

第239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

4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

ファイバー
リサイクル運動……………2・3
山の削りぶしで
出汁をとろう……………4・5
一般社団法人グリーンコープ
こども基金……………6・7
次回発行日は4月19日です。

「夢ヲかたちに 理事会」 が始動します

1994年度策定された「第一次夢ヲかたちに」に描かれたデイサービス、保育園などは先輩組合員たちが夢をかたちにしてきました。

2019年度、組合員から夢や希望を集め、新たに「第二次夢ヲかたちに」を作りました。

夢をかたちにするには、働く人、お金も必要です。

4月から住んでいる地域に近いところで相談をすめるため「地域理事会」を「夢ヲかたちに理事会」に名称変更し、検討を開始します。

「あなたの夢グリーンコープなら叶うかも」と言い続けてきました。

「あなたの夢をグリーンコープで叶えましょう」



理事長
三原 幸子

北九州地域



「香害」について学習しました

ここ数年北九州地域では、「子どもの居場所」や「配食サービス」、「サロン」など「あったらいいな」の声や、「香害」や「電磁波対策」など「誰もが住みやすい街に」という声が少しずつ聞こえてきています。

私たちの街がもっとゆたかになるように、地域で暮らす人の声を聞き、私たちの夢を地域で実現していきます。

北九州地域理事長
坂本 寛子



北九州地域理事会
Instagram

南地域

2018年12月
「九州北部豪雨被災者のつどい」
もちつきと食事会を行いました



2020年7月
「令和2年7月豪雨」
大牟田市文化会館に支援
物資をお届けしました

2017年九州北部豪雨、昨年の豪雨災害と南地域にもたらされた災害にグリーンコープはいち早く支援を行いました。今、その支援を通して知り合った人々が、災害であぶりだされた課題を解決しようと地域づくりを展開し始めました。

また、自分の住む場所に子どもの居場所を作りたいと動き始めた地域もあります。地域から湧き上がる「夢」を共に形にしていきます。

南地域理事長 砥上 叔子

中部地域

中部地域には福祉施設、お店、元気カー、キープ&ショップなど様々なグリーンコープの施設があります。その施設も含め、住んでいる地域をより豊かにしていくために組合員、ワーカーズ、グリーンコープに集うメンバーで夢を語り、形にしていこう「夢ヲかたちに理事会」になればと思います。

どんな夢が実現していくか今から楽しみです！



元気カーと一緒にファイバーリサイクルの衣類なども移動販売をしています

中部地域理事長 木室 裕子



中部地域
Instagram

福岡地域

学校法人を取得し、
初めて建設した
香椎照葉幼稚園



多機能つむぐ（生活訓練・
就労継続支援B型）
創作活動を中心に就労の
場を作り上げています

「こんなことできたらいいな」「こんな場所あったらいいな」暮らしの中にいろいろな夢ありませんか。グリーンコープは食べものだけでなく「みんな」の暮らしを考えます。「みんな」は組合員だけでなく、地域に暮らす人たち。夢を語り合うだけでなく、どうすればかなえることができるのかを話し合う「夢ヲかたちに理事会」を始めます。

福岡地域理事長 若松 由香

「夢ヲかたちに」 を実現した先輩



社会福祉法人グリーンコープ
専務理事
後藤 美穂さん

これまで、様々なことを「夢ヲかたちに」してきました。

介護保険事業に参入し、訪問介護だけで始まった私たちが、有料老人ホームや高齢者住宅まで運営するようになりました。

福岡で設立した社会福祉法人は、現在、オールグリーンコープの法人へと広がり、地域に向かい、自分たちのことばで福祉を語れるまでになってきました。夢が目標に変わった時、実現に向かって動き出します。苦しい時に、みんなで支えあい、あきらめないのがワーカーズかなとも思います。

これからも、次の夢に向かって、かたちにしていくことを期待しています。

※（後藤さんは活動組合員からワーカーズを経て専務になられました）



持ってきてください!

買ってください!

家に眠っている衣類は、パキスタンの子どもたちの教育につながります。
思い出のある衣類を処分してしまう前にグリーンコープへ。

ファイバーリサイクル運動を広げよう!

2020年に入って新型コロナウイルス感染拡大をきっかけに、ショップへ来てくださるお客さんは減少していきました。ショップのお知らせをお届けしようと、ファイバーリサイクルショップ箱崎のInstagramに力を入れてきました。また、新たな販売について話し合い、ネット販売に取り組むことにしました。ネット販売はショップに配置している商品とは違って、ちょっとめずらしい、特別な一品を紹介していきます。ショップに足を運べない人たちにも楽しく買い物ができるように、そしてファイバーリサイクル運動に関心を寄せていただく人たちを広げていきたいと思ひます。

労働協同組合ゆうあい福岡代表 田原 幸子

随時更新中!



