

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1066 2021.1.11

注文専用
ダイヤル

フリーダイヤル **0120-408-154**
携帯・IPフォンからは **088-666-3321**
受付時間 ▶ 月10:00~21:00 火~金8:00~21:00 土8:00~10:10

組合員
サービス
センター

フリーダイヤル **0120-408-300**
携帯・IPフォンからは **088-603-0080**
受付時間 ▶ 月~金 8:30~20:00

第 7 回 理事会報告

- 開催日:12月4日(金)10:00~15:00
- 場 所:コープ自然派奈良 会議室

□議決事項

①冬季賞と支給の件 ②電話機リース契約更新の件 ③理事会運営規則および常任理事会運営規則改定の件 ④新センター建設に伴う設計監理契約および開発許可申請費用の件を議決しました。

□討議・報告事項

①第19回通常総代会について ②総代運営について ③ビジョン推進について ④第6次中期計画について ⑤政策討論集会開催について ⑥事業報告

□事業実績

- ・拡大実績(11月)加入254名 脱退81名 (累計)加入1,578名 脱退568名
- ・組合員数(11月末)14,451世帯 (前年比109.5%)
- ・供給高実績(11月)156,770千円(前年比122.7%) (累計)1,326,138千円(前年比131.5%)

ビ ジ ョ ン 推進会議報告

- 開催日:12月11日(金)10:00~12:00
- 場 所:橿原文化会館

□主な議案

①ビジョン推進会議をより良くしていくためにⅢ ②今月の数字「化学物質過敏症13人に1人」 ③事務連絡・相談事項

□トピックス

◆今月の数字「化学物質過敏症13人に1人」。この数字に、思っていたより多いと驚きの声があがりました。コープ自然派リンクス(配送部門)では、学習会やせつけんの割引販売など、家庭での洗濯をせつけんに切り替えてもらうための取り組みを行っています。が、まだまだ配送での香害被害の声は続いています。解決に向け引き続き取り組みを強化していきます。

◆コロナ以降、参加者が減っているビジョン推進会議。より良い会議にしていくために、オンライン併用での開催、試食会、ミニ学習会など、「来たら何か得られる会議」に進化していきます。組合員活動に興味のある方のオブザーバー参加もお待ちしております♪



- 開催日:10月14日(水)
- 場 所:香芝市中央公民館第6研修室
- 主 催:つながる委員会

報告

つながるカフェミミズ医療生協
「コロナに負けない、
免疫力を高める食事のお話」

奈良県医療福祉生協みなし診療所から管理栄養士の正木さんをお招きし、ウイルスにも負けない免疫力を高める食事や生活についてお話をさせていただきました。

免疫とはどんなもの？から始まり、免疫力を高めるには免疫細胞の原料となるものをしっかりと摂取して免疫細胞を元気に働かせることが大切で、免疫細胞を元気に働かせるのに必要な栄養素と、その栄養素をどのような調理方法で何と一緒に摂ればいいのか？免疫力にも大きく影響する腸内環境の整え方などをわかりやすくお話ししていただきました。例えば、ビタミンは油と一緒に調理すると良い、ビタミンは生食がおススメ、亜鉛はアルコールで分解されるので飲みすぎに注意、などなど。その上今の季節にピッタリなお料理レシピも紹介していただきました。

お話の後には当日の参加者が少なかったこともあり、自然派のおやつをいただきながら、ざっくばらんに質疑応答とおしゃべりの時間になりました。血圧や骨密度測定も行い、それぞれ生活についてのワンポイントアドバイスもしていただきました。(奥章子)

レシピの一例！

- ・里芋とさつまいも入り雑穀ご飯
- ・鶏の手羽元とプルーンの煮込み
- ・かぼちゃのヨーグルトポタージュ

事務局NEWS

今週ぜひチェックしてほしい
お知らせをお届けします。

TOPICS

新たに『オンラインプチパ』を始めました。
メニューは【チーズフォンデュ】と【焼肉】です。
プチパスタッフと一緒にzoomでつながってクッキング♪
※zoomが初めての方は、事前に、打ち合わせもさせていただきます。ぜひ、お友だちを誘って、お申し込みお待ちしております。

プチパーティの開催中止について

プチパーティの開催を3月末まで延期することといたしました。
休止期間中スタッフはお伺ししないオンラインプチパを開催いたしております。スマホ一台で繋がれますし、操作もほとんど必要ありません。ご自身で調理いただきますので、プチパメニューを覚えてくださった方も是非ご利用ください。

