

12月号

第247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博多大通ビルディング3F  
TEL●092-482-7770 (代)  
ホームページ●http://www.greencoop-fukuoka.jp

# 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

- 第21期通常総代会 ..... 2・3
- イベントレシピ第1弾 ..... 4・5
- 食育ワーカーズten ..... 6
- 福祉活動組合員基金 ..... 8
- 次回発行日は1月10日です。

環境にも  
クリーンな

## Let's♪ あそび

- ★カタログ&お店で買える
- ★カタログのみで買える
- ※お店によっては取り扱いがないこともあります。

### 洗濯機

(洗濯槽のカビ取り)

- ①40~50°Cのお湯を高水位まで入れ、10ℓに対して100gの酸素系漂白剤を入れる。
- ②20分程度攪拌し、フタをして3~4時間置く。
- ③3分程攪拌し、浮いてきた汚れを取り除き、脱水する。
- ④改めて高水位まで水を入れ、1サイクル回す。

※必ずご自宅の洗濯機の注意事項をご確認ください。

☆酸素系漂白剤  
(袋入り)  
750g



☆酸素系  
漂白剤

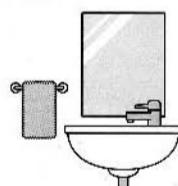


500g

### 洗面所

(鏡、金属の白い汚れ)

クエン酸水(水200ml+大さじ1)をスプレーし、拭き取る。



★クエン酸洗浄

300g 800g

### 外壁のコケ

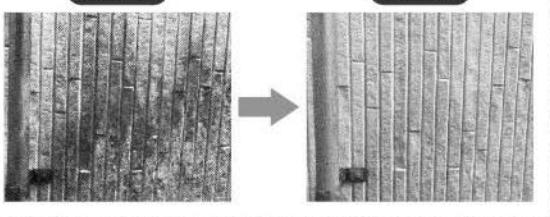
★コケそうじスプレー 500ml

外壁のコケにスプレーするだけ!  
2~3日後に再度スプレーすると  
効果的。雨の日使用X。グレープ  
フルーツ種子抽出物で作られてお  
り、環境にやさしいのも嬉しい♥  
(11/29週配布カタログ掲載)



使用前

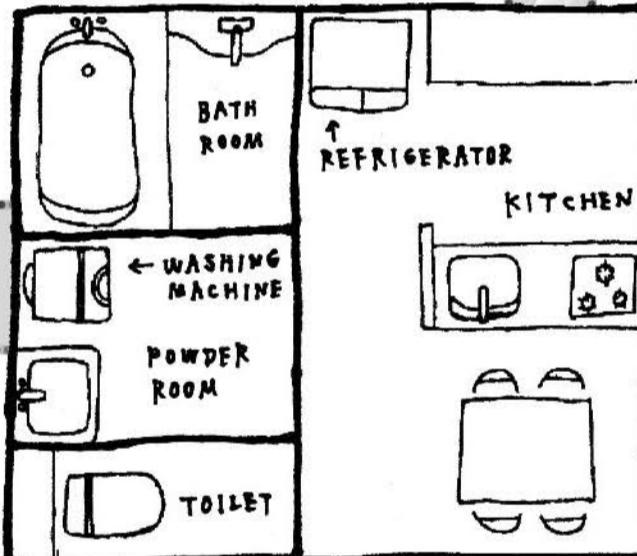
使用後



### お風呂

(排水口の掃除)

- ①髪の毛などの汚れを取り除き、酸素系漂白剤100g程度を排水口に入れます。
- ②200ml程度のお湯(40~50°C)を注ぎしばらく放置。
- ③2時間後位に水を流す。



### トイレ

(壁紙)

クエン酸水(水200ml+大さじ1)をスプレーして拭き取る。

(便器)

夜寝る前に黒ずみに重曹を振りかけて、翌朝ブラシでこする。

掃除後、仕上げの除菌に除菌ママミスト。

### 冷蔵庫内

- ・布巾などにスプレーして拭く。  
(さとうきび、さつまいもから抽出した)  
(天然系のエチルアルコール!)

または

- ・クエン酸水(水200ml+大さじ1)をスプレーし、拭き取る。

☆除菌ママミスト

300ml  
取替用  
300ml

☆アルカリ  
ウォッシュ

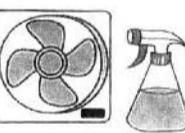


1kg

### キッチン

(油汚れ)

アルカリウォッシュ水(水500ml+小さじ1)を油汚れにスプレー後、拭き取り、仕上げに水拭きする。



油まみれのベタベタした換気扇にスプレーを吹きかけるだけ!

噴きこぼれや、油で汚れたガスコンロにも!

