

まほろば元気通信

2025
VOL.11
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1290 2025.5.26

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 ①10:00~21:00 ②~④8:00~21:00 ⑤8:00~10:10

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 ①~④8:30~20:00

第12回定例理事会報告
■開催日: 2025年5月7日(金) 10:00~15:20
■場所: コープ自然派奈良会議室

□承認・議決事項
①第23回通常総代会招集通知、書面議決書等配布書類承認の件 ②賃金規程改定の件 ③2024年度事業活動報告および決算報告承認に関する件 ④2025年度事業活動方針案および経費予算案承認に関する件 ⑤日本生協連総会代議員および日本コープ共済連総会代議員選出の件 ⑥企業用賠償責任保険加入の件 ⑦2025年度子ども笑顔基金寄付ポイント承認の件 ⑧大飯原発差し止め訴訟署名配布の件 ⑨5/31恵みつながるファーマーズマルシェ通信掲載承認の件 以上承認しました。

□主な討議・報告事項
①4月度事業報告について ②連合各委員会および連絡会報告について ③活動の取り組みおよび組合員活動運営規則案策定について ④次年度役員体制について ⑤第23回通常総代会について ⑥理事研修について ⑦大和ひみこ米仕様に関する件 ⑧奈良朝焼きパン製造撤収の件 ⑩種子条例について ⑩他団体との連携報告について

□事業実績
・拡大実績(4月度) 加入235名 脱退82名 (累計)加入235名 脱退82名
・組合員数(4月末) 19,615名 (前年比105.3%)
・供給高実績(4月度) 212,057千円(前年比106.4%) (累計) 212,057千円(前年比106.4%)
・経常剰余金(3月度) 2,012千円(前年比-29.2%) (累計) 24,338千円(前年比149.3%)

・組合員活動コラム・
経世済民チーム Spica

♪メンバー募集中♪
各チーム・地区くらぶでは一緒にイベント企画などの活動をするメンバーを募集しています。興味のある方は組合員サービスセンターまでお電話ください。折り返し連絡いたします。

消費税減税できたら嬉しいけど大丈夫なの?とかお米の値段、上がり過ぎ!しかも売ってない!どうなってるの?とか国債は借金だから増やしたらダメって本当かな?とかそんな疑問に経済とは経世済民、つまり世を治め民を救うことという理念をもとに調べて答えようというのがチームSpicaです!
コープのお菓子をつまみながら みんなでわいわい話して希望を見つけましょ。



Spicaのこれまで 他グループのコラム

ペットボトルのビタミンCも?!添加物のことを天笠さんに聞いてみよう

コープ自然派では添加物に頼らない商品を展開しています。でも正直添加物のどんなところが良くないのかは難しくわからないですね。そこで今回は添加物がどんな食品に使われているのか、私たちの身体にどんな影響があるのかを天笠さんとうかがいます。添加物のことを知らない人も、知っている人も最新情報をみんなで聞きましょう。

(奈良市西大寺南町8-33)

■日時: 6月3日(火) 11:00~13:00 ■会場: 奈良商工会議所 大ホールB
■講師: 天笠啓祐さん(遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン会議)

■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: 16250117 ■定員: 50名 ■持ち物: 筆記用具 ■託児: あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴: 可
■申し込みメチ: 5/30(金) ※定員に達し次第、受付終了 ■主催: 理事会(利用拡大ボード)



◇自然派の野菜セット

<11号> 注文番号345 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、有機水菜、無農薬玉ねぎ、無農薬にんじん(メロディライン)、無農薬菌床しいたけ、省農薬きゅうり、省農薬キャベツ(グリーンボール)です。



◇谷農園の野菜セット

<11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。何が届くかお楽しみに!

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

最新情報はInstagramにてご確認ください♪

お友だちを誘って是非お越しください!