コープ共済

冬はコロナウイルス、インフルエンザなど感染症拡大も心配な季節です。もしもに備え保障の準備を致しませんか？
見直しやご相談お待ちしております。

私のおすすめ商品

『阿波すだち鶏だんご』
鶏皮入りで柔らかくコクがあり、お鍋の季節、我が家では定番の具材です！
4才、6才の娘が取り合うくらい美味しいです！！
ぜひ一度、お試し下さい！！

共済スタッフ 瀧野亜希子

配送スタッフ紹介

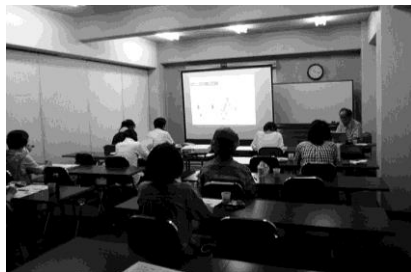
年が明け、少しスケジュールが落ち着いてきましたか？
もう少しの間(願望も込めて)コロナが落ち着くまでの間、非対面での配送となりますが引き続きよろしく願います。



配送主任 木村恭平

報告

道長さんに聞こう！初心者さんのための
「遺伝子組み換え」学習会



- 開催日:9月24日(木)
- 場 所:奈良商工会議所
- 主 催:GM委員会

参加者の感想

- ・ゲノム編集と遺伝子組み換えは同じものだと思っていた。
- ・水耕栽培がなぜダメなのかわかりました。
- ・地方自治体に電話を入れたり、署名活動があれば協力したい
- ・加工食品は買わないようにしようと思った。
- ・食の安全性について聞けてよかった。
- ・うまみ調味料が何かという謎がとけた。
- ・生産者と消費者の有機的な関係を大切にしたいと思った
- 最後は道長さんのお漬物づくりに対する真摯な姿勢や人気商品「つぶ塩がりんどう」の秘密をお聞きして、充実した時間を過ごすことができました。(福岡さつき)

◇自然派の野菜セット

<44号> 注文番号304 1,080円(税込)

ぜんぶ奈良県産！奈良県農民連から鮮度バツグンで届きます。直近のお届けは、えびいも(無)・味まるみ大根(無)・春菊(無)・白かぶら(減)・ほうれんそう(J)・かぼちゃ(無)。
※(J)JAS有機、(省)省農薬、(無)無農薬



◇谷農園の野菜セット

<44号> 注文番号021135
1,080円(税込)

長年根強いファンをもつ、すべて無農薬の野菜セットです。直近のお届けは、人参・春菊・ミニ大根・ほうれん草2束・里芋

イベント情報

ホームページから簡単に
お申込みができます。



●イベントのお申込み方法

<24時間受付> mail : **eventnara@shizenha.co.jp**

- ★件名には必ず「コープ自然派イベント申込」と記入の上、送信ください。
- ★3営業日を過ぎても連絡がない場合はサービスセンターへお問合せ下さい。

<月～金8:30～20:00>

フリーダイヤル: 0120-408-300 (携帯・IPﾌｫﾝ) : 088-603-0080)

- 【お願い①】準備の都合上、イベント申込・託児の**キャンセル**は、前日までに**必ずご連絡**ください。
- 【お願い②】お昼を越えるイベントでお子様に昼食をお持ちの際は「おにぎり」のみとして下さい。
アレルギーのお子さんが、他のお子さんの昼食を欲しがるとあります。ご協力お願いします。
- 【お願い③】参加費はおつりのいらないようにご準備ください。特に高額紙幣はご遠慮ください。
- 【お願い④】企画の場を通して政治・宗教・ネットワークビジネスなどへの勧誘活動はお控えください。

▼お申込み時お伝えください。

- ①イベントID
- ②参加者氏名
- ③組合員コード
- ④参加人数
- ⑤連絡先
- ⑥託児 (名前・年齢・性別)

イベントの受付は**〆切日の17:00まで**です

託児の**〆切**は**イベント〆切の1週間前**です

第6回コープ自然派生産者消費者討論会/講演会

コープ自然派から国産オーガニックを拡げよう～学校給食をオーガニックに変えるために～

今年度のコープ自然派生産者消費者討論会は、国産オーガニックを拡げる大切なポイントとなる「学校給食」をテーマに開催します。講演では、全国に先立ち学校給食米100%有機化を実現した千葉県いすみ市の取り組みや、オーガニック給食が広がるフランス、イタリア、アメリカ、韓国など世界の事例を学びます。生産者と組合員が連携してそれぞれの地域で有機農家を増やし、学校給食にも、私たちの食卓にも、国産オーガニックを拡げていきましょう。

