



みどりの地球をみどりのままで、子どもたちへ

vol.283 12月号
2024年12月16日発行

グリーンたいむ



発行：グリーンコープ生活協同組合くまもと
<https://greencoop-kumamoto.jp/>



いのちをつなぐための「かさじぞう基金」



いのちをつなぐための「かさじぞう基金」にご協力いただきありがとうございます。今回、組合員の皆さんからお寄せいただいたカンパ金は1,284,000円に上り、9月20日現在で446件、約374万円を貸付できました。予期せぬ出来事での減収や、物価高騰の社会状況、コロナ禍で増えた借金の返済などで生活が厳しく、手持ちのお金がない、次の収入までの食料がない、ライフラインが止まりそうなど、厳しい状況にある相談者へ当座の生活資金として5千円～1万円程度のお金をお貸しすることで、今、困っている方のいのちをつないでいます。(カタログGREEN31号〈10月7日週〉チラシを配布)

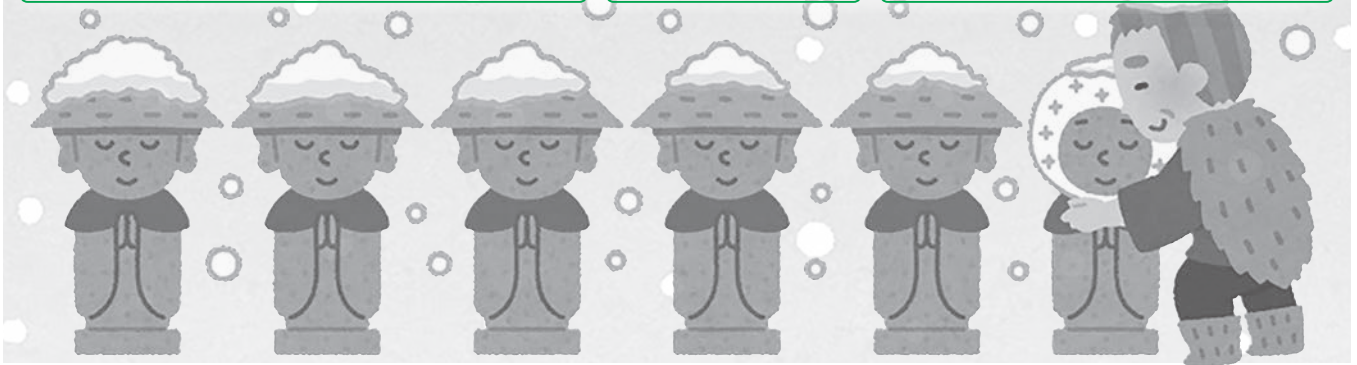
さまざまな状況の中で、いのちをつなぐための「かさじぞう基金」が役立っています。また、貸付の際には、グリーンコープ組合員の皆さんからのカンパであること、生活が安定した後は次に困っている方のために返していただけると次につながる力になることをお伝えしており、183件、186万円を返済いただいています。今後も相談の増加が見込まれます。

生活再生相談室 高濱 千夏

事例①…60代女性。本人派遣会社に登録し就労しているが、日雇い状態でその日を暮らすのがやっとの状態。手持ちはほとんどなく、電気の供給停止の通知が届いているが、明日の日払いの給与を充てると生活費がないため、電気代として5千円貸付。

事例②…50代男性。明日から正社員で就労開始となるが、通勤に必要なガソリン代と食費として5千円貸付。

事例③…40代男性。派遣就労するために来熊、社宅に入ったものの持病が悪化したため就労できなくなり生活保護を申請。病院受診し入院予定だが、病院までのバス代が準備できないため2千円貸付。



生活再生相談室 上天草相談室の紹介

この春、上天草市の天草五橋5号橋近くに、グリーンコープ上天草相談室が開所しました。上天草市より自立相談支援事業の委託を受け、上天草市の皆さんの生活に関わる困りごとの相談業務に携わっています。上天草でも、いのちをつなぐための「かさじぞう基金」や、グリーンコープのフードサポートによる食糧支援が大きな力を発揮しています。

月曜日～金曜日、8時30分～17時15分 ☎0969-24-8330

毎号の「グリーンたいむ」8面「もしもし♪電話コーナー」に掲載しています。

も
く
じ

1：いのちをつなぐための「かさじぞう基金」報告、生活再生相談室 上天草相談室の紹介 / 2：東地域本部のページ / 3：西地域本部のページ / 4～5：2024年度 産直交流活動報告 / 6：「長崎蒲鉾株式会社」視察報告 / 7：わたしとグリーンコープ、こんにちは！ワーカーズです、市民電力関連 / 8：福祉センター荒尾リニューアルオープン！、電話コーナー、リユース・リサイクル状況、編集者だより



