

第224号
発行●グリーンコープ生協ふくおか 理事会
編集●広報委員会
福岡市博多区博多駅前1-5-1博多大博通ビルディング3F
TEL●092-482-7770(代)
ホームページ●http://www.greencoop-fukuoka.jp

1月号

グリーン・ウェーブ GREEN WAVE グリーンコープのうねりを地域へ

今月号の主な内容

- みずまき店リニューアル 2・3
- つながるワーカーズ 2・3
- こだわりの産直豚肉 4・5
- 久留米支部が移転しました 6
- 福祉活動組合員基金 7

あなたの願い グリーンコープなら叶うかも...

(理事長 三原 幸子)

「あなたの願い
グリーンコープなら叶うかも...」

ます。
ます。
ます。
ます。
ます。
ます。
ます。
ます。

「水俣・福岡展2020」を2020年12月5日から福岡市で開催します。公害・差別、まだ終わつたことではない事を知つていただき、自分の暮らしを見つめなおすきっかけになる展覧会になればと準備をすすめています。4地域で開催している地域理事会に、理事会の権限を今以上に分権していきます。食べもの委員長も各地域理事会単位で選出し、より地域に住む組合員に近い検討、提案を行いグリーンコープを身近に「グリーンコープは私」と思える組合員を増やしていきたいと思います。

様々な職種のワーカーズが力を合わせることでより力強くなりました。進化する組合員活動に結束したワーカーズの力を足し合わせ、グリーンコープ運動を更にすすめていきます。

「あなたの願いグリーンコープなら叶うかも」と言い続けてきました。「願い」が届き、少しずつカタチになっています。これからも一緒に夢を叶えましょう。今年もよろしくお願ひします。

あけまして
おめでとうござい



2020年 お年玉クイズ

| | | | | | | | |
|-----|-----|--|-----|---|--|---|--|
| 3 | | | 4 D | | | 5 | |
| | | | | | | | |
| 1 A | | | | 6 | | | |
| | | | | | | | |
| 7 | | | 8 | | | | |
| | 2 C | | B | | | | |

もんだい

クロスワードをカタカナで解いて、A・B・C・Dに入る言葉を答えてください。

正解者の中から抽選で30名の方に

1,000円分の
グリーン券

(共同購入やお店で使用できる商品利用券)

を差し上げます。

水俣・福岡展 2020

映画「水俣病－その20年－」
(1976年) 上映会&講演会

8/27

講師:水俣フォーラム代表 実川 悠太さん

私は熊本の出身ですが、水俣病については教科書で知るくらいで、ましてや映像で見るのは初めてでした。

海と生きてきた人々は、魚を食べずにはいられず、健康を、家族を失い、今もなお苦しんでいる人が大勢いるという事実。

水俣病と同様の水銀被害は、世界各地でも繰り返されているそうです。私たちの日々の生活が、環境汚染につながっていることを認識し、できることから、いのちに優しい生活を心がけていこうと思います。

小倉北支部 広報委員 安達 由久子

たての問題

- DNAを切断し、遺伝子を壊す技術のことを○○○編集と言います。
- グリーンコープは遺伝子○○○○作物・食品(GMO)は安全性が確認できないと考え、20年以上前から反対しています。
- 2020年12月に博多駅近郊で「○○○○・福岡展2020」が開催されます。○○○○病は日本の四大公害病のひとつです。
- グリーンコープは○○や、お菓子・麺類など、国産小麦粉にこだわっています。

よこの問題

- 組合員が毎月100円を出し合って、みんなで作っている地域福祉の財源のことを福祉活動組合員○○○と言います。
- ファイバー○○○○○は、組合員から届けられた衣類が、国内販売用とパキスタンへの輸出用とに分けられ、パキスタンの子どもたちの教育支援に役立っています。
- 産直○○○の黄身のレモンイエローにおいしさの秘密が詰まっています。
- 産直豚肉から作った○○・ソーセージは、合成保存料・合成着色料・発色剤・アミノ酸系調味料は使用していません。

