

まほろば元気通信

co-op shizenha nara official newsletter vol.1221 2024.1.22

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

「令和6年能登半島地震 緊急支援募金」にご協力をお願いします。

2024年1月1日、石川県能登地方を震源として最大震度7の大地震が発生しました。コープ自然派では44号から48号の間、緊急支援募金活動に取り組みます。組合員の皆様ご協力よろしくお願いします。詳しくは商品ニュースをご覧ください。※支援募金はポイント対象外です。また、寄付金控除の対象外です。

010016

令和6年能登半島地震
緊急支援募金

1口 **500円**

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♪種の交換会や、刺し子刺繍体験もできます♪

■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

■主催: 理事会(うきうき活動室PJ) ■イベントID: 16234064

■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■持ち物: 家にある使わない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。

🚗【新センター利用キャンペーン】

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、伊東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)

■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。



イベント詳細



イベント応募用
メールQRコード

◇自然派の野菜セット

<45号> 注文番号 384 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、生なめこ、紫大根、アйсプラント、スティックブロッコリー、小松菜。



◇谷農園の野菜セット

<45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◇

1月は暖冬傾向のため多くの作物が前倒しで出荷される傾向にあります。小松菜、にんじんなどは豊富に出てくる予定ですが、大根は1月後半から出荷量が減る可能性があります。

【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】...一部産地で生育遅れが発生しており、一部中止

【ミニ白菜】...思っていたより早く収穫が終わってしまったため、全量中止



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!!



私のおすすめ商品

『よつ葉プレーンヨーグルト』

酸味が控えめで、プレーンのままでも食べられます!普段は、はちみつをかけて食べています!自然派のジャムとも相性抜群でとてもおいしいです。腸活にお勧めです。(営業事務 水崎圭吾)

配送スタッフ紹介

こんにちは、配送担当の原見と申します。入社して初の年末を経験し、すごくいい経験をさせていただきました。今年もめいっぱい頑張りたいと思いますので皆さんもお怪我などないよう元気に過ごしましょう!(1664コース 原見隆)

WEB&会場「教えて!議員の日常やお仕事

現役議員や議員経験者にいろいろ聞いてみよう」

皆さんの日常の中に私たちの代表である“議員”はいますか?ひょっとしたら選挙の時にしか目にしないひとたち?実は私たちと同じ組合員の中にも議員がいます。そこで、なかなか聞きたくても聞けないこと、選挙の裏側や、議会があるとき、ないときの議員の日常や議員になってびっくりしたことなど聞いてみませんか?私たちが選挙の時だけではなく365日有権者であるためにまずは一番身近な自治体議員、それも私たちと同じ組合員でもある現役議員や議員経験者にこの際ぶっちゃけのお話を聞いて、根掘り葉掘り質問してみましょう!そして地元の課題をどうにかするために地元の議員と何ができるか、どんな風に共に進めていけばいいのか3人の皆さんからヒントをもらいましょう!

■日時: 2月6日(火) 10:00~11:50(9:45受付開始)

■会場: 京都経済センター 6F 京都市下京区四条通室町東入函谷鉾町78番地

■講師: 谷口英子さん(コープ自然派奈良 組合員/木津川市議会議員)

吉高ゆかこさん(コープ自然派京都 組合員/京田辺市議会議員)

吉本弘子さん(コープ自然派兵庫 組合員/元寝屋川市議会議員)

■参加費: (組合員) 大人300円 子ども100円 (一般) 大人500円 子ども100円 ※子ども=中学生以下 オンライン 組合員/一般 (無料)

■定員: リアル30名 オンライン50名(オンラインの方はメールでお申込ください。後日アーカイブ配信あり) ■持ち物: 筆記用具

■主催: 憲法連絡会 ■イベントID: 16234150 ■申込み開始日: 1/22(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より

■申込メ切: 1/31(水) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

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~

シャプラニールに、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。私たちに何かが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。



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?」

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。

■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。 ※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。



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。

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。

有機認証の牛肉ってどんなの？ 幸せな牛さんのおはなし

牛肉の生産者北十勝ファームの上田さんにお越しいたゞき、エサへのこだわりや牛との付き合い方などを伺います。当日は北十勝ファームで育った牛肉の試食も準備しますので、味わいもしっかりと確かめましょう。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16日(金) 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)

■講師: 北十勝ファーム 上田 金穂さん

■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

■主催: 理事会(商品) ■イベントID: **16234146** ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■持ち物: 筆記用具

■申込〆切: 2/13(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

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、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。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。

■日時: 2月19日(月) 10:00～12:00(上映時間102分)

■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

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

■申し込み開始日: 1/8(月) 12:00より先着順 ■申込〆切: 2/15(木) ※定員に達し次第、受付終了。



映画の予告

伝統の技を知ろう!三河みりん学習会

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。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。みりんレシピを増やしてみませんか？

■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)

■講師: 角谷文治郎商店 角谷文子さん

■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(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

