

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インスタグラム
 「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/>



西日本豪雨災害支援活動



12月23日(土) 坂町北新地災害公営住宅

当日は、住人の皆さん、災害支援でつながったボランティアの方、大学生のボランティアサークルの方、事務局、理事を合わせて約50名の参加がありました。野外に設置されたコンロで次々にもち米が蒸され、交代しながら臼と杵でついていきました。実際に体験をさせていただくと、杵でもち米をつぶしていく工程がとても力がいり大変だということを知りました。餅を丸める作業では、熱々のつきたての餅をベテランの方が慣れた手つきで素早く同じ大きさにちぎっていて、習ってやってみると同じ大きさにならず思った以上に難しかったです。つきたてのお餅は柔らかく、参加者からは「やっぱりつきたてはおいしいね〜!」「これが楽しみなんよ」との感想が聞かれました。小さなお子さんからお年寄りまで、和気あいあいとしていて楽しいひと時でした。地域の方は一年に一回のこのイベントをとっても楽しみにされていて、今年も参加できて良かったと言われていました。これからも寄り添った支援を続けていきたいと思いました。

(副理事長 仲村)



12月28日(木) 天応ふれあい集会所



事務局3名と理事2名で、天応ふれあい集会所の餅つきに参加しました。当日は、澄んだ空が見える良いお天気でした。最初は遠巻きに見ていた中・高校生や最年少の小学生たちですが、周囲の「よいしょ!よいしょ!」というかけ声の中、餅つきを少し照れながらも体験していました。

つき上がったお餅を丸める作業には、地域の方々も参加してくださいました。手際よく丸めながら、「昔はねえ」と会話も弾み、世代間交流にもなりました。

出来上がったお餅は、何回もおかわりをしてくれる子もいるほど大好評でした。

(理事 曲洸)

1月20日(土) 坂町アセンブリホール



災害支援からの繋がり、主催のSKY協働センターの方から声をかけていただき、今年もグリーンコープの事務局とワーカーズ、理事がお餅つきに参加しました。

婦人部の方と一緒に餅を丸め、お餅をついている子どもたちに「よいしょ!よいしょ!!」と皆で声をかけ応援しました。掛け声を受けて一生懸命にお餅をついている子どもたちの微笑ましい姿と、沢山の参加者の方の笑顔が溢れていて、大切な地域交流の場となっていると感じました。

(理事 木上)



米沢郷牧場との交流会

2024年1月15日

1月15日（月）米沢郷牧場の生産者をお招きし、西支部で交流会を行いました。グリーンコープは山形県の米沢郷牧場と1994年のお米の取引開始から、視察・交流を続けています。平地では稲作、斜面では果物の栽培が盛んで、寒暖差が激しいので作物が甘くなるそうです。米沢郷牧場は、土、水、大気、微生物の間の自然の循環を最大限に活用し、「自然循環型農業」を実践しています。「有機肥料を使っている土は微生物が働いているので温かく感じる。」「冷夏時には作物の育ち方に違い



が出てくる。」など、実際に作業されていればこそのお話も聞くことができました。

直接、生産者の皆さんに会ってお話を聞くことで、大きな安心を感じることができました。例年なら1月はかなりの積雪がある時期なのに、今シーズンは雪が少なく暖かいそうです。気温が高くなることで、病気・虫による作物への影響が増えていることを実感されていました。果樹では開花が早くなっており、サクランボは今シーズン、遅霜にやられてしまい収穫量がかなり落ち込んでしまったそうです。赤とんぼ米は



農業や肥料の基準が一般栽培と違い減農薬ですが、他にも、光や風がしっかりと入るように、種まきの時の一箱当たりの種の量は半分以下で、植え付けも一般栽培よりも間隔を広くとり、稲が横にしっかりと伸びていけるように工夫されていました。持続可能な農業を行っている米沢郷牧場のような生産者が増えることが、日本の農業を守り環境を守ることに繋がると感じました。これからも、こだわって作られている産直青果・産直米の良さを伝えていきます。

（前津宗）



「チャレンジ家計簿クラブ」「家計簿クラブ＊プラチナ」 メンバー大募集！！



家計簿をつけたいけどなかなか続かない、どうやったらうまく家計のやりくりができるのかな？「チャレンジ家計簿クラブ」は仲間と励まし合いながら、我が家の家計管理を学んだり工夫したりする自主サークルです。