水あか、シンク磨き、鍋のコゲ落とし

おふろ洗いのしゃぼん泡スプレーはキッチン、トイレでも使えます!



1kg

☆おふろ洗いの  
しゃぼん泡スプレー



350ml

380ml

- ・それぞれ適さない素材があります。各商品のご使用上の注意でご確認ください。
- ・目立たない箇所で試してからご利用ください。
- ・クエン酸水・アルカリウォッシュ水は、早めに使いきって下さい。

### 注意事項

子育てサポートワーカーズ「りすの樹」では、ワーカーズを募集中です!  
子どもが好きな方、子育て中の家庭の支援をしたい方、子育ての経験を活かしたい方、興味がある  
方はお近くの事業所までお問い合わせください。

代表 連絡先 子育てサポートワーカーズ「りすの樹」  
〒811-3209 福津市日蒔野1丁目15-2 RENACE 福間駅前A  
電話・FAX 0940-62-6002 受付時間 10:00~17:00 (平日)





### ローストビーフ

**材 料 (4人分)**

- 国産牛モモブロック ..... 500g
- グランの塩または海水塩(なごさ) ..... 適量
- 黒こしょう ..... 適量
- なたね油 ..... 大さじ1

**作り方**

- 牛肉は常温に戻し、塩と黒こしょうを全体にすり込む。
- フライパンを熱したてぬ油を入れ、肉の全面を強火で30秒ずつ焼き目が付くくらい焼く。
- 焼いた肉を耐熱の密封できる袋に入れる。(肉と袋ができるだけ密着するように)
- 鍋にたっぷりの水を入れ、60~65℃くらいまで加熱。肉を袋ごとお湯に入れ蓋をして40分以上おく。(お湯が65℃以上にならぬ55℃以下にならないのが理想)
- お湯から取り出し20分ほど寝かせる。
- 肉を薄くカットして出来上がり。

### 丸鶏のグリル

**材 料**

- 産直若鶏丸体(丸鶏) ..... 1羽
- 海水塩(なごさ) ..... (鶏肉の重量の1%)
- 玉ねぎ・人参・パレイショ・かぶ・パプリカなど

**作り方**

- 鶏肉は常温に戻し腹の内側に血が残っていたらざっと洗い流し、しっかりと水分をふき取る。
- 塩(肉の1%)を外側、お腹の内側に(胸、モモ多めに)すり込む。
- 天板に大きめにきった野菜をのせて平らにならし、真ん中に肉をのせ220℃オーブンで80分焼き、そのまま20分置く。

**産直若鶏丸体(丸鶏)は、11/29 週配布カタログで注文できます。**

### 骨付き鶏モモ肉のグリル

**材 料**

- 産直若鶏骨付きモモ ..... 4本
- おろしにんにく ..... 4片分
- 白ワイン ..... 大さじ4
- オリーブ油 ..... 大さじ4
- ローズマリー(あれば) ..... 適量
- 玉ねぎ・人参・パレイショ・かぶ・パプリカなど

**作り方**

- 鶏肉は洗って臭みを取り、水分をふき取って骨に沿って切り目を入れ、フォークで皮目に穴をあけ、1本につき塩小さじ1/2をすり込む。
- おろしにんにく・白ワイン・オリーブ油・ローズマリーをもみ込み一晩冷蔵庫に置く。
- 常温に戻し、天板にのせ(隙間に野菜をのせる)漬け汁も回しかけ、200℃のオーブンで40分焼き、そのまま15分置く。

### 牛すね肉の煮込み

**材 料 (4人分)**

- 産直国牛スネブロック ..... 500g
- 玉ねぎ(薄切り) ..... 2個
- 人参(乱切り) ..... 1本
- かぶ(乱切り) ..... 1個
- マッシュルーム 1パック
- にんにく(薄切り) ..... 1片
- オリーブ油 ..... 大さじ1
- 赤ワイン ..... 50cc
- ローリエ ..... 1枚
- バター ..... 10g
- 塩こしょう ..... 適量
- 薄力粉 ..... 適量

**A ホールトマト缶(長野県産) 400g**

**作り方**

- スネ肉は4cm角に切り、塩こしょうをふり、薄力粉をまぶす。
- 圧力鍋にオリーブ油、にんにくを入れて火にかけ、香りが出たら玉ねぎを加えて10分程炒める。
- スネ肉を加え、焼き色がついたら赤ワインを加え、アルコール分を飛ばす。
- 水1カップ、ローリエを加え、圧力鍋の蓋をして強火、加圧後火を弱め20分加熱する。
- 圧が抜けたらA、マッシュルーム、人参を加え10分、かぶを加えて10分煮る。仕上げにバターを加える。
- \*圧力鍋が無い場合は、長時間煮込んでください。

