

# まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1156 2022.10.10

**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▶ ①~④ 8:30~20:00

2022  
Vol.30  
NARA

**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。

＼キッチンカー出店情報／

10月23日(日)  
『平群マルシェ』@平群町総合文化センター(どんぐり広場)  
『登美ヶ丘わいわいフェスタ2022』@中登美ヶ丘近隣公園

【自然派だいすきキャンペーン実施中】  
コープ自然派未加入のお友だちとイベントに参加して下さった組合  
員さんに、「お米クーポン」を差し上げています!ぜひお友だちと遊び  
に来て下さいね!

配送スタッフ紹介

秋らしい気温になり、随分と過ごしやすくなりましたね。あっという間に冬が来て、あっという  
間に今年も終わりそうです。冬と言えばクリスマス  
ケーキやおせちの早期予約を承っているの、ぜ  
ひチェックしてみてください!

1678コース  
久禮 実莉

私のおすすめ商品

『自然派Style鮭フレーク』  
おにぎりはもちろん、贅沢に鮭チャーハンにしても、おいしいです!  
(営業事務 向崎晴世)

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

・請求からほどなく共済金が振り込まれました。迅速でありがた  
かったです。  
・ケガ通院はネットで請求できるから便利!!

**お詫び  
出資配当お知らせ  
はがきの一部掲載  
間違いについて**

組合員の皆さまにはコープ自然派奈良の運営にご理解ご協力賜りありがとうございます。

9月末より郵送にてお届けしております「出資配当のお知らせ」の中で、「配当率(年率)」の記載が誤っており  
ました。  
(誤)配当率(年率)0.10% → (正)配当率(年率)0.40%  
なお、配当金額については0.40%にて算出しており、誤りはございません。

組合員の皆さまにはご迷惑をおかけし、誠に申し訳ございません。今後、このような間違いが起こらないよう努  
めてまいります。引き続き運営へのご理解ご協力よろしくお願ひ申し上げます。誠に申し訳ございませんでした。

**はならあとサステナブル講座 会場:天理三島本通り商店街会場**

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

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、一緒に考えましょう。

■日時:10月29日(土)10:30~12:30 ■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1000円 子ども50円 ※子ども=中学生以下無料(保険料50円のみ)  
■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、普通針、糸切りはさみ、あれば刺繍枠(なくても可)、マスク  
■定員:10名 ■主催:理事会(つながる) ■イベントID:16223256 ■申込みメ切:10/21(金) ※先着順。定員に達し次第、受付終了

地球にやさしい生活を ~みつろうラップづくり~

みつろうラップは繰り返し使うことができるうえに、ミツパチが作り出す天然ロウが材料な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、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:10月31日(月)10:30~12:30 ■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1000円 子ども50円 ※子ども=中学生以下無料(保険料50円のみ) ■イベントID:16223255  
■主催:理事会(商品) ■定員:10名 ■託児:なし。子どもの同伴:可。1才未満の同伴:不可。 ■申込みメ切:10/27(木) ※先着順。定員に達し次第、  
受付終了 ■持ち物:お気に入りの布地(綿100%のもの、ガーゼ生地は使えません)があればご持参ください。(15cm×15cm程度のものを2~3枚)、マスク

**はならあとCINEMA 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  
(天理駅から徒歩5分)**

はならあとCINEMA「壊れゆく森から持続する森へ」上映会

国土の約7割を森林が占める日本。林業従事者が減少し、多くの森で主伐(皆伐)が行われ、見た目も無残な姿に変わ  
った山も少なくありません。しかし「持続可能な林業」を目指し、適正な規模の森林をくり返し間伐することで環境にも配慮し  
た「自伐型林業」を進める人々もいます。多方面からのインタビューを収めたドキュメンタリー映画です。  
はならあと入場チケットをお持ちの方は、1回限り映画500円でご覧いただけます。

■日時:10月29日(土)13:30~15:30(上映時間39分)

