

まほろば元気通信

2025
Vol.35
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1313 2025.11.10

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

公示

第24期総代決定のお知らせ

第24期の総代は定数内のため、以下の方々が無投票当選となりました。

2025年10月6日

北東和 / 85名

赤澤美津子 伊藤佳那 伊藤久枝 井上ルミ 梅原寛子 大久保佳子 大西みき 大場千賀代 大庭千紘 大林伊功子 奥田伶香 小國真以 尾山映子 片上敏喜 桂美樹子 金澤雅子 川崎愛 河原純平 北浦由香 古賀裕美子 児島菜友香 児島由希 駒井頌子 坂井泰子 坂上愛 阪口美絵 さかもとようこ 佐藤玉恵 佐藤千里 佐藤三奈 式田美知子 白坂理恵 杉本敏江 園師有希 関河真克 関康世 高倉顕子 高添智子 竹田寿里 田中もも映 谷口英子 寺山華 富田たみ 豊田三千代 中嶋佐栄子 仲西晴香 中野恵美子 中山悠子 西川伊都子 西口薫 西村新 新田文奈 橋本多恵 濱名祥代 林山都子 平野陽子 廣瀬さやか 廣畑一貴 福井亜由美 藤牧経乗 藤本志保 細谷恵美子 堀本純子 松田秀代 松本直子 水窪雅世 水崎圭吾 宮内晶子 三宅知砂 宮崎敏子 村岡敏子 村田兼治 村戸春奈 森岡恵美子 森岡由喜子 森口いち代 森口香織 谷戸あすか 藪本修子 山口晶世 結城博美 吉岡信子 吉川愛子 吉川咲菜 吉野成子

北西和 / 68名

安部美佐 荒井戸世美 石田いくこ 乾美保子 井上真美 上村典子 大島裕子 大竹典子 岡野正美 岡本さゆり 小河優美 奥田昌代 尾崎妙子 柿浏友哉 加納辰彦 喜多麻有子 木村歩 木村智史 合田尚志 古志野尚子 小原容子 佐伯たまみ 佐々木恵美子 澤井ゆり 澤田永子 澤田直子 椎野晶子 下中陽子 染田理江子 高岸和子 高間奈穂 武内佳奈恵 竹中一希 武原直子 竹村佳世子 辰井喜恵子 出原弘子 長島亜紀子 中村千花 西裏架世子 西畑彩子 西村美和子 野田哲史 能登美香 箸尾谷菜 濱田奈津代 原田桃江 原見隆 東原智子 福島真美 本田匠 本多玲子 前田紀代子 正木直美 松浦真澄 三谷知佳 三本早美 宮西敏世 村井真珠代 村口偕子 村田百合 持田希 森みずほ 森本利司子 矢島美和子 山口好恵 湯浅美奈子 好並環維

中南和 / 47名

青木美紗 赤尾歩 東亜希子 有村理恵 池端絹代 上山恵 太田久美子 大貫昭 岡崎綾佳 角谷保子 北文 木村亜貴 木綿萌 黒沢圭子 駒水遥子 近藤玲子 坂口敏子 島崎真規子 杉岡亜紀 杉田彰子 杉田恵美 竹井恭子 竹川さつき 田中晴海 谷井香織 田平智子 辻千紘 土井真智子 戸田祐香莉 中川麻美 中村潤子 新原佑太郎 西里久利 橋本伴子 平野宏子 藤川千恵 松井佳子 松田直子 松永裕香 松本健 御神本奈保美 宮田哲治 牟礼こなみ 八木美由起 山村ユキ 山本多恵 和田加津代

※敬称略 地区別/50音順 200名

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. 私は白砂糖を摂取したくありません。商品の原材料が砂糖の表記の場合、どの砂糖(甜菜糖・粗糖・三温糖・白砂糖等)を使用しているのか、全ての商品にきちんと表記してほしい。

A. ご意見ありがとうございます。原材料表示については生産者の表記をもとにおこなっているため、記載を変更することは難しいです。自然派Style商品などPBIについては、粗糖など表記をするようにしています。

◆自然派の野菜セット

ぜんぶ
奈良県産

<35号> 注文番号

1,080円(税込)

333

直近のお届けは、有機→小松菜、ほうれん草、水菜
無農薬→さつま芋、カットかぼちゃ、生なめこ です。



◆谷農園の野菜セット

<35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。



よくあるご質問
はこちら

＼キッチンカー出店情報／

11月17日(月) スーパービバホーム橿原店@10:00~14:30

みのりの里しらにわ@11:00~13:30

11月18日(火) 道の駅大和路へぐり@10:30~14:30

11月19日(水) みのりの里しらにわ@11:00~13:30

11月20日(木) 田原本駅前広場@10:00~14:30

道の駅レスティ唐古・鍵@10:00~14:30

11月21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。

私のおすすめ商品

『ピュアナチュラルオーガニックヨーグルト』

プレーンに加えて、ブルーベリー味とストロベ
リー味の2種類がありますが、私はこの2種
類をよく購入しています。カップの下部分に
ソースが入っているので、混ぜる前にプレー
ンの状態で味わってから、味変で混ぜて食
べるのがオススメです。朝食にはもちろん、お
やつや食後のデザートなど幅広く活躍する
のでは是非一度お試しください♪(南出和子)



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。
請求手続きをしてからの対応も早いと好評です。「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)



子ども笑顔基金プロジェクト

報告46



書籍『おやつのおぼうさん』出版

おてらおやつクラブ代表・松島靖朗さんの半生を通して、おてらおやつク
ラブが誕生した背景や、日本の貧困・食品ロス問題の現状、そして「お
すそわけ」で社会を変えていく人々の思いを描いた書籍が刊行されます。
小中学生にもわかりやすい言葉でまとめられており、世代を問わず楽し
める内容になっているとのこと。著者は、食品ロス問題ジャーナリストの
井出留美さん。書籍の印税の一部は、おてらおやつクラブの活動に寄
付されます。(2025.11.4)

『おやつのおぼうさん
おすそわけで子どもたちを笑顔に!』

著者：井出留美 絵：坂内拓
発売日：2025年12月9日(火)
出版社：株式会社くもん出版



このプロジェクトは、組合員から「獲得したコープ自然派
のポイントを寄付」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ねが
いします。

寄付ポイント数(奈良) 101,823(11/3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1,004,028P-使用済902,205P

累計寄付が100万ポイントを超えました!
ありがとうございます!!