### クリスマスツリーサラダ

**材 料 (4人分)**

- ミニトマト ..... 4個
- パレイショ(マーク) ..... 1個
- 元気な卵のマヨネーズ ..... 大さじ1
- 黒いりごま(目に使う) ..... 適量
- 人参(口に使う) ..... 適量

**作り方**

- マッシュポテトを作る。パレイショをゆで、粉ふき芋にして、マヨネーズ・塩こしようで味付けをする。
- ミニトマトは半分に切り、人参は5ミリ程度の輪切りにしてゆで、星型の型で抜く。ロースハムは半分に切る。
- ブロッコリーはかために塩ゆでし、冷ます。
- パレイショにきゅうり、マヨネーズ、塩こしょうを入れよく混ぜ、お皿に円錐形に盛り付ける。
- ③④にブロッコリーをバランスよく刺していく。間にミニトマト、人参を飾る。
- ロースハムはくるくる巻いて刺す。
- 円錐の先に爪楊枝に刺した人参を刺して完成。

### フルーツシャンパン風

お好みのグラスに  
フルーツを入れ、  
元気くんサイダーを注ぐだけ♪  
\*冷凍フルーツでもOK

### 鶏肉団子のシチュー

**材 料 (4人分)**

- 産直若鶏ミンチ ..... 200g
- パレイショ ..... 3個(2cmの角切り)
- 玉ねぎ ..... 1個(乱切り)
- 人参 ..... 1/2本(1cmの角切り)
- クリームシチュー(粉末) ..... 1袋
- 産直びん牛乳 ..... 200cc
- 水 ..... 700cc
- なたね油 ..... 適量

**A 片栗粉 ..... 小さじ1**

**作り方**

- ボウルにミンチとAを入れて、よく混ぜ合わせ団子にする。
- なたね油で玉ねぎと人参を炒め、水を入れて煮て、沸騰してきたら団子を入れ、火を通す。
- ②にパレイショを入れアツを取り、野菜がやわらかくなるまで煮る。
- 一旦火を止め、産直びん牛乳を加え混ぜ、クリームシチュー(粉末)を少しずつ加え混ぜ、再び弱火でどろみが付くまで煮込む。
- \*お好みでパセリを刻んでのせてもら♪

### S家の年末年始の簡単乗り切りアイデア♪

なにかと忙しい大晦日、夕食を水炊きにしてついでに年越しそば、お雑煮も作っちゃいます。

**大晦日** シメをお蕎麦にすれば、年越し蕎麦に!  
**元旦** お雑煮に!

取り分けておいた出汁(少ない場合は水を足す)に、飾り切りした椎茸、人参、大根を入れて煮る。味が薄い場合は、塩や醤油などで調整。お椀に焼いた餅、残しておいた鶏肉、茹でたカツオ葉を入れ、出汁を注ぎ柚子の皮を飾る。

**ちなみに 我家の水炊きは**

**材 料 (4人分)**

- 産直若鶏ぶつ切唐揚・鶏物用 ..... 500gくらい
- 産直鶏もも肉(お雑煮用・一口大に切る) ..... 500gくらい
- 昆布 ..... 10g
- 酒 ..... 100cc
- 海水塩(なごさ) ..... (鶏肉の重量の3%)
- 好みの野菜・お豆腐・ポン酢など

**作り方**

- 鍋に昆布、水5カップを入れ、10分から一晩置く。
- 鶏肉に重さの3%程度の塩をふり、5分~1時間置く。
- ぶつ切の鶏肉を湯引きし、①に入れ、酒を加え、沸くまで蓋をせず、中火にかける。
- 沸いたら昆布、アグや脂を除き、蓋をして弱火で煮る。途中、鶏もも肉(お雑煮用)を加える。
- お肉に火が通ったら(お雑煮用のお出汁と鶏肉を取り分ける)、好みの野菜やお豆腐などを加え炊く。
- お好みのポン酢やタレでいただく。

## おうちごはんで盛り上げよう! イベントレシピ 第1弾 保存版だよ

この冬もお家で過ごすことが多くなりそうですが、これからクリスマス、お正月、バレンタインとイベントが続きます! それぞれのイベントにぴったりのお料理を作つて、ご家族で季節の行事を楽しめませんか。広報委員が作っているおすすめのイベントレシピをたくさんご紹介しますので、ぜひお試しください♪ 2月号でもイベントレシピ第2弾を予定しておりますので、お楽しみに~

