

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1214 2023.11.27

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

第 6 回 理 事 会 報 告

■開催日:2023年11月7日(火) 10:00~15:00

■場 所:コープ自然派奈良会議室(田原本)

□承認・議決事項

①電子帳簿保存法対応のための規定新設の件 ②奈良県農民連12/3収穫祭通信掲載と協賛の件
以上、2議案を承認しました。

□討議・報告事項

①10月度事業報告・総務報告 ②ビジョン取り組みについて ③ワーカーズ設立について ④第22回通常総代会について
⑤第23期総代募集について ⑥第7次中期計画策定について ⑦2023年度事業活動方針案の策定について
⑧2023年度政策討論会開催について ⑨活動室プロジェクトについて ⑩子ども笑顔基金プロジェクトについて

□事業実績

・拡大実績 (10月度) 加入258名 脱退163名 (累計) 加入1,430名 脱退727名
・組合員数 (10月末) 18,211世帯(前年比106.3%)
・供給高実績(10月度) 194,728千円(前年比104.8%)(累計) 1,333,776千円(前年比104.8%)
・経常剰余金(9月度) ▲2,040千円(前年比▲272.1%)(累計) 3,157千円(前年比27.7%)

ビ ジ ョ ン 推 進 会 議 報 告

■開催日:11月16日(木) 10:00~12:00

■場 所:コープ自然派奈良会議室&オンライン

■参加者:チーム・地区くらぶ14団体中9団体、理事12名中10名、事務局2名、オブザーバー3名

□主な議案

①新チーム承認 ②企画書承認 ③自然の住まい協議会紹介
④3/23、24天平マルシェへの参加について ⑤連絡・相談など

□トピックス

◆新しいチームが誕生しました!新チームの名前は「daisy」。子育て中のママたちの情報交換や、食・生活に関する講座の開催、子どもと食育活動などをしていきますお楽しみに!

◆10月のトピックス

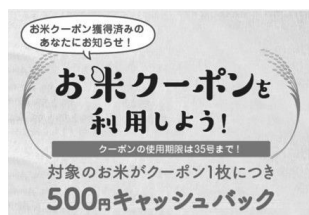
地区くらぶ(奈良) ゆったりさん (欠席)	地区くらぶ(奈良) わ イベント参加者から発酵チーム が誕生するといいな♪	地区くらぶ(郡山) スマイル 12/8自然派の食材でピザづく りをします。ぜひご参加ください!	地区くらぶ(天理) ニコニコくらぶ (欠席)
チームぽこあぽこお料理しましょう! イベント初参加の人もハンデの ある人と楽しく調理できました	チーム地域医療を考える奈良の会 『堤未果のショック・ドクトリン』を 読んでイベント企画中です	チーム 遊ゆうさーくる 1月に天然素材でカゼ予防グッ ズを作るイベントを計画中です	チーム すくすく 12/3に発達障害の子ども向け に、動作法の講座をします
チーム daisy 新しくチームを立ち上げました! よろしくおねがいします。	チーム Civic (欠席)	チーム 自然派防災カフェ (欠席)	チーム カラフル バスボムづくりのイベントを計画 中です
チーム 経世済民Spica 12/15にムギタローさんの動画 をみて話すイベントを開催します	チーム tenTEN (欠席)	チーム オリーブの木 11/21に香肴おしゃべり会を開 催します	チーム・地区くらぶ募集中!

□連合商品委員会より最新情報☆

◆お米クーポンを使う!

28号、29号で利用のあった方全員にお米クーポンが付与されています。

(1)お米クーポンが付与されているかどうかは、商品と一緒に届く「納品書」に「お米クーポン」があるかをチェックしてください。
(2)カタログに「クーポン対象」マークのついているお米+年間予約しているお米にも使用できます。
(3)オンラインのマイページにある「お米クーポンを利用しよう」のバナーから、または納品書の「お米クーポン」の注文番号で注文してください。使用期限があるので、忘れずにお使いくださいね♪



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

12月10日(日)三輪はじまりマーケット 10:30~15:30頃

@大神神社参道沿い駐車場

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!!



