

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1077 2021.3.29

注文専用
ダイヤル

フリーダイヤル 0120-408-154

携帯電話(無料通話プランなし) 0570-050-154

携帯電話(無料通話プランあり)・IPフォン 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

携帯電話(無料通話プランなし) 0570-063-008

携帯電話(無料通話プランあり)・IPフォン 088-603-0080

受付時間 月~金 8:30~20:00

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

お待たせしました!4月より、プチパーティを再開いたします。
メニューは、人気の【塩レモンおうちバル】と【エシカルなお米の
絶品パエリア】です。4月中にお申し込みいただき、4月or5月に開
催の参加者全員に《福袋》を自然派オリジナル紙袋に入れてプレ
ゼントします。お申し込みお待ちしております。

お友だち紹介キャンペーン



オンラインでお友だちと一緒に話を聞いたり、直接お
伺いさせていただいて話を聞いたり、サンプルをお渡
しいただく方法があります。直接お渡しできない方は、
お友だち紹介 ←こちらよりお申込みお待ちしております!

♪オンラインプチパ♪

【チーズフォンデュ】と【焼肉】をご希望の方は、
オンラインプチパでお申し込みください。
プチパスタッフと一緒にzoomでつながってクッキング♪
※zoomが初めての方も、事前に、打ち合わせをさせていただ
きますのでご安心ください。
ぜひ、お友だちを誘って、お申し込みお待ちしております。



コープ共済

新生活のご準備はもうお済みですか?コープ共済は、
インターネットでもご加入手続きを行っていただけます。
お手持ちのパソコン・スマートフォンから、時間や場所を
選ぶことなく、お申し込みができて、大変便利です!
詳しい説明をご希望される方は、訪問や
お電話でのご説明も随時受け付けています。
些細なことでも、お気軽にご相談ください。



配送スタッフ紹介

まもなく年度末を迎えます。この1年間、本
当にありがとうございました。私たちも1年
間配送をしつつ、1人の組合員として商品
を利用してきました。まだまだ知らない・試
したことがない商品がたくさんあります。来
年度もたくさん試していきたいと思ひます。
どうぞよろしくお願い致します。 岡部凌太(1671コース担当)



新年度スタート!今年もどうぞよろしくお願いします。

コープ自然派奈良 配送スタッフ一同



上段・左から () 内コース
谷奥(1672コース)、大川(1667コース)、尾植(1673コース)、長谷川(1666コース)、中村(1664コース)、鹿島(フリー)、
木村(主任)、岡部(1671コース)、井岡(1668コース)、大西(1661コース)、松本(1676コース)、河村(主任)
下段左から
今西(1669コース)、桑原(1675コース)、川北(1665コース)、河原(1662コース)、渡邊(1663コース)、早瀬(1674コース)、
福岡(主任)
右上丸枠・左から
中川(ぶらす便)、青木(1670コース)、多田(ぶらす便)

◇自然派の野菜セット

<2号> 注文番号292 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、#ほうれん草 #大根
#春菊 #菌床しいたけ #レモン #小松菜
今週お届けの菌床しいたけは、なんと!五新鉄道が走
る予定で作られたトンネルの中で栽培されています!
※(J)JAS有機、(省)省農薬、(無)無農薬



◇谷農園の野菜セット

<2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、
菜の花・ねぎ・ほうれん草2束・菊菜
アレタ2袋

つながる委員会
からのお知らせ

「ステナイ生活」チラシと封筒を配布しています。



ステナイ生活は「もったいない」という気持ちを海外協力に役立てる社会貢献活動です。本、ハガキ、切手、インクカートリッジなど
を送ってください。人と地球にやさしい「ステナイ生活」をシャプラニールと一緒に始めてみませんか?

報告

母親たちの声を政治に届けるために
知っておきたい会づくりの話

『としま子どもを守る会』の伊藤恵美子さんをお迎えして開催
しました。最初に、自治体に働きかけることの大切さについて、
「国に声を届けるのは簡単ではない中、身近でもあり、動かし
ていくことができる最先端の場は自治体ではないか」とのお話があ
りました。それから参加者の声も聴きながら、「としま子どもを
守る会」の10年近い経験を話してくださいました。最後には、自
治体とつながりながら、地域の中で仲間の輪を広げていけるな
ら、どんなに安心して子育てできるのかということの実例もみせ
てもらいました。

10年近い年月どんな時も、代表の伊藤さんが大切にしてきたの
は、「人と人とのつながり」「自分がどうしたいか、何を願ってい
るかを見つめること」「自分が無理しないやり方で行動するこ
と」「茶話会で不安や悩みを話し合い、みんなで子育てする気持
ちを共有すること」などだったというお話があり、ひとつひとつ
深く心に残りました。

