

GREENおすすりめ委員会

おもちゃのカンヅメ 7月1日 谷山市民会館
「りんご・みかん♡学んで・食べて・満腹」を開催しました！

今年ハ3人の生産者が来て下さいました。スライドを見ながら、花ハ1週間の受粉期間で手作業が多い事、カメムシの被害に悩んでいる事、温暖化で病気が発生しやすい事や、摘果の大切さなどを語って下さいました。毎年違った形で苦勞している事も分かりました。



試食交流では5テーブルに分かれて、りんごを使った試食とみかんジュースを味わいながら、質疑応答をしました。おすすりめの保存方法をお尋ねすると、りんごは冷蔵(野菜室)保管、みかんは食べきれない分は皮を剥いて冷凍保存(−10℃以下)がベストとの事でした。

8月末から始まる早期予約の事前予約を呼びかけたところ、ほとんどの参加者が申し込んで下さいました！最後に、生産者さんへのメッセージカードを参加者全員に書いてもらい、後日お届けしました。

GREENおすすりめ委員 鮫島 貴重な減農薬のりんご・みかんです。たくさんご利用ください♪

いのちとくらしの委員会

7月シャボン玉月間の報告



*首長メッセージは、せっけん運動ネットワークのホームページより10月中旬以降にご覧いただける予定です。



～鹿児島県知事からのメッセージ～

「せっけん使おう！7月はシャボン玉月間」に寄せて
鹿児島県知事 塩田康一

鹿児島県は、南北約600キロメートルに及ぶ広大な地域に、国内で初めて国立公園に指定された霧島、世界自然遺産の屋久島や奄美大島・徳之島、ラムサール条約湿地に登録されている間牟田池、屋久島永田浜及び出水ツルの越冬地など、多様で豊かな自然を有しております。

当県では、このすばらしい自然環境を将来の世代に継承していくことは現代に生きる私たちの使命であると考えており、「脱炭素社会の実現と豊かな自然との共生」を施策展開の基本方向の一つに掲げ、自然環境の保全及び適正利用等に向けた取組を積極的に推進してまいります。

皆様の長年にわたる御活動に敬意を表しますとともに、今後ますますの御発展を期待しております。

他、鹿児島市、徳之島町、南さつま市、屋久島町よりメッセージをいただきました。

お問い合わせ

本部組合員事務局：099-218-8356
(平日10時～15時30分)



みんなの商品とお店委員会

【工場視察】おいしさの秘密を発見！
～グリーンコープの安心とこだわりが詰まった製造現場～
6月30日(火)、㈱ナカシン冷食を訪問し、GC「山芋と蓮根の肉団子(黒酢あん)」の製造工程を視察しました。



現場で感動したのは、徹底された安心・安全へのこだわりです。鶏肉の箱には「グリーンコープ用」と明記され、他の原料と厳別管理。調味料もすべてグリーンコープの品が使われていました。驚くべきはお肉と野菜の比率。なんと「3対5」という高割合で野菜がふんだんに入っており、一つ食べるだけでまるで1日分の野菜を一度に摂れているかのような、大満足の具材感です。大きな攪拌機でお肉、調味料、そして蓮根やキャベツ、人参などの野菜を混ぜ合わせます。ここで「もう一度お肉を追加する」ことで、ごろっとした手作りのような食感を引き出していました。仕上げに、艶やかな黒酢のドレッシングをまとった肉団子です。

(みんなの商品とお店委員 村野)

口の中に広がる素材とタレの極上ハーモニーを、ぜひ食卓でお試ください！



417.96 円(税込)

福祉委員会

SNSでは教えてくれない
正しい片づけのすすめかた

開催：6月30日(火)
場所：カクイックス交流センター

人気講師のサキさんをお迎えしての片づけ講座では、片づけとは？から始まり、サキさんが実際に片づけられたBEFORE→AFTERを見せていただきながらとても分かりやすくお話していただきました。

物の数を把握することの大切さや数を知ること無駄な買い物が減り、家計にゆとりが生まれること、物の場所を元に戻すための仕組み作りが重要であり、いちばん難しく時間がかかることだとお話してくださいました。

「時間を置いただけ大変になる！まずは台所の棚ひとつからでもいいから家に帰って早速始めてほしい」とサキさんからの言葉もいただき、我が家も早速棚の整理をしました(笑)

これから少しずつ収納を見直し、家族みんなが安らげる家になるよう片づけを頑張ろうと思いました。

福祉委員 角倉

グリーンコープかごしま生活協同組合機関紙 2026年9月14日発行

元気くんからのおたより 9月号

「耶馬溪ファーム」が誕生！
日程：7月1日(水)
会場：大分県中津市耶馬溪ファーム

900頭の牧場「耶馬溪ファーム」の開場式に参加しました。

2021年春、産直びん牛乳がもう手に入らなくなるという事態を受けて、グリーンコープは下郷農協と下郷農協の酪農生産者との話し合いをはじめました。耶馬溪ファームの建設に合意したのが2021年7月の中旬です。