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

初めまして鳥嶋です!入社したばかりで
すがミスがないように安全運転で頑
張っていきたいと思いますのでよろしく
お願いいたします!(ぷらす便 鳥嶋真)

私のおすすめ商品 『国産有機皮付もち麦』

お米に混ぜて炊くだけでお手軽に、腸内環境が整います♪
別チラシで月1回なので、毎回注文でオンラインご登録して
いただけるので、買いそびれも防げます♪

＼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!

9~11月

昔から五穀豊穡と言われます。日本人が大地の恵として主食としてきた米、麦、粟、豆、黍の5つです。
世界の四大穀物は米、小麦、大豆、とうもろこし。そして世界二大穀物は西の小麦、東の米。お米は昔か
ら今も日本人にはなくてはならないものです。

今年は天候不順や台風の影響も受けながらも、まっすぐ伸びたくさんの穂をつけた稲。人間だけでなく
植物にも過酷だった夏を乗り越えたお米は、きっとエネルギーもいっぱいのはず!美味しく育った安心安
全なお米を日々感謝していただきたいですね。(木村まどか)



オーガニック給食アンケート2023にご協力ください!

私たちは奈良県で地産・オーガニック給食が実現されるよう活動を進めています。今回、みなさん
からの声を集め、より一層、この活動を推し進めたいと考えています。学校給食に関するアンケ
ートへのご協力をおねがいします。結果はきゅうしょくカンガルー!WEBサイトに公開いたします。

きゅうしょくカンガルー!(奈良の学校給食を考える会)

提出締切:12/31(日)

WEBでの
回答は
こちらから



OKシードプロジェクト サポーター募集中

ゲノム編集されたタネや食品が、何も表示せずに流通してよいことにされてしまいました。このままでは
消費者は選ぶことができません。まず、ゲノム編集されていないタネにマークを付けよう、ということでは
まったのがこのOKシードマークです。タネから食卓まで、このマークで結ぶことで、私たちは
安心できる食を選ぶことができるようになります。
この主旨に賛同してくださる方は、ぜひサポーターへの登録をお願いします。
資金的なご負担はありません。ご登録のメールアドレスに最新情報をお届けします。



◇自然派の野菜セット

<37号> 注文番号 390 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、大和まな、水菜、あやめ雪小
かぶ、落花生、菌床しいたけ、ゆず。



◇谷農園の野菜セット

<37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…



◇直近のやさい産地情報◇

【じゃがいもについてのお知らせとお詫び】現在お届けしているじゃがいも(主として北海道産)について、
今年は過去には例がないほど芽が出るのが早いです。コープ自然派にて取り扱いをするものは産地での
芽止め処理を行っておらず、芽が出た場合は選別時に芽取りを行って出荷をしています。しかし、小さ
な芽は取り除くとじゃがいもに傷をつけてしまう事もあるため残ってしまっている場合があります。
ご理解とご了承のほどよろしくお願い申し上げます。



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

【2024年3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。

New

熱々をどうぞ! 自然派の食材でピザ作り

一昨年大好評だった企画、ピザ作りを久しぶりに開催します。ご自身の分を生地から作り、ピザソース・シュレッドチーズ・その他の具材は自然派の食材をふんだんに使って…どんなピザが出来上がるのかは、当日のお楽しみ♪
熱々のピザは、自然派の紅茶やジュースと共にいただきます! 余ったピザはお持ち帰りしてくださいね。

■日時：12月8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：船内智子さん

■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のみ
■定員：14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(調理中はお願いします)、エプロン、三角巾またはバンダナ、食器拭き用ふきん2枚 ■イベントID：16234029
■申込み〆切：12/1(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

子どもは大人のピザを
とりわけして下さい。

季節の薬膳料理講座(冬)

