

# まほろば元気通信

2021  
Vol.52  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1126 2022.3.14

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

公示

2022年度総代決定のお知らせ

2022年度の総代は定数内のため、以下の方々が無投票当選となりました。

2022年2月1日

北東和 / 86名

相葉尚美 赤澤美津子 伊藤久枝 井上ルミ 尾植雄 大久保佳子 大西桂子 大西みき 大場千賀代 大庭千紘 岡嶋留美 奥田伶香 小國真以 尾上和美 籠谷正子 片上敏喜 加藤利香 河寄美果 河原佐知子 紀あつ子 北浦由香 木下裕季 木村まどか 古賀裕美子 児島菜友香 児島由希 阪口美絵 さかもとようこ 櫻井祐子 佐藤玉恵 桂美樹子 佐藤三奈 嶋山昌子 重村とみ 白坂理恵 杉本敏江 関口真克 関口泰子 妹尾秀美 高添智子 高田由美 谷口英子 田村由貴 塚本里祥 寺山華 土肥恭子 富田たみ 鳥元真由美 中嶋佐栄子 中野恵美子 中山雅子 中山悠子 夏目あや 西川伊都子 西典子 新田文奈 能登久枝 橋本多恵 服部每亜 東谷ルリ子 廣瀬さやか 深江誠子 福井亜由美 藤本奈々 堀邊梨絵 松南礼子 松本祥子 松本知子 松本直子 宮内晶子 三宅知砂 宮崎敏子 宮地美保 村岡敏子 村戸春奈 森岡恵美子 森口いち代 森美和子 森村瑛子 谷戸あすか 山口晶世 山田智絵 山名香奈美 結城博美 吉川愛子 吉野成子

北西和 / 55名

芦田美奈子 足立洋乃 荒井戸世美 池田三絵子 石田いくこ 乾美保子 上田幸子 上村典子 大竹典子 岡野正美 小河優美 奥田真佐子 奥田昌代 箕歩 加藤裕美 加納辰彦 北田多喜 喜多麻有子 日下育子 栗原有希 郡浜知子 小原容子 駒水遥子 佐伯たまみ 佐々木恵美子 佐野結美子 椎野晶子 清水真知 下中陽子 杉山千尋 宗雲幸子 副島博子 高岸和子 高間奈穂 竹中志野 武原直子 竹村佳世子 立本愛貴 津田順子 中島裕子 中村千花 灘千晴 西畑彩子 西村美和子 能登美香 東原智子 古川晴香 前田夏美 正木直美 三本早美 宮西敏世 森みずほ 矢島美和子 湯浅美奈子 好並環維

中南和 / 59名

明野昭美 井岡尚美 井岡由依 池端絹代 巖榎弘子 植村すずみ 梅村明美 太田久美子 大西香織 大西満菜美 大森孝子 沖本可奈 奥瀬健介 尾辻春美 梶本道代 鍋木香梨 河村志朗 木村恭平 木村真美 黒沢圭子 小佐沙季 近藤玲子 坂口初美 崎山真希 澤田直子 椎野やよい 下田由香 鈴木円香 竹沢由佳 田中美香 谷口摩由充 田平智子 辻井美仁 津田敦史 津田麻規子 堤錦子 戸田祐香莉 富田直美 中村潤子 西里久利 橋本伴子 東亜希子 平井恵美 藤川千恵 藤田芙久子 松井佳子 松長かをり 松田直子 松本結衣 丸山尚子 満重より子 皆見裕子 宮田一美 村井真珠代 牟礼こなみ 森井あす香 山尾貴美 夕田賀名世 弓場曜子

プラスチックリサイクルに向けて

**ポリ袋の回収がスタートします！**

詳しくは  
52号ポスティ  
P33の特集を  
ご覧ください

回収できるものは2種類

① お届け箱の中で、商品を梱包しているポリ袋

(シールがついている内袋)

② 食材セットの外袋(ラップではなく、商品を包むポリ袋)

