

# まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1081 2021.4.26

2021  
vol.6  
NARA

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 ①10:00~21:00 ②~④8:00~21:00 ⑤8:00~10:10

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 ①~④8:30~20:00

組合員サービスセンターへの電話がつながりにくくご迷惑をおかけしています。

特に混み合う曜日・時間帯

月曜日 10:00~11:00・17:00~18:00

※19:00~20:00の時間帯、また、曜日では火~金曜日が比較的つながりやすくスムーズにご案内できるかと思ひます。

「味間芋」は、田原本の味間地区周辺で作られてきた在来種の里芋で、奈良県伝統野菜の「大和野菜」に認定されています。今回はこの味間芋の収穫を、南檜垣営農組合さんの畑で体験させていただきました。

この日はいいお天気に恵まれ、絶好の畑日和。約50名の参加者みんなで、大人も子どもも元気に里芋掘りです。スコップを使って株元をぎくつと掘り上げると、土の中から大きな里芋が現れます。真ん中の親芋の周りにはたくさんの子芋がくっついていて、手で一つ一つひねって外していきます。見た目は泥だらけですが、洗って皮をむくと、白くてきめの細かい、食感ねつりの美味しい里芋です。(ちなみにパナソニックの創業者の松下幸之助さんは、「里芋と言えば味間芋」というくらいのお気に入りだったそうです。) 連続と種を絶やさず作り続けられてきたことに感謝したいですね。里芋は通常芋だけを食いますが、この品種は親芋も食べられるそうで、営農組合さんから親芋のレシピも教えていただきました。(煮物以外に素揚げのチップや大学芋もおすすめです。)

作業の後は、自然派のコーンスープやインスタントのお味噌汁でほっと一息タイム。営農組合の皆さん、いつもありがとうございます。春には恒例の「大和ひみこ米」の田んぼのイベント企画を予定していますので、ぜひ皆さんも田んぼや畑に足を運んで土にふれて、農業の楽しさ、収穫の喜びを体験してみてくださいね。

(報告者 西村いずみ)



■開催日:2月6日(土)  
■場所:産直委員会  
■主催:南檜垣営農組合の畑

## 報告

大和野菜「味間芋」を  
収穫しよう!

## グッドネイバースさんに行ってみよう!

生駒駅近くにあるコープ自然派のフレンドショップ、グッドネイバース。コープ自然派の食材を使ったランチやレンタルスペースをやっていて、手作り雑貨やコープ自然派の調味料なども買えるんです。今回はここでカタログを見ながらお気に入りの商品や使い方など、みんなでワイワイお話ししようかと思ひます! お店は靴を脱いでフローリング&座布団で、おもちゃや絵本、授乳ケープもありお子さま連れにもやさしくつろげるスペースです。イベント後も15時まで使用できますので、ゆっくりされたい方はお弁当などを持参されてもいいですよ(当日のランチ営業はありません)。子育て中の息抜きや、単にお店が気に入ってたという人も大歓迎!自然派愛にあふれたお店のスタッフも参加予定です。

グッドネイバースのHP



■日時:5月11日(火) 10:30~12:30

■会場:グッドネイバース(フレンドショップ)

■参加費:(組合員) 大人300円 子ども50円 ※子ども=中学生以下  
(一般) 大人300円 子ども50円

■イベントID:16212275 ■定員:15名 ■申込みメチ:5/7(金) ※応募者多数の場合抽選。

■託児:なし。1才未満の同伴可 ■主催:北西和地区くらぶ準備会

会場アクセス



※駐車場はありませんので、お車の方は近くのコインパーキングなどをご利用ください。

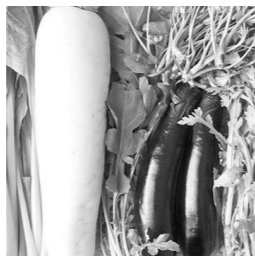


メールで申込み

## ◇自然派の野菜セット

<6号> 注文番号275 1,080円(税込)