© 2010 くまモン

祝5周年 大人と子どものクリスマスメニュー 商品おすすめ委員会

「産直れんこん入り生ハンバーグ」 & グリーンコープの離乳食 **BabyGreen**

もうすぐクリスマスですね♪♪大人も子どももワクワク♪♪ドキドキクリスマス!!
グリーンコープ30周年記念、くまもと開発の「産直れんこん入り生ハンバーグ」と **BabyGreen**の離乳食を使ったアレンジレシピをご紹介します。



①おがゆのサンタさん

- ①サンタさんの顔用のおがゆを作る。**有機簡単おかゆ** **ぱぱと白米** 5gをお湯大さじ1弱で溶き、ちょうど良い硬さにする。
- ②帽子、目、鼻用のおがゆを作る。**有機簡単おかゆぱぱと白米** 5gと**にんじんフレーク** 小さじ1をお湯大さじ1で溶き、ちょうど良い硬さにする。
- ③お皿の上で①を丸く整え、その上に②を帽子に見立てて形を整えながら乗せる。帽子の上に①のおがゆを少し乗せ、ポンポンに見立てる。
- ④②の残ったおかゆで目と鼻を作って完成。



②ポテトサラダツリー

- ①ボウルにじゃがいも**フレーク**10gを入れ、湯冷まし大さじ1を加え練るように混ぜ合わせる。
- ②①に**元気な卵**の**マヨネーズ**小さじ1と、下ゆでした**北海道産の野菜ミックス**適量を加え混ぜ合わせ、塩・こしょうで味を調える。ラップで包み、ツリー状に形を整える。
- ③②を器に盛り付け、型抜きした**おさかなソーセージ**(ミニ)と**北海道産の野菜ミックス**を飾り付ける。

③簡単! ケーキ風蒸しパン

- ◇材料 (10個分)
- ホットケーキミックス** 200g
 - 有機かぼちゃと有機にんじんのペースト** 70g
 - 元気いっぱい産直たまご** 2個
 - プレーンヨーグルト** 大さじ2
 - 奄美きびさとう** (生地用) 大さじ2
 - 一番搾りなたね油** 菜の花物語 小さじ1
 - 生クリーム** 200ml
 - 奄美きびさとう** (生クリーム用) 20g
 - お好みのフルーツなど 適量
- ◇作り方
- ①プリンカップなどにグラシンカップやシリコンカップを入れておく。
 - ②ボウルにAを入れてよく混ぜ、ホットケーキミックスを加えてさらに混ぜ合わせる。この時なたね油を小さじ1入れておくと、冷めてもやわらかく保ってくれる。
 - ③①に②を流し入れ、フライパンに並べる。フライパンに容器が浸かるくらいの水を入れ、弱火で約15分蒸す。
 - ④蒸している間に、Bを混ぜて泡だて器で8分立てにしておく。
 - ⑤③が蒸し終わったら冷まし、④の生クリームやお好みのフルーツで飾り付けをして完成。

④かぼちゃポタージュ

- 産直びん牛乳**ノホモ 300cc、**かぼちゃフレーク** 15g、**チキンコンソメ** 1/2袋、すべてを鍋に入れて火にかけ、混ぜながら加熱し、沸騰直前で火を止める。お好みで塩・こしょうを入れてもOK。

⑤お店より美味しい♪手作りハンバーガー

- ◇材料
- リッチロール** 1個
 - 元気いっぱい産直たまご** 1個
 - 産直れんこん入り生ハンバーグ** 1個
 - トマトケチャップ** 適量
 - 元気な卵のマヨネーズ** 適量
 - 産直四つ葉グリーンリーフ** 適量
- ◇作り方
- ①たまごは両面焼きの目玉焼き。ハンバーグは焼いておく。
 - ②切れ目を入れトースターで少し焼いたパンにマヨネーズを塗り、グリーンリーフ→ハンバーグ→ケチャップ→目玉焼きの順に乗せていく。
 - ③一度ラップに包み、5分ほど置くとパンもしっとりして形も落ち着いて食べやすくなる。
 - ④ラップをはずし、ピックを刺し安定させる。

2025年度 地域総代を募集します! 詳細は後日配布する地域組合員総会チラシをご覧ください。

しみず店20周年祭

9月27日(金)
28日(土)

北部地域委員会主催で、株式会社ニッコーの「はちみつ回転まんじゅう(黒あん・白あん・カスタード)」の試食と、オリジナルトートバッグ作りを行いました。
試食の一番人気は黒あんでした。皆さんに3種類のこだわりの素材と美味しさを実感してもらうことができました。
また、オリジナルトートバッグ作りは、アンケートに答えていただいた方などを対象に体験していただきました。子どもたちは、たくさんの種類の絵の具を見て喜び、可愛いバッグができてきました。



可愛いバッグができたよ!



