

まほろば元気通信

2024
VOL.45
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1272 2025.1.20

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

募集 イベントお試し1回企画してみよう!

「まほろば元気通信」に載っている学習会や試食会は組合員が企画&運営しているって知っていましたか?つまり、組合員だったら誰でもイベントを企画できるのです!

ふだんは組合員3人以上が集まってチーム・くらぶを作ってからイベントを企画していただくルールなのですが、3人集まるのはなかなか大変!ということで、1人からお試して1回イベントを企画できる仕組みをつくりました。

右記をお読みの上、興味のある方は組合員サービスセンターまでご連絡ください。折り返し担当からご連絡させていただきます。

- ☆対象**
- ・コープ自然派大好き組合員
 - ・仕事、家事、介護、子育てしながらでも、自然派に関わってみたい方
 - ・組合員活動に興味のある方
 - ・お1人からでもOK
- ☆手順** ※理事がサポートします
- ①やってみよう学習会、講演会、映画上映会、調理実習などを考えて申し込む
 - ②企画書を作成
 - ③当日に向けての準備、打ち合わせ
 - ④イベントを行う
 - ⑤報告書を書く

☆予算
10,000円/1回 (ただし講師料は出ません)

子ども笑顔基金プロジェクト 報告37

朝焼きパンの寄付報告12

コープ自然派奈良に併設されたパン工房で発生する朝焼きパンのロスを寄付する取り組み、以下の通りお渡しすることができました。

(お渡し先)
ふしみ地域食堂/みんなの食堂/げんきカレー げんきみらい食堂/こぶしの会/たわわ食堂/天理ニコニコ食堂/田原本ニコニコ食堂

(お渡し回数)
2024年9月 合計268個
2024年10月 合計253個
2024年11月 合計252個

(2025.1.11) 写真は、たわわ食堂さんより→

このプロジェクトは、組合員から「獲得したコープ自然派のポイントを送付」していただき、そのポイントを対象となる方が受け取り、安心な食べものを利用するために使うことができる取り組みです。引き続き寄付にご協力をお願いします。

寄付ポイント数(奈良) 100,068 (1/13現在)
※奈良の組合員から寄付されたポイントを奈良での支援に使用。累計寄付821,973ポイント-使用済721,905ポイント

- 寄付の方法**
- ①すべてのポイントを送付: 注文番号 **999717**
 - ②100ポイント単位で寄付: 注文番号 **999724**
(例) 注文数量「5」→500ポイントを送付となります
 - ③現金チャージで寄付: 注文番号 **999816**
(例) 注文数量「2」→200ポイントを送付となります

※①③は、自動注文登録が可能です。引き続きご協力をよろしくおねがいします。

◇自然派の野菜セット

<45号> 注文番号**366** 1,080円(税込)

ぜーんぶ奈良県産! 鮮度バツグン! 直近のお届けは、有機小松菜、有機チンゲンサイ、有機みずな、無農薬青ねぎ、無農薬じゃがいも、無農薬ぶなしめじです。



◇谷農園の野菜セット

<45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!

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。



キッチンカー出店情報

- 1/27(月) 11時頃-14時頃@みのりの里しらにわ
- 1/28(火) 10:00-15:00@なら歴史芸術文化村
- 1/29(水) 10:00-15:00@道の駅レスティ唐古・鍵
- 1/30(木) 10:00-15:00@あすか夢販売所
- 1/31(金) 10:00-15:00@Blossom Terrace

お友だちを誘って是非お越しください!



配送スタッフ紹介

こんにちは、藤田愛輔です。まだまだ寒い日が続きますが皆様どうお過ごしでしょうか。インフルやコロナがまた流行り出しているので体調管理しっかりし、皆様の所へ荷物をお届け致しますので宜しくお願いいたします。
(1671コース 藤田愛輔)

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、組合員とお友だちに、10フレンドずつプレゼント!紹介お待ちしております!!
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。

私のおすすめ商品

『沖縄産純黒糖クッキー』

サクホロで黒糖の甘さがちょうどよく、とにかくおいしいです!!
月1回の掲載なので、自分へのご褒美に購入しています!!
みなさんもぜひ、食べてみてください♪(職員 山本友梨奈)



木津川市の学校給食ってどんな感じ?

意外と知らない学校給食。給食便りだけでは分からないこと、いっぱいありますよね。カレーは手作りって聞いたけど?アレルギー対応は、地産地消率は?給食時間は十分あるの?コロナ禍の影響はまだあるの??等等、知りたいことはたくさん。一緒に給食について話してみませんか。自然派のおやつを用意して参加お待ちしております!!(^o^)



■日時: 2月2日(日) 10:00~12:00 **■会場: 木津川市情報発信基地キチキチ**
■参加費:(組合員)大人300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(木津川市南垣外15-2)
■主催:未来の給食を考える会(木津川市給食くらぶ) **■イベントID: 16244778**
■定員:20名 **■持ち物:**お子さんのおやつ必要な方はご持参ください **■託児:**なし。1才未満・子どもの同伴:可
■申し込み開始日:1/23(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:**1/24(金)※定員に達し次第、受付終了