私のおすすめ商品

『よつ葉シュレッドチーズ』

スーパーで販売されているチーズと比較すると、チーズ特有の臭みがなく、濃厚なのが特徴です。カレーにトッピングしたり、じゃがバターにしったりしてよく食べています!!1袋あたりの量もしっかりあるので、満足度が高く非常におススメです!!(柿淵友哉)



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。

サービスセンターへの問い合わせ18時以降の対応について

組合員サービスセンターの電話受付時間は月～金 8:30～20:00 ですが、担当生協の営業時間は18時までとなっております。担当生協で対応させていただく場合、18時以降は翌営業日以降のご連絡になります。コープ自然派では、職員の働き方を見直し、長時間労働の是正に取り組んでいます。職員が健康的に働き続けられる環境を整えることで、より良いサービスを提供できるよう努めてまいります。組合員の皆さまには、ご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

自然派シネマなら「コスタリカの奇跡～積極的平和国家のつくり方」上映会

世界には軍隊なしで国の平和を保ってきた国々があります。そんな数少ない国の一つがコスタリカです。1948年から1949年にかけて行われた軍隊廃止の流れを追いながら、コスタリカが教育、医療、環境にどのように投資していったのか。軍事予算を社会福祉に充て、国民の幸福度を最大化する道を選んだコスタリカの奇跡に迫ったドキュメンタリー。上映後は、自然派のお茶とスイーツとともに、ほっこり交流しましょう。(2016年/上映時間90分)

■日時: 6月9日(月) 13:30~15:45 ■会場: コープ自然派奈良2F活動室

■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 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16250137 ■定員: 20名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可
■主催: 理事会(福祉活動ボード) ■持ち物: 筆記用具 ■申込みメチ: 6/6(金) ※定員に達し次第、受付終了



オオニシ恭子さんに聞く～子どもたちの未来を守るために～

2011年フクシマ原発事故当時ヨーロッパにお住まいでしたオオニシ恭子先生に、チェルノブイリの事故を経験されていたヨーロッパの方々にはフクシマの事故をどのように受け止められていたのか。ドイツは、なぜ原発を廃止することができたのか。また、放射能汚染から身を守る食糧についてなどのお話しをお伺いします。食糧の簡単なご試食も準備したいと思っております。(できなかったらすみません!) 子どもたちの未来を守るために一緒にお話しをお伺いしてみませんか?

■日時: 6月11日(水) 13:00~15:00 ■講師: オオニシ恭子さん
■会場: 生駒市北コミュニティセンターISTAはばたき301 (生駒市上町1543)

■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
■イベントID: 16250138 ■定員: 50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、飲み物 ■申し込みメチ: 6/4(水) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

大和ひみこ米の田植え体験

コープ自然派奈良の産直米、大和ひみこ米の苗をみんなで植えましょ♪今年も無農薬栽培も作ります!トトロの田んぼに足を入れ、昔ながらの手作業で植えていきます。小さな苗が大きくなって、たくさんのお米が実る姿を想像しながら、お米づくりを体験してみよう。※特別企画!大和ひみこ米年間予約の方は参加費大人100円引きしますので、申し込み時にお伝えください。お米の年間予約おススメです。年間予約は農家にも消費者にもメリットがありお互い安心してお米を納品、購入できます。カタログ8号から15号で予約可能。※今後の予定: 生き物調査: 7/5(土)、稲刈り: 10/18(土)、運動会: 11/3(月祝)、味間いも(里芋)掘り: 1/10(土)

■日時: 6月14日(土) 10:00~12:00 ■講師: 南檜垣営農組合
■会場: 南檜垣営農組合の畑(天理市) ※集合場所はお申し込みいただいた方にお知らせします

■参加費:(組合員)大人200円 子ども100円 (一般)大人300円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
■イベントID: 16250116 ■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)
■持ち物: レジャーシート、タオル、着替え、水筒 ※暑さ・日焼け対策は各自で ■服装: 汚れてもよい服、帽子、サンダルまたは長靴
■申し込み開始日: 5/5(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申し込みメチ: 6/6(金) ※定員に達し次第、受付終了



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と、ご協力をお願いします。

【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。

第32回お料理講習会

1年ぶりにお料理講習会を開催することになりました。今回はお料理の基本の「き」、ご飯を炊いておにぎり作りと、だしからの豚汁と、簡単ひんやりデザートを企画しました。簡単に一人作れるようなメニューを考え、お家での簡単なランチにも活用してもらえれば幸いです。「ぼこあぼこお料理しましょう!」は、心のバリアフリーで、障害のある方も、小さい子供さんも楽しくゆったりとお料理を通して一緒に時間を共有してもらうのを大切に活動しています。

