

火曜コース	提出日	⇒	配送日
	1/17		1/24

金曜コース	提出日	⇒	配送日
	1/20		1/27

※ご注文の締切りは、★火曜コース⇒木曜日のAM10時まで ★金曜コース⇒月曜日のAM10時まで  
 ※土曜日と日曜日は休業日となります。

## 2023年もよろしくお願ひ致します

謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中はひとかたならぬご愛顧を賜り、心からお礼申し上げます。

さて、私たちの愛する「生活協同組合 熊本いのちと土を考える会」は、本年の8月をもって40周年を迎えます。巷には「会社の寿命30年説」なるものがあり、一般的な「企業のライフサイクルは30年程度である」と言われているのに、です。素人が、気の遠くなるような議論を重ねながら経営しているこんな小さな生協組合がなぜ、と問いたくなります。

この答えは、今問うた問いの中にこそある気がします。

まず、素人であること。世には専門家と呼ばれる人がたくさんおり、難解な専門用語を駆使して、素人を遠ざけてしまいます。しかし、生活においても、経営においても、誰かに判断を委ねることはとても危険です。自分自身や家族や仲間を大切にできる判断を自分たちで行えること、それこそが大事なのです。分からないから任せるのではなく、分かるまで考えることが大事であって、専門家と呼ばれる人たちには判断材料をもらったり、説明してもらっただけで十分なのです。

次に、気の遠くなるような議論を重ねながら経営していること。人によって問題の捉え方や解決の仕方は様々です。しかも、私たちは経営の素人であるがゆえに、議論が素朴な疑問から出発しがちです。ですから、議論にはとてつもない時間が費やされます。しかし、そこでは自分とは違う視点や考え方への出会い、難問を一緒に解決していく喜びなど、なにものにも代えがたい経験をたくさん得ることができます。そうした経験の蓄積が、あらゆる問題に対する「考える会らしい答え」へと導いてくれているのでしょう。

そして、小さい生協組合であること。生協では、属している者に一切の差別はありません。能力や購買力、出資金の多寡などによる差別はなく、皆が平等に対等に扱われます。このことは、今日、私たちが生きている資本主義社会において奇跡のような事実です。しかも、小さいがゆえにその気になれば仲間である組合員の顔や名前を覚えることは可能です。もっと言えば、その人の家族の顔や名前だって、です。平等であること、そして、顔や名前がわかる間柄であること、それは配慮する力を引き出します。考える会は、お互いを思いやる配慮の力に満ちた組織なのです。

どうでしょうか。「プロではない素人が」「気の遠くなるような議論を重ねながら経営している」「小さい生協組合」であるということ、その要素一つ一つが「いのちと土を考える会」の魅力であり、強さなのです。この魅力、もっともっとみんなに参加してもらって、実感して欲しいです。それでは、本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

理事長・高山健也

## 「あったか麺特集」5~15円引き

### 会オリジナルの麺類



★地粉を使っているのを見た目はちょっと黒いけど、美味しい！と人気のうどんとそうめんです。

3390 ★そうめん

200g 291円(税込) 5円引

3391 ★うどん

200g 291円(税込) 5円引

3392 ★お徳用そうめん

200g×5 1426円(税込) 15円引

3393 ★お徳用うどん

200g×5 1426円(税込) 15円引

### ゆうきスターの「米麺」

3396 ★白米麺

100g 324円(税込) 5円引

3397 ★焙煎玄米麺(太麺)

100g 324円(税込) 5円引

### 創健社らーめん5種 と 皿うどん



3370 醤油らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3373 博多風らーめん

3食 599円(税込) 10円引

3371 塩らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3374 四川風らーめん

3食 648円(税込) 10円引

3372 味噌らーめん

3食 567円(税込) 10円引

3368 長崎皿うどん

2食 356円(税込) 5円引

### 金子製麺の生麺



金子製麺は特別注文書(A4)で  
 ご注文ください(1/31 2/3配送)

### 麺製品 全品5円引き

うどん そば ラーメン  
 中華麺 ちゃんぽん  
 焼きそば などなど

# あけましておめでとうございます！ 2023年 生産者メッセージ

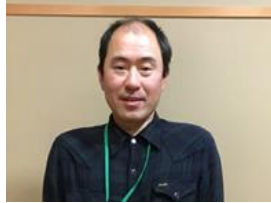
- 今年は生産者の皆さんに質問させていただきました！
- ①主な生産物とおすすめの調理法を教えてください。
  - ②お休みの日の過ごし方(趣味)を教えてください。
  - ③健康の為にしている事があれば教えてください。
  - ④2022年印象に残った出来事は？
  - ⑤組合員の皆様へのメッセージ

