

まほろば元気通信

2025
Vol.36
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1314 2025.11.17

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

生協の運営に参加しませんか？運営委員募集

コープ自然派奈良では、第7次中期計画の目標達成に向けて取り組みを進めるにあたり、理事が立案した方針や活動計画に沿って、活動をサポートする運営委員を募集します。

詳細は右のQRコードからご確認のうえ、サービスセンターまでお問合せください。担当者より折り返しご連絡させていただきます。



コープ自然派で、 自然の住まいをつくらう

日本の山を守るため、そしてわたしたちの健康を守るために、自然の住まいで暮らしませんか？住まいづくりを考える連載です。

【ご相談・お問い合わせ】

国産材住宅推進協会06-6395-3332(9:00~18:00)



#3 国産材を使うということ

「森は海の恋人」という言葉をご存じでしょうか？森林は多種多様な生き物の暮らす場です。落ち葉や生き物の糞や死骸を微生物が分解し、豊かな土壌を育みます。栄養分の溶け出た水が川から海に流れ、海も豊かになります。その海水が蒸発して雲になり、雨を降らせ森の植物を育みます。このように、森と海は深く繋がっているのです。

日本は国土の67%が森林です。そのうちの4割が杉や檜の人工林ですが、現在そのほとんどが手入れもされずに放置されています。木が伐採されないので光が差さず、下草が生えないので生態系も貧しくなります。土地がやせていくと木が根を張れず、土砂崩れの危険性も高まります。なぜここまで森が荒れてしまったのでしょうか？

その大きな原因は、安価で流通も安定している輸入材が多く使われることによって、国産材の需要が激減したからです。国産材は需要が少なく、売れても安い値段で取引されるため国内の林業は経済的に成り立たず、崩壊していきます。これでは林業に携わる人たちもどんどん減ってしまうでしょう。

国産材をたくさん使い、また植えて育て伐採するという循環は、日本の森の環境、生態系を守るだけでなく、CO2を吸収し、地球温暖化防止にも貢献します。持続可能な森林、そして資源となるのです。

一方で輸入材は長時間の輸送に耐えるため、防虫剤や防腐剤が塗布されます。現地での防カビ処理は、そこで働く人の健康を害し、さらに薬剤が流れて川や海を汚します。建材として使われてからも、住む人にアレルギーや喘息など様々な症状を引き起こします。そのため、日本では建築基準法で24時間換気システムが義務化されました。

また輸送に大きなエネルギーやコストもかかります。それでも安い理由の裏には、過酷な労働や低賃金の問題、過剰な伐採による環境破壊などが隠れていることを知ってほしいと思います。

家を建てる時、DIYをする時、木の雑貨を買うとき、その木の産地を少し気にしてみませんか。そして、その木が育ってきた森林の風景や、年輪に刻まれてきた歴史にも想いを馳せてみてほしいと思います。

日本は美しい森林の国です。コープ自然派は、この森そして海を守るためにも国産材を推進しています。
(2025.11.17)

◆自然派の野菜セット

ぜんぶ
奈良県産

<36号> 注文番号
1,080円(税込)

385

直近のお届けは、無農薬→春菊、さつまいも、カット冬瓜、アラゲキクラゲ 省農薬→壬生菜、かぶら です。



◆谷農園の野菜セット

<36号> 注文番号
1,544円(税込)

021135

長年根強いファンをもつ、すべて無農薬の野菜セット。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。



＼キッチンカー出店情報／

11月24日(月) DCM富雄南店:10:30~14:30
みのりの里しらにわ:11:00~13:30

11月25日(火) DCM南生駒店:10:30~14:00

11月26日(水) DCM天理店:10:00~14:30
グリーンヒルいこま:11:00~14:30

11月27日(木) 日本生命保険相互株式会社
奈良支社 学園前営業部:11:30~14:30

11月28日(金) カインズ奈良二名店:11:00~14:30
旬の里まみが丘:10:00~14:30

※出店場所・時間に関して変更になる場合がございます。
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

『梅ヶ枝餅』

冷凍なのに、餅がつきたてのようにふわふわで
おこげの部分もカリッとしており、気に入って良
く購入しています。また、賞味期限を気にしなく
て良い点と個包装の点も大変嬉しいポイント♪
是非一度ご賞味ください♪(松本友加里)



