

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1218 2023.12.25

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~土 10:00~21:00 日~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7回 理事会報告

■開催日:2023年12月1日(火) 10:00~14:55
■場所:コープ自然派奈良会議室(田原本)

□承認・議決事項
①2023年度冬季賞与支給に関する件 ② 人事に関する件 ③ オーガニックエコフェスタ2024協賛に関する件 ④ 役員賠償責任保険継続加入の件 ⑤ ガザ侵攻に対する声明について 以上、5議案を承認しました。

□主な討議・報告事項
① 11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期総代運営について ⑥ 太陽光パネル設置について
⑦ 第7次中期計画策定について ⑧ 2023年度事業活動方針案の策定について ⑨ 2023年度政策討論会開催について ⑩ 活動室プロジェクトについて ⑪ 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 (11月度) 加入194名 脱退114名 (累計) 加入1,624名 脱退841名
・組合員数 (11月末) 18,292世帯 (前年比106.1%)
・供給高実績 (11月度) 196,082千円 (前年比97.9%) (累計) 1,529,858千円 (前年比103.9%)
・経常剰余金 (10月度) 195千円 (前年比 25.8%) (累計) 3,351千円 (前年比27.6%)

ビジョン推進会議報告

■開催日:12月7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11名、事務局1名、オブザーバー1名

□主な議案
①企画書承認 ②北十勝ファーム紹介 ③ cinema案内
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
◆1年半ぶりにcinemaと契約し「自然派シネマなら」が復活します。コープ自然派奈良組合員活動室での映画上映会を通して、いのち、自然、暮らしのこと、よりよい社会のために私たちがができることなど、一緒に考えるきっかけになれば嬉しいです。

◆10月のトピックス

地区くらぶ(奈良)ゆつたりさん 1/19に「デコ巻き寿司を作ろう」イベントを開催します!	地区くらぶ(奈良)わ 2/13に健康お茶会を開催します。2時間半ゆつたり楽しもう♪	地区くらぶ(郡山)スマイル 12/8ピザづくりは満員御礼!にぎやかに開催予定です。	地区くらぶ(天理)ニコニコくらぶ (欠席)
チームぼこあばお料理しましょう! 次の調理実習を企画中です。お楽しみに♪	チーム地域医療を考える奈良の会 (欠席)	チーム 遊ゆうさーくる (欠席)	チーム すくすく 12/31に、子どもの気持ちに合わせた触れ方などを学びました。
チーム daisy 1/25に子育て座談会、2/23にアロマバスボンづくりをします!	チーム Civic アフリカの女性と子どもの人権についての学習会を企画中です。	チーム 自然派防災カフェ (欠席)	チーム カラフル 草木で自然の色を使ったバスボンづくりのイベントを企画中です。
チーム 経世済民Spica (欠席)	チーム tenTEN (欠席)	チーム オリーブの木 11/21香害おしゃべり会ではいろいろな話ができてよかったです。	チーム・地区くらぶ募集中!

□連合商品委員会より最新情報☆
◆りんごを買ってください!
ネオニコチノイドを使わずにりんごを育てている津軽産直フーズのりんごがピンチ!例年は、保冷庫で春頃まで新鮮な状態を保てるりんご。今年はあまり長持ちしない状況だそうです。せっかく手塩にかけて育ててくださった大事な大事なりんご。余すところなくいただくため、スイーツやお料理にどんどん利用してください!



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。

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
1月13日(土)11:00-15:00『とんど祭り』
@佐保台小学校校庭

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

37歳で双子を妊娠し、帝王切開の可能性が高くなり、慌てて入れる保険を探していたところ、コープ共済さんに出会いました。妊娠発覚後でも入れる保険、非常にありがたかったです。

私のおすすめ商品 『えびチリ』
大きめのエビが入っていて食べごたえがあります!冷凍状態のまま湯煎にかけただけなので、おかずのもう1品やお酒のお供にも最適です。(拡大スタッフ 真野譲)

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、ねっとりしたとっ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:南檜垣宮農組合の畑(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:南檜垣宮農組合