ファイバーリサイクルショップ箱崎 Instagram

ネットショッピングを始めました!

こちらのロゴが目印です。アプリのインストールは App StoreやGoogle Play からショッピングアプリ「BASE」で検索! 「BASE」のショッピングアプリをインストールしたら「frshakozaki」を検索し、ショップをフォローしてください。商品の入荷があると、お知らせが届きますよ!

ゆう*あいショップ

なかま店 (中間市)	093-245-5633
ひまきの店 (福津市)	0940-62-6006
香椎店 (福岡市東区)	080-1530-8955
ファイバーリサイクルセンター内店 (糟屋郡)	092-623-0294
箱崎店 (福岡市東区)	092-292-0607
下月隈店 (福岡市博多区)	092-504-6100
藤崎店 (福岡市早良区)	092-845-3331
のぼり町店 (春日市)	092-501-0520
久留米支部 (久留米市) ※毎週土曜日のみ	080-1753-9144

販売と寄付の受付をしているお店

グリーンコープのお店

清水店 (北九州市小倉北区)	093-562-4750
唐人町店 (福岡市中央区)	092-725-7250
いとしま店 (糸島市)	092-324-4633
高雄店 (太宰府市) ※第3土曜日のみ	092-922-8785
甘木店 (朝倉市)	0946-21-5555
久留米南町店 (久留米市)	0942-22-4666
柳川店 (柳川市) ※第2土曜日のみ	0944-72-1866
上官店 (こまらんど) (大牟田市)	0944-56-1145

キープ&ショップ

ぶぜん (豊前市)	0979-83-0535
横浜 (福岡市西区)	092-807-5445
つこ (小郡市)	0942-75-3399
ぜんどうじ (久留米市)	0942-47-1026
たんぼぼ (八女市)	0943-24-0782
たくま (大牟田市)	0944-52-1750

営業日や時間など、詳しくはこちら→QRコード または各店にお問い合わせください。



ゆう*あいショップ

衣類の出し方は2つあります

1. 自分でお店やセンターに持ち込む。
(お店は左記の一覧表を見てね!)
2. OCRで送り状を申込み、ファイバーリサイクルセンターに送る。



「ファイバーリサイクルセンター」への衣類の送り方

① 専用送り状を注文します。

- ◆グリーンコープ共同購入組合員の場合
 - 共同購入申込書、またはGCwebからお申し込みください。
 - 代金は商品代金と一緒に翌月引き落としされます。

申込番号 **9988**

- ◆グリーンコープ店舗組合員の場合
ファイバーリサイクルセンターに電話でお申し込みください。

☎092-623-0294

※後日郵送で振込用紙をお届けします。郵便局から代金をお振込みください。
※送料612円(1個口)は自己負担です



申込みから数日後にヤマト運輸が専用送り状を持って荷物を引き取りに来ますよ!!
いつでも荷物が送れます。

② 荷物を梱包します。

タテ+ヨコ+高さの合計が160cm以内、重さ25kg以内



〇二重のポリ袋に紙袋に入れ、ひもで十文字にしっかりしばってください。
(荷崩れ防止のため、段ボールは使わないでください)

③ ヤマト運輸が専用送り状を持って荷物を引き取りに来ます。事前に荷物を梱包してね!

専用送り状には送り先、送り主が記入されているので、**荷物に貼るだけ!**



ご不在の場合、不在連絡票が入ります。

ファイバーリサイクルの受付品目

(★はパキスタンで需要が高い品目です)