具体的には、同会では要望書を出したことがきっかけになって、
自治体との意見交換会を持てるようになった経験談はとても貴
重で参考になりました。また、会が出来る前は、一人で陳情を出
された話や、会が出来た最初のきっかけは一人の人の人とのツイッ
ターでの出会いだったという話には、励まされました。

終わってからの参加者の感想は、
「とても勇気づけられ、まず始
められる事からしようと思ひ
ました。」「仲間を探しながら
できることを頑張ります」など
などで、「ささやかなことから、
行動してみよう」と参加者一
人ひとりが感じられたお話を
聞いたと思います。

(報告者 竹井恭子)



■開催日:11月26日(木)
■場 所:オンライン
■主 催:オリーブの木

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

携帯電話(無料通話プランなし)・IPフォン 0570-063-008

携帯電話(無料通話プランあり)・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のためです。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。

イベントの受付は**メ切日の17:00**までです

託児の**メ切**は**イベントメ切の1週間前**です

▼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）

「JRに乗って来ました。
早く着いたので先に第一
次大極殿も観てきまし
た。」
「今日はこれでもう8千
歩、歩きました。」等様々
な声があがりました。
歩きながら組合員の方と
スタッフの会話の花が咲き、
交流を図ることができま
した。次回は来年の春頃の
開催を考えています。
(報告者 帯田衣里子)



■開催日：11月27日(金)
■場 所：平城宮跡歴史公園 朱雀門前
■主 催：北東和地区くらぶ準備会

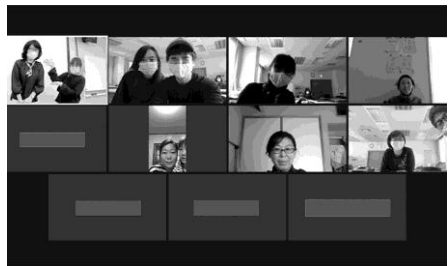
この企画は平城宮跡内の「朱雀門」「東院庭園」「遺構展示館」「第一次大極殿」「平城宮跡資料館」の5つの史跡を巡るスタンブラーをしながらウォーキングをする企画です。まず、奈良時代に宴会や儀式が催された「東院庭園」を見学、次に「酒造の井戸」そしてそれに隣接する奈良時代の役所の建物跡の遺構が発見当時の状態で保存展示されている「遺構展示館」を自由見学し、その後休憩をとりました。後半は小高くなった第二次大極殿に登り全景の展望を望みました。また宮跡内の植物観察もしました。群生しているススキに似た植物は「オギ(荻)」といいます。「オギ」はススキより背が高くやや湿った土地に生息します。湿地帯には「よし」が生息しています。その後、みやと通りを横断して踏切を渡り再び朱雀門に12時半前に到着しスタンプを押しました。往復で約4kmとゆとりある行程で、参加者の方にも楽しんでいただけたようです。

「平城宮跡にこんな施設(展示館、カフェ、レストラン、土産物店)ができているとは知らなかった」
「近くは通る事はあるけど、遺構展示館や東院庭園に入るのは初めて。」

当日は天候にも恵まれ、秋晴れの下で歩くことができました。集合したあと資料とおやつをお渡しして10時頃会員6名とスタッフ4名で出発しました。この企画は平城宮跡内の「朱雀門」「東院庭園」「遺構展示館」「第一次大極殿」「平城宮跡資料館」の5つの史跡を巡るスタンブラーをしながらウォーキングをする企画です。まず、奈良時代に宴会や儀式が催された「東院庭園」を見学、次に「酒造の井戸」そしてそれに隣接する奈良時代の役所の建物跡の遺構が発見当時の状態で保存展示されている「遺構展示館」を自由見学し、その後休憩をとりました。後半は小高くなった第二次大極殿に登り全景の展望を望みました。また宮跡内の植物観察もしました。群生しているススキに似た植物は「オギ(荻)」といいます。「オギ」はススキより背が高くやや湿った土地に生息します。湿地帯には「よし」が生息しています。その後、みやと通りを横断して踏切を渡り再び朱雀門に12時半前に到着しスタンプを押しました。往復で約4kmとゆとりある行程で、参加者の方にも楽しんでいただけたようです。

報告

①大人の遠足 奈良の平城宮跡を歩こう 朱雀門く東院庭園く遺構展示館



■開催日：11月30日(月)
■場 所：オンライン
■主 催：ゆったりさん

また質問コーナーでは、かかとカサカサケアのお話になり、ケアや保湿商品の紹介とともにラップやビニールを使ってしっかり保湿する方法を教えてくださいました。これは唇のカサカサひどいときも、ラップで少しおくと効果的だそうです。成分のこだわりはもちろん、環境にも配慮されている化粧品を使って、自分の気持ちも明るく楽しくなるメイクにチャレンジしてみたくお話をした。化粧水を手でゆったり2度塗りして、保湿したあと、一息して、なじませてから次のステップへ。あせらず自分ケア、ぜひ皆さんも、お試しください。
(報告者 重村とみ)