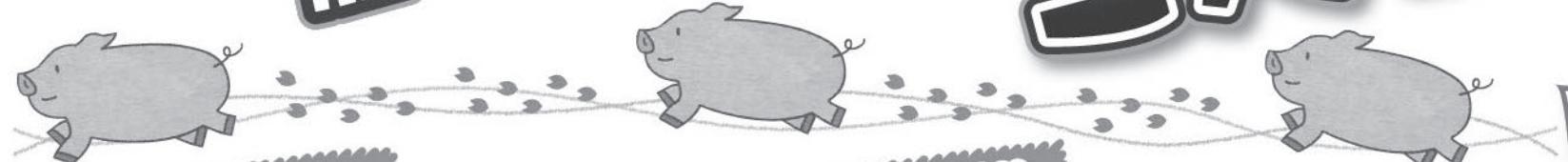
応募方法

8面に掲載している応募用紙にクイズの解答と必要事項を記入し、キリトリ線で切り取って配達担当やお店スタッフにお渡しください。

〆切 1月25日(土)

答えと当選者の発表は
GREEN WAVE3月号に掲載します。

うまい!たっぷり! 脂身もうまい!! こだわりの産直豚肉



基本は食べもの
エサにこだわっています!

- 主飼料(トウモロコシ、大豆粕など)はすべてnon-GMO(遺伝子組み換えでない)。さらにトウモロコシはPHF(収穫後の農薬不使用)です。
- 国産の飼料用米を20%配合しています。
- トウモロコシ・小麦・大麦・米など、炭水化物が多く含む穀物中心の飼料なので、良質の脂肪がつくられます。

※厳選したグリーンコープ指定の配合飼料です。

愛情たっぷり!
健康に育てられています!

- 生産者が母豚・種豚を飼育して子豚を産ませる一貫生産です。
 - 一般より長く母乳を与えることで、病気に強い元気な豚に育てています。
 - 100日齢頃以降から、抗生素質を与えていません。
 - 自然の光や風に入る豚舎で、ゆったりと健康的に育てています。
 - 一般より長期間肥育するため、お肉にうまい成分のイノシン酸がじっくり蓄えられます。
- (一般は170日~180日程度、グリーンコープは180日~210日)



4产地のみさんが
生産しています。



ここが
広報委員の
オススメ!

外食では豚肉の臭みが
気になって食べられません
でしたが、グリーンコープの
産直豚肉は臭みのない
おいしい豚肉です♪

八幡西支部 蓮池 未奈

グリーンコープの産直豚
肉はエサにもこだわって
いるので、きれいなピンク
色をしています。
一度食べると、きっとやみ
つきになりますよ♪

小倉南支部 矢野 純子

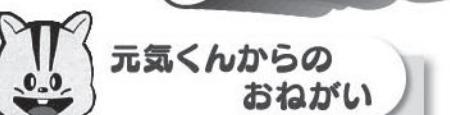
脂身が全然違います!
バラブロックをスライスして焼
いて食べるとおいしい!
市販の脂身は胃もたれして食べら
れません。違いを実感しました!

折尾若松支部 松永 京子

氷水で上手に解凍♪

- トレイのまま冷蔵庫で解凍するよりも、ドリップが少なく短時間で解凍できます。
- ①解凍する肉をポリ袋に入れ、空気を抜く。
- ②氷水を張ったボウルにつける(浮かないように重しをする)
- ③ボウルごと冷蔵庫に入れる。約60分~90分で解凍。
- ※袋に水が入らないように注意してください。

まるごと食べつくそう



元気くんからの
おねがい

一頭買いなので、特定の
部位が偏って売れると、
他の部位が余ってしまい、
市場に流通してしまうん
だ。だからバランスよく食
べてね。

※産直豚は飼料価格の変動に
伴い価格を見直しています。

●産直豚肩ロース
焼肉・しょうが焼き用
300g
667円
(税込720.36円)

●産直豚カタスライス
300g
469円
(税込506.52円)

●産直豚
スペアリブ
焼肉カット 300g
513円
(税込554.04円)

赤身と脂身の
バランスがよく、
食べごたえが
あります!