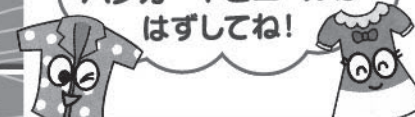
	新品のみ	中古または新品	受付できないもの
男・女共	・パジャマ	・カッターシャツ(長袖、半袖) ・カジュアルシャツ(長袖、半袖) ・Tシャツ(長袖、半袖) ・トレーナー ・セーター ・ベスト ・ジャケット(スーツの上着のみは不可) ・ジャンパー ・コート ・Gパン ★革ジャン	・新品パジャマ以外のねまき ・綿入りはんてん
男性用	・ネクタイ ・下着(長袖シャツ)	・ズボン(長ズボン、短パン、スウェット) ・ポロシャツ(長袖、半袖) ・スーツ(上下セットのみ、ネーム入り可) ★下着(半袖シャツ、ランニング、ブリーフ、トランクス)	・作業着 ・スーツの上着
女性用 (主に国内販売用)	・ストッキング ・下着(ショーツ、スリッパ)	・ズボン(長ズボン、スウェット、スパッツ) ・ブラウス ・ワンピース ★下着(ブラジャー、ガードル、ボディスーツ)	・スカート ・キュロット ・ネグリジェ ・スーツ(上下とも) ・中古ショーツ
衣類以外	・靴下 ・エプロン	★シーツ ★毛布 ・タオルケット ・布地(2m以上のもの、反物) ・カーテン ・レースカーテン ★ハンカチ ・テーブルクロス ★タオル(バスタオル、ハンドタオル含む) ・スカーフ ・ストール ・マフラー ★靴 ★帽子(麦わら不可) ・手袋 ・ベルト ★バッグ(リュック、ポーチ、財布)	・布団 ・枕 ・クッション ・マットレス ・制服 ・事務服 ・柔道着 ・水着 ・スキーウェア ・ガウン ・ランドセル ・学校上履き ・ハギレ ・毛糸
子ども用	・シーツ・毛布・子どもの夏服・ハンカチ・女性の下着・男性半袖シャツはパキスタンで特に人気。たくさん送ってください。	★新生児〜120cm(特に夏もの) ★下着類(布おむつ、おむつカバー含む) ・120cm〜160cm(新品に近いもの)	
和服類 (国内販売用)		・和服(正絹、麻、綿のみ)・帯(正絹のみ) ・ゆかた・和装小物(帯び、帯揚げ、帯留め、バッグ等)・反物(正絹、麻、綿のみ)	ウールや化繊の和服、シミや汚れのあるもの

お願い

衣類を出す前にシミ・汚れを確認してください!

ご提供いただいた衣類はパキスタンでも国内(各ゆう*あいショップ等)でも商品としてそのまま販売しますので、衣類を洗濯・クリーニングをしたのち、衣類にシミ・破れ、虫食い、毛玉等が無いかを確認してから出してください。
受付できないものもありますので、受付品目を守って提供していただきますようにご協力をお願いいたします。

クリーニングのハンガーやビニールははずしてね!



国境を越えた子育て支援 子どもたちに学習の機会を!



パキスタンのゴミ集積場に住む人は2,000人程と言われています。ブルーシート等を屋根にした骨組みだけの家が住まいです。「国のあり方を変え、貧困の連鎖を断ち切るためには、子どもたちに学習の機会を作ること」とムザヒル校長は言い、無料の学校(アル・カイルアカデミー)を運営されています。皆さんの衣類の提供と買ってくださいることが、この子どもたちの支援になります。ご協力をお願いします。



ゴミ集積場にある住居

ブルーシートを屋根にした住居



アル・カイルアカデミー本校屋上からの風景



アカデミーでの授業中の様子

☆提供いただいた衣類は子どもたちが着るのではなく、販売益が支援金になります。

理事長 三原 幸子

▲ムザヒル校長

思ったより簡単だし〜 美味しいんだし〜 体にいいんだし〜 山一の削りぶしで 出汁をとろう!

「出汁を身近にしたい!」

2020年10月21日

との思いから行った広報委員会での学習会。
商品へのこだわりやうま味について教えて頂いた後、出汁の取り方を実演頂き
おいしさを手軽さを体感しました。
実は簡単に使えて、おいしくて、料理に大活躍の削りぶし。
それは“本物だからこそ”でした!



株式会社 山一



株式会社山一は、削りぶしの製造販売を行っています。昭和元年、乾物専門店として創業。昭和47年に熊本市西区田崎町にて削りぶし事業を独立して、今年7月に50周年を迎えます。グリーンコープとは、前身生協の頃から、取り引きがあります。
2020年2月には熊本市西区春日に新工場がで、
めいわし削り、め混合削りを製造しています。
健康維持に役立ちたいとの熱い想いで、手作業を基本とし、漁法、漁場、魚のサイズにこだわっています。

わたしは
わたしが食べたもので
出来ています。
わたしの子ども（家族）は
わたしが与えたもので
出来ています。
子どもは
食べるものを選ぶことが
出来ません。



だからこそ
本物を選ぼうね!

株式会社 山一
林 尚樹さん

だしとり3つのポイント

- ①ふたはしない!
(こんぶを水に浸けている間は別)
- ②沸騰させない!!
(弱火〜中火程度で)
- ③だしをとるだけに
だしおしみなく!!!
(分量通りで
誰でも作れる)



基本のだしAの取り方

- 〈材料〉
- ・水……………1L
 - ・だし昆布(天然)5g又は(養殖)10g
 - ・花かつお……………20g
- 〈だしの取り方〉
- ①水1Lを入れた鍋に、だし昆布を浸し水出しする。(最低30分)
 - ②沸騰する直前に、だし昆布を取り弱火にする。
 - ③花かつおを入れ、1分ほど加熱しアクを取る。
 - ④火を止め、花かつおが沈んだら濾す。(だしがらは絞らないで!)