教えて旭商事さん!知ってるようで知らないたまご講座

2024年5月から、たまご容器のモールドパック化に取り組んでくださっている旭商事の山根さんから、アニマルウェルフェアやオーガニック・平飼いたまごのお話、モールドパック化への思いなどをお伺いします。たまごのヒミツを聞いたら、もっとたまごが好きになるかも!お話の後は、旭商事さんの安心たまごを使ったフワフワたまごサンドと手作りプリンをみんなで試食しましょう。※同伴のお子さんの試食は大人の分からのとりわけです。



■日時: 2月6日(木) 10:00~12:30 **■会場: コープ自然派奈良 2F活動室**
■講師: 旭商事株式会社 山根浩敬さん (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: 16244779** **■定員: 20名**
■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 **■主催:**理事会(環境平和ボード) **■持ち物:**筆記用具 **■申し込みメ:**2/3(月)先着順

グリーンウォッシュ禁止法採択1周年記念『トゥルーコスト』映画上映会

2024年2月EU理事会が「グリーンウォッシング(根拠のない環境配慮表示などによって消費者に誤解を与えること)」を禁止する指令案を採択。環境にやさしいという虚偽広告や誇大広告は、今や企業の成長手段。2022年、ノルウェー消費者庁は世界的アパレルメーカーH&Mなどに対し、グリーンウォッシュを指摘。「グリーンウォッシュが特に横行しているのはファッション業界だ」(ニュー・スタンダード・インスティテュートの創設者マキシム・ベグ氏)。さらに、消費者の目をより大きな問題からそらす行為も、消費者をだますことだと指摘。そんなファッション・アパレル業界をテーマにした映画を上映します。(上映時93分、字幕)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: 2月11日(火・祝) 10:00~13:30 **■会場: コープ自然派奈良 2F活動室**
■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: **16244684** **■定員: 20名** **■主催:**NARative CINEMA **■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。
■託児:あり(1人500円/託児申込締切2/4火)。1才未満・子どもの同伴:可 **■申し込みメ:**2/11(火・祝)※定員に達し次第、受付終了

GMOフリーゾーン全国集会inえひめプレ企画

「希望の給食~食と農がつむぐ自治と民主主義」オンライン上映会

学校給食は、子どもたちの健康と成長を支えるだけでなく、食について学ぶべき教材の役割も担っています。近年、日本各地では、給食に地産や有機の農産物が導入され、給食を軸にした地域の再生が始まっています。生産者の育成、環境保全、子どもの貧困といった課題への取り組みの中で、給食の役割が改めて注目されているのです。子どもたちの健康と成長を担い、地域の食と農をつなぐ給食。そこに私たちはどのような未来を描き、実現していくのか——?(2022年/上映時間42分)

■日時: 2月11日(火・祝) ①10:00~11:00 ②14:00~15:00
■会場: オンライン ※視聴方法についての詳細は、申し込みされた方に後日メールでご案内します。
■参加費:(組合員)大人300円 (一般)大人500円 **■イベントID: 16244757** **■定員: 100名** **■主催:**遺伝子組み換え食品ストップネット
■申し込みメ:2月4日(火)※組合員のキャンセル受付は2/10(月)12:00まで。以降のキャンセルについては返金いたしません。一般の方は入金後の返金はできません。





● 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 イベント名
- ② イベントID
- ③ 参加者氏名
- ④ 組合員コード
- 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。

平城宮跡を歩いてみよう!～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歩いてくもよし。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: **②2/11(火) ③3/12(水) 10:00-12:00**

■会場: **平城宮跡(集合:奈良文化財研究所)** (奈良市二条町2丁目9-1)

■講師: **妹尾 秀美さん** (一般社団法人kakeHashi代表 / ぶくぶく亭)

■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=小学生以下

■主催:tenTEN ■定員:7組 ■イベントID: **②16244773 ③16244774** ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可

*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。*雨天中止です。その場合は前日に連絡します。

■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:開催日の1日前12:00※定員に達し次第、受付終了



毎月第三月曜日は!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!)や種の交換会も開催しています。組合員同士の交流 人とのつながり 社会とのつながり あなた自身も この空間をつくるひとりで。時間内出入り自由、お待ちしております♪バレンタインマンズの2月は、ドライフルーツやナッツで作るギルトフリーおやつ、プリズボールを作ります。一緒に作りたい方は、11時頃までにお越しください。(試食1個¥50) ※最終月曜日ではありませんのでご注意ください。

■日時: **②2月17日(月)、③3月17日(月) 10:00～13:00**

■会場: **コープ自然派奈良 2F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

■参加費:無料 ■イベントID: **②16244764 ③16244765** ■託児:なし ■主催:理事会(環境平和ボード)



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。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。楽しいひと時を。※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: **2月18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: **16244780** ■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

■申し込み開始日:12/30(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:2/11(火)※定員に達し次第、受付終了



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: **③2025年2/20(木) 10:00-12:00**

