

9/22 円縁学習会「今日から始めるプランニング」～生涯にかかるお金のあれこれ～

福祉委員会 主催

円縁学習会「今日から始めるプランニング」～生涯にかかるお金のあれこれ～をオンラインにて開催しました。参加者26名と多くの方に参加していただきました。

自分の人生設計(ライフプラン)を立てようという話の中で、参加者が各自でライフイベント表を作成する時間がありました。家族が何年後に何歳になるかその時のイベントの予定(入学・卒業・就職・退職等)が一目瞭然になるので、どこでお金がかかるか見えてきました。

次に人生の3大支出である①教育費②住宅費③老後費、それに加えて4番目に大きな支出である保障(保険等)について話を聞き、お金の貯め時や現在の支出の見直しなども教えていただき、自分のライフプランを立て直すきっかけになりました。私は老後と教育資金の準備期間が重なっているので、いつまでにいくら貯めるかゴールを決めようと思いました。

(福祉委員 竹中由美子)

【参加者の感想】

久しぶりにこの講座を受けました。前回は子どもがまだ小さかったのですが今は高校生。これからの教育費に学資保険など準備していますが、果たして大丈夫なのか不安もあります。そして自分が人生の半ばに来ていることに改めて気づき、とても勉強になりました。

時間を作って将来のライフプランをしっかりと考えていきたい。家族や自分の今後のためにも。

将来どのくらいのお金がかかるのかを具体的に知ることができ、とりあえず貯金なくてはと思いました。

9/29 おみせグリカフェ

鳥栖地区会 主催

9月29日(金)げんきくのみせ みやき店にておみせグリカフェ※を開催しました!

久しぶりの開催で、地区会メンバー同ドキドキワクワクでした。

参加いただいた方からは、カタログの表示について・化粧品・おすすめの商品についてなど、たくさんのお話を聞いたり、これまで活動で学習してきたことをたくさんお伝えすることができました。

一緒に試食をしながら市販品とGC商品の違い、GC商品がどのように安心・安全であるかなどもお話ししました。

また企画したいと考えていますので、ぜひ遊びに来てくださいね♪

(鳥栖地区理事 松岡尚子)

★地区会の見学にきませんか?★

グリーンコープの食べもののこと・食の安全・環境・福祉など、たくさんのお話を聞いたり、誰でもOK!

気になったらぜひ見学に来てくださいね♪

※グリカフェとは、グリーンコープカフェの意味で、お茶を飲みながらグリーンコープについてお話しする場です。

お問合せは
グリーンコープ生協さが
組合員事務局まで♪
TEL:050-3535-2860
(月～金10～16時)



「シャプラニール ステナイ生活キャンペーン」への寄付のお礼と報告

今年も、「ステナイ生活キャンペーン」へのご協力、ありがとうございました。グリーンコープ生協さがからの、はがきや切手などの寄付件数は176件、合計金額は247,779円となったそうです。今後もよろしくお願いします。

認定NPO法人シャプラニール=市民による海外協力の会とは

南アジア・日本で、市民の立場から人々の可能性を広げ、貧困をなくす取り組みを続けている団体です。

援助するのではなく、当事者が自ら根本的な問題を解決することを目指し、「誰も取り残さない」という精神で支援活動を進めています。(ホームページ <https://www.shaplaneer.org> から抜粋)

「ステナイ生活」とは

はがき(書き損じもOK)、切手(使用済みもOK)など、不用品を送ることで寄付になる取り組みです。

はがき10枚(500円相当の寄付)で、バングラデシュの家事使用人として働く少女たちに学びと成長の場を提供する支援センターを1日運営できる費用相当になります。(ホームページ <https://www.shaplaneer.org> から抜粋)

●2024年2月8日(木)シャプラニール報告会開催!是非、ご参加ください。

私たちの不用品がどんな支援に繋がっているのか、直接知ることができる機会です。

お問合せ先

●商品に対する疑問やお問い合わせ

てるてるコーナー 0120(14)0586

●配送などのお問い合わせ

・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

●げんきくのみせ

・鳥栖店 0942(83)1902 ・みやき店 0942(50)8544

・本庄店 0952(27)3177 ・高木瀬店 0952(37)7907

・唐津店 0955(80)7085 ・伊万里店 0955(25)8075

・武雄店 0954(20)0099

●ゆう*あい 本庄店 0952(27)3177

●ファイバーリサイクル専用送り状(料金612円)

OCR申込書またはGCWeb 申込番号 9988

●組合員活動(行事・学習会など)

さが組合員事務局 050(3535)2860

●子育て・行政の福祉サービスの情報・福祉生活用品

ふくし情報でんわ 0952(32)0668

●子育てサロンや託児など、子育て支援

子育てサポートセンターwatage 080(3483)2529

●介護・介助・家事サービス

指定訪問介護事業所 指定障害福祉サービス事業所

ふくしサービスセンターびすけっと

・佐賀 0952(33)4450 ・鳥栖 0942(83)1944

・西部 0954(68)0401 ・唐津 0955(72)1377

●障がい児デイサービス(嬉野市)

