

まほろば元気通信

2023
Vol.43
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1219 2024.1.8

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

あけましておめでとうございます
今年もよろしくおねがいたします

理事・職員から新年のメッセージ

①2023年を振り返って

②2024年の抱負

③ひとことアピール



2024年新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。今年もみなさまにとってしあわせな年となりますよう、心からお祈りいたします。

長期化するウクライナ、民族浄化ともいわれるガザ。尊いいのちと大切な暮らしが奪われ続けていることに、深い悲しみと叫びだしたいような思いでいます。恐怖と欠乏から免かれ、ただ平和に生きたいというだけの願いがどうして叶わないのか。

せんそうのりゆう つくるのやめよう せんそうのどうぐ つくるのやめよう だれのこどもも ころさせない

※絵本『だれのこどももころさせない』より

この思いの輪を広げていきたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

生活協同組合コープ自然派奈良 理事長 上市佳織

①多くの方々に支えられ、何とか1年を過ごすことができました。ありがとうございました ②あと1つやらねばならないことがあるので、それを実現したいです ③後厄なので、油断せず生きてゆきたいと思います ★専務理事 岡田昭典

①立ち止まり、考える1年でした ②私らしく ③殻を破る ★理事 奥章子

①日々経験、日々学び ②安心してのびのび成長できる生協に ③弱いままで幸せになりたい ★理事長 上市佳織

①チャレンジ・網渡り・消化しきれない多くの学ぶべきあれこれ ②すべての組合員にとって”私の自然派”と思える生協に ③やるからには楽しく! ★理事 北田多喜

①大好きな人が日々増えました ②できることはコツコツと。できないことは一歩踏み出す! ③自分も人も地球も大切に ★理事 木村まどか

①イベントや戸別訪問でいろんな方とお話できてよい経験になりました! ②コープ自然派の商品のストーリーを知る!伝える! ③いろいろと鍛えてやってください! ★職員 阪口公美子

◇自然派の野菜セット

<43号> 注文番号 323 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、水菜、雑煮大根、小松菜、スティックブロッコリー、チンゲンサイ、菌床しいたけ。



◇谷農園の野菜セット

<43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◇

【有機ブロッコリー】…一部産地で生育遅れが発生しており、一部中止

【有機キャベツ】…産地で虫害が発生しており、収量が減少しているため一部中止

【パプリカ】【春菊】…産地からはめいいっぱい出荷してもらっていますが、一部中止

【有機ミニ白菜】…一部産地で生育遅れが発生しており、一部中止

【有機さといも】…一部産地で品質不良が起きてしまい、一部中止



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

こんにちは崎田です!毎日寒い日が続きますが風邪、インフルエンザ予防のため手洗いうがいをしっかりしてこの年末乗り切りましょう!(1662コース 崎田聖満)

私のおすすめ商品 『砂丘らっきょう』

私の地元の特産品です。砂丘の厳しい環境で育った砂丘らっきょうは、身がしまった歯ごたえのある食感が特徴で、薄味で素材の味が活きていて、らっきょう本来の風味を味わえます。疲労回復におすすめです。(営業事務 岡本巳由希)

①意外にやればできる ②楽しいことをふやす ③かわいくきたい! ★理事 重村とみ

①知ることができるありがたさを実感しました ②コミュニケーション力アップ ③ゆるゆるとポジティブに ★理事 杉山千尋

①無我夢中 ②日々精進 ③つながりたい、つなげたい ★理事 土肥恭子

①組合員・職員・理事の想いの集まったこれなら会議。わくわくする第7次中期計画になりそう ②組合員と生産者の交流や産地訪問を増やしたい ③心に余白を持って暮らしたいです ★常任理事 永野博子

①新しいことにチャレンジしたり、継続してきたことを見直したり、有意義に過ごしました ②畑や田んぼなど土に触れる機会を増やしたい ③原発のない社会に向けてできることをコツコツと! ★理事 成田夏樹

①入院しました。来年は身体に気を遣います ②適度な運動!健康第一! ③コープ自然派の良さを広めていきます ★職員 新原佑太郎

①新しい学びが多くありました ②難しいことも楽しんで日々過ごしたい ③落ち着いて考える ★常任理事 西澤亜希子

①学習会や研修など、直接会って学んで、得られるものの大きさを再認識しました ②人生節目の年。自然派の魅力を体験を軸に伝え広げていきたいです ③無理なく、楽しく、一歩ずつ ★常任理事 西村いずみ

①転生とリスタート ②AREの達成 ③今年こそ、やると決めたことを達成します ★常務理事 疋田健太

①兔にも角にも健康に過ごせたことに感謝 ②ワークライフバランス ③重力に抗う! ★職員(常勤理事) 藤本仁美

①産地訪問などで生産者さんから話を聞く機会が多く、学びの多い一年でした ②もっと自然派を好きになる ③腰痛改善のためストレッチ頑張ります ★職員 水崎圭吾

①超多忙な1年でした ②「イノベーション」 ③奈良暮らしを満喫したいです! ★センター長 壬生卓也

①たくさんの方との出会いがありました! ②自然派の商品を沢山食べる!! ③何事もたのしみます~! ★職員 山本友梨奈

①新たなスタートへのドキドキワクワクの年でした ②何ごともまずは楽しんで ③継続は力なり ★常任理事 米田裕子

<NPO国産材住宅推進協会からのお知らせ>

堺セミナー「購入前に知っておきたい土地と中古住宅の選び方」

土地や中古住宅の購入は大きな買い物です。土地や中古住宅の現状のどこをどう見ればいいのか?自分たちの暮らしに合っているのか?わからないことばかり。不動産屋でなく建築士の視点から購入前に知っておきたい選び方の基本をわかりやすく解説します。