旬の食材を使った薬膳料理を作って食べてみませんか?今回は冬の薬膳料理です。奈良の郷土料理「のっぺい汁」と「白和え」などを作ります。また東洋医学に基づいた「薬膳」のお話や、季節にあった食材の選び方などをお話します。みんなで調理して、作った薬膳料理をお昼ご飯としていただきますからおしゃべりしましょう♪

■日時：12月14日(木) 10:30～13:00 ■会場：maru room (マルルーム)
■講師：エリーゼ華さん(薬膳食育指導)

〒630-8114
奈良市芝辻町2丁目6-14
近鉄新大宮駅より徒歩5分、
J R 奈良駅より徒歩15分

■参加費：(組合員) 大人500円 (一般) 大人600円
■定員：10名 ■託児：なし。子ども・1才未満の同伴：不可、子ども=中学生以下の同伴：不可
■持ち物：エプロン、食器用ふきん、手拭き、筆記用具
■申し込み開始日：11/27(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
■申込み〆切：12/6(水) ※定員に達し次第、受付終了 ■イベントID：16234050 ■主催：北東和地区くらぶ準備会



メールで申込み

New

日本を100人の島に例えたら経済がわかった!

皆さんは「経済」という言葉にどんなイメージをお持ちでしょう? 経済=お金もうけ、と連想される事が多いかと思います。けれど本来「経済」という言葉の語源は「経世済民」(けいせいさいみん)、つまり「世を治め民を救う」ものなのです。お金もそのために発行されています。そんな仕組みをチームSpicaでは皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。
まずはムギタローさんが作ったYoutubeの動画「20分でわかる経済の仕組み・日本を100人の島に例えたら」(QRコード参照)を前もってお家で見て下さい。きっと「なんだ?これ!」と思われるのでは?そう思った方はぜひイベントに参加してみてください。みんなでまた見ながら 思ったこと、疑問などコープ自然派のお茶お菓子を楽しみながら ざっくばらんにおしゃべりしたいと思います。

動画を見られない方は書籍もあります。(動画は書籍の主にChapter1のみの内容です)
「東大生が日本を100人の島に例えたら 面白いほど経済がわかった!」(サンクチュアリ出版)
単行本 - 2022/8/11 ムギタロー (著), 井上智洋 (監修), 望月慎 (監修)

■日時：12月15日(金) 10:00～12:00 【新センター利用キャンペーン】
■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200円 子ども50円 (一般) 大人300円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
■定員：15名 ■主催：経世済民チームSpica ■託児：なし。子ども・1才未満・子どもの同伴：可 ■イベントID：16234066
■申し込み開始日：12/4(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込み〆切：12/12(火) ※定員に達し次第、受付終了



動画はこちら



メールで申込み

にんじんキャラバン♪熊本のにんじん生産者 今村さんがやってくる!

にんじんの生産者さんに会えるイベントです。熊本からにんじんの生産者のお一人、今西さんがご自身のにんじんと共に奈良に来てくださいます。畑のこと、生産現場のこと、美味しいにんじんの秘密などをお聞きして、みなでにんじんを味わいましょう。生産者さんならではの美味しい食べ方もお聞きます♪

■日時：12月20日(水) 10:30～13:00 【新センター利用キャンペーン】
■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：今村剛喜さん

プロフィール：熊本県山都町出身の有機農家さん。有機農業サポートセンター出身で夏秋トマト、冬作ニンジン農家さんです。お父さんがされていたピーマン作りを手伝ったことから農業に目覚め、小祝政明さんの著書「有機栽培の野菜づくり」を読んで人生が変わり、現在就農13年目(有機JAS認証取得11年目)。BLOF理論に基づき自然の恵みを生かした土づくりで、栄養価の高いおいしい野菜を育てていらっしゃいます。組合員さんの「おいしかった」の一言が原動力。害獣の被害にあった時でも「5%ほどは食べてくれてありがとう」という気持ちになるという優しい農家さん。