### 黒豆

**材 料 (黒豆300g分)**

- 黒豆 ..... 300g
- 鉄サビ釘(あれば) ..... 5~6本

**【煮汁】**

- 水 ..... 1.2L
- A きびさとう ..... 250g
- こいくち醤油 ..... 大さじ2
- 海水塩(なごさ) ..... 小さじ1

**作り方**

- 黒豆は、洗って水に一晩漬けておく。
- 鍋に分量のA(きびさとう以外)とサビ釘を入れひと煮立ちさせ、きびさとうを加え溶かす。完全に冷めてから黒豆を加え、そのまま一晩漬ける。
- 中火にかけてアグが浮いてきたら火を弱め丁寧にアグをすくい、アグがあさまつたら蓋をずらし、弱火で8~10時間煮込む。
- 豆が煮汁から上に出ないように差し湯をして、豆が十分にやわらかくなるまで煮る。
- サビ釘を除き、煮汁に漬けたまま一晩置いて冷ます。

### 紅茶煮豚

**材 料 (4人分)**

- 産直豚モモブロック ..... 500g
- ノヴァの有機ティーバッグ紅茶(アールグレイ) ..... 1パック

**【つけダレ】**

- 醤油 ..... 100cc
- A みりん ..... 100cc
- 酒 ..... 50cc
- 酢 ..... 50cc

**作り方**

- 大きめの鍋にモモブロックを入れ、ひたひたの水を入れる。
- ①にティーバッグを入れて沸騰させ、アグを取り弱火で1時間程煮る。
- Aを別の鍋でひと煮立ちさせる。
- 肉に火が通ったらAと一緒に容器に入れ、半日ほど置き、味が馴染んだら完成。

### 簡単・チョコナッツビスケット

**材 料 (10個分)**

- ミルクチョコ ..... 15粒
- フィンガービスケット(小袋) 1袋(35g)
- 素焼きナツツ食塩無添加ミックスナツツ(小袋) ..... 1袋(13g)
- 純ココア ..... 適量

**作り方**

- フィンガービスケットとミックスナツツを、それぞれ袋のまま叩いて細かくする。
- チョコレートを湯漫んして溶かし、①を加え全体に絡まるように混ぜ合わせる。
- ラップを敷いたトレーにスプーンなどを使って②を落とし、冷めたらココアパウダーをまぶす。

### 生チョコ

**材 料 (4人分)**

- 板チョコクーベルチュールオーレ ..... 200g
- 生クリーム ..... 100cc
- 純ココア ..... 適量

**作り方**

- チョコレートを細かく刻む。
- 生クリームを鍋で温める。(沸騰前に止める)
- 生クリームの鍋に①のチョコレートを入れ、溶かす。
- ラップを敷いたトレーに流し込み、冷蔵庫で冷やす。
- 冷えたら、好きな大きさにきつたり、丸めたりして最後にココアパウダーをまぶす。

### チョコレートザクザククッキー

**材 料**

- 板チョコクーベルチュールオーレ(粗く刻む) ..... 40g
- 薄力粉 ..... 130g
- (ベーキングパウダーと共にふるっておく) ..... 小さじ1/3
- なたね油 ..... 50g
- ノヴァのオリジナルグラノーラ(レーズン) ..... 100g

**作り方**

- Aをボウルに入れ、泡立て器でよく混ぜ、なたね油を少しづつ加えてしっかり混ぜる。
- ふるった粉を加えてざくざく混ぜ、グラノーラとチョコレートを加えて混ぜる。
- オーブンシートを敷いた天板に、小さじ1くらいの生地を開けて置き、フォークの背で押し直径5cmくらいにする。
- 180℃に予熱したオーブンで20分焼く。天板にのせたまま冷ます。

# 「毎日の食べる」を たいせつに、たのしく! 食育ワーカーズten

※「ten」の由来：数字の10。最高のもの、たくさんのことという意味



## こんなことしています ❤

### 健康づくり教室

#### 認知症予防のための食事

CO・OP共済の協賛で「食事と運動で認知症予防」をテーマに健康づくり教室を開催しています。食育ワーカーズtenは管理栄養士と一緒に「認知症予防のための食事のポイント」について提案しています。一日を通してしっかりとたんぱく質を摂取することなど、大切なことをお伝えしています。案内チラシが入りましたら、ぜひ、ご参加ください。

