

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1120 2022.1.31

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

46~49号
特別企画!

奈良のお米「大和ひみこ米」を食べてみませんか

「大和ひみこ米」は組合員活動から生まれたお米です。生産者・組合員が共に取り組みを始めて13年。天理と田原本の中間に位置する「大和ひみこ米」の田んぼでは年4回、組合員が田んぼのイベントに訪れ交流しています。



「大和ひみこ米」は、種子温湯消毒、農薬は除草剤1回のみ、減農薬栽培で育てていただき、無洗米に精米して販売しています。生産者に安心してつくっていただくため、普段は年間予約でのみ販売していますが、今回特別に単発で買える機会を企画&初めて玄米もご用意しました!この機会にぜひ味わってみてください。

新米
白米/2021年度産



➡ 詳しくは今号配布の別チラシをご覧ください!

はならあとCINEMA「チャルカ〜未来を紡ぐ糸車〜」上映会&島田監督のトークショー

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画です。写真家で『福島 六ヶ所 未来への伝言』の監督を務めた島田恵監督が、放射性廃棄物問題をテーマに撮り上げたドキュメンタリー映画を上映します。幌延深地層研究センターがある北海道の幌延町の隣町で酪農を営む久世さん一家への取材を軸に、岐阜県の東濃地域、フィンランド、フランスへ赴き、原子力発電所から出る核のゴミ問題をテーマにしています。新しいエネルギーや生き方についても提示されています。今回は特別に東京在住の島田恵監督に来ていただきトークショーも開催します。会場は元パチンコ屋をリノベーションした天理市のゲストハウスです。詳しくは「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」ホームページをご覧ください。https://hanarart.jp/2021/

■日時: 2月11日(金・祝) 13:30~16:30頃(上映時間90分)

■会場: モリノゲストハウス 〒632-0016 奈良県天理市川原町73-6 ■講師: 島田恵さん

■参加費: 組合員 大人1,000円 子ども 無料 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212833
■主催: 理事会(みらい) ■定員: 20名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。
■申込みメチ: 2/4(金) ※応募者多数の場合抽選。メチ後、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。



メールで申込み

自然派防災カフェ vol.3 ♪工作で防災カフェ♪

最近、ネットや書籍でも、防災用の工作の情報は手に入りやすくなっています。けれども、実際に作ってみた人はあまり多くないのでは?一緒に作りながら、そして防災食にもなる保存食を試食しながら、楽しく有意義な情報交換の場を設けたいと思います。今回の工作では、家の中や避難所に有りそうな材料を使い、トイレやポンチョ等を作ってみましょう。

■日時: 2月16日(水) 10:00~12:00

■会場: コープ自然派奈良 会議室 〒630-8444 奈良県奈良市今市町40-1

■参加費: (組合員) 大人300円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212841 ■定員: 6名 ■託児: あり(500円/1人)。子ども・1才未満の同伴: 可。
■申し込み開始日: 1/31(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了
■持ち物: カッターナイフ、はさみ、新聞紙(有れば)、みかん箱より少し小さめの大きさの段ボール(段ボールトイレを持ち帰りたい方は2個)、マイカップ
■主催: 自然派防災カフェチーム ■申込みメチ: 2/11(金)



メールで申込み

◇自然派の野菜セット

<46号> 注文番号316 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、小松菜、ルッコラ、青ネギ、にんじん、紅くるりだいこん、ザーサイ、ぶなしめじ。



◇谷農園の野菜セット

<46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、ほうれん草2束・人参・小松菜・なばな・かぶら・赤い大根

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。



お問い合わせの前に

組合員サービスセンターへのお電話が集中しつなかりにくくなっております。お問い合わせをいただく前にホームページの「よくあるご質問」をご確認ください。



よくあるご質問
はこちら

CO・OP共済

CO・OP共済ご加入の組合員さんからの「ありがとう」の声を紹介します。「入院での請求は初めてだったのですが、対応が早すぎてビックリしました!!2~3週間くらいかかるのかなと思っていたら、1週間からずくに「振り込みました」のメールが届きました。とっても助かりました。」



耳寄り情報

只今オーガニック羽毛布団のキャンペーン中です。毎日寒い日が続いています。普段のお身体の健康は心地良いしっかりとした睡眠から!ぜひご検討ください!!詳細はこちらから



配送スタッフ紹介

組合員の皆様のおかげさまで沢山の友達をご紹介頂き、沢山の新規の組合員様が増えました。その加減もあり、その日の物量、交通量もありますが配送のお時間でご迷惑をお掛けしてしまうかもしれませんが、安全運転で一生懸命配送しますのでご理解頂ければ幸いです。



