

# まほろば元気通信

2024  
Vol.36  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1264 2024.11.18

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



連合商品委員会から

【連合商品委員会】

コープ自然派各地の生協から担当理事と組合員さんの窓口職員が毎月集まり、組合員さんから頂いた商品についての要望やご意見を持ち寄り討議し、今後の商品政策へ活かす会議です。

Q. フリードライのごはんもの商品で自然派基準のものがほしいです。

A. ありがとうございます。ご要望として承り、開発について検討を図って参ります。

Q. パンの恋人 白いマーガリンの企画が最近ないようなのですが、企画予定はありますか。

A. メーカーが終売してしまい企画が終了いたしました。現在代替となる商品を探しているのですが弊会基準を満たせるものがなく、目途がたっておりません。引き続き商品を探してまいります。

Q. 【フライパンでさんま竜田揚げ】ですが、細くて小さく食べ応えがなかったです。改善してほしいと思います。

A. 昨今さんまの水揚げ量が著しく低く、魚体もかなり小さくなっておりま。小さいさんまは加工用として活用しています。大きい魚体のものを加工用として取り扱うのは現実的に厳しいですが、ご意見としてメーカーに伝えます。

Q. 【コケそうじスプレー】を愛用してる。玄関のコケ掃除が大変でこの商品を使うようになってとても楽になった。容器の噴霧部分がしっかりしていていつも捨てるのが憚られる。メーカーに問い合わせると詰め替え用があるとのことでしたので自然派でもぜひ取り扱ってください。

A. メーカーへ企画要望としてお伝えします。

報告

## パンデミック条約って何?報道されない デモ行進!無視されるパブリックコメント!!

イベント当日は奈良県内だけでなく他府県からも来てくださり、この話題について知りたい・話したいという方が想像以上におられたことに驚き、メンバー皆とても励まされました。

第一部では講演形式で、デモ行進の動画やパンデミック条約・IHR改正を巡る問題と、日本版IHRといわれる、平時からの誤情報の啓発(国民の常時監視)等を可能にする法案「新型フルエンザ等対策政府行動計画」のパブリックコメントから閣議決定に至る状況等、幅広く話題を提供しました。そして第二部にて、自然派のお菓子をいただきながら、アットホームな雰囲気の中、お一人お一人の感想や意見を出し合いました。中には第一部で紹介したデモ行進に駆け付けた方もおられました。

今回のイベントについて参加者より「難しくてとっつきにくい面をわかりやすく解説してもらってよかった」「今回のテーマは自身初めて耳にすることで、勉強になった」「自分と同じような思いや悩みの方がおられて心強く思う」「普通の主婦の方が立ち上げた会と知り、私にも何かできるかもと思った」「このような場を続けてくだされば、私も誰かをお誘いして参加します」など沢山のお声がよせられました。今後は今回の経験と参加者の熱意を形にしたイベントを企画できたらと思います。

■開催日:2024年7月15日  
■場所:コープ自然派奈良 会議室  
■主催:結う



## ◇自然派の野菜セット

<36号> 注文番号 378 1,080円(税込)

ゼーンぶ奈良県産!鮮度バツグン!直近のお届けは、有機小松菜、有機ミニチンゲンサイ、無農薬にんじん、無農薬ぶなしめじ、省農薬カリノーケル、省農薬ミニ白菜です。



## ◇谷農園の野菜セット

<36号> 注文番号021135 1,544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。出せるときに、出せるものを。何が届くか楽しみに!

### ◇直近のやさしい産地情報◇

【有機太ごぼう】・・・生育遅れが発生しており、産地で出荷基準に満たない状態のため全量中止  
【有機レタス】・・・現状お届けしている産地のシーズンが終わってしまったため全量中止  
【わけあり徳用トマト】・・・生育遅れが発生しているため全量中止  
一部中止・・・きゅうり、ズッキーニ、トマト、キャベツ、有機ミニ白菜、元気小松菜、有機ミニトマト



## 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

お友だちを誘って  
是非ご参加ください

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



11月23日(土)・24日(日)10時-15時  
『オーガニック天平マルシェ』@奈良県コンベンションセンター  
11月23日(土)10時-16時  
『奈良子ども自然フェスタ』@馬見丘陵公園  
11月27日(水)10時-15時頃@あすか夢販売所  
11月28日(木)10時-15時頃@道の駅レスティ唐古・鍵