■日時: 6月21日(土) 10:00～13:00 ■会場: 大和郡山市南部公民館調理室

- 参加費:(組合員)大人600円 子ども50円 (一般)大人800円 子ども50円 (大和郡山市筒井町600-4)
 - ※子ども=保険代のみ、食事される方は大人と同一料金です。
 - イベントID: 16250163 ■定員: 10名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: ぼこあぼこお料理しましょう!
 - 持ち物: エプロン、バスタオルもしくは三角巾、食器用ふきん2枚、冷たいお茶のいる方は持参、マスク(調理中)
 - 申込メ切: 6/13(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。
- 

毎月第三月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット ※申込不要/時間内出入り自由

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。

■日時: ③6月16日(月) 10:00～13:00 ■会場: コープ自然派奈良 2F活動室

- 参加費: 無料 ■イベントID: ③16250020 ■託児: なし ■主催: 理事会(環境平和ボード) (磯城郡田原本町西竹田33-1)

自然派の冷凍食品でお弁当を作ろう!

毎日のお弁当作りに困っていませんか?自然派の冷凍食品を使って一緒にお弁当を作りましょう。みなさんでお弁当について楽しくおしゃべりしましょう。新しい発見があるかもしれません。マイお弁当箱を持って来てね。(磯城郡田原本町西竹田33-1)

■日時: 6月26日(木) 10:30～12:30 ■会場: コープ自然派奈良 2F活動室

- 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
 - イベントID: 16250164 ■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: ゆったりさん ■持ち物: お弁当箱、箸 ■申し込み開始日: 5/26(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: 6/18(水) ※定員に達し次第、受付終了
- 

自力整体を体験してみませんか?

毎回好評!自力整体の体験会を開催します。ナビゲーターの声に導かれながら、体を伸ばしたり揺すったり、自分の体重を利用して指圧したり…体がほぐれたら、輪っかタオルを使って、背骨や骨盤を正しい位置に整えます。無理せず心地よさが基本です。毎日頑張っている大切な自分の体、ふ～っと脱力…ゆるめてほぐして…一日の疲れを取ってリセットしましょう。体験の後は、自然派ドリンクとおやつのお楽しみ付きです。★当日はできるだけ朝食をとらずに水分のみでお越しください。(より効果を出すため)

■日時: 6月27日(金) 10:00～11:30

■会場: 大和郡山市平和地区公民館 多目的ルーム (大和郡山市若槻町4-4 /無料駐車場完備)

■講師: 佐竹正子さん マーサ自力整体教室主宰

- 参加費:(組合員)大人400円 子ども50円 (一般)大人500円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
 - イベントID: 16250165 ■定員: 15名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: 郡山地区くらぶ スマイル
 - 持ち物: ①動きやすい服装 ②ヨガマット(大きめのバスタオルでも可) ③水分補給のお水かお茶
 - ④輪っかタオル(貸し出し可←申込時に予約が必要。もしくは1枚1,300円で販売有り←申込時に予約が必要。)
 - 申込メ切: 6/13(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。
- 

メールで申込み

New 初めての方でも大丈夫!

大紀コープファームの和田さんと一緒に梅干し作り

今年も、奈良の生産者の大紀コープファームさんに梅干しの作り方を教えていただきます。夏の熱中症対策やお弁当にも役立つ梅干し、実はとっても簡単です!大紀コープファームさんの美味しい梅を使った梅干しと一緒に作りませんか。袋で漬ける方法を教えていただきます。お気に入りの容器で漬けたい場合は容器をご持参ください。参加費は、青梅1kgの梅干し作りセット(梅・塩・もみしそ・ジップ袋)込みになります。※同伴のお子様はお1人につき保険代50円をいただきます。

■日時: 6月30日(月) 10:00～12:00 ■会場: コープ自然派奈良 2F活動室 

■講師: 大紀コープファーム 和田尚久さん (磯城郡田原本町西竹田33-1)

- 参加費:(組合員)大人1500円 子ども50円 (一般)大人1800円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
 - イベントID: 16250180 ■定員: 15名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: 理事会(利用拡大ボード)
 - 持ち物: エプロン、三角巾、持って来られる方は大きめのザルとボウル、手拭き、筆記用具、容器で漬ける方は容器
 - 申込メ切: 6/20(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。
- 