川北 和雅
(1665コース)



カタログ見ながらおしゃべり会 ~醤油の食べ比べもあるよ~

「毎週、同じもののしか注文しないわ」「どれが美味しいのか分からない…」
「カタログもいっぱいあるし、じっくり見て注文する時間もないわ」「味見が出来ないから美味しくなかったら嫌やし…」などなど、お悩み事はありませんか?でもでも!美味しいものいっぱいあるんですよ!オススメしたい物もたくさんあります!なので、カタログ見ながらおしゃべり会を開催します。今回は「量が多くてお試しできない」というご意見をいただいた、醤油の食べ比べをメインに行います。みんなでワイワイ、お気に入りの商品についておしゃべりしましょう。

■日時: 2月16日(水) 10:00~12:00

■会場: (新) 橿原市中央公民館料理室 橿原市小房町9-23

■参加費: (組合員) 大人300円 子ども100円 (一般) 大人450円 子ども200円 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16212787 ■定員: 15名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。
■申し込み開始日: 1/17(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了
■持ち物: 筆記用具、ふきん、マスク ■主催: 中南和地区くらぶ準備会 ■申込みメチ: 2/8(火)



メールで申込み

はならあとサステナブル講座② 種も捨てずに再利用♪種ブローチづくり

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画2回目は、かぼちゃやゴーヤ、メロンなど、野菜と果物の種で作る「種ブローチ」作りを行います。様々な色や形の種を自由に組み合わせ、オリジナルのブローチを作ったあとは、種と食にまつわるお話を少しうかがいます。今、学校給食をオーガニックにしよう!という動きが各地で盛り上がっています。そんな話も聞きながら、みんなでいろいろ考えましょう。

■日時: 2月18日(金) 10:30~12:30

■会場: はならあと 天理三島本通り商店街会場

■講師: 奈良の学校給食を考える会代表 上市佳織さん

■参加費: 組合員・一般共 はならあとチケット 大人800円 ■イベントID: 16212812 ■定員: 10名
■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。 ■持ち物: ブローチを持ち帰る小さい袋、マスク、(あれば)ピンセット ■主催: 理事会(ふうど)
■申し込み開始日: 1/24(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了 ■申込みメチ: 2/11(金)



メールで申込み

はならあとサステナブル講座③ 電力の自給自足~創エネ畜エネのある暮らし~

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画3回目は小型の太陽光パネルとリチウムイオンバッテリーを活用し、一定度の出力のある家電製品を自家発電により稼働させる生活を実践している大津いつおさんをお招きして災害にも強い創エネ畜エネのある暮らしについてお話していただきます。ここ1年くらいで太陽光発電の技術革新と価格破壊が起こり、昔よりも導入が手軽になっているそうです。太陽光発電に興味のある方は必見です。

■日時: 2月21日(月) 10:30~12:30

■講師: 大津いつおさん

■会場: はならあと2021 天理エリア サステナブル講座会場 (天理本通商店街)

■参加費: 組合員・一般共 はならあとチケット 大人800円 ※子ども=中学生以下無料 ■イベントID: 16212813
■定員: 15名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。 ■持ち物: 筆記用具 ■主催: 理事会(みらい)
■申し込み開始日: 1/24(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了 ■申込みメチ: 2/15(火)



メールで申込み

みどりさんの子育て講座 全6回 <単発受講可能>

滝口みどりさんの、長年の教師時代の経験と学び、自身の4人の子育て経験から、子育て・子どもの関わり方について成長段階に合わせた育児講座を開催します。全部で6回コースですが、興味のある回のみの方も大丈夫です。目から鱗の内容ばかりです!話の最後は質問タイム。悩んでいること。不安なこと。みんなで一緒に悩みましょう!

■日 時:④2月22日(火)、⑤3月1日(火)、⑥3月15日(火) いずれも10:00~12:00

■会 場:天理教名東詰所 2F215・216号室 (奈良県天理市田井庄町574) ※単発受講の場合は何回目に参加かお伝えください。

■講 師:滝口みどりさん(堺市の支援学校の教師を早期退職。奈良の御所にフリースペースモモを開設)

■参加費:1講座(組合員)大人1500円 (一般)大人2000円 ■定 員:15名 ■主 催:ニコニコくらぶ
■託 児:託児の受付は終了しました。 ■持ち物:筆記用具、飲み物、メモなどされる方はバインダー等。 ■イベントID: 16212735
■申し込み開始日:11/22(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:各回10日前まで ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