桜木店リニューアルオープン2周年まつり

10月5日(土)
6日(日)



5日(土)は、有限会社矢野畜産の「産直れんこん入り生ハンバーグ」の試食、田中藍株式会社の「一番摘み焼きのり有明海産」などの試食、店内では株式会社工ムシーサービスの肌診断が大好評! 桜木店に初登場の「元気くんソフトクリーム」は、お子さんに大人気でした。
6日(日)は、株式会社ビッグファイブの餃子の試食販売、チョーコー醤油株式会社の新商品「だし入り醤油」は、塩分控え目なのに、出汁の香りと甘味が口いっぱいに広がり、早い時間に完売となりました。



東部地域委員会主催のウイナー食べ比べは、「やさしいソーセージタイプ大豆ミート入」を初めて食べて「大豆の甘さを感じられ、やさしい味わいで美味しかった」と感動されて、お買い上げいただきました。
たくさんの方にご来店いただきました。
これからも地域の皆さんに愛される桜木店であり続けるため、組合員全員で応援していきます。
東部地域委員会 委員長 川上 菜奈美
副委員長 松尾 久枝

2024年度 レッツゴー田んぼ in JA阿蘇小国郷 「田植えとかかし作り体験」

6月1日、田植えとかかし作り体験が行われました。東地域本部では、かかし作り体験を行うのが初めてだったこともあり、たくさんの申し込みをいただきました。

初めての田植えという方も多く、自然と一体化して足は真っ黒い泥にまみれ、田んぼを歩く感覚も「気持ちいい〜！」と楽しんでいました。

「自分が田植えに携わったことでお米への感謝が生まれ、秋の収穫を楽しみにできる」「見る目が変わる」と初参加の方も言われていて、産直交流の醍醐味だと感じました。

しみず地区 副委員長 田河内 由加



6月1日(土)
東地域本部
主催



産直なごみ トマト収穫体験&交流会

産直なごみにて、トマト(アイコ)収穫体験&交流会を、生産者10人、組合員11人、組合員事務局4人で行いました。

参加者は、口いっぱいトマトを頬張りながら、袋をいっぱいにして収穫を楽しんでいました。

昼食交流会では、生産者の奥さまたちが用意くださった新鮮野菜たっぷりのお料理を美味しくいただきながら、良い土壌の作り方や美味しいレシピを聞いたりして、楽しい時間を過ごしました。「野菜の花当てクイズ」では難問もあり、大変盛り上がりました。

12月開催の山鹿地区料理教室での再会を約束して、交流会を終了しました。

委員長 中島 ゆかり



5月30日(木)
鹿本地域委員会主催

2024年度 レッツゴー田んぼ in JA阿蘇小国郷 「稲刈り」



日中は日差しが強く、稲刈り日和に恵まれました。圃場には、黄金色の稲穂が豊かに実り、稲刈りの後には稲の株の間に潜んでいたカエルやバッタが飛び跳ねていました。産直米の象徴である赤とんぼも飛び交っていて、小国郷の自然の豊かさを肌で感じました。

大勢の方に参加していただき、安心・安全な食への関心と、子どもに食育の一環として体験させたいという組合員のための良い取り組みとなりました。

今年は米不足が社会問題になっているため、予約米の利点を大きくアピールできました。

大江・水前寺地区 委員長 松尾 久枝



10月12日(土)
東地域本部主催

8月1日(木)
松橋地域委員会主催

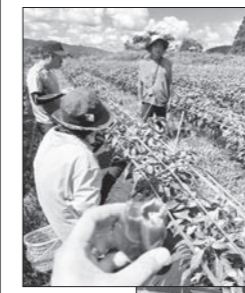
青果・米の生産者の皆さんと
いっぱい交流しました!