●産直豚
ロース
焼肉・しょうが焼き用
300g
667円
(税込720.36円)

●産直豚
モモ
焼肉・しょうが焼き用
500g
730円
(税込788.40円)

●産直豚
ヒレ
三口カツ用
220g
640円
(税込691.20円)

●産直豚
バラうす切
300g
640円
(税込691.20円)

●産直豚
バラブロック
500g
922円
(税込995.76円)

●産直
豚ロース
うす切
300g
715円
(税込772.20円)

●産直
豚モモブロック
500g
730円
(税込788.40円)

●産直
豚バラうす切
300g
613円
(税込662.04円)

●産直豚
バラブロック
500g
922円
(税込995.76円)

バラ 簡単すぐできる豚バラごんにゃく

●材料
産直豚バラうす切 200g
生芋角こんにゃく 150g×3
(合わせ調味料)
京風だしの素うすいろ
(甘口タイプ) 1/4カップ
みりん 1/4カップ
奄美きびさとう 大さじ1
※お好みで、ねぎ一味や七味など



●作り方

1. こんにゃくはスプーンで切り、下茹です。豚肉は2~3cm幅に切る。
2. 熟したフライパンに1の豚肉を入れ、しっかりと炒め、こんにゃくを加える。
3. 2に油がまわったら、合わせ調味料を加え、蓋をして中火で煮合めるように10分煮る。
4. 強火にしてかき混ぜながら完全に水分を飛ばし、調味料を絡める。
5. 器に盛り、お好みでねぎを散らして、できあがり。

ミンチ ごぼうと豚ひき肉のまぜご飯

●材料(4人分)
ご飯 2合分
産直豚ミンチ 100g
ごぼう(さがきにし、水に漬けておく) 50g
しょうが(大切にする) 1片
きびさとう 小さじ1
Ⓐ 醤油 大さじ1
オイスターソース 小さじ1
ごま油 少々
なたね油 適量



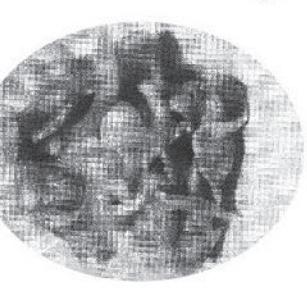
おにぎりにするのも
おすすめです。

●作り方

1. フライパンで油を熱し、豚ミンチを炒める。
2. 1にごぼうとしょうがを加え、Ⓐで味をととのえ、ごま油で香りづけをする。
3. 2を炊きたてのご飯と混ぜ合わせ、ねぎとごまをふり入れる。

ロース 豚ロースうす切スライスのマリネ

●材料
産直豚ロースうす切スライス 300g
玉ねぎ 1個
(マリネ用ドレッシング)
きびさとう 30g
塩 5g
酢 150ml
みりん 100ml
醤油 100ml
なたね油 150ml



●作り方

1. マリネ用ドレッシングは瓶に入れよく振り混ぜておく。
2. 沸騰したお湯の中に豚肉を入れ、箸でほぐしながら60秒ほどゆでる。再び沸騰したら素早くザルに取り、お湯切りしながら冷ましておく。
3. 玉ねぎは薄くスライスし、15分程度空気につらせておく。
4. 冷ましておいた豚肉と玉ねぎの中に1をかぶるくらい入れ、混ぜ合わせて一晩くらい味をなじませる。

