

まほろば元気通信

2025
Vol.41
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1318 2025.12.15

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



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)

#4 家の進化と生き物たち

最近すずめの姿を見かけなくなったと思いませんか?すずめは現在、絶滅危惧種に匹敵するほどのハイペースで激減しています。農業や気候変動でえさの昆虫が減っていることありますが、巣を作る場所がなくなっていることが大きな原因です。すずめは昔から、屋根瓦やベランダ、雨戸の戸袋など家の隙間に営巣していました。コウモリやヤモリ、スズメバチやクモなど家に住む生き物は多く、困りごとと考えられていますが、害虫を食べてくれたり、他の動物のえさになったり、生態系の多様性から見ると大切な役割があります。

さて最近の住宅の特徴は、もっぱら気密性の高い家。断熱のために窓やベランダを小さくし、防湿シートや気密テープで建物の隙間を極力なくすように作られています。おかげで外気の影響を受けにくく、湿度も調節でき、カビや結露が抑制されます。ところが住む人が快適に暮らせる一方で、生き物たちはどんどん住む場所を奪われているのです。さらに家の中には目に見えない微生物が数百万~数千万種類いると言われています。気密性に加え、過度の除菌習慣などによって、これらの微生物も減っています。多様性が崩れると、特定の病原菌が優勢になったり、人の免疫機能が弱って病気になりやすいという指摘もあります。

では家の外はどうでしょう。最近の人氣は、コンクリートや砂利、人工芝など手入れ不要の庭。緑があっても、外来植物が好まれたり、除草剤や化学肥料が使われることで土壌バランスが崩れ、生き物の少ない庭になっています。その他にも、都市化が進んで里山がなくなり、鳥が窓ガラスに衝突したり、動物が車に轢かれるなどの事故は絶えず、夜も明るい照明や騒音によって彼らの暮らしは乱され、住む場所を追われています。このままでは、生き物の絶滅は止まりません。

このような危機的状況の中で、生き物と共生する家づくりの取り組みが、国内外ですでに始まっています。壁面緑化や屋上の植栽で鳥や昆虫のえさ場を作ったり、木や土壁、漆喰などの自然素材を利用したデザイン、壁に隙間を残して鳥やコウモリが巣を作れる設計、その他にも照明や通風の配慮などがあります。その他、開発前から生態系の調査をしたり、緑地や水辺を残して都市計画をする企業の取り組みや、住民と一緒に緑化や保護活動をする自治体、補助金制度など「人の暮らしを自然の一部として設計する」発想にも注目です。

生物多様性とは、ただ種類が多いということではなく、遺伝子、種、生態系それらの「つながりの網の目」そのものを意味しています。その危機は、私たちの暮らし、食糧、健康への危機に直結するのです。持続可能な地球環境を守るためにも、家づくり、街づくりから、共生の視点を持つことは今後大切になってくるでしょう。(2025.12.15)

♪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。

・組合員活動コラム・
ゆったりさん

美味しいもの大好きゆったりさんメンバーはいつも「あの商品食べた?あれ良かったよ。」など美味しいものの話ばかり。自分たちが気になる商品の試食会、食べ比べのイベント多めで日々美味しいもの探してます。一緒に活動してくれるメンバー募集中!

<今年度開催のイベント>

・お弁当に使える自然派冷凍食品の試食会! ・サンコーさんにお話を聞こう



ゆったりさんの
イベント報告



他グループの
これまでのコラム

◇自然派の野菜セット

ぜんぶ
奈良県産

<41号>お休み

1,080円(税込)

直近のお届けは、有機→小松菜、チンゲン菜 無農薬→下仁田ネギ、さつまいも、レモン、アラゲキクラゲです。

※今年もお世話になりました。42号からの再開をお楽しみに!



