

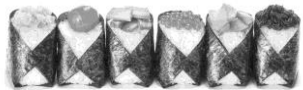
まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1208 2023.10.16

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

＼お米を食べよう！／



コープ自然派だいすきキャンペーン2023/Autumn 開催中！

食料自給率が低い日本で、ほぼ自給出来ているのがお米です。食べ盛りの子どもの山盛り食べても家計に優しく、お腹持ちも良くて添加物の心配もなし！玄米で食べれば栄養満点。和・洋・中など、いろんなお料理との相性も良好。おにぎり・チャーハン・お寿司・炊き込みご飯や甘いお菓子にも変身します。米粉に姿を変えれば、可能性は無限大！
そして、ネオニコチノイドフリー、有機無農薬栽培のお米を食べることで、環境・里山の風景・生き物などを守り、生物多様性の社会への貢献が出来ます。もちろん、農家さんを支えることにもなります。(奥章子)



9～11月

連合商品委員会から



【連合商品委員会】

コープ自然派各地の生協から担当理事と組合員さんの窓口職員が毎月集まり、組合員さんから頂いた商品についての要望やご意見を持ち寄り討議し、今後の商品政策へ活かす会議です。

Q. 【予約米M/月1回目有機を拡げるお米・白米 2023年度:5kg】を登録したが、予約米でこのお米の玄米を企画してほしい。
A. 皆様のご要望に応じて今後企画を検討してまいります。

Q. 北海道ケイ素合同会社のシオンクリーンシリーズがすごくいいので、自然派でも取り扱ってほしい。肌トラブルに悩んでいましたが、見違えるように改善しました。
A. 現在取引がないメーカーになりますのですぐの取り扱いは難しいです。ご希望に添えず申し訳ありません。

Q. マヨネーズの蓋を3つ穴にしてほしい。
A. 要望として承ります。

Q. カタログの文字が小さいので、大きくしてほしい。
A. ご意見ありがとうございます。原材料などのところでしょうか？次回リニューアル時の参考にさせていただきます。

<NPO国産材住宅推進協会からのお知らせ>

構造見学会「想いを繋ぐ平屋の家」

神戸市北区に建つ築50年の平屋の建て替えです。建築主は現在お仕事で東北に在住のご長男で、亡き父が建てた家を継ぎ、残された母と家族の安住を願い再建築に平屋を選びました。使えるものは生かしたいと、小屋裏を支えた3本の丸太梁はリビングの天井に、木製建具に使われていたガラスは新築の建具に再利用します。暮らし慣れた今の生活を基本に、動線など使いやすさをプラスしました。今回は棟上げ後の建築現場で、完成すれば見えなくなる基礎や骨組みを設計者の分かりやすい解説で学びます。

■日時: 10月28日(土) 13:30～ ■集合場所: 神戸電鉄「谷上」駅改札口
■参加費: 無料 ■申込締切: 10月 27日(金) (見学会場まで徒歩約8分です)
■詳細・申込: NPO 国産材住宅推進協会 (06-6395-3332) 【メール】info@kokusanzai.org



詳細・お申し込みはこちら

◇自然派の野菜セット

<31号> 注文番号 341 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、水菜、冬瓜、ぶなしめじ、カットかぼちゃ、小松菜。



◇谷農園の野菜セット

<31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



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♡

桜井と天理はカレー屋出店です

10月28日(土) 10:30～15:30『はならあと』@酒蔵カフェ久保本家酒造の駐車場

10月28日(土) 14:00～19:00『第9回ソラぼんまちフェスタ2023+』@桜井市本町通1～3丁目目商店街

10月29日(日) 10:00～15:30『サロンドキッズのハロウィンカーニバル』@天理駅前コフフン

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

・5歳になるお兄ちゃんがコープ共済の請求封筒の中の折り鶴に気付き、保育園で先生に折り方を教えてもらい何羽も妹の為に折っていました。折り鶴を入れてくださったことで心温まる出来事につながりました。ありがとうございました。
・ケガの多い小学生男子の母です。コープ共済さんにはいつも本当にお世話になっています。請求から共済金の支払いまでがとても速くて助かります。



配送スタッフ紹介

配送担当北村です！皆さん、急に冷えてきて体調崩してはいませんか？寒くなってくると体を動かすことが億劫になってきますがお鍋料理がおいしくなる季節でもあります！自然派は色々なスープの素がありますので是非お試しください♪
(1675コース 北村楓)

私のおすすめ商品 『タイ風カレー3種セット』

カタログCaoCao!にときどき登場するキャニオンスパイスさんのスパイスカレー3種セット。どれもおいしいけどグリーンカレーが一番好きです。辛くなくて少し甘めなので食べやすい本格的なカレーが手軽にうちで食べられます！湯煎で食べられるのもうれしいです。(職員 阪口公実子)



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をお願いします。



メールで申込み

■日時: 10月31日(火) 10:00～12:00

■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)

■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
■イベントID: 16233939 ■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
■申込め切: 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。