カタ 豚肉とじゃがいもの塩麹炒め

●材料(4~5人分)
産直豚カタスライス 300g
塩麹 30g
バレイショ 500g
こしょう 少々
なたね油 少々

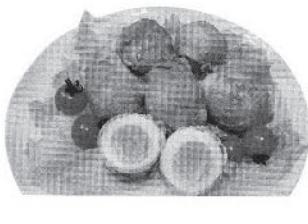


●作り方

1. 豚肉を食べやすい大きさに切り、塩麹とあえてお好みで30分~1晩くらいおく。
2. バレイショは皮をむき5mm角くらいの細切りにする。
3. フライパンになたね油をひき1を炒め、2を加えさらに炒め、バレイショにしゃきしゃき感が残るくらいにし、こしょうを加え味をみながら、足りないときは塩麹を足す。

ロース 内巻き卵

●材料
元気いっぱい産直たまご 6個~10個
産直豚ロースうす切スライス
卵に巻く枚数
(調味液)
水 1カップ
醤油 大さじ2
きびさとう 大さじ2
しょうが すりおろし少々
にんにく すりおろし少々
かつおだし 1/2袋
※しょうがにんにくはお好みで!



●作り方
1. ゆで卵を作って、豚肉を十字に巻き、きゅっとおにぎりを握るように何度か握る。
2. 鋼に調味液を入れて煮立ったら1を入れてときどき軽く混ぜる。
3. 真ん中から切って皿にレタスなどをひいて並べて一品!
お弁当のおかずにも!

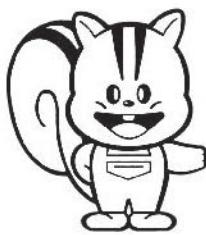
(半熟で作りたい場合)
卵は6~7分ゆで、冷まします。煮てしまうと黄身に火が通るので、煮立った調味液に豚肉を巻いた卵を入れ、豚肉の色が変わら的程度に火を通して。粗熱が取れたら調味液ごとボリ袋に入れ、空気を抜いて冷蔵庫で半日程度置いておくと、味が染みて半熟巻き卵ができますよ!

モモ 豚モモブロックでハム

●材料
産直豚モモブロック 500g
海水塩ななぎ 適量(大1くらい)
無添加ラップ



●作り方
1. 豚肉に塩をもみこみ、ラップをして3日程度、冷蔵庫でねかせる。
2. 沸騰したたっぷりのお湯にラップをはずした豚肉を入れて、弱火で20分程火を通す。(火が通っていない場合は、さらに火を通す。)
3. 薄く切って、出来上がり。



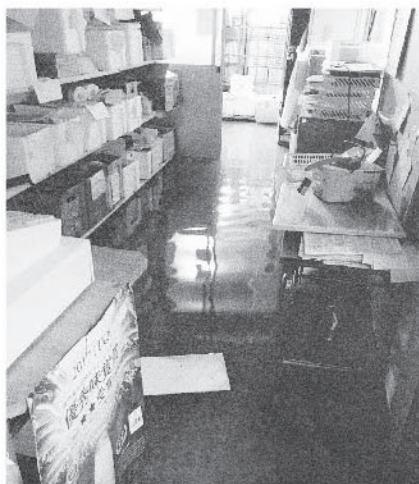
久留米市東合川新町にあった
支部が引越ししました。

皆さんのお手元にお届けする
商品が、ここ久留米市善導寺か
ら出発します。

新住所：久留米市善導寺与田282-2



▶床上浸水した支部



移転した経緯

2018年7月6日に発生した西日本豪雨水害で
支部施設と車両（トラックや自家用車）が浸水
してしまいました。

それまでも大雨になると水がたまりやすかつたのですが、2018年は想像以上に被害が出てしまい、引越しすることを検討することにしました。

可能な限り配達曜日や時間等の変更がないよう
にと、場所を探してきました。

そして条件の整う場所が見つかり、移転する
運びとなりました。

◀荷台まで浸水した配送トラック

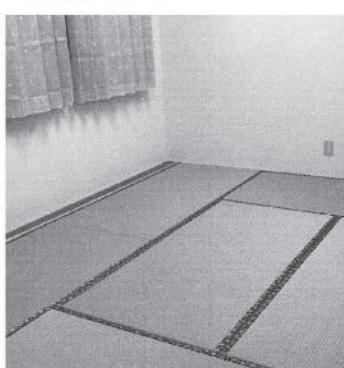


会議室



大・中・小と3つの会議室ができました。
サークル活動などで組合員、組合員外の方も
無料で利用できます。（営利を除く）
問い合わせ先：久留米支部 0942-47-2181
10:00～16:00（組合員事務局まで）

