

いのちとくらしの委員会 GREEN おすすめ委員会

～明日は私に起こるかもしれないあの日の福島の出来事～

脱原発学習会

12月17日(水)、谷山市民会館にて、菅野みずえさんをお招きして学習会を開催しました。



ご自分のことを「風評加害者」と呼ぶ菅野さん。今は兵庫にお住まいです。地震だけの災害であれば地元浪江町に帰ることもできたのに、原発事故の発生により、戻ることができないことに切なさを感じました。漏れた放射能は風に乗って浪江町に、雨は海へと流れたのです。原子力発電所から離れた場所でも危険があることを改めて知りました。鹿児島県にも原発はあります。自分ごととして考えるきっかけになるお話でした。

いのちとくらしの委員会 大田

みんな大好き★おにぎり★
委員さんおすすめのにおにぎりを集めました♪
かんたん＆おいしい♡
おでかけのおともにかがですか *^^*

♡ 小松菜と紀州梅ごましお ♡

- 1 小松菜1袋(200g)を茹で、絞って水気を切り細かく刻む。
- 2 ①にごま油とGC紀州梅ごましおをかけて和える。
- 3 ごはん2合に入れて混ぜ、おにぎりにする。



♡ うめ～昆布ちりめん ♡

ごはんにGCうめ～昆布ちりめん(花えび入り)を混ぜ、おにぎりにする。



♡ にんにくみそと梅肉 ♡

ごはんのにんにくみそを混ぜ、おにぎりにする。上に梅肉を乗せ、のりを巻く。

減農薬・無農薬栽培は、田んぼの生態系を守り、災害に強い地域作りにもつながります。みんなで産直米を食べて、豊かな田んぼを応援しましょう!

予約が安心でお得です!

みんなの商品とお店委員会

とっても便利! 「冷凍弁当・おかず」

GC冷凍弁当の「麻婆茄子丼」、「ガパオライス(ひよこ豆入り)」と冷凍おかずセットの「青椒肉絲」と「回鍋肉」の中華系のお惣菜冷凍弁当の4商品の他にGC「冷凍弁当(おろしハンバーグ)」が登場しました。ご飯は炊き込みご飯になっており、お子さんや、シルバー世代にも食べやすい量になっています。グリーンコープの冷凍弁当は、野菜もたっぷり不要な添加物も使用していないので、安心して健康的に美味しく召し上がれます。冷凍庫でストックしておく、忙しい日のお食事やお弁当にも便利です。電子レンジで加熱するだけでいつでも食べることができるので重宝します。是非、お試しください!

みんなの商品とお店委員会委員長 楳山



元気くんからのおたより 3月号

26年度

サークル員募集



参加費 無料

家計の見直し

老後の資金

お金を貯めたい!!



ここに家計簿クラブ または シニア家計簿クラブ

※活動期間は3年で

※50歳代以降の方対象で活動期間は1年で

教育費

節約術

◆ここに家計簿クラブ説明会◆

開催会場	開催日
<かごしま南支部> 南センター 2階会議室	4/16 (木) 10:00~12:00
<おおすみ支部> 鹿屋市 農業研修センター	4/17 (金) 10:00~12:00
<ほくさつ支部> みどりのお家 せんたい	4/20 (月) 10:00~12:00
<かごしま北支部> グリーンコープ本部 202会議室	4/22 (水) 10:00~12:00
<あいら支部> グリーンコープ 福祉センター霧島	4/23 (木) 10:00~12:00

◆シニア家計簿クラブ説明会◆

開催会場	開催日
<かごしま南支部> 南センター 2階会議室	4/16 (木) 13:00~15:00
<おおすみ支部> 鹿屋市 農業研修センター	4/17 (金) 13:00~15:00
<ほくさつ支部> みどりのお家 せんたい	4/20 (月) 13:00~15:00
<かごしま北支部> グリーンコープ本部 202会議室	4/22 (水) 13:00~15:00
<あいら支部> グリーンコープ 福祉センター霧島	4/23 (木) 13:00~15:00

✓ ファイナンシャルプランナーによる勉強会もあります!(年4回)

✓ 子ども同伴での参加OK!

- ☆初回説明会は該当の会場に集まっていただきます。
- ☆毎月1回、記入した家計簿を持って集まります。
*家計簿を見せ合うことはありません。
- ☆サークルへは運営費(勉強会の費用など)としてグリーンコープから助成があります。
*初心者でも記入しやすいグリーンコープオリジナル家計簿を使います(400円)
*別チラシの申込書にご記入の上、配達便・キープまたはFAXでお届けください!!
- ※「FP円縁」は、くらしの中のお金にまつわる制度や情報をお届けするワークーズです。

相続... 終活...



お問い合わせ 本部組合員事務局 099-218-8356 てるてるコーナー(商品個別窓口) 0120-140-586

グリーンコープかごしま生協 ホームページはこちら



グリーンコープかごしま生協 インスタグラムはこちら



店舗谷山店「みらい」 インスタグラムはこちら



お問合せ:グリーンコープかごしま生協本部(平川)
<平日>10:00~16:00 ☎099-218-8356 Fax099-218-8484