

発行/グリーンコープ生協おおさか  
〒569-0055高槻市西冠3丁目8-23  
TEL02-670-2060  
FAX02-670-2063  
<http://www.greencoop-kansai.or.jp/>  
発行日/2021年1月11日  
編集/広報委員会

★GC商品のお問い合わせなどはこちらまで  
てるてるコーナー(商品相談窓口)  
0120-14-0586



•編集後記  
とても寒い季節ですね。年末年始はおうちでゆっくり過ごされたでしょうか。美味しい物を食べて、ちょっと体型が気になる時期もありますね。  
私はおうちでできる運動を動画で見ながら実践しようとしているのですが、寒くて布団から中々出られないというのが多いです。幼い子どもたちが暖かくて離れられないという理由もありますね。  
なかなか、ダイエッタへの道は険しい...。(K)

応募やお便りは上記の住所へ送るか、  
FAX、配達時に持けてOK！



## 民衆交易ってなあに？

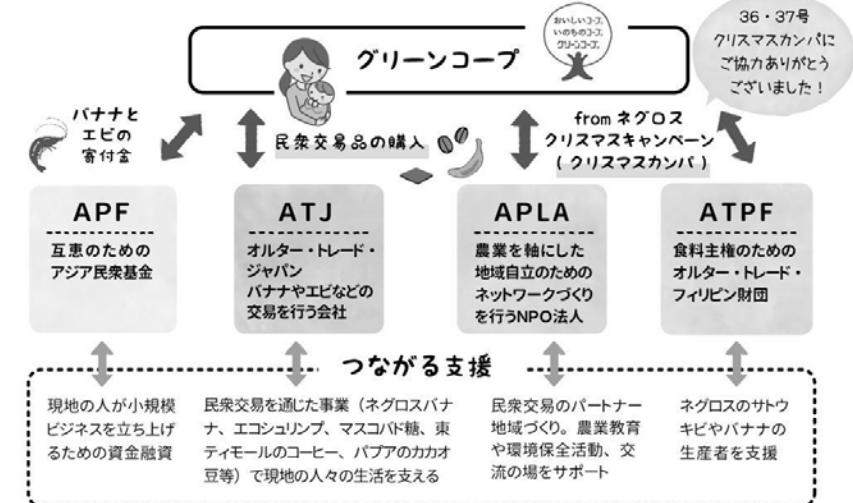


商品の交易を通して、「南と北」が共に支え合う関係をつくりだすこと。

現地の人々の暮らしに寄り添い、商品を共に生み出し、正当な価格で取引をします。  
購入することで私たちは安心・安全なものを食べることができ、南の人々の生活の  
自立支援にもつながるのですね～。

from ネグロスセミナー「民衆交易ってなあに？～食べることで深まるアジアの人々との共生と連帯～」

今年は11月25日(水)オンラインで開催され、20名を超える組合員の皆さんのが参加しました。  
特定非営利法人APLAの大橋さん、野川さんのお話を伺い、フィリピンのネグロス島から拡がったアジア  
各地の人への自立支援の仕組みを知り、私たちができることについても理解が深りました。(N)



民衆交易品で  
おめと  
しましょ♪

東ティモール  
ブレンドコーヒーの  
ドリップバッグ

農薬を使わず栽培。  
収穫後の農薬散布も  
行っていません！

チョコレート・デ・パプア  
オーレ

ミルクとカカオのバランスが  
絶妙で、包装もかわいい♪  
パプア先住民族の生産者が  
大切に育てたカカオ豆を使用しています。

## 高槻支部

キープ&ショップ高槻店（11/2）、枚方駅前店（11/13）にてグリーンガーデン＆マスクチャーム作りを行いました！工具やパーツを使ってのハンドメイドで、やったことないという方も来て下さいました！私たちの願い通り、リフレッシュ＆楽しい時間を過ごしていただけ、嬉しく思っています♡素敵なチャームができました。また、画面によるアンケートグリーンガーデンも行いました。画面と合わせて63名のご参加がありました。



いました。また支部通信にて様子を伝えたいと思います。

（高槻支部U）

## 岸和田支部

11月25日（水）和泉シティプラザで行われたグリーンガーデンに参加しました。おしゃべりしながらマスクプレーを作って交流しました。安全基準の高い



アロマオイルについて話も盛り上がりました。グリーンコープの利用のおすすめや簡単にできるチーズフォンデュ、親鶏が美味しいなどおすすめ商品の話もありました。今度注文したいと思います。（広報A）

### ★★ マスクプレーの作り方★★

材料(スプレーボトル30ml)  
アロマオイル(レスピレーション)数滴  
水(精製水または浄水) 30ml

#### 作り方

- ①スプレー瓶に水をいれて、好みのアロマオイルをいれて混ぜる。
- ②マスクの外側にスプレーして使う。  
※マスク以外にも空間にスプレーするとさわやかな香りが広がりますよ。作ったスプレーはお早めにお使いくださいね！