CO・OP共済にぜひご加入ください

CO・OP共済は、生協組合員だけが加入できる共済。ケガや病気、災害など、「もしも」のときに、組合員みんなで支えあう事業です。「予想外の子どもの入院・手術などが起こった時、子どものことが1番の心配ですが、正直なところ金銭面で助けて貰えるので助かります。」(30代女性)

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。



<NPO国産材住宅推進協会からのお知らせ>

11/22(土)現場で学ぶ「戸建て住リフォームセミナー」

コンパクトな敷地をめいっぱい活かすため、敷地の形をそのまま立ち上げた五角形の家の構造見学会を開催します。延べ床22坪を有効に生かすため、内部の間仕切りを可能な限り排し、吹き抜けと大きな窓を用意することで、豊かな広さを感じられるように設計しました。上棟から暖かな木の香りが地域に広がり、素材の特性と力強さを活かした間仕切りの無い内部空間が魅力です。普段はなかなか見る事ができない棟上げ直後の構造を見学しながら、骨格から全く違う国産材の家づくりをご紹介します。

■日時:11月22日(土)13:30(※14:30~15:00終了予定)

■集合場所:JRおおさか東線「淡路」駅改札口 (見学会会場まで徒歩約10分)

■参加費:無料(要予約) ■申込締切:11月21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



11/29(土)見学会「焼杉と暖炉の家・薪ストーブ体感見学会」

奈良で今年の春に新築した「焼杉と暖炉の家」の暖炉について火が入ります。三角屋根と焼杉の可愛い外観にスキップフロアと大きな吹き抜けを持つ大空間。自然素材はもちろん、沢山のワクワクする仕掛けが取り込まれた楽しい家は多彩な趣味を持つお施主さんの暮らしと重なってより一層素敵な空間になりました。完成見学会とはまた違った、引き渡し後の自然素材の家を感じられる数少ない機会です。暖かな灯と一緒に囲いながら、暖炉のある暮らしを是非体感ください。

■日時:11月29日(土)13:30(※15:00~15:30終了予定)

■場所:JR「王寺」駅改札口 (中央ではありませんのでご注意ください)※見学会会場まで車で送迎します。(約10分)

■参加費:無料(要予約) ■申込締切:11月28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



みんなの場!ぐるぐるマーケットと種の交換会もやってるよ!

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ませんか?組合員活動に興味のある方、農に関心がある方、誰かとお話したいなーという方、自然派の組合員も組合員でない方も、みんなの集える場として活動室を開放していますので、どなたでもどうぞお気軽にお越しください♪無料の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OK!)や種の交換会も開催しています。11月は最終金曜日の開催です。 ※申込不要/時間内出入り自由

■日時:11月28日(金)13:00~15:00 ■会場:コープ自然派奈良 2F活動室

■参加費:無料 ■イベントID:16250492 ■託児:なし ■主催:理事会(活動ミーティング) (田原本町西竹田33-1)

New

クリスマス☆スペシャル企画☆ぐるぐるマーケット!種の交換会もやってるよ。

12月のぐるぐるマーケットは、クリスマス☆スペシャル☆seedさんのクリスマスフルチーズケーキ(お茶とセット@¥300:14セット限定)を用意しています☆一緒にティータイムを楽しみましょう♪自然派の組合員も組合員でない方も、みんなの集える場として活動室を開放していますので、どなたでもどうぞお気軽にお越しください♪※申込不要/時間内出入り自由

■日時:12月25日(木)13:00~15:00 ■会場:コープ自然派奈良 2F活動室

■参加費:無料 ■イベントID:16250529 ■託児:なし ■主催:理事会(活動ミーティング) (田原本町西竹田33-1)

イベント情報

ホームページでみる



● イベントのお申込み・キャンセルの連絡先

＜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。

※やむをえない場合の当日の欠席連絡は、お電話でおねがいします。

【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りますためです。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

