

まちがいさがし

下の絵の中には5つのまちがいがあります。まちがいをチェックして、この梓ごと切り取り、組合員番号・氏名などを書いて、ご応募ください。なんでも一言コメントは、ピーチクパーチクで紹介することも♡グリーンコープに関するコメント、お気軽にご記入ください！

正解者の中から3名の方に500グリーン券をプレゼント！
当選者は、藤本 さん、西 さん、吉永 さん。応募総数72通。ご応募ありがとうございました。



Illustrated by Y Mamaさん
145号 応募×切 12/9 (金)
組合員番号 ()
コース番号 ()
おなまえ ()

なんでも一言コメント



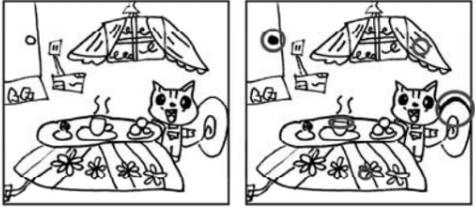
芋栗南京...大好きな季節がやってきました♡GC産直さつまいもスイーツをたくさん作りたいので、レシピがあると嬉しいな。

「GC辛子めんたい(バラ子)」見つけたら絶対買います。たまごかけごはんのにせるとごちそうです！

頼みたい商品の写真を切り取り紙にパズル状で貼り付けて楽しんでいます。うれしいです(^^)

フリーズドライの「GCオニオンスープ」がおいしいです。とろけるチーズを入れて食べるのがお気に入り。寒くなってくると朝食に重宝します。

先月の答えあわせ



新商品のご紹介。GCおおさか開発「GC国産トマト鍋スープの素」でクリスマスパーティーはいかが？

洋風お鍋でほっこりクリスマス♪

我が家の秋の定番レシピさつまいも、りんごを薄く半月切りにして水100cc、きび砂糖大3、バター大2を加えて透き通るまで煮たらできあがり。夕食の一品にも！

★商品の内容のお問い合わせは、てるてるコーナー(商品相談窓口) 0120-14-0586 まで

発行/グリーンコープ生協おおさか
発行日/2022年11月28日 編集/広報委員会
〒569-0055 高槻市西冠3丁目8-23
TEL: 072-670-2060 FAX: 072-670-2063
https://greencoop-kansai.or.jp

★広報委員会では一緒に活動する仲間を募集中！



編集後記
秋が深くなり、沈む夕日に山々の紅葉に...移り行く自然の姿に心を奪われます。自然って素晴らしい！さて。年賀状に大掃除、衣替え(まだ全部終わっていない。)何から始めようか...まずは美味しいコーヒーを淹れるところからかな♪。(広報Y)



GCおおさかフェイスブックインスタグラム随時更新中！フォロー＆いいねを！

応募やお便りは上記の住所へ送るか、FAX、配達時に預けてもOK！

せっけん推し活！



固形せっけんがアツい！コスパ最高でお肌に優しい。今月で今年も終わります。固形せっけんを使ってお掃除や洗濯、おうちも体もキレイに。広報委員会これよかったよ〜



- ①よもぎせっけん
よもぎの香りはほとんどないのですが、薄い緑色がとてもきれい！石けん素地、よもぎエキスと水というシンプルな原材料ながら、泡立ちふわふわ、さっぱりした洗い上がりでした。春夏にいいかも！(広報N.E)
- ②GC米ぬかせっけん〜すずらの香り〜
とても固くて溶けにくく、少しの水で濃厚クリーミーな泡立ちです！今どき固形せっけんを使う人は少ないかも知れませんが疲れを忘れるくらいの良い香りに包まれます。気持ちよく癒されるすずらの香りのせっけんをぜひ一度お試しください♪(広報T)
- ③GCキッチンのしゃぼん固形
台所のシンクに溜まった物を片付けるのが一番嫌いな家事だった私。スポンジにこすり付けてクシュクシュ泡立てて洗うと汚れがすっきり落ちるし、泡切れも早い！そして何よりアトピー肌の私でも全く手荒れしなくなったのはビックリ！※油污は事前に拭き取ってご使用ください。(広報F)
- ④パレスチナオリーブオイルせっけん
封を開けた途端にラベンダーのいい香り！洗顔すると幸せな香りに包まれます。洗髪しましたが泡立ちが良く、リンス不要でふわふわの髪になりました♪(広報T)
- ⑤GCお洗濯のしゃぼん
キレート剤入りで汚れ落ちがいいから、エリ・ソデ・靴下の下洗いでなく、上靴洗にも重宝します。グリグリ直塗りして、軽くこするだけでキレイに！(広報N.S)