■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
■申込メチ: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。

天然素材のカゼ予防グッズを作ろう♪

コープ自然派のお菓子を楽しみながら、薬に頼らず天然素材で免疫アップ。自然療法士と一緒に緑茶抗菌スプレーなど作りましょう!!
※車でお越しの方へ:中央分離帯があるため、奈良駅方面から北上して来る方は24号線をそのまま京都に向かい、高架でUターン。奈良に戻る24号線に乗り、奈良方面への途中で駐車場入り口があります。

■日時:2024年1月17日(水) 10:00~12:00
■会場:徳矢住建カルチャースペース 陽だまりの家 (奈良県奈良市法蓮町465-1)
■講師:久保田浩子さん

■参加費:(組合員)大人400円 子ども50円 (一般)大人600円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
■定員:10名 ■主催:遊ゆうさーくる ■イベントID:16234081 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可
■申し込み開始日:12/18(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
■申込メチ:1/10(水)※定員に達し次第、受付終了。

◇自然派の野菜セット

<42号> 注文番号 315 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、味まるみ大根、春菊、サラダみぶな、じゃがいも(ニシユタカ)、ぶなしめじ、小松菜。

◇谷農園の野菜セット

<42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◇

【にんじん、大根など】秋の天候が良く台風が来なかったため、冬野菜が豊富に出てくる予定です。
【たまねぎ】夏の北海道が高温だったため、腐りが多くなり収量がかなり少なくなっています。

※有機農産物を広げるため、有機転換期間中のものも有機JASと同一のものとしてお届けしております。生産者への応援とご理解をお願いします。



● 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

🚗【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。

節分はかわいいおにデコ巻き寿司を作ろう

■日時: 2024年1月19日(金) 11:00～13:00

■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)

■講師: 杉井直子さん

■参加費:(組合員)大人800円 子ども50円 (一般)大人850円 子ども50円 ■イベントID: 16234092



メールで申込み

プレママ大歓迎!子育てママの座談会

■日時: 1月25日(木) 10:00～12:00

■会場: 大和郡山市中央公民館(三の丸会館) (予定)

■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 ■イベントID: 16234091



メールで申込み

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

■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 ■イベントID: 16234065



メールで申込み

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)～

■日時: 2024年1月29日(月)、2月26日(月)、3月25日(月) 10:00～13:00 ※申込不要/時間内出入り自由

■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) ■イベントID: 16234064



WEB 第9回生産者消費者討論会

「私たちのみどり戦略実現への行動～未来の子どもたちのために～」

■日時: 2024年1月30日(火) 10:30～12:40 ■会場: オンライン

■講師: 印鑰 智哉 さん(日本の種子を守る会・事務局アドバイザー)

■参加費: 無料 ■イベントID: 16234063 ■申込締切: 1/17(水) ※メールでお申し込みください。



メールで申込み

呼吸の質を高めて健康お茶会

■日時: 2月13日(火) 10:30～13:00

■会場: maru room (マルルーム) 〒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、JR奈良駅より徒歩15分

■講師: MINAさん

■参加費:(組合員)大人500円 子ども400円 (一般)大人600円 子ども500円 ■イベントID: 16234089



メールで申込み

New

アンケート企画「アレルギーについてのおはなししませんか？」

アレルギーを持つ方、お子さんやご家族がいらっしゃる方が集まって、アレルギーについておはなしできるお茶会です。アレルギーを持つお子さんがいらっしゃる組合員の中嶋さんから、特定原材料8品目を使わない簡単で美味しいクッキーの作り方を教えていただきます。一緒にクッキーを作りながら、おしゃべりしましょう。悩みをシェアしたり、苦労されていることやお子さんの成長と共に変わっていく話もできたらいいですね。気軽にご参加ください。

※当日作るクッキーは特定原材料8品目を使用しませんが、会場が公共施設のため普段アレルギー品目も使用されております。アレルギーをお持ちの方は十分にご理解の上お召し上がりください。

■日時: 2月15日(木) 10:00～12:30 (9:45受付開始)

■会場: 生駒北コミュニティセンターISTAはばたき 調理室 (生駒市上町1543番地)

