

まほろば元気通信

2022
Vol.43
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1168 2023.1.9

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

あけましておめでとうございます
今年もよろしくおねがいたします

理事・職員から新年のメッセージ
①2022年を振り返って
②2023年の抱負
③ひとことアピール



2023年新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。今年もみなさまにとってしあわせな年となりますよう、心からお祈りいたします。

敵基地攻撃能力を明記した安保3文書と、防衛関係費の大幅増が閣議決定されました。軍事力を強めれば他国に脅威を与え、結果として他国の軍事力増強や緊張関係を生み出します。平和を第一に掲げる生協として、軍事力に頼った安全保障政策に強く反対します。

毎日の食べものやエネルギーを輸入に頼っていること、攻撃対象ともなる原発を海岸沿いに並べていること、ヘイト、貧困、気候変動など安全保障として取り組まなければならない課題は山積しています。笑顔いっぱい安心して暮らせる社会を目指して、組合員の子カラを結集していきましょう。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。 生活協同組合コープ自然派奈良 理事長 上市佳織

- ①新センターへ移転、20周年を迎える年に入協!新たなスタートを切れました!! ②風邪を引かない1年にしたいです。③イベント等を通じてたくさんの方と交流したいです。★職員(共済管理) 岩崎友哉
- ①たくさんの方が持った1年でした。②今年も個性いっぱいのスタッフと共に、コープ自然派のファンを増やしていきたいです。③新センターで、思いをかたちに!★職員(拡大管理) 大竹典子
- ①創立から20年の節目の年となりました。新センターの移転や20周年記念事業の取り組みなど思い出深い1年となりました。また、地元生産者さんとのつながりや学校給食の取り組みなど、地域とのつながりに実感が持った1年でした。②2022年度の取り組みをより一層高め、コープ自然派奈良が地域になくてはならない生協となるよう頑張りたいと思います。③新センターから二上山が一望できます。沈む夕陽がとても綺麗です。年甲斐もなく夕陽を追いかけてみたくなる今日この頃です。★専務理事 岡田昭典
- ①たくさんの方と会い、つくる想いを知り、感動した1年でした。「シネマなら」では2年間毎月配信できたこと、みなさんととても貴重な経験ができました。②『コープ自然派』知れば知るほどおもしろくて楽しいです。みんなに自然派沼にハマってほしい♡③奈良県産の杉材が使われた新しい活動室と託児室。壁は有志で塗りました。爽やかなあたたかみのある空間になりました。★理事 奥章子
- ①センター移転という大きな節目を迎え、業務に支障が出ないように大きな責任を感じながら迎えた年でした。②生協の取り組みを再確認し、研究する年になればと思います。③センターで焼き上げる朝焼きパンが美味しいです。皆さんもぜひ!★職員(センター長) 奥瀬健介
- ①20周年を迎え、記念誌発行、センター移転、おひろめフェスタ準備と忙しくも充実した1年でした。②身の回りを整理整頓し、ついでに思考も整理したいと思います。③健康第一★理事 帯田衣里子

◆自然派の野菜セット

<43号> 注文番号330 1,080円(税込)

ゼーンぶ奈良県産!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、ミニ白菜、小松菜、水菜、春菊、雑煮大根でした。



◆谷農園の野菜セット

<43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、スティックセニョール・かぶ・しろな・里芋・雑煮大根・小松菜2束

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います。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

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!気軽に問い合わせください!



私のおすすめ商品

『あげ(太子屋)』お味噌汁や煮物に使っても美味しいですが、私のおすすめはフライパンで軽く焼いてポン酢で食べる事!菜種を使った油で揚げているからか、とっても味わい深くお酒のつまみに最高です!(職員 青木淳)

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!

配送スタッフ紹介

皆さんは2022年にやり残したことはありますか?私はマラソンをずっと続けているのですが、大きな大会に参加できなかったので、2023年は参加したいと思います!皆さんにとっても2023年が良い年になるようにお祈りしています。(1672コース 井上康弘)

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

・ケガや病気の保障だけかと思っていたが、災害に対する保障もあったので請求出来ました!
・医療費助成制度もあるし不要かと思っていたが、いざケガをすと入っていて良かったと思いました。



『生活協同組合コープ自然派奈良 20周年記念誌』

昨年20周年を迎えて発行した記念誌を配布しています。生協設立準備から現在までの歴史、生活協同組合のしくみや意義などわかる資料にもなっています。組合員活動のあゆみやフレンドショップの紹介もあります。是非ご一読ください。