■日 時: **1月21日(木) 10:00～12:00** ■会 場: **オンライン開催 (zoomウェビナー)**

■講 師: **鮫田晋さん** (千葉県いすみ市農林課生産戦略班主査)

南笠幸信さん (一社ジャパン・オーガニック・コンソーシアム代表理事)

- 参加費: 無料 ※メールでお申し込みください。 ■定 員 : 500名 ■イベントID : **16202063**
- 申込みメ切: 1/18(月) ※定員に達し次第、受付終了 ■主催: コープ自然派生産者消費者討論会実行委員会



メールで申込み

有機栽培講座 小祝政明さん講演会

農産物の美味しさは、その植物の生命力の強さに由来します。まだまだ予測を許さないコロナ禍の中で多くの方が命をささえる産業＝農業の大切さに気づき始めています。地域の農地を生かして有機農業を推進し、その農産物を学校給食や地域で消費できるような地産地消の循環型まちづくりをめざしたいと思います。高品質・多収穫の農産物を有機栽培で作るには、経験とカン、努力だけではなくなかなかうまくいきません。科学的な栽培理論に基づいた土作り・栽培技術の実際とそのメカニズムの解説を行います。

■日 時: **1月27日(水) 13:00～16:00**

■会 場: **榎原ミグランス 4F コンベンションルーム** ※オンライン参加も可

■講 師: **小祝政明さん** 一般社団法人日本有機農業普及協会 (JOFA) 代表理事

- 参加費: 無料 ■定 員 : 100名 ※オンライン参加ご希望の方はメールでお申し込みください。
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■イベントID : **16201728** ■申込みメ切: 1/20(水) ※定員に達し次第、受付終了
- 共催: 奈良県有機農業推進協議会、コープ自然派奈良、農民連奈良産直センター



メールで申込み

WEB にんじんキャラバン@オンラインツアー2021

今年もニンジンの旬の時期がやってきました。甘くて栄養価も高い自然派の若手生産者が心をこめて作っています。熊本県山都町とオンラインでつながって交流します。元気いっぱい生産者と畑とにんじんとつながりましょう。ニンジンを中心に事前にお届けしますので、食べながらの交流もします。(ぜひおすすめ食べ方) なかなか行くことのできない山都町の畑へ一緒にしましょう～!

※交流メインの学習会になりますので、顔出しでご参加ください。※開催日までに配送便でにんじんをお届けいたしますので、当日参加できない場合でも申し込みされた時点で参加費を頂戴いたします。申込締切後のキャンセルはお受けできません。ご了承ください。

■日 時: **1月29日(金) 10:00～12:00**

■会 場: **オンライン開催 (ZOOM)**

- 参加費: (組合員) 大人100円 ※一般参加不可 ※メールでお申し込みください。 ■定 員 : 23名 ■主催: 商品委員会
- 申込み開始日: 12/28(月) 0:00より ■イベントID : **16202061** ■申込みメ切: 1/14(木) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

大和野菜「味間いも」を収穫しよう♪

里芋ってどんなふうにできるか知っていますか? 大きな親芋のまわりに小芋がたくさんくっついてるんです。奈良の在来種「味間いも」は、白くてきめが細かくて、ねっとりとしたとっても美味しい里芋です。泥んこの中からシャベルで「よいしょっ!」と掘り出しましょう。親芋も食べられます。自分で掘ったお芋の味は格別です! ※大人は里芋一袋のお土産つき

■日 時: **2月6日(土) 10:00～12:00**

■会 場: **南檜垣営農組合の畑** ※集合場所はお申込みいただいた方にお知らせします。

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども100円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■定 員 : 20家族 ■イベントID : **16202059**
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■申込みメ切: 1/29(金) ※応募者多数の場合抽選。外れた方のみ連絡します。
- 持ち物: ゴム手袋または軍手、タオル、お茶、シャベル、持ち帰り用の袋 / 服装: 汚れてもよい服、長靴
- 主催: 産直委員会



メールで申込み

New

COOL CHOICEセミナー「未来の天気予報」って、これ本当?