顔の見える関係を大切に、  
支え合っていきましょう。  
今年もどうぞよろしくお願いいたします。



## 御船 石脇 祐介 生産物:野菜

- ①今の時期は人参、大根、ネギ  
(大根おろしが少し辛みがありますがいいですね  
ネギは白ネギ(一本ネギ)を作っているので丸焼きが好きです)
- ②敷地内の手入れ(草、木、竹等)、野球、海外ドラマ鑑賞
- ③早寝早起き
- ④会の行事、イベントに参加した事
- ⑤いろいろな会の活動や皆様との関わりから  
刺激、活力をいただいています。  
自分も頑張らねばと思います！  
今年もどうぞよろしくお願いいたします！



## 山都町 佐藤 昭人 生産物:米・野菜

- ①ごぼう(ごぼうと牛肉炒め)、  
人参(煮しめ、炒め物、おでん他)、  
しいたけ(バター焼き、佃煮、酢味噌)
- ②散歩、ドライブ
- ③良く寝る事
- ④いつもになく紅葉がきれいだった！孫の成長！
- ⑤いつもお世話になっております。今後共安全安心な農産物を  
届けたいと思っております。本年もよろしくお願いいたします。  
皆様もお体を大切にしてください。



## 阿蘇 下田 房雄 生産物:米

- ①米を生産しています。冬は野菜が多く鍋の季節ですね。  
我が家では週2回は鍋します。そしてシメは残りつゆにご飯  
を入れてオジヤです。野菜、肉のエキスも残すことなくいた  
だきます。
- ②たまにツーリング、ときどき妻のショッピングの運転手
- ③家庭菜園を充実させて野菜を多く食べています。
- ④ロシアのウクライナ侵攻。世の中が急にキナ臭くなり世界中  
が影響を受けていますね！  
7/16 コロナ陽性でした！
- ⑤今年も米、野菜、畜産物の生産者  
を暖かく応援してください。  
私達も頑張ります。



## 山都町 佐藤 真実 生産物:米

- ①米(とにかく炊きたて！)
- ②バスケット
- ③スポーツ
- ④ウチの猫がようやく膝の上で寝た
- ⑤去年は近年の中では割とお天気に恵まれた年だった様に思  
います。また、今年も良い年でおいしいお米がたくさんでき  
ます様に！今年もよろしくお願いいたします！



## 阿蘇 島川 和也

生産物:米・黒米・豚肉

- ①豚肉、米、黒米
- ②定休日はないが、あいた時間を利用して庭木、花、野菜等を楽しんでいます。
- ②養豚場や田んぼで動き回っている事が健康(体力)の維持に  
つながっていると思います。
- ④ウクライナ問題、孫の就職
- ⑤明けましておめでとうございます。今年も健康に気を付けて、  
農畜産物の産出に頑張りたいと思います。



## 旭志 新川 幸弘 生産物:野菜

- ①今年は色々畑以外の事に忙しく出荷できていませんが、素  
材が良いので特に調理にこだわりなく塩と味噌、醤油、料理  
酒位で適当に煮たり炒めたりするだけです。
- ②自分がその時に楽しいと思える事を大事にしています。  
最近は野草や心理学を学んでいる時間が多いです。
- ③やりたいことをやる、自分の心と体の声に正直に向き合う事。
- ④自分でも思いがけずにセラピストの講  
座を受けて新しい世界観や関係が開  
けたこと。
- ⑤なかなか生産物が出ない生産者です  
が2023年もよろしくお願いいたします！



## 御船 高丸 和彦

生産物:野菜・米・卵・鶏肉

- ①鶏卵、野菜、米
- ②アウトドア(魚釣り、山菜取り)、DIY、食品加工
- ③嫌いであった納豆を1日1食食べている
- ④ロシアのウクライナ侵攻
- ⑤Grow your own food