## 配送スタッフ紹介

こんにちは、堀田です!暗くなるのも早くなりましたね。  
事故というものは暗くなる少し前、電気つけようか  
かな?と判断しにくい時に起きることが多いとのこと  
です。今週も十分気をつけて安全運転で配達します。  
よろしく願います!(1661コース 堀田彩花)

## 私のおすすめ商品 『ぽっぽのスコーン』

手作りならではのとても優しくて、ほどよい甘さのス  
コーンです。おやつでも良いし、朝食にソーセージと  
一緒に食べても合います。(拡大事務 松本友加里)



報告

## はならあとサステナブル講座「絵手紙を描こう」

■開催日:2024年9月14日  
■場所:ならまちセンター  
■主催:理事会(福祉活動ボード)

「奈良・町家の芸術祭はならあと2024」プレイベントのサステナブル講座として「絵手紙を描こう」を開催し、水彩画教室の講師、藤田千代さんに来ていただきました。

基本的に何を描いてもいい「絵手紙」ですが、今回は旬を感じられる自然派の野菜や果物を用意しました。先生も事前にコープ自然派の商品を何枚か描いてくださって、その見本にわあと思わず声があがります。ハガキは社会福祉法人青葉仁会の日笠ワークスで、障害のある人たちが作られた手漉き竹和紙です。



「絵手紙は下手でもいい、下手がいい」と言われるけれど、どうしても上手く描きたいと思う気持ちも出てきて、「上手く描けないなあ」と時折泣きが出てしまうもの。先生が席を周り1人ずつに色や形をアドバイスしてくださり、そのうちどんどん皆さん集中して時間いっぱい使って描き上げられました。皆さんの作品が並ぶと圧巻!2枚描いたうちの1枚はお持ち帰りいただき、もう1枚はおてらおやつクラブの「おすそわけ」を送る際に同封するにさせていただきます。おてらおやつクラブは様々な事情で困っているご家庭へ食品や日用品など「おすそわけ」を届けていて、コープ自然派奈良は子ども笑顔基金プロジェクトとして今年度も24万円分の商品をお渡ししています。おすそわけの箱を開けた際に絵手紙でもほっこり喜んでいただけたら嬉しいです。

ご参加の皆様からは「久しぶりに絵手紙を描き楽しい時間でした。また描きたいと思います」「とても勉強になりました」「緊張しましたが楽しかったです」「子どもたちが健やかに育たれますよう心よりお祈りいたします」とのご感想もいただきました。

## オーガニック天平マルシェ ORGANIC TENPYO MARCHE

カラダにもココロにも環境にもやさしくおいしくーオーガニック食品や焼菓子などこだわりの店舗が多数出店。お友だちもお誘いあわせの上ぜひ遊びにきてください。無料ぐるぐるマーケット、種プローチづくりも予定しています。出店者はQRコードよりWEBサイトをご覧ください。

☆ランチタイムコンサート☆

11/23(土)13:00~ Musica Regalino / 14:00~KAZUYO

11/24(日)13:00~アンサンブルマーレ

■日時:11月23日(土)、24日(日)10:00~15:00

■会場:奈良県コンベンションセンター 天平広場 (奈良市三条大路一丁目691-1)

■参加費:無料 ※申込不要 ■託児:なし ■主催:奈良県コンベンションセンター 協力:コープ自然派奈良



## 毎月最終月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット ×秋のだいすきキャンペーン

下北山村の木村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!)や種の交換会もあります。10月と11月は秋のだいすきキャンペーン連動企画で、11時から20分ほどのお話を開催します。10月は自然派のパンのお話、11月は自然派のお米のお話です。10月は自然派styleカフェサンド(¥300)、11月は大和ひみこ米新米のおにぎり(¥300)もご用意してお待ちしています♪

■日時:②11月25日(月)③12月23日(月)10:00~13:00

■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:無料 ■イベントID:②16244585 ③16244586 ■託児:なし ■主催:理事会

※申込不要/  
時間内出入り自由

**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](mailto: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営業日を過ぎてご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。▼お申込み時お伝えください。  
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。①イベント名  
【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。②イベントID  
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。③参加者氏名  
【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。④組合員コード  
【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。⑤参加人数  
⑥連絡先  
⑦託児(名前・年齢・性別)