▼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。

ぽむぽむりポート～津軽のりんごを食べて生産者さんのお話きこう♪

青森県でネオニコフリーのりんご栽培に取り組む津軽産直組合。しかし農家の高齢化や異常気象による病害虫の被害など、これまでの栽培方法を継続していくことが難しくなっています。そこで、「丸葉栽培」から新しく「高密植栽培」の取り組みがはじまり、7月には産直委員会で植樹会に行ってきました。いま、産地で何が起きていて、どんな取り組みがあるのか、みなさんと一緒に私たちができることも考えていきたいです。当日は生産者さんとオンラインで繋いで、より詳しいお話を聞く時間もあります。旬の美味しいりんごを食べながら、ワイワイ楽しく、りんごに想いををせましょう。

■日時：12月4日(木) 10:00～12:00

■会場：コープ自然派奈良2F活動室 (田原本町西竹田33-1)

■講師：津軽産直組合(オンライン)

■参加費：(組合員)大人300円 こども50円 (一般)大人400円 こども50円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID：16250520

■定員：15人 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：理事会(産直/農ミーティング) ■持ち物：筆記用具

■申し込み開始日：11/17(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：11/27(木) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

洗いびん屋の吉川商店と一緒にリユースについて考えましょう!

2025年7月より、自然派Style万能つゆがリユース瓶になっています!!リユース瓶は何かエコなの?洗浄工程はどうなっているの?回収方法に決まりはあるの?リユース瓶の流れを知り、自然派Style万能つゆの瓶を洗浄している吉川商店の吉川公晴さんと一緒にリユースについて考えてみませんか。万能つゆを使用したお料理の試食用意します。定番で使っている方も、いつもはちがう調味料を使っている方も「自然派Style万能つゆ」の美味しさを改めて味わってみましょう。

■日時：12月8日(月) 10:00～12:00

■会場：コープ自然派奈良2F活動室 (田原本町西竹田33-1)

■講師：吉川商店 吉川公晴さん

■参加費：(組合員)大人300円 こども50円 (一般)大人500円 こども50円 ※子ども=中学生以下 ■持ち物：筆記用具、箸、飲み物

■イベントID：16250474 ■定員：20人 ■託児：あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：理事会(環境ミーティング)

■申し込み開始日：10/27(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：12/1(月) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

New 自然の住まい企画第2弾

「森林と木材のお話を下北山村の北さんに聞きましょう」

奈良には豊かな森林がありますが、林業が衰退する中で、山が荒れ果て、大災害にもつながるといふ深刻な現状があります。90%以上が森林の下北山村も、かつては大規模林業が栄えていましたが、時代と共に木が使われなくなり、人と森が離れていきました。そこで今、役場職員や地域おこし協力隊のメンバーを中心に、山を活かし山に生かされる仕組みづくりに取り組んでいます。12/16の下北山村バスツアーの企画として、林業の課題や取り組みについて、下北山村役場の北さんにお話を伺いましょう。オンライン参加のお申込の方はメールでお申し込みください。前日までにURLをお送りします。

■日時：12月11日(木) 13:00～14:30

■会場：コープ自然派奈良2F活動室&オンライン (田原本町西竹田33-1)

■講師：下北山村役場 北直紀さん

■参加費：(組合員)大人100円 こども50円 (一般)大人200円 こども50円 ※子ども=中学生以下

■持ち物：飲み物・筆記用具 ■イベントID：会場：16250526 オンライン：16250527

■定員：会場15名・オンライン15名 ■託児：あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：理事会(環境ミーティング)

■申し込み開始日：11/24(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：12/4(木) ※定員に達し次第、受付終了



参考：下北山村
ウェブサイト

メールで申込み



サンコーさんにお話を聞こう

“おいしさは自然のやさしさ”自然派おやつでおなじみのサンコーさんから普段なかなか聞けない、「どういうコンセプトで作っているのか」や「安心・安全のための取り組み」など、サンコーさんの想いを直接聞いてみませんか?添加物を使わず、からだにやさしいお菓子をつくる裏側にあるストーリーを、ぜひ一緒に味わいましょう。

■日時：12月12日(金) 10:00～12:00

■会場：コープ自然派奈良2F活動室 (田原本町西竹田33-1)