せーんぶ奈良県産!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、#大根 #春菊 #ルッコラ #なすび #小松菜 #山菜 #山ふき #わらび #せり 山菜はふき、わらび、せりのどれかが入っています。  
※(J)JAS有機、(省)省農薬、(無)無農薬



## ◇谷農園の野菜セット

<6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、大阪白な・ほうれん草・小松菜2束・葉付きたまねぎ・にら・リーフレタス

## 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。

### フレンドショップに出店します!

【yoi yoiマルシェ】  
5/6(木)9:30~12:00@グッドネイバース(生駒市)  
可愛いハンドメイド雑貨が並ぶ月1マルシェ。母の日のプレゼントやお気に入りを探しに行ってくださいね。コープ自然派の焼きたてパンの販売もします!

### お友だち紹介キャンペーン

今回のキャンペーンより無料サンプルの内容が変わりました。大人気のグラハム食パン6枚+よつ葉クリームとなっております。コロナ禍の中大変ご迷惑をお掛けしておりますが、是非この機会にお友達紹介よろしくお祈いします。コープ自然派でお待ち時間を楽しみましょう!

### 「自然派オンライン」活用法

スマホやパソコンから手軽に配送日の翌朝10時15分まで注文できます。お届け予定日、注文商品名、合計金額がメールで届くので大変便利です。オンライン限定商品もあります。ご登録がまだの方はこちらからどうぞ。



オンライン  
新規利用登録

組合員のみならずとコープ自然派職員・関係者の健康に留意し、直接的な対人接触を避ける「非対面配送」を行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。



## 大人の遠足 奈良の平城宮跡を歩こう② 朱雀門~第一次大極殿

昨年の秋開催した「奈良の平城宮跡を歩こう」企画の2回目です。今回は朱雀門から第一次大極殿まで往復します。第一次大極殿からは東は若草山、西には生駒山を望む絶景が楽しめます。ウォーキングの後は、みはらし館会議室でお茶を飲みながら当日のウォークを振り返っておしゃべりタイムを過ごしましょう。今回は9時30分につどい館集合になります。雨天の場合は平城宮跡歴史公園内の見学を予定しています。当日は、マスクの着用と体調を考慮した上でご参加をお願いします。

■日時:5月12日(水)9:45~12:00(9:30集合)

■会場:平城宮跡歴史公園 つどい館9:30集合

■参加費:(組合員) 大人200円 (一般) 大人300円

■イベントID:16212274 ■定員:10名 ■申し込み開始日:4/26(月)0:00より先着順。

■申込みメチ:5/5(水) ※定員に達し次第、受付終了

■持ち物:水筒、帽子、日傘(晴雨兼用)、タオル、歩数計やウォーキングアプリ(あれば)

■服装:…マスク着用、歩きやすい服装

■託児:なし。子どもの同伴不可 ■主催:北東和地区くらぶ準備会

平城宮跡歴史公園  
のHP



アクセス/園内map



メールで申込み

## WEB ~野菜も人も畑で育つ~ 佐久穂共同出荷グループ萩原さんの野菜の魅力

美味タス、サラダミニ大根、有機小松菜、サラダ小かぶ、サラダ春菊、サラダスナップエンドウなどコープ自然派の中でも大好評の信州高原野菜を出荷している佐久穂共同出荷グループ「のらくら農場」の萩原紀行さんが書籍「野菜も人も畑で育つ」を出版されました。土壌分析や独自の栽培技術だけでなく、書籍のタイトル通り農場のメンバー個々の個性や能力を活かすチーム作りなど美味しく、栄養価の高い野菜が作られる舞台裏を公開していただきます。もちろん野菜の特性を活かした美味しい野菜料理法なども教えて下さいますので、奮ってご参加下さい。



■日時:5月13日(木)10:00~12:00

■会場:オンライン開催(zoomウェビナー)

■講師:萩原紀行さん(のらくら農場)

■参加費:無料(一般共) ■イベントID:16212281 ■定員:オンライン450名(先着順)

