



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7月30日 平和公園に千羽鶴を奉納しました

雲一つない青空が広がる中、「原爆の子の像」別称「千羽鶴の塔」へ『不戦』のメッセージとともに、グリーンコープひろしまからの千羽鶴を奉納しました。この日は向かって1番左のブースが奉納の場所となっていました。



保育園や幼稚園をはじめ、小学校や中学校、老人ホームなどたくさんの団体がメッセージ付きで次々と色とりどりの折り鶴を奉納されていました。

とてもたくさんの団体が折り鶴を奉納しており、あっという間にブースは折り鶴でいっぱいになりました。私たちも『戦争はしない、させない、二度と同じ過ちを繰り返してはいけない』と願いながら奉納しました。

『平和だからこそ、私たちは様々な活動を行うことができる』と平和のありがたさを実感するとともに、この取り組みを続けていきたいと思いました。

原爆ドーム前に移動し、ボランティアの語り部の方から、なぜ原爆ドームがこのような形で残ったのかなどのお話を聞くことができました。平和について考える貴重な時間となりました。

理事 金子



## 2021年8月9日 平和のつどい

8月9日、オンラインで長崎の爆心地公園など各地を繋ぎ、2021年度共生・平和長崎自転車隊「平和のつどい」が開催されました。2020年度、2021年度の自転車隊の走行は中止となりましたが、今年は新しいかたちでの「平和のつどい」が行われました。

平和リレートークでは、自転車隊の取り組みを支えてくださっているメーカーの『長崎蒲鉾』やワーカーズ（さが、長崎、ふくおかの共同購入など）の皆さんの生の声をお聞きすることができ、とても良かったです。

『長崎蒲鉾』は、自転車隊の一番の難所と言われている日見峠の麓にあります。以前自転車隊に参加した折には、その敷地をお借りして休憩し、峠に挑む力を新たにすることができ、温かい応援の声で送り出させていただきました。「人の嫌がることをしない、させないなど、自分たちができることをやっていき、子どもたちを守り未来につなげていきたい」とおっしゃっていました。

自転車隊は「不戦」のゼッケンをつけ、平和を願って柳川から長崎に向かって走ります。今年は実際に走ることは出来ませんでした。不戦（戦争をしない、させない、いかせない）の思いと、平和を願う気持ちを改めて強く思う1日になりました。

理事 木上



2021年8月3日

## グリーングリーン交流会inひろしま

8月3日、『グリーングリーン交流会inひろしま』に参加しました。メーカーの方々と直接交流できる会で、毎回楽しみにしている活動の1つです。

今までは直接お会いしての交流会でしたが、今回はオンラインでの開催となりました。メーカー27社と、活動組合員がいくつかのグループに分かれて、交流を行いました。おなじみのメーカーの方や、初めてのメーカーの方に、定番商品や新商品のアピールをしていただきました。どれもこだわりの商品で、作り手の「安心して、安全で、おいしいものを！」という熱い思いが伝わってきました。「はやく注文したい!」「すぐにでも試したい!」と、参加者全員が思ったのではないのでしょうか?

中でも印象的だったのは「オールインワンきらきら」を使っただけの美肌マッサージです。すっぴんで登場され「みなさんも一緒にどうぞ〜」と言われ、思わず笑ってしまいました。また、広島のお米にこだわってお酒を製造されているメーカーのお話をお聞きし、広島にも素晴らしい商品があることを実感することができ、とても嬉しく思いました。

今回はオンラインだったので普段は中々見ることのできない動画や写真の紹介もあり、商品のこだわりを深く学ぶことができました。『買い物は投票だ!』とも言われます。こだわりの素晴らしい商品を買いつけ、応援していきたいと思いました。理事 坂本

2021年7月10日

## GMOナタネ自生調査全国報告会

7月10日、「2021年度遺伝子組み換えナタネ自生調査全国報告会」にオンラインで参加しました。

6月22日に開催されたグリーンコープの「2021年度自生GMナタネ汚染調査オンライン報告会」に参加し、続けて全国の報告会を聞くことができたため、理解が深まりました。全国となると規模や陽性率の違いに驚きました。皆さんの報告の中で多く言われたのが、“かくれ”という言葉でした。“かくれ”とは、陽性なのに陰性になっているということ。陽性率低下の原因になっているのではないかとされていました。