お吸いものや
雑炊、炊き込み
ご飯などに。



め花かつお 40g
228円(税込246.24円)

基本のだしB

③のときに、いわし削り
ぶしを入れると「うどん
つゆ用のだし」になるよ!



めいわし
削りぶし 100g
338円
(税込365.04円)

基本のだしB・Cの取り方

- 〈材料〉
- ・水……………1L
 - ・だし昆布(天然)5g又は(養殖)10g
 - ・花かつお……………20g
 - ・いわし削りぶし10g又は混合削りぶし20g
- 天然と養殖で昆布の使用量が違うのは、だしの出方が違うためです。
- 〈だしの取り方〉
- ①水1Lを入れた鍋に、だし昆布を浸し水出しする。(最低30分)
 - ②沸騰する直前に、だし昆布を取り出し弱火にする。
 - ③B又はCを入れ、さらに2分後に花かつおを入れる。
 - ④アクとりながら2分後に火を止める。
 - ⑤その後5分ほどして、削りぶしが沈んだら濾す。(だしがらは絞らないで!)

基本のだしC

③のときに、混合削りぶ
しを入れるとおでんなど
に使えるうま味深いコク
のある「万能つゆ用のだ
し」になるよ!

め混合削りぶし
(さば・いわし・あじ)
100g
360円
(税込388.80円)



かつおぶし・かつおだしの効能について

(「め花かつお」を活用してください!)

イノシン酸こそが鰹節うま味の素
→ さらなる驚異のパワー!

加熱しても変わらない効果

肥満防止	疲労回復	美肌作用
ヒスチジン	アンセリン	

ヒスチジンが体内に摂取されると脳でヒスタミンに変わる
→ 満腹中枢を刺激して適度な満腹感で食欲を抑制することが最近の研究で解明されてきた

アンセリンは常に泳ぎ続ける回遊魚の鰹は即座に体力回復しなければならぬ
→ 鰹にはそのための物質が不可欠である
→ アンセリンは鰹の筋肉に含まれ、鰹節やかつおだしにも残っている物質
→ 疲回復効果が得られるとされている

「かつおだし」には肌の水分量の低下を抑制する働きがあり、肌の乾燥を防ぐ美肌効果があるとされている

熊本県の小中学校の給食のだしは、
山一の商品なんだって!



マヨネーズ、わり梅、こま、
かつおパックを混ぜて、
スティック野菜と食べるのが
おすすめ♡

うま味は
胎児の時から
知っているそう。
離乳食にぜひ
だしを活用して、
本物の味を
子どもにも
教えたい。



作ってみませんか?
削りぶしをフル活用!
簡単レシピ

即席おみそ汁

茶ぶし

- 〈準備するもの〉
- ◎マグカップや湯飲み
 - ◎みそ……………10g前後(塩分控えめの方は少なめに)
 - ◎花かつお……………多めに(具として食べます)
 - ◎いわし削り……………ちよこつと(具として食べます)
 - ◎ポットのお湯……………150cc程度(みその汁はかなり薄くても花かつおを入れると美味しくなります)
- 〈作り方〉
- ①マグカップにみそを入れ、ポットのお湯で溶かします。
 - ②①に花かつおを入れて混ぜればできあがりです。
 - ③いわし削りを入れるとうまみに深みが増し、一層美味しくなります。
- ※「茶ぶし」発祥地の鹿児島・南薩地方では、小ねぎや揚げ、わかめ、卵、しょうがなどを入れて飲まれています。
※花かつおのかわりに「かつおパック」を入れてもOK

茶碗蒸し・卵豆腐の基本レシピ

- ①卵1個を計量カップに割り入れ溶く。
(ほぼ50ccになる)
 - ②卵の入った計量カップに『茶碗蒸し用』だしを入れ、よく混ぜる。
・茶碗蒸し⇒100cc加える(計量カップ目盛150cc)
卵1:だし2
 - ・卵豆腐⇒50cc加える(計量カップ目盛100cc)
卵1:だし1
- ※容器に移す際、白身の塊を取り除くときれいに仕上がる。
- ③蒸し器や鍋で蒸し、竹串を刺して卵がつかず透明な汁が出てきたらでき上がり。