託児室



地域委員会や支部委員会に参加する委員の
お子さん、取り組みに
参加する組合員のお子
さんを子育てサポート
ワーカーズに預けるこ
とが出来るので、委員
会に集中して参加でき
ます。

▶支部で働く仲間たち



ゆうあい福岡（久留米）



12/1 支部にファイバーリサイクルショップ
久留米がオープンしました。

衣類の受付・販売：土曜日のみ（11:00～15:00）

問い合わせ先：080-1753-9144 ゆうあい福岡（久留米）



グリーンコープはパキスタン
の子どもたちの教育支援の一環
で、ファイバーリサイクル運動
に取り組んでいます。ここでは、
皆様から寄付していただいた衣
類などをファイバーリサイクル
センターへ送り出したり、地域
での販売の準備をしています。

キープ&ショップあいかわ

支部併設から

移転オープン



利用されていた組合員の皆様が不
便にならないように、今までの場所
からなるべく遠くならない場所を探
して、現在の場所に再オープンしま
した。



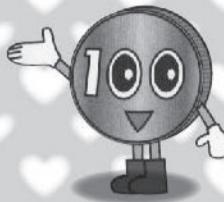
チヂミや冷製スープ、クリスマス
ケーキを準備し、たくさんの方に試
食していただき、とても賑わいました。
他にも千本くじや規格外野菜の
詰め放題、たまごのつかみ取りが好
評でした。

住 所：久留米市東合川7丁目5-23 アドヴァンスビル102号
営業日：火曜～金曜（12:00～18:00） TEL：0942-23-7555

住んでる街を住みたい街に ありがとう100円

福祉活動組合員基金

10月に助成が決まった団体



〈理事会〉

| 団体名 | 活動内容 | 使途 | 助成額 |
|-----------|---|--|----------------|
| かたって、つないで | まちを作る行政、市政・市民の役割を学び、地域課題に気づき、考え、話し合う。まちづくりに関心を持つ人を育成。市民の声を行政に、行政の声を市民に繋ぐ。 | ・学習会の講師料と交通費、会場費、託兌費用 ・交通費・物品の購入 ・託兌費用 | (円) 200,000 |

〈北九州地域〉

| 団体名 | 活動内容 | 使途 | 助成額 |
|----------------|---|---|----------------|
| ふくおか教育を考える会議議会 | 子どもたちが一人残らず希望をもって、学校生活がおくれるような教育環境づくりを目指して、表現教育を広めるための活動など、母親を中心に活動している。 | ファシリテーター、アシスタント、コーディネーター養成講座の講師料と交通費、会場費等 | (円) 200,000 |
| じいとばあとまごっちの会 | じいちゃん、ばあちゃんとまご、その親（主に母親）を交えて、もの作り等を通じて、いろいろな交流、体験の機会を通じ、先人の知恵を若い人達に受け継ぐ活動をしている。 | ・刈払機の購入 ・学習会の講師料と交通費 ・材料費 ・種・苗代 | 200,000 |
| 赤ちゃん先生広め隊 | 赤ちゃんと母親と一緒に教育機関や高齢者施設などへ行き、実際に赤ちゃんと触れ合うことにより癒いやしや感動、いのちを感じてもらうプロジェクト。 | 参加した母親への講師謝金、および既存のプログラム使用のライセンス料 | 200,000 |

