

まほろば元気通信

2024
Vol.25
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1253 2024.9.2

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
-----------------	--	--------------------	---

こんなにあったんだ!カタログ商品'しゅうまい'食べ比べ

ポストやcaocaoに掲載されているしゅうまいにご注目!実は結構種類あるの知ってましたか?メインになりづらい脇役にスポットをあてて、お弁当に、おかずのプラスワンに、おやつにも活躍間違いなしのしゅうまいきっと常備したくなる、この機会に食べ比べして、お気に入りを見つけてみませんか?たくさんのご参加お待ちしております。

■日時: 9月13日(金) 10:30~12:30 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■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 (磯城郡田原本町西竹田33-1)

※子ども=中学生以下 ■主催: ゆったりさん ■イベントID: 16244473 ■定員: 20名

■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■申し込みメチ: 9/6(金) ※定員に達し次第、受付終了

はならあとサステナブル講座「絵手紙を描こう」

絵のある手紙を送る=絵手紙。絵手紙は「ヘタでいい、ヘタがいい」とよく言われます。上手に描くことが目的ではなく、身近なモチーフを自分らしく心を込めて描いてみませんか?今回はコープ自然派の旬な野菜や果物をモチーフにして、社会福祉法人青葉仁会メンバー作成の手漉き和紙2枚に、絵の具で絵手紙を描きます。2枚のうち1枚は「おてらおやつクラブ」のおすそわけ発送時に同封させていただきます。

■日時: 9月14日(土) 10:00~11:30 ■会場: ならまちセンター 3階会議室

■講師: 水彩画講師 藤田千代さん (奈良市東寺林町38)

■参加費:(組合員)大人500円 子ども300円 (一般共) ※子ども=中学生以下/ 描かずに同席の子どもは50円

■主催: 理事会(福祉活動ボード) ■イベントID: 16244505 ■定員: 10名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可

■持ち物: 筆記用具(筆、鉛筆、消しゴム、油性ペン) ■申し込みメチ: 9/7(土) ※定員に達し次第、受付終了

はならあとサステナブル講座 紙芝居「ASHIHAMA BEACH」

アフロヘアのカミシバラミキさんは芦浜原発を止めた住民運動のお話を紙芝居にして全国各地で上演しています。2000年2月22日は 芦浜原発が白紙撤回になった日。物語の舞台となるのは三重県南伊勢町(旧南島町)大紀町(旧紀勢町)です。37年の長い闘いの末に原発を止めた海の民の物語を楽しくわかりやすく語ります。ぜひ親子でご参加ください。

■日時: 9月14日(土) 13:00~15:00 ■講師: カミシバラミキさん

■会場: ならまちセンター 3階会議室 (奈良市東寺林町38)

■参加費:(組合員)大人500円 (一般共) ■主催: 理事会(環境平和ボード) ■イベントID: 16244511

■定員: 15名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■申し込みメチ: 9/10(火) ※定員に達し次第、受付終了

はならあとサステナブル講座「捨てるから始めず、心の整理からするお片付け術」

「いつも部屋が散らかっている」「整理整頓が苦手」という方は多いのではないのでしょうか。ただ収納のノウハウを聞くだけではなく、思考の整理と気持ちに寄り添い、使う人に合わせた収納を提案していただきます。前回好評だった利き脳の診断もして下さるので、自分に合った片付け方もわかります。セミナーを受けたあとは心からスッキリし、苦手意識もなくなるかも!