また、教育費が終わった世代や老後のお金について学びあう「家計簿クラブ＊プラチナ」もあります。

人生100年時代にどのように備えたらいいのか？お金にまつわる不安や疑問を解消し、より良い暮らしを考えます。



☆ご興味のある方は各支部までお問い合わせください♪

みんなの福祉交流会—私の100円、誰かの笑顔に—

西支部 12/19 (火) 佐伯区地域福祉センター

5年ぶりに対面での開催ができました。7つの地域助成団体・グリーンコープのワーカーズ・西支部理事会の活動の様子や助成金活用の報告がありました。「自分の困り事は周りの方の困り事でもあるかもしれないという思いから活動を始めた」と話された方もいらっしゃいました。

皆さん同様に様々な社会問題の解決に自らのアイデアを形にしておられ、頼もしく感じました。私たちの100円で誰もが住みやすい地域にしたいという想いの輪が繋がっていることを実感できました。参加者同士の交流の時間も取れ、とても充実した会になりました。また、体の動かし方について簡単なレクチャーをされた団体があり、「リフレッシュできた」、「直接お話し出来る良い機会になった」という感想を沢山いただきました。参加された皆さん、ありがとうございました。（理事 庄田）



中央支部 12/13 (水) 東区民文化センター

総勢32名の参加がありました。各助成団体からの報告では、助成金の具体的な用途と活動への熱い思いとともに感謝の言葉を聞くことができました。組合員の皆さんから拠出いただいた100円が地域福祉の地道な活動に活かされ、子どもからお年寄りまで、しっかり運用されていることがわかりました。地域の皆さんが共に助け合って生きる素晴らしさを実感しました。

また交流会では、団体やサークルの活動について、質問や意見交換が活発に行われました。参加者の年齢層も幅広く、様々な活動をされている皆さんとグリーンコープのお菓子を試食しながら交流することができました。

参加者の感想では、「高齢の方向けのお弁当サービス」「妊娠中の栄養補給や家事負担を軽減するための配食サービス」「思春期の子ども向けの行事」などがあたら良いなというご意見や、「自分が拠出している100円が有効に活用されていることがわかった」「役に立っていることが嬉しくなった」などの感想を沢山いただきました。今後の活動の参考にさせていただきます。ありがとうございました。

（理事 並木）



東広島支部 12/6 (水) 安芸区民文化センター

昨年は大雪で中止になったため、東広島支部では久しぶりの対面開催となりました。

各地域団体より、スライドを使ったわかりやすい報告があり、身近な所にこんなにも素敵な居場所があることを知ることができ、とてもほっこりした気持ちになりました。100円基金が沢山の助け合い・支え合い・寄り添いに活用されている様子を知ることができました。これからもつながり・支え合いを大切にしながら、みなさんが元気に楽しく活動されることを願っています。

（理事 宮崎）



福山支部 1/22 (月) まなびの館ローズコム

対面での開催は2020年2月以来となり、とても嬉しく思いました。

当日はひろしま理事会やワーカーズをはじめ、23年度の助成を受けて活動した団体の報告がありました。

地域団体では、福山や尾道で活動されている「ふれあいサロンモリंगा」「ふくやまシュタイナー学園」「ほっとスペース・トントン」から、スライドで活動の具体的な内容や作品なども見せていただき、大切にされている想いを知ることができ、興味深かったです。どの団体の方々も熱意や志があり、あたたかくて、素晴らしいと思いました。各テーブルでの交流の時間は、とても話が弾み、活発に意見交換ができました。私たち一人ひとりの100円が、頑張っている方々のサポートになっていることを実感できる交流会となりました。

（理事 小池）



西支部

	西部地区	中部地区	東部地区	南部地区	北部地区
開催日	2月7日(水)	2月6日(火)	2月21日(水)	2月8日(木)	2月1日(木)
会場	阿品市民センター	西支部	古田公民館	吉島公民館	大塚公民館
参加人数	5名	2名	5名	1名	0名
書面議決書	625枚	53枚	280枚	496枚	204枚
総代選出数	0名	0名	0名	0名	0名
第二部交流会の開催内容	民衆交易カフェ (支部理事会主催)	ハム・ソーセージの学習会 (福留ハム)	お豆腐の学習会 (槽き家)	カレーを作って 食べよう	民衆交易カフェ (支部理事会主催)