■講師：株式会社サンコー 中村武史さん

■参加費：(組合員)大人200円 こども50円 (一般)大人300円 こども50円 ※子ども=中学生以下

■イベントID：16250471 ■定員：20人 ■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

■申し込み開始日：10/27(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：12/5(金) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み

鎌倉ハムさんとおいしいウインナー作り

みんな大好き!自然派styleのポークウインナーやあらびきウインナーの生産者さん(魚住さん)をお迎えして手作りウインナー体験を行います。普段食べているウインナーがどうやって出来ているか、一緒に楽しく美味しく体験してみませんか。※当日は生肉を練るなどの作業を他の参加者と共同で行いますので、あらかじめご了承ください。また作ったウインナーは衛生上持ち帰りには適しませんので、その場で食べきって頂きます。

■日時：12月13日(土) 10:00～12:30

■会場：葛城市中央公民館 調理室 (葛城市南藤井17)

■講師：鎌倉ハムクラウン商会 魚住治人さん

■参加費：(組合員)大人500円 こども400円 (一般)大人600円 こども500円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID：16250470

■定員：25人 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：にじいろ ■持ち物：エプロン、お手拭き、食器拭き、台ふきん

■申込メ切：12/6(土) ※定員に達し次第、受付終了 ※当日の連絡先：080-2433-9694(イベント当日のみつながります)



メールで申込み

米不足から見た食の危うさ

～解決策の鍵は有機農業?海外の最新情報から学ぶ～

昨年から続く米不足は、日本の食と農業が抱える課題を改めて浮き彫りにしました。農家の高齢化は深刻さを増し、このままでは農村の存続すら危ぶまれます。担い手不足が続けば国内の生産力は衰え、私たちは食糧危機に直面せざるを得ません。農業を支えてきたのは多くが小規模農家ですが、国が進めているのは大企業、多国籍企業が主役の大規模化、輸出拡大、AI・スマート化。でもそれが本当に持続可能な食と暮らしにつながるのでしょうか?本当の解決策は?韓国の気候給食って?報道されることが少ない海外の取り組みは?私たちの選択や行動がこれからの食の未来を左右することを、ぜひ一緒に学びましょう。

■日時：12月14日(日) 13:30～15:30

■会場：①ドーンセンター 大会議室1 ②オンライン ③アーカイブ配信

(大阪市中央区大手前1-3-49/京阪「天満橋」徒歩5分)

■講師：印鑰 智哉(いんやく ともや)さん OKシードプロジェクト事務局長

■参加費：(組合員)大人200円 (一般)大人300円 ※子ども=中学生以下 ■イベントID：①07250451 ②07250452 ③07250453

■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■定員：①60人 ②100人 ■主催：遺伝子組み換え食品ストップネット

■申込メ切：12/5(金) ※定員に達し次第、受付終了 ■当日の連絡先：080-8924-1940(12:30～13:30のみつながります)



申込フォーム

New 自然の住まい企画 第3弾

「奈良の森を見に行こう!下北山村バスツアー」

日本では国産材の価格低迷で林業が衰退し、後継者が育たないという課題があります。現在下北山村では、役場職員や地域おこし協力隊のメンバーを中心に、森林の管理や環境保全、後継者の育成や木材の利用促進など様々な仕組みを作り、取り組んでおられます。今回は、実際に下北山村まで行き、奈良の森や木の魅力を五感で感じられるバスツアーを開催!森を歩きながらお話を聞いたり、製材所で木が木材になるところを一緒に見学しましょう。

出発：9:00近鉄大和八木駅(南側ロータリーローソン前) ※5分前にはお越しください。

解散予定：16:30近鉄大和八木駅(南側ロータリーローソン前)

■日時：12月16日(火) 9:00～16:30予定

■会場：奈良県吉野郡下北山村(出発解散：近鉄大和八木駅)

■講師：下北山村役場 北直紀さん

■参加費：組合員 大人1500円 ※1才未満・子どもの同伴：不可 ※一般参加不可

■持ち物：飲み物・防寒具・長靴など山を歩ける靴 ※昼食はこちらで用意します ■イベントID：16250528

■定員：7名 ■託児：なし ■主催：理事会(環境ミーティング)

■申し込み開始日：11/24(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：12/9(火) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み