

# まほろば元気通信

2022  
Vol.23  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1149 2022.8.22

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

## 良品返品に関するお知らせ

コープ自然派各所属生協の宅配約款に則り、良品返品受付基準に関して組合員のみなさまに改めてお知らせいたします。

### 【返品受付基準】

お届け日から8日以内に生協または組合員サービスセンターへご連絡いただければ、未開封で、利用者によるキズ等がない場合に限り返品することができます。

※返品については、一部手数料がかかる場合もございます。  
※未開封でも、一部返品できない商品がございます。  
※カタログごとに返品についてのご案内を記載させていただいております。

ただし、以下の商品等については返品することができませんのでご了承ください。

- ・食品
  - ・書籍、CD、DVD、Blu-ray等の著作物
  - ・カセットコンロ、同コンロで使用するガスボンベ
  - ・植物、植物の種
  - ・ペットフード
  - ・医薬品、化粧品、衛生用品
  - ・チケット類
  - ・複数の物品を一括して供給するセット商品の一部（セット商品全体を返品する場合は含みません）
  - ・利用者の指定により製作・加工した商品（利用者の指定により名前を入れた商品等）
  - ・予約商品
- 以上、ご了承のほど、何卒よろしく願いいたします。

## 報告

### 自力整体を体験してみませんか？

自力整体は人の手を借りず、自分で自らの体を治療するボディワークです。講師は、矢上予防医学研究所 自力整体ナビゲーターの佐竹正子さん。自力整体には、自然治癒力を高め、歪みを取り正しい位置へ戻し、自律神経を整え、痛みを根本なら取り除く等の効果があるそうです。ナビゲーター（講師）の声に誘導されながら、体を揺すったり指圧したり、気持ちよく伸ばしたり。輪っかタオルを使って筋肉に力を入れて反発させる手法でほぐしたりしました。行っていると副交感神経が優位になり、途中で寝てしまうほどリラックス状態に。参加者のみなさんより「気持ち良くほぐれて気分がスッキリした」との感想をいただきました！最後に参加者には、自然派のおやつ「おかき」「有機アップルキャロット」をおやつ感想アンケートと一緒に持ち帰りいただきました。【報告者：船内智子】



- 開催日：2022年6月30日
- 場所：大和郡山市平和地区公民館
- 主催：郡山地区くらぶ スマイル

## ◆自然派の野菜セット

<23号> 注文番号311 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。野菜セットは食育です！野菜セットなら年間100種類以上の野菜が入ります。



## ◆谷農園の野菜セット

<23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、えんさい・ミニトマト2点・ピーマン・オクラ・にら・なすび

## 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。



### 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なくなりつつありますが、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

### ＼キッチンカーでパン販売にお伺いします！

組合員さんのご自宅、職場、地域のイベント等でパン販売にお伺いできる場所を募集しています！気軽にお問い合わせください♪



### お友だち紹介キャンペーン

お友だちにコープ自然派を紹介すると、紹介した組合員さんと紹介されたお友だちに、10フレンド差し上げます。ご紹介特典の条件：フレンド獲得には、新しくご加入頂いたお友だちが、ご加入後2か月以内に、1万円以上(商品代金)のご利用が必要です。お友だち紹介をお待ちしております！！

### 私のおすすめ商品

『若手の畑応援セット』旬の野菜は美味しく栄養いっぱい！毎週7、8種類入っていてとてもお得です。買い支える事で、生産者さんを応援しています。一度、お試しください。まいど注文もあります。(拡大スタッフ 武田佳津美)



## コープ自然派では香害対策に取り組んでいます

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ことです(体臭は含まれない)。一瞬その香りにふれるだけでも頭痛や吐き気を引き起こしたり、ひどい場合には卒倒してしまうこともあります。そのため、コープ自然派の配送では、香害対策に取り組んでいます。

詳細はこちらから➡



・組合員活動コラム・

civic

～より良い市民になるために

♪メンバー募集中♪ 各チーム・地区くらぶでは一緒にイベント企画などの活動をするメンバーを募集しています。興味のある方は組合員サービスセンターまでお電話ください。折り返し連絡いたします。

