

まほろば元気通信

2023
Vol.30
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1207 2023.10.9

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

＼お米を食べよう！／



9~11月
コープ自然派だいすきキャンペーン2023/Autumn 開催中!

皆さん、今年の新米はもう食べましたか？先日、奈良の産直米大和ひみこ米を作ってくださっている南檜垣営農組合さんの田んぼの草刈りに行ってきました。その田んぼでは有機無農薬米を作っているの、草がどのくらい生えているのか心配でしたが、ほとんどありませんでした。南檜垣営農組合さんが日頃からしっかり管理してくださっているからだと思います。もうすぐ稲刈り。稲穂が実る姿に、あと少し頑張ると祈るような気持ちになります。美味しいお米を食べることができる幸せ。農家さんに感謝しながら「いただきます!」(永野博子)



子ども笑顔基金プロジェクト 報告23

おてらおやつクラブのブログでご紹介いただきました

▼ブログ記事はこちら
<https://otera-oyatsu.club/2023/08/coop-shizenha/>



「この度はご寄贈いただきありがとうございます。たくさんの物資が必要な夏のおすそわけに活用することができ大変助かりました。今後ともどうぞよろしく願いいたします。」とのメッセージもいただきました。ご寄付いただいたみなさま、ありがとうございます。(2023.10.2)

寄付ポイント数(奈良) 109,202(10/2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581,107ポイント-使用済471,905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。

「食品表示に関する消費者意識調査(アンケート)」へのご協力のお願い

昨年の食品表示法改正で義務づけられた「原料原産地表示」の一部がわかりにくく、消費者の誤解を招いています。消費者庁に表示ルールの改善を求めるアンケートに、ご協力をお願いいたします。クイズ1問のみの簡単な内容(所要時間2~3分程度)です。ご協力をお願いいたします。

■主催：日本消費者連盟、遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン、食べものを変えたいママプロジェクト、食の安全・監視市民委員

★アンケート締め切り
2023年10月20日(金)



アンケートフォーム

◇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、生なめこ、青ネギ、スティックキオ、チンゲンサイ、ししとう、小松菜。



◇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。様子をみて出せるものを...



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／

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

10月18日(水)・19日(木) 10:00-16:00『ならりビング布&キルトフェスタPlus+2023』@奈良県産業会館

10月20日(金)・21日(土) 10:00-16:00『れじフェス!美まつり』@けいはんなプラザ 1階展示ホール・大ホール

10月21日(土)・22日(日) 10:00-16:00『みつぎうまし祭り2023秋』@平城旧跡 朱雀門ひろば

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

『まったり豆腐』シリーズ

柚子しょう油や瀬戸内レモンぽん酢など4種類ほどの味がありますがどれもおいしくてあと1品にすごく重宝しています。(営業事務 南出和子)



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♡

配送スタッフ紹介

配送担当寺田です!配達していると自然派の醤油が使ってみたかと思えました。事務の南出さんがおすすめしている豆腐に合わせてみたいですね!(1674コース 寺田駿矢)

＼自然派農業お手伝い隊/ お手伝い報告3

大和ひみこ米の草刈り

日時とお手伝い人数:
7月20日(木)1名、8月9日(水)3名、9月19日(火)2名
場所:天理市 南檜垣営農組合

内容:大和ひみこ米の無農薬栽培の田んぼの草刈りをお手伝いいただきました。営農組合のみなさんが水管理をしっかりしてくださるおかげで、田んぼの中の草は少ないのですが、周囲や畦の草刈りを手伝っていただき、とても助かりました!おいしい無農薬米の収穫をお楽しみに♪

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。お手伝いの様子を報告します。



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。



・組合員活動コラム・
tenTEN

♪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。

今年からたくさんのイベントが復活して、賑わっていますね。私たちも活動を増やしていき、親子で参加できるイベントを考えています!ぜひ親子で参加してください♪みんなで楽しみましょう~♪

畑で枝豆を収穫して試食しよう!

