

おいしいコ-ジ。  
いのちのコ-ジ。  
グリーンコ-ジ。



# げんきくんニユース

11/9号



100円基金助成企画 福祉講演会 10月2日(金)メートプラザ(佐賀市)

## お片づけレッスン ~いつもリバウンドしてしまうあなたへ~



おいしさと、いのちと。  
**Green story**  
ホームページで  
全編ご覧いただけます。

ぜひご覧ください

グリーンコープ 検索

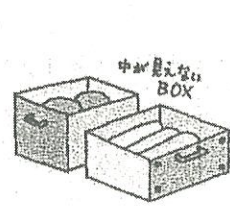


講師はお片づけアーティスト  
ライフオーガナイザー三浦峰子さん

70名以上の応募があり、当日は60名を超える参加者で大盛況でした。自分の利き脳タイプが何なのか、簡易テストを行い、あるある！そうそう！だよね〜、旦那や子どもたちはどうだろう？と盛り上がりました。



## 「利き脳タイプ別」片付け術

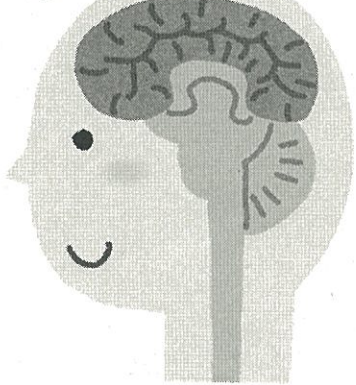


自分の行動パターンもわかり、それぞれ自分が何に執着しているのか？自分の大切な物、事が何なのか、自分がどういう性格なのかもわかり、それに対する対処法がわかり、とても良かったと思います。参加された皆様も充実した講座になったようです。

ありがとうございました。

福祉委員 迫間美佳

## 「利き脳片付け術」



①「インプット脳タイプ」を調べる  
自然に指を組み、左右どちらの親指が下にあるかをチェック！  
左親指が下なら「左脳」、右親指が下なら「右脳」タイプ。

あなたのタイプは何？



右右？

右左？

②「アウトプット脳タイプ」を調べる  
自然に腕を組み、左右どちらの腕が下にあるかをチェック！  
左腕が下なら「左脳」、右腕が下なら「右脳」タイプ。



左右？

左左？

# 2015 秋の組合員交流会 報告

実施期間：9月14日(月)～10月31日(土)

グリーンコープの取り組みを伝える場として、そして組合員同士の交流の場として毎年開催している企画です。

佐賀県内13箇所で開催しました！

知って安心・食べて安全!!  
もっと知ろう! グリーンコープの  
おいしい理由、安全な理由  
～鹿島地区グリーンパーティー  
H.27.10.1(木)～

●グリーンコープ  
産直たまごの生産者●  
嘉穂の里農場  
島中五恵子さんを  
迎えて囉囉

爆弾低気圧の影響で大嵐の中、塩田町楠風館にてパーティーはスタートしました。鹿島地区委員は普段から脱線が得意なメンバーばかりです。事ある毎にタイムスケジュール通りに会が進行するかドキドキですが、しかもこの日は楽しみにしていた「たまごのお話」どんなお話が聞けるだろう!? 質問したい事も沢山、ワクワクしながら聞いているうちに、静かに、静かに感動していく自分に気付きました。いつも食べている「安心、安全なたまご」は親鶏の飼育環境に徹底的にこだわり、細心の注意を払って運ばれます。今の時代、安心安全を手に入れる為にどれだけの努力が成されているかを知り、胸を打たれました。また、試食のたまごの美味しさや綺麗な黄身の色に一同歓声があがりまして。講師の島中さんの信念を持って日々過ごされている姿に沢山の活力を頂いた思いです。皆さんもたまごの事をもっともっと知ってみて下さい。実に有意義な一日でした。ありがとうございました。鹿島地区会：酒本京子



長崎蒲鉾(有)の宮田さんをお招きして、GCの練り製品についての理解を深めました。

佐賀東地区 野中 理恵  
練習物 学習会 長崎かまぼこさんに聞いてみよう!

かまぼこは高たんぱく低エネルギー!

市販 ありみを長く保存するためリン酸塩が添加される。

調味料(アミノ酸等)は化学調味料の「グルタミン酸ナトリウム」

GCは無リンありみ

GC リンに頼らば弾力をだす工夫。新鮮な魚のありみを使用。調味料は魚から抽出した天然の「魚エキス」。あけ油は「GC 一番搾りなたね油 菜の花物語」

メーカーさんのご厚意で、たくさんのGCの練り製品を味わってあげた上で、自由にとり頂き試食交流できました。

宮田さんオススメ

- じゃこ天にうすくマヨネーズをぬる
- 韓国のりをしき ミックスチーズ、ちりめんじゃこをちらす
- チーズがとろとろして美味しくかたです

リン酸塩

過度に摂取すると腎臓、尿管の障害や血中カルシウムが低下→骨がもろくなる

おそれがある (メーカーさんのお話)

無リンと有リンを食べ比べて食感のちがい、添加物による人体への悪影響が学習できました。

すっかり秋らしく  
なってきた今日この頃...  
10月9日にアバンセにて  
秋の組合員交流会を行いました

- 内容は、アロマ珈琲さんをお招きしての  
学習会 美味しいコーヒーを飲みながら  
コーヒーの歴史や美味しいコーヒーのいれかたを  
教えて頂きました 質問にも答えて頂き  
自宅でもスペシャルなコーヒーが飲めそうですネ
- そして、大盛り上がりだったイタリアンランチバイキング!!
- とても豪華な内容で、皆様に喜んで頂いたのでは  
と思います♪ 頼んだことのない商品の試食ができて  
よかったとの声も頂きました