指定児童発達支援・放課後等デイサービス事業所

障がい児通所支援事業所one・ピース 0954(68)0402

●障がい者・障がい児 相談支援(鳥栖市)

指定特定相談支援・障害児相談支援事業所

相談支援事業所ばけっと 0942(80)6080

●暮らしの中のお金の問題で困った時は、

生活再生相談室へ。 0952(37)0771

グリーンコープさが 今後の予定

■12/3(日)グリーンコープフェスタ2023:佐賀駅前交流広場(南口)←別チラシ11/27週配布

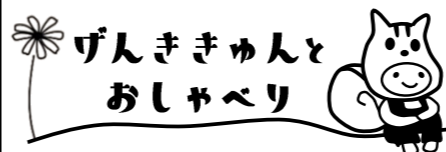
■12/3(日)しめ縄作りワークショップ:グリーンコープフェスタ内にて

■12/7(木)円縁学習会「子育て世代からはじめる自分らしいエンディングを考える」:東与賀文化ホール

■12/22(金)総代懇談会:オンライン

■2024/2/1(木)臨時総代会:ゆめぶらっと小城

学習会に参加をご希望の方は、後日配布のチラシから、または、こちらからお問合せフォームにて、お申込みください。



げんききゅんとおしゃべり

先月に引き続き、みなさんのGC推し商品を教えてください!商品名と、お気に入りポイントや利用のエピソードなど、存分に推しを愛ってください!

応募者の中から抽選で、GC商品プレゼント!応募は、こちらから

Facebookははじめました!(内容は、Instagramと同じです。)

Instagramをされていないお友達に、ご紹介よろしくお願いします。



←グリーンコープさがSNS

げんきくんニュース カラー版→

げんきくんニュース お問合せフォーム

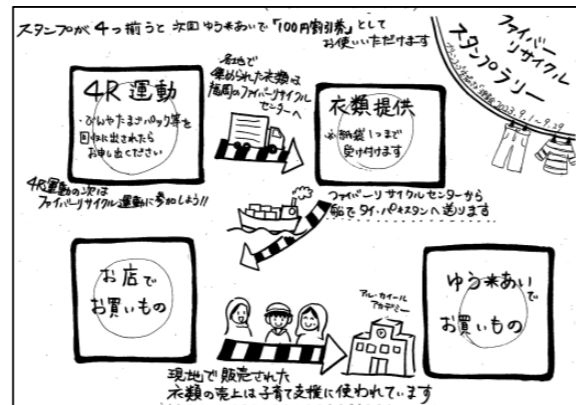
お問合せ、各種お申込み・応募、感想、ご意見、なんでもお寄せください!



9月 ファイバーリサイクルスタンプラリー

理事会 主催

ファイバーリサイクル運動を多くの人に知ってもらい、参加してもらうために「スタンプラリー」を実施しました。衣類の持ち込みをしたことがあっても、ゆう＊あいの商品を購入したことがある方が少ない印象があり、ぜひ一度商品を手に取っていただきたい!という思いも込めました。ファイバーリサイクル運動の流れが伝わるようなデザインを心掛け、ゆう＊あいとげんきくんのみせの商品を両方購入していただくように工夫をしました。初日にスタンプラリーの台紙を持って来店された方がいらっしゃったそうです。今後も楽しみながらファイバーリサイクル運動に参加していただけるようなアイデアを出していきますので、まだゆう＊あい商品を手にとったことがない方も次回の参加をお待ちしています。



9/25 お店でファイバーリサイクル市

伊万里・有田地区会 主催

げんきくのみせ伊万里店感謝祭の1日目に、同時にファイバーリサイクル市を開催しました。感謝祭と同時開催だったのもあり、手に取ってみる方が以前より増えてよかったです。これからももっと触れていただける機会を増やせたらいいな—と思いました。



9月はファイバーリサイクル月間でした

9/28 ファイバーリサイクル学習会

佐賀北部地区会 主催

オンラインの開催でした。スライドを使用して、パキスタンの現地の近況、現在のタイに衣類が送られるようにいった経緯など、今のファイバーリサイクルについてとても詳しく知ることができました。

ファイバーリサイクルに衣類を出すことが支援に繋がっていると思われる方が多いですが、国内での衣類の売り上げも、多くの支援になっているという事に驚きました。意外にも知られているようで知られていなかったのが、中古のブラジャーやガードルが受け取りが可能という点でした。

【参加者の感想】パキスタンのお話が聞いて良かったです。ブラジャーは使用済みでも回収可能と知らなかったのが、周りの方にもお知らせしたいと思います。ありがとうございました。



