

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1094 2021.7.26

2021
Vol.19
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

・組合員活動コラム・

ビジョン推進会議準備会

月に1度(第2木曜日)、理事、チームや地区くらの代表が集まって開催しているビジョン推進会議。

会議を円滑に進めるため準備会では、何を伝え、何を話し合ってもらえるかを考えています。組合員活動メンバーが自ら考え、意見を出してもらいやすいように、そして、日々の活動のヒントになるような、そんな素敵で充実した会議を目指しています。ビジョン推進会議では、組合員のオブザーバー参加も募集しています。例えば、商品学習会、国産オーガニック、地産地消、産地交流、農業体験、食育、食文化、伝統食、遺伝子組み換え食品・ゲノム編集食品、種子法・種苗法、アニマルウェルフェア、食料自給率、子育て、学校給食、生活支援、高齢者、障がい者、防災、憲法、民主主義、ジェンダー、LGBT、フェアトレード、文化、芸術、教育、子ども食堂、緑食、香害、アレルギー、化学物質、農業、5G、環境、土、地球、脱プラスチック、5R、脱原発、再生可能エネルギー、気候危機、森林保全などのテーマで活動したい組合員、大募集です！一緒に組合員活動を盛り上げて行きましょう。



■開催日:2021年2月24日
■場所:奈良市はぐくみセンター
■主催:地域医療を考える奈良の会

黄色い紙パックのなたね油でおなじみ、平田産業の平木さんにお話をうかがいました。福岡県朝倉市に拠点を置く平田産業さんは、非遺伝子組み換えのなたね油を製造販売、他にもイタリヤ産オーガニックオリブオイルやカナダ産メープルシロップの販売もしています。原料のナタネは、かつてはカナダ産を使用していましたが、除草剤耐性の遺伝子組み換えナタネが増え、北海道の農家に作付けを依頼し、国産のなたね油も製造しています。コストは輸入ナタネの倍かかりますが、国産ナタネの栽培と油の需要が広がるよう、取り組んでおられます。

油は、圧搾↓仕込み↓湯洗い↓脱色 の四段階の工程を経て商品になります。多くのメーカーが、しばらくすにヘキサソールという溶剤を加えてさらに抽出し、一番搾りの油に混ぜて販売していますが、平田産業さんは一番搾りの油のみを販売しています(搾れる油の量はナタネの重量の25%程度です)。

成分はオレイン酸が豊富で酸化に強いいため、加熱調理に向きますが、ドレッシングなどの生食もおすすめとのこと、揚げ出し豆腐、アヒージョ、手作りマヨネーズなどのレシピも教えていただきました。

参加者の方からは、「製品へのこだわりや製法がわかって良かったです」、「少量パックもあるというお話がよかったので、自然派でも扱ってほしいです」、「お話を聞いて、商品がより身近に感じることができました。これからも使い続けたいと思います。」などの感想をいただきました。

NON-GMOの良質ななたね油、普段使いの定番にして、応援していきたいですね。



■開催日:2021年3月10日
■場所:ZOOM
■主催:ふうど委員会

乾物の京山城屋さんと防災食作り。3月10日、京山城屋の真田さんから乾物を使った防災食づくりを教わりました。こちらのイベントは昨年、申し込み多数にもかかわらず新設型コロナの影響で中止となったものを今回はオンラインの開催に変更して行いました。

前半は様々な乾物についてのお話で、産地、栄養、調理方法はもちろん、最適な保存の方法まで細かく説明してくださいました。後半はオンラインでの調理デモンストラーションでした。災害時でも極力水を使わずに、ようにビニール袋を使っている調理や、切り干し大根の戻し汁もお味噌汁の出汁として利用するなど、災害時はもちろん、普段の食事にも十分に利用できるテクニックばかりで、これまでの乾物のイメージがガラリと変わる驚きがいっぱいだったイベントでした。次回はぜひみんな調理実習もしたいですね。

(参加者の感想)
・防災食はとて簡単だったので、災害時だけでなく普段から作って、いざという時にもスムーズに作れるようにしたいと思いました。
・味噌玉にきな粉を入れるのが斬新かつ画期的でした！
・乾物について詳しく教えていただけるとも勉強になりました。普段の食事にももっと乾物を活用していきたいです。