あなた自身の食べ物を育てよう。人間の肉体は食べ物で出来ている。世界のどこかで戦争が起きるとその影響はエネルギーの問題だけではなく食糧の問題にまで及んでくるのがよくわかりました。食糧も人間にとっては最も大事な無くてはならないエネルギー減だと思えます。農業を大事にしたいです。



## 大津 古庄 廣美

生産物:野菜・米・雑穀

- ①自給自足を基本としていますので、年間通して、この地で栽培できる米、野菜、雑穀を作っています。毎食利用出来るように準備してくれているアマランサス、ゴマ、ハブ茶と季節に出来る野菜を使ったサラダです。妻に感謝です。
- ②ほぼ毎日圃場に行き、作物を観察していますので、作物の様子を見るのも趣味になっているのかも、また山林のヒノキ、スギ林を見回るのも空気がとてもおいしいです。集落の仲間と温泉に行ったり、観光地や先進農家に行ったりもしています。
- ③朝起きて自己流の柔軟体操とラジオ体操です。
- ④ふれあい畑で収穫祭が出来た事です。貸農園の消費者の皆さんや手入れをしてくれた生産者のおかげで綺麗な圃場になりました。
- ⑤生産者、消費者の会員の拡大を進めて、健康な食べ物を食べて、コロナや戦争が一日も早く終息するようにしたいです。



## 山都町 吉田康成

生産物:卵

- ①卵
- ②1日完全に休みはありませんが、たまに遠出をします
- ③4つ足はあまり食べない
- ④猪には犬が効果ありで今の所鶏舎への接近なし
- ⑤元気にお過ごしください



## 合志 高山 健也・陽子

生産物:野菜



- ①野菜いろいろ+雑穀(今の季節は鍋ですネ。ケースがあつという間になくなります。)
- ②読書かDVD鑑賞か子どもとおやつ(ごはん)づくり(基本インドア(いつもアウトドアだから…))
- ③不調を感じたらとにかく寝る(病院には行ってません)
- ④コロナ禍前の様な考える会らしい収穫祭ができたこと。楽しかった!
- ⑤社会もそうですが、自然環境もめまぐるしく変わり、不安ばかりがふくらんでいく日々です。そんな中、希望を少しでも会を通して感じてもらえたら嬉しいです。今年もよろしくお祈りします

## 網田 本田 泰晴・貴恵

生産物:柑橘類・野菜



- ①れんこん、ブロッコリー、はれひめオレンジ、ちょこっとハーブ(調理法はおいしい油と塩です!!炒めるという事です)
- ②土日休みなどの無い農業ですが、夏の数日天草への魚釣りが楽しみです。
- ③とにかくおもしろい事を考えて笑う事、楽しむ事です!
- ④1年があつという間だった事。毎日充実しています。
- ⑤今年組合が40周年を迎える年です。昔は会社だったこの会が消費者と生産者でつくる協同組合を選択して40年。世代が変わっても組合を選ぶ意志は変わらないように、組合員のひとりとして意味合いを理解し活動していきたいと思えます。



## 網田 本田 一幸

生産物:柑橘類・野菜



明けましておめでとうございます。旧年中は本当にお世話になりました。今年はずいでお話したとおり蓮根栽培についての除草と同じ一寸したこつがあるのです。そのこつと同じくみかん栽培、野菜栽培に活かしていこうと思います。豊作に向かってフルスピードで頑張っていくので、その度の買い支えをよろしく御願い致します。そしてご家族の皆様のお多幸を祈念致します。

## 大津 山本 瑞樹・友希

生産物:野菜

- ①色々な野菜!白菜の塩もみボール一杯食べれます。
- ②子ども達と過ごす事
- ③農作業して野菜をもりもり食べる事
- ④イノシシにからいもを一晩で全滅させられた事。
- ⑤農業を始めて今年で10年目になります。まだまだ失敗も多いですが、皆さんに美味しい野菜を沢山届けられるように頑張っていこうと思います。今年も一年よろしくお祈りします。





あったか～麺特集！

- 3397 ★焙煎玄米麺(太麺) 100g 324円 → 5円引
- 3396 ★白米麺 100g 324円 → 5円引
- 3391 ★乾うどん 200g 291円 → 5円引
- 3393 ★徳用乾うどん 200g×5 1426円 → 15円引
- 3390 ★そうめん 200g 291円 → 5円引
- 3392 ★徳用そうめん 200g×5 1426円 → 15円引
- 3370 醤油らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3371 塩らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3372 味噌らーめん 3食 567円 → 10円引
- 3373 博多風らーめん 3食 599円 → 10円引
- 3374 四川風らーめん 3食 648円 → 10円引
- 3368 長崎皿うどん 2食入り 356円 → 5円引
- 3384 さくらの焼きそば 4食 734円 → 10円引