託児は  
1歳以上可

**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。

## WEB 下水汚泥の農業利用の意義と課題/有機農産物の機能性成分について

下水汚泥の農業利用が広がっていますが、下水汚泥にはリンやチッ素などの肥料分以外にもさまざまな重金属や化学物質が含まれます。下水汚泥の農業利用について学ぶとともに、有機農業が環境と健康にどのような役割を果たすのかを考えましょう。

**■日時: 11月28日(木) 10:00～12:00** ■会場: **オンライン**  
**■講師: 池田 成志さん(農研機構 北海道農業研究センター 上級研究員)**

■参加費:無料 ■イベントID: [16244693](#) ■定員:なし ■主催:連合産直委員会  
■申込め切:11/22(金)※メールでお申込みください。  
※め切後、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。



## 社会のことちゃんと考えたい人たちの集い

5月から半年間、毎月オンラインで「社会のことちゃんと考えたいラジオを聞いてみよう」という企画を開催しました。それがとても楽しかったので、今回はオフ会!リアルで集まります。上記イベントに参加したことのある人はもちろん、はじめましてさんも大歓迎!ステキなカフェでお茶しながらおしゃべりしましょう。

**■日時: 11月30日(土) 12:30～14:30** ■会場: **Gallery&Café NOLA**  
(橿原市/近鉄新ノ口駅徒歩10分) ※お申込者に場所の詳細をお伝えします

■参加費:(組合員)大人500円(一般)大人600円 ※中学生以下の参加不可 ■イベントID: [16244651](#) ■定員:6名  
■託児:なし。※中学生以下の参加不可 ■主催:理事会(環境平和ボード) ■申し込みめ切:11/22(金)※定員に達し次第、受付終了



## New 呼吸の質を高めて健康お茶会&プチパーティー

特別回です!呼吸の質を高めて健康お茶会とプチパーティーのコラボイベントです!まず丹田呼吸法をしっかり楽しんでから、コロナ禍を経て、パワーアップした内容のプチパーティーです。参加者みんなで料理、お勉強会、試食!コラボ理由は、新しくなったプチパは食べるだけでなく、そのメニューを学び、作れるようになったからです。この機会に、プチパスタッフにプチパ開催には?どのメニューがいいの?紹介って?などなどの疑問解消を!この機会に、入会をおすすめできるお友達がおられる方はご一緒にご参加OKです。※ご注意ください。10:30スタートです。14:30までお部屋をお楽しみいただけます。2024年を最後まで健康的に楽しみ、良い新年をお迎えしましょう!

**■日時: 12月3日(火) 10:30～13:30(ゆっくりしたい方14:30)** ■会場: **maru room**  
**■講師: MINAさん&プチパスタッフ** (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500円 子ども400円 ※子ども=中学生以下  
■イベントID: [16244723](#) ■定員:15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、エプロン、筆記用具 ■主催:奈良市地区くらぶ わ ■申し込みめ切:11/26(火)※応募者多数の場合、抽選。

メールで申込み



## 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?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)

**■日時: ②12/11(水) ③2025年2/20(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50円(一般)大人600円 子ども50円 ※子ども=小学生以下 ■主催:tenTEN  
■イベントID: [②16244676](#) [③16244677](#) ■定員:7名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可  
■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) ■申込め切:開催日の2日前※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にご遠慮下さい。



## 自然派シネマなら「ヴィック・ムニーズ/ごみアートの奇跡」上映会

自然派  
シネマなら

現代芸術家ヴィック・ムニーズが故郷ブラジルに戻り、世界最大のごみ処理場で働く若者たちの人生をアートで変えていく「芸術で世界を変える」感動のドキュメンタリー。上映後は、自然派のおやつを食べながら、感想をシェアしましょう。(上映時間98分)午前と午後2回上映しますので、お申し込みの際に、①午前から②午後をお伝えください。

**■日時: 12月18日(水) ①10:00～12:00 ②13:00～15:00**  
**■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  
■イベントID: [16244650](#) ■定員:①20名 ②20名 ■主催:理事会(環境平和ボード) ■持ち物:筆記用具  
■託児:あり(1人500円)。1才未満の同伴:可、子どもの同伴:不可 ■申し込みめ切:12/13(金)※定員に達し次第、受付終了