中部地区

2月6日(火)グリーンコープひろしま西支部にて「地区組合員総会」を行いました。
【第一部】では、地区委員会活動・事業報告の承認をいただきました。総代の説明・選出の後、カーボンニュートラルと4Rの説明等をし、関心を持っていただけたようです。

【第二部】では、福留ハム株式会社の方をお招きして「ソーセージ学習会」を行いました。ハム・ソーセージの種類・製造工程・食品添加物について学習し、市販品とグリーンコープ商品の違いを教えてくださいました。更に、ソーセージの美味しい調理方法を実演していただき、4種類のソーセージを食べ比べて、その違いとこだわりを知ることができました。

質問もたくさん出て盛り上がり、充実した時間になりました。



2023年 地区組合員総会を 開催しました。

**第一部は、地区活動報告、会計報告、
事業報告、カーボンニュートラルについて**
**第二部は、各地区でテーマを決めて
交流しました。**
**※各支部1地区ずつ
様子を紹介します。**

グリーンコープは、利用する組合員が出資者であり、運営する主人公です。組合員一人ひとりが運営に参加することで、組合員の目線に沿ったより良いグリーンコープひろしまを作ることが出来ます。

その運営に参加する場として、地区組合員総会はくらしの基盤となる地区を単位に開催しています。それぞれの地区が豊かになることが、グリーンコープひろしまを豊かにしていくことにつながります。地区の組合員が出会い、自分の地域の運営を話し合う場として、また運営に関するの最高意思決定機関である「総代会」に向け、各地区の組合員の代表(総代)が集まることを目指し、地区組合員総会を開催しています。



たくさんの質問、ご意見をいただきました。いただいたご意見については各支部で検討し、チラシ等で報告・回答しました。

中央支部

	東部地区	南部地区	中部地区	北部地区	備北地区
開催日	2月15日(木)	2月7日(水)	2月7日(水)	2月29日(木)	2月6日(火)
会場	二葉公民館	段原公民館	祇園公民館	可部公民館	三次ふれあい会館
参加人数	3名	2名	2名	3名	2名
書面議決書	66枚	44枚	105枚	28枚	16枚
総代選出数	1名	2名	0名	0名	0名
第二部交流会の開催内容	トーエー食品 学習会	オーム乳業 学習会	FP円縁学習会	エムシーサービス 学習会	稲石学習会

北部地区

【第一部】では、地区の活動報告や事務局から事業報告などを行いました。

紙芝居を使いグリーンコープが取り組んでいるカーボンニュートラルの説明もしました。

【第二部】では、講師に(株)エムシーサービスの方をお呼びしました。10年後の綺麗な肌を目指して、お肌の状態を見ていただき、メイクアップ方法を教えてくださいました。

商品の特長や安全性のお話を聞き、シミやシワへの効果などを実際に目で見て肌で感じることができました。また、お化粧の仕方も実践しながら教えて頂きました。学習会の最後には、自分のお手入れには何が必要かを教えてくださいいただき、とても勉強になりました。来年度の活動に向けて、引き続き地区委員会を盛り上げていきたいです。



東広島支部

	北部地区	西部地区	南部地区
開催日	2月29日(木)	2月6日(火)	2月20日(火)
会場	東広島芸術文化ホールくらら	東広島支部 大会議室	広まちづくり センター
参加人数	1名	2名	7名
書面議決書	89枚	49枚	71枚
総代選出数	0名	0名	0名
第二部交流会の開催内容	福留ハムによる ハム・ソーセージの学習会	藤井養蜂場による ハチミツ学習会	ネッツフーズによる 漬物等の学習会

西部地区

【第一部】
11月に西部地区委員会が立ち上がったばかりで、初めての行事でした。地区委員の紹介後、2023年度の地区活動報告として行事報告、会計報告、地区活動を振り返っての思いをお伝えしました。その後、議案の承認、支部長より事業報告を行い、紙芝居を使って総代の役割とグリーンコープが取り組んでいるカーボンニュートラルについてお伝えしました。

【第二部】
株式会社藤井養蜂場の方をお招きして、ハチミツ学習会を開催しました。10種類のハチミツを試食し、色や香り、味の違いを教えてくださいいただきました。安心して食べられるハチミツ作りのこだわりを知り、とても勉強になりました。

福山支部

	東部地区	西部地区	北部地区
開催日	2月22日(木)	2月28日(水)	2月20日(火)
会場	福山支部	サンボル尾道	福山支部
参加人数	2名	2名	2名
書面議決書	632枚	322枚	243枚
総代選出数	1名	1名	1名
第二部交流会の開催内容	産直若鶏学習会	焙煎ごまドレッシング学習会	槽き家学習会

