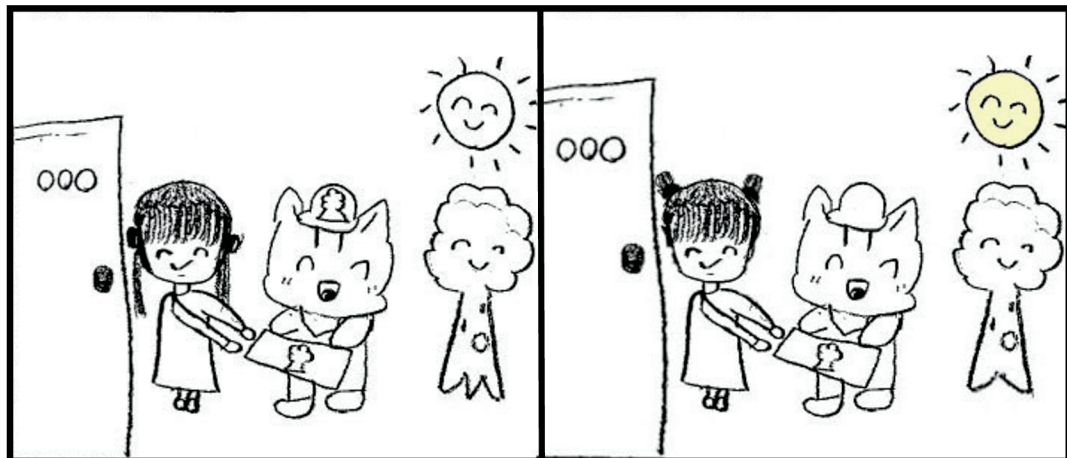


まちがいさがし

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、この枠ごと切り取り、組合員番号・氏名などを書いて、ご応募ください。
正解者の中から3名の方に500グリーン券をプレゼント！
前々月号の応募総数は70通 正解者数は69通
たくさんのご応募ありがとうございました。



Illustrated by
RN さん

180号
応募×切
11/7
(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 グリーンコープに関するコメントを、お気軽にご記入ください！ピーチクパーチクで紹介することも♡

みんなのおたより

ピーチクパーチク



冷凍パイとマンゴーとびん牛乳をブレンダーで混ぜて、その日の気分ではちみつも入れて、ラッシー風にと、子どもたちの飲みっぷりがすごいです。最近のブームです。



りんごとみかん予約注文しました。今から楽しみです。



いつもかわいいイラスト楽しいです。おいしい、味の濃い野菜ありがとう♡



お米や洗剤などは重いので、配送で助かっています。白ネギ好きなのに、買い物袋から出るのが嫌なのですが、それも配送で解消されて嬉しいです。



いつもご意見や感想をお寄せいただきありがとうございます。いただいた開発希望商品は理事会検討に一任をお願いいたします。

発行/グリーンコープ生協おおさか

発行日/2025年10月27日

編集/ワーカーズコレクティブmitena

〒569-0055 高槻市冠3丁目8-23

TEL: 072-670-2060 FAX: 072-670-2063

<https://greencoop-kansai.or.jp>

グリーンコープ生協おおさか



★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
応募やおたよりは上記の住所に送るかFAXまたは配送時に預けてもOK！ご応募お待ちしております♪

編集後記

先日、エコワンさんの防災学習会で、水でつくる「ノンカップ麺(しおやさい味)」を初めて食べました。冷たいラーメンのお味は？非常時だから仕方ない感が一切なく、これが何とも美味しいのです！お湯にくらべて麺を戻す時間はかかりますが、暑い時にピッタリの新しい食べ方。ぜひお試しください♪ (mitena K)



前々月9月号(vol.178号)の
まちがいさがしの答え



赤ちゃんすくすく個配

個配手数料
1年間無料

妊婦さんや0歳児のお子さまがいるお宅は、お申し込みから1年間、個配手数料無料になります。妊娠中から0歳児をお持ちの組合員さんが対象です。詳しくはホームページでご確認ください。

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&いいねをよろしく！



グリーンコープ生協おおさか広報紙vol.180

Green cafe

2025 11 月号

離乳食試食会・ハイハイレース
エコワンさん防災学習会
おおさか20周年祭
れんこん料理会
平和学習会
特集号



離乳食試食会



赤ちゃんハイハイレース

ママもパパも赤ちゃんも楽しい！美味しい！離乳食試食会

離乳食を製造している、ナカシン冷食さんを講師に迎えて、離乳食試食会が行われました。ナカシン冷食さんは、「安心安全な手作りのご飯を食べさせたい」でも「できるだけ簡単にしたい」という、組合員の願いに共感し、商品開発への協力と製造販売を担っておられる冷凍食品メーカーさんです。離乳食開発への想いやアレルギー配慮など、丁寧にお話をしてくださいました。