## New 米粉や糀を使ったクリスマス菓子を作ませんか♪

米粉×糀でスイーツのレッスン、販売をされている OHANA の立本佳子さんを講師に招いて、米粉や糀を使ってパウンドケーキとクッキー作りをします!オープンに入れるまでたったの10分!! 材料をグルグル混ぜるだけなので、クリスマスにお子様と一緒に作ってみたいかがでしようか!?美味しい楽しいクリスマスになる事間違いなし!この機会に是非、マスターしちゃって下さいね♡  
<講師コメント>糀と出会って家族みんなの健康を見直す事が出来ました。皆様にも糀の良さを知ってもらいたいと思います! ※お作り頂いたパウンドケーキやクッキーはお持ち帰り頂けます。

**■日時: 12月19日(木) 10:00～11:30(受付開始9:50)** ■講師: OHANA 立本佳子さん  
**■会場: 三の丸会館 3階調理室** (大和郡山市南郡山町529-1)

■参加費:(組合員)大人800円 子ども50円(一般)大人1200円 子ども50円 ※子ども=中学生以下  
※お子さんも別で1セット作る場合は800円(組合員)、または1200円(一般)  
■イベントID: [16244724](#) ■定員:15名 ■主催:daisy ■託児:なし。1才未満の同伴:不可、子どもの同伴:可  
※未就学児の同伴は5名までの定員制。小学生以下は大人1人に子ども1人の同伴とさせていただきます。  
■持ち物:エプロン、三角巾、タオル、筆記用具、飲み物 ※お使いになりたいクッキー型がありましたら、是非お持ちください!  
■申し込み開始日:11/25(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みめ切:12/6(金)※定員に達し次第、受付終了



## 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て、泥んこの中からシャベルで「よいしょ!」と掘り出し、手探りでお芋たちを取り出します。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美味しい里芋!お芋を掘ったあとは、おぜんざいでほっこりしましょう。ご家族でも、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。※参加確定した方へ場所など詳細案内送付します。

**■日時: 1月11日(土) 10:30～12:30** ■会場: **南檜垣営農組合の田んぼ**

■参加費:(組合員)大人400円 子ども100円(一般共) ■イベントID: [16244712](#)  
■定員:20組50名程度 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■主催:理事会(地域連携ボード) 共催:南檜垣営農組合  
■持ち物:軍手、お茶、200ml程のカップかお椀、お箸かスプーン、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 ■申し込みめ切:12/27(金)※応募者多数の場合、抽選。



## New 甘いチョコの苦い現実『バレンタイン一揆』映画上映会

自然派  
シネマなら

ガーナは、児童労働が報告されている国の一つ。世界第2位のカカオ生産国であり、日本はカカオ豆の7～8割をガーナから輸入。2014年ガーナ政府調査では189万人が児童労働に就いているとされ、カカオ産業では77万人の児童労働者が報告されている。(現在、カカオ生産に従事する子どもは約156万人。シカゴ大学NORC、2020年発表)児童労働以外の人権問題もあります。カカオ農家は、チョコレート産業全体の利益の6%しか得ていないといわれ、なかには、人身売買で安い労働力を得ようとする生産者さえいます。また、西アフリカの森林破壊の主な原因はカカオ栽培であることも知られていません。コートジボワールは、かつて国土の25%を覆っていた熱帯雨林が、現在は4%未満にまで激減してしまいました。(参考:グリーンピース)  
【チョコレートの原料、カカオ豆を、どこで誰がつくっているのか、あなたは知っていますか?】ガーナで児童労働の問題と出会い、悩み、闘った、日本の女の子たちの物語。(作品情報より)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。(上映時64分)

**■日時: 1月13日(月祝) 10:00～13:30**

**■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: [16244683](#) ■定員:20名 ■主催:NARative CINEMA  
■託児:あり(1人500円/託児申込締切1/6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。 ■申し込みめ切:1/13(月祝)※定員に達し次第、受付終了



## 資源回収にご協力おねがいします

●**ポリ袋** (回収できるものは2種類)

・お届け箱の中で、商品を梱包している内袋  
・食材セットの外袋

※シールは必ずはがして(ちぎって)ください。

●**容器・包装**

・リユースびん  
・よつ葉乳業の紙パック  
・たまごの紙パックの箱  
・食材セットのトレイ

※きれいに洗って乾かしてください

●**商品案内(カタログ)**

※提出物をはさまない  
※個人情報が含まれるものは出さない  
※濡らさない、汚さない  
※コープ自然派以外のものは出さない

詳しくはこちら