開封してパチリ。いろんなせっけんがありますね。

せっけんはアルカリなので、油脂や皮脂の汚れを落とすのに最適。水にせっけんを溶かし、せっけん水で気になる箇所を拭き掃除すると、合成洗剤を使わなくてもきれいに落とせます。せっけん水を泡スプレーに入れて泡状で吹きかけることで汚れも簡単に浮き上がらせてくれます。大掃除にいかがですか。

簡単せっけんスプレー

材料：固形せっけん お湯(水) 適量

ほんの少しの量がある程度に溶けるとOK。お好みの量を作ってください



①おろし金でおろす。 ②お湯(水)でとがす。 ③できあがり。

2023年7月のシャボン玉月間にむけてポスターを募集します！応募概要は年明けの「共生の時代」にてお伝えします。採用された方1名にはステキな賞品も。2023年「共生の時代」をチェックしてね。

2022年度のポスターGCふくおかの組合員さんの作品が採用されました。

ぜひ参加してね

1ページ これよかったよ〜 固形せっけんおすすめ せっけんですっきりきれいに。	2ページ グリーンガーデン 組合員交流会 今年も無事開催できました。	3ページ 高橋徳治商店学習会 秋川牧園丸鶏学習会 イベント情報 たくさん熱いおはなしをききました。	4ページ まちがいさがし ピーチクパーチクなどなど 今回はむずかしい？挑戦してね！
--------------------------------------------------	---------------------------------------------	---------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------

GreenGarden ～ハンドメイドしながら各地で楽しく交流しました。～



ピース&ライフ委員会バスボム作り 10/5 (水)
@大阪市立北区民センター

いろんなおはなしが聞けて楽しいな♪

今年のテーマは「カーボンニュートラル」

排出するCO2(温室効果ガス)と吸収・除去するCO2の差し引きをゼロにする、ということ。グリーンコープは事業で排出する二酸化炭素をゼロにすることを目標にしています。私たち一人ひとりができることを考えて実践していく積み重ねが、子どもたちの未来を守るための大きな力となります。

- グリーンコープの4R運動を広めよう
- Refuse リフーズ (断る)
 - Reduce リデュース (減らす)
 - Reuse リユース (再利用)
 - Recycle リサイクル (再生利用)

バスボムをみんなで一つずつ作りました。材料はとてもシンプルで作り方も簡単！みんな好きな香りを選んで、世界に一つだけのバスボムが完成♪乾燥の間に「カーボンニュートラル」についての話がありました。今、自分が出来ることから始めて、みどりのままの地球を残したいと思います。(広報F)



岸和田支部あずきピロー作り 10/27 (木) @あわい蔵(AWAI CAFE)



レンジで40秒チンするだけで、目元や首肩をリラックス。繰り返し使えてエコ！

「捨てない暮らし」をテーマに、皆さんの取り組みをシェアしながら、ちくちく手仕事タイム！いろいろな視点からの話もうかがえて楽しい交流会でした(広報N.E)

- ・買い物時は「本当に必要か？」を問いながら、使った後のことも考えて買う
- ・お気に入りの服はいつも好きな組み合わせで着まわす→余計な服が増えない
- ・出せるものはリサイクルに積極的に出す
- ・家庭菜園をしているので、生ごみ堆肥を作っている
- ・お料理は大量で出して洗いを減らす など

できることから 少しずつ



堺支部ハギレでミニリース 11/11 (金) @新金岡東校区地域会館

おすすめ商品たくさん！お得な情報も聞けたよ～



クリスマスにぴったり

おうちの取り組みやおすすめ商品の話をしながら、とっても可愛いハギレのリースを作りました！まさにリユース。ちなみにおすすめ商品は、人参、レンコン、サツマイモ...根菜類がランクイン！カーボンニュートラルについて、みんなで話しながら手を動かしてサステナブルな活動をする、まさにグリーンコープのあるべき姿！(広報Y)