WEB ネオニコフリー連続オンライン学習会 <第1回>

「ネオニコ系農薬 子どもたちへの影響は?」ネオニコ系殺虫剤が市場に導入されて20年あまり。ミツバチやトンボがいなくなっただけでなく、人体への被害も明らかになり、ネオニコは胎盤もすり抜けてしまうことがわかりました。子どもたちを守るために私たちに何ができるのか、ネオニコチノイド研究の第一人者 平久美子さんに教えていただきますよ。

■日 時: 2月23日(火・祝)14:00~16:00

■会 場: オンライン開催 (zoom) ■講 師:平久美子さん(東京女子医科大学医師)

■参加費: 無料 ■イベントID: 16212798 ■定 員:各300名(先着順)
■申込メ切:2/14(月) ※メールでお申し込みください。※メ切後、オンラインの参加方法についてメールでお知らせします。
■主 催:生協ネットワーク21連携開催/コープ自然派産直委員会



メールで申込み

はならあとサステナブル講座④ 地球にやさしい生活を ~みつろうラップづくり~

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画4回目は、みつろうラップづくりを行います。これまでラップといえぱ一度使ったら捨てるのが当たり前でしたが、環境にやさしいみつろうラップというものがあるのをご存知ですか?みつろうラップは繰り返し使うことができるうえに、ミツバチが作り出す天然ロウを材料としているので、役目を終えたら土にかえり、たい肥にもなります。日々の生活で持続可能なみつろうラップを使って、環境汚染や地球温暖化に影響を与えない自然にやさしい行動を始めませんか? (1歳未満のお子さん、妊婦さんはボツリヌス菌の影響が懸念されますので、参加はお控えください)

■日 時: 2月23日(火・祝)10:30~12:30

■会 場:はならあと 天理三島本通り商店街会場 ■講 師:佐々木 彩さん (SAZAI主宰)

■参加費:組合員・一般共 はならあとチケット 大人800円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212814
■主催:理事会(みらい) ■定 員:10名(親子での参加も可) ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可。
■持ち物:お気に入りの布地(綿100%、ガーゼ生地は使えません)があれば、ご持参ください(15cm×15cm程度の大きさのものを2~3枚)
■申し込み開始日:1/24(月)12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了 ■申込みメ切:2/21(月)



メールで申込み

New

はならあとCINEMA「PEOPLE POWER (ピープル・パワー)」上映会&座談会

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画。人間にとって最大の危機とされる気候変動。この問題のために今何ができるのでしょうか? 「一人ひとりの力は小さくとも、それらが集まることで大きな変化を起こすことができる。」と信じ、思いを行動に移した人びとの積み重ねは、確実に世界を変え始めています。そんな彼らに焦点を当て、それぞれの立ち位置より解決に向けて動く姿から、私たち一人ひとりができることのヒントを探ります。上映後は、映画の感想や私たちができる一歩を皆さんでディスカッションしましょう。会場は元パチンコ屋をリノベーションした天理市のゲストハウスです。

■日 時: 2月25日(金)13:30~15:30(上映時間25分)

■会 場:モリノゲストハウス 〒632-0016 奈良県天理市川原城町73-6

■参加費:組合員 大人1,000円 子ども 無料(一般共) ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212861
■主催:理事会(みらい) ■定 員:20名 ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可。
■申込みメ切:2/18(金)※応募者多数の場合抽選。メ切後、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。



メールで申込み

New

WEB 衆院選どうだった?あとのまつり♪わっしょい♪

10月の衆院選、投票行きました?投票率は55.93%でした。選挙に行った人も行かなかった人も、投票した人が当選した人も落選した人も、みんなで衆院選をふりかえる「あとのまつり」を開催します。「どんな選択もオッケー」をルールに、ぶっちゃけトークができる場を用意しますので、飲みながら、食べながら、わいわい話しましょう。祭りのような雰囲気でお政(まつり)について話し、夏の参院選に向けて盛り上げていけたらと思っています。

■日 時: 2月26日(土)14:00~16:00 ■会 場: オンライン開催 (zoom)

■参加費: 無料 ■イベントID: 16212862 ■定 員:各30名(先着順) ■主 催:憲法連絡会
■申し込み開始日:2/7(月)12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了
■持ち物:お祭り気分を盛り上げる食べもの、飲み物 ■申込みメ切:2/17(木) ※メールでお申し込みください。