出し方【水ぬれ・汚れ・シール厳禁】

①シールをはがす

袋をリサイクルする際、溶かして粒状にしますが、紙が異物となりリサイクルがとても難しくなります。お手数をお掛け致しますが、組合員のみなさまのご協力が必要です。

シールは必ずはがして(ちぎって)ください。

②空箱に入れて出す

お届け日に合わせて、空箱やカタログなどと一緒に折り畳みコンテナ(緑のオリコン)や白箱に入れて出してください。 ※風で飛ばされないようご注意ください。

Q. 何のために回収するのですか？

A. 排出している責任のもと、資源を循環するために回収しリサイクルします。

Q. シールをはがすコツは？

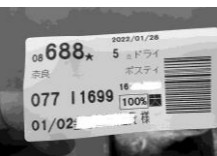
A. お届け後すぐの方がはがれやすくなります。袋は破れてしまっても結構です。紙が残っているものや汚れているものはリサイクルができないため、野菜くずや食品が残っていないかも、出す前に再度ご確認をお願いします。



① 内袋(ガゼット袋)



② 食材セットの外袋



商品を梱包している  
ポリ袋のシール

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、空箱を翌日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が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「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

お友だち紹介キャンペーン

「お友だちお試しサンプル」ご注文、受付中!!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。

2022/5/31申し込み分までとなっておりますのでお早め!!

①角食北海道ミルクパン 注文番号 994750

②グラハム食パン6枚 注文番号 994743 ご注文お待ちしております!!

配送スタッフ紹介

小学校一年生の娘がコープ自然派の「プチデニッシュ」が気に入りで、休みの日の朝ご飯をゆっくりと楽しんで食べています。それと私はポークウィンナーも大好きです(^^) ぶらす便でもウイナーはよくご注文いただいています。ぜひ一度ご賞味ください!(^^)!



ぶらす便  
中川 佳子



香料自粛のお願いをしています

香害とは、柔軟剤、消臭除菌スプレー、制汗剤、芳香剤、合成洗剤などの強い香りを伴う製品による健康被害の事です。



詳細はこちらから➡

報告

WEB 再生可能エネルギーの太陽光パネル  
について聞いてみよう!

■開催日:2021年10月27日  
■場 所:オンライン開催(ZOOM)  
■主 催:理事会みらい

コープ自然派奈良で、二酸化炭素と温室効果ガスをどのように減らしていくのか、組合員の皆さんと一緒に考えるため、気候ネットワークの上席研究員の豊田陽介さんにお話を伺いました。

IPCC(気候変動に関する政府間パネル)は、科学研究から、地球温暖化の原因は人間活動である可能性を「疑う余地がない」と発表しました。日本も2050年カーボンニュートラルに向け、中間目標である2030年温室効果ガス削減割合を46%としています。再生可能エネルギー割合は不十分、原発割合は現実的ではない数値、石炭も使い続ける計画で、目標達成が危ぶまれる状況です。有効な温暖化対策は、使ってもCO2出さないエネルギーへの転換です。

太陽光発電設置のメリットは①経済性(電気代の節約) ②環境性(CO2削減) ③防災(停電時も自立発電) ④省エネ(屋根の断熱) などがあります。デメリット(疑問や課題)については、以下の4点について解説いただきました。  
・太陽光パネル製造時のエネルギーは1年程で回収できる。  
・使用済みパネルの廃棄に関しては、リサイクル技術もあり、回収再製品化の実証も始まっている。  
・太陽光パネル原材料であるシリコン採掘におけるウイグル自治区での人権侵害の疑いは、証拠や確証はなくあくまで可能性であり、人権問題を盾にしたアメリカによる中国の経済規制であると考えらる。  
・メガソーラーのような大規模開発は、自然環境に影響を与えるので、地域の合意形成が大事。

また、太陽光パネルを設置する以外には、再生可能エネルギー比率の高い電力会社に切り替えること(パワーシフト)で、環境に優しい電気を使うことができることをお伝えいただきました。パワーシフトする際には、電源構成比を確認することが重要です。

以下、質疑の一部をご紹介します。

Q.政府は、日本は自然環境が再エネに向かないので原発や化石燃料が不可欠としているが?

A.日本は、使っているエネルギー量の3~5倍のポテンシャルがある。あらゆる再エネに向いている。

Q.台湾製など中国製のものを使っていないパネルは流通していますか?このような業者を見分けるには?

A.メーカーにお問い合わせすると確認できる。

Q.太陽光発電の電磁波は発生しますか?

