

# まほろば元気通信

2025  
Vol.46  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1323 2026.1.26

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▶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

## 2024年能登半島地震及び豪雨災害支援募金の支援先報告

2024年9月20~22日石川県能登半島を中心に甚大な被害が発生した記録的豪雨に対し、組合員から寄せられた987,500円の支援募金は、草の根NGO「アジア子どもの夢」、生活協同組合連合会コープ北陸事業連合に寄付し、被災者・被災地の支援に役立てていただきました。このたび、生活協同組合連合会コープ北陸事業連合より2025年度のボランティア活動まとめをお送りいただきましたので、一部を共有いたします。

### 2025年度コープ北陸ボランティア活動報告

■活動日：2025年5月24日(土) 曇り時々雨 活動場所：能登町セミナーハウス山びこ  
提供したもの：ステーキ丼、ケーキ2種 約90食  
時折雨が降るあいにくの天気でしたが、予定通りの提供食数となりました。

■活動日：2025年7月12日(土) 快晴 活動場所：能登町セミナーハウス山びこ  
提供したもの：ホットドック、BBQセット、かき氷 約60食  
昨年大好評の「夏まつり風ボランティア」第二弾として実施。多くのご来場を予想していましたが、あまりの暑さのためか、60食ほどのご提供にとどまってしまいました。

■活動日：2025年7月13日(日) 快晴 活動場所：珠州市大谷地区  
珠州市大谷地区で床下に堆積した土砂の掻き出し作業を行いました。珠州市大谷地区は令和6年能登半島地震で大きな被害を受けた地区ですが、2024年9月21日の豪雨災害により二重の被害となりました。

■活動日：2025年9月27日(土) 晴れ 活動場所：能登町セミナーハウス山びこ  
提供したもの：栗ごはん、おでん 約100食  
これまでで最大級のご来場があり提供開始から1時間足らずでなくなってしまいました。

■活動日：2025年11月15日(土) 晴れ 活動場所：能登町セミナーハウス山びこ  
提供したもの：コーヒー、栗ごはん、豚汁 約90食  
「もう今年は来てくれないと思っていた。来てくれてうれしい」という声が残りました。



## 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：(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 ■主催：理事会(活動ミーティング)

■イベントID：①16250588 ②16250589 ■申込締切：1月30日(金)※定員に達し次第、受付終了



①10:00~12:00



②13:30~15:30

## ◇自然派の野菜セット

ぜんぶ  
奈良県産

<46号> 注文番号

391

1,296円(税込)

直近のお届けは、有機→小松菜、チンゲン菜、春菊、ラディッシュ 無農薬→白ねぎ、生なめこです。



## ◇谷農園の野菜セット

<46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。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／

2月2日(月)11:00~13:30@みのりの里しらにわ  
※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

『オーガニックハードトースト』

有機小麦の香りと甘味が、噛みしめるほどに味わえます。私が  
今まで食べてきた食パンの中で群を抜いて一番美味しいと思  
える食パンです。有機米粉がブレンドされている為、焼くと外側  
がパリッ、中はもっちもちの食感がたまりません。(前田由理子)



## 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、紹介した組合員さんと紹介  
されたお友だちに、10フレンド差し上げます。お友だち紹介をお待ち  
しております!!



## 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、古切手や未使用の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 こども50円 (一般)大人800円 こども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

■申込締切：2/2(月) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込

## 第3弾!お医者様のお話を聞きましょう!

## 子宮頸がんワクチンについて学び、地域を超えて交流しましょう

結うチームで今年度開催してきた新型コロナワクチンについての二回のお話会で、毎回「HPVワクチン(子宮頸がんワクチン)はどうなの  
か?」「心配している」という声が聞かれたので、第三弾「お医者様のお話を聞こう」は、HPVワクチンにお詳しい佐藤荘太郎先生のお話  
を聞きたいと企画しました。佐藤先生は、ワクチン接種後症状の出た患者さんの相談にのり、2013年6月のHPVワクチンの積極的勧奨中  
止に至る活動にもお詳しい先生です。第一部は佐藤荘太郎先生に宮城からオンラインでお話いただきます。第二部は地域をこえて、つな  
がり与交流の場となればと考えています。会場参加は自然派のおやつ付き♡

■日時：2月11日(水祝)13:00~15:30



■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：医師 佐藤荘太郎さん

1950年宮城県古川市(現大崎市)生まれ 東北大学医学部卒業 さとう内科循環  
器科医院を開業(大崎市) 早くからHPVワクチンの危険に気付かれ、情報を集め  
て発信され、全国子宮頸がんワクチン被害者連絡会の立ち上げにかかわる。著書  
合同ブックレット「こんなにあぶない子宮頸がんワクチン」(2013年 監修)