〈中部地域〉

| 団体名 | 活動内容 | 使途 | 助成額 |
|-------------------------------------|---|---|----------------|
| NPO法人 老いを支える 北九州家族の会 | 介護者同士の交流を通してお互いの理解を深め、福祉の向上をめざす。若年性認知症介護家族の会では、介護者の苦しみを知り、認知症介護に関する情報、認知症施策等を学ぶ。 | ・年8回の催しの講師料と交通費等 ・ボランティア等の交通費の一部 | (円) 180,000 |
| Atelier ciel | 障がいを持つご本人、ご家族の居場所作り、物づくり等の活動を行う。発達障害についての専門家による講座や交流会、ハーバリウム等を用いたワークショップを行う。 | 発達障害についての講座、交流会、ワークショップ等の費用 | 200,000 |
| いきいき フィットネス 宗像 | 超高齢化社会の今、一人ひとりの人生を豊かにする一助として、運動（尿もれ・ポッコリおなかとの関わりが強い骨盤底筋群へのアプローチ（ひめトレ）やストレッチ等）を行う。 | 体験会の講師料と会場費と使用する「ひめトレ」「チューブ」「CDラジカセ」の購入費用 | 86,000 |
| 特定非営利活動法人 子ども パートナーズ HUGっこ | 子どもとそこに関わる家族や支援者、社会に対して、子どもの育ちの理解とその保障に関する事業を行い、子どもが主体的に育ち、子育てが安心してできる社会づくりに寄与する活動。 | 思春期の子どもを対象とした居場所の提供、学習支援、夕食支援の費用 | 200,000 |

〈福岡地域〉

| 団体名 | 活動内容 | 使途 | 助成額 |
|----------------------|---|--|----------------|
| EVOLUTION | 障がいのある子どもの活動や自立への支援、活動の積み重ねができる場を開拓。保護者、家族支援者の交流を中心に、安心して子どもを見守り、心穏やかなものになるよう活動。 | ・ボランティア交通費 ・お弁当代 ・会場費 ・講師料 ・備品の充実など | (円) 200,000 |
| いとの縁がわ | 子どもと大人が暮らしを通して共に学び、遊び、楽しみながら成長していく場づくりを目的とする。体験活動や講演会等を企画。繋がりや安らぎを感じられる環境の創出を目指す。 | ・スタッフの手数料 ・講師謝金 ・場所代 ・子どもの体験に使用する消耗品費 ・その他運営費の一部 | 200,000 |
| わくわく探検隊 | 糸島にあるわくわく子どもえんの園長、川口正人さんをお招きし、那珂川市市ノ瀬の林道や川を親子で探検する。親どうしの交流、子どもどうしの触れ合いができる場所づくり。 | 講師へのお礼と交通費、玄米・みそ汁の食費、場所代、子どもを見守るサポート2名と料理係1名に対するお礼、イベント保険料、活動の宣伝費用、交通費 | 180,000 |
| 麻生塾 子ども食堂 すみーる | 麻生医療福祉専門学校社会福祉科の学生で結成された学生のみで運営。月1回、子どもの学習支援、食事提供、レクリエーションを中心に行なう。毎月内容を変え実施。 | ・物品購入（炊飯器1升、マッキーベン、プラ版等） ・催し事（バスハイク） | 127,677 |

～助成団体と出会って～

毎回、様々な活動をしている団体と出会います。正直に言えば満場一致で助成決定という場合だけではありません。

基金運用委員会が悩み、意見交換を重ねます。

大事にしているのはグリーンコープの福祉の考え方です。

（福岡地域理事長 若松 由香）



福祉活動組合員基金(100円基金)は、参加型地域福祉をすすめるために、組合員が毎月100円ずつ出し合っています。この基金は、各地域から選出された委員で構成された基金運用委員会で、申請いただいた団体と面談をおこない助成決定します。