■参加費:組合員 大人1,000円 子ども(保険代50円のみ) (一般共) ※子ども=中学生以下 ■イベントID:16223253  
■主催:理事会(つながる) ■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:9/26(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:10/21(金)

＼コープ自然派奈良/  
新センターへの道15

工事進捗状況

外壁ができてきました。写真は9月15日の  
様子です。完成まであと1か月!!11月5日  
(土)、6日(日)にはかべぬりイベントを予  
定していますので、ぜひ参加して下さいね。

会議室の机づくり

会議室の机は、下北山村の木を使って、  
スカイウッドさんという下北山村の会社  
に作っていただいています。  
そのうちの1台を自分たちで作ってしま  
せんかご提案いただいて、理事が3回  
下北山村まで通って体験させていただ  
くことになりました。

1回目(9月25日)は、木が育つ森の様  
子や、丸太を板にする様子を見学させ  
ていただき、板を机の天板の大きさにカ  
ットする工程を体験させていただきました。

2回目、3回目の様子もまたご報告しま  
すね。できあがりをお楽しみに!  
(2022.9.28)

子ども笑顔基金プロジェクト  
報告11

ワーカーズコープ立ち上げ準備 進捗報告4

10月1日、いよいよ労働者協同組合が施行されます。労働者協  
同組合とは、生協(生活協同組合)が、消費者が出資・運営・利用す  
るように、労働者が出資・運営・労働する共同組合です。

コープ自然派奈良では、このワーカーズコープの「協働労働」とい  
う新しい働き方で、いろいろな地域の社会課題を解決できるのではと  
考え、理事会内に「ワーカーズ設立準備会」を設置し立ち上げに向け  
て進めています。実際にワーカーズコープが設立されたら、詳しくお話  
をおきする学習会なども開催していけたらなあ。

現在準備会では、子育て支援や居場所づくりを視野に、コープ自  
然派のすばらしい生産者さんの農産物を使った商品開発やカフェの  
運営を行うワーカーズコープの立ち上げを目指して進めています。手  
探りで進めていますので、時間がかかりますが、話し合いこそ協同組  
合の民主的運営の核。人と地域を大切に、進めていきたいと思ひます。  
(2022.9.28)

このプロジェクトは、組合員から「獲得したコープ自然派  
のポイントを寄付」していただき、そのポイントを対象とな  
る方が受け取り、安心な食べものを利用するために使う  
ことができる取り組みです。引き続き寄付にご協力をお  
ねがひします。

寄付ポイント数(奈良) 306,591 (9/30現在)  
※奈良の組合員から寄付されたポイントを奈良での支援に  
使用。累計寄付386,591ポイント-使用済80,000ポイント。

寄付の方法

- ①すべてのポイントを寄付:注文番号 999717
- ②100ポイント単位で寄付:注文番号 999724  
(例)注文数量「5」→500ポイントを寄付となります
- ③現金チャージで寄付:注文番号 999816  
(例)注文数量「2」→200ポイントを寄付となります

※①すべてのポイントを寄付「999717」、③現金  
チャージで寄付「999816」は自動注文登録をすること  
で定期的に寄付していただくことが可能です。

◇自然派の野菜セット

<30号> 注文番号313 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、  
今週は、えんさい、菌床しいたけ、里芋、き  
たあかり、つるむらさき、かぼちゃ(くりゆ  
たか)です。

◇谷農園の野菜セット

<30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、  
里芋・小松菜2束・にら・万願寺・菊菜・  
人參間引き



**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営業日を過ぎてご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。
- ▼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。**

## 土と遊ぼう!みんなでピカピカダンゴをつくらう♪

みんなで土に触れてみよう♪普段なかなかゆっくり土に触れることができないですが、この日は存分に触れてみてください。土って冷たい?温かい?かたい?やわらかい?そんなことを感じながら親子でピカピカに光る土ダンゴを作ります。お母さんもお子様も1人1つぜひ作ってくださいね♪お母さんだけの参加も大歓迎です♪リフレッシュがてらに来てください♪ (申し込み時、材料の関係上大人も作るか、ご連絡ください)