■日時: 9月15日(日) 13:00~15:00 ■会場: ならまちセンター 3階会議室

■講師: 国産材住宅推進協会 ライフオーガナイザー1級 細江由理子さん

■参加費:(組合員)大人500円 子ども50円 (一般共) ※子ども=中学生以下 ■持ち物: 筆記用具、飲み物

■主催: 理事会(地域連携ボード) ■イベントID: 16244476 ■定員: 15名

■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■申し込みメチ: 9/11(水) ※定員に達し次第、受付終了

◇自然派の野菜セット

<25号> 注文番号 307 1,080円(税込)

ゼーンぶ奈良県産!直近のお届けは、有機山ほうれん草、小松菜、ツルムラサキ、無農薬オクラ、赤たまねぎ、生なめこです。



◇谷農園の野菜セット

<25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。



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らくなってきています。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

お友だちを誘って是非ご参加ください



配送スタッフ紹介

配送担当北村です!夏祭りやオリンピックが終わって興奮が冷めてきてますが?皆さんはどう秋を過ごされていますか?また教えてくださいね♪今日も頑張ってます!!(1675コース 北村楓)

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。紹介お待ちしております!!

私のおすすめ商品『よつ葉北海道バターミルクヨーグルト』

ほどよい甘さでヨーグルト特有のサッパリ感、そしてココもりのおいしさマシマシで大ファンです。皆様も一度ご賞味くださいませ。(営業事務 南出和子)



はならあとシネマ「決断」

2011年3月11日、東日本大震災 福島原発事故により人生最大の「決断」を迫られたある10家族の証言です。上映後はお茶とお菓子をいただきながら感想をシェアします。午後からも会場は開放していますのでそのままゆっくりお過ごしください。

■日時: 9月15日(日) 10:00~12:00 ■会場: INTERSPACE LAB. (奈良市鶴福院町8-2)

■参加費:(組合員)大人1000円 子ども50円 (一般共) ※子ども=高校生以下

■主催: 理事会(環境平和ボード) ■イベントID: 16244512 ■定員: 15名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可

■申し込みメチ: 9/10(火) ※定員に達し次第、受付終了

豊かさを生み出すパーマカルチャー

『TERRA ぼくらと地球のくらし方』映画上映会

10月16日の世界食料デー(国連)記念開催。パーマカルチャーとは、パーマネント(永続性)と農業(アグリカルチャー)、そして文化(カルチャー)を組み合わせた言葉で、人と自然が共に豊かになるような関係を築いていくための生活や地域、社会を実現するデザイン手法です。映画では国内外13名の実践事例が紹介されます。上映後には、コープ自然派の身体に優しいランチを作りいただきます。

■日時: 9月16日(月祝) 10:00~13:30 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■参加費:(組合員)大人700円 子ども100円 (一般)大人800円 子ども100円 ※子ども=中学生以下

■イベントID: 16244533 ■定員: 20名 ■託児: あり(1人500円/託児申込締切9/9月)。1才未満・子どもの同伴: 可

■持ち物: お子様は、子ども用フォーク・スプーンがあるとよいです。 ■主催: NARActive CINEMA

■申し込みメチ: 9/16(月祝) ※定員に達し次第、受付終了

山清さんに教わって、お彼岸におはぎを作ろう!

日本の伝統食材を扱う食品メーカーの山清さんは、日本に昔からある食文化や風習を伝えていく役割があると仰います。中でも四季折々の歳時記に欠かせないあんこは特に大切にされてきました。北海道産有機小豆や国産のてんさい糖など、材料にとことんこだわり、甘さ控えめで上品なお味のあんこを使って、お家でも簡単に作れるおはぎを教わります。そのあと、作ったおはぎを食べながら、山清さんのものづくりへの熱い想いをお聞きしみんなでお話ししましょう。今年のお彼岸には、ぜひお家で手作りのおはぎを作ってみませんか?