レスピレーションとは深呼吸の意味。スッキリ爽やかなブレンドオレンジシャルオイル(ユーカリ、ペパーミント、カユバティーティー、ラベンダー)です。カタログに登場した際は是非試してね！

### グリーンガーデン ～組合員交流会～ いろんな声があったよ♪



今年度は4支部、1委員会で行われたグリーンガーデン。場所や形式も様々に組合員同士の交流を行いました。普段出会えない組合員が会を通して交流し、楽しい時間になりました。また、書面での声もたくさん届きました。来年度もお楽しみに。  
ぜひ参加してみよう！

## 豊中支部

豊中支部のグリーンガーデンは、アンケート形式で行い、なんと！60名もの組合員さんからご意見やご提案をいただきました～！いただいたご質問は理事だよりなどでお答えできるよう、準備を進めています☆ご協力、ありがとうございます♪（豊中支部K）

## ふくし委員会

11月20日（金）中央会館にてふくし委員会のグリーンガーデンを開きました。福祉「共に生きる」のDVDを皆で鑑賞し話し合いました。2ヶ月のお子さんがいる方は家にいることが多いので出掛けの良いきっかけとなったと喜んでくれました。（ふくし委員長M）

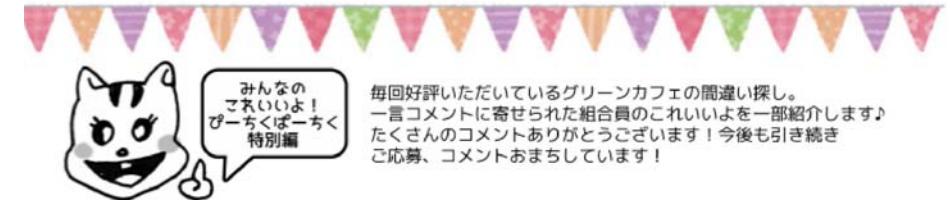
## イベント情報

【岸和田支部】2月 5日(金)10:30～12:30 藤井養蜂場はちみつオンライン学習会(ZOOM)

【高槻支部】 2月19日(金)10:30～12:30 FP円縁オンライン学習会(ZOOM)

「セカンドライフを考える」

詳しくはカタログと共に配送されるチラシにてご確認ください。



毎回好評いただいているグリーンカフェの間違い探し。一言コメントに寄せられた組合員のこれいいよを一部紹介します♪たくさんのコメントありがとうございます！今後も引き続き応募、コメントおまちしています！

- 冷凍あんもち、年中通して注文しています。特に冬場はおすすめ！
- GC焼き豚ブロックが大好きで見つけると毎回購入しています。そのままスライスで朝食やお酒のつまみに。サイコロ状に切ってチャーハンにと冷蔵庫に常備すると便利です。
- 冷凍GCひとくちがんも（10個入り）がとっても便利で旨い！！ひじき、人参、黒ゴマがはいって栄養豊富です。お値段も手頃、使いたい時に使いたい量が使えて便利です。
- 冷凍産直ごぼう（ささがき）とても重宝しています。お味噌汁に入れるだけでコクがでて、よりおいしくなります。そしてとても便利なのがありがたいです。
- 産直豚ロースソテー用、美味しいです！
- くまモンの絵の冷凍カリカリ大學いもはおべんとうにとても良いです！
- GC米粉のクーベ、みんな大好きで争奪戦です！！
- 有機宇治抹茶、おいしくて。何より安心安全でおきにいりです。
- おたのしみりんごは色々な種類のりんごを頂けて、おいしく感謝しながら食べてます。生産者さんの気持ちが伝わります。
- 産直若鶏沙すり（スライス）は使いやすくて便利！野菜は色濃く甘い人参とれんこんが好きです。



### レトルトカレー 中辛・甘口（写真下）

中辛はそれほど辛くはないです。スパイスがきいていて、コクもありおいしい。甘口より深みがある味わい。ご飯作るのが億劫な日、一人だけの昼食にも助かりそうなので、これから甘口と共に回転備蓄します♥

甘口は中辛とほぼ同じ原材料で、本格的なカレーなのに、子供も安心して食べられる甘さ。マンゴーペーストなどが多めに配合されているようです。ほどよくスパイスもきいていて、おいしかったです。（W）



### ちょこっとカレー 甘口・中辛(写真上)

温めなくても食べられるカレーなので、お弁当に持参したり、防災用品の一つに入れておくのもオススメですよ♪甘口はお子様に大人気！

サイズは小さいですが、どちらも化学調味料無添加の本格レトルトカレーです！（E.F）

