

まほろば元気通信

2023
Vol.21
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1198 2023.8.7

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▶ 月10:00~21:00 火~金8:00~21:00 土8:00~10:10

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▶ 月~金 8:30~20:00

めざせ!回答率100%! 第7次中期計画(2024~2026年)策定におけた
これならアンケートにご協力ください! →→→

コープ自然派奈良では、3年に1回「中期計画」を策定しています。3年後どんなコープ自然派奈良になっていたか目指すビジョンをみんなで考えます。秋から中期計画策定会議(これなら会議)を開催予定ですが、会議に参加できない方の意見も反映するためアンケートを実施します。右上のQRコードから、または今週配布のアンケート用紙にご回答の上配送員にお渡しください。ご協力よろしくおねがいします。

匿名で簡単にお答えいただけるアンケートです♪



提出締切:8/18(金)

子ども笑顔基金プロジェクト 報告2!

朝焼きパンの寄付報告3

コープ自然派奈良に併設されたパン工房で発生する朝焼きパンのロスを寄付する取り組み、5月、6月で7回お渡しすることができました。

- 第5回お渡し 5/3 天理ニコニコ食堂に31個
- 第6回お渡し 5/5 田原本ニコニコ食堂に18個
- 第7回お渡し 5/17 天理ニコニコ食堂に20個
- 第8回お渡し 5/24 田原本ニコニコ食堂に20個
- 第9回お渡し 5/31 田原本ニコニコ食堂に28個
- 第10回お渡し 6/12 おてらおやつクラブに15個
- 第11回お渡し 6/14 天理ニコニコ食堂に19個

子ども支援カンパ報告

2月(48号)~5月(9号)で募集した「子ども支援カンパ」につきまして、奈良では41,800円のカンパをいただきました。ご協力ありがとうございました。ご協力いただいたカンパを原資に、おてらおやつクラブにコープ自然派のお米を寄付させていただきます。(2023.7.26)

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います。

寄付ポイント数(奈良) 262,609(7/21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554,535ポイント-使用済291,926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。

自然派農業お手伝い隊/お手伝い報告1

そらいろファームさん

日時:6月19日(月)9:30~11:30
場所:明日香村 そらいろファーム
お手伝い人数:2名
内容:斜面や木の周りの草刈り

「草刈り機では難しい場所だったので助かりました」と言っていました。



自然派農業お手伝い隊は、人手が足りずお困りの農家さんのお手伝いに行き、お金ではなく農産物等のちよっぴりプレゼントをいただくという取り組みです。はじめてお手伝いに行きましたので、ご報告します。

空いている時間を利用して、農業お手伝いをしてみませんか?

「自然派農業お手伝い隊」に登録したい方は、QRコードより登録をお願いします。農家さんからの依頼が入り次第、メールで依頼内容を送信します。



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。



よくあるご質問はこちら

キッチンカー出店情報



お友だち、ご近所お誘いあわせのうえ、是非ご参加ください♡

毎週月曜日 11時頃-14時頃@みのりの里しらにわ

毎週金曜日 10時頃-12時頃@旬の里まみが丘

8月19日(土) 10:30-14:30『ママ・マルシェ』@天理観光農園cafe-wawa3階

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

ようやく配達の仕事に慣れてきて皆さんの元へお届けできるようになってきました。もっと安全安心で正確に配達できるよう頑張りますので宜しくお願いします!(1664コース 原見隆)



はならあとサステナブル講座 野菜生活を楽しもう~種ブローチ作り

「奈良・町家の芸術祭 はならあと2023」イベントとでは、「環境」「食」「自然」などをテーマに、持続可能な社会に向けてさまざまな講座を開催します。コープ自然派奈良では、「はならあと」とのコラボ企画としてサステナブル講座を行います。野菜のタネってどんな形をしているか知っていますか?たくさんの種類の野菜のタネを使って種ブローチを作ってみましょう。さらに、年にどれくらいの種類の野菜を食べているか、野菜ごとのおいしい料理方法、農業とのつながりやオーガニック給食の取り組みの話も。おいしい地元の無農薬野菜の試食もご用意します。おいしく食べて野菜博士になっちゃいましょう。

■日時:9月2日(土) 10:00~12:00

■会場:Dear Gallery NARA (奈良県奈良市東城戸町9) 田村眼科様の隣
(電車でお越しの方)近鉄線奈良駅3番出口より徒歩7分、JR線奈良駅より徒歩13分

■講師:奈良県農民連 水井康介さん

■参加費:組合員・一般共 はならあとチケット 大人500円 ■イベントID:16233816
■定員:10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
■申し込み開始日:7/31(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切:8/25(金)※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