■日時: 9月19日(木) 10:30~12:30 ■講師: 山清 中村さん

■会場: maru room (奈良市芝辻町2丁目6-14 近鉄新大宮駅より徒歩5分)

■参加費:(組合員)大人500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

■主催: 北東和地区くらぶ準備会 ■イベントID: 16244506 ■定員: 10名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可

■持ち物: 飲み物、エプロン、三角巾、ふきん ■申し込みメチ: 9/12(木) ※定員に達し次第、受付終了

折りたたむだけ!自然派Style焼きのりで簡単おにぎり作り

おにぎりは手軽に食べられて便利ですが、手で握るとベタベタ、おにぎらずは手が汚れないけど包丁で切るのは面倒だし、彩りよい見栄えを考えると具をたくさん使うので大変ですね。今回作るおにぎりは面倒なことは省くけれど食べ応えがあって作るのも簡単です。お子さんに覚えてもらうと休日のお昼ご飯はお任せできるかも?!当日は自然派Style徳用焼きのりの生産者さんから美味しい海苔の秘密も伺います。大人子どもにかかわらず、参加者一人につき大きめのおにぎり2つを作ります。

■日時: 9月23日(月祝) 10:00~12:00 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■講師: みえぎよれん販売 木下琢巳さん

■参加費:(組合員)大人400円 子ども400円 (一般)大人500円 子ども500円 ■主催: 理事会(利用拡大ボード)

※おにぎりを作らない、または大人の分と一緒に作るお子さんの参加費は50円です ■イベントID: 16244522

■定員: 15名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■持ち物: エプロン、ふきん、筆記用具

■申し込みメチ: 9/17(火) ※応募者多数雄場合抽選。メチ後、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。



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。

連絡がない場合、欠席されても参加費・託児費をいただく場合があります。

【お願い②】お昼を越えるイベントでお子様にお持ちの際には「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とあります。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)

託児は
1歳以上可

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当日の1週間前です

イベント会場が「コープ自然派奈良会議室」の場合、公共交通機関でお越しの奈良組合員は、田原本駅から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。

呼吸の質を高めて健康お茶会

呼吸はとても大事です。お手軽な健康法!安全な瞑想法!丹田呼吸法を楽しんでいただけます。たまには自分のペースに合わせてご自身の呼吸の質を高めましょう。お茶会タイムは、身体に良い自然派食品の試食会を予定します。しょうがの魅力をテーマに!試食後は好評の参加者同士のコミュニケーションタイムの開催です。※ご友人とのご参加の場合、申込全員の氏名をよろしく願います。

■日時: 9月24日(火) 10:00~12:30 ■講師: MINAさん

■会場: maru room (奈良市芝辻町2丁目6-14 近鉄新大宮駅より徒歩5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 ※子ども=中学生以下

■イベントID: 16244474 ■定員:13名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可(乳児50円保険料、参加連絡必要)

■持ち物:タオル、筆記用具 ■主催:奈良市地区くらぶ わ ■申込メ切:9/17(火)※定員に達し次第、受付終了



森の中を歩いてみよう!~心身を育む自然の中で身体活動の可能性~

自然栽培や無農薬で育つ食べ物の生命力を感じたことはありますか?それを人間に置きかえてみると…私達自身も自然の環境に身を置くことが大切です。心も身体も、本来の自分に還る時間を一緒に過ごしませんか?一人で過ごすもよし、親子や仲間と子育て、食、健康、運動についてざっくばらんに話しをしながら森の中を歩いてもよし。月に1回そんな時間をもちながら、身体を整えたり、関係を深め合ったり、子どもの成長を見守り合ったり、それも自然任せの自由な時間です。(歩く距離は1~3km参加者の皆さんと相談してきめます。)足元の状況により中止の判断をする場合があります。中止の場合は前日にご連絡します。

■日時: 9/26(木) 10:00-12:00 ■会場: 矢田山あそびの森 (大和郡山市矢田町2070)

■講師: 妹尾 秀美 (一般社団法人kakeHashi代表 / bekry+arinomamma)

■参加費:(組合員)大人500円 子ども100円 (一般)大人600円 子ども100円 ※子ども=小学生以下

■イベントID: 16244338 ■定員:7名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■主催:tenTEN

■持ち物:動きやすい服装、歩きやすい靴、飲み物(必要であれば昼食) ■申込メ切:9/19(木)※定員に達し次第、受付終了

※乳児同伴の場合抱っこ紐での森歩きとなります。体力等に自信がない場合がご遠慮下さい。



WEB 核兵器禁止条約とNPT(核不拡散条約)の違いって?