■日時: **10月21日(金) 10:00~12:00**  
 ■会場: **グリーンホール田原** (大阪府四條畷市大字上田原1番地)  
 ■講師: **横山 幸子さん** (コミュニティバス「グリーンホール田原」下車すぐ。奈良交通バス 近鉄生駒駅南口より「田原台1丁目」行きに乗車「戎公園」下車徒歩15分)

■参加費: 大人200円 子ども 200円 (一般共) ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 7組 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■イベントID: **16223180** ■主催: tenTEN  
 ■持ち物: 雑巾、粘土板(あれば)、お手拭きタオル  
 ■申込み開始日: 9/19(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: 10/19(水) ※定員に達し次第、受付終了



## ～第14回 大和ひみこ米収穫祭～田んぼで運動会

毎年恒例、大人気の「田んぼで運動会」今年も開催です!稲株残る凸凹田んぼで大人子どもも夢中になって、笑顔いっぱい!元気いっぱい!トラクターと綱引き、一輪車競争に買い物競争など楽しい種目がいろいろ♪「大和ひみこ米」を作って下さる南檜垣営農組合の皆さんと組合員との顔の見えるつながりを感じながら、楽しく一日過ごしましょう～♪  
 ※今年も食事の提供はありません。また、新型コロナウイルスの状況により、内容が変更になる可能性があります。ご了承ください。

■日時: **11月3日(木・祝) 10:00~12:00頃**  
 ■会場: **南檜垣営農組合の田んぼ** ※集合場所はお申し込みいただいた方にお知らせします  
 ■参加費: (組合員) 大人400円 子ども 200円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■定員: 親子25組  
 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■イベントID: **16223273** ■主催: 理事会(ふうと) 共催: 南檜垣営農組合  
 ■持ち物: お茶、帽子、レジャーシート ※動きやすい服装、汚れてもいい靴  
 ■申込みメ切: 10/24(月) ※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。



## New

### 新センターのかべぬり!

もうすぐコープ自然派奈良は田原本町へ移転します。会議や組合員活動で使う活動室と託児室は、できるだけ脱プラスチックをめざして、床と机・イスは木でつくり、壁はコテで自然素材をぬります。そのかべぬりを一緒にしませんか?(おうちのDIYの練習にもなりますよ～) 素材には国産材住宅推進協会おすすめの塗り壁材「微風(そよかぜ)」を使います。5日(土)下地塗り、6日(日)微風塗り、両日ともに午前、午後に分かれて、プロに教わりながら作業します。ご都合の合う日程でご参加ください。

■日時: **11月5日(土)6日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00**  
 ■会場: **コープ自然派奈良 田原本センター** (田原本町西竹田33-1)  
 ■講師: **地球環境技術研究所 藤 良和さん**

■参加費: (組合員) 大人200円 子ども100円 (一般) 大人300円 子ども200円 ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 各回10名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■主催: 理事会  
 ■申込みメ切: 10/31(月) ※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。  
 ■持ち物: 軍手、飲み物、汚れてもいい服装 ■イベントID: **16223303**



## 今年は何れにする? クリスマスケーキ試食会

まだまだ暑い日が続きますが自然派のカタログはもうクリスマスの準備で大忙し!毎年恒例のケーキに加えて今年から新たにラインナップに加わったケーキがたくさんあります。今年の試食会はこの新商品を中心にを行います。オンライン割引で先に注文をしてからでも、この試食会でしっかり味わってから決めてもよし!ですよ。お子さん連れの方は大人の取り分けをお願いします。

■日時: **11月8日(火) 10:00~12:00**  
 ■会場: **コープ自然派奈良会議室** (奈良市今市町40-1)

■参加費: (組合員) 大人500円 子ども100円 (一般) 大人600円 子ども100円 ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 10名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■主催: 理事会(商品)  
 ■申込みメ切: 11/4(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。  
 ■持ち物: 筆記用具、マスク ■イベントID: **16223278**