**認知症予防のための食事のポイント①**  
脳への血流量を増やす!

野菜汁の部分に強い抗老化力があります！大葉イソフラボンもボリュームの1割です。食物繊維摂取や他の吸収を助けてくれます

**認知症予防のための食事のポイント②**  
運動+たんぱく質で筋肉UP!

骨が、牛乳・豆乳・ヨーグルト・チーズ・牛乳茶・牛乳・豆乳・豆乳飲料・魚肉ソーセージ・プロテインなど。

30分以内にたんぱく質を摂取

骨が弱い、高齢者にとってこそ、筋肉量が減ってきます。筋肉量を保つには、筋肉入りをしたとさう肉は、骨肉を一緒に！

骨が弱い、高齢者にとってこそ、筋肉量が減ってきます。筋肉量を保つには、筋肉入りをしたとさう肉は、骨肉を一緒に！

**認知症予防のための食事のポイント③**  
1日を通して、しっかりたんぱく質摂取！

\*3食共に取り入れる \*色々な料理（プラス \*間食も上手に利用

**認知症予防のための食事のポイント④**  
食事と年齢で順番を変える！

骨が弱い、高齢者にとってこそ、筋肉量が減ってきます。筋肉量を保つには、筋肉入りをしたとさう肉は、骨肉を一緒に！

制作：管理栄養士

### キッズレシピ掲載

#### カタログ GREEN

カタログGREENに、離乳食提案（かみかみ期を基本に、もぐもぐ期・ごっくん期の提案）やアレルギー対応（7大アレルゲン）レシピ提案、親子で作る簡単レシピを隔週提案しています。お子様をお持ちの方によりグリーンコープ商品の良さを知っていただき、活用していただけると嬉しいです。

**親子でいっしょに  
クッキング!**

アレルギーを使わない  
さつまいもプリン

アレルギー対応  
離乳食レシピ

かみかみ期  
（生後1ヶ月～6ヶ月）  
作り方

手づかみ離乳食  
かぼちゃと鶏ミンチのスティックおやき

お出かけの時の  
お弁当にも！

多めに焼いて、  
1節オフラップで包み  
容器（袋）に入れて  
冷凍OK。

検索

コンテンツ内の「離乳食」でも  
レシピをご案内しています

グリーンコープ おすすめレシピBOX

私たち  
組合員活動と、  
食育ワーカーズtenを  
兼任しています。

地域の副委員長と兼任させていただいている  
が、委員会活動があったからこそ、グリー  
ンコープで仕事をしてみたいと思えたし、学  
んできたことを委員会とは別の形で、ワーカ  
ズとして広げていきたいと思っています。兼  
任することで、地域の思いを形に、よりよい  
仕事をしていきたいです。  
(井上えみ)

「毎日の食べるをたいせつに、たのしく」をたくさんの人と作っていきたいと思い、2021年6月26日に食育ワーカーズtenを設立しました。「グリーンコープの商品の良さを語り伝えたい」という先輩組合員の思いを引き継ぎ、これまでの経験や知識を語りついでいくことを基本に事業活動をすすめます。

現在、ワーカーは5名で子育て世代が多いです。レシピ作成、動画作成など自宅でできる業務もあり、各自のやりたいことを仕事に活かすことができるワーカーズです。

### 商品おすすめ情報を提案

#### 組合員に商品の良さを伝えるために

商品情報や画像を基に週刊利用普及拡大情報（今週のおすすめ商品）を作成しています。お得商品や、新商品、おくりもの、メーカー情報を活かした商品を選んでいます。組合員におすすめの商品の良さをお伝えできるよう、職員や配送ワーカーズに向けておすすめの商品情報の提案をしたり、チラシの作成や、YouTubeでの動画撮影を担っています。

▶ レシピカードは、現在一部の店舗とキーパー＆ショップに配布しています。今後は、全店舗で配布予定です。

**レタスと豚のマリアージュ**

|            |           |
|------------|-----------|
| 材料         | 約1人前(3人分) |
| ●豚ロース(薄切り) | 150g      |
| ●刻みねぎ      | 2g        |
| ●ブラックペッパー  | 少々        |
| ●レタス       | 1/2枚      |
| ●にんにく      | 10g       |
| ●チキンコンソメ   | 1/2袋      |
| ●オリーブオイル   | 大さじ1      |
| ●バター       | 10g       |

作り方・手順

- 豚ロースに塩・ブラックペッパーをして豚脂に付ける。
- トマトをスライスし、1cm幅に切る。
- フライパンにこんにくどオリーブオイルを入れて中火で香りを出させる。
- 豚のフィレ肉に豚コスモアで火で丸でこんがり焼かせる。
- 豚のフィレ肉をレタスに入れて包み、ニンジン・バナナ入ればOK。
- お皿にレタス・豚肉・にんにくの間に並べ、ソースかける。

\* わ好みでレモンライム、ポン酢、ドレッシングをかけてOK。

ます。おすすめポイントや、おいしい食べ方、おすすめコメントを盛り込み、利用してみようと思ってもらえる工夫をしています。

▶ 焼き上がりのケーキを撮影

グリーンコープ生協ふくおか 食育ワーカーズten

YouTubeチャンネル公開に向けて準備中です！

### 子ども料理教室

現在準備中！

講師養成講座を行っていますので、準備が整い次第、開講のご案内をします。

▲うめご飯・豆腐とわかめの味噌汁・きゅうりの  
ごま味噌和え・なすのそぼろ煮・きな粉プリン

教室開催にむけてメニューと手順を検討中！

活動組合員歴は10年目で、ワーカー兼任歴は4年目です。組合員活動は任期がありますが、ワーカーズには定年はありません。組合員活動をしている中で、いろんなワーカーズと出会う機会があり、グリーンコープの中で働けば今までの活動を活かすことができると思いました。兼任はワークより組合員活動の機関会議が優先ですが、ワーカー間のお互いの協力でシフトや会議のスケジュールを調整することができます。（内田サツキ）