A.太陽光発電は低圧電力で電磁波は発生しない。パワコンから電磁波が発生するので、設置場所など配慮が必要。

具体的な質問にも丁寧にお答えいただき、気候危機や太陽光発電について理解を深めることができました。 【報告者:永野】

◇自然派の野菜セット

<52号> 注文番号308 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、ほうれん草、春菊、ぶなしめじ、生なめこ、菊芋、かつお菜。かつおの出汁に負けないくらいおいしいことから、かつお菜と呼ばれているそうです!



◇谷農園の野菜セット

<52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・人参・小松菜・なばな・菊菜・みぶな・レタス



### ● 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らるためです。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。

▼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。**

## 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: 3月22日(火) 10:00~12:00**

**■会場: はぐみセンター** 奈良市三条本町13番1号

- 参加費: (組合員)大人250円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下
- 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: 飲み物、カッターナイフ、はさみ、新聞紙(有れば)

\*新型コロナの感染状況により、内容などに  
変更があることがあります、予めご了承ください。



メールで申込み

## WEB 香害は公害～見直そう毎日の暮らし方

【あなたが使ってるその製品の香り、ほんとに大丈夫?】数年前から香りブームと言われますが、日用品に使われる香料はほとんどが合成香料。香りは化学物質の粒。その影響は頭痛や吐き気、目やのどの痛みを引き起こすだけでなく、発がん性や生殖毒性を指摘されるものも。世界的にも妊娠中からの化学物質暴露が子どもにどう影響するか、調査がされている時代に、無知無神経に香料をばらまく生活をしていませんか?大学での研究でハウスダストからマイクロプラスチック香料が、深海堆積物からも合成香料が検出されています。化学物質過敏症患者も増え続けています。まさに、**香害は公害**。かつての公害問題との大きな違いは、有害物質の含まれる製品を作っているメーカーだけでなく、「私はニオイがわからないし、自分の身体はなんともないから気にしない」と感覚が鈍っている消費者により香料や化学物質汚染が広がり、環境に蓄積しているということ…食べ物だけオーガニックにしても、環境を汚す日用品を使っていたら意味がありません。香害のいまを知り、暮らし方を見直してみませんか?誰かにとっての凶器はあなたにとっても諸刃の剣ですよ!

**■日時: 3月26日(土) 10:30~12:00**

**■会場: オンライン開催(zoom)**

**■講師: 平賀典子さん (日本消費者連盟・洗剤部会、香害をなくす連絡会)**

- 参加費: 大人500円 (一般共)
- 定員: 50名
- 持ち物: 筆記用具、必要に応じてヘッドフォンなどご用意ください。
- 主催: 自然派カナリア
- 申込みメ切: 3/18(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。 ※メールでお申し込みください。



メールで申込み

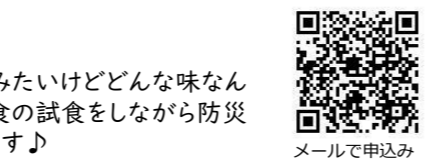
## 親子で防災食の試食&防災について学ぼう♪

防災食って買ったものの子どもが食べなかったという経験はありませんか?また、買ってみたいけどどんな味なんだろう、など災害時でも安心して食事ができたら嬉しいですね。お子さんと一緒に防災食の試食をしながら防災について学びませんか? また災害時での対策などみんなでシェアし合えたらなあと思います♪

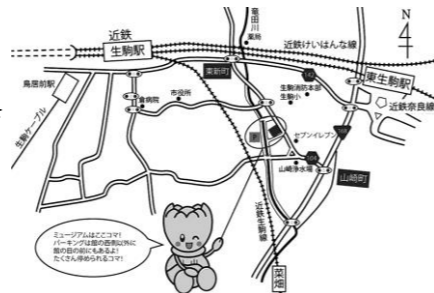
**■日時: 3月29日(火) 10:00~12:00**

**■会場: 生駒ふるさとミュージアム** (生駒市山崎町11番7号)

- 参加費: (組合員)大人300円 子ども無料 (一般)大人400円 子ども無料 ※子ども=中学生以下
- イベントID: 16212873
- 定員: 10名
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。
- 申し込み開始日: 2/21(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、お箸、お皿、飲み物