はならあとサステナブル講座 発酵生活を楽しもう~ミニ塩こうじ作り

調味料として定着してきた感のある塩こうじ。麴のもつ発酵パワーで、素材のうま味がぐっと引き出されて美味しくなります。講座では、麴の原料となるお米のお話と、簡単な塩こうじをみんなで作ります。塩と塩麴の違いを体感!浅漬けの食べ比べなどの試食あり。また、醤油麴、トマト麴などのアレンジ麴の紹介も予定しています。手作り発酵調味料で、日々の食卓がさらに豊かになりますよ♪申し込み時に①②どちらの時間に参加かお伝えください。

■日時:9月3日(日) ①10:00~10:50 ②11:00~11:50

■会場:Dear Gallery NARA

■講師:コープ自然派奈良 (奈良県奈良市東城戸町9) 田村眼科様の隣
(電車でお越しの方)近鉄線奈良駅3番出口より徒歩7分、JR線奈良駅より徒歩13分

■参加費:組合員・一般共 はならあとチケット 大人500円 ※お子さんも1つ作る場合は500円
■イベントID:16233815 ■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 うふうど
■持ち物:ふきん2枚、エプロン、手拭き、200mlの液体が入る広口空き瓶か密閉容器
■申し込み開始日:7/31(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切:8/25(金)※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

自然派の野菜セット

<21号> 注文番号 302 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、つるむらさき、山ほうれん草、オクラ、メークイン、生なめこ、小松菜。



谷農園の野菜セット

<21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・ピーマン・人参・ねぎ・モロヘイヤ・ミニトマト・長なす



● 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】 準備の都合上、イベントでお子様を昼食をお持ちの際は「おにぎり」のみとして下さい。
- 【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**

【2023年9月まで新センター利用キャンペーン】 公共交通機関でお越しの場合は、**田原本駅からのタクシー代の一部として1000円を補助します。**お申し込み時にタクシー利用とお知らせいただき、当日レシートを提示してください。

会場&WEB 基本を学ぼう～遺伝子操作食品問題

大豆、ナタネなどの遺伝子組み換え作物に続き、肉厚マダイ、成長促進トラフグなどのゲノム編集食品が国内に登場。さらにはSDGsの名のもとに、昆虫食、代替肉などのフードテックを用いた食品も規制のないまま流通が始まっています。ここ数年、これらの遺伝子操作食品やフードテックの研究開発の動きは加速しており、私たちの食の安全が脅かされています。この問題に詳しいコープ自然派事業連合顧問の松尾さんを講師に、遺伝子操作食品問題について解説していただき、基本的なことをみんなで学びたいと思います。会場参加の方は自然派のおやつつきです♪

■日時: **9月7日(木) 13:15～15:15**

■会場: **コープ自然派奈良 会議室&オンライン**

■講師: **コープ自然派事業連合顧問 松尾由美さん**

■参加費: (組合員) 大人100円 子ども50円 (一般) 大人150円 子ども100円
※子ども=中学生以下

■定員: 会場20名・オンライン20名 ■イベントID: **16233826**

■託児: あり(500円/1人)。1才未満・子どもの同伴: 可

■主催: 理事会ふうど ■持ち物: 筆記用具

■申し込み開始日: 8/7(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より

■申込メ切: 9/5(火) ※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。

【新センター利用キャンペーン】



メールで申込み

生協の未来をつくる1・2・3 一第7次中期計画策定「これなら会議」

コープ自然派奈良では、3年に1回「中期計画」を作っています。3年後どんなコープ自然派奈良になっていたか目指すビジョンをみんなで考えます。1・2・3のSTEPで生協の未来、わたしたちが生きたい社会の未来を一緒に作りましょう。

※できるだけ3回ともご参加ください。

■日時: **①2023年9月11日(月) 開催時間 10:00～12:00**

②2023年11月14日(火) ※残れる方は13:00まで軽食つき交流会

③2024年1月15日(月)

■会場: **コープ自然派奈良 会議室** (磯城郡田原本町西竹田33-1) **【新センター利用キャンペーン】**

■講師: **ファシリテーター 藤田美保さん 箕面こどもの森学園校長**

■参加費: (組合員) 無料 ※交通費支給 ※一般参加不可 ■定員: 15名 ■主催: 理事会

■託児: あり(無料)。1才未満・子どもの同伴: 可 ■持ち物: わくわくする気持ち ■イベントID: **16233828**

■申し込み開始日: 8/7(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より

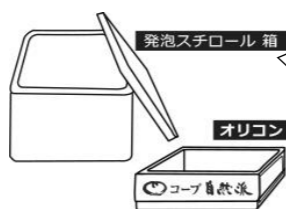
■申込メ切: ①9/4(月) ②11/7(火) ③1/8(月) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

生協備品についてのお願い

毎週商品を入れてお届けしている白箱、緑の折りたたみコンテナ(オリコン)が埃や泥汚れ、雨水による変色など悪い状態で返却されていることがあります。セットセンターにて洗浄を行っておりますが、数が多いため全てを洗浄し切れておりません。コープ自然派をご利用のみなさん共通の財産です。ご返却いただいた箱やコンテナは新たな商品が入れられて、別の組合員の家に届きます。翌週の返却日まで汚れないよう保管をお願い致します。



空き箱や古紙はまとめてではなく毎週こまめに返却してもらえると助かります!

