



vol. 5



発行/2023年2月20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21,139人
出資金積立金総額 1,202,048,793円 (12/20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/>

出合いの季節に♪

広げよう! グリーンコープの

輪

2022年の5月から新たに江田島市での配送が始まりました。
班拠点となる方のご協力をいただき、3つの班ができ、配送ができるよう
になりました。今回は、そのうち1つの班をご紹介します。

小早川光江さん、栄谷淳子さん、栄谷正江さんです。

「グリーンコープに加入するきっかけは？」

小早川さん

知り合いの方にグリーンコープが気になると声を
掛けられ、江田島で説明会があると聞き、参加し
ました。もともとグリーンコープが気になっていた
のですが、高いイメージだった価格も思ったほど
でもなく、利用しやすい商品だと思いました。



栄谷淳子さん

娘(小早川さん)さんに話を聞いて
「いいな」と思い加入しました。

栄谷正江さん

お母さん(淳子さん)と義妹(小早川さん)が利
用すると聞き、私も興味をもち加入しました。

「加入して良かったことは？」

小早川さん

子どもにアレルギーがあるので、一般の商品
よりも安心して食べさせられる。買い物に出る
ことが無く、子どもたちもグリーンコープ商品
が来るのを楽しみにしています。

栄谷淳子さん

安心して食べられるし、味もおいしい。
保証されているような安心感がある。

栄谷正江さん

グリーンコープを全く知らなかった。カタログを見て色々な商品を知ることが
出来た。日用品も良いものがたくさんあり、カタログを見るのが楽しみです。

「お気に入りの商品は何ですか？」

小早川さん

食パン、野菜セット(子どもが「野菜が甘くておいしい」
と喜んで食べてくれる)、ポテトチップス、バナナ。

栄谷淳子さん

食パンがすごくおいしい。広島市内に
買いに行く事があるけどグリーンコー
プの食パンが一番おいしい!

栄谷正江さん

食パン、プレーンヨーグルト(マイルド)が
とても美味しい。

江田島にお住まいのお友達がいる方はぜひ紹介をお願いします♪



2023年度子育てサークルメンバー大募集

会費：1家族100円程度/月



グリーンコープの子育てサークルは福祉活動組合員基金より助成を受けて活動しています。

もみじっこ

(廿日市・大竹地区)

- 活動日 第2、4木曜日
- 活動場所 廿日市市中央市民センター



子連れで気軽に遊びに行ける場所がほしい!という気持ちで活動を再開しました。親子ヨガや手形とり、その他親子で楽しめることを企画。子育て中の悩み、不安などおしゃべりして息抜きできる雰囲気です。

プチリズ

(安佐南区祇園方面)

- 活動日 第1、3金曜日
- 活動場所 祇園西公民館



好きなこと、やりたいことを話し合いながら、楽しく活動しています。「初めまして!」なのにすぐ仲良くなれるような雰囲気です。季節に合わせた工作や、親子ヨガ、アロマなど、毎月楽しい時間を過ごしています。

すきっぷ

(安佐北区)

- 活動日 第3水曜日
- 活動場所 白木公民館



2022年6月より活動再開し、現在5組で活動しています。季節の行事や工作、子どもクッキングなどを行っています。子どものやりたい!を見守れる、ゆったりとした時間を一緒に過ごしましょう♪

りすっこ

(東区)

- 活動日 月1~2回不定期
- 活動場所 二葉公民館、段原集会所



2022年5月より活動を再開しました。リトミックやベビトレヨガなど子どもの発達を促す行事の他、月毎のお誕生日会や、季節の行事、子育ての悩みを共有する座談会などで交流を深めています。

くれよん

(呉市・安芸津)

- 活動日 不定期 月1回
- 活動場所 つばき会館(生涯学習センター)



親子でゆっくりとした時間を楽しんでいます。年度の初めにやりたいことや学びたいことをみんなで出し合っています。リトミックやヨガ、呉市内の人気スポットに遊びに行ったりしています♪

ぷちローズ

(福山西部)

- 活動日 第2、4月曜日
- 活動場所 栗原北公民館



興味のある事や親子で楽しめる事など最初に話し合ってから活動内容を決めています。貴重な親子の学びと癒し時間を楽しんでいます。一緒に和気あいあいと楽しんでみませんか?