◆特注品「かねこ製麺」より  
麺製品 5円引き！



恵方巻きセール！

2月3日(金)節分です。今年の恵方は「南南東のやや南」

- 1420 板納豆 海想う 80g 296円 → 5円引
- 1421 パック納豆 海想う 40g×2 296円 → 5円引
- 1422 中粒納豆 山笑う 40g×2 314円 → 5円引
- 3255 富士すし酢 360ml 636円 → 10円引
- 3287 生おろしわさびチューブ 40g 411円 → 5円引
- 3277 有精卵マヨネーズ 300g 551円 → 10円引
- 3306 本干したくあん 200g 583円 → 10円引
- 3326 ベニ花オイルのツナ缶 90g 464円 → 5円引

◆特注品「成清海苔店」より

- 5831 焼のり 全型20枚 800円 → 10円引
- 5832 皿垣漁協産焼のり 全型10枚 753円 → 10円引
- 5833 おにぎり用焼のり 2つ切り 749円 → 10円引

◆特注品「パプアニューギニア海産」より



全商品 10円引き！

今週の特注品

..1/31..2/3届け..

☆ライブコットン生活雑貨・ねんど化粧品 2ヶ月に1回  
天然素材の小物などオススメ商品を紹介してあります。  
ねんどの吸着力が肌をしっとり包み込むねんど化粧品のご案内。

☆クックたかくらの冷凍お惣菜 月1回  
国内産の有機無農薬野菜を中心に、調味料も極力国産で安全なものにこだわった手作りの冷凍お惣菜。お弁当に便利！

☆成清海苔店 月1回  
成清海苔店は「秋芽一番摘み」だけを使用した海苔で、創業以来「無添加」「無着色」「化学調味料不使用」のこだわりのお店です。

☆パプアニューギニア海産「船凍天然エビ」 月1回  
天然でしかも薬品を使っていない、パプアニューギニア産のエビです。  
漁獲してすぐに船の上で急速凍結する為、食感や風味が格別です。  
10円引きセールでお届けします。

☆かねこ製麺「餃子の皮・生麺」 月1回  
一切の添加物を使用せず、穀物の持つ素材の味を引き出す多加水熱製法により導き出された風味・コクのある「昔ながらの味わいを守る本格麺をお試しください。5円引きセール！

☆竹嶋さんのりんご箱入り企画 隔週  
りんごの箱入り企画です。りんごの季節は隔週での企画を予定しています。お世話になった方への贈り物にもご利用ください。

☆バナナ予約  
有機JAS認定を取得してあるオーガニックバナナです。  
1ヶ月単位での予約注文となりますので、ご注意ください。

☆たまご予約  
会の卵は飼育環境や飼料を大切に、ご家族が安心して食べられる卵を届けています。予約注文よろしくお願ひします。

余った麺が美味しいおやつに！

「うどんかりんとう」



中途半端にうどんが余った時のお助けレシピです。  
適当な大きさに切ったゆでうどんに小麦粉をまぶし、低温でじっくりと揚げます。  
表面がカリカリするまで揚げて、熱いうちに砂糖や黒糖をたっぷりまぶせばできあがり。

「そば煎餅」

そばがきとは、そば粉をこねて作る団子のこと。  
おつまみのイメージがありますが、実は甘味とも好相性です。そばがきも素材はそばと一緒に、という発想で作った甘味がこちら。作り方はゆでそばをビニール袋に入れて上からこねて丸めるだけ。ゆでずにそのままぜんざいに入れていただきます。



かねこ製麺カレンダーより

商品についてのお知らせ

◆次週(5号)より値上げ

- 3222 純黒糖粉 250g 517円 → 572円
- 3117 ★昭人さんの干し椎茸 70g 662円 → 764円
- 3118 ★昭人さんの干し椎茸(スライス) 70g 593円 → 636円
- 3119 ★昭人さんの干し椎茸(小葉) 50g 432円 → 497円
- 3712 ★昭人さんのごぼう茶 50g 576円 → 662円