報告

種子法廃止と奈良の農業について考えよう！

種子法廃止に伴い、奈良県は早々に管轄を米麦協会へ移譲してしまつた。日本国内各地で、種子法に代わる条例を制定する動きの中で、奈良県でも条例を作ろうと署名を集める取り組みを始めた。種子法廃止によってまず影響を受ける最前線の農業者の声を聞いてみようということになった。

共に署名を集める団体の農民連奈良産直センターの事務局次長の杉村出さんと小林りょうへいさんを講師にお願いしました。お二人の農業者として、販売者として関わっている経験からのお話など聞きました。

農業者から消費者へのメッセージを伝え、種子法の廃止の意味することを伝えていただいた。

奈良県への条例制定を求めている中で県の仲介の労をとっていただいた県議の参加もあり、署名の取り組み方法などのアドバイスをいただく時間ともなりました。

自然農に取り組んでいる参加者からの質問などもあり、農業の現状への思いもはせることができる時間になった。

報告

乾物の京山城屋さんと防災食作り

3月10日、京山城屋の真田さんから乾物を使った防災食づくりを教わりました。こちらのイベントは昨年、申し込み多数にもかかわらず新設型コロナの影響で中止となったものを今回はオンラインの開催に変更して行いました。

前半は様々な乾物についてのお話で、産地、栄養、調理方法はもちろん、最適な保存の方法まで細かく説明してくださいました。後半はオンラインでの調理デモンストラーションでした。災害時でも極力水を使わずに、ようにビニール袋を使っている調理や、切り干し大根の戻し汁もお味噌汁の出汁として利用するなど、災害時はもちろん、普段の食事にも十分に利用できるテクニックばかりで、これまでの乾物のイメージがガラリと変わる驚きがいっぱいだったイベントでした。次回はぜひみんな調理実習もしたいですね。

(参加者の感想)
・防災食はとて簡単だったので、災害時だけでなく普段から作って、いざという時にもスムーズに作れるようにしたいと思いました。
・味噌玉にきな粉を入れるのが斬新かつ画期的でした！
・乾物について詳しく教えていただけるとも勉強になりました。普段の食事にももっと乾物を活用していきたいです。

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。

●「非対面配送」を行っています。 ※配送時には
★配送担当者は組合員さんとなるべくお会いしないようにします。
★室内へ入っての商品の受け渡し作業は行いません。
★到着の際はチャイム、インターフォンでお知らせいたします。
★配送担当者は予防のため、マスクを着用とアルコールによる消毒を行っています。
★ご在宅の場合、あらかじめ「かご」等の入れ物をご準備いただけましたら、保冷箱から出してお届けすることも可能ですので、空箱を翌週まで保管するのがご負担の場合はお知らせください。到着の際はチャイム、インターフォンでお知らせしますので、すぐに商品をお取り込みください。



少しでもスムーズに配達できるように...

インターホンで「玄関に置いておいてください」と言ってもらえると助かります！

配送事業の継続を守るためにいまだけは、インターホン越しの対応にご協力おねがいします。

イベント情報

【奈良クラブ vs. FCマルヤス岡崎】
7月31日(土) 久保田食品のアイス販売
13:00~16:00@奈良市鴻ノ池陸上競技場
【えんで繋がるヒトとヒト会】
8月2日(月) 朝焼きパン販売
10:00~12:00@靴料理とピオスチームのお店 えん(奈良市)
【yoi yoi マルシェ】
8月4日(水)、5日(木) 朝焼きパン販売
9:30~12:30@グッドネイバーズ(生駒市)



私のおすすめ商品

『有機トマト』
豊富なミネラルを含む天然にがりを定期的に与えているため酸味と甘みのバランスの良いミニトマトです。サラダの彩りにぜひ!! (大西満菜美)

お友だち紹介キャンペーン

「お友だち紹介サンプル」はご存知でしょうか？ お友だちにコープ自然派の良さを伝えやすいよう、人気アイテムセットを無料でお届けします。まだまだ知られていないツールとなっておりますので是非ご利用頂けたらと思います。限定2000セットとなっております!! 詳しくは配送スタッフまで。