だしがらふりかけ

- 〈材料〉3人分
- ・花かつおのだしがら(いわしや混合でもよい)
 - ・昆布のだしがら
 - ・ちりめんじゃこ……………20g
 - ・こま……………10g
 - ・きびさとう……………大さじ2
 - ・醤油……………大さじ2
 - ・みりん……………大さじ1
 - ・酢……………小さじ2
- 〈作り方〉
1. だしがらを細かく刻む。
 2. ☆を火にかけ煮立ったら1を入れ、煮詰めてからちりめんじゃこを混ぜる。
 3. 汁気がなくなったらできあがり。
- ※1Lの出汁をとった時のだしがらの分量です。
だしがらの量に応じて調味料を調整してください。
※だしがらがたくさんない時は、冷凍保存しておき、まとめて作るのもおすすめです。



かつお本枯節
(2本組) 420g
2,631円
(税込2,841.48円)

カタログ
GREENぶらすで、
夏・冬頃年2回
登場予定



めかつおパック 30g (3g×10袋)
275円(税込297.00円)

3回
カビ付けた
枯節を削っ
ています



かつお超厚削りぶし 80g
512円(税込552.96円)

20分くらい煮出すと
いいだしに。
子どものおやつに
そのまま食べてもOK!

すべての子どもたちの幸せを願って 「一般社団法人グリーンコープ こども基金」 を設立します!

グリーンコープの子ども支援は、2014年に「食事を摂ることも困難な子どもたち」の存在を知り、居ても立ってもいられない組合員の思いでスタートしました。子どもの居場所づくりや小中学校への朝食支援、困窮した大学生への緊急食糧支援など、支援対象が増え続ける中、迅速かつ息の長い支援が必要となっています。支援を必要としている子どもたちは、当然ふくおか以外の他県のグリーンコープにも存在しており、基金を設立することによりオールグリーンコープで支援に取り組むことができます。

福祉委員会でも子ども支援について学びました

「一般社団法人グリーンコープこども基金」についてのミニ学習をしました。スクールソーシャルワーカーとの出会いから困窮状態にある家庭と子どもたちの存在を知ったことをきっかけに、子ども支援に取り組んできた様子を共有しました。グリーンコープが関係する子どもの居場所と学校支援だけでも54カ所以上あることを知り、行政の支援が届かない子どもたちの置かれた困難な状況に思いを寄せました。

コロナ禍で困窮世帯が急増している現在、新たに支援を必要とする子どもが増えている様子も共有しました。「こども基金」が設立されることにより、広く手厚い支援が可能になります。

財源として菓子パンへの課金とCO・OP共済手数料の一部が充当されるため、私たちが「こども基金」を支えていけることを地域に伝えていきます。

福祉委員長（北分身） 中本 瑞樹

グリーンコープ子どもの居場所づくり事務局の川久保美和子さんを講師に招いて「子どもの居場所づくりとフードサポート」について学習しました。「給食だけで1日を過ごしている子どもがいる。体が大きくなっても小さいままの体操服や上靴を使っている。」という話に胸が痛くなりました。

グリーンコープは現状を知ることと出会うことから始め、学校の朝食支援や「げんきもりもりプロジェクト」設置に取り組み、子どもが安心・安全に過ごすことができる居場所づくりを地域と共にスタートしました。現在は、行政と連携も始まり、グリーンコープの子ども支援がますます地域に必要とされていることを共有しました。