■会場: **矢田山あそびの森**

■講師: **妹尾 秀美さん** (一般社団法人kakeHashi代表 / ぶくぶく亭)

■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: **③16244677** ■定員:7名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■申込メ切:2/18(火)※定員に達し次第、受付終了

■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) *乳児同伴の場合抱っこ紐での森歩きとなります。



やさか共同農場さんに教わる楽しい有機味噌作り

今年もみそ仕込みの時期がやってきました。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、有機米麴、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。麴は玄米麴、白米麴、麦麴の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いください。材料セットには麴、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19日(水) 10:00～12:00**

■会場: **コープ自然派奈良 2F活動室**

■講師: **やさか共同農場 橋本基さん**

(磯城郡田原本町西竹田33-1)

■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: **16244818**

■定員:20名 ■託児:あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴:可 ■主催:中南和地区くらぶ準備会

■持ち物:エプロン、バングナ、ふきん2枚、筆記用具、大きいポウルか鍋、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)

■申し込み開始日:1/20(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:2/7(金)※定員に達し次第、受付終了



気軽にボランティア体験～おてらおやつクラブの你知道吗

「おてらおやつクラブ」は、お寺への「おそなえ」を、「おさがり」として「おすそわけ」する活動です。賛同する全国のお寺とつながり、子どもやひとり親家庭に食品や日用品を届けています。コープ自然派奈良では、2023年度から子ども笑顔基金をおてらおやつクラブに寄付させていただいており、同じ田原本町内で活動する団体同士、これからも協力していけたらいいなと思っています。おてらおやつクラブの視点、安養寺を訪ねてお話をうかがい、みんなでおやつ箱詰めをする発送ボランティア体験をしてみませんか?

■日時: **2月22日(土) 14:00～16:00**

■会場: **安養寺** (磯城郡田原本町八尾40)

■講師: **おてらおやつクラブ事務局 大橋さん**

子ども笑顔基金寄付の様子

■参加費:(組合員)大人100円 子ども50円 (一般共) ※子ども=小学生以下 ■イベントID: **16244803**

■定員:15名 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可 ■持ち物:マイお茶

■申し込み開始日:1/13(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:2/20(木)※定員に達し次第、受付終了 ■主催:理事会(福祉活動ボード)

メールで申込み



世界社会正義の日記念!本当の教育って?『バベルの学校』映画上映会

2月20日は世界社会正義の日(国連)。社会正義の実現への一つである多文化教育のドキュメンタリー映画を上映します。「子どもたちの無限の可能性を引き出す本当の教育とは何か。原点をじっくり教えてくれるこの作品。」(尾木ママ)【違ってたっていい。違ってるからいい。24人の生徒、20の国籍、フランス中を感動に包んだドキュメンタリー】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。※上映中の託児は、1名500円(税込)、定員あり。(上映時89分、字幕)

■日時: **2月24日(月・祝) 10:00～13:30**

■会場: **コープ自然派奈良 2F活動室**

■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 (磯城郡田原本町西竹田33-1)

■イベントID: **16244685** ■定員:20名 ■主催:NARAtive CINEMA ■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。

■託児:あり(1人500円/託児申込締切2/17月)。1才未満・子どもの同伴:可

■申し込み開始日:1/13(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:2/24(月・祝)※定員に達し次第、受付終了



New

第19回GMOフリーゾーン運動全国交流集会inえひめ

「食べ物のことを考える」今、ここから、私たちから

「GMOフリーゾーン運動」とは、遺伝子操作された作物や動物を栽培・養殖しない、使用しない、消費しない、という運動です。毎年全国交流会を開催しており、今年はコープ自然派しこくがホストになって開催!誰にとっても一番大切な「食べるもの」への関心を高めることにより、誰もが当たり前にオーガニックを享受できる社会への第一歩としていきたいと考えています。

全大会 ■日時: **3月1日(土) 14:10～17:00**

■会場: **オンライン**

■内容: **パネルディスカッション/各地からの活動報告**

■参加費:1,000円 ※資料郵送をご希望の場合、郵送料として215円別途

学習交流会 ■日時: **3月2日(日) 10:00-12:30**

■会場: **オンライン**

■内容: **「食と農のまちづくり条例」を持つ、今治市のこれまでの歩みと今**

■講師: **安井孝さん** ※アーカイブあり

■参加費:800円 ■主催:GMOフリーゾーン運動全国交流集会 inえひめ実行委員会

■申し込みメ切:2月14日(金) ※愛媛県今治市での現地参加もできます。詳細・お申込みは右のQRコードから

申し込みはこちら



オンラインイベントの参加方法

パソコンからご参加の場合

スマートフォン・タブレットからご参加の場合

①イベント数日前に、メールでログインURLをお送りします

②当日は、メールのログインURLをクリック、もしくはパスワード・

ミーティングIDを入力していただくで接続できます。

※事前に「Zoom Cloud Meeting」という アプリをダウンロードする

必要があります。AppStoreまたはGoogle Playからダウンロード

してください。そのほかは、パソコンの場合と同じです。