◇谷農園の野菜セット

<41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／

12月22日(月)11:00~13:30@みのりの里しらにわ
10:30~14:30@道の駅 大和路へぐり
12月24日(水)10:00~14:30@旬の里まみが丘
10:00~14:30@DCM天理店
12月25日(木)10:00~14:30@近鉄田原本駅前広場
11:00~14:30@カインズ二名店
12月26日(金)10:00~14:30@DCM広陵店
11:00~14:30@グリーンヒルいこま



お友だち紹介キャンペーン

※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!!

私のおすすめ商品

『自然派Styleもぐもぐライスバーガー』

冷凍食品ですが、非常に安全性が高く、手作りで作りたての
美味しさが気に入っています。小腹が空いた時にピッタリの分
量で、子ども達のお気に入りでもあります。個包装なので、子
どもでも簡単に温めることができ、またお皿なしで食べること
ができるので、洗い物いらずの優秀な商品です♪(星島絵美)



報告

パーティーの主役 新作クリスマスケーキ試食会

■開催日:2025年11月4日
■場 所:コープ自然派奈良2F活動室
■主 催:理事会(学習ミーティング)

自然派のカタログに載るケーキはどれを選んでも安心・安全で美味しいのですが、実物の大きさや雰囲気、味わいにもそれぞれ特徴があります。今回は、4種類のケーキ(①タルトアイスケーキ、②米粉ロールケーキ、③ショコラ・ノエル、④フリルチーズケーキ)の実物を見ながら各ケーキの紹介後に、香り高い珈琲・紅茶をお供に参加者皆さんとワイワイ食べ比べしました。それぞれ違う味わいに感動があり、会話はずんできました。また、今回は小学生や小さいお子さんの参加もあり、笑顔が沢山溢れていました。試食後、「一番のお気に入り」を伺いましたが、「どれも美味しくて一番は決められない!」というお声も多かったのです。

アンケートを見ると・・・

- ①タルトアイスケーキは、見た目が華やかで、いちごジャムとの味とタルトのサクサクが良い♪
 - ②米粉のロールケーキは、しっとりもちもちしてデコレーションも楽しめそうです♪
 - ③ショコラ・ノエルは、チョコの味が良く、酸味と甘味のバランスが最高です♪
 - ④フリルチーズケーキは、生クリームがあっさりしていて、3種全部美味しかった♪
- それぞれの特徴を嬉しいフィードバックで何うことができました!

他にも、クリスマスのカタログをみながら、毎年スポンジ台やまっしろショートケーキを頼んで、家族でデコレーションを楽しめます、自分のご褒美用にも別でケーキを買います、今年はチキンを家でグリルしてみようと思います、去年頼んだこのパエリアセットよかったよ〜、などなど、貴重な情報交換機会になり、今年はどんなクリスマスを過ごそうかな〜♪と思いを馳せながら、楽しみや夢が膨らむひと時を過ごすことができました。



<遺伝子組み換え食品ストップネットからのお知らせ>

GMOフリーゾーン運動全国集会プレイベント

2026年3月7~8日に東京で開催されるGMOフリーゾーン運動全国集会。コープ自然派は今回も参加し活動報告を行います。遺伝子操作のない世界を目指して、GMOフリーゾーン運動20周年記念アジア大会となります。催に先駆け12/24と1/31にプレイベントが行われます。ぜひご参加ください。

①短編映画「偽善の米」上映会と講演会 日時:12月24日(水)13:30~15:30

②ゲノム編集講演会 日時:1月31日(土)10:00~12:00

■会 場:東京ウィメンズプラザ 第2会議室/オンライン併用

■講 師:天笠啓祐さん ■参加費:各500円 ■主催:遺伝子組み換え食品いらない!キャンペーン

申込フォーム



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リルチーズケーキ(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♪(時間内出入り自由)ぐるぐるマーケットは、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、商品のお持ち帰りは、何点でもOK!で開催しています。種の交換会もしています!※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**