メールで申込み

はならあとサステナブル講座⑤

できることを考えよう シャプラニール活動お話&「ノクシカタ」刺しゅう体験会

「奈良・町家の芸術祭はならあと2021」とコープ自然派奈良のコラボ企画最後は、シャプラニールの活動お話&「ノクシカタ」刺しゅう体験会です。国際協力NGOシャプラニールは南アジアで児童労働の削減、災害に強い地域づくり、フェアトレードなどの活動を進めていて、コープ自然派奈良では、毎年春に「ステナイ生活キャンペーン」を行っています。そんなシャプラニールの活動のお話をお聞きし、バングラデシュの伝統刺しゅう「ノクシカタ」を体験しながら私たちに何が出来るのか、一緒に考える機会になればと思います。

■日 時: 2月27日(日)13:00~15:00

■会 場:はならあと 天理三島本通り商店街会場

■講 師:シャプラニール 高階悠輔さん

■参加費:組合員・一般共 はならあとチケット 大人800円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212815
■主催:理事会(つながる) ■定 員:10名 ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可。 ■持ち物:筆記用具、刺繍針、マスク
■申し込み開始日:1/24(月)12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了 ■申込みメ切:2/21(月)



メールで申込み

WEB 自然派シネマなら2月上映会『simplife』

simplifeは、「身の丈の暮らし」をテーマにしたロードムービー。様々な理由からタイニーハウスを選択した人たちの暮らしはとても個性的。モノを手放したことで、たくさんの自由を手に入れることに成功しています。そんな人たちの言葉や暮らしの景色から、自分らしく生きるためのヒントが見つけれられるかもしれません。上映後、皆さんと感想をシェアしたいと思います。

■日 時: 2月28日(月)10:00~11:40 頃(上映時間78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: 16212826 ■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:2/18(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。連絡のない場合はご参加いただけます。
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
コチラから



メールで申込み



ピラティスでインナーマッスルを鍛えて姿勢と身体機能の改善を目指そう♪

ピラティスとヨガの違いってご存知ですか?ピラティスはヨーロッパで主にリハビリなどの身体機能を向上させる目的で考案され、ヨガはインドで修行のための瞑想を目的に始まったものです。また、ピラティスは胸式呼吸、ヨガは腹式呼吸という違いもあります。イベント当日、前半は筋膜リリースで筋肉をマッサージし、後半にピラティスを教えて頂きます。寒さで肩が丸まってしまっている方、運動不足の方、ぜひ一緒にピラティスを学んで体を元気に健康にしましょう♪

2月14日と28日の2回連続開催です。内容は同じになりますので、1回のみの方も参加でもいいですし、2回参加でしっかりピラティスを体験してみるのもおすすめです。ピラティスマットは先生がご用意くださいます。

■日 時: 2月28日(月)10:00~12:00 ※2/14(1回目)は定員超えのためメ切りました

■会 場:はぐくみセンター 奈良市三条本町13-1 (JR奈良駅西口から南へ約200m) ■講 師:仲林 幸子さん

■参加費:(組合員)大人500円 (一般)大人700円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID: 16212810 ■定 員:大人8名
■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:不可。 ■申し込み開始日:1/17(月)12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より
※定員に達し次第、受付終了 ■持ち物:動きやすい服装、飲み物、必要な方はタオル ■主催:きらきら ■申込みメ切:2/21(月)



メールで申込み

映画「タネは誰のもの」上映会&交流会

登録品種の自家採種を禁止する「改正種苗法」が賛否両論渦巻く中で成立し、1年が経過しました。この映画は、元農林水産大臣の山田正彦さんが全国の農業の現場取材し、自家採種を行う農家、種苗を育成する農家、研究者など、それぞれの立場の声を聞いたドキュメンタリーです。私たちの食の根幹となる「タネ」のこと、映画を通して考えてみませんか?上映後は、種子・種苗法問題やゲノム編集問題に詳しい松尾さんを囲んで交流しましょう。自然派のスイーツを用意してお待ちしています。(上映時間65分)

■日 時: 3月2日(水)10:00~12:00

■会 場:コープ自然派奈良事務所 2階 会議室

■講 師:コープ自然派事業連合副理事長 松尾由美さん

■参加費:(組合員)大人300円 こども50円 (一 般)大人400円 こども100円 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16212853 ■定 員:15名 ■持ち物:筆記用具・マスク ■主催:理事会(ふうど)
■託 児:託児:あり(500円/1人)。子ども・1歳未満の同伴:可。
■申し込み開始日:1/31(月)12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了 ■申込みメ切:2/25(金)



メールで申込み