それから足掛け5年。さまざまな困難を乗り越えて、やっとこの日を迎えました。開場式の会場は、まだ牛が入っていない広い牛舎の中です。

組合員、グリーンコープ関係者、酪農家、建設会社関係者が見守る中、神事や挨拶、テープカットが滞りなく執り行われました。

私もこれまでの検討を思い出しながら、熱い想いがこみ上げてきました。

いよいよ耶馬溪ファームの生乳でつくったびん牛乳が誕生するかと思うととても楽しみです！また、私たちの産直びん牛乳事業を

きっかけとして、この耶馬溪の地が多くの方に愛され、さらに豊かに育まれることを心から願っています。

理事長 横山 利恵

開場式の様子

2026年7月1日、耶馬溪の雄大な自然に囲まれた地に、未来の酪農を切り拓く約900頭規模の酪農場「耶馬溪ファーム」が誕生しました。

搾乳牛初導入

耶馬溪ファームは、牛の健康と快適な飼養環境を第一に考え、環境への負荷をできる限り抑えた共生・循環型酪農を実践する新しい酪農場です。牛ふんを堆肥として活用し、その堆肥で育てた飼料を牛に与える循環型の仕組みをはじめ、持続可能な酪農を実現するためのさまざまな取り組みが行われています。

TMRセンターの餌を初給餌

現在、青果・米生産者の協力で、粗飼料となるWCS稲(飼料用稲)・サイレージコーン、イタリアンライグラスが九州各地で栽培されています。また、配合飼料や乾牧草など、当面は輸入に頼らざるを得ない原料の一部は、遺伝子組み換えのものが混入しないよう適切に分別生産流通管理された飼料を調達します。グリーンコープの取引メーカーからは、発酵飼料の原料としてウイスキー粕や米(破碎米など)、そうめんの端材などを提供いただきます。グリーンコープは、輸入飼料からの脱却を目指した取り組みを進めていきます。

産直びん牛乳の詳細はこちら



グリーンコープかごしま生協の本部と併設するキープ&ショップが
このたび、松元(石谷町)に移転します！(2027年1月完成予定)



あなたのアイデアがお店の名前になるかも！

新キープ&ショップ

名称募集

キープ&ショップの名称を公募にて決定します!!

※外観はイメージです

石谷町にグリーンコープの新しいキープ&ショップが
来春オープンします。組合員に長く愛され、親しみ
やすいお店の名称を募集します。
たくさんの応募、お待ちしております!!

名称の基準

- 親しみやすく、覚えやすいもの
- グリーンコープの魅力や、キープ&ショップの
コンセプトがイメージできるもの

賞品

- 名称採用者
■新キープ&ショップで使える商品券 3,000円分
■オープンセレモニーへのご招待
(※同じ名前の応募があった場合は、抽選になります)
○さらに！うれしいWチャンス！
■応募者全員に、お楽しみプレゼント

- ・応募する名称及びその由来に関して、万が一著作権等に係る問題が発生した場合、全て応募者の責任となります。
- ・応募者一人につき1点限りとしします。
- ・応募された名称及びその由来について、グリーンコープかごしま生協が加筆・修正を行った上で採用とする場合があります。
- ・採用された名称及びその由来について、著作権(著作権法第27条及び第28条に規定する権利含む。)使用权、その他一切の権利は、グリーンコープかごしま生協に帰属します。
- ・応募者の個人情報は、本事業に関する業務にのみ使用します。ただし、受賞者については採用された名称及びその理由と共に名前等を機関紙及びホームページ・SNSにて公表させていただきます。

応募締切10月2日(金)必着

応募用紙

・名称とふりがな
(例)「キープ&ショップ〇〇〇〇」

・名称の由来・理由

・エリア(始良・南・北薩・大隅・北・店舗)

・氏名

・組合員番号

・コース

・班名

応募者一人につき1点とします

応募締切
10月2日(金)
必着

記載事項

*採用された名称及びその理由と共に名前等を機関紙及びホームページ・SNSにて公表させていただきます。

⇒支部組合員事務局行き

報告

からだもよろこぶハーブランチ会



台風に負けず代替開催!

開催日: 6月3日(水)

会場: 鴨池公民館

講師: 久保みわこさん

台風接近のため一度は中止を余儀なくされましたが、「準備したたくさんの材料を届けたい」との思いから、翌日に会場を鴨池公民館へと変更して代替開催いたしました。急な日程変更にもかかわらず、当日は運営を含め25名が参加し、会場は終始賑やかな笑顔に包まれました。
学習会では、ハーブの心地よい香りに包まれながら、グリーンコープの食材を使った美味しい料理を満喫。「長年利用しているが知らない商品があり、新たな発見があった」との声もあり、参加された未組合員の皆様にとっても、グリーンコープの魅力を知る絶好の機会となりました。



また、後片付けの時間には地域委員からせっけんの良さや正しい洗い方を丁寧にお伝えしました。誘い合わせて来られた方が「せっけんでこんなに綺麗になるんだ!」と驚かれる場面もあり、次回の「せっけん学習会」への参加を希望する嬉しい声も。参加者の皆様に大満足していただける、実り多き大盛況の催しとなりました。

かごしま南支部委員会

生活アートクラブ

ぬか床の基本のき

ぬか漬けを使った簡単でおいしい
レシピをご紹介します!

