

# まほろば元気通信

2022  
Vol.34  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1160 2022.11.7

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

報告

## WEB 自然エネルギーヘシフトチェンジ! みんな電力さんに聞いてみよう。

(株)UPDATER(旧みんな電力)の藤原さんから、「コンセントの向こう側を考えてみよう」という視点でお話いただきました。今使っている電気が、どこで・誰が・どのように作られた電気かを知ることが大切です。

送電線から送られてくる電気は、均質で、色も種類もありません。でも、みんな電力では、独自のブロックチェーン技術で「電気の生産者と消費者の顔の見える関係」を実現されました。その仕組みは、銀行のATMのお金をイメージしたら分かりやすいです。例えば青森の知人がATMで1万円送金してくれたとして、奈良のATMで取り出す1万円は物理的には同じ1万円札ではありませんが、知人から自分に送られた1万円であることは分かります。

同じように、青森の発電所で作った電気を奈良で使っていると特定できる仕組みを作ったのだそうです。その方法により、希望する電源から電気を購入することが可能になりました。みんな電力は、FIT電気、非FIT風力、非化石証書等を組み合わせて100%再エネ電気調達を実現しています。また、環境破壊や反対運動が起こるメガソーラーなどではない発電所や、地域活性につながる発電所など、再エネプラスαの価値を提供する発電所からの調達にこだわっています。電気は中身を正しく知ることが大切です。自宅の電気は5分で変えることができ、個人の意志で選択できます。各電力会社のHPなどで、電源構成や小売業者などを確認できますので、ぜひ確認して「電気を中身で選ぶ」という選択をしてみてください。

昨今の電力市場価格高騰や、太陽光パネルの問題点についてもうかがい、社会課題へアプローチできる事業体になっていく必要があるというお話でした。電力自由化後、多くの電力小売会社がある中で、どこを選択すれば気候変動対策や社会課題の解決に繋がるかを、考えるきっかけになりました。電気の世界は複雑で、100%納得は難しくても、よりベターな選択ができるよう学び続けたいと思います。

【報告者:永野博子】

- 開催日:2022年6月22日
- 場 所:オンライン開催(ZOOM)
- 主 催:理事会(みらい)



報告

## 「記録映像 ワクチン後遺症」上映会

ならまちセンターにて、「記録映像 ワクチン後遺症」の上映会を行いました。この作品は2021年12月に、大阪で約千人の市民が集まり開催されたシンポジウムの記録です。コロナワクチン後遺症に苦しむ患者を診察する医師、ウイルス研究者、ジャーナリスト、弁護士、首長、そしてワクチン後遺症の当事者の方々がそれぞれの立場での思いを語っています。接種後に歩行障害になってしまった子どもたちの映像、ワクチン接種後に亡くなった人の数、当事者の辛い日常など、メディアが取り上げない後遺症のことが映像と言葉によって語られます。映画を通して、報道や政府が公表している情報には偏りがあること、この事実を周囲の人や子どもたちに伝えるにはどうしたらいいか、などいろいろなことを考えさせられました。参加者の皆さんからも多くの感想をいただいたので、抜粋してご紹介します。

- ・周りの人々はテレビの情報ばかりを信じて疑わないので、知らない人が多すぎます。なんとかして、ワクチンのメリットだけでなく、デメリットも伝えれば良いと思います。
- ・それぞれの立場、事情があり、全員の「正解」はないだろうけれど、無関心が一番いけないと感じました。
- ・報道の怖さについて。データの取り方、集め方、見せ方など都合のいいところを都合のいいように使われているので、真実を知るためにはそこから自分がどう考え行動するのかを考えさせられました。
- ・国がテレビコマーシャルやワイドショー等を使いながら国民に接種を推奨したのに、コロナのワクチンで体調不良いわゆる「コロナワクチン後遺症」になってしまったら診てもらえる医療体制さえ整えていませんでした。どういう政治をしているのだろうと疑問しかありません。
- ・後遺症に苦しめられている方々の体調が少しでも早く良くなるよう、救済制度等を実施、充実させて欲しい。【報告者:西村いずみ】

- 開催日:2022年6月29日(水)
- 場 所:ならまちセンター会議室
- 主 催:ふうど(GM)