- ①20周年やセンター移転などもりだくさんの1年でした。②第7次中期計画を策定します。3年後をイメージして楽しいビジョンを描きましょう。③生協って、知れば知るほどもっとのしい!★理事長 上市佳織
- ①産地で会議で研修でいろんな人にお会いできて生協は”人”でできていると改めて実感しました。②組合員活動って何?という方にこそ「面白そう!」と参加したくなるイベントを企画したいです。③いけるところまで行ってみよう!★理事 北田多喜
- ①深くいろんな活動に参加でき学び多き年でした。②地域や学校などの活動も続けてつなげて、畑や山にも注力したい。③おしゃべり好きなので気楽に話しかけてください!★理事 重村とみ
- ①色々な転機に関わる中、たくさん助けられました。②地球規模で共同生活を営んでいる事を意識します。③手軽に栄養補給できる食材セットに助けられたので、皆さんもぜひ!★職員(営業事務) 杉田彰子
- ①生協のこと、自然派のこと、たくさん学ばせていただき多くの新たな発見がありました。②少しでもみんなが暮らしやすい社会になるよう尽力していきたいです。③笑顔で楽しくたくさんの方と交流したいです!★理事 杉山千尋
- ①大きなイベント目白押しの一年。新センターの活動ルーム壁塗り・机椅子作りなどに携わることができてよかったです。②第6次中計最終年、新たな第7次中期計画策定が始まります。100年後の未来を想像し、今の私たちが取り組める計画にしたいです。組合員に、生産者さんをもっと知ってもらう方法も考えていきたい。③新センター活動ルームは、奈良の下北山村の木材がたくさん使われています。ぜひイベントに参加し、温かさを体感してください。★常任理事 永野博子
- ①コロナ禍での3年目はすっかりマスク生活に慣れて人の素顔も自分の素顔もわからなくなりそうです。②自宅の庭でハーブや野菜を少しでも収穫できるよう整えていきたいです。③田原本に新センターが完成したのでそこでいろいろなイベントを開催して組合員さんと交流していきたいです。★理事 成田夏樹
- ①生産者を訪問し、生産現場の厳しさをつくづく実感しました。②自分らしく、みんなを巻き込み楽しんで物事を進めていきたいです。③楽しいこと、どんどん言ってくださいね。★常任理事 西澤亜希子
- ①駆け抜けた感のある一年でしたが、20周年の節目と新センター設立に立ち会うことができ、嬉しい限りです。②駆け抜けた感のある一年でしたが、20周年の節目と新センター設立に立ち会うことができ、嬉しい限りです。③「思い立ったが吉日」★常任理事 西村いずみ
- ①TVレス生活開始、割と快適。②人前は苦手、話すことも実は苦手。成長できると信じて精進します。③活動ルームの壁ぬり次の日筋肉痛だったけど楽しかった~。★職員(コープ自然派リンクス出向) 疋田健太
- ①健やかに過ごせた一年に感謝!②身の回りも頭の中も整理整頓して効率よくが目標です。③入協して3つ目のセンターです!自然派の成長を実感しています。★職員(常勤理事) 藤本仁美
- ①徐々にリアルイベントも増えて、以前のやり方を思い出す1年でした。②試食・体験・学習をみんなで集まってワイワイやりたいです。③活動ルームの壁塗りが楽しかったので、自宅もできたらなあ...★理事 丸尾真由美
- ①徐々に各地の生産者さんのもとを訪れ、現地で見て直接お話を聞くことの大切さを再確認しました。②コープ自然派の成り立ちの土台となる商品の開発秘話やその良さをこれまで以上に組合員さんにお伝えしたいです。③情報の多い今だからこそ、一歩一歩確実に。★常任理事 米田裕子

このほか、事業連合からの出向職員(青木淳)、リンクス社員、員外理事、定時職員など、今年もみんなて力を合わせていきます。



● 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**〆切日の17:00まで**です

託児の**〆切はイベント〆切の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。

新センター おひろめフェスタ 2023

食べて、買って、遊んで、体験する
新しくなったコープ自然派へGO!

先着200組に
ツルをよぶお米
3合プレゼント

■日時: 2023年1月21日(土) 11:00～14:30

■会場: コープ自然派奈良 田原本新センター (奈良県磯城郡田原本町西竹田33-1)

おひろめフェスタぐるぐるマーケットご協力お願い

1/21(土)「新センターおひろめフェスタ」では、ぐるぐるマーケット(不用品の交換市)と種の交換会を行います。おうちに眠っている衣類・本・おもちゃ・やさいの種がありましたらお寄せ下さい。受付可能なもの: 新品または新品に近い衣類、本、おもちゃ(プラスチック不可)、在来種・固定種の野菜の種(品種名と採種時期を明記。自家採種の場合は3年未満のもの。)
 方法: ①当日センターに持参 ②事前にセンターに持参(締切1/13(金))



詳細・お申込み

会場&WEB 理科の先生に聞く ～地球温暖化のこと～

地球の温暖化は、二酸化炭素が増えたことが原因なの? 人類が二酸化炭素の排出を減らすことができれば地球の温暖化を止めることができるの? 太陽光発電・風力発電は、本当に環境に優しいの? 原発はグリーンエネルギーなの? 理科の先生目線からの考察をお伺いします。また、二酸化炭素が地球の温暖化を引き起こしているということを言い出したのは、誰が何のためになのでしょう? 講師の見解もお伺いし、私たちがすべきことは何なのかみんなで考えてみませんか?