広報委員の

## おウチごはん

## マンネリ打破! 豚小間切で「こまから」♪

料理雑誌に載っていておいしそうだったので試しに作ってみたら、と家族に好評でした☆しかも酢豚風にしたり、タルタルソースを添えたりとアレンジが効くので便利です♪

【材料】(2人分)

|           |       |
|-----------|-------|
| ・産直豚小間切   | 200g  |
| ・もめん豆腐    | 1/3丁  |
| ・溶き卵      | 1個分   |
| (下味)      |       |
| ・しょうがの絞り汁 | 小さじ2  |
| ・小麦粉      | 大さじ3  |
| ・醤油、みりん   | 各大さじ1 |
| ・塩、こしょう   | 各少々   |
| ・片栗粉      | 適量    |
| ・なたね油     | 適量    |



- ①お肉は大きいようなら切っておく。
- ②豆腐はペーパータオルに包んでレンジで加熱し、水切りする。粗熱が取れたらポールに入れ、かるくつぶす。
- ③豚肉をポールに加え、溶き卵と下味の材料を加え、よくもみ混ぜる。
- ④バットに片栗粉を広げる。③を一口大に丸め、バットにのせる。片栗粉を全体にふり、粉をしっかりとまぶす。厚さ2cmくらいになるよう、かるくつぶす。
- ⑤170℃に油を熱して丸めた豚肉を入れ、全体がこんがりとするまで揚げて器に盛る。

中遠支部 藤井 美枝

## お役にたっています 生活再生相談室

生活再生相談室を利用するには、よっぽど困ったとき‥そんな気持ちはありませんか?でも相談に見える方は、日常生活は何も困った事はありません。ただ、生活の変化があったときに少し立ち止まっているだけです。ちょっと先を見通して行動したい、計画して準備するために相談したい、そんな相談がたくさんあります。

## 事例

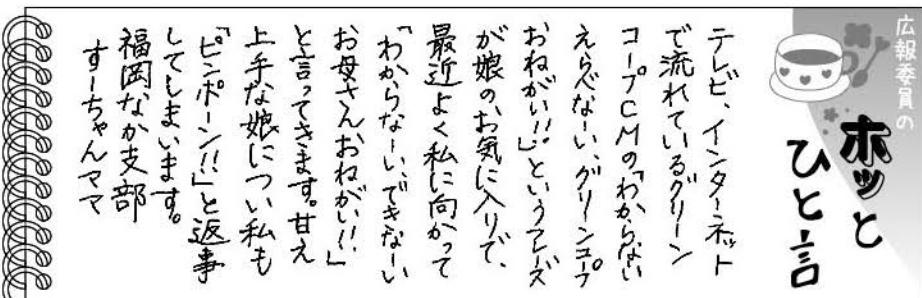
- ①40代女性 離婚が成立して、今の住居を引越しする場合の家計の相談になりました。子どもが大きくなるときの支出の変化も見た上で将来的なキャッシュフロー表作成しました。公的な制度情報や引越しの際の貸付相談も検討しています。
- ②年金だけの収入生活になると銀行借入は難しくなります。そんな時に預金を持ちながら、フリーローンより利息が安い、生活再生の貸付利用で解決できないか相談にのっています。

ぜひ、相談室をご利用ください。

相談員 西山 ますみ

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



新型コロナウイルスの影響で行動を制限されている子どもたち。文句も言わず、毎日マスクを付けて学校に通う子どもたちを本当に尊敬します。今では学校に行ける喜びをも実感しているように思います。そんな中、楽しみにしていたイベントも全て無くなつた日、中2の娘が「私の青春が…」とポロリ。今の状況はみんな同じだから仕方がないと思いながら、勉強に、部活と頑張る娘。



京築支部理事長 小熊 幸恵

上の金額だったのまま財布の話は流されてしましました。もうすぐクリスマス。サンタさんが届けてくれるといいね。

娘が以前から欲しいと言っていた財布。しかし娘が本当に買おうか? た。「本当に?」と、張っている娘に思わず

## お便りです

## 引退して…

仕事は死ぬまで続けようとしていたが、なんと数年前から年金だけで過ごすことになった。それに慣れるとなんだか、仕事をするのがおっくうになつた。

ただ、ガーデニングには時間がてきて、弟が高い木の剪定、私は落ちた枝や葉の整理。

それもきついが、ある意味DIYなのだから、節約もでき、おもしろい。今日も朝から緊急事態宣言中だし、一人庭に出て、蝶々を追いかけている。出かけることも少なくなり、グリーンコープでの受け取りはボケ防止も兼ねた貴重な活動だ。