・組合員活動コラム・

きらきら

子どもも大人も、心や身体、環境を大切にできるきっかけ作り、自分や周りを楽しみ、幸せにできるように、それをみんなで共有することを目指しているチームです。全員子育て真っ最中。できるだけ自然なものを選択することを意識した生活をしたいと思っています。気になることがあれば話し合い、周りの方も巻き込んで共有していきたいと思っていますので、機会があればイベントに参加していただきたいです。

『これまで開催したイベント』

- 「性のお話会」第2段オンライン開催 助産師山下百子さんによる『家族で聴く「性のお話会」』
- 非認知能力をほぐす子育てお話し会
- ピラティスでインナーマッスルを鍛えて姿勢とカラダの改善を目指そう！



**イベント情報**  
 ホームページから簡単に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](mailto: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りますためです。ご協力をお願いします。  
 【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。**

## 生協備品についてのご協力のお願い

### ●きれいな箱でお届けできるように

セットセンターではできる限り洗浄を行い、汚れ具合や損傷具合を判断して新しい箱に差し替え、きれいな箱でお届けできるように努めております。

### ●翌週の返却日まで大切に保管をお願い致します。

毎週商品を入れてお届けしている白箱、折りたたみコンテナが、埃や泥汚れ、雨水による変色などの状態で返却されていることがあります。

これらの配送資材は組合員の共有財産です。ご返却いただいた箱やコンテナは新たな商品が入り、他の組合員宅へ届けられますので、大切に保管いただくよう、ご協力をお願いいたします。



## New

## 防災ポーチを備えよう!

今回は防災士として活躍中の沖本さんをお呼びしています!  
 防災ポーチに必要なグッズを選んでもらって一人一人のポーチを完成させていきます!参加者がグッズを選ぶ中で、各家庭に合わせたものを選ぶように、沖本さんに聞いたり相談ができますよ。出入り自由で、講座系も無し。乳幼児連れでも気兼ねなくご参加くださいね♪



■日時: **9月4日(日) 10:00~11:30**  
 ■会場: **三宅町MiiMo 1階ホール**  
 ■講師: **沖本可奈さん (防災士)**

- 参加費: 1家族500円 子ども50円(一般共)  
 ※ポーチ1セット付  
 ※申込み時にお子さんの人数と年齢をお知らせください。
- 定員: 20名 ※大人のみも可能
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴:可
- 申込みメ切: 8/30(火) ※応募者多数の場合抽選。
- 持ち物: 好きなポーチ。なければスタッフが用意したものを100円で購入可能です。2セット以上作成を希望される場合は1セットにつき300円で作成が可能です。申込み時に何セット希望かお知らせください。
- イベントID: **16223155**    ■主催: ニコニコくらぶ



(奈良県磯城郡三宅町伴堂689番地)  
 近鉄橿原線石見駅下車西へ(徒歩約18分)  
 近鉄田原本線黒田駅下車北へ(徒歩約15分)

**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。

<https://forms.gle/ecniGJX9LaDpwQh49>

## あらためて、生協ってなんなん?学習会

生協って「会員にならないと買い物ができない」し、「会員になるときに金をとられる」し、そもそも「会員じゃなくて組合員」って呼ぶのも意味分からんし、生協ってなんなん?生協がなにか分かれれば、もっと楽しい、もっと活用できる。あらためて生協について、奈良女子大学で食と農、地産地消、協同組合などを研究しておられる青木美紗先生にうかがいます。青木先生は、ご自身もコープ自然派おおさかの組合員として、2歳の子育てをしながら生協を大活用されているんですよ♪

※当日参加が難しい方は、録画視聴できますので、お申し込み時に「録画視聴希望」とご記入ください。  
 また、編集版を後日YouTubeにて公開予定です。

■日時: **9月8日(木) 13:00~15:00**  
 ■会場: **コープ自然派奈良会議室 & オンライン**  
 ■講師: **青木美紗さん(奈良女子大学 講師)**