※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: 2023年1月28日(土) 10:00～12:00

■会場: 生駒市コミュニティーセンター(せいせいビル内) 会議室201 & オンライン

■講師: 理科教員 岐阜県立高校 川根真也さん

- 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:会場:15名 オンライン:30名 ■主催:オリーブの木 ■イベントID: 16223419
- 申込み開始日:12/26(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可
- 持ち物:筆記用具 ■申込み切:1/25(水) ※定員に達し次第、受付終了 ※オンラインの方はメールでお申込みください。



メールで申込み

会場&WEB のらくら農場萩原さんの経営力向上講習会

複雑で伝えづらい農作業や生育診断も「横に立ち伴走するコミュニケーション」で共有し、学びあい、とびっきりおいしい野菜をチームで栽培しているのらくら農園。代表の萩原さんに、野菜も人も畑で育つ「共創するチーム経営」についてお聞きします。萩原さんのほんっとにステキなお話、ぜひ聞いてください。

※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。

※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: 2023年1月31日(火) 13:00～15:00

■会場: コープ自然派奈良 会議室&オンライン

■講師: 萩原紀行さん(のらくら農場)

- 参加費:無料(一般共) ■定員:会場20名、オンライン100名 ■主催:かしはらオーガニック ■イベントID: 16223084
- 申込み開始日:12/19(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
- 申込み切:1/27(金) ※定員に達し次第、受付終了 ※オンラインの方はメールでお申込みください。



メールで申込み

New

京山城屋さん学習会と七味づくり

カタログの乾物やきな粉でおなじみの生産者「京山城屋」さんに、学習会をお願いしました。好評の七味づくりもあり、自分好みのマイ七味をゲット出来ますよ。寒い季節には、麺類や鍋物に大活躍ですね。最後は熱々の自然派冷凍うどんに、出来立て香り豊かな七味をかけて、たっぷりお楽しみ下さい。(マイ七味は大人のみ、子どもの試食のうどんは大人分を取り分けてください。)

■日時: 2月3日(金) 10:00～13:00

■会場: 大和郡山市中央公民館(三の丸会館) 調理室

■講師: 真田さん(京山城屋社長)

- 参加費:(組合員)大人1,000円(未定) 子ども50円 (一般)大人1,500円(未定) 子ども50円 ※子ども=中学生以下
- 定員:15名 ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可 ■主催:郡山地区くらぶ スマイル
- 持ち物:マスク、エプロン、三角巾又はバンダナ、ふきん又はキッチンペーパー ■イベントID: 16223455
- 申込み切:1/27(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。



メールで申込み

New

WEB選挙ビンゴをつくろう!

コープ自然派憲法連絡会では、4月の統一地方選挙において「選挙ビンゴ」をつくります。選挙においてワクワクするような、選挙に行きたくなるような、そんなビンゴゲームと一緒に作りませんか? どんな項目があると面白いかな? どんな工夫があると盛り上がるかな?一緒にアイデアを出し合みましょう。

■日時: 2月6日(月) 13:00～15:00

■会場: オンライン(zoomミーティング)

- 参加費:無料(一般共) ※子ども=中学生以下 ■定員:15名 ■主催:憲法連絡会 ■イベントID: 16223461
- 申込み開始日:1/16(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込み切:2/1(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

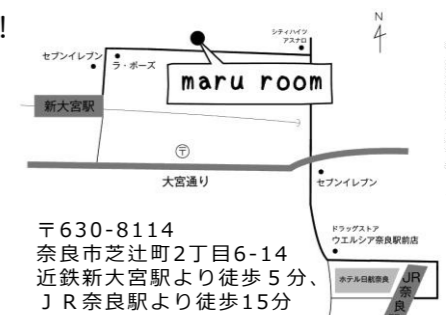
私は15秒の丹田呼吸法に出会って、楽しくなりました。どこでもできる健康法!知っておいて得!自分のペースに合わせて呼吸の質を高めて、ますます健康に!呼吸が変わると何かが不思議と変わります。そんなシェアもお茶会でハッピーニュースとしてうかがえると全員でハッピーになれて嬉しいです。ぜひ、継続して、ご参加いただければと。

お茶会では、自然派の安心野菜が健康によく、手軽にいろいろなレシピに変化するケミカルスープの試食とバレンタインならではの試食も自然派で!

■日時: 2023年2月14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
- 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:12/26(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
- 申込み切:2/7(火) ※定員に達し次第、受付終了
- イベントID: 16223421 ■主催:地区くらぶ わ



メールで申込み

コープ自然派の魅力★コープブレッドファームのパン食べ比べ

～パンのおともを添えて～

■日時: 2023年2月16日(木) 10:30～12:30

■会場: コープ自然派奈良 田原本新センター

■講師: (株)コープブレッドファーム 岩田剛明さん

- 申込み開始日:12/26(月)より先着順 ■申込み切:2/6(月) ■主催:ゆったりさん ■イベントID: 16223420



詳細・お申込み

やさか共同農場さんに教わる手作り味噌

■日時: 2月22日(水) 10:00～12:00

■会場: コープ自然派奈良新センター 2階会議室

■講師: やさか共同農場 橋本基さん

- 申込み開始日:1/2(月)より先着順。 ■申込み切:2/10(金) ■イベントID: 16223440 ■主催:理事会(ふうど)



詳細・お申込み