 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。

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も美味しい里芋!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。※大和ひみこ米年間予約済の方優先、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： **1月10日(土) 10:30～12:30** ■講師：南檜垣宮農組合のみなさん

■会 場： **南檜垣宮農組合の田んぼ** ※参加確定した方へ場所など詳細案内送付します

■参加費：(組合員)大人400円 子ども100円 (一般)大人500円 子ども100円 ※子ども=中学生以下
■イベントID： **16250534** ■定員：20組(50名程) ■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：軍手、ゴム手袋、お茶、200ml程のカップやお碗、お箸かスプーン、大きいシャベル(あれば)、レジャーシート(必要な方)
※服装は汚れてもよい服、長靴 ■申し込みメ切：12/29(月) ※応募者多数の場合、抽選。



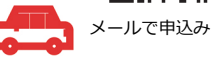
メールで申込み

「食べることは生きること～アリス・ウォータースのおいしい革命～」上映会

半世紀をかけて、世界中の料理人と教育者に影響を与え、「オーガニックの母」「おいしい革命家」と呼ばれるようになったアリス・ウォータース。彼女の集大成となる書籍『スローフード宣言 一食べることは生きること』（海士の風）の出版1周年を記念して、著者来日ツアーが開催されました。アリスが日本各地を訪れ、学校給食を味わい、大地の守り手である生産者、料理人と触れ合っていくドキュメンタリー映画です。「食べ方を変えれば、人の価値観、そして社会が変わります。さあ、皆で動きましょう。気候変動を止め、地球と私たち自身の健康を回復するために。」ー アリス・ウォータース

■日 時： **1月17日(土) 10:00～12:00** ■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450円 子ども100円 ※子ども=中学生以下 (田原本町西竹田33-1)
■イベントID： **16250535** ■定員：20人 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可
■申し込み開始日：12/1(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■主催：理事会(産直/農ミーティング)
■申込メ切：1/9(金) ※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

＜かしはらオーガニックからのお知らせ＞

かしはら田んぼの学校一記念講演会・研修生募集説明会一

橿原市では、令和4年3月に「橿原市」、「奈良県農業協同組合橿原営農経済センター」、「かしはらオーガニック」の三者において、橿原市の学校及びこども園の給食における食材となる地場産農産物等のより一層の活用に関し、相互に連携及び協力して取り組む事項について協定を締結しました。協定に基づき、有機農業による米作りを学ぶ「かしはら田んぼの学校」をスタートさせます。スタートに先立ちまして、NPO法人民間稲作研究所の館野代表をお招きし、有機稲作について記念講演会を開催いたします。また、15:40～16:30には、かしはらオーガニック 山尾吉史 代表による「かしはら田んぼの学校」第一期研修生の募集説明会を開催します。

■日 時： **1月18日(日) 13:30～15:30**

■会 場： **橿原市中央公民館 3階 講堂** (橿原市小房町9-23)

■講 師： **NPO法人民間稲作研究所 代表 館野廣幸さん**

■参加費：無料 ■定員：100名(先着順) ■主催・問合せ：橿原市 農政課 農政係 0744-21-1213



申込フォーム

zoom ＼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

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 と接続できます。

スマートフォン・タブレットからご参加の場合

※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。

New

第11回 生産者消費者討論会 わたしたちの産直 これからの10年を考えよう～国産オーガニックを拡げるために～

産直をめぐるさまざまな課題について、つくる人(生産者)と食べる人(組合員)がともに考え、意見を交わして、より良い産直を目指す生産者消費者討論会。今年は基調講演に鈴木宣弘さん(東京大学大学院教授)を迎え、わたしたちの産直のこれからの10年を考えます。生産者と組合員がともに「誰もが有機農産物を食べることができる社会」を目指して、国産オーガニックを推進していきましょう。

■日 時： **1月21日(水) 10:30～12:35**

■会 場： **神戸駅前研修センター 307号室&オンライン** (兵庫県神戸市中央区中町通2丁目3-1)