また「**注文用紙は袋の中、古紙は袋の外**」と必ず分けて下さい。注文がない場合も分けておいてもらえると助かります!

はならあとmeetingシネマ「君の根は。大地再生にいとむ人びと」

今回で13回目となる「奈良・町家の芸術祭はならあと」。宇陀松山をメインエリアに4エリアで開催。秋の本祭りに先駆けて、プレイベント「はならあとmeeting」にて、旧芝居小屋喜楽座で、映画の上映会を開催します!「リジェネラティブ(大地再生)」という世界観と出会い、農業・漁業・牧畜を、そして生き方そのものを転換した人びとに迫るドキュメンタリー映画です。雰囲気のある芝居小屋で、映画と一緒に楽しみましょう♪

■日時: **9月23日(土) 14:00～15:30(13:30受付開始)**

■会場: **宇陀松山エリア 旧芝居小屋喜楽座(きらくざ)**

近鉄榛原駅からバス15分(奈良交通バス南口2番・3番「大宇陀」行き) 「大宇陀」下車徒歩6分

■参加費: 組合員・一般共 はならあとチケット 大人500円 ※高校生以下無料 ■イベントID: **16233827**

■定員: 20名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。 ■主催: 理事会 みらい

■申し込み開始日: 8/7(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 9/19(火) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

核兵器廃絶についてインドネシアや日本の高校生・大学生とわいわい考えてみませんか?

なぜ広島・長崎の歴史がある日本は核兵器廃絶条約に不参加なのか。インドネシアの女子高生に聞かれて答えに足りませんでした。安全な空気がなければ人間は生きていけないのになんだか自分に遠いように思っている核兵器。ちょうど修学旅行で来日しているインドネシア・ディニヤブトリパダンパンジャン校の女子高生と日本の核兵器廃絶の活動をしている高校生・大学生と一緒に核兵器って現状を共有しながら、何が出来る?という知恵だしをわいわいやってみませんか?基本的に英語でのやりとりになりますが、日本語インドネシア語通訳も一人いますのでお気軽にご参加ください!おやつを食べながら楽しく交流しましょう!

■日時: **9月10日(日) 13:30～15:30**

■会場: **PROME(プロム)近鉄奈良駅前** (奈良市東向中町3 美杉ビル2F) 近鉄奈良駅 東改札口から2番出口を出て徒歩30秒

■講師: **高橋悠太さん(核兵器廃絶ネゴシエーター)**

■参加費: 組合員・一般共 大人500円 子ども50円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID: **16233804** ■定員: 15名

■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可。 ■主催: CIVIC (インドネシア・ディニヤブトリパダンパンジャン・イスラム女子校と共催)

■持ち物: 飲み物、筆記用具

■申し込み開始日: 7/31(金) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 9/4(月) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New

ワーカーズコープってなあに?労働者協同組合について聞いてみよう!

「ワーカーズコープ」という言葉を聞いたことがありますか?働く人たちが出資し組合員となり、話し合いに基づいて経営や運営を担い、自ら働く協同組合のことで、昨年10月に労働者協同組合法も施行されました。今回、日本労働者協同組合(ワーカーズコープ)連合会の高成田さんに、一般的な働き方とどう違うのか、ワーカーズの新たな可能性について、お話しいただきます。ワーカーズについて、一から聞いてみたい方も、ワーカーズをやってみたい!という方も、お菓子をいただきながら、一緒にお話を伺いましょう。

■日時: **9月20日(水) 10:00～12:00**

■会場: **コープ自然派奈良 活動室** (磯城郡田原本町西竹田33-1) **【新センター利用キャンペーン】**

■講師: **日本労働者協同組合(ワーカーズコープ)連合会 高成田健さん**

■参加費: (組合員) 大人300円 (一般) 大人300円 ■定員: 20名 ■主催: ワーカーズ設立準備会

■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■イベントID: **16233846**

■申し込み開始日: 8/14(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 9/15(金) ※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

ヒーラーの私は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!安全な瞑想法!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。お茶会でコープ自然派の食材試食をしながら楽しいお話タイムも!今回のメニューは5種類以上のお野菜のファイトケミカルスープ&麴カレーを予定しております。(食材の入手でメニュー変更有です)※10:30開催致しますので、ご注意ください。

■日時: **9月26日(火) 10:30～12:30**

■会場: **maru room(マルルーム)** ■講師: **MINAさん**

■参加費: (組合員) 大人400円 子ども300円 ※子ども=中学生以下 (一般) 大人500円 子ども400円

■定員: 12名 ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ※乳児50円保険料、参加連絡必要

■持ち物: タオル、筆記用具、カレースプーン、お箸 ■イベントID: **16233803** ■主催: 奈良市地区くらぶ わ

■申し込み開始日: 7/31(金) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 9/19(火) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み