私たちができることを考えながら子どもたちへの支援を広げ、これからも続けていきたいと思います。

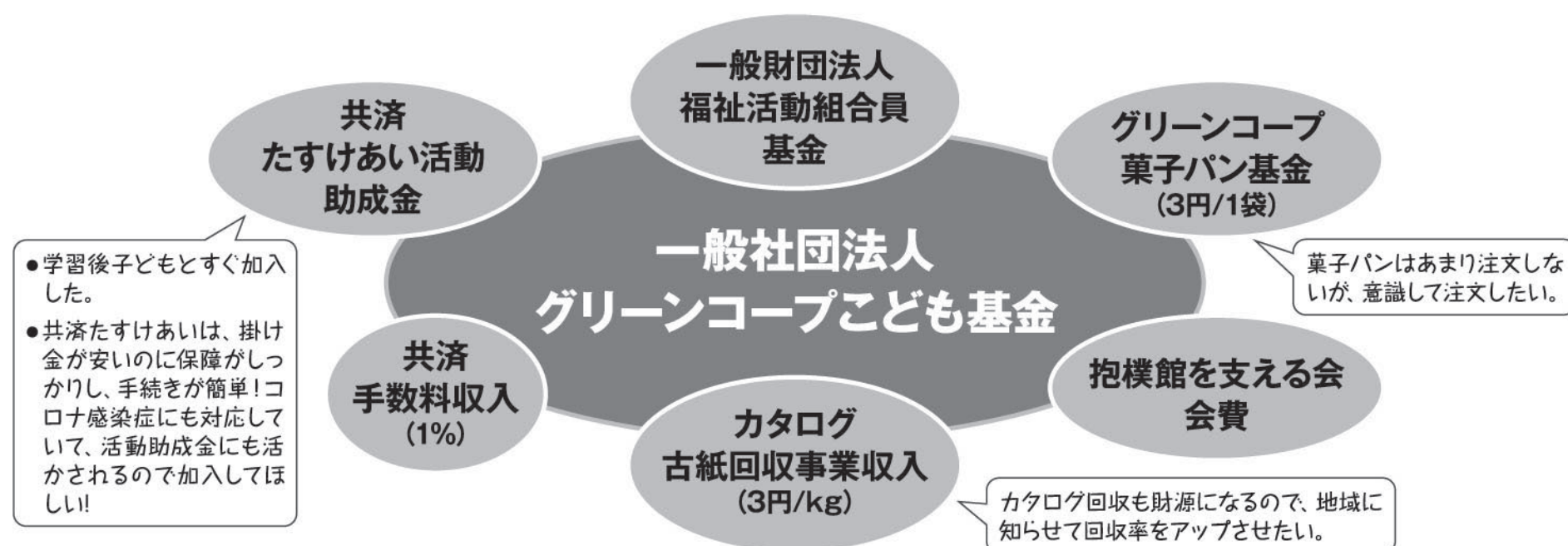
福祉委員長（南分身） 鬼塚 令子

感想

- 貧困状態の子ども数の多さにおどろいた。
- 子どもの貧困について大人がもっと学習しなければと思った。
- 子どもたちが元気に暮らせる社会になればいいと思う。
- グリーンコープの支援のしくみはすごい!



一般社団法人グリーンコープこども基金の財政 (2020年11月時点)



一般社団法人グリーンコープこども基金 設立趣意書

『元気な子どもの笑顔、家族の健康、窓辺にこぼれるやわらかな日差し、小鳥の鳴き声…私たちの願いはこのささやかな、そして、基本的な希望が子どもたちの未来にまで続いていくことにあります。』

1993年採択された第一次「夢のかたち」の冒頭はこの言葉で始まります。

子どもたちがお腹一杯食べ、一生懸命学び、無邪気に遊び、そして安心して眠るそんな基本的な希望がずっと続いてほしい、母親の願いは今も変わりません。

2014年11月、私たちはスクールソーシャルワーカーから毎日の食事も満足にとることが出来ない子どもが6人に1人いると聞き愕然としました。我が子も、よその子も健やかに幸せに育ってほしいと願う私たちはすぐさま何かをしないではいられませんでした。

しかし、当時は公に即座に動くこと自体が貧困を知らせることになり、差別を生み出し、更にその子たちを追い込むという構図がありました。そこで発想されたのが困窮者支援ではなく、すべての子どものお腹を満たす事でした。

家庭で満足に食べている子もそうでない子も、分け隔てなく食べものを一緒に食べる場所を提供し、そこに行けば食べものもあるという空間を作り出しました。そうする中で知ったのは、食べものを満足に食べることができない子どもたちには居場所がない、いつでもそこに行けば食べることができて、安心できる場所とそれを支える大人が必要だと、たどり着きました。

当時は、小中学校や地域の有志の皆さんからの相談に応える形の支援が多かったのですが、その後グリーンコープらしい、子どもの生きる力を育む居場所作りをすすめてきました。今では様々な団体や行政からの相談もあり、地域住民であるグリーンコープ組合員が出会い、交流しお話を伺い、共感をもって応援を始めていて、その数は年々増え続け、そして広がっています。

また、2020年に起こった新型コロナウイルスの影響でアルバイトもままならない大学生たちからの応援要請や仕事を失ったり、減ってしまったりした家庭に食べものをお渡しする活動もしました。

子どもには必ず「母」と「父」がいます。

しかし、その「母」と「父」を責めることはよしでしょう。その「母」と「父」も懸命に子育てをしていますが、コロナのように思いもかけないことが人生には起こります。それ以外の理由もたくさんあります。中にはネグレクト状態の子どももいます。でもそれでも「母」と「父」を責めるだけでは解決しません。その「母」と「父」にも実は支援が必要なのです。

だからこそ、皆で支えあい、助け合う必要があります。そのためには財源が必要です。どこに住んでいても子どもたちの心と健康と幸せを守りたい、そう願う私たちは検討を重ね、その活動を支えるための財源として「一般社団法人グリーンコープこども基金」を設立することにしました。