■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：20名 ■主催：理事会(ふうど) ■イベントID：16234049
■託児：あり。1才未満・子どもの同伴：可 ■持ち物：エプロン、三角巾、布巾2～3枚、筆記用具
■申込み〆切：12/13(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

大和野菜「味間いも」を収穫しよう♪

里芋ってどんな風にできるか知っていますか?大きな親芋のまわりに小芋がたくさんくっついているのです。奈良の在来種「味間芋」は、白くてきめが細かく、ねっとりしたとても美味しい里芋です。泥んこの中からシャベルで「よいしょ!」と掘り出しましょう。自分で掘ったお芋の味は格別ですよ♪大人だけのグループも、お一人さまもお気軽にご参加ください。※大人は里芋一袋のお土産つきです。

■日時：2024年1月13日(土) 10:30～12:30
■会場：南檜垣営農組合の畑(天理市) ※集合場所はお申し込み頂いた方にお知らせします。
■講師：南檜垣営農組合

■参加費：(組合員) 大人350円 子ども100円 (一般共) ※子ども=中学生以下
■定員：20組50名程度 ■託児：なし。子ども・1才未満の同伴：可 ■イベントID：16234033 ■主催：理事会(ふうど)
■服装：軍手、お茶、大きいシャベル(あれば)、持ち帰り用の袋、レジャーシート 服装：汚れてもよい服、長靴
■申込み〆切：1/7(日) ※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&会場 きのこのなぞを追え!どうやってきのこはできるのか

きのこ狩りで想像するのは山で育つきのこですが、栽培となると様々。木に菌を打ち込んで屋外で育てているのか、屋内で日の光を浴びずに栽培しているのか、きのこによって栽培の様子も違うようなので、カタログに掲載されているきのこたちのお話をきいて、ちょっときのこに詳しくなってみませんか?今回、きのこに興味をもったのは、カタログと一緒に配布されるポスティ掲載商品検査結果で、まいたけ(長野産)のセシウム137の数値が気になるというお話から。検査結果が公開されているお話もちよびりしてもらいます。

■日時：2024年1月25日(木) 10:00～12:00 【新センター利用キャンペーン】
■会場：コープ自然派奈良 活動室&オンライン (磯城郡田原本町西竹田33-1)
■講師：株式会社 コープ有機

■参加費：(組合員) 大人100円 子ども50円 (一般) 大人200円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
■定員：会場20名 オンライン20名 ■主催：理事会(みらい) ■イベントID：16234065
■託児：なし。子ども・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：12/4(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込み〆切：1/18(木) ※定員に達し次第、受付終了
オンライン参加の場合はメールでお申込みください。



メールで申込み

New

ぐるぐるマーケット ～Think global, act local(地球規模で考え、足元から行動しよう)～

子ども達に残していける持続可能な社会へ。大量につくられ、大量に捨てられている現在の社会構造を変えていきたい。モノを大切に使い続けていく、みんなでシェアリングしあおう、そんな想いを少しでも形にしていきたい、活動室でもぐるぐるマーケットを開催します。お持ち込みはお一人5点まで。次の方が気持ちよくお使いいただける物、合成洗剤/柔軟剤不使用の服・本・雑貨・キッチン用品・子ども用品など。レスキューは、何点でも!自然派のお茶&小さなおやつセット(¥100)も用意していますので、下北山村の木材と漆喰の壁に囲まれた心地よい活動室にお気軽に遊びに来て下さい♪

■日時：2024年1月29日(月)、2月26日(月)、3月25日(月) 10:00～13:00
■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) ※申込不要/時間内出入り自由
■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：理事会(うきうき活動室PJ) ■イベントID：16234064
■持ち物：家にある使わないうもので次の方が気持ちよく使えるもの(合成洗剤/柔軟剤不使用の服・子ども用品、キッチン用品、雑貨、本など)があればお持ちください。お一人5点まで。無くてもOKです。
■申込不要/時間内出入り自由 【新センター利用キャンペーン】