※5月に届いた投稿です。(ベンネーム みつどん)

いよいよ  
本案論議へ「グリーンコープでんき託送料金訴訟」  
第5回 口頭弁論・報告集会のご案内

【日時】2021年12月13日(月)11時~ 【場所】福岡地方裁判所101号法廷

※コロナ禍で傍聴席は最大40名程度と制限されています。傍聴者多数の場合、先着順もしくは抽選となることがあります。法廷終了後、弁護士会館で報告集会を開催する予定です。

## 冬の(特別)増資のお知らせ

グリーンコープ生活協同組合ふくおかは、組合員の出資金(毎月の積立増資・夏と冬の特別増資)と配達やお店での商品利用などで事業を継続しています。この冬は、**43号(12/20~配布)**で「冬の特別増資」を呼び掛けます。ご協力をお願いいたします。

キャンドルナイト でんきを消して、スローな夜を。  
今年の冬至は  
12月22日(水)です。

## お便りです

## 投稿募集中!

(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・ベンネーム・電話番号を明記して注文書と一緒に提出ください。Eメール、ハガキ、封書、FAXでの応募もお待ちしています!

## ■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・加工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。  
※ベ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、キーパー&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)

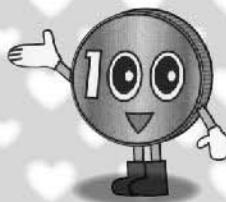
T812-0011

福岡市博多区博多駅前1-5-1 博多大博通ビルディング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



# 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



### 9月に助成が決まった団体

#### 〈北九州地域〉

| 団体名(活動エリア)                   | 活動内容  | 使途                                    | 助成額     |
|------------------------------|---|---------------------------------------|---------|
| NPO法人 ChanChan 夢企画(北九州市)     | 知的障がい者の舞台表現活動「チャンチャン劇団」を発足。「個性をみがけば誰もが主役」を信条に活動。「chan chan ARTクラブ」を発足。絵画や造形等の美術活動に取り組む。 | 展示用デッサン額購入費・活動用ユニホーム作成費(Tシャツ)         | 200,000 |
| あかちゃんの育つ環境を守る会・ゆるりんこ(宗像市日の里) | 第1子の母親に限定して、母親同士が交流し、多世代の中で子どもが育ち、安心して自分らしい子育てができる生活体験の場を作る。はじめのはじめのいっぽセミナーを年4回開催。      | 「はじめのはじめのいっぽセミナー」開催費、会場費、交通費、講師謝金、印刷費 | 200,000 |

#### 〈中部地域〉

| 団体名(活動エリア)                 | 活動内容  | 使途                                    | 助成額     |
|----------------------------|---|---------------------------------------|---------|
| ゼロガーデン ZERO GARDEN(田川郡大任町) | 近年子供達に添加物や農薬・除草剤など健康被害が広がっている。「学校給食をオーガニックに！」を目標に、子供の食の安全を守り、健やかに成長できる未来を目指して活動。    | プロジェクト、スクリーン、机などの備品                   | 173,000 |
| 特定非営利活動法人みんなの社会応援団(直方市)    | 子どもたちが安心してすごせる『家庭でも学校でもない第三の居場所』づくりを目指して活動している。遊びや学びを通してイベントや映画上映会を実施する。            | プロジェクト、会場費、広告費、食糧費、パンフレット作成費、スタッフ交通費等 | 161,000 |
| 子どもの野外活動をすすめる会(古賀市)        | スウェーデン『森のムッレ教育』に基づき、「自然感覚(生物や環境への気遣いと責任感)」を育み持続可能な社会づくりの担い手に育つことを目的に、発達段階に応じた講座を開催。 | リーダーの交通費、物品購入費、学習会講師料等、印刷費            | 200,000 |

#### 〈福岡地域〉

| 団体名(活動エリア)                                | 活動内容   | 使途                        | 助成額     |
|---|--|---------------------------|---------|
| ふくおか子どものこころサポート研究所(福岡市中央区)                | 発達障がいのある子どもと保護者の支援など「子育ての孤立化」を防ぐ目的で発足。今後、子育てプログラム(ワークブック)を作成し、外出が難しい親子の支援に取り組んでいく。 | ワークブック製本代・イラスト作成用タッチペン代   | 200,000 |
| 特定非営利活動法人 LOCUS・虐待サバイバーをつなぐ会(福岡市 主に福岡県全域) | 虐待サバイバーと一般市民に広く呼び掛け連帯と伴走をもって、生きづらさや精神疾患、PTSDからの回復を目指す。虐待を予防する為の方策を、行政に提言する。        | パソコン・FAX兼用の複合機購入費         | 195,330 |
| かいがら村(那珂川市)                               | 自然いっぱいの共用スペース。農業体験、食育体験、自主保育の場を提供する。リサイクル活動を開始し、大量生産ストップを訴え、モノを循環させることを目指す。        | 活動メンバーへのお礼と交通費・講師へのお礼と交通費 | 200,000 |