生活クラブ連合会の報告では、ナタネの水揚げ港ではない小樽でも自生GMナタネが見つかり、その原因を調査したところ、小麦の中にナタネが入っていたそうです。穀物の中にも混ざっていることが今回新たに報告されました。横浜みなみ生活クラブでは、子どもたちと一緒にごみ拾いをしながら菜の花ウォッチングと題して自生GMナタネの抜き取りを行ったそうです。『自分たち大人が出したものを子どもたちに片づけてもらうのは申し訳ない気持ちだが、子どもたちにも広く知ってもらいたくて一緒に監視活動をしている』とされていました。

質疑応答では、ゲノム編集された高濃度GABAトマトの苗が無償配布されている話があり、農民連食品分析センターの八田さんが実際に育てて本当にGABAが増えているのか調べてみると言われていました。GABAは青いトマトにはたくさん入っていますが、赤くなるにつれて減ってくるそうです。GABAが増えたらうまみが減るそうです。トマトは花粉の寿命が長く、1200km先まで飛ぶこともあるそうで、交雑の品種は多くないが可能性はあるということでした。近年は大学でも短期に評価してもらえるという理由でトレンドを追求した研究が主流になりつつあり、ゲノム編集魚なども研究されています。

『重要なのは、止まらないじゃなくて止めていかなければならない、止めていく姿勢が大事』と強く言われていました。食の安心安全を守るためには『遺伝子組み換え食品、ゲノム編集食品はいらない!』このことをたくさんの人に知ってほしいと改めて強く思いました。

理事 宮崎

### わたしの おすすめレシピ

たまごとくあんので立派なサブおかず!

## たくあん卵炒め

### 【材料】

産直たまご 6個

たくあん 100g

※「本干したくあん」がおすすめです。

鶏がらスープ(顆粒) 小さじ1/2

青しその葉(せん切り) 適宜

塩・こしょう・なたね油・ごま油



### 【作り方】

- ①たくあんは1センチのサイコロ状に切る。
- ②ボウルに卵を溶きほぐし、たくあん、塩・こしょう少々、水大さじ1で溶いた鶏がらスープの素を加え、よく混ぜ合わせる。さらになたね油・ごま油各小さじ1を加え混ぜる。
- ③フライパンになたね油大さじ2を熱し、②を流し入れて混ぜながら強めの中火で焼く。形を整えて器に盛り、青しその葉をのせる。

理事 生野



グリーンコープのInstagramに  
おすすめレシピの写真を載せています。  
ぜひ見てくださいな!



エコdeグリーン  
私の暮らし術



我が家では、コーヒーをよく飲みます。ドリップコーヒーを淹れた時には、淹れた後のコーヒーの抽出かすを脱臭に活用しています。私は抽出かすを乾燥させずに小さな器やブリンの空きカップなどに入れて、トイレや下駄箱に置いています。(効果はだいたい5日くらい…)イヤなおいを取りつつ、コーヒーの香りもまだ少〜し楽しめますよ!

(理事 武石)



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していただきました。組合員の皆さんにもぜひ、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報告しています。今回は3回目です。1回目で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報告しました。2回目は、現在の日本社会はどのような社会かについて報告しました。今回は、グリーンコープが考え取り組んできた地域福祉について簡単ではありますが、報告します。

グリーンコープが目指している「住んでる街を住みたい街に」を実践していく中で、社会福祉法人グリーンコープの理念『共に生きる』は「赤ちゃんからお年寄りまで」から「人が生まれる前から墓場まで」と広がります。誰もが安心して住み続けることができる地域を目指すにあたって、とても大切な理念であり、その言葉には「対等」と「お互いさま」、生きて行く上で困った時はお互いさまという気持ちが込められています。グリーンコープはこれまでに、①高齢者を支える在宅生活支援、②子育て支援、③地域生活支援（生活困窮者支援）、④「子どもの居場所」づくり、⑤フードサポートなどに取り組んでいます。ひと口に『支援』と言っても、それぞれの抱える課題は幅広く様々であるということから、現在の状況を丁寧に見つけ、寄り添った支援を進めています。

これまでの災害支援の活動や「こどもの居場所づくり」の取り組みなどを通じ、地域にグリーンコープが存在するからこそ、その中で安心して暮らしていくことができ、グリーンコープがそのような社会的存在であることを地域から期待されるようになってきています。今回の新型コロナウイルス感染症の問題によって、今まで当たり前と思っていた生活を続けることができなくなることがあるように、これからの生活においても、様々な面で想定外の困難が発生するかもしれません。そうした時に、既存の社会保障制度の対象から外れ、自助努力ができる関係性から孤立している人たちを支えていく取り組みをより一層進めていく必要があります。そして、地域で生活している一人ひとりが『共に生きる』、対等でお互いさまの地域社会を創っていく取り組みに、みんなが協同して参加していくことができる社会を目指しています。