参院選どうする?語ろう前夜祭♪わっしょい♪

どんな選択もオッケー!がルールの憲法連絡会恒例イベント「あとのおまつり」、今回は前夜祭です。さてさてどうなる、わくわくの気持ちでわっしょい♪選挙を語りましょう。各自お気に入りの飲み物を用意して、画面ごしに乾杯♪祭りのような雰囲気政(まつり)について話し、わたしたちの望む国のカタチについて盛り上がりましょう。

■日時: 7月1日(火) 19:00-21:00 ■会場: オンライン

- 参加費: 無料 ■イベントID: 16250168 ■定員: 30名 ■主催: 憲法連絡会
 - 持ち物: 自分のお祭り気分を盛り上げる食べ物、飲み物、いろんな意見伝える&聴く気持ち
 - 申込メ切: 6/23(月) ※メールでお申込みください。
 - ※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。 メールで申込み
- 

New 大和ひみこ米の田んぼの生き物調査

田んぼには、どんな生き物がいるのかな?田んぼは、お米を作り、環境を守るだけでなく、いろいろな生き物のすみかとなって、さまざまな命を育てています。みんなで田んぼの中や畔にいる生き物たちを探して、水の温度、土の手ざわり、生命の営みを感じてみよう!元小学校理科教諭で副校長もしていた井上先生は、生物研究家で奈良県希少野生動物植物専門員です。田んぼの生き物(特にカエルなど両生類)にも詳しい先生と一緒に自然ウォッチング♪色んな生き物がみつきりそうです。※特別企画!大和ひみこ米年間予約の方は参加費大人100円引きしますので、申し込み時にお伝えください。

■日時: 7月5日(土) 10:00～12:00 ■講師: 南檜垣営農組合

■会場: 南檜垣営農組合の田んぼ(天理市) ※集合場所はお申し込みいただいた方にお知らせします

- 参加費:(組合員)大人200円 子ども100円 (一般)大人300円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
 - イベントID: 16250181 ■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)
 - 持ち物: 服装: 汚れてもよい服、帽子、サンダルまたは長靴
 - 持ち物: 虫とり網(目の細かい網)、昆虫ケース(あれば)、レジャーシート、タオル、着替え、水筒、※暑さ・日焼け対策は各自で
 - 申し込み開始日: 6/2(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: 6/20(金) ※定員に達し次第、受付終了
- 

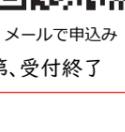
お医者様のお話を聴きましょう。新型コロナパンデミックが、なんだったのかを振り返り、これからの健康を考えよう。

新型コロナパンデミックから一見落ち着いたように見える今、医療現場で何が起きているのでしょうか?原因不明の体調不良に悩んでおられる方や、何かおかしいと思っておられる方も集いましょう。そしてまた起こるかもしれないパンデミックに備えるためにも知りましょう。高井病院の西田先生のお話を聴いて、パンデミックのこと・ワクチン解毒のこと・食と健康について 学び共に考えましょう。

■日時: 7月13日(日) 13:30～15:30

■会場: 奈良市はぐくみセンター1階会議室1-1 (奈良市三条本町13-1)

■講師: 医師 西田育功(にしだやすのり)さん 高井病院 心臓血管センター長

- 参加費:(組合員)大人600円 中学生300円 (一般)大人900円 中学生400円 ※小学生以下無料
 - イベントID: 16250166 ■定員: 40名 ■託児: なし。1才未満・子どもの同伴: 可 ■主催: 結う ■持ち物: 筆記道具
 - 申し込み開始日: 5/26(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: 7/6(日) ※定員に達し次第、受付終了
- 

<NPO国産材住宅推進協会からのお知らせ>

6/7(土)堺セミナー「小さく豊かな住まいづくり」
限られた予算をどのように使いますか?工夫をして身体に合った洋服を仕立てるようにつくる小さな住まいで、豊かに暮らしましょう。実例に沿って解説します。

■日時: 6月7日(土) 13:30～ ■場所: 堺市産業振興センター (大阪メトロ御堂筋線「なかもず」駅、南海高野線「中舌舌鳥」駅より約300m)

- 講師: 細江由理子(建築士・ライフオーガナイザー1級)
 - 参加費: 500円(協会会員は無料) ■申込締切: 6月6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
- 