■講 師： **鈴木宣弘さん(東京大学大学院教授)**

■参加費：無料 ■イベントID： **16250590** ■定員：会場50名、オンラインなし
■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■申し込みメ切：1/16(金) ※定員に達し次第、受付終了
■主催：アイチョイス×コープ自然派 生産者消費者討論会実行委員会(連合産直委員会)



メールで申込み

New

日本でこんなことが起こっていたの?!『「知事抹殺」の真実』上映会

収賄額0円、不可解な汚職事件を追って見えてきたのはー2006年に突然の汚職事件で辞任した元福島県知事・佐藤栄佐久の真相に迫ったドキュメンタリー。1988年から5期18年にわたって福島県知事を務めた佐藤は、地方分権・地方主権の旗の下に国の政策に真っ向から意義を唱え、原発の安全神話にも疑問を呈するなど「闘う知事」として知られたが、06年9月、突然の収賄罪で失脚する。映画は、佐藤自身の証言により、東京地検特捜部によって作り上げられた架空の収賄罪やマスコミの偏向報道によって知事辞任から逮捕、有罪まで追いやられた当時の真実を白日の下に晒す。(80分)上映後に想いをシェアするお時間もとりたいと思います。

■日 時： **2月3日(火) ①10:00～12:05 ②13:30～15:30**

■会 場： **たけまるホール 研修室1・2** (生駒市北新町9-28)

■参加費：無料 (組合員)大人300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 ■定 員：各20名 ■託 児：なし。子ども・1才未満の同伴：可
■持ち物：筆記用具 ■イベントID： **①16250588 ②16250589**
■申込開始：12月22日(月)12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より
■申込締切：1月30日(金) ※定員に達し次第、受付終了 ■主催：理事会(活動ミーティング)



①10:00～12:00の部



②13:30～15:30の部

シャプラニール報告会&伝統刺繍のくるみボタンを作ってみよう

シャプラニールをご存じですか？バングラデシュ、ネパール、日本で、貧困問題の解決に向けて活動する国際協力NGOです。自然派でも「ステナイ生活キャンペーン」で、古切手や未使用はがきの寄付の協力をしています。講師のダハルさんより、その取り組みについて聞きましょう。その後、バングラデシュの伝統刺繍ノクシカタのくるみボタンを作ります。温かいチャイを飲みながら、手仕事を楽しみましょう。
※参加費にはくるみボタンの刺繍キット代が含まれます。

■日 時： **2月9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：**ダハル スティップさん(特定非営利活動法人シャプラニール職員)**

■参加費：(組合員)大人700円 子ども50円 (一般)大人800円 子ども50円 ※子ども=中学生以下
■イベントID： **16250569** ■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：理事会(福祉ミーティング) ■持ち物：裁縫道具(刺繍に使える針と糸切ばさみ)、筆記用具
■申し込み開始日：12/15(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：2/2(月) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み



箱詰め・発送体験～おてらおやつクラブのことを知ろう

「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、昨年度も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きました。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拠点、安養寺を訪ねて、僧侶の大橋さんからお話をうかがい、みんなで自然派おやつを食べ交流しましょう。箱詰めめあとは気持ちいいお手紙や絵手紙を添えて発送します。興味がある方も、今までご存じなかった方も、共に助け合うボランティア体験をしてみませんか？

■日 時： **2月26日(木) 14:00～16:00**

■講師：**おてらおやつクラブ事務局 大橋伸弘さん**

■参加費：(組合員)大人100円 子ども50円 (一般)大人100円 子ども50円 ※子ども=中学生以下 ■持ち物：筆記用具、飲み物
■イベントID： **16250549** ■定員：15名 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可 ■主催：理事会(福祉ミーティング)
■申し込み開始日：12/15(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(火) ※定員に達し次第、受付終了



メールで申込み