- 参加費: 無料 ※子ども=中学生以下
- 定員: 会場20名、オンライン50名
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴:可。
- 主催: 理事会(つながる)
- 申込み開始日: 7/11(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: 9/2(金) ※定員に達し次第、受付終了 (奈良市今市町40-1)
- イベントID: **16223132**



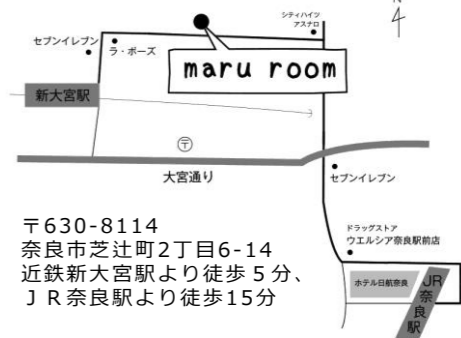
メールで申込み

## 触れて実感!ナチュラルムーン学習会

多くの女性が毎月お世話になっている生理用品、スーパーではたくさんの種類があって選ぶのも難しいですね。でも自然派で取り扱っている生理用品は「ナチュラルムーン」だけ。ほかに選択肢がないのってどうなの?しかも手に取って試してみることもできないし... という声にお応えして今回生産者さんに奈良に来ていただき、直接商品に触れたり自然派がなぜナチュラルムーンを選んでいるか、カタログだけではわからない商品のお話をお聞きます。快適な毎日を過ごすためのアイデアがいっぱいです!

■日時: **9月15日(木) 10:30~12:30**  
 ■会場: **maru room (マルルーム)**  
 ■講師: **田村さん(G-Place)**

- 参加費: (組合員)大人200円 子ども無料    ■定員: 20名  
 (一般)大人300円 子ども無料 ※子ども=中学生以下
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴:可
- 持ち物: 筆記用具
- 申込み開始日: 8/8(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: 9/13(火) ※定員に達し次第、受付終了
- イベントID: **16223175**
- 主催: 理事会(商品)



メールで申込み

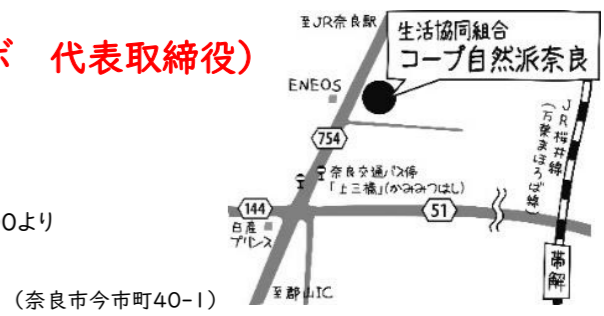
## GO GOやさいバス!加藤百合子さん講演会

やさいバスとは、生産者と購買者が『おいしいを共創する』ための青果流通の仕組み。直売所や道の駅などをバス停に設定し、「やさいバス」と名付けた冷蔵車が巡回します。農家が出荷した品物を、使う人(レストランなど)はその日のうちに受けとれる、生産者も購買者もどっちもうれしい仕組みです。そんなやさいバスをはじめた加藤百合子さんにお話をうかがい、奈良の産直野菜をもっと広げるヒントをいただきます。

※講師はオンライン参加となります  
 ※農水省オーガニック産地育成事業として開催します

■日時: **10月11日(火) 13:00~14:30**  
 ■会場: **コープ自然派奈良会議室 & オンライン**  
 ■講師: **加藤百合子さん((株)エムスクエア・ラボ 代表取締役)**

- 参加費: 無料 ※子ども=中学生以下
- 定員: 会場20名、オンライン100名
- 託児: なし。子ども・1才未満の同伴:可。
- 主催: かしはらオーガニック
- 申込み開始日: 8/22(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: 10/7(金) ※定員に達し次第、受付終了
- イベントID: **16223072**



メールで申込み