WEBで申込

■参加費：(組合員)会場参加 大人600円 こども50円 オンライン参加 大人500円 ※組合員限定 ※子ども=中学生以下

■イベントID：16250611 ■定員：会場20名、オンライン25名 ※オンライン参加の方はメールまたは申込フォームからお申込みください

■託児：あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴：可 ■持ち物：筆記用具 ■主催：結う

■申し込み開始日：12/29(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：2/4(水) ※定員に達し次第、受付終了

## Hibakusha Dialogue 被爆者とユースと対話しませんか?

2024年10月、被爆者の皆さんによる草の根の証言活動と「核兵器のない世界」に向けた取り組みが世界に評価され、日本被団協のノー  
ベル平和賞受賞が発表されました。ノーベル委員会は、日本被団協の受賞理由について、核戦争のリスクが高まる国際情勢にあって「人  
類史上、今こそ、核兵器は何かについて思い起こす時」と語っています。生後 6 か月半の時に長崎で被爆し、核兵器の非人道性を伝える  
講話活動を行っている福島富子さんと、1996年生まれのユース(若者世代)である核兵器をなくす日本キャンペーン・コーディネーターの  
浅野英男さんと「核兵器のない世界」について語り合う対話会を開催します。一緒に「核兵器のない世界」の話をしませんか?

■日時：2月11日(水祝)10:00~12:00

■会場：BONCHI 4階TEN (奈良市橋本町3-1)

■講師：福島富子さん、浅野英男さん

■参加費：(組合員)大人500円 こども100円 (一般)大人700円 こども100円 ※子ども=中学生以下

■イベントID：16250610 ■定員：40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：12/29(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：2/6(金) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込



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。

## 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。終了時間後は自由解散とさせていただきます。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17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：16250612 ■定員：12名 ■託児：なし。1才未満・子どもの同伴：可(乳幼児50円保険料、参加連絡必要)  
■主催：わ  
■申し込み開始日：12/29(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：2/10(火) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込

## 森を活かし、森と生きる～これからの林業 わたしたちにできることを一緒に話しましょう♪

今林業は、経営難、担い手不足などの課題が深刻です。それらの問題に、独自のやり方で道を切り開いているのが奈良県の下北山村です。1部は、下北山村役場の北直紀さんに林業の問題や取り組みについてお話を聴きます。そして自然の住まい協議会メンバーのNPO「国産材住宅推進協会」「里山の風景を作る会」の方々も交えて、林業家、工務店、生協など様々な視点でパネルディスカッションを行います。お昼を挟み2部は、皆で未来に向けて何ができるかを話し合います。午前だけの参加も可能です。昼食をお持ちいただいても、こちらで奈良野菜のお弁当(1000円)を注文することも可能です。申し込みの際に、①～④をお伝えください。

■日時：2月17日(火) 11:00～14:30

■会場：コープ自然派奈良2F活動室&オンライン(磯城郡田原本町西竹田33-1)

■講師：下北山村役場 農林建築課 北直紀さん

■参加費：(組合員)大人50円 子ども50円 (一般共) オンラインは無料  
■イベントID：①1部(11:00～12:30)のみ参加：16250641 ②一日通し(11:00～14:30)参加：16250642  
③一日通し(11:00～14:30)参加+お弁当付：16250643 ④オンライン：16250644

■定員：会場20名、オンライン定員なし ■主催：自然の住まい協議会  
■託児：あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴：可 ■持ち物：筆記用具。飲み物。お弁当(1000円で注文することもできます。)  
■申し込み開始日：1/19(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：2/6(金) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込

## New 第33回お料理講習会

お待たせしました!ついに33回を迎える事が出来ました。ハンディキャップのある方の余暇と自立を目指したお料理講習会ですが、小さな子供からシニアの方まで、今まで多くの組合員の方々の参加がありました。年齢やこだわりを越えて、みんなで一緒に美味しい昼ごはんを作って食べましょう～という気持ちで楽しく組合員の方々と交流したいと思っています。今回は、スパゲッティをメインに、和風サラダ、お楽しみデザートを考えています。ほっこりするひとときを一緒に過ごしませんか?ご参加をお待ちしています。(大人と取り分けの場合は保険代のみ、食事をされる場合は大人の参加費を頂きます。)