気象庁が「命の危険」と警報するほどの異常気象ですが、2100年、未来の天気予報(気象キャスターネットワーク作)は、もっと厳しいのです。どのような暮らしになるかを想像して、賢い暮らし方の準備を考えましょう。

■日 時: **2月2日(火) 10:00～12:00**

■会 場: **コープ自然派奈良会議室**

■講 師: **奈良環境知足庵 吉田誠宏さん**

- 参加費: 無料 ■定 員 : 12名
- 託児: あり(500円/1人)。1才未満の同伴: 可 ■イベントID : **16202089**
- 持ち物: 筆記用具、飲み物 ■申込みメ切: 1/29(金) ※応募者多数の場合抽選。外れた方のみ連絡します。連絡がない場合は参加できます。 ■主催: みらい委員会



メールで申込み

New

WEB自然派シネマなら2月上映会 抱く{HUG}

原発事故に苦しめられる人々の苦しみと恐怖を、感情や日々の暮らしを通じて巧みに繊細に描き、緊張感溢れる優れた編集で魅せる、胸をしめつける物語。「核のゲーム」がたやすく奪う我々の暮らしと、「低コスト」エネルギーの真の代償を監督自身と我が子を危険にさらしながらも、勇気ある決断と信念で冷静に記録した映画。

■日 時: **2月22日(月) 10:00～12:00**

■会 場: **オンライン開催 (ZOOM)**

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども無料 (一 般) 大人500円 子ども無料 ■イベントID : **16202087**
- 定 員 : 20名 ※メールでお申し込みください。 ■主催: 理事会シネモプロジェクトチーム
- 申込みメ切: 2/12(金) ※応募者多数の場合抽選。締め切り後、参加できない人にだけ連絡します。連絡がない場合は参加できます。有料の上映会です。一般参加の方は振込が完了してから参加承認となります。ご注意ください。



←予告編は
こちらから



メールで申込み



New

WEB自然派シネマなら3月上映会 ナディアの誓い

3月8日が国際女性デーであることはご存知でしょうか? 2018年ノーベル平和賞 国連親善大使 ナディア・ムラドの決意と行動。イラク北部でISISによる虐殺と性奴隷から逃れ、人々の希望となった23歳のナディアに密着した感涙のドキュメンタリー。

「ナディアは彼らの声の代弁者 彼女が彼らの未来です 彼らの唯一の希望です」
(アマール・クルーニー (人権弁護士))

■日 時: **3月15日(月) 10:00～12:00**

■会 場: **オンライン開催 (ZOOM)**

- 参加費: (組合員) 大人300円 子ども無料 (一 般) 大人500円 子ども無料 ■イベントID : **16202088**
- 定 員 : 20名 ※メールでお申し込みください。 ■主催: 理事会シネモプロジェクトチーム
- 申込みメ切: 3/5(金) ※応募者多数の場合抽選。締め切り後、参加できない人にだけ連絡します。連絡がない場合は参加できます。有料の上映会です。一般参加の方は振込が完了してから参加承認となります。ご注意ください。



←予告編は
こちらから



メールで申込み



報告

みんなで刈ろう! 大和ひみこ米
～親子で稲刈り&野菜の収穫体験～

雨のため、予定を一日延ばしての開催となりました。急な変更にも関わらず、親子40名近くが集まってくれました。今年は異常気象のせい、全国的にウンカ(稲につく小さい虫)が大発生し、県内でも被害を受けた田んぼが多くありましたが、大和ひみこ米の田んぼは稲が太くて丈夫なおかげで、少々の被害で済んだそうです。

稲刈り作業はノコギリ鎌を使って南檜垣営農組合のスタッフさんに教わりながら、昔ながらの手作業で行いました。前日の雨で足元がべたつく中、みんな一生懸命刈って、束ねて、収穫の大変さと喜びを実感できました。続いての野菜の収穫体験は落花生と枝豆です。落花生って、細い茎のようなものが地面の中に伸びて、その先に実がつくんです。なので、ジャガイモのように土を掘って収穫します。小さいのでとり残しのないようにしながら掘りました。(掘りたての柔らかい実は塩ゆでにして食べたら絶品!) そしてもう一つ、枝豆のさやを枝から外す作業も体験しました。シートの上には用意して下さった山盛りの枝豆が! 品種は「アヤミドリ」という青大豆で、枝豆以外にきなこととして加工もするそうです。子ども大人もスタッフも総動員で、せっせと外して何とか終了! 皆さんお疲れさまでした♪

半日の体験ではありますが、すが、お米や野菜が実る姿を見たり、収穫する喜びを通して、作り手の農家さんたちのことを想像したり、農業への関心が少しでも高まってくれたらいいなと思います。

♪本日のお土産野菜♪
青大豆の枝豆、甘くいトウモロコシ、ツヤツヤなす、おまけの掘りたて落花生 (西村いずみ)

■開催日: 10月18日(日)
■場 所: 南檜垣営農組合の田んぼと畑
■主 催: 産直委員会