2024年度 産直交流活動報告

たくさん取り組んだ中から、
少しだけ紹介します。



山都町のピーマンの魅力に迫る収穫体験 ~採って食べて夏の思い出を作ろう~



真夏らしい青空と暑さでしたが、標高が高く緑に囲まれた畑には、元気なピーマンがたくさん実っていました。生産者より、土の状態を良くすることで無農薬栽培でも虫や病気の害を受けにくいことを知り、勉強になりました。

古民家カフェでの昼食交流会では、株式会社肥後やまの新鮮な野菜を使った揚げ浸し、おかか和え、サラダやカレーライス、かき氷をいただき、お腹も心も大満足でした。「農家がいなくなると、環境を守る人もいなくなる」との生産者の言葉が印象的でした。

これからも、安心・安全な食べものを注文し続けたいと思います。

委員長 竹下 美沙子



南阿蘇ファーマーズ ピーマン収穫体験交流会

収穫体験は、熊本市西区の生産者の圃場(ハウス)で行われました。参加者は、生産者から収穫方法を聞きハウス内へ。ピーマンは私たちの背丈より高く育っていて、高い所に実ったピーマンを取る際は背伸びをしながら、手際よく収穫していきました。

収穫後には、生産者から栽培方法などのお話を詳しく聞きました。通路の下まで伸びているピーマンの根を傷つけないよう、もみからとそばがらを多く敷き詰めていることや、害虫を食べてくれる益虫が好むクレオメという花も一緒に植えていることなど、安心・安全で美味しいピーマンを育てる秘訣を学びました。

ワーカーズ・コレクティブ 聞文 (bunbun) 上部 洋子



6月8日(土)
くまもとワーカーズ
連合会主催

レッツゴー田んぼ in MOA 自然農法湯前普及会

絶好の稲刈り日和! 子どもから大人まで汗びっしょりになりながら楽しく稲刈りを行い、刈り取った稲束を竿に干す体験もさせていただきました。こうやって天日に干すことで稲が最後の力を振り絞って藁の中の栄養をタネに移すのだそうです。

田んぼに別れを告げ昼食会場へ。外で食べるお弁当はどうしてこんなに美味しいのでしょうか♡

食後は、お弁当箱を各自せっけんで洗ってもらい、自然農法もせっけん生活も地球にやさしいことなんだと伝えることができました。

生産者による葉っぱ当てクイズも大盛況で、みんなキラキラした笑顔の1日となりました。

委員長 馬淵 早苗



10月6日(日)
泉南地域委員会主催

こんにちは！ワーカーズです

労働協同組合
ともに くまもと

相談員 永山 雅代



組合員の「たすけあい」を基本に、さまざまな運動に取り組んでいるグリーンコープ。その中から2008年4月に生まれた「生活再生相談室」へ、7年前にワーカーとして参加しました。相談者の不安に寄り添い、気持ちや行動を受容し、共感すること、相談者が自己一致できるように支援することを基本姿勢に、日々相談業務に携わり、相談者の問題が解決できた時は一緒に喜び、それを相談室のみんなと分かち合っています。手持ちが全くないといわれる相談者もいらっしやいます。そんな時は「いのちをつなぐための『かさじぞう基金』」を活用して一緒に乗り切り、生活を再生して返していただく。そして新たな相談者へ…と、つながっています。組合員の皆さんのご協力に感謝しています。

わたしとグリーンコープ

「感謝」

常務理事 高岡 秀敏



1987年にグリーンコープの前身である荒玉市民生協に入職し、37年間グリーンコープ生協くまもとで働かせていただきましたが、いよいよ、今年度末に定年退職を迎えることになりました。長く働かせていただいたのはグリーンコープ生協が誠実な組織、職場だったからだと思います。グリーンコープ生協で働いたことに誇りを持ちました。22歳で荒玉市民生協に入職した時から長い年月が経過して、2人の子供は独立し、孫という宝物にも恵まれました。この子どもたちのためにも「みどりの地球をみどりのままで」手渡す責任と義務が私たち大人にはあります。グリーンコープ生協くまもとの事業と運動がこれまでに発展していくように、組合員、ワーカーズ、職員のご活躍を心から願っています。

長崎蒲鉾有限公司 を視察しました

おかずやおやつ、おつまみに、そのまま。また、おでんや煮物にと、いろいろな場面で大活躍し、特にお正月には欠かせない、練り製品のかんぼこ（かまぼこ・揚げ蒲鉾）。グリーンコープは、不要な添加物は使わないという考え方で、メーカーに製造をお願いしています。