メールで申込み



## 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~ <榎原>

「毎週、同じものしか注文しないわー」「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!お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: 3月29日(火) 10:00~12:00**

**■会場: (新)榎原市中央公民館料理室** 榎原市小房町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: 2/21(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



メールで申込み

## WEB 自然派シネマなら3月上映会 『コスタリカの奇跡 ~積極的平和国家のつくり方~』

1948年に軍隊を廃止したコスタリカ。軍事予算を社会福祉に充て、国民の幸福度を最大化する道を選んだ奇跡に迫ったドキュメンタリー映画です。憲法改正をめぐる自衛隊の存在を論じられている今こそ、70年前に軍隊を解体したコスタリカの画期的な取り組みから学ぶべきことがあるのではないのでしょうか? 国の安全保障や人びとの幸福とは何かを、映画を通して一緒に考えましょう。

**■日時: 3月30日(水) 10:00~12:00 頃(上映時間90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: 16212865
- 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: 3/18(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



## 報告 WEB 自然派シネマなら11月上映会「スマホの真実～紛争鉱物と環境破壊とのつながり」

- 開催日: 2021年11月23日
- 場所: オンライン開催(ZOOM)
- 主催: 理事会シネモプロジェクトチーム

私たちが日々使用しているスマートフォンなどの電子機器。その部品がどこでどの様に調達されているのか考えてみたことはありませんか?スマホなどの電子部品に使われている鉱物は tantalum、スズ、金、タングステン等でこれらのレアメタルは世界各国で採掘されています。コンゴ東部地域では内戦が長期化しており、武装勢力が鉱物の利権を争って更なる内紛が起きました。この事を知った購買者がその製品を買わない不買運動が起こります。また、フィリピンのミンダナオ島では2005年から日本の企業が参入してニッケルの採掘が始まりました。木が伐採され山が切り崩され、有害物質が海や川に流出したのです。住民から皮膚がただれる、新生児の死亡などの健康被害が続出しました。海では現地の住民が貝を採って食用にしています。川では水浴びや洗濯をします。海や川は彼らの生活の一部です。鉱山近くのタガニート川流域では日本の環境基準(0.05mg/L)を超える六価クロムが検出されました。生態系を破壊し住民の健康や生命を脅かす開発は必要でしょうか? <参加者の感想> ・どうしたらいいか解らない。スマホなしの生活は考えられない。使用済の機器はリサイクルに出します。 ・リユース、リサイクルはコストがかかるので民間企業はなかなか手を付けない。(政府の介入が必要) ・豊かな自然の中で暮らしていた人々の生活が奪われるのはひどい話。伐採された森林や汚染された河川。採掘が終わった現場には何も残らない。企業は搾取して利益だけを取って行く。 ~35分という短い時間でしたが考えさせられる事の多い映画でした~ 【報告者: 帯田】



## 報告 自然派シネマなら12月上映会 「台北カフェ・ストーリー」

- 開催日: 2021年12月15日
- 場所: オンライン開催(ZOOM)
- 主催: 理事会シネモプロジェクトチーム

台北で姉妹が経営するカフェでのお話です。姉の念願だったカフェ。妹を巻き込んでオープンさせたもののお客さんが来てくれません。そこで、妹が考えたのが「物々交換」です。そのウサガが徐々に広まり、やがて姉妹のカフェの魅力となり様々なお客さんが来るようになります。物々交換がきっかけで出会った人たちが心を通わせていく。そして物々交換をきっかけに姉妹の価値観も変わっていきます。始めは妹の考えに頷けなかった姉も、物々交換を楽しむようになっていきます。お金では買えない大切なもの。「もの」にあるいろんなストーリーを考えると広い世界へ旅するような…ほのぼのの楽しい想像もさせてくれる映画でした。自然派シネマならの上映会では毎回上映後に、みんなで感想をシェアしています。この映画の上映後もそれぞれの感想を共有しましたが、同じシーンを観ていたのにみんな少しずつ感じ方、メッセージの受け取り方が違っておもしろかったです。また人の意見や感想を聞くことで、自分ではどう表現して良いかわからなかった気持ちを、言葉にできたりすることもあります。みんなで同じものを観ることで得られる貴重な経験です。ぜひこの共有の時間も楽しんでください。 【報告者: 奥章子】