■日 時：2月21日(土) 10:00～13:00

■会 場：大和郡山市南部公民館調理室（大和郡山市筒井町600-4）

■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 ※子ども=保険代のみ、食事される方は大人と同一料金  
■主催：ぽこあぽこお料理しましょう! ■定 員：10名 ■託 児：なし。子どもの同伴：可、1才未満の同伴：不可  
■持ち物：エプロン、バングナもしくは三角巾、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) ■イベントID：16250677  
■申込締切：2月13日(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。



WEBで申込

## 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て交流しましょう。箱詰めのあとは気持ちを含めた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 ■会 場：安養寺（田原本町八尾40）

■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

## みんなの集いの場♪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、誰かとお話ししたいな～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。

■日 時：2/26(木)、3/26(木) 13:00～15:00

■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：2月：16250658 3月：16250659 ■託児：なし ■主催：理事会(地域連携ボード)



## New 異度側の集い～多世代交流『一緒に童心に戻ってみませんか?』～

「かつては皆で集まり同じご飯を食べ共に時を過ごしていた」今では貴重になってしまった多世代交流をチームの目標にしています。3月は、お楽しみ企画『一緒に童心に戻ってみませんか?』です。当日は沢山の風船を準備します。みんなで風船を膨らませながら子供たちと一緒に楽しみましょう。今回の工作は、子供たちにはペットボトルで作れる簡単プレスレット作り、そして大人の方にはミツロウラップ作りを体験していただきます。おひとり様も親子参加も年齢関係なく大歓迎です。楽しいひとときを自然派のオヤツと共に一緒に味わいましょう。

■日 時：3月4日(水) 10:00～13:00 ■進 行：平野宏子さん

■会 場：コープ自然派奈良 2F活動室（田原本町西竹田33-1）

■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=中学生以下  
■定員：12名(組) ■主催：笑々 ■イベントID：16250678 ■託 児：なし。1才未満・子どもの同伴：可  
■申込開始：1/26(月) 12:00より先着順 ※メールは同日午前0:00より ■申込メ切：3/2(月) ※定員に達し次第、受付終了

WEBで申込



## New

## みんなおいでよ!HAPPY☆PARTY♪2025年度組合員活動報告&交流会

自然派で開催されているイベントは、組合員が組合員活動として自主的に企画や運営をしています。2025年度は2つの地区くらぶと10のチームが様々な活動に取組みました。どんな想いを持ってどんな活動をしたのか、1年間の活動報告を聞いてみましょう。活動報告の後は、みんなで楽しめるレクリエーションや、自然派の美味しいご飯やおやつでLet's交流PARTY☆組合員活動に興味はあるけど、どうしたらいいの?どんな活動をされているの?私にもできるかな?という方も、まだイベントに参加したことないわ～という方も、組合員活動って何?という方も、みんなで一緒にワイワイ楽しみましょう♪

■日時：3月12日(木) 10:30～12:30 ■会場：コープ自然派奈良 2F活動室

■参加費：無料 ※組合員のみ参加可 ■定 員：30名 ■イベントID：16250679（田原本町西竹田33-1）  
■主催：理事会(活動ミーティング) ■託 児：あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴：可  
■申込締メ切：3月6日(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。 WEBで申込



## New 春うららかマルシェ2026

約30の生産者を招いてマルシェを開催!クイズ大会やワークショップも予定。詳細は後日チラシを配布しますのでお楽しみに!!

■日 時：3/28(土) 11:00～15:00 ■会 場：奈良商工会議所 大ホール

■参加費：無料(申込不要) ※会場都合により試食ができませんので、販売中心となります。（奈良市西大寺南町8-33）  
マイバッグ、保冷バッグ等をご持参いただき、生産者との交流をお楽しみください。  
☐ 景品ありのお楽しみ ・O×クイズ  
☐ ワークショップ ・梅干しの色付け ・アロマスプレーづくり ・種ブローチづくり ・ぐるぐるマーケット など  
☐ 出店生産者(予定) ・南松垣営農組合 ・葉香製茶 ・奈良県農民連 ・堀内果実園 ・月ヶ瀬健康茶園 ・彩生舎 ・菌菌椎茸 ・京山城屋 ・かねこみそ ・ハインリー ・コープ有機 ・山清 ・平田産業 ・ノースカラーズ ・島酒家 ・太陽油脂 ・ピースクラブ ・西製茶 ・サンコー ・旭商事 ・もぎたてファーム ・節辰商店 ・いのうえ果樹園 ・マエカワテイスト ・庄分酢 ・みえぎよれん販売 ・福助フーズ ・コープブレッドファーム ・天使の森 ・大紀コープファーム&ポタジェ