今回の学習会で、現代の日本が抱える大きな課題、生きづらさを抱える人たちのお話を聞き、私自身も「しんどい時代だな」と感じています。グリーンコープの進めている地域福祉が広がることで、「しんどい時代」であってもせめて子ども達が「安心できる地域」で暮らすことができるように、大人の私達がグリーンコープと一緒にできることがあるはずだと思います。

副理事長 貫里

## 2021年9月6日 住んでる街を住みたい街に グリーンコープの地域福祉を支える仲間を紹介します！

9月6日、ワークス応援行事として、グリーンコープひろしまのワークスをもっと知っていただくため、オンラインにて学習会を行いました。ひろしまのワークス立ち上げより長年実践され続けている福祉ワークス「ほっとはぁと」と「子どもキッチンひろば♡ゆめはっぴ」より『ワークスの仕組み』や『仕事内容』などについてパワーポイントを使って説明があり、ワークスという働き方をより具体的に知ることができました。

ワークスとしての働き方は、雇う・雇われるという関係ではなく、誰かが作った組織でもなく、自分たちが主体となって会議・経営・会計に関わり運営します。そして、子育て中の方や子育てが一段落した方など、それぞれの家庭の生活スタイルに合った働き方を実践することができます。ワーカーの方々にはそれぞれのモチベーションがあり、子どもが幼稚園へ行っている間のすきま時間に働きたい！子どもが大学へ行くのでしっかり稼ぎたい！自分のやりがいを見つけない！社会とのつながりを持ちたい！など、それぞれの思いを背景にイキイキと働いています。グリーンコープを通して出会うことができた家庭を守るお母さんであり奥さんであり、ひとりの女性であるという同じ境遇の仲間だからこそ、安心して助け合って働けるワークスがこうして成り立っているのだな～と実感しました。家庭以外でも輝く場所を見つけませんか？みなさんのワークスへの仲間入りをお待ちしています！

理事 松岡

フリーダイヤル  
**てるてるコーナ- 0120-14-0586**  
 受付時間：月～金 9:30～16:30(土日祝休み)

\*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。

### ☆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)

いいはなしに  
**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

**はぁとネット**

西区・佐伯区・廿日市エリア  
 (082) 942-0778

ふくしサービスセンター

**めーぶるネット**

安佐北区・安佐南区・東区・南区・中区エリア  
 (082) 870-4652

デイサービスセンター

**夢\*グリーン**

(082) 942-5821

<利用時間>  
 夢\*グリーン 月～土  
 9:00～18:00

広島市西区高須2丁目2-28

デイサービスセンター

**楓\*グリーン**

(082) 555-8341

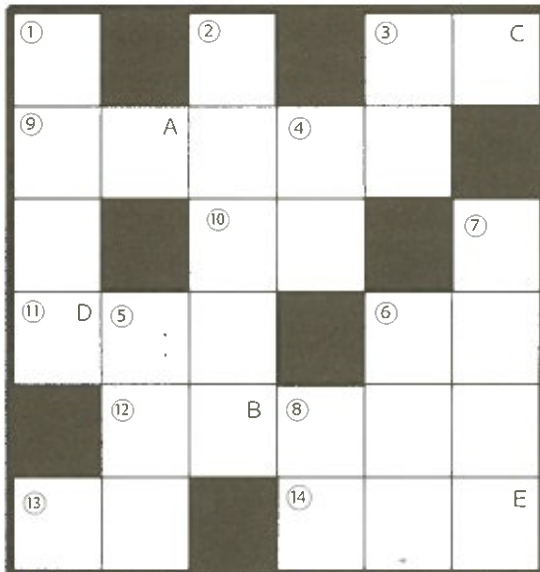
<利用時間>  
 楓\*グリーン 月～土  
 9:00～18:00

広島市安佐南区川内6丁目20-5

★★★2号のかわらばんにたくさんのご応募ありがとうございました。当選の方には10月25日週にプレゼントをお届けします。★★★

## ★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**6名**の方に、グリーンコープのとっても美味しい「ツナフレーク缶」のオイル調理と野菜スープ調理を1缶ずつセットでお届けします！