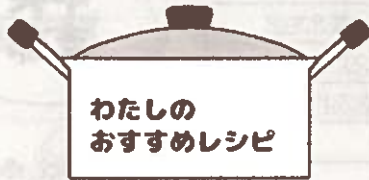
西部地区

2024年2月28日10時半から、サンボル尾道にて地区組合員総会を行いました。

【第一部】
地区委員が一人ひとりグリーンコープのおすすめ商品をお伝えして自己紹介を行い、とても和気あいあいとした雰囲気での始まりでした。続いて地区委員会の活動報告、グリーンコープひろしまの事業報告、総代の役割説明、カーボンニュートラルの説明を行いました。

【第二部】
株式会社エムエスエフの方をお招きし、「焙煎ごまドレッシング」の学習会を行いました。製造過程は動画を交えて説明していただき、私達にこの商品が届くまでの工夫が、視覚的にも良く伝わりました。さらに、取り扱い商品の中から「洋風だし(チキン味)」と「チキンコンソメ」の違いについても説明があり、使い方のポイントなどを知ることができました。また、食品添加物についても説明していただき、とても勉強になりました。推しの商品がまた増え、今後利用して色々お料理を楽しみたいと思います。





～油揚げの袋煮～



【材料（4個分）】

- ・産直たまご 4個
- ・GCうすあげ 4枚
- ・産直人参 約1/2本
- ・産直小松菜 1束
- ☆水 200cc
- ☆奄美きびさとう 大さじ2
- ☆こいくち国産丸大豆醤油（ちくご） 大さじ3
- ☆御新使（みだい）本みりん 大さじ2

【作り方】

- ①うすあげの一片に切れ込みを入れ、開く。
- ②人参は千切り、小松菜は4cmの長さに切る。
- ③うすあげの中に、切った野菜とたまごを入れ爪楊枝で閉じる。（たまごは1つずつ容器に割り入れ、うすあげの中に移す。）
- ④☆を鍋に入れ、沸騰したら③を並べ入れて中火で10分くらい煮る。

うすあげの中身は、冷蔵庫の残り物の野菜などを使うと冷蔵庫もすっきりして、味の変化も楽しめ、おすすめですよ!(^^)!
半分に切って、お弁当に入れても彩りがきれいです☆彡（理事 木上）

私のカーボンニュートラル



『時短のポイントは圧力なべ』

買ってはみたものの使ってなかった圧力鍋。使い慣れると、とても便利です！

一旦圧力が上がると後は極弱火で調理できます。指定の時間のタイマーをかけ、火を消したらあとは自然に圧力が下がるまで放置です。我が家の鍋はおでんだと5分、シチューだと2分でできます。黒豆や小豆を炊く時なども通常の鍋に比べ半分以下の時間でできます。これってガスや電気の節約にもなるね(^^♪と満足しています。（理事 船津）

●グリーンコープひろしま リユース・リサイクル状況（2月分回収率）
リユースびん53.9% モールドバック97.0% リサイクルトレー36.26%
仕分け袋18.10% カタログ（ひろしま）55.1%

●グリーンコープでんき（ひろしま）
2023年度新規契約件数 49件
（2024年3月15日現在）

☆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)

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。

ふくしサービスセンター くろーばーネット TEL082-870-4652
(訪問介護)

広島市安佐南区川内6丁目20-5 <対応時間>月～金9:00～17:00



デイサービスセンター TEL082-942-5821
(通所介護)

夢＊グリーン

<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 TEL082-555-8341
(通所介護)

楓＊グリーン

<利用時間>
月～土

広島市安佐南区川内6丁目20-5 9:00～18:00

2023年度の実績の最終報告となります。年間達成率は75.22%と目標に大きく届かない実績となり、年間目標達成とはなりません。また支部別でも達成した支部はありませんでした。仲間作りの目標には届きませんでしたが、生協脱退は計画よりも200名以上減らすことが出来ましたので、登録組合員は前年よりも増やす事が出来ました。

2/9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	7,028	730	571	78.2%
中央支部	6,009	689	519	75.3%
東広島支部	4,182	530	360	67.9%
福山支部	3,949	489	383	78.3%
ひろしま	21,168	2,438	1,833	75.2%

現在、仲間作りは年度が切り替わり、24年度として取り組みを進めています。

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。



配送担当者を紹介しま〜す♪

東広島支部

◆名前 : 重松 知樹 (しげまつ ともき)

◆配達地区 : 西条・高屋・竹原 ◆出身地 : 呉市

◆趣味 : ドライブ・料理

◆好きなアーティスト : 宇多田ヒカル

◆休日の過ごし方 : ドライブ・洗車 (ほぼ毎週!)