10月16日(水)、くまもとワーカーズ連合会で、長崎市田中町にある「長崎蒲鉾有」を訪問しました。



かんぼこ作りへの思いを語る 高岡一正社長

国内有数の水産県である長崎は、かまぼこ作りに適した魚が多く水揚げされます。

長崎蒲鉾有では、かまぼこの原料として最高と言われる「えそ」「ぐち」や、風味豊かな「あじ」「いわし」などの地魚をふんだんに使い、**🌿**「海水塩（なぎさ）」を使用した、こだわりの水産練り製品を製造しています。

グリーンコープでの取り扱い品目は、およそ50品目。店舗独自の取り扱い商品も、「長崎板かま（紅・白）」など10品目近くあります。

カタログGREENの取り扱い商品で組合員に一番人気は**🌿**「いわしバーグ」で、毎週企画がされるほどです。

🌿「いわしバーグ」には、「いわし」「あじ」や「えそ」のすり身に加えて「玉ねぎ」「ごぼう」「にんじん」などの国産野菜や、牛・豚肉のミンチを使って成形。その後、遺伝子組み換えでないなたね油を使い、消泡剤も添加していない**🌿**「一番搾りなたね油 菜の花物語」で仕上げた、こだわりの一品です。



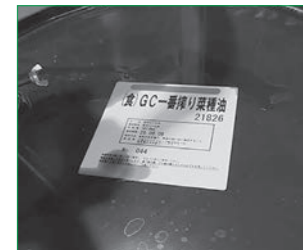
すり身工場から届いたすり身は加工開始まで保管庫で保管。



冷凍すり身は、鮮度が落ちるのを防ぐために、解凍機を使って短時間で解凍。



解凍したすり身を、昔ながらの御影石を使った石臼で更にすりつぶします。



揚げ蒲鉾は、すべて**🌿**「一番搾りなたね油 菜の花物語」で揚げられています。

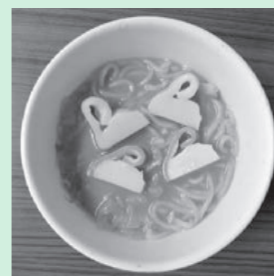
こだわり～無リンすり身～

一般的な魚肉のすり身には、冷凍変性の防止やすり身の保水性、保存性、結着力を高めるために、製造過程でピロリン酸Naやポリリン酸Naなどのリン酸塩が添加されています。リン酸塩は摂りすぎると体内のカルシウムと結びついて体外へ排出してしまうと言われているため、グリーンコープでは使用を認めていません。

こだわり～素材の美味しさ～

すり身へのこだわりはもちろん、揚げ蒲鉾に使用するキノコ類や野菜類もできるだけ国産のものを選ぶようにしています。また、すり身と混ぜる玉ねぎは必ず炒めて使用します。炒めることで玉ねぎの量は減りますが、野菜の甘さが引き立ちます。このように、素材の魚の自然な味だけでなく、野菜の美味しさも大切にしています。

🌿「冷凍チャンポン（ミニ）」に、かんぼこをトッピング♪



飾り切りした板かまぼこ



おでん種の中から



ちぎり揚げ

ぜひ、食べてみてね！



「グリーンコープでんき」のお知らせ



「グリーンコープでんき」をご存じですか？

福島で起こった原発事故をきっかけに原発のない社会を目指し、子どもたちが安心して暮らせる未来をつくることを目的にできたのが「グリーンコープでんき」です。そのため、電源を特定することで「原発フリーのでんき」をお届けしています。

「グリーンコープでんき」を利用する組合員さんが増えることが、原発のない社会をつくることになると思います。国は、原発再稼働を進めている状況だからこそ、私たち一人ひとは、毎日使うでんきを選ぶことが重要です。

ぜひ、ご検討をよろしくお願いいたします。

資料請求などは、「グリーンコープでんき」のホームページをご覧くださいか、所属する各センターへお願いします。



「グリーンコープでんき」担当常務 高田 宰

グリーンコープ生協くまもとの状況 (11月)

グリーン電力出資金 「グリーンコープでんき」
申込状況

11月26日現在	132,486,000円	11月26日現在	814件
目標	316,533,186円	2024年度目標	1,000件

グリーンコープでんき

お申し込みは…



申込書請求は、注文書の特別申込欄に申込番号(3995)と数量を記入し、ご提出ください。



福祉センター荒尾リニューアルオープン!