## ◇自然派の野菜セット

<34号> 注文番号319 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、春菊、ルッコラ、菊芋、ウーハン、生なめこ、ジャンボにんにくです。ウーハンは戦前に台湾から導入された里芋の品種なんですって。



## ◇谷農園の野菜セット

<34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、小松菜2束・ミズ大根・万願寺・春菊スティックセニョール2袋

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くなりつつあります。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

### ＼キッチンカー出店情報／

11月13日(日)『コフファンマルシェ』@天理駅前広場コフファン 9:00~15:00

11月13日(日)『三輪はじまりマーケット』@桜井市 大神社参道沿い駐車場 10:30~15:30

11月19日(土)れじフェス!美まつり @天理駅前広場コフファン 10:00~16:00



【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くださいね!

### 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

『ぎょれんのこだわりのり佃煮』

瀬戸内海産のりを丸大豆しょうゆで味付けされているので、白いごはんにぴったりです!甘さも控えめですよ。(拡大スタッフ 武田佳津美)

### 配送スタッフ紹介

最近涼しくなったと思ったら、もうすぐクリスマス、お正月がやってきて1年があつという間に終ろうとしています。私も先日一足先におせちの試食をしましたがとてもおいしくてボリュームがあるので、ぜひチェックしてみてください。



1663コース  
渡邊克弥

### 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

- ・ケガ等した時にいつも丁寧に対応してくださり、お金の面で不安になっていてもホッとしています!!
- ・迅速な対応にいつも助けられています!!ありがとうございます。



報告

## コープ自然派奈良創立20周年記念式典

コープ自然派創立20周年記念式典を行いました。特別講演会として、奈良で活動されている農家レストラン「粟」の三浦雅之さんにお話いただきました。三浦さんからは、奈良市中山間地である清澄の里での奈良県内の在来作物の調査研究、栽培保存の取り組みや、和食×ガストロノミー×地域づくりのお話などを伺いました。7つの風のお話や奈良のシードバンクのお話、表情豊かな野菜たちの写真など、スライドを使って楽しくお話くださり、今を生きる私たちにできることは、優しい未来を「紡ぐ」ことだと教えていただきました。後半は、歴代理事長3人による、コープ自然派奈良の立ち上げエピソードやこれから進むべき方向などのトークセッションを行いました。

個性豊かでエネルギー溢れる3人のお話は、自然派の過去と未来を繋げる20周年にピッタリな内容でした。最後に、お祝いに駆けつけて下さった奈良の生産者さんの販売があり、参加された皆さん久しぶりにお買い物を楽しみました。ここまでの20年間は多くの方に支えられて迎えることができました。今回の記念式典を節目として、気持ちも新たに地域のみなさんへ貢献できるようなコープ自然派奈良を目指します。【報告者:永野博子】

- 開催日:2022年7月10日(日)
- 場 所:奈良県文化会館小ホール
- 主 催:理事会



報告

## 『2022年夏の参院選、投票率は救えたか? みんなで報告大会!』

6月17日19日に行ったイベント「参院選直前!投票率を救え!私に何ができるかな?アイデア出ししよう」の、フォローアップイベント「投票率は救えたか?!」を行いました。両日のイベントにご参加された方のみへの告知となり、お二人がご参加。まず振り返ろう、奈良県の投票率!2021年秋の衆院選時、奈良県は都道府県別投票率ランキング7位!今回は全国6位に。しかし55.90%と決して高いとは言えず。全国平均値は52.05%。前回出たアイデアを参加者が行政に要請したこと、奈良県、河合町などの公式SNS(LINE)や有線放送で投票の呼びかけが実現!