鶏もものぬか漬け焼き 4人分

材料
・鶏もも肉 1枚(250g)
・雪室ぬか 50g

作り方
① 鶏肉にフォークで両面に穴を開ける。ぬかを塗り漬け、密閉袋に入れて冷蔵庫に2〜3日おく。
② フライパンに油をしき弱火にかけ、鶏肉に付いたぬかを軽く落とし、皮目を下にしてアルミホイルをのせ、弱火で10分ほど焼く。
③ 鶏肉を裏返して弱火で5分焼き、火を止め、そのまま5〜10分ねかせ。



炒りぬかのふりかけ 4人分

材料
・雪室ぬか 大さじ2
・ごま油 小さじ1
・花えび 大さじ2

作り方
フライパンにごま油をしいて雪室ぬかを焦げないように弱火で炒め、水分が飛んでぽろぽろになったら花えびを加える。ご飯にふりかけたり、おにぎりにまぶしたりする。お好みでごまを加えてもおいしい。



サラダシーズニング 4人分

材料
・雪室ぬか 大さじ2
・オリーブオイル 小さじ1

作り方
フライパンにオリーブオイルをしいて雪室ぬかを焦げないように弱火で炒め、水分が飛んでぽろぽろになったら、お好みのサラダにふりかけ、野菜を200gに対してオリーブオイル大さじ1、酢小さじ1〜2を加え、全体を和える。



にんじんスティックとゆで卵の腸活ディップソース添え 4人分

材料
・雪室ぬか 大さじ4
・オリーブオイル 大さじ2
・ゆで卵
・にんじんスティック

作り方
雪室ぬかをオリーブオイルと合わせてディップソースを作り、ゆで卵とにんじんスティックに添える。



ぬか漬けは
体にやさしい
発酵食品!

毎日の食卓に取り入れて、腸内環境を整え、健康的な食生活を
楽しみましょう。いろいろなアレンジで、ぬか漬けの魅力をもっと
広げていきましょう!

ハーブを美味しく取り入れた特製メニュー
今回はその一部を紹介します😊

からだもよろこぶハーブランチ会 レシピ大公開!

おうちで楽しむ、ハーブ香るヘルシーメニュー



①ミントの生おからサラダ

＜材料＞
・生おから 120g
・玉ねぎ 70g
・ツナフレーク 1缶
・ミックスベジタブル 50g
・冷凍枝豆 40g
・茹で卵 1個
・マヨネーズ 50g
・シソ 少々
・こぶだし 1/2袋
・塩、胡椒 少々

＜作り方＞
1. ミントは塩をこすり細かく刻んでおく。玉ねぎはみじん切りして塩を振っておく。茹で卵はみじん切り、ミックスベジタブルと冷凍枝豆は湯がいておく。
2. ボリ袋に絞った玉ねぎ、すべて材料を入れ混ぜ、胡椒で味を調える。
3. ミントを飾る。

②小豆もやしのスープ (5人分)

＜材料＞
・小豆もやし 70g
・産直野菜 de まるっと キュウリ 赤 1/2袋
・産直野菜 de まるっと レモンガラス 3本
・産直野菜 de まるっと スープ 赤とレモンガラスを入れる 500cc
・水 少々
・ディル 少々

＜作り方＞
1. レモンガラスは刻んでおく。鍋に水と小豆もやしを入れ火にかける。10分煮て鍋からスープをこし、レモンガラスとディルを入れる。
2. スープカップにつぎ、ディルを飾る。



主催: 松元地域委員会
かごしま南支部委員会



次のランチ会情報はこちら!
#ハーブランチ会 #グリーンコープ #ハーブ料理学習会
#グリーンコープのある暮らし #安心安全な食べ物

報告

『ぬか床の基本のき』



開催日: 6月23日(火)

会場: キープ&ショップ

いずみん

講師: 旬生活アートクラブ

ぬか漬けに関心がある参加者が多く、学習会を通じて雪室ぬかの魅力を知っていただける良い機会となりました。雪室ぬかは「腸活に良い」「お手入れ(混ぜる作業)は週1回でOK」「様々な食材で楽しめる」といった特長があり、利用普及にも繋がっています。

当日は、事前に鶏もも肉を漬けたものを焼いて食べていただきました。

また、雪室ぬかは「ぬか」自体も食べることが出来るので、ドレッシングに使ったり、炒めてふりかけとしても活用できます。炒ったぬかに桜エビを入れたふりかけを作り、試食していただきとても好評でした。

今回は未組合員の方にも3名ご参加いただき、2名が組合員になるなど嬉しい学習会となりました。 ほくさつ支部委員会



会場(キープ&ショップいずみん)では
雪室ぬかの販売も行いました。