「ヒバクシャ」という言葉が正式に使われた画期的な条約、「核兵器禁止条約」。2017年7月に国連総会で122カ国が賛成して採択され、現在、署名国は93カ国、批准国が70カ国に達しました(2024年1月15日時点)。そんな中、被爆国の日本が署名も批准もしていないのは、なぜなのでしょう。そもそもどんな条約なの?核兵器禁止条約(TPNW)と核兵器不拡散条約(NPT)の違いは?核兵器をめぐって今の世界と日本の状況は?浅野さんのお話を聞いて、核兵器のない世界を目指し私たちがができることを一緒に考えましょう!

※当日参加が難しい方は後日期間限定で録画視聴できますので、お申し込み時に「録画視聴希望」とご記入ください。学習会後にメールにてご連絡させていただきます。

■日時: 9月28日(土) 10:00~12:00 ■会場: オンライン

■講師: 核兵器をなくす日本キャンペーン事務局 浅野英男さん

■参加費:無料 ■イベントID: 16244507 ■定員:50名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可

■主催:憲法連絡会 ■申込メ切:9/25(水)※定員に達し次第、受付終了



WEB「社会のことちゃんと考えたいラジオ」を一緒に聞いてみよう

Choose Life Projectが毎週月曜日に配信しているラジオ番組「社会のことちゃんと考えたいラジオ」。1週間のニュースが30分で分かる!そんな30分の番組を一緒に聞いて、のこり30分で疑問を出し合ったりしましょう。休日の朝、ちょこっと社会問題を考えてみませんか? ※ラジオはSpotifyなどのポッドキャストやYouTubeでも聞けます。イベントに参加できない方もぜひ聞いてみてください。

■日時: ②9月29日(日)、③10月26日(土) 10:00-11:00

■会場: オンライン

■参加費:無料 ■イベントID: ②16244478 ③16244479 ■定員:15名 ■主催:理事会

■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■申込メ切:②9月25日(水)、③10月23日(水)

※メ切後、当日の参加方法についてメールでお知らせします。開催前日正午までにメールが届かない場合はお問合せください。



毎月最終月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット

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遊びに来てみませんか?無料リユースコーナー:ぐるぐるマーケット(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。お持ち帰りは、何点でも!)の他、たくさんのお書籍もありますので読書をしたり、刺し子のコースター作り体験、種の交換会、下北山村の木材でコースター作り体験、理事長と話そう!コーナーなど。自然派のお茶&小さなおやつセット(¥100)やおにぎり&フリーズドライ味噌汁のおにぎりセット(¥300)もご用意していますので、お気軽に遊びに来て下さい♪

■日時: 9月30日(月) 10:00~13:00 ■会場: コープ自然派奈良 会議室 

■参加費:無料 ■イベントID: 16244432 ■託児:なし ■主催:理事会

※申込不要/時間内出入り自由

安藤裕さんと大奈さんのおしゃべり会 ~政府の赤字はみんなの黒字~

YouTubeチャンネル「ひろしの視点」で活躍中の 税理士で前・衆議院議員、安藤裕さんとマルチタレント大奈さん。「赤字黒字」という漫才ユニットも組んでみえるユニークなお二人に 消費税や「国の借金」問題を説明していただきます。よくTVや新聞で「国債は借金だから返さないといけぬ。消費税は社会保障の財源だから無くせない。」と言っていますが、本当なのでしょう?お二人はいつも「政府の赤字はみんなの黒字♪」と歌ってみえます。なぜなのでしょう?そのころは?分かりやすく知って愛にあふれたお二人のトークから私たちが未来の子供たちのために出来ること、政治に求めるべき方向を一緒に考えましょう。