こだわりコスメ天使の森の奥田奈津紀さんを講師にお迎え、ZOOMでのWEB企画をはじめ開催しました。不慣れな中での試みでしたが、メイクのニュアンスなどをモデルの顔半分だけメイクすることでカメラのおこうの皆さんにも違いが伝わったようです。シミをかくすコンシーラーはボカスなど細かい肌の違いはわかりにくかったですが、右半分だけメイクしたことで眉毛などハッキリ違いがわかりました。基礎化粧品の大切さや、化粧水の2度塗りなど保湿のポイント、塗り方のコツなど丁寧に教えてもらえて、普段のメイクにすぐに役立てたいことたくさんでした。マスクの下唇のケアや、リップを塗るコツもおそわり、口紅ぬったあとにティッシュオフしてマスクにつきににくくするコツも！

報告

WEB 天使の森さんに教えてもらおう！ マスク着用時のメイク術

New

WEB ナチュラルお掃除を始めませんか？

春!お掃除をするにも心地よい季節となりました♪

今回は、人にも環境にも優しい重曹などを使ったナチュラルなお掃除について教えていただきます。

新年度、気持ち新たにナチュラルお掃除を始めてみませんか？

■日 時：4月22日(木) 10:00～11:30

■会 場：オンライン開催 (zoomミーティング)

■講 師：太陽油脂(株) 石垣誉子(のりこ)さん

■参加費：無料(一般共) ■イベントID：16212173 ■定 員：15名 ■申し込み開始日：4/5(月)0:00より先着順。

※メールでお申し込みください。 ■申込みメ切：4/19(月) ※定員に達し次第、受付終了 ■主催：オリーブの木

※メ切後、当日の参加方法についてメールでお知らせします。開催前日正午までにメールが届かない場合はお問合せください。



メールで申込み

New

WEB 「使用済みビンをごみの日に出さなくてよい方法」 ー再利用ビンの仕組みを知ろう！

コープ自然派の「Rマーク」をご存知ですか？ これは再利用されるビン(リユースびん)のことで、現在醤油3種、牛乳1種、青汁1種につけられています。でも、私がよく買う自然派Styleのドレッシングやマヨネーズは使い捨て容器だし、醤油も自然派Styleでも使い捨てビンが結構あります。コープ自然派の商品は好きだけど、なんだかな～とモヤモヤしていました。

…なにになに？生協によってはリユースびんが8種70品目くらいあるんだって(2019年には環境省のグッドライフアワードも受賞したとか)？すごい!どうやって?? コープ自然派でもやってくれないかな??

というわけで、今回は4生協(「生活クラブ生協連合会」、「パルシステム連合会」、「東都生協」及び「グリーンコープ連合」)から構成されている「びん再使用ネットワーク」の山本義美さんにその経験談や手法また現在直面している課題などについてお話しして頂こうと思います。

コロナ対策でZOOMでの開催になりますが、どうぞご参加ください!

■日 時：4月22日(木) 10:00～12:00

■会 場：オンライン開催 (zoomミーティング)

■講 師：びん再使用ネットワーク 山本義美さん

■参加費：無料(一般共) ■イベントID：16212174 ■定 員：20名 ■申し込み開始日：4/5(月)0:00より先着順。

※メールでお申し込みください。 ■申込みメ切：4/19(月) ※定員に達し次第、受付終了 ■主催：CIVIC

※メ切後、当日の参加方法についてメールでお知らせします。開催前日正午までにメールが届かない場合はお問合せください。



メールで申込み

WEB 自然派シネマなら4月上映会 ZAN～ジュゴンが姿を見せるとき～

「沖縄に生息する絶滅危惧種のジュゴンを見ようと訪れた先は辺野古。そこで目の当たりにしたのは、圧倒的な自然の美しさと、それを脅かす米軍基地建設だった…」

沖縄の豊かな自然の中での様々な発見や体験を通して、ジュゴンが暮らすこの海と共に私たちが生きていくことの大切さを考えるドキュメンタリー映画です。

沖縄の美しい海やジュゴンの映像を観ながら、沖縄で起こっている問題を一緒に考えませんか？

■日 時：4月29日(木・祝) 10:00～11:30頃(上映時間73分)

■会 場：オンライン開催(ZOOM)



↑予告編は
コチラから

■参加費：(組合員)大人300円 こども無料 (一 般)大人500円 こども無料 ※子ども=中学生以下

■イベントID：16212159 ■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：4/19(月) ※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。



メールで申込み

コープ自然派SNS

Twitter



LINE@



Facebook



Instagram



商品企画希望フォーム

コープ自然派で扱ってほしい商品の希望をお聞きます。個別返信はできません。商品部にて検討させていただきます。