■主催:コープ有機 ■申し込み開始日:4/26(月)0:00より先着順。 ※メールでお申し込みください。

■申込みメチ:5/6(木) ※定員に達し次第、受付終了

※メチ後、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

**イベント情報**  
ホームページから簡単に  
お申し込みができます。



●イベントのお申し込み方法  
**<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

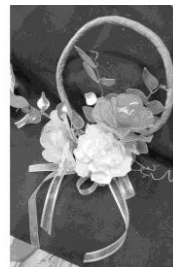
- ▼お申込み時お伝えください。
- ①イベントID
  - ②参加者氏名
  - ③組合員コード
  - ④参加人数
  - ⑤連絡先
  - ⑥託児 (名前・年齢・性別)
- 【お願い①】 準備の都合上、イベント申込・託児の**キャンセル**は、前日までに**必ずご連絡**ください。  
【お願い②】 お昼を越えるイベントでお子様に昼食をお持ちの際は「おにぎり」のみとして下さい。  
アレルギーのお子さんが、他のお子さんの昼食を欲しがるとためです。ご協力お願いします。  
【お願い③】 参加費はおつりのいらぬようにご準備ください。特に高額紙幣はご遠慮ください。  
【お願い④】 企画の場を通して政治・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**

**アメリカンフラワー講座 ～つるばらの壁飾り～**

アメリカンフラワーは、ワイヤーで花や葉を作り、液体樹脂に浸して作る造花です。樹脂の膜によって、クリスタルのようなきれいな仕上がりになり、お部屋を華やかな雰囲気してくれます。

今回は、講師の先生に教わりながら、初心者でも作りやすい「つるばらの壁飾り」を製作します。手作りものがお好きな方、コロナ疲れを癒したい方、お気軽にお越しください。コープ自然派のスイーツも用意してお待ちしています♪



■日時: **5月19日(水) 10:00～13:00**  
■会場: **田原本青垣生涯学習センター2階調理室**  
■講師: **「デコ・アメリカンフラワー」城井秀子さん**

■参加費:(組合員) 大人 1000円 子ども 50円 ※子ども=中学生以下  
(一般) 大人 1200円 子ども 50円  
■定員:15名 ■託児:あり(500円/1人)。子ども・1才未満の同伴:可  
■申込みメ切:5/11(火) ※応募者多数の場合抽選。 ■イベントID: **16212272** ■主催:へそこ倶楽部  
■持ち物:ワイヤーが切れるはさみ(またはラジオペンチ)、エプロン、持ち帰り用の紙袋、同伴の方はお子様の上靴(スリッパ)、マスク



メールで申込み

**WEB 達人に聞こう、ハチミツのあま～い秘密**

「藤井養蜂場」として、世界各国のオーガニックハチミツを提供してくれる有限会社ビジービーズさんに、ハチミツの種類やその個性の違い、美味しい食べ方などを教えていただきます。参加者の皆さんの使い方もシェアしませんか?

後半には、道路わきに生えるナタネが遺伝子組み換え交雑していないか、検査してみます。ハチミツには欠かせないミツバチの存在を脅かす問題についても一緒に考えましょう。

■日時: **5月26日(水) 10:00～12:00**

■会場: **オンライン開催**

■講師: **有限会社ビジービーズ 藤井徹三さん**

■参加費:無料(一般共) ■イベントID: **16212271** ■定員:20名 ■主催:GMO委員会  
■申し込み開始日:4/26(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:5/24(月) ※定員に達し次第、受付終了  
※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5月上映会 『ハーヴェイ・ミルク』**

ゲイと公言して全米初の公職(サンフランシスコ市市政執行委員)につき、48歳で生涯を終えたハーヴェイ・ミルクのドキュメンタリー。

第57回アカデミー賞で長編ドキュメンタリー賞を受賞した作品です。

「ジェンダー問題」や「平等・不平等」ってどういうこと? 私たちが目指す多様性のある社会にするためには何が必要だろう? みんなで考えたいと思います。

■日時: **5月28日(金) 10:00～12:00頃(上映時間87分)**

■会場: **オンライン開催(ZOOM)**

■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: **16212273** ■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:5/18(火) ※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せん。  
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 オーガニックってそもそも何か知りたい!**