9/23 お寺手作り市出店

理事会 主催

佐賀市鍋島町蛸久の光福寺で開催された「手作り市」に、ファイバーリサイクルの衣類販売で出店しました。ゆう＊あいショップ(げんきくのみせ本庄店内)での商品選別から搬送、販売まで全てを組合員で担いました。自分が選んで持ってきた衣類や靴が売れるとまた嬉しさも増えますね。

お寺での開催だったので、お墓参りに来られた檀家さんをはじめ、出店者、GC関係者が商品の購入に協力してくださり、売り上げは17570円になりました。

こういった地域のイベントでのゆう＊あいの出店を、組合員が担う機会をもっと増やしていけるのではと感じました。



産直野菜を使ったおすすりめレシピ



産直さつまいも

色んな品種がカタログに載っています!



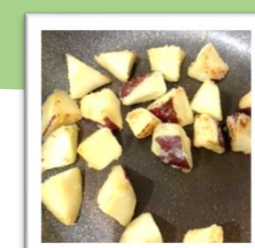
材料 2人分

- ❖ さつまいも…1~2本(300g)
- ❖ バター…15g
(ホワイトソフトマーガリンでも代用できます。)
- ❖ 砂糖…大さじ2
- ❖ 塩…ひとつまみ
- ❖ お好みで黒ごま…適量



作り方

- ① さつまいもを一口大に切る。
- ② さつまいもが柔らかくなるまで、レンジで加熱する。
- ③ フライパンを火にかけ、バターを溶かし、②のさつまいもを焼く(焼き色をつける)
- ④ 焼き色がついたら、フライパンの中できびさとうと塩を絡める。



おすすめコメント

さつまいも好きの娘が「激うま!!」と唸ったレシピです。優しい甘さでパクパク食べちゃいます。簡単おやつとしても、お弁当の箸休めとしても。もう少し甘い方が好きな方はお砂糖にはちみつをプラスして絡めると美味しくできます。(おすすめ委員会 K)

保存方法

温かい地域の作物ですので、冷蔵庫に入れると低温障害を起こし傷みます。キッチンペーパー等で包んで冷暗所で保管しましょう。

野菜ソムリエ HASEGAWA の旬予報!

はじめまして



さつまいもの美味しい食べ方は…

ゆっくり加熱するとでんぷんを糖に変える酵素が活性化するため、でんぷんの糖化が進み甘みが増します。パーペキューなどで、ぬれた新聞紙にサツマイモを包み、その上からアルミホイルを包んで焚き火や炭火の中に30分~40分ほど(小ぶりな芋が良い。大きさによって時間は前後します)放り込んでおく。じっくりと火が入り、甘みが増して、美味しい焼き芋が簡単にできます。

焼き芋!

今、旬の野菜は?

かぼちゃ

国内で生産されているカボチャは8月~11月に収穫され、北海道が大きなシェアを占めています。その他の時期はメキシコ、ニュージーランド産が多く、輸入に頼っています。

鮮度の見分け方 完熟して、大きさの割に重量があり、へたの部分が固いもののが良いです。へたに縦に亀裂があるものは果肉がしまっています。

栄養 ビタミンE、カロテン、炭水化物を多く含みます。カロテンはオリーブオイルやバターなど油脂とともに調理すると吸収が高まるので、グラタンなどに入れると栄養も摂れておすすめです!

わたしのカーボンニュートラル

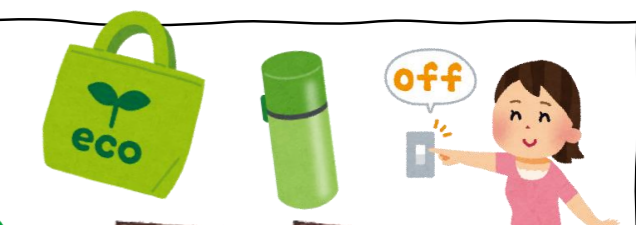
ズボラな私は、簡単なことを継続するように心がけています。

- ◆ エコバックを持ち歩く。
- ◆ マイボトルを使用する。
- ◆ 合成洗剤を控え、せっけんを利用する。
- ◆ リユース・リサイクルできるものは回収に出す。
- ◆ 電気をこまめに消す。

など、当たり前のことかもしれませんが、何もしないよりは…と思って、自分の負担に感じない程度で取り組んでいます。

憧れは、生ごみコンポストを使って堆肥を作り、花や野菜を育てることです。近場のお出かけには自転車を利用することも、環境&運動のために取り組みたいと思っています。

(佐賀南部地区理事 塚本恵子)



【あなたのカーボンニュートラル募集!】

カーボンニュートラルを目指して気を付けていること、実践していること、これからしたいこと…を、こちらのフォームにてお寄せください →

採用された方には、素敵なプレゼントが!