報告

平田産業さんに教わる油のトピック

黄色い紙パックのなたね油でおなじみ、平田産業の平木さんにお話をうかがいました。福岡県朝倉市に拠点を置く平田産業さんは、非遺伝子組み換えのなたね油を製造販売、他にもイタリヤ産オーガニックオリブオイルやカナダ産メープルシロップの販売もしています。原料のナタネは、かつてはカナダ産を使用していましたが、除草剤耐性の遺伝子組み換えナタネが増え、北海道の農家に作付けを依頼し、国産のなたね油も製造しています。コストは輸入ナタネの倍かかりますが、国産ナタネの栽培と油の需要が広がるよう、取り組んでおられます。

油は、圧搾↓仕込み↓湯洗い↓脱色 の四段階の工程を経て商品になります。多くのメーカーが、しばらくすにヘキサソールという溶剤を加えてさらに抽出し、一番搾りの油に混ぜて販売していますが、平田産業さんは一番搾りの油のみを販売しています(搾れる油の量はナタネの重量の25%程度です)。

成分はオレイン酸が豊富で酸化に強いいため、加熱調理に向きますが、ドレッシングなどの生食もおすすめとのこと、揚げ出し豆腐、アヒージョ、手作りマヨネーズなどのレシピも教えていただきました。

参加者の方からは、「製品へのこだわりや製法がわかって良かったです」、「少量パックもあるというお話がよかったので、自然派でも扱ってほしいです」、「お話を聞いて、商品がより身近に感じることができました。これからも使い続けたいと思います。」などの感想をいただきました。

NON-GMOの良質ななたね油、普段使いの定番にして、応援していきたいですね。

●当日のQ&Aから抜粋してご紹介します

Q:なたね油(1200cc)は開けてからどのくらいで使い切れれば良いですか？
↓A:開封後は1ヶ月を目安に使い切ってください。保存は常温暗所が良いです。

Q:サラダ油とは？
↓A:生で食べられる油のことで、この規定では10度で5、5時間保管して清澄を保つもの。原料はナタネ、ゴマ、大豆などいろいろあります。

Q:なぜ紙パックを使用しているの？
↓A:組合員の声を受けて、ピンは重く配送コストがかかり、油のピンはリサイクルできない自治体が多いこともあり、紙パックを採用しました。

【報告者:西村 いずみ】

■開催日:2021年3月18日
■場所:オンライン開催(ZOOMミーティング)
■主催:GMO委員会

◇自然派の野菜セット

<19号> 注文番号305 1,080円(税込)
ぜーんぶ奈良県産! 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、
#おかわかめ #なら #なすび #じゃがいも #水菜 #ピーマン

※(J) JAS有機、(省) 省農薬、(無) 無農薬



◇谷農園の野菜セット

<19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・えんさい・ミニトマト2袋・キャベツ小・なす・つるむらさき

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。 ▼お申込み時お伝えください。
 【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。 ①イベントID
 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ことです。ご協力をお願いします。 ②参加者氏名
 【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。 ③組合員コード
 【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。 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**

イベント参加時は必ずマスクの着用をお願いします。未着用の方は参加をお断りする場合があります。



■開催日:2021年3月8日
 ■場所:オンライン
 ■主催:商品委員会

報告
もっと知って、もっと活用
「カタログの見方」オンライン講座

コープ自然派兵庫理事長で、連合商品委員会委員長の正橋裕美子さんをお迎えして、カタログの見方講座をオンラインで開催しました。月一度、四国4県関西4県の職員と担当組合員理事が集まって開催している連合商品委員会ではどのような話がされているのかや、ポステイトと○○○○の違いについて、グリホサートやネオニコ使用マークをカタログに表示されるきっかけになったお話、放射能検査についてなど、見てのだけでは分からないカタログの裏側のお話をたくさん伺いました。そして、カタログには毎回たくさんさんの情報が詰まっています(特に自然派のカタログは原材料も書かれているので字が多めですね)、まず表紙、それからポステイト22・23ページの特集はその号に一番伝えたい情報が掲載されているとのこと。そう、カタログは読み物!でした。まだじっくり読んでみることも、少しづつ自然派の取り組みについてわかると、少しずつ真面目な話だけでなく、おすすめのお話や、この質問には、参加者からのあれもこれもすぐに試してみたいほどの意見が盛り上がり、その他、オンライン限定商品はいっぱいアップされるのか、鮮魚ボックスの中身や、そもそも魚はどれがおススメなのかなど(ハツオのたたき美味しそうですね!)話は尽きませんでした。是非、次回はオンラインでなくリアルでおいしい試食をしながらカタログを見つつワイワイしたいですね!

