃で予熱。
- ②りんごは8等分し、3～4mmのいちよう切にする。  
塩水にさっとくぐらせる。
- ③強力粉、ベーキングパウダー、シナモン、きび砂糖  
を泡だて器でぐるぐるとかき混ぜておく。
- ④なたね油、卵をよく混ぜる（ミキサーをかけると簡単です）
- ⑤③と④をへらで粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑥りんごを加え、生地がからむようにしっかり混ぜる。
- ⑦クッキングシートを敷いた鉄板に生地を流し、均等に伸ばす。
- ⑧180℃のオーブンで40分焼く。

★★



グリーンコープの  
りんごとみかんは…

☆誰が作ったのかわかる！…顔のみえる関係で、生産者の方と交流会をしている！  
☆摘果剤、除草剤は、使用していません…真夏の暑い中に手作業してくださっています！  
（注）一部使用している産地があるが、ラウンドアップ系は不使用、報告義務がある！  
☆減農薬（環境ホルモン・発がん性の疑いのものは不使用）  
…一般栽培よりも使用量が少ないため、皮まで食べられる！  
安心・安全・おいしい りんご・みかんです！！

ぜひ早期予約を♪

収穫量に限りがあるため、予約の方を優先してお届けします！

（理事 坂本）

グリーンコープのインスタに  
おすすしレシピの写真を載せています。  
ぜひ見てくださいわ♪



## エコdeグリーン 私の暮らし術



電気は生活に欠かせないもの。懐中電灯やリモコンなんて、昔の人がみたら魔法の道具だと思うのでは？そんな便利なものですが乾電池をたくさん使うものもあり、乾電池を捨てる度にごみを増やしている罪悪感がありました。なので、できるだけ充電電池を使うようにしています。本当にごくわずかなことかもしれませんが、ごみになるものはできるだけ使わないようにしていきたいです。

（理事 上野）

## 4コママンガが作者よりひとこと…



ペンネームK.O.さん  
どうぞよろしく  
お願いします。

猫と2人の子育て中のK.O.です。  
西沢さん（たけのこ）に敬意  
を込めてこのタイトル  
にしました。  
よろしくお願ひします。



# 事務局報告 <2021年度 仲間作りの様子>

2021年度の仲間作りですが、計画を上回るペースで推進が出来ており、すでに年間計画の40%を超える実績となっています。

好調の要因は、組合員からの紹介情報が昨年以上に獲得出来ている事と、昨年ほどではありませんが、新型コロナウイルスの影響による問い合わせの増加が挙げられます。

今年度のTVCMについては「一度聴いたら耳に残り、とてもインパクトがある」など好評なご意見を頂いています。また昨年度からはインスタグラムやYouTubeなども行っています。

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がない方がいらっしゃいましたら是非、ご紹介をお願い致します。

5/20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	6,954	682	288	42.2%
中央支部	5,919	630	259	41.1%
東広島支部	4,292	534	212	39.7%
福山支部	3,697	424	168	39.6%
ひろしま	20,862	2,270	927	40.8%



## 配送担当者を紹介しま〜す♪

東広島支部

- ◆お名前：佐伯 璃心 (さいき りこ)
- ◆配達地区：呉市焼山 ◆出身地：安佐北区可部
- ◆趣味：サッカー観戦 ◆好きなアーティスト：三代目J.S.B
- ◆休日の過ごし方：犬とドックラン
- ◆配達担当時の心に残ったエピソード：  
グリーンコープさんではなく、名前でも呼んでもらえるようになったこと。
- ◆配達に出て嬉しかった事：  
組合員さんと仲良くなれて、たくさんお話できるようになったこと。
- ◆好きなGC商品：あじわいウィンナー、食パン
- ◆組合員さんにひとこと：  
笑顔で明るく元気に配達するので、こちらからもよろしくお願いします。
- ◆東広島支部長よりひとこと：



佐伯さんは一見クールな印象ですが、それはちょっとした人見知りがあるからだと思います。実際は慣れてくると、とても気さくで親しみやすい人柄です。配達チームの仲間とも楽しそうに話をするムードメーカー的存在の佐伯さんをこれからもよろしくお願いします。



フリーダイヤル

0120-14-0586

受付時間：月～金 9:30～16:30(土・日・祝日休み)

\*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でき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等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、バレイショですが、切ったときは白かったのに、煮ると黒くなりました。**

A、バレイショに含まれるジフェノールが、鉄分の多い鍋等で茹でると黒くなる場合があります。バレイショの個体差により、生の状態のバレイショを目で見ただけでは、変色するかどうかの判断は難しいようです。  
なお、食べても問題ありません。

**Q、里芋の皮を剥いたら緑色になっていました。食べても大丈夫ですか。**

A、緑色になっている原因については、本来土に埋まって栽培されますが、土に埋まっていないものが太陽の光にあたることで葉緑体が形成され、緑色に変色したものと思われます。また、緑色の部分はシュウ酸カルシウムの成分が多くあり、えぐみ(苦味)が多くあると言われています。緑部分はえぐみが強く、取り除く方がよいでしょう。