5月に植えた大豆や野菜が、夏の間に元気に成長しています。大豆の収穫の前に、ビールのあてにピッタリな枝豆が採れることを知っていますか? 私は、枝豆=大豆だったことを大人になって知りました。採れたての枝豆はとっても美味しいので、一緒に収穫して、その場で茹でて食べてみましょう!その日は農民連さんの朝市も開催予定。たくさんのご参加をお待ちしています。[大豆ごとのあるくらしの今後のスケジュール]

11月~12月頭:大豆の収穫 1月:豆取りと選別作業 2月または3月:味噌づくり

■日時:10月25日(水)10:00~12:00頃

■会場:奈良市の給食のおはなしの畑(奈良農民連北和センターの近く)

■協力:奈良市の給食のおはなし

■参加費:(組合員)大人300円 子ども50円(保険代) ※子ども=中学生以下 (一般共) ■定員:15名

■主催:北東和地区くらぶ準備会 ■託児:なし。子どもの同伴可 ■イベントID:16233919

■持ち物:長靴・農業用手袋・収穫用のハサミ・袋など 汚れてもいい服装でご参加ください。

■申し込み開始日:9/18(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込め切:10/18(水)※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み



● 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

New

みんなで刈ろう!大和ひみこ米～親子で稲刈り&野菜の収穫体験♪～

収穫の秋、一面黄金色になった田んぼには、お米がたわわに実っています!今年もみんなで刈り取りしますよ～。
 お米ってこんなふう実っているんだ!鎌を持って中腰で刈り取って行って結構な重労働!昔のひとは手作業で頑張っていたんですね。今回は稲刈りと、さらに野菜の収穫体験もします(何の野菜かはお楽しみ)。大人は野菜のお土産つきです♪

【今後の予定】11/3(水祝) 収穫祭～田んぼで運動会、1/13(土) 味間芋(里芋) 収穫

■日時: 10月22日(日) 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頂いた方にお知らせします

- 参加費:(組合員)大人300円 子ども100円 (一般)大人300円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
- 定員:親子20組 ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可 ■イベントID: 16233969 ■主催:理事会(ふうど)
- 持ち物:軍手、タオル、お茶、草刈り鎌、レジャーシート 服装:汚れてもよい靴か長靴、長袖・長ズボン、帽子
- 申込みメ切:10/15(日) ※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。



メールで申込み



無添加のおいしさを確かめよう! 自然派styleおせち試食会

自然派styleのおせちが始まって今年で10年を迎えます。組合員の想いと商品部の職員さんの試行錯誤が形となり、今では自然派ならではの無添加のおせちになりました。でも無添加のおせちってどんなのか、わからないままいきなり買うには勇気がいるお値段ですよね?まずは試食会に参加して、そのおいしさを確かめてみませんか。自然派に加入したばかりのビギナーさんはもちろん、これまで自然派styleのおせちを買ったことのない方も参加お待ちしております。
 お子さんは大人の方の分の取り分けでお願いします。

■日時: 10月31日(火) 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)

- 参加費:(組合員)大人800円 子ども100円 (一般)大人1000円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
- 定員:15名 ■主催:理事会(商品) ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可
- 持ち物:マイ箸、マイ皿、筆記用具
- イベントID: 16233939 ■申込みメ切:10/26(木) ※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

～第15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も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。プログラムは変更になる可能性がありますことをご了承ください。

■日時: 11月3日(金・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: 16233970 ■主催:理事会(ふうど) 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:10/27(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。



メールで申込み



New

お米を食べよう!～お米で作る和スイーツ♪～

お米の美味しい季節になりました。食欲の秋にスイーツもお米から作ってみませんか?自然な甘味のさつま芋や甘酒、ドライフルーツなどを使ってNONシュガーでヴィーガン対応なフルーツ大福と和なパフェ風をお米を使って作ってみようと思います。みんなでワイワイ作りながら、食べながら、自然派のこと、食のこと、気になること、あんなことやこんなこと、イロイロお話してきたら嬉しいですよ♪同伴のお子さんの参加費は、保険代のみとなりますので、大人分の取り分けでお願い致します。