New

!夏休みに【パラコード・ブレスレット(ホイッスル付き)】を親子で作ろう!

ほどけば2メートルのロープになり、止血帯、物干しロープ、木に結んで簡易テントを作る、など大活躍! 防災の備えとして、アウトドアグッズとして、アクセサリとしても活用できます。
 (パラコードとはパラシュートコードの略で、軽さと耐久性があります)
おしゃれで実用的なサバイバル・ブレスレットを作らしよう!

■日時: **8月17日(火) 10:00~12:30**
 ■会場: **はぐくみセンター**
 ■講師: **沖本可奈さん**(福島県出身、奈良県在住。防災士)

■参加費:(組合員)大人400円 こども200円 (一般)大人500円 こども300円
 ※材料費含む ※子ども=中学生以下
 ■イベントID: **16212457** ■定員:12名(子ども、大人合わせて)
 ■託児:なし。子どもの同伴可。 ■主催:自然派防災カフェチーム
 ■持ち物:お家にあるバインダー(コードを編む時に固定します)、マイドリンク
 ■申し込み開始日:8/2(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
 ■申込みメ切:8/10(火) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

コープ
自然派



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。



WEB 自然派シネマなら8月上映会

『LIGHT UP NIPPON -日本を照らした奇跡の花火-』

東日本大震災から5ヶ月後の8月11日、23400発の奇跡の花火が打ち上がった。絶対に不可能と思われた、東北太平洋沿岸部10ヶ所での花火同時打ち上げ。それを可能にしたのは、たった一人の男の情熱と「いつまでも下を向いてられない」と立ち上がった現地の人々の生きる力だった。密着900時間の映像をもとに描かれる、情熱と真実のドキュメンタリーです。

■日時: **8月23日(月) 10:00~12:00頃(上映時間99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: **16212437** ■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:8/12(木) ※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

New

WEB 発達障がいに関する疑問や悩みをみんなで語ろう

発達障がいに関するセミナー(公益社団法人子どもの発達科学研究所 主席研究員、小児発達学博士/和久田学さんによる「子どもの学びを科学的に考える」)をスタッフが学んでくるので、一緒にシェアしませんか? また、普段の悩み事や子育てについての困り事を一人で抱え込んでいませんか? それを共感できる仲間同士でお話してみませんか?

■日時: **8月25日(水) 10:00~11:30**
 ■会場: **オンライン開催(zoomミーティング)**

■参加費:無料(一般共) ■定員:20名 ■持ち物:筆記用具など ■主催:すくすく
 ■イベントID: **16212469** ■申し込み開始日:8/2(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:8/19(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

New

WEB 「環境保護の大切さを考えよう」次世代を担う高校生、大学生と一緒に考える核のゴミについて

自分が暮らす国や自分の住む町に「核のゴミ」がやってきたらどうするか?自分事として一緒に考えてみませんか? 2020年に北海道寿都町(すつちょう)と神恵内村(かもえないむら)は高レベル放射性廃棄物(核のゴミ)の最終処分場選定に向けた文献調査に応じるとそれぞれ正式に表明しました。同年、寿都町の隣町(黒松内町)に住む高校3年生の新川文(にいかわあや)さんが核のゴミをテーマに英語弁論大会に出場し優勝したことで、水彩画家の上田茂さんと出会い、核のゴミをテーマとした絵本「10万年後の未来」を出版しました。新川さんから次の世代を担う中高生を中心に自分事として考えてもらいたいとメッセージをもらい、奈良と北海道を結んでオンラインで開催します。始めに絵本の朗読と出版エピソードについて、後半は高校生と大学生にご自身の活動と環境問題について普段考えていること、新川さんの絵本のエピソードを聞いた感想など伺います。最後は参加者全員でグループワークをします。若い世代の意見を聞ける貴重な機会ですので、ぜひご参加ください。

■日時: **8月28日(土) 10:00~12:00**
 ■会場: **オンライン開催(zoomミーティング)**
 ■講師: **新川文(にいかわあや)さん/高校3年**
若林綾(わかばやしあや)さん/大学4年生

■参加費:無料(一般共) ■定員:50名 ■主催:理事会(みらい)
 ■イベントID: **16212458** ■申し込み開始日:8/2(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:8/20(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