高槻支部あずきピロー作り 10/11 (火) @茨木クリエイトセンター

じんわりあったか～い げんきくんだよ

楽しく会話しながら、あっという間にあずきピローが出来上がりました。テーマトークからGCの「袋to袋」のリサイクルのおはなしになり、リサイクルのコツも知ることができました。(広報A)

ちくちくたのしいひととき



豊中支部こねこねせっけん 10/4 (火) @蛍池公民館

4名の組合員の方が参加され、一緒にこねこねせっけんを作りながら普段お家でされているカーボンニュートラルについてのお話やGCのおすすめ商品、こんなのがあったらいいな...など、ざっくばらんにおはなしができました。ほとんどの方がグリーンコープに入って1年以内の組合員さんでとてもフレッシュで楽しい時間でした。(理事T)

高橋徳治商店さんの学習会

～東日本大震災からの復興、そして就労支援、組合員とのつながり～



様々な水産魚介加工品の製造・販売の高橋徳治商店さん。高橋社長のおはなしに参加者の心も熱くふるえました。



人気No.1のおとふ揚げ 大豆の甘味と風味とタラすり身の旨味が口に広がる逸品

消費者はこぞって安いものを購入するが何故安いかわかる人は少ない。違和感=なんかへん？という視点を持つというんなこと見えてきます。自分が痛い思いをした「弱者」になれば人の痛みもわかり見えてくる。震災で被災し弱者となり、笑顔で自ら光る、必要とされる会社になるため再開されました。様々な海洋問題や若者の就労支援に取り組んでおられます。大事なことを大切に支えあう仲間とともにおいしい商品を食べ支えあおう！

東日本大震災を経験した方の話を聴くのは初めてでした。熱く語ってくださった高橋社長。心から伝えたい事の一つとして話してくださったこと。『震災の時グリーンコープはいち早く物資のトラックを走らせてくれた。舞台が暗転したあの時、グリーンコープの支援にとってもとても救われた』この言葉に深い絆を感じ、一人でも多くの組合員に届いてほしいと思いました。そして機会を設けて直接お話を聴いてほしいと思いました。(広報Y)

秋川牧園さんの丸鶏学習会

～産直鶏の魅力进行学习しました。～



手際よくカットされていく。丸ごと食べられる鶏肉の魅力。



素早く解体される鶏肉

グリーンコープのきびしい安全基準をクリアした産直若鶏。秋川牧園さんの鶏達は栄養バランスを考えたNON-GMO、ポストハーベストフリー飼料を食べ、日光が注ぎ込む開放型鶏舎で自由に運動しながらのびのびと過ごします。病気にからず健康に過ごす秘訣は鶏も人も日々の生活の積み重ねですね。

クリスマスには産直若鶏を。おいしい鶏肉はヘルシーです。何より安心安全が嬉しいですね。



組合員外の方も参加OKな学習会。秋川牧園の永井さんが市販品との違いや養鶏場の様子を動画や写真でわかりやすくお話していただきました。鶏の解体もあり、部位ごとに説明しながらカット。普段いただいているたべもの命をありがたく大切に感じることができました。(広報F)

次年度の総代の募集が始まります。

- 生協は
- 利用・出資・運営で成り立っています。
 - すべての組合員、ひとりひとりが主役です。
 - 活動も運営もみんな組合員のちからです。
- 組合員主権。みんなで作る生協です。でもみんな集まって決めるのは大変。そこで組合員の代表を選びます。それが総代です。

- 総代は
- 組合員なら誰でもOK！特別な知識や経験はいりません。
 - 総代の任期は1年。
 - 任期の間に総代会に参加し、意見を伝えることができます。
 - 毎月届く理事会発行「総代ニュース」で、GCおさかの様子を知ることができます。

組合員なら誰でもなれる総代。2023年度の総代会は6月にあるよ

詳細は1月半ばは配布のチラシにて。みんなで盛り上げよう！

これからのイベント情報

くわしくは地域のチラシで確認してくださいね



FP円縁 自分らしいエンディングを考える ～エンディングノートを作ろう～ (高槻支部主催) 1月17日(火) 10:30～12:30 オンライン(ZOOM) 参加費無料、エンディングノート進呈 問い合わせ 高槻センターまで