■日時: 11月9日(木) 10:00～12:00

■会場: **生駒南コミュニティセンターせせらぎ**

- 参加費:(組合員)大人500円 子ども50円 (一般)大人700円 子ども50円 ※子ども=中学生以下、保険代のみ
- 定員:12名 ■託児:なし。子ども・1才未満の同伴:可。 ■主催:北西和地区くらぶ準備会
- 持ち物:エプロン・三角巾・ふきん2枚・筆記用具 ■申込み開始日:10/16(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:11/6(月) ※定員に達し次第、受付終了 ■イベントID: 16233966



メールで申込み

第1回 子育て中のリアルトーク交流会。子育て中の方集まれー♪

子育てはママだけがするものではありません。でも実際にコロナ禍もあり、繋がりがなくて作りにくいですね。そこで子育てママで結成されているニコニコくらぶでは、子育てのリアルを語る交流会を開催します。ぜひ子どももパパもご一緒にご参加ください。こちら不定期の連続講座となります。初回参加の皆様には次回以降の案内も優先的にさせていただきます。

■日時: 11月19日(日) 10:00～11:30

■会場: **三宅町交流まちづくりセンター MiiMo 1F 大ホール** (奈良県磯城郡三宅町伴堂689番地)

- 参加費:(組合員)大人50円 子ども50円 (一般共)
- イベントID: 16233867 ■定員:20名 ■託児:なし。 ■主催:ニコニコくらぶ
- 申込みメ切:11/8(水) ※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

秋の遠足企画～大紀コープファームさんの柿満喫バスツアー

梅仕事でもお世話になった大紀コープファームさんは、柿の生産者さんでもあります。今回は富有柿の収穫と柿の葉寿司作りの体験ができる日帰り旅行イベントです。山道の運転はちょっと苦手な方も、みんなでバスに乗って遠足気分♪会社の様子や柿はどんな風に育てられているのか?物知りにもなれる企画です。昼食は特製カレーをいただきます。(雨天の場合は収穫体験はなし。柿と柿の葉寿司のお土産とランチが付いた企画です。) ※お子様の参加費は大人と同料金。1才未満の乳児は保険代50円のみ。

スケジュール
 9:00大和八木駅発→
 10:00大紀コープファーム着
 →座学、柿の葉寿司作り→
 昼食→柿収穫体験→
 15:00出発→
 16:00大和八木駅着

■日時: 11月21日(火) 9:00～16:00

■会場: **近鉄大和八木駅集合・解散 (行き先:五條市大紀コープファーム)**

■講師: **大紀コープファーム 森本さん**

※詳細は申込された方に連絡します。

- 参加費:(組合員)大人3,000円 子ども3,000円 (一般)大人3,500円 子ども3,500円 ※子ども=子ども=1歳～中学生以下
- 定員:16名 ■主催:理事会(ふうど)・中南和共催 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可
- 持ち物:エプロン、手拭き ■イベントID: 16233968 ■申込みメ切:11/14(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。



メールで申込み

New

縫い縫いcafé 刺し子でコースターをつくろう

刺し子は刺繍の一種。素敵な幾何学模様にはそれぞれ吉兆を現わす意味があります。そんな刺し子と一緒に体験してみませんか。できあがったコースターはお持ち帰りいただいても、コープ自然派奈良の活動室で使う備品として寄付していただいてもOK。並縫いだけで刺繍していくので手芸の技術がなくても大丈夫です。お気軽にご参加ください。

■日時: 11月22日(水) 10:00～13:00

■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)

■講師: **永野博子さん**

- 参加費:(組合員)大人100円 子ども50円 (一般共) ※コースターを持ち帰る場合は500円
- 定員:15名 ■主催:理事会(うきうき活動室PJ) ■託児:あり(500円/1人)。1才未満・子どもの同伴:可
- イベントID: 16233967 ■裁縫道具(縫い針、待ち針、糸切ばさみ)
- 申込み開始日:10/16(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:11/17(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み