ぼよぼよ

(福山東部)

- 活動日 不定期
- 活動場所 旭公民館、川口公民館



月に2回、親子で楽しめる事を話し合っています。リトミック、クッキング、リースやしめ縄アレンジ、お話し会など。気になったらぜひ見学に来てくださいね♪一緒に遊んで楽しみましょう♪

各サークルが自主的に運営しています。現在ワサークル活動中です。ここに記載している以外のエリアのメンバーも大募集中です。詳しくはお気軽にお問い合わせください。



【問い合わせ先】

グリーンコープひろしま中央支部 組合員事務局 【担当】藤野
☎082-831-1500 (土日祝休み 10:00~16:00)

メンバー募集中

遠隔地視察・交流報告会 2022年11月15日(火)

3年ぶりに産地に訪問する視察・交流会が再開されました。グリーンコープひろしまからは5産地の視察・交流会に参加することができ、その交流の様子をオンラインで報告しました。

生産者のみなさんの生の声や、各地で見学した圃場の様子、日々の作業での工夫や苦労していることなどをお伝えしました。また、ひろしま理事会で作成した生産者のみなさんへのメッセージ集を視察・交流会でお渡しし、生産者の方々からは「力をもらっています」「これを見て頑張ります」などの声をいただきました。

報告会に参加された方からは、「自分も現地に訪れているかのようなワクワク感があった」「頑張っている様子がわかり、買い支えていきたいと思った」などの感想をいただきました。生産者のみなさんが安心・安全な商品を、たくさん愛情を持って育ててくださっていることが伝わったのではないかと思います(*^-^*)

直接会って生産者のみなさんと交流すると、グリーンコープ商品の良さや商品への思いを、より実感することができます。来年も報告会を開催し、組合員の皆さんに伝えていきたいと思っております！！
(理事会 木上)



報告した視察交流先

- ★沖縄(ハナナス・西表農協・真南農)
- ★北海道(剣淵・北竜)
- ★長野(いんご四産地)
- ★岩手中央農協
- ★津軽みらい農協石川

横断旗奇贈

こくみん共済COOPより横断旗を寄贈いただき、グリーンコープひろしまに届いた82本の横断旗を西支部に近い八幡東小学校にお届けしました。八幡東小学校は生徒数643人の学校で、小学校の近くには交通量の多い幹線道路があります。登下校の際には、地域の方による見守り隊(イエローレモン隊)が横断歩道や通学路に立たれて、児童の安全を見守っていらっしゃいます。横断旗はイエローレモン隊の方々をはじめ、PTAでの登下校の見守りでも活用いただくことになりました。全国では特に7歳児の交通事故の割合が多いそうで、交通安全の一助となれば幸いです。

(理事長 前津宗)



わたしの おすすめ レシピ

ほうれん草は寒くなるとグッと甘味が増えて栄養価も高くなり、冬を乗り切るメニューに欠かせません！
いつもとは少し違う胡麻和えをお楽しみください♪

ほうれん草の洋風胡麻和え

【材料】

- ・産直ほうれん草 1袋
- ・すりごま 大さじ2
- ・かつおパック 2袋
- ☆産直玉ねぎ(すりおろす) 中1/8個
- ☆オリーブ油 大さじ1
- ☆すし酢 大さじ1
- ☆国産丸大豆醤油 大さじ1/2

【作り方】

- ①☆の材料を合わせておく。
- ②ほうれん草はサッとゆで、3センチ幅に切る。
- ③ボウルに②のほうれん草を絞って入れ、すりごま、かつおパックを入れ、混ぜ合わせる。
- ④③に①を入れ混ぜ合わせ、最後に塩(分量外)で味を整えたら完成！(理事会 中島)



エコdeグリーン
私のくらし術



寒い夜には…

今の季節、寒くて眠れない夜は温かいココアを飲みます。すると手足の冷えが気になる私は、寝つきが良くなります。カカオには血管を拡張、血流を促してくれる働きがあるそうです。

ほっと一息つき、温まるのは至福の時…。今年の冬は「みんなでつくるマスコバド糖ココア」を飲んで乗り切ろうと思っています。

(理事会 林)

☆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 **ほろーとネット** (082) 942-0778
西区・佐伯区・廿日市エリア