今回の参院選の各地の取り組み事例。千葉市では移動期日前投票所が市内高校を巡回。国立市の「投票率を日本一にプロジェクト」など。こんなアイデアを次回の選挙前に自治体に要請したり、企画できるのではないかと話になりました。

身近なところの話として。期日前投票の件。いつもあった投票所がなくなった、変更されていた。病院や介護施設などの院内投票所の設置がなかなか難しい。在外投票の手続きがほんの少しだけ簡単になったがまだまだ費用と時間がかかり、問題山積。お年寄りなどで投票に行きたくても行けない人たちの対応は?介護が必要な方などが利用できる投票の代筆制度、選管の人でないとい認められないというのは人権侵害、現在裁判が行われている。むかしは投票に行くと風船がもらえた。初めての投票とみられる方が家族で投票に来ていたけど投票所は撮影禁止となっていた。投票所に「映える撮影ポイント」やパネルなどをつくるのはどうか。当選した後の議員の活動をチェック。よく言われる話ではあるがやはり大切。開票前から情勢をマスコミでいうのはやめてほしい。投票の秘密が保証されているはずなのに「出口調査」で「調査」されるので「どこに投票しましたか?」と聞かれたら「投票箱に入れました」と言うのもありでは(笑)

2023年度は統一地方選挙があります。奈良県は知事選と県議会議員選挙。堅苦しいものでも誰かのものでもない、選挙が終わっても選挙を身近に感じていければと思いました。



**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](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**

 **マスク着用については施設のルールに従ってください。**

## 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  
 ■申込メ切: 11/16(水) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

## 呼吸の質を高めて健康お茶会

1年前に15秒の丹田呼吸法に出会って、楽しくなりました。どこでもできる健康法に呼吸法がありました。生きるということは呼吸をすることだったと今さらなのですが、再認識しました。そこで、皆様にも呼吸の質を高めて、ますます健康に!呼吸が変わると感覚が変わります。  
 お茶会では、よつ葉バターたっぷりのオーブントースターで簡単クッキーを実演、焼き上がったクッキーとお米と当日お楽しみの品で試食です。ぜひ、呼吸法は続けて楽しんでいただきたくての企画です。何度でもご参加いただけます。

■日時: 11月22日(火) 10:00～12:00  
 ■会場: maru room (マルルーム)

■参加費: (組合員)大人300円 子ども150円 (一般)大人400円 子ども200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    ■持ち物: タオル、マスク、筆記用具、お箸  
 ■申込み開始日: 10/31(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: 11/15(火) ※定員に達し次第、受付終了    〒630-8114 奈良市芝辻町2丁目6-14  
 ■イベントID: 16223312    ■主催: 地区くらぶ わ    近鉄新大宮駅より徒歩5分、J R奈良駅より徒歩15分



## 学習会「原発が原爆になる」

ウクライナのザポリージェ原子力発電所をロシアが攻撃し、占拠し、軍事基地にしている。この原発は100万キロワットの原子炉6基を抱えるヨーロッパ最大の原子力発電所である。  
 原発は原爆になるのです。戦争をすることのバカバカしさを、小出さんの文章と、戦争について深江誠子さんが書いた『公評』を説明して、イラク戦争で使われた劣化ウラン弾のDVDを見てもらいます。  
 今こそ、憲法9条を、死守しなければ、自分の子どもや孫の未来は閉ざされてしまいます。子どもを有名な大学に入れるよりは、子どもたちの命を守るこそ、親の最大の仕事だと私たちは考えています。そして、同時に原発をなくしていきましょう。

■日時: 11月24日(木) 10:00～12:00  
 ■会場: はぐくみセンター (奈良市三条本町13-1)

■参加費: 大人200円(一般共) 子ども無料 ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 16名    ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。    ■主催: 地域医療を考える奈良の会  
 ■申込み開始日: 10/31(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より  
 ■申込メ切: 11/17(木) ※定員に達し次第、受付終了    ■イベントID: 16223304



メールで申込み

## New

## 沿岸と海洋生態系の自然力活用で漁業・水産業の再生へ ～漁業を国民の共有財産として管理し再生する～

コープ自然派は「国産派宣言」を掲げ、日本の農業を守り、食料自給率向上をめざしています。そして、その豊かな自然に育まれた食材を活用した商品づくりをすすめています。森から供給されるミネラルは流域の農業や水産業を活性化し、私たち日本人は、古来より動物性たんぱく質やビタミン等の栄養素を水産物から得ていました。しかし、日本の食料自給率は38%と極端に低く、工業製品の輸出を優先し、食料や資材を過度に海外依存する社会は、里山、里海を含む自然環境を崩壊させ、さらに食料安全保障の面でも深刻な問題を孕んでいます。こうした現状を鑑み、連合商品委員会では、2022年度の取組テーマに「水産」を掲げています。講師の小松正之さんは、水産庁出身で国際機関等の主要ポストを歴任されました。現在、自然破壊を黙認する政策に対して、森川海の健全性を基盤とした農林水産業が必要だと考え、日本各地で様々な活動を勢力的にすすめています。水産先進国であるスウェーデンの事例紹介を含め、改めて日本の漁業・水産業の現状を理解し、今後の取組を考えていきたいと思います。