■日時: 10月12日(土) 14:00~16:00 ■講師: 安藤裕さん、大奈さん

■会場: 奈良市生涯学習センター (奈良市杉ヶ町23/駐車台数33台(車いす優先5台を含む))

■参加費:(組合員)大人500円 子ども50円 (一般共) ■イベントID: 16244475 ■定員:99名 ■主催:経世済民チームSpica

■託児:あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴:可 ■申し込みメ切:10/10(木)※定員に達し次第、受付終了



8/5政府認定!コロナワクチン死762人それでも始まる定期接種!!

死者数762人/副反応件数7,899人。これは8/5時点の政府が認定した、コロナワクチン被害者数です。7/2に新型インフルエンザ等政府行動計画が閣議決定され衆参両院の通過も時間の問題となりました。平時から個人のプライバシーの検閲と感染懸念だけでワクチン接種等を強制できるこの法案は、19万人から寄せられたパブリックコメントを無視したものです。もう一度、日々出されるパブリックコメントとその法案の内容を確認しませんか?今回は、①11:00~勉強会とランチ交流会(軽食あり(パン))、②13:00~「子宮頸がんワクチン」の映画と茶話会の2部構成♪ 前半、後半だけでも、通しての参加もOKです♡優しいお茶を頂きながら、みんなを見て、聞いて、話して共有しましょう♪ ※お申し込み時に①のみ、②のみ、①②とものいずれかをお伝えください。なお参加費はすべて一律です。

■日時: 10月14日(月祝) 11:00~15:00 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■参加費:(組合員)大人500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 ■主催:結う

■イベントID: 16244542 ■定員:20名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■持ち物:筆記用具、昼食

■申し込み開始日:9/2(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より

■申し込みメ切:10/11(金)※定員に達し次第、受付終了



身の回りにある化学物質 有害なものってどんなもの?

私たちの暮らし中にある有害物質ってどんなもの?今こどもたちに起きていることは?どういうことに気を付けたいの?コープ自然派事業連合副理事長の辰巳千嘉子さん(元自然派奈良理事長)にお話を聞いてみましょう。PFASなどユウウツなこともいっぱいですが、自然派の身体に優しく美味しい物をいただきながら、子どもたちの未来のために何ができるか、みんなで考えましょう。

■日時: 10月21日(月) 10:00~12:00 ■会場: コープ自然派奈良 会議室

■講師: コープ自然派事業連合副理事長 辰巳千嘉子さん

■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

■主催:理事会(環境平和ボード) ■イベントID: 16244535 ■定員:20名

■託児:あり(1人500円)。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:8/26(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みメ切:10/15(火)※定員に達し次第、受付終了



New

無添加で美味しいおせちを味わう! 自然派Styleおせち試食会

秋らしくなってきたと思ったら、あっという間にやってくる年末年始。今年のおせちは決まっていますか?コープ自然派のプライベートブランド自然派Styleは、食品添加物に頼らず作るのが基本。もちろんおせちセットもその想いで作られていて、自然豚の焼き豚や枕崎牛のローストビーフなどお馴染みの生産者の食材など使用し様々な具材が入った無添加のおせちとなっています。そんなおせちの内容もお値段も気になるところ。ぜひ試食会に参加して、その美味しさを一緒に確かめてみませんか?お待ちしております。

①日時: 10月16日(水) 10:00~12:00 会場: コープ自然派奈良 会議室 

②日時: 10月30日(水) 10:00~12:00 会場: maru room (奈良市芝辻町2丁目6-14)

■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

■イベントID: ①16244570 ②16244556 ■定員:①20名 ②10名

■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

■主催:①中南和地区くらぶ準備会 ②北東和地区くらぶ準備会 ■申し込みメ切:①10/9(水) ②10/25(金)

※応募者多数の場合抽選。メ切後、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。