寄付の方法

①すべてのポイントを寄付：注文番号

999717

②100ポイント単位で寄付：注文番号
(例)注文数量「5」→500ポイント寄付

999724

③現金チャージで寄付：注文番号
(例)注文数量「2」→200ポイント寄付

999816

※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。

『奈良県のヒバクシャの声』への寄稿を募集します

2022年に発行された手記集「奈良県のヒバクシャの声」は、奈良県内の被爆者の声を掘り起こす
活動を行っている入谷方直さんを中心に、奈良県生協連が発行しました。現在、この第2集の発行
に向けて準備を進めており、寄稿を募集します。被爆の体験やその後の人生、またはご自身は被爆
されていなくても、被爆された方との交流や思い出など、手記を書いてくださる方がおられましたら、
サービスセンターまでご連絡ください。折り返し担当者よりご連絡させていただきます。

※「奈良県のヒバクシャの声」第1集をご希望の方もサービスセンターまで。



奈
良
の
コ
ー
プ
S
N
S
自
然
派

Instagramで毎日発信中!

イベント情報、キッチンカー出店情報、
新商品のお知らせなど、最新の情報
を発信中です。現在フォロワー2100
人。ぜひフォローして応援してください。



【公式LINEアカウント】開設しました!

LINEに登録いただくと……イベント情報、野菜の欠品確
認も簡単にチェック、お得なキャンペーン情報や急なお知
らせもLINEでサクッと確認♪これまでメールや紙面でお
知らせしていた情報が、LINEで手軽に受け取れます。



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。
- ▼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。

報告

みんなで刈ろう！ 大和ひみこ米&野菜の収穫体験♪

雨が心配されましたが、曇りのなか大人17名子ども18名の参加があり、農家さんの指導のもと稲刈りをしました。初めてカマを持つ小さな子どもにとっては、最初は恐々、でもやってみたあとの笑顔はとびきり！たくさんお米が実った稲穂を重ねていきました。

稲刈りのあとは、枝豆のもぎ取り体験。お天気が大丈夫だったので、さつまいも堀りもできました。最後は、自然派のジュースで一息ついてお米クイズをしてと盛りだくさんの1日でした。お土産の枝豆は黒大豆なので、黒みがかった緑の豆は甘さもあり、さつまいもは少し置いて熟成させてからがオススメとのことでした。農家さんと一緒に、秋の実りをたくさん感じることができました。

■開催日：2025年10月18日
■場 所：南檜垣営農組合の田んぼ
■主 催：理事会（産直/農ミーティング）



報告

平和学習企画 ～奈良教育大学戦争遺構ツアー～

1910年～1945年までの35年間、現在の奈良教育大学がある場所にあった奈良聯隊（れんたい）について、吉川好胤さん（元奈良教育大学附属中学校教員）に案内していただき、構内の遺構をめぐるしました。
吉川さんは、現在88歳。この取り組みを始めて33年になります。きっかけは1992年、当時教えていた中2の子どもたちと奈良県下の戦争遺跡の調査を行い、生き証人の話を聞いて報告するという取り組みをしたことからだそうです。

奈良聯隊の敷地は、南北に350m、奥行（東西）約410m、4500坪（15万㎡）ありました。以前は水田だったとのこと。資料を手にし、地図を見ながら遺構の位置を一つずつ確認してお話を聞きました。ここには2,000～4,000人の兵隊さんがいたそうです。弾薬庫のレンガはイギリス式という積み方になっていて、それが陸軍の施設の特徴であることや、当時敷地の周囲には土堤があり、鋭いトゲのあるカラタチの木が植えられ出入りできないようになっていたことなど、場所ごとにどのような施設があったのかを教えてくださいました。

みなさんの質問に答えてくださったりしながら、お話を聞いて構内を歩いていると、1人1人の兵隊さんたちがここで訓練を受け、生活し、そして戦地に向かって行ったのだということが事実として迫ってきて、歴史を知ること、考えることの大切さを実感することになりました。知ろうとしていないだけだったことが体感として受けとめられ、これは過去のことでなくずっとつながっている歴史であるのだということを、深く考えなければならぬと思いました。参加者アンケートには「知らないことが多く勉強になりました」「ほんとうによくわかる解説でした」「歩きながら詳しく見られて、説明がなければ気づかないことをたくさんおしえてもらいました」などの感想があり、深い学びの日となりました。

■開催日：2025年10月21日
■場 所：奈良教育大学構内
■主 催：理事会（福祉ミーティング）



New

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、りんごに想いをはせましょう。

■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

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。

■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

※申込不要/時間内出入り自由

（田原本町西竹田33-1）

■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）



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!!リユース瓶は何がエコなの?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

■講師：吉川商店 吉川公晴さん

■会場：コープ自然派奈良2F活動室（田原本町西竹田33-1）



メールで申込み



■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

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 ■メールで申込み
■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



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

■講師：鎌倉ハムクラウン商会 魚住治人さん（葛城市南藤井17）

■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）



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