ふくしサービスセンター **めーぶるネット** (082) 870-4652
安佐北区・安佐南区・東区・南区・中区エリア

デイサービスセンター <利用時間>月~土 9:00~18:00
夢*グリーン 広島市西区高須 2丁目2-28 (082) 942-5821

デイサービスセンター <利用時間>月~土 9:00~18:00
楓*グリーン 広島市安佐南区 川内6丁目20-5 (082) 555-8341

フリーダイヤル
てるてるコーナ- 0120-14-0586

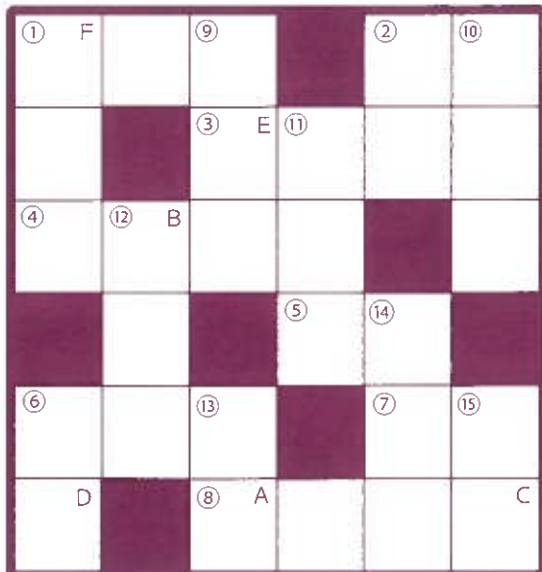
受付時間: 9:30~16:30 (土日祝休み)

*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。

★★★4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2月27日週にプレゼントをお届け予定です。★★★

★クロスワードパズルを解いて、AからF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「すし酢」を**1本**お届けします。お寿司を作るのはもちろん、酢の物なども手軽に作れて、おすすめの商品です♪ぜひ使ってみてくださいね！



<ヨコのカギ>

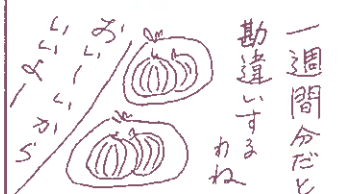
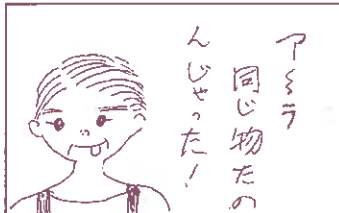
- ①商品を売る場所。
- ②物が燃え尽きたあとに残る粉末。
- ③一緒に遊んだりしゃべったりする親しい人。
- ④人間が着用可能な大型のぬいぐるみ。
- ⑤はなやかでなく控えめなこと。対義語は派手。
- ⑥ヌルヌルとしたぬめりの膜があるきのこ。
- ⑦歌曲・歌謡曲などで曲にのせる言葉。
- ⑧袋状に作った携帯用の寝具。

<タテのカギ>

- ①庭や鉢などに植えてある木。
- ②体の表面を覆う皮。皮膚。
- ⑥代表的な夏野菜のひとつ。夏に淡紫色の花が咲き、電球型で暗紫色の実がなる。
- ⑨戦闘を英語で言うと…。
- ⑩「あまおう」「紅ほっぺ」などの品種がある赤い果物。
- ⑪秋から冬にかけて葉の色が変化する木の総称。
- ⑫食通。美食家。
- ⑬縁故。親しい関係。
- ⑭味を感じる感覚。
- ⑮敵を防ぐために築いた、かなり大きな建造物。



こまき 73歳



『4コママンガ』今回はペンネーム「こまき」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)

★みんなのげんきくんひろば★

今回のテーマは「**私のおススメ♪グリーンコープの麺類**」

「**ちゃんぽん麺 (3食)**」と「**豚骨スープ (ちゃんぽん風)**」ちゃんぽん麺は、山でよく食べます。野菜と肉を炒めて持って行き、ポットの湯を使って調理します。本格的なお味が手軽に出来て重宝しています。いつも、周りの登山者に羨ましがられています。(西支部 ちえ)

九州産小麦の麺でつくった「**みそラーメン**」ストックしておく週末にラーメン食べたい！と子どもが急に言ってもすぐ作ってあげられるので、我が家では重宝してます。余計な添加物が入っていないので、子どもがスープをごくごく飲んでも安心なのがうれしいです。(西支部 ダッツ)

「**信州戸隠やぶそば**」蕎麦と言えば、やはり戸隠の蕎麦！夏はざる蕎麦で、冬は温かい汁で頂きます。(東広島支部 まりめっこ)

「**とんこつラーメン博多発**」市販のものよりも安心して食べられるのがありがたいです。野菜をたっぷり入れて食べてます。国産小麦の乾麺はなかなか見つけられないので、鍋のシメにも重宝しています。(西支部 こゆり)

今回の募集テーマは「**私のおススメ♪グリーンコープの魚介類**」です。

グリーンコープのカタログに載っている商品の中で、あなたのお気に入りの魚介類を教えてください。冷蔵、冷凍など、どれでもOK！その理由や食べ方なども書いてくださいね♪掲載の方には『無添加ラップ (22cm)』を差し上げます♪

【応募方法】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(大き目の紙でお願いします)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、コース 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「私のおススメ♪グリーンコープの魚介類」について

応募締切：3月10日(金)

メールでの応募はこちら⇒



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。※当選発表は商品のお届け(4月中旬予定)をもってかえ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。ご了承ください。