グリーンコープ荒尾店の一角にある「福祉センター荒尾」は、2ヶ月間程の改修期間を経てリニューアルオープン。10月1日(火)にデイサービスを再開し、11月7日(木)・8日(金)には、荒尾店「秋の収穫祭」に合わせて、施設内覧会を開催しました。「ゆるりの家・荒尾」管理者の内野美保さんと「ケアプランセンター荒玉」管理者の須賀五月さんに、施設内を案内していただきました。

左右のスライド式の扉を開けて入室すると、明るく開放的なダイルームではご利用者がゆったりと過ごされていました。キッチンではスタッフが昼食を作っていて、「これまであった壁をなくしたことで調理の様子がよく見えるようになり、スタッフは調理をしながら、ご利用者さんの見守りも可能になりました」と内野さん。奥には横になって休むためのベッドが並び、その向かい側に浴室、トイレなどがあります。入口から一番離れた場所にあった地域交流室は玄関側になり、この日は「子育てサポートセンターぽっかぽか」のスタッフが、おまつり企画として「ペタペタアート」を開催していました。地域交流室は、組合員主催の取り組みや毎週木曜日の「子育てひろば」開催時を除き、ダイルームの一部として活用されます。また、「ケアプランセンター荒玉」の皆さんは、事務所が別棟から福祉センター内へ移転したことについて大変喜ばれていて、「『ゆるりの家』と一体化したことで連携が深まり、『福祉センター荒尾』として今後も地域に貢献していきます」と須賀さん。リニューアルオープン以降、新たに16人の方がデイサービスの利用登録をされたそうですが、グリーンコープのお店は知っているも福祉施設があることは知らなかったという声が聞かれるそうで、内野さんは「この機会にもっと地域の方には知ってもらえたら」と期待されていました。(広報室取材)



後列中央が内野さん
前列右から3番目が須賀さん



ペタペタアート

お気軽に
お電話ください♡
待ってまーす!

もしもし♪ 電話コーナー



<p>お金の問題、相談できます。 生活再生相談室 月～金/8時30分～17時30分(上天草は17時15分) 第1・3土/9時～12時 熊本相談室 ☎096-243-2100 八代相談室 ☎0965-45-5133 上天草相談室(土曜日は休み) ☎0969-24-8330</p>	<p>生活まるごと なんでも相談できます。 ふくし情報でんわ ごようは ふくし ☎0120-540-294 フリーダイヤル 携帯電話からは ☎096-337-7226 月～金/10時～16時 ※祝日は休み</p>	<p>24時間受付・年中無休 グリーンコープ 葬祭サービス ☎0120-222-782 フリーダイヤル 「自然庵」との協働事業です。葬儀だけでなく、相続問題やお墓、供養、法事についての相談なども受け付けています。</p>	<p>昼や夜の張り替え、引っ越しなど、お気軽にお問い合わせください。 生活情報誌 くらしアップ くまもと ホームページ▲ ☎0120-518-141 フリーダイヤル 月～金/9時～17時30分 窓口：グリーンコープレインボー</p>
--	---	---	---

編集者だより
第1次オイルショックの時代、石油はあと30年程で枯渇すると言われていた。当時、服1着を作るために使われるエネルギーがおよそ石油3リットルと聞き、そうであれば、せめて石油を原料にした服はできるだけ着ないようしよう、心がけて生活して来た。
綿・麻・毛・絹の天然繊維はどれも着心地が良く、気のせいかもしれませんが、自作のセーターだと、編み直して着ることもできる。残りの人生、この方式を踏襲していく(伊藤)

グリーンコープ生協くまもと リユース・リサイクル状況(10月分)

牛乳びん 回収率 びんが不足状態のため一時中止	カタログ 回収率 86.9%
リユースびん 回収率 146.1%	リサイクルトレー 回収率 76.6%
仕分け袋 回収率※ 12.15%	モールドパック 回収率※ 106.9%

※グリーンコープ全体の回収率

発行 グリーンコープ生活協同組合くまもと
発行責任/理事会
編集/広報室
発行所/〒860-0056
熊本市西区新土河原2丁目1-1
☎096-324-8118(代)
FAX 096-324-8123
印刷所/ホープ印刷㈱

■東地域本部	25,927人
■西地域本部	38,323人
合計	64,250人

(11月25日現在店舗組合員を含む)

グリーンコープ生協くまもとのホームページ (<https://greencoop-kumamoto.jp/>) に最新情報更新中! ぜひアクセスしてください。携帯電話は、こちらの二次元コードよりアクセスできます。➡