# ★★★今月から新コーナーを2つ始めます♪みなさんのご応募お待ちしております★★★

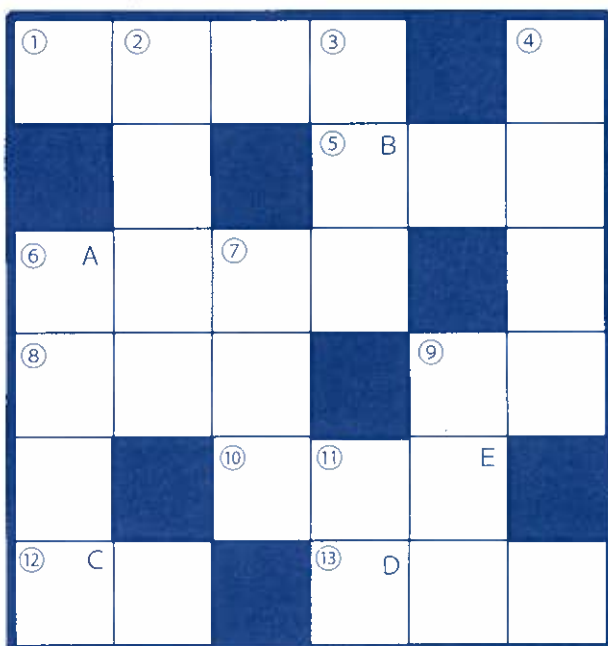


## ★みんなのげんきくんひろば★

今回の募集テーマは「**私のお気に入り商品**」です。グリーンコープで必ず注文するあなたのお気に入り商品を教えてください。その理由やエピソード、レシピなども書いてください。掲載の方には無添加ラップ(22cm)を差し上げます♪

## ★クロスワードパズルを解いて、AからEまでつなげてできる言葉は？

クロスワードパズル正解者の中から抽選で5名の方に、グリーンコープのインスタントラーメン(とんこつ、しょうゆ、みそ)を1袋ずつセットにしてプレゼントします♪  
ぜひお気軽にご応募ください!! ※当選発表は商品のお届け(8月下旬予定)をもってかえさせていただきます。



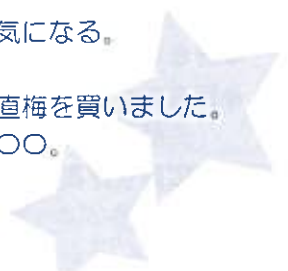
### <ヨコのカギ>

- ①野菜の無農薬〇〇〇〇に取り組み。
- ⑤味噌汁の具は〇〇〇と豆腐が一番人気♪
- ⑥女性の髪飾り。
- ⑧寿司を作って売るお店。
- ⑨私のイチ〇〇のおすすめ商品は、ケチャップです♪
- ⑩ある地点と他の地点との間。
- ⑫香りづけに〇〇酒を入れる。
- ⑬ネグロス〇〇〇の予約は生産者の応援につながります。



### <タテのカギ>

- ②〇〇〇〇組み換え食品の安全性が気になる。
- ③〇〇〇の稚魚はしらす。
- ④手作りの〇〇〇〇を作るため、産直梅を買いました。
- ⑥ホルトガル人が長崎に伝えた〇〇〇〇。
- ⑦〇〇〇が効いて痛みがひいた。
- ⑨名曲「酒と泪と男と〇〇〇」。
- ⑪体長3.5~4mの大きな動物。



### 【応募方法】

【応募締切7月30日(金)】

以下の①~⑥を記入の上、ご応募ください。メール送信、またはお手持ちの紙に書いて配送時に提出してください。クロスワードパズルと募集テーマ、どちらかひとつだけでもOKです!  
(クロスワードパズルのみの応募の方はペンネームの記入は必要ありません。)

- ①お名前    ②支部名    ③組合員番号
- ④ペンネーム    ⑤クロスワードパズルの答え

メールでの応募はこちら⇒



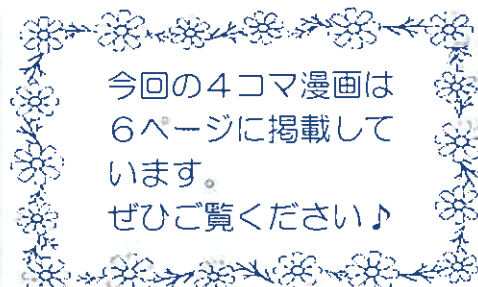
### ⑥みんなのげんきくんひろば「私のお気に入り商品」について

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

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

### 【行事予定】

- 8月 3日(火)~5日(木) 福山支部理事会  
おのみちSAKURAテラス ハーフバースデー キーフ&ショップおのみちSAKURAテラス
  - 9月30日(木) 東広島支部 Welcomeカフェ~吉村春生さんオンライン講演会~
  - 10月 4日(月) 福山支部理事会 げんきキープ周年祭 キーフ&ショップげんきキープ
- ※日程・会場等変更する場合があります。詳しくは、お届けのチラシをご覧ください。



今回の4コマ漫画は  
6ページに掲載して  
います。  
ぜひご覧ください♪