#### 〈南地域〉

| 団体名(活動エリア)                       | 活動内容   | 使途                                   | 助成額     |
|----------------------------------|--|--------------------------------------|---------|
| 福祉グループどろっぷす(筑紫野市光が丘)             | さまざまな障害をもつ子ども達の母親が親なき後も生活できるよう地域と交流できる居場所として開いた。一日の疲れや心を癒す拠点、親にとっても心を開き語り合える場。   | プリンター・イベント用資材の購入資金、交通費               | 200,000 |
| mamaプラス部 心音♪konon♪(久留米市、筑後、鳥栖など) | 子育て中のママが子連れができる吹奏楽団体を久留米にも作りたいと2011年に立ち上げた。年一回のファミリーコンサートやボランティア活動として依頼演奏も行っている。 | ファミリーコンサート開催費用、講師代、屋外用マイクセット・録音機購入費。 | 200,000 |
| 花とみどりの会(久留米市三瀬町原田地区内)            | 地域の高齢化が進み空地が増え荒れてきたので草取り、花植えなどを協力者と一緒に住んでいる地域を美しくしコミュニケーションを深める活動。               | 土(花壇用)、花の種・苗、ベンチ、作業代など               | 200,000 |

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、グリーンコーポ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。

#### 〈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                               |
|----------------|---|-----------------------------------|
| グリーンコーポ 生協ふくおか | FP円縁に委託して、子どもも金銭教育、組合員のための経済相談や家計診断、あすばる男女共同参画フォーラムでの学習会、らくらく家計簿クラブを開催。               | 2020年度金銭教育開催経費と家計簿クラブ経費 2,780,220 |
| 食育ワーカーズ ten    | 「グリーンコーポの商品の良さを語り伝えたい」との思いを引き継ぎ事業活動をすすめている。現在5人のワーカーで、レシピ作成、動画撮影などやりたいことを仕事に活かしている。   | 食育ワーカーズ ten 運営費 600,000           |
| グリーンコーポ 生協ふくおか | 子育てに関わるすべての方に向けて、子育てが豊かになるための講演会を支部や地域で開催。  | 2020年度子育て講演会開催費用 274,889          |
| グリーンコーポ 生協ふくおか | 家計改善支援事業の相談者で一時的に困窮状態に陥ったが、公的制度では要件が合わず当座を凌ぐ資金があれば生活の立て直しが見込める方への少額貸付制度。2020年度は11名利用。 | 少額貸付制度実施に伴う、利息低減差額補填として 50,573    |

### 助成団体より

#### 北九州 NPO法人 ChanChan夢企画(北九州市)

NPO法人「ChanChan夢企画」は、活動歴29年のチャンチャン劇団の他、新たに美術部門を発足させました。「個性をみがけば誰もが主役」を信条とする劇団と趣旨を同じくして、世界にひとつのオリジナルな個性を輝かせて、絵画や工作などに生き生きと取り組んでいます。



#### 中部 特定非営利活動法人 みんなの社会応援団(直方市)

子どもたちや親の世代が一人で悩まず安心してすごせる居場所や、ちょっと本音を言い合える場づくりに取り組んでいます。地域の人と人が繋がり、自由に支えあえるそんなやさしい社会を目指しています。



#### 福岡 ローラス LOCUS・虐待サバイバーをつなぐ会(福岡市 主に福岡県全域)

長期にわたり虐待を受け生き延びた虐待サバイバーは、様々な精神疾患を抱え、本来なら自立就労し社会に貢献できただけです。サバイバーをつなぎその辛い経験を吐露する場を提供します。私たちは虐待サバイバーの回復自立に向けて伴走しています。この度は、助成金を頂いたことにより、当法人の存在を社会にアピールし、更に多くのサバイバーと繋がっていくことができます。ありがとうございます。



#### 南 福祉グループ どろっぷす(筑紫野市光が丘)

さまざまな障がいをもつ子どもの母親たちが、「親なき後も地域で生活できるように」と、交流できる居場所として1998年に開設。絵付けをした木製品や絵画作品のポストカードを地域行事で販売してきました。障がいがあっても誰でも気軽に立ち寄れる場、しゃべり場を目指しているそうです。(南地域基金運用委員 浜田 真理)