■日時:1月20日(土)13:30~ ■会場:堺市産業振興センター

■講師:細江由理子(建築士・ライフオーガナイザー1級) (大阪メトロ御堂筋線「なかもず」駅、南海高野線「中百舌鳥」駅より約300m)

■参加費:500円(協会会員は無料) ■申込締切:1月19日(金)

■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・お申込はこちら

協会セミナー「自然素材でつくるマンションリノベーション」

無垢の杉板、塗り壁に代表される自然素材の内装、木製建具や省農薬畳など、様々な自然素材を使って、マンションでもまるで木の家で生活するような環境が得られます。北側の部屋の結露によるカビや淀みがちなマンションの空気も、自然素材の調湿性能で生まれ変わります。工事費用を明確にしなが様々なマンションリノベの事例と方法を紹介します。

■日時:1月27日(土)13:30~ ■会場:協会事務所2階 (阪急宝塚線「三国」駅南出口を西へ徒歩

■講師:中津真(民家・建築士) ■参加費:500円(協会会員は無料) ■申込締切:1月26日(金) 約3分)

■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・お申込はこちら

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。

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 ■申込メ切:1/19(金)



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

■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 ■申込メ切1/18(木)

【新センター利用キャンペーン】



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

■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

New

サイレントフォールアウト 上映会

2011 年東日本大震災によって福島第一原発事故が起こり、東日本一帯が強い放射能汚染に見舞われましたが、13 年が経ち、事故は風化しつつあります。この映画は、1950～60 年代のネバダ州の核実験による被爆者、研究者らにインタビューをして、現在もなお続くアメリカ大陸の放射能汚染の実態を明らかにしたものです。核実験の放射性降下物(フォールアウト)が米国各地に被ばくをもたらした事実を知るとともに、日本の未来を考えるきっかけにいただければと思います。上映後、伊藤監督にご登壇いただき、お話しいただきます。また、参加費は監督にアメリカ上映等の支援金としてお渡しすることになっています。

■日時:2月4日(日)13:30～16:00 (開場 13:00)

■会場:神戸映画資料館(神戸市長田区)

■講師:伊東英朗さん(監督・ディレクター)

2004 年から太平洋核実験の漁船被ばく問題の取材開始、関連するドキュメンタリー番組で石橋湛山早稲田ジャーナリズム大賞ほか受賞。その 8 年にわたる取材の蓄積を映画『放射線を浴びたX年後』としてまとめ、全国劇場公開、自主上映は 200 カ所以上で取り組み、ギャラクシー賞、日本民間放送連盟賞、放送文化基金賞、日本記者クラブ賞特別賞、など数々の賞を受賞。
■参加費:(組合員)大人500円 (一般)大人750円 ■定員:50名 ■主催:脱原発ネットワーク ■イベントID:01234102
■申込メ切:1/26(金)17:30 ※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。



映画資料館
アクセス



作品紹介 HP



イベント詳細



イベント応募用
メールQRコード

New

私たちに何ができる?～シャプラニール活動報告会&カレー試食会～

1972年に設立されたシャプラニールは、バングラデシュ、ネパール、日本で貧困問題解決に取り組む国際協力NGOです。コープ自然派では、毎年春に「ステナイ生活キャンペーン」で協力しています。どのような活動がされているのか、また2023年いただいた支援でどのような活動がされたかお話を伺います。また、ランチにフェアトレードのスパイスを使ったバングラデシュカレーをみんなで作って食べましょう。私たちに何かできることがあるのか、みんなで考えるきっかけにしましょう。

■日時:2月10日(土)11:00～13:00

■講師:シャプラニール 勝井裕美さん

■会場:生駒市南コミュニティセンター せせらぎ (生駒市小瀬町18番地)

■参加費:(組合員)大人500円 子ども200円 (一般)大人750円 子ども350円 ※子ども=中学生以下 ■定員:30名 ■主催:理事会(つながる) ■イベントID:16234120 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■持ち物:筆記用具、エプロン、三角巾、ふきん2枚
■申込メ切:2/2(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。



呼吸の質を高めて健康お茶会

■日時:2月13日(火)10:30～13:00

■講師:MINAさん

■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

■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 ■申込メ切:2/6(火)



メールで申込み

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？」

■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 ■イベントID:16234107 ■申込メ切:2/8(木)



メールで申込み

聞いてみよう、食べてみよう!添加物学習会

■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) 【新センター利用キャンペーン】

■講師:コープ自然派奈良常務 疋田 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 ■イベントID:16234110 ■申込メ切:2/8(木)



メールで申込み

自然派シネマなら『TERRA ぼくらと地球の暮らし方』上映会

■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)

■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 ■イベントID:16234109 ■申込メ切:2/15(木)



映画の予告



メールで申込み

New

伝統の技を知ろう!三河みりん学習会

みりんと言ってもいろいろなものがありますね。スーパーではみりん風調味料なんていうのも販売されていますが、本物のみりんとはどう違うのでしょうか。明治の時代から伝統的な製法にこだわって作られている三河みりんの角谷文子さんをお迎えして製造でのこだわりを伺い、実際にみりんを使ったお料理の試食を行います。珍しいみりんを使ったスイーツやドリンクも試食予定にしていますので、この機会にみりんレシピを増やしてみませんか? お子さんは大人の方の分をとりわけをお願いします。

■日時:2月20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 【新センター利用キャンペーン】

■定員:15名 ■主催:理事会(商品) ■イベントID:16234119 ■託児:あり。1才未満・子どもの同伴:可 ■持ち物:筆記用具

■申込メ切:2/15(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

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 ■申込メ切:2/17(土)



メールで申込み

簡単ストレッチと姿勢のお話し

■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 ■イベントID:16234108 ■申込メ切:2/23(金)



メールで申込み