◆配送担当時の心に残ったエピソード : 担当者ニュースを毎週楽しみにしていると言っていたこと

◆配送に出て嬉しかった事 : 「いつも美味しい商品を届けてくれてありがとう」と言っていたこと

◆好きなグリーンコープ商品 : ごまドレッシング・ホワイトソフトマーガリン

◆組合員さんにひとこと : 笑顔いっぱい明るく元気に頑張ります♪

◆支部長よりひとこと : 誰が見ても生協のお兄ちゃんです(^^) / 甥っ子好きで常に笑顔の重松さんはその人柄から組合員から人気も高く、子どもさんの対応も抜群です!また、後輩からの信頼も厚く、面倒見の良い好青年です。



てるてる
コーナー♪

* 商品の電話相談窓口 *

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. 産直有機人参はどのような堆肥と肥料を使用していますか?

A. 堆肥については、有機栽培に使用が認められているもの (牛糞や鶏糞など) を使用しています。また肥料については出荷予定の産地の全てで使用されていません。



＊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、中央支部・中部地区委員会です♪

◆私たちの地区の自慢

グリーンコープが大好きな子育て中のママが中心に活動しています。明るくいろんな事に興味のあるメンバーばかりで、毎回いろんな意見が飛び交い、ワイワイと賑やかな地区委員会です。



◆主な開催場所… 中央支部会議室

◆印象深かった主催行事

グリーンわいわいカフェで、グリーンコープのれんこん生産者の方に来ていただき、沢山のれんこん料理を教えてくださいました。調理・試食をしながら、れんこんについてのお話を伺い、楽しく有意義な時間を過ごすことができました。

◆メンバーおすすめの商品

- ♥卓上味付のり…アミノ酸系調味料不使用なので、お子さんも安心して食べられますよ！
- ♥香料入お洗濯のしゃぼん液体…どんな洗濯洗剤よりも汚れが落ちて、香りも良くお気に入りです。我が家では、野球の泥汚れなどもこれで落とします。
- ♥産直若鶏ミンチ…団子汁やヘルシーハンバーグ、ガパオライスなど、いろんな料理に使えて、冷凍庫にあると安心な食材です。

リスがきた。



りこみこうき



★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♪グリーンコープの冷凍食品』です。

- ☆「花型ふわふわ豆腐バーグ」味はもちろん見た目も華やかな上に、焼いてよし煮てよし弁当によしの3拍子で万能です。（東広島支部・じょうこ）
- ☆「フライパンでできる骨取りカレーフライ」魚の調理が苦手な母（私）、魚を食べるのが苦手な息子たち、母も子も簡単調理と骨なしで美味しく大満足です！（福山支部・まっさい）
- ☆「産直豚肉のロールキャベツ」お好みのスープで煮込むだけで、まるで手作りのような優しい味のロールキャベツが出来上がります。忙しい日のメインのおかずになり、大助かりです。（中央支部・たえちゃん）
- ☆「ヤキトリ物語」モモ、ムネ、きも、鶏皮、つくねの五種類の10本入りです。酒のつまみにぴったりです。忙しい時は、串を外して簡単鶏丼にして食べるのも良いです。（東広島支部・ぷりん）
- ☆「チキンナゲット」産直鶏肉が使用されていて、安心して美味しいのでお弁当によく入れています。（東広島支部・まりめっこ）
- ☆「スナックポテト」北海道産のバレイショを使っていて安心。子どもたちも、パクパクたくさん食べます♪（西支部・みーや）

今回はペンネーム「りこみこうき」さんです♪♪
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岡)

次回の募集テーマ

『私のおすすめ♪グリーンコープの飲み物』を教えてください。
みんなで利用していきましょう！

掲載の方には『グリーンコープ
おすすめのお汁2本』を
差し上げます♪
どのお汁が届くか
お楽しみに。



【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、いずれかをお願いします。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。

※回収カタログ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のテーマ
「私のおすすめ♪グリーンコープの飲み物」です。

応募締め切り：5月10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6月下旬（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。ご了承ください。