大盛りあがり！赤ちゃんハイハイレース

会場では、赤ちゃんのハイハイレースも行われました。たくさんの赤ちゃんが参加してくれました。レース終了後赤ちゃんには参加賞が贈られ、会場内は楽しそうな笑い声に包まれていました。



和やかな雰囲気で行われました！



試食 大人も一緒に食べられる！簡単離乳食「まるっとキューブで野菜パンケーキ」の作り方

【材料：ぱくぱく期のお子さま1人分】
ホットケーキミックス...大さじ2
産直野菜deまるっとキューブ黄緑...2個
(電子レンジで約40秒加熱して解凍する)
びん牛乳ノンホモ または 水...大さじ1
【作り方】
材料をすべて混ぜ、フライパンで両面を焼く。



レンチンだけで、すぐ食べられる！
美味しいお手軽ごはんとして、おおさか開発の冷凍キンパなどもご試食いただきました。



まるっとキューブをプラスすれば、簡単に美味しく、野菜もとれます。

今月のグリーンカフェ

1ページ

離乳食試食会 赤ちゃん ハイハイレース

たくさんの赤ちゃんが、ハイハイレースに挑戦しました♡



2ページ

エコワンさん防災学習会 グリーンコープおおさか 祝20周年 感謝祭

いいモノ、いいヒト、いいご縁。

支えてくれる組合員さんに感謝の気持ちをこめて...

3ページ

れんこん料理会 平和学習会

生産者さんと直接交流できる、れんこん料理会



4ページ

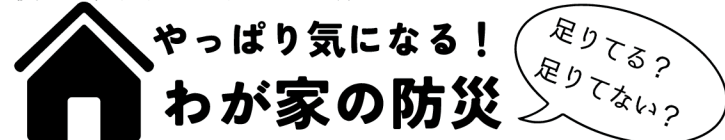
まちがいさがし ピーチクパーチク など

いつもご愛読ご応募ありがとうございます



エコワンさん防災学習会 ～災害に備えましょう～

"エコ"をテーマにオンリーワン製品づくりを目指す「エコワン(株)」さんの防災学習会が開催され、地域の住民の方や組合員さんが参加しました。学習会では、防災の基礎知識や命を守る備えについて、写真やクイズ形式でわかりやすく教えていただきました。参加者は非常時に役立つ防災グッズを実際に手に取ってみたい、グリーンコープ商品を使った防災食の試食などを体験することができ、"もしも..."について考える貴重な機会になりました。



いまや「巨大地震」だけではなく「水害」「土砂災害」など、あらゆる災害に備えが必要な時代です。でも防災対策って何をすれば良いか、よくわからない？まずは『3つの備え』から！

2 防災グッズの準備

わが家のリスクを確認したら、非常時に役立つ防災グッズをそろえましょう。タンスや冷蔵庫の固定など、地震の揺れから命を守る部屋づくりにもグッズを活用しましょう。



1 災害時のリスクを確認

赤ちゃんがいる家庭や、ペットがいる家など、いざという時のリスクは暮らし方で異なります。「災害時に何が困るのか」家族と一緒に必要なものを確認し、心の備えをしましょう。



3 防災食のローリングストック

大きな地震ではライフラインがストップします。防災食を準備しましょう。ふだんの暮らしで無理なくできるローリングストックがおすすめです。毎週のグリーンコープの買い物が、いざという時の防災食に◎



グリーンコープおおさか 祝20周年 感謝祭

いいモノ、いいヒト、いいご縁。

いつもグリーンコープを応援して下さる組合員の皆さんと一緒に祝いできることを楽しみにしています！お祭りには、お買い得商品目白押しのマルシェや大人も子どもも楽しめるイベントなど、たくさんの企画をとり揃えてお待ちしております。詳細はSNS、公式ホームページ、配布チラシなどで発表していきます。楽しみにお待ちください♪

**お得に買える！
直接見て買える！**

**マルシェエリア
会場限定販売 福袋**

お得な価格で
買える商品が
たくさん！



**大人も子どもも
みんなで遊べる！**

**カッオー本釣り
疑似体験
木のおもちゃ遊び場
元気くんと
じゃんけん大会など**

**知りたかったこと
楽しく学べる！**

**たべものミニ学習会
活動紹介 / 展示
骨健康測定会
知って納得！
学んで安心！**



**プレゼント
盛りだくさん！**

**先着プレゼント
ハズレなし抽選会
ポコ表彰
組合員紹介特典
事前来場予約特典**

場所：豊中市立文化芸術センター 展示室

日程：2025年12月6日(土)

時間：10:30～14:30(雨天決行)