組合員どうして お話しができることも 交流会の良い所  
ですネ  
私自身も色々な事を学べた1日でした。  
この様に、情報交換もできる機会がたくさんあると  
いいですネ♪

佐賀南地区員 中尾 比呂子

秋の組合員交流会 10/7(水) 働く婦人の家にて

大人のあなたをご招待  
グリーン茶話会  
IN みやき

鞠丸きんまんじゅうの美味しいスイーツとリキッドコーヒー&びん牛乳  
での濃いカフェオレを楽しみ、鞠彩生舎による身近に生活に取り入れる  
アロマスプレー作りやハンドマッサージ。時間が自由に使えたため、い  
ろいろなグリーンコープの話題満載!の交流を、広ーい和室でゆったり  
のんびりと過ごしました。お店の情報に喜び、心待ちにする声も聞かれ  
ましたよ。

副理事長 柳川 晶子

来春♡  
キープショップ  
げんきのみせ  
新オープン定  
みやき町  
で開催  
しました♡

一句：秋がきて～  
食欲とまらず はな(話)がさく

ネグロス物語  
民衆交易バナナ  
メッセージ

みんなが大好きなグリーンコープの民衆交易バナナ  
ネグロスの人々も支援お人にはちよどい想い込  
こめられているのでしょうか...?

「ブルーベリーバナナ」は  
もともと山の中に自生している  
バナナで、もちろん無農薬!  
\*しかもネグロスの  
人々はあまり食べ  
ない品種なので  
ネグロスの食料事情  
は脅かさない  
です。

バナナに  
決定!

バナナは  
まっ黒い  
だった  
...

長い船旅で  
日本に  
届いた  
時には  
バナナは  
まっ黒  
だった  
...

でも簡単じゃなかった!たいへんな事が  
次々おこった

思い  
おこせば  
すいぶん  
大変  
だった

現地民  
グリーンに  
トラックを  
襲われ  
たりも  
した!

バナナが  
病気に  
なったり  
...

ネグロスに  
大きな風が  
きて、  
バナナが  
ダメになっ  
たり

グリーンコープの  
まめ知識っ!

# グリまめ

おえ、してる?

グリーンコープの「身のまわり  
の環境ホルモンくらしのチェッ  
クシート」が新しくなったよ!

欲しい方は、  
今すぐ組合員事務局  
まで!

環境ホルモン 編

生殖系・免疫系・神経系に大  
きな害をもたらす環境ホル  
モン。それをチェックできる  
シートが新しくなりました  
!あなたのおうちは大丈  
夫?さあ、チェックしよう!

1988年 バナナ(ブルーベリーバナナ)の民衆交易が始まる

でも簡単じゃなかった!たいへんな事が  
次々おこった

思い  
おこせば  
すいぶん  
大変  
だった

現地民  
グリーンに  
トラックを  
襲われ  
たりも  
した!

バナナが  
病気に  
なったり  
...

ネグロスに  
大きな風が  
きて、  
バナナが  
ダメになっ  
たり

バナナは  
まっ黒  
だった  
...

長い船旅で  
日本に  
届いた  
時には  
バナナは  
まっ黒  
だった  
...

でも簡単じゃなかった!たいへんな事が  
次々おこった

思い  
おこせば  
すいぶん  
大変  
だった

- 商品に対する疑問やお問い合わせは  
・てるてるコーナー 0120-14-0586
- 配送などのお問い合わせは  
・さがセンター 0952 (32) 2801  
・たけおセンター 0954 (20) 0099  
・からつセンター 0955 (73) 1293
- 組合員活動(行事・学習会など)のお問い合わせは  
・さが組合員事務局 050 (3535) 2860
- 悩むよりもまず電話(子育ての情報・行政の福祉サー  
ビスの情報・福祉生活用品)のお問い合わせは  
・ふくし情報でんわ 0952 (32) 0668
- 介護・介助・家事・託児(日常生活の何らかのサポ  
ートを必要とされる方)のお問い合わせは  
指定訪問介護事業所 指定障害福祉サービス事業所  
社会福祉法人グリーンコープ  
ふくしサービスセンターびすけつと  
佐賀 0952 (33) 4450 鳥栖 0942 (83) 1944  
西部 0954 (68) 0401 唐津 0955 (72) 1377
- 障がい児(学齢期)デイサービスのお問い合わせは  
指定放課後等デイサービス事業所  
社会福祉法人グリーンコープ  
放課後等デイサービス one・ピース 0954 (68) 0402
- げんきくのみせ 各店舗  
鳥栖店 0942 (83) 1902 本庄店 0952 (27) 3177  
唐津店 0955 (80) 7085 武雄店 0954 (20) 0099
- ゆう\*あい 本庄店 0952 (27) 3177
- ファイバースイクル専用送り状(料金600円)  
OCR 申込書 または GCWeb 申込番号 9988

昨年手帳サイズで好評だった簡単レシピ集の第2弾ができました!!! かんたん  
ご希望の方はげんきくのみせ各店舗、または組合員事務局までお問い合わせください。

さかのホームページはこちら  
グリーンコープさが 検索