具体的な財源の中身として、福祉活動組合員基金連合会からの寄付や共済手数料収入（1%）、カタログ回収事業収入の収益金などを充てます。そして、グリーンコープの組合員なら誰でも寄与できるものとして、グリーンコープ商品（菓子パン）への課金も予定しています。

こうする事で、たくさんの組合員が無理なく、広く関わりをもて子どもたちを応援することができます。そして、今後この基金があることで、各単協は資金を心配せず、安心して積極的に、子ども支援をすすめることができます。

変わらぬ私たちの願い

『元気な子どもの笑顔、家族の健康、窓辺にこぼれるやわらかな日差し、小鳥の鳴き声…私たちの願いはこのささやかな、そして、基本的な希望が子どもたちの未来にまで続いていくことにあります。』を願って、ここに「一般社団法人グリーンコープこども基金」を設立します。

みんなで、未来を担う子どもたちをしっかりと応援していきましょう。

2021年1月19日 一般社団法人グリーンコープこども基金 発起人会一同

広報委員の

おうちごはん



ステイホームになって、前からやってみたかった「ぬか漬け」を始めました。自宅で精米した「米ぬか」と「ゲランドの塩」で作ってみました。捨て野菜の意味も知らなかったのですが、なるほど、野菜から乳酸菌をいただき、その乳酸菌を自分で育てていくのか、とガッテンし10ヵ月が過ぎようとしています。最初は浅漬けのようでしたが、段々、酸っぱすぎたり、しょっぱすぎたり。それでも、毎日乳酸菌に呼吸をしてもらうよう手を入れて、やっと、我が家の味が出来ました。季節の野菜を漬けて、楽しんでいきます。今の時期は、大根、かぶ、人参、菊芋などが大活躍。地味なおかずですが、息子たちがパリパリ食べてくれるのが嬉しいです。

おいしく漬かった大根と菊芋

宗像支部 野田 佳子

あなたの集まりを

組合員(自主)サークルとして '21年度上期申請しませんか

【対象サークル】

- ① 環境問題サークル
- ② 福祉活動(ボランティア)サークル
- ③ 平和活動サークル

【グリーンコープとの基本的な約束】

- ① メンバーは7人以上。代表とメンバーの8割以上がグリーンコープ生協ふくおかの利用組合員であること
- ② 月1回以上、定期的な会合を開催し、グリーンコープへの活動報告書を年2回以上提出いただくこと
- ③ グリーンコープの活動を理解していること

【助成限度額】年間3万円

【申請方法など】各支部にお問い合わせください。しめ切りは4月末日です。

組合員(自主)サークルって?

- ① 「組合員(自主)サークル」とは、組合員が自分たちの関心をもつ活動を自主的・主体的に進めることを促し、その活動をグリーンコープが応援する仕組みです。
- ② 1サークルに年額3万円を限度としてサークルの会合のための会費やニュース発行費用などに助成を行います。
- ③ 募集は4月と10月の年2回、GREEN WAVEで行います。活動期間はそれぞれ募集期間から1年です。活動報告書はそれぞれ翌年の3月、9月に提出していただきます。

介護職員初任者研修のご案内

グリーンコープ生協ふくおかでは、参加型地域福祉の担い手を養成するための介護職員初任者研修を、主催のグリーンコープ連合と協力して下記の3箇所で開催する予定です

- 福岡講座…5月7日～ 7月6日 ※チラシ配布3/8(月)週で4/2(金)しめ切りです。お電話かFAXでお申し込みください。
 - 北九州講座…9月3日～11月5日 ● 中部講座…10月12日～12月7日
- 【受講者募集チラシは北九州7/5週～、中部8/16週～、該当エリアに配布します。】
【詳細については下記までお問い合わせください。】

グリーンコープ生協 TEL 092-482-7771 FAX 092-482-7072
ふくおか 福祉事業本部 講座担当事務局 諫山・石本 10:00～16:30(月～金)

from ネグロス・クリスマスカンパ

2,332,915円(1/7現在) たくさんのカンパをありがとうございました!

フィリピン、インドネシア、東ティモールなどの地域で、次世代の農民である若者が生き生きと誇りを持って農業に取り組んでいけるようにサポートしています。

生活のいろいろな場面で…役にたちます

お金の問題で困ったとき 生活再生相談室 月～土 9:30～18:00 お電話で予約を。	北九州	福岡
	093-871-8824	092-482-7788
ふくし情報でんわ 月～金 10:00～16:00 (祝日は休み) ※北九州のみ9:00～16:00 (祝日開設)	筑豊	久留米
	0948-22-5611	0942-36-8877
社会福祉法人 グリーンコープ ファイバーリサイクルセンター	北九州	筑紫
	093-202-3039	092-593-5370
てるてるコーナー 月～金 9:30～16:30	福岡	筑後
	092-731-1455	0942-21-5406
	092-623-0294 電話等のお問い合わせ……… 月～金 9:00～17:00 センター内ショップ営業時間…… 月～金 11:00～17:00	
	商品についてのお問い合わせはこちらに。 ☎ 0120-14-0586 ※祝日はお休みです。	