## New

### ～お母さんの癒しtime～リフレッシュしませんか?

子育てってどうしたらいいの?みんなこういう時はどうしているの?同じ年代の子どもの友達が欲しいな...お母さんは毎日子育てと家事に追われて悩みも尽きません。コープ自然派のおすすめのおやつを食べながらみんなで楽しく座談会しませんか? 子育ては1人でせず、みんなでするもの。みんなで支え合い、助け合っていけたらいいですね♪少し親子のふれあい運動などもしながら、楽しくお喋りしましょう♪ (今回は0~3歳or未就園児の親子の方対象です)

■日時: **11月9日(水) 10:00~12:00**  
 ■会場: **グリーンホール田原** (大阪府四條畷市大字上田原1番地)  
 (コミュニティバス「グリーンホール田原」下車すぐ。奈良交通バス 近鉄生駒駅南口より「田原台1丁目」行きに乗車「戎公園」下車徒歩15分)

■参加費: (組合員) 大人200円 子ども50円 (一般) 大人250円 子ども50円  
 ※子ども=中学生以下 ■定員: 8組 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■主催: tenTEN  
 ■持ち物: 水分、タオル、各自必要なもの ■イベントID: **16223302**  
 ■申込み開始日: 10/17(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: 11/2(水) ※定員に達し次第、受付終了



## プロから学ぶ!オーガニック家庭菜園講座②

昨年奈良市で開催して大好評だった「プロから学ぶ!オーガニック家庭菜園講座」、今年も橿原市で開催します!近年関心が高まる家庭菜園。せっかく作るなら安心安全な有機無農薬で作ってみませんか?今回はそんな、有機栽培の畑に興味のある一般の方に向け、プロの農家をお招きして家庭菜園連続講座を開催します。  
 ※講座は集会所での座学を中心に、少くも実際の畑をみながらのアドバイスもいただく予定です。連続講座ですが、単発での受講も可能です。  
 ※農水省オーガニック産地育成事業として開催します。  
 ※お申込み時に連続受講か単発受講(①or②)かご希望をお聞かせください。

■日時: **11月11日(金) 14:00~16:30**  
 ■会場: **橿原市 下八釣町集会所** (橿原市下八釣町136) ※畝尾坐健土安神社向かい(駐車場あり)  
 ■講師: **ひらかた独歩ふぁーむ代表 大島哲平さん**  
 講師プロフィール: 非農家出身だが、兵庫県と大阪府枚方市穂谷の有機農家で研修後、2011年とくしま有機農業サポートセンター第1期生としてBLOF理論を学び、2015年に穂谷地域で独立就農。現在は約2町歩の畑で、ハウスの軟弱野菜と露地のイタリアントマトを主に、有機農業で多種多様な作物を栽培している。

■参加費: (組合員) 大人300円 子ども50円 (一般) 大人500円 子ども50円 ※子ども=中学生以下 ■定員: 20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 ■持ち物: 筆記用具・マスク・畑に入れる靴  
 ■イベントID: **16223213** ■申込み開始日: 9/5(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: 11/9(水) ※定員に達し次第、受付終了



## New

### スマホ時代の子育て講座

いま、子どもたちは生まれたときからスマホなどのデジタルツールに囲まれて生活しはじめます。小学校では1人1台タブレットが配られ活用される時代です。そんな小さいときからデジタルツールを使って、子どもたちの心や脳の成長に与える影響ってどうなんでしょう? ネットのつかいかたを中心に、兵庫県立大学の竹内和雄先生にうかがいます。  
 ※子どもゆめ基金助成を受けて開催します。

■日時: **11月21日(月) 10:00~12:00**  
 ■会場: **オンライン(zoomミーティング)**  
 ■講師: **兵庫県立大学環境人間学部 准教授 竹内和雄さん**

■参加費: 無料(一般共) ※子ども=中学生以下 ■定員: オンライン100名 ■主催: 理事会(つながる)  
 ■イベントID: **16223284** ■申込み開始日: 10/17(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: 11/16(水) ※定員に達し次第、受付終了