～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
■申込みめ切: 10/27(金) ※応募者多数の場合抽選。め切後、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

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、イロイロお話しできたら嬉しいです♪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

(奈良県生駒市小瀬町18番地)
近鉄生駒線「南生駒駅」下車、西へ徒歩約5分

■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 ■申込みめ切: 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

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。ご協力お願いします。
【お願い③】 参加費はおつりのいらない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**

みんなおいでよ♪オーガニック天平マルシェ

■日時：11月11日(土)・12日(日) 10:00～15:30

■会場：奈良県コンベンションセンター 天平広場 ※申込不要です。直接会場にお越しください。

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、繋がりがっ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もご一緒にご参加くださいね。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 ■申込〆切：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



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

大紀コープファームさんで、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。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歳未満の乳児は保険代50円のみ。

■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 ■申込〆切：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。

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



メールで申込み

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)
■申し込み開始日：10/16(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込〆切：11/17(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New

のらくら農場直伝!旬野菜のまかない料理試食会&信州の生産者訪問報告会

7月に役職員研修で訪れた信州の生産者。栄養価の高さに定評のある「のらくら農場」。無農薬にこだわり、年間40種以上の野菜を出荷する「いそベジ農場」。そして、ネオニコフリーのりんご栽培にいち早く取り組んだ「あくと」。直接交流することで知った生産者の思いや、持続可能な農業のために私たちができることは…?スライドを交えての報告を聞いて、農業の未来、みんなで考えてみませんか?当日はのらくら農場の素材を生かしたまかない料理を再現、美味しい旬野菜と旬のりんごをみんなで味わってみましょう! ※同伴のお子様の試食は保護者の取り分けでお願いします。

■日時：11月29日(水) 10:00～12:00

■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)

■参加費：(組合員) 大人300円 子ども50円
(一般) 大人400円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
■定員：15名 ■共催：理事会(ふうど&商品) ■イベントID：16233971
■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■持ち物：筆記用具
■申し込み開始日：10/23(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
■申込〆切：11/24(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New

おてらおやつクラブのことを知ろう

「おてらおやつクラブ」は、お寺にお供えされる「おそなえ」を、「おさがり」として「おすそわけ」する活動です。全国の子どもやひとり親家庭などに食品や日用品を届けています。コープ自然派奈良では、2023年度の子ども笑顔基金をおてらおやつクラブに寄付させていただきました(右上QRコード参照)。同じ田原本町内で活動する団体同士、これからも協力していけたらいいと思っています。おてらおやつクラブってどんな団体で、どんな活動をしているのか、実際におてらにお邪魔してお話をきいてみませんか。発送ボランティア体験もしていただきます。

■日時：11月30日(木) 10:00～12:00

■会場：安養寺 (磯城郡田原本町八尾40)

■講師：おてらおやつクラブ 事務局 上村康弘さん

■参加費：(組合員) 大人100円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■主催：理事会(つながる)
■定員：15名 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■持ち物：のみのもの ■イベントID：16233938
■申し込み開始日：10/23(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込〆切：11/24(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New

動作法で、発達障害を抱える子の子育てをもっと楽しもう!

親子でボディーワークをしながら、その子にあった働きかけ方を探ってみませんか?関西発達臨床研究所所長の高橋浩さんに来ていただいて、親子で実践ボディーワークを行っていきます。子どもがテンション上がってしまう時ないですか?また急に飛び出さないように、ぎゅっと手を握りしめていることはありませんか? それらに対しても実際にお子様と動作法を基としたボディーワークを通して体験しながら、身体で体感していただけるイベントとなっております。託児はありませんので、小さいお子様をお連れの方は安全に配慮して参加をお願い致します。

■日時：12月3日(日) 10:00～11:30

■会場：コネクトスペースcotton (大和郡山市綿町31)

■講師：関西発達臨床研究所所長 高橋 浩さん

■参加費：(組合員) 大人450円 子ども50円 (一般共)
■イベントID：16233937 ■定員：20名 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：すくすく
■申込〆切：11/30(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。

※駐車場はございませんので、郡山城
ホールの駐車場(各自負担)にお止めい
たいただきますようお願い致します。



メールで申込み

New

自然派こだわりスイーツと温かい飲み物でほっこりお茶会 みんなのデータサイトさんとお話会～海洋汚染水の真実とは～

福島原発事故から12年。「みんなのデータサイト」の大沼さんを囲んでお話を開催します。2023年8月24日から福島第一原発事故による汚染水が海に放出されることになりました。「汚染水」は「処理水」と名称を変えて報道されるようになりました。安心安全な食と未来を守るために私たちにできることは何か、一緒に考えてみませんか。自然派こだわりスイーツと温かい飲み物をご用意しますので、お話をゆっくり聞きに来てくださいね。

■日時：12月6日(水) 10:30～12:30

■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：みんなのデータサイト 大沼さん

■参加費：(組合員) 大人300円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■定員：20名 みんなのデータサイト
■主催：理事会(みらい) ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■イベントID：16233987
■申し込み開始日：10/23(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込〆切：12/1(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み