広報委員の
おうちごはん

「味が違う」と言われて
飯をぐくれない!
小学ほにならう
どうなるんだらう?
(小倉北支部
グリーンコープあるある
爆進中の時)

産まれた時から
ずいぶんグリーンコープ
で育ってきたわが家
の年子女子。
通っている幼稚園も
グリーンコープの食材
で給食を作ってくれて
いるので、家でも園
でもどっさりグリーン
コープ。
そんな女子2人は
市販の牛乳を
「味が違う」と言われて
飯をぐくれない!
小学ほにならう
どうなるんだらう?
(小倉北支部
グリーンコープあるある
爆進中の時)

ひとこと

さざ波

社会人となった息子が1年ぶりに帰ってきた。息子の好物を準備しようとして、メニューをあれこれ考えていた。しかし、久々に会う友達との予定が盛りだくさんで、家で食事をする機会も少なく、考えていた献立は、次回へ繰り越した。無期限白菜は、飽きずに毎日食べてくれた。無限白菜の作り置きがなくなると、自分流にアレンジして作って食べていたのには驚いた。残念ながら、私の口に入ることはなかったが、先に期待した長男に続



久留米支部理事長 川口 愛

無限白菜レシピ

材料: 白菜 1/4

- ツナフレーク (オイルor野菜スープ) A. かつおだし 大1/2 きびさとう 小1 海水塩 (なごさ) 少々
- B. いり白ごま 大2 不知火ぼん酢 大1 純正ごま油 小1 かつおパック 1袋

白菜の葉はちぎり、芯はうす切りにする。Aを白菜と混ぜて揉み込み、5～10分置いたら、水気を絞り、ツナフレークとBを混ぜ合わせたら出来上がり。

私たちが組合員委員会の様子

南地域食べもの委員会編

南地域食べもの委員会は、4つの支部の食べもの委員長と配送ワーカーズが参加して毎月食べものに関する学習や、利用普及のための取り組みなどを行っています。12月の委員会で、「美美白美容液マスク艶美肌」のメーカーによる学習会を、Zoomにておこないました。正しい使い方を教えてもらいながら、実際にマスクをつけてみて、商品の良さを体感しました。(南地域食べもの委員長 金田 幸代)



Zoomで勉強会



「艶美肌」をお試し中

自生GMナタネ抜き取り隊のお知らせ

「GM(遺伝子組み換え)ナタネ」をみんなで抜き取りましょう!

博多港は九州唯一のGM(遺伝子組み換え)ナタネの荷揚げ港で、毎年箱崎ふ頭ではたくさんのGMナタネが見つかっています。GMナタネの自生が広がらないよう、ぜひ抜き取りに参加して下さい。

日時: 4月3日(土) 10:30～12:30(予定)

集合場所: 福岡市東区箱崎ふ頭 鳥越製粉前(現地集合・解散)

■雨天決行です。■お子さんの同伴は保護者の責任で判断下さい。

参加者はマスク着用をお願いします。

主催「食と農を考える市民の会・福岡」

お問い合わせ FAX 092(662)5097(担当 野田) 参加の方は、当日現地に集合してください。

あなたの声をお寄せください

(テーマ)

レシピ・川柳・家族(ペット)自慢などなど…グリーンコープについて何でも結構です。

■応募方法

宛先を切り取り、封筒などに貼り、住所・氏名・ペンネーム・電話番号を明記して注文書と一緒に提出してください。Eメール、ハガキ、封書、FAXでの応募もお待ちしております!

■注意事項

※原稿及び写真は返却しません。
※お寄せいただいた原稿は編集部で一部修正、加筆する場合がありますのでご了承ください。
※個人情報は商品発送時以外使用しません。
※ペンネームがない場合、本名で掲載させていただきます。

♥グリーン・ウェーブを読まれた感想をぜひお書き添えください

掲載された方には 500グリーン券を差し上げます!!
※共同購入、お店、キープ&ショップで使用できる500円の商品利用券

E アドレス

info-gwave@greencoop.or.jp

■宛先(点線を切り取って貼ってください)

T812-0011
福岡市博多区博多駅前1-5-1 博多大通ビルディング3F
グリーンコープ生協ふくおか
「グリーン・ウェーブ」編集部 福田(組合員事務局)宛
TEL092-482-7765 FAX092-482-7780

キリトリ線