助成金は、グリーンコープの福祉活動や地域で福祉の活動をされている団体で有意義に活用されます。

〈南地域〉

| 団体名 | 活動内容 | 使途 | 助成額 |
|-----------------------|--|--|----------------|
| 春日地域 福祉事業所 ひまわり | 生きづらさを抱えている若者・子どもの居場所。子ども食堂のようなひまわりで、一緒にたべたり、悩みをうちあけていくなかで、元気をとりもどす子ども達も多くいる。 | 食材調達資金、維持経費等、運営資金の一部 | (円) 200,000 |
| くろ一ぱー ^{ルツ} | 未就園児サロンにて、手あそびうた、手作り制作、絵本読み聞かせ、放課後等デイでは、小中高校生にむけて活動。高齢者サロンで、昭和歌謡曲を歌ったり、リズム体操をしている。 | ・電子ピアノ、子どもたちにふれあわせる楽器購入費 ・材料費 ・会場費 | 171,744 |
| ちくご地域 ユースサポート | 不登校・ひきこもりの当事者、家族が共に支え合い、自立していくことを目的として活動を行い、家族や当事者が元気を回復し、自立に向けてステップアップできることを目指している。 | 事務用PC、プリンター、事務用机、キャビネット、ホワイトボードの購入 | 200,000 |
| 一般社団法人 チャレキッズ | 発達障がいや知的障がいのある子どもたちの将来の就労の促進と定着を目指し、地域の企業と連携し、障がいのある子どもたちへ職業体験の機会の提供を行う。 | お仕事体験や学習支援などのボランティア活動費 | 200,000 |
| ふくおか地域 日本語の会 | 生活者としての外国人が、日本語が学習できるよう地域の日本語教育の充実に向けて活動。日本語ボランティアのための勉強会、一般市民や外国人住民との交流会も開催。 | ・講師謝金 ・講師とスタッフの交通費 ・スタッフ活動費 ・その他経費の一部 | 200,000 |

〈全体基金運用委員会〉

| 団体名 | 助成金の使途と活動内容 | 助成額 |
|---|--|--------------|
| 生活再生・自立相談支援事務所 | グリーンコープが伴走型支援を行っている相談者のうち、共同購入を希望される方を対象とした、食を含む生活再生や自立への支援。 | (円) 8,424 |
| 生活再生・自立相談支援事務所 | 困窮されている相談者が、緊急的に社会福祉法人グリーンコープなどの施設を利用し、自立していく過程を支援。 | 17,520 |
| グリーンコープ 生協ふくおか | 買物困難者への支援、地域コミュニティ・住民交流の促進、見守り活動目的とした、地域福祉の側面を持つ事業。新車両2台の半額分として活用する。 | 5,579,032 |
| 教育機関・子どもの居場所 ・相談支援機関を支援する フードサポート食品を購入する財源（2019年度分） | 必要な食品を有償で準備確保し提供。お互いが取り組みに共感し、尊重できる信頼関係が構築できるところへ個別具体的にサポートを行っている。 | 5,000,000 |

助成団体より

じいとばあとまごっちの会

（豊前市内とその近郊）



便利が当たり前のいま何かがあった時、せめて機転、応用のきく生き方、暮らしができたらと思った時、じいちゃん、ばあちゃんの知恵を乞い、それらを伝えていけたらとの思いで活動しています。

特定非営利活動法人子どもパートナーズHUGっこ

（福岡県内 古賀・福津・新宮が中心）



おなかの赤ちゃんから青年期までの子どもの育ちのパートナーとして、子どもが本来持っている力を信じ、あたたかくHUGするように子育ち、子育てを応援します。多様な人たちが関わり、子どもの育ちを豊かにする地域を目指します。

ちくご地域ユースサポート（筑後市、八女市、広川町、みやま市、柳川市、久留米市、大川市、大木町）



「支えることは支えられること」「とことん付き合う」を理念として、たわいもないおしゃべりやゲーム、農作業やさをり織、料理などそれが好きなことをしています。ほっとしたひと時を過ごしてもらえばと思います。