子どもの為に食事を考えた時に、オーガニック? 有機? JAS って何? という疑問が出てきます。なかなか知っているようで理解していないと考えていたら、これ皆で学んだらいいんじゃないか!と調べて企画しました。誰でも参加してもらって大丈夫です。皆でワイワイわからないことをコープ自然派奈良の奥瀬さんに聞いてみましょう!また当日都合が悪いけれど聞きたいって方に朗報です!期間を決めて後日録画視聴も可能となっております。申し込みの際は当日or録画視聴かを明記の上お申し込みください。

■日時: **5月27日(木) 10:00～11:30**

■会場: **オンライン開催 (zoomミーティング)**

■講師: **コープ自然派奈良 センター長 奥瀬健介さん**

■参加費:無料(一般共) ■イベントID: **16212286** ■定員:30名  
■主催:ニコニコくらぶ ■申し込み開始日:5/3(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:5/21(金) ※定員に達し次第、受付終了  
※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**

**春の農業体験 じゃがいもを収穫しよう!**

今年も大和ひみこ米の生産者、南檜垣営農組合さんとの田んぼ・畑イベントシリーズが始まります♪第一弾は、初企画、じゃがいも「キタアカリ」の収穫体験です。新緑の季節、大地の恵みを感じながら、ほくほくの美味しいじゃがいもをみんなて掘りましょう～。※大人はじゃがいも一袋のお土産つき。販売もします。

■日時: **5月29日(土) 10:00～12:00**

■会場: **南檜垣営農組合の畑(天理市)**

※集合場所はお申し込み頂いた方にお知らせします。

■講師: **南檜垣営農組合**

■参加費:(組合員)大人 300円 子ども 100円 ※子ども=中学生以下 (一般共)  
■定員:15家族50名程度 ■託児:なし。  
■申込みメ切:5/21(金) ※応募者多数の場合抽選。 ■イベントID: **16212288** ■主催:産直委員会  
■持ち物:軍手、タオル、水筒、スコップ(あれば)、レジャーシート <服装>汚れてもよい服、帽子、長靴、マスク



メールで申込み

**New**

**WEB 教えてください、新型コロナとの付き合い方**

自然栽培農家と現役医師の二刀流 「医師にかからないための体づくり」をテーマに半農半医ならではの視点で医療指導を行う豊田先生に、新型コロナのことはじめ、予防接種・子どものマスク・そもそも丈夫な体作りに大切なこととは? などなど 気になることを聞いてみたいと思います。メディアから流れる情報に振り回されず、自分の判断基準を持つための情報の一つとして、ぜひ医療現場からのお話をお聞きください。

■日時: **6月6日(日) 9:30～12:00**

■会場: **オンライン開催 (zoomミーティング)**

■講師: **医師 豊田孝行さん**

和歌山県立医科大学卒。和歌山県立医科大学病院、公立那須病院勤務を経て2006年とよだ耳鼻咽喉科を開業。約9年間診察を続けたあとクリニックを後輩に譲り再度非常勤医師となる。実家の農園を継承しながら精神科、耳鼻科、内科で診察に携わる異色の医師。医師にかからないための体づくりをテーマに個々にあった食事や生活習慣の指導、薬に頼らない健康指導を行うと共に、「自然の郷きのくに」をたちあげ自然栽培、減肥料、減農業栽培の普及活動にも積極的に取り組んでいる。

■参加費:(組合員)大人300円 (一般)大人450円 ■イベントID: **16212287** ■定員:50名  
■主催:つながる委員会 ■申し込み開始日:5/3(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:5/27(木) ※定員に達し次第、受付終了  
※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

奈良の  
コープ  
SNS  
自然派

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。