### <タテのカギ>

- ①〇〇〇〇恐怖症。
- ②入学試験などになぞらえて行う試験。
- ③有機物の上に生じる菌類、その菌糸の集まり。
- ④財産。集積した財貨。
- ⑤今日。〇〇〇。明後日。
- ⑥駅前でチラシを〇〇〇する。
- ⑦書画を軸物に表装し、床の間・壁などに掛けて飾りとするもの。
- ⑧のどや気管の粘膜が刺激されると、反射的に起こるもの。

### <ヨコのカギ>

- ③その事物がどのくらい役に立つかの度合い。
- ⑨両足を揃えて腰を落とし、反動をとりながら前へ跳躍すること。
- ⑩衣類の〇〇は酸素系漂白剤で落とします。
- ⑪夜が明ける時分。あけがた。
- ⑫液状のものを塗ったり、よごれを払い落としたりする道具。
- ⑬生まれたばかりの赤ん坊。
- ⑭物の口を上から覆いふさぐもの。
- ⑭感情の〇〇〇が激しい人は苦手です。

## ★みんなのげんきくんひろば★

### 今回のテーマは『私のおすすめ健康法』



最近座っている時間が多くなったので、歩くことと昇降デスクでパソコン作業をすることが私の健康法です。万歩計をつけて歩くことどのくらい移動したか数字に出てくるのでモチベーションがあがります。パソコン作業や動画を見る時、昇降デスクで立ったままの姿勢で行います。その際、心からはぎのストレッチやスクワットをしたり、つま先で立ったり、かかとで立ったり、背竹をふんだりする“ながらストレッチ”は一石二鳥でおススメです。  
【中央支部 しいたけ】

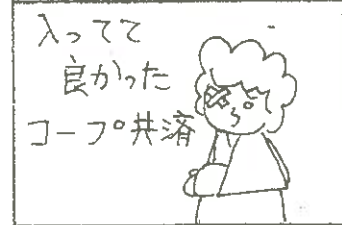
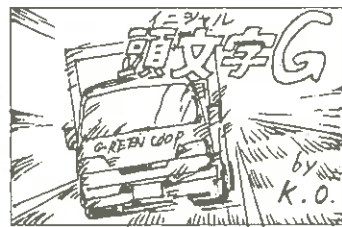
ハミガキの間、お尻にペンををさんだつもりでギュッと締めます。ひざもくっつけます。おのずとお腹も締め、姿勢も伸びます。大事な筋肉である、お尻・お腹（の内側）・内ももの筋肉が衰えるのを防ぐつもりでやっています。  
【東広島支部 にゃんころ】

朝目覚めたら、仰向けで、両足を三角立てにします。両足は少し開いた方がやりやすいです。両手を丹田に重ねます。ゆっくり腹式呼吸を行います。これをしながら、体も心も起こしていく感じです。  
【中央支部 らららはらっぱ】

無調整豆乳にきな粉を入れてまぜまぜ！朝1番にコレを飲みます♪最高！天然プロテイン！混ぜる係は子どもや夫…。それぞれに混ぜ方にこだわりがあるみたいです。さっぱりしてとっても美味しいです。  
【西支部 azu】

YouTubeで筋トレやダンスをするのを、ルーティーンにしています。今は手軽に出来る運動を、音楽に乗せて配信してくれている人がたくさんいるので、それを参考に。週に2回・約40分ずつを目安にしていますが、疲れている時や忙しい時は10分程度の動画でも良い。短い時間でも全身運動をすることでデスクワークで凝り固まった背中がほぐれて、いいですよ。  
【福山支部 あきほ】

次回の募集テーマは「グリーンコープ商品を使った簡単お弁当レシピ」です。簡単にできる常備菜や自分がよく注文しているお弁当用のグリーンコープ商品、自分の大好きなもの、家族に大好評なものなどなど…、あなたのおうちのおススメを教えてください。掲載の方には無添加ラップ（22cm）を差し上げます♪



### 3号のプレゼント

- ツナフレーク缶
- ★オイル調理
- ★野菜スープ調理
- 1缶ずつです♪

### 【応募方法】

以下の①～⑥を記入の上、ご応募ください。下のQRコードから応募するか、またはお手持ちの紙（A4ぐらいの大き目の紙をお願いします）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
- ⑥みんなのげんきくんひろば「グリーンコープ商品を使った簡単お弁当レシピ」について

応募はこちらからどうぞ⇒



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

【応募締切11月5日（金）】

※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。ご了承ください。

※当選発表は商品のお届け（12月初旬予定）をもってかえさせていただきます。