入場料：無料 12月最初の土曜日は
グリーンコープのお祭りだよ

問い合わせ先 高槻センター

☎072-670-2060



来場予約はこちらから

まだ組合員ではない方が
ご予約のうえご来場いただきますと
プレゼントを差し上げます。
ご紹介いただいた組合員さんへの
プレゼントもご用意しています。
ぜひご予約ください。



申込
締切 **11.28**

グリーンコープはお買い物だけじゃもったいない

組合員さんだけ参加できるイベントも！楽しいイベントが盛りだくさん

グリーンコープおおさかでは、もっとグリーンコープを身近に感じていただくために、毎月イベントを企画しています。このGreen cafeでご紹介しているイベントもその一部です。お家にいながら参加できるリモート学習会やキープ&ショップでの試食会などなど・・・詳しくは、配布チラシ「ええやん」または、ホームページイベント情報でご確認ください。

公式
ホーム
ページ



れんこん料理会 新鮮だからとびきりおいしい♪



レシピを持って記念撮影

生産者さんと直接交流できる貴重な機会！

熊本県から、れんこん生産者のやまびこ会さんがお越しくださいました。れんこんご飯、れんこんと豆腐のガレット、れんこん入り鶏つくねのお吸い物など、皆さんで協力しながら調理し、あっという間に完成！画像や動画を交えながら、れんこん栽培の様子、れんこんの栄養、保存方法、節の活用方法などを教えていただき、生産のご苦労やれんこんの魅力がよくわかりました。参加者からは「夏も冬も過酷な作業と知って感謝でいっぱい、有難くいただきます」と感想がありました。

上手な保存方法とおすすめレシピをお聞きしました

れんこんは乾燥を嫌うので洗わずに土付きで出荷されているそう。届いたら濡らしたキッチンペーパーで包んで、れんこんが入っていた袋に戻し、野菜室で保存してください。すぐに使わない時はすりおろして冷凍がおすすめ！



★おすすめレシピはかき揚げ

サイコロ状に切ったれんこんと余り野菜をかき揚げに。れんこんを入れるとまとまりが良いそうです。サラダかまぼこ、ちくわ、ウインナーなどを入れるのも合いますよ、とのこと。



からしれんこん作り体験

れんこんと豆腐のガレット

【材料】4人分

れんこん...200g

もめん豆腐...200g

A ツナ缶(オイル調理)...1缶

薄力粉...大さじ3

溶き卵...1個

いりごま(黒)...大さじ2

オリーブオイル...適量

塩・ブラックペッパー...適量

【作り方】

1) 豆腐はキッチンペーパーに包み、水切りする。

れんこんは半分すりおろし、残りをみじん切りにする。

2) ボールに細かく崩した豆腐、れんこん、Aを入れて混ぜる。(ツナ缶は汁ごと加える)

3) 手で7cmの大きさに形を整え、オリーブオイルを熱したフライパンで両面をこんがり焼く。
ブラックペッパーを混ぜた塩をつけて食べる。

れんこん生産者
ナカドモファームさんの
レシピはこちらから
ご覧いただけます



平和学習会

「どうして戦争しちゃいけないの？」 - 気づき・戦争と人権 -
元イスラエル兵ダニーさんのおはなし

世界各地で繰り広げられてきた戦争

これまで世界各地では、様々な戦争が起こった歴史があります。近年もロシア・ウクライナ戦争や、ハマス(イスラム抵抗運動)とイスラエルとの戦闘が繰り広げられています。そのような状況から、「戦争は昔からあったし、今もあるし、今後も起きるだろう」「戦争は人間の本能」という意見もあります。



戦争を止めるのは不可能ではない

しかし、どの戦争も必ず終わり、どの時代でも戦争と直接関わらなかった人たち、戦争のない地域の方が圧倒的に多かった、という歴史的な事実から、「戦争を止めるのは不可能ではない」とダニーさんは考えています。「武器は抑止力、場合によって戦争は仕方ない、という考えは想像力が足りない」とダニーさんは話します。学校にナイフを持ってくる生徒が先生に「使うつもりはない、抑止力のためです」と言ったら？その理屈は正しいのか？という例えがわかりやすく、心に響きました。戦争をやめるには、「武器による平和」という考えから脱却することが必要なのです。

ダニーさんにとって人権とは「幸せに生きる権利」人権より大切なものはありません

ダニーさんの著書によると、ダニーさんは2008年のイスラエル軍によるパレスチナ人の大殺戮、2011年の福島第一原発事故を経験した後、戦争や原発問題などの共通点は、人権尊重のレベルが低いこと、戦争と原発は少数の人の利益のために多数の人が犠牲にされる点でよく似ている、と気づいたそうです。ダニーさんにとって人権とは、幸せに生きる権利。人権を守れば戦争はできません。ダニーさんは最後に「戦後80年、戦争体験者は年々減っていく中で、次世代に戦争の悲惨さを伝える、次の戦争を避ける責任が大人の私たちにある」と締めくくりました。