■講師: 中嶋 恵美子さん

■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=高校生以下

■定員: 10名 ■主催: 理事会(みらい) ■イベントID: 16234107 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可

■持ち物: エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル・筆記用具 ■申し込み開始日: 1/8(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 2/8(木) ※定員に達し次第、受付終了。



メールで申込み

New

聞いてみよう、食べてみよう!添加物学習会

スーパーで買い物をするたびに気になる食品添加物。どれを選んだらいいのか、原材料表示を眺めては悩みますよね。そんな添加物についての日々の疑問や、商品選びのポイントについて、コープ自然派奈良の足田さんにお話をうかがいます。自然派の商品と市販品との裏面表示比較をしたり、食べ比べをして味を確認したり、一緒に美味しいと安心を実感しませんか。お惣菜から甘いものまで自然派の商品を色々ご用意しますのでリアルイベントならではの体験をしに来てくださいね♪

■日時: 2月15日(木) 10:00～12:00 (子どもは保険代のみ。試食は保護者からの取り分けです。)

■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)

■講師: コープ自然派奈良 常務 足田 健太さん

■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 ■主催: 理事会(ふうと) ■イベントID: 16234110 ■託児: あり。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: 1/8(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 2/8(木) ※定員に達し次第、受付終了。



メールで申込み

New

自然派シネマなら『TERRA ぼくらと地球の暮らし方』上映会

パーマカルチャーの”希望の世界観”を広めたいと、コロナ禍に一才の息子を連れだした撮影の旅で訪れた日本各地とアメリカ西海岸で、楽しみながら地球を救うヒーロー達の物語。人間と自然が共存し持続可能な暮らしって??より良い世界をつくるために活動するパーマカルチャーの実践者がたくさん登場するドキュメンタリー。それぞれのお話から、感じることも多いはず。上映後、感想をシェアしながら交流しましょう。自然派のほっこりおやつとお茶を用意してお待ちしています。(上映時間102分)

■日時: 2月19日(月) 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)



映画の予告



メールで申込み

■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: 20名

■主催: 理事会(ふうと/GM) ■イベントID: 16234109 ■託児: あり。1才未満の同伴: 可・子どもの同伴: 不可 ■持ち物: 筆記用具

■申し込み開始日: 1/8(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 2/15(木) ※定員に達し次第、受付終了。

楽しくアロマバスボムづくり

■日時: 2月23日(金) 10:00～12:00

■会場: 大和郡山市中央公民館(三の丸会館) (予定)

■参加費:(組合員)大人350円 子ども50円 (一般)大人450円 子ども50円 ■イベントID: 16234089



メールで申込み

New

簡単ストレッチと姿勢のお話し

寒くて身体が縮こまり固くなりがちこの季節、簡単なストレッチをして、身体を温め緩めてみませんか?併せて、良い姿勢とは?良い姿勢だとどんないことがあるの?など姿勢のお話しと、筋肉を付けたい時・痩せたい時などそれぞれの目的に合ったおススメな食材と食べ方なども伺います。また、自然派の商品の中から運動時にお薦めな食材の神山鶏のサラダチキンと自然派styleもぐもぐ焼きおにぎりのプチ試食もあります。ストレッチができる服装で、ヨガマットかバスタオル、お飲み物、プチ試食用にお皿か空のお弁当箱などとお箸をお持ちください。

■日時: 2月29日(木) 10:00～12:00 (9:45受付開始)

■会場: 生駒北コミュニティセンターISTAはばたき 和室3 (生駒市上町1543番地)

■講師: 崎山卓馬さん(NESTA-PFT(ネスタパーソナルフィットネストレーナー)、姿勢科学師)

■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

■定員: 10名 ■主催: 北西和地区くらぶ準備会 ■イベントID: 16234108 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可

■持ち物: ストレッチができる服装、ヨガマットかバスタオル、お皿か空のお弁当箱、お箸、お飲み物

■申し込み開始日: 1/8(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切: 2/23(金) ※定員に達し次第、受付終了。



メールで申込み