■日時: 11月28日(月) 13:30～15:30  
 ■会場: 三宮センタープラザ西館 9号室 オンライン併用(ZOOMウェビナー)  
 ■講師: 小松正之さん (一般社団法人生態系総合研究所 代表理事)  
 一般社団法人生態系総合研究所代表理事、一般財団法人鹿島平和研究所研究員、公益財団法人東京財団政策研究所上席研究員、公益財団法人アジア成長研究所客員教授

■参加費: 無料(一般共) ※子ども=中学生以下    ■定員: (会場)100名  
 ■主催: コープ自然派連合商品委員会    ■イベントID: 16223372    ■申込メ切: 11/23(水)



メールで申込み



## New

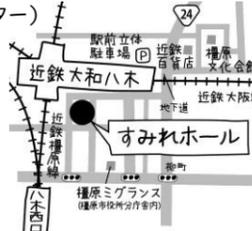
## アナログゲームを楽しもう!みんなでボードゲーム会

「ボードゲーム」と言えばすごろくや人生ゲームが思い浮かぶかもしれませんが、それだけではありません。ヨーロッパ、特にドイツや北欧ではとても親しまれていて、多種多様、いろいろなボードゲームがあるんです。今回はアナログゲームインストラクター中川さんおすすめの、幅広い年齢で楽しめるゲームをみんなで遊んで体験します。デジタルゲームにはない、アナログゲームの魅力、楽しさをぜひ知ってください。親子参加も、お一人様も歓迎です!お気軽にご参加ください。※子どもゆめ基金の助成を受けて開催します。

■日時: 12月11日(日) 13:30～15:30  
 ■会場: 内膳町自治会館すみれホール 4階・シクラメンA  
 ■講師: 中川理恵子さん (「あそびのタネまき♪プロジェクト」代表 アナログゲームインストラクター)

■参加費: (組合員)大人150円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 30名    ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。    ■主催: 中南和地区くらぶ準備会  
 ■持ち物: 筆記用具、お茶、マスク    ■イベントID: 16223332  
 ■申込メ切: 12/6(火) ※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。

(奈良県橿原市内膳町1丁目2-24)  
 近鉄大阪線大和八木駅改札を南方面(右側)に出てロータリーを超えて南へ徒歩約2分



## New

## 子どもの頃から育ててあげよう～足育～

親子育士・足育アドバイザー®の西野さんから学びませんか?2週連続講座となります。足育講座(約60分)を受けていただいた後に別日で個別の足計測を行います。いくら足を計測して靴を合わせても、なぜそれが必要か、放置しているところかということを知らないと、日常のケアに繋がりません。

①足育講座 60分+質疑応答  
 ②足計測 お一人5分:足測定は、足育講座を受講された方に限らせてもらいます。  
 オンラインの受講は、当日までの講義アーカイブ受講が必須となります。

★①(12/12)当日参加が難しい方は後日期間限定で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。学習会後にメールにてご連絡させていただきます。

■日時: ①12月12日(月) 11:00～12:00  
 ②12月18日(日) 10:00～12:00

■会場: ①(12/12)オンライン ②(12/18)三宅町交流まちづくりセンター MiiMoホール  
 ■講師: 親子育士・足育アドバイザー® 西野美佳さん (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)  
 ※駐車場は三宅町役場との併用です。

■参加費: ①(12/12)講座は組合員 大人(500)円 一般大人(1000)  
 ②(12/18)足測定する子ども(500)円 一般同様 ※子ども=中学生以下  
 ■定員: 足測希望する子ども15名    ■主催: ニコニコくらぶ    ■イベントID: 16223311  
 ■持ち物: 普段履いているスニーカー    ■申込み開始日: 11/14(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より  
 ■申込メ切: 12/8(木) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み