■申込〆切: 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

小さなお子様にも安全な天然素材のみを使って作ります。お子様と一緒に是非、ご参加ください！
備考: 2部制で実施予定です。申込時にご希望の時間枠をお伝えください。※同伴の子供の年齢・人数制限なし

■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 ※子ども=中学生以下保険代のみ

■定員: 20組 (10:00～11:00枠: 10組、11:00～12:00枠: 10組) ■託児: なし。子ども・1才未満の同伴: 可 ■持ち物: タオル

■イベントID: **16234089** ■申し込み開始日: 12/25(月) 12:00より先着順 ■申込〆切: 2/17(土) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New

『南出市長の考えるオーガニック給食とは?』講演会

全国で広まりつつあるオーガニック給食。大阪府泉大津市では、市費を投入して給食に力を入れています。毎月2回「ときめき給食」の日には、発酵食品やオーガニック食材を使用し、旬の食材や伝統的な行事食など、季節を感じることもより特別な給食を提供されています。栄養価の高いものを使い、できるだけ体に負荷のかかるものは使わないなど、子どもの健全な体づくりにつながるような、そして何より美味しい給食を目指しているそうです。未来を見据えた南出市長の考えるオーガニック給食とはどういうものか?じっくりお話を伺います。

■日時: 2月23日(金) 10:30～12:30

■会場: **ひと・まち交流館 京都 3階 第4・第5会議室・オンライン(zoomウェビナー) 同時開催**

■講師: 南出賢一さん(大阪府泉大津市長)

京都市下京区西木屋町通上ノロ上る梅湊町83-1

講師プロフィール: 1979年泉大津市生まれ。(株)ニチロ(現 マルハニチロ)、(有)南出製粉所時代を経て、2007年より泉大津市議会議員。2017年より泉大津市長に就任。財政の健全化を進め、官民連携・市民共創で様々な取り組みを推進している。

■参加費: 無料 ■定員: 会場100名 オンライン100名 ■託児: なし。子どもの同伴可(要申込)

■イベントID: (会場/オンライン) **16234179** ■主催: 生活協同組合コープ自然派 給食連絡会

■申し込み開始日: 1/29(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より ※定員に達し次第、受付終了

■託児: なし。お子様を連れて参加していただけます。 ■申込〆切: 2/16(金) 12:00 ※オンラインの方はメールでお申込ください。



メールで申込み

New

我が家は国産材でZEHです～施主に聞くあれこれ～

「まちに森をつくる」を進めている自然の住まい協議会で2022年10月に家を建てた組合員から体験談を聞きます。Oさんは国産材ZEH(省エネルギー)住宅で暮らして1年半。土地探しから設計、建築、完成までのあれこれや現在の住み心地など、家を建てる前に気になることをしっかり聞くことができる機会です。伴走者である、NPO国産材住宅推進協会の設計士中津さんからは、プロとしてどう関わってきたか、また、国産材住宅の基礎知識やZEH住宅についても話していただきます。

■日時: 2月26日(月) 13:30～15:30

■場所: **オンライン(zoom)開催**

■講師: NPO国産材住宅推進協会 中津真さん、施主 大川揚生さん

■参加費: 無料(組合員・一般) ■定員: 100名 ※定員に達した場合 抽選

■主催: 自然の住まい協議会 ■イベントID: **16234173**

■申込〆切: 2/19(月) 17時 ※メールでお申込みください。



メールで申込み

New

やさか共同農場さんに教わる手作り味噌

カタログでおなじみ、やさか共同農場さんを講師に、みんなで手作り味噌を仕込んでみませんか?やさかさんの甘酒もお味見しつつ、わいわい仕込めば美味しさも格別です。今回はやさかさんの有機栽培大豆、有機米麹、塩がセットになった材料を使うので、難しい行程はありません。手作りのオーガニック味噌を日々の食卓に取り入れて楽しみましょう。麹は玄米麹、白米麹、麦麹の3種類からお好みのものを選んで申し込み時にお伝えください(できあがりの味噌約2キロ)。材料費2300円+参加費を当日お支払ください。材料セットには麹、煮大豆、塩がついています。※味噌の容器が必要な方は、申込時にお知らせください。ふた付きプラ容器250円で販売します。

■日時: 2月28日(水) 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)

■講師: やさか共同農場 橋本基さん

■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=中学生以下保険代

■託児: あり(500円/1人)。子ども・1才未満の同伴: 可 ■申し込み開始日: 1/29(月) 12:00より先着順。※メールは同日午前0:00より

■申込〆切: 2/19(月) ※定員に達し次第、受付終了。 ■イベントID: **16234172** ■主催: 理事会(ふうど)

■持ち物: エプロン、バングナ、ふきん2枚、筆記用具、大きいボウルか鍋、味噌を入れる容器(ない方は申し込み時に容器注文をお願いします)



メールで申込み

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なこの季節、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食材と食べ方などもお伺いします。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

■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

■申込〆切: 2/23(金) ※定員に達し次第、受付終了。



メールで申込み