

# まほろば元気通信

2025  
Vol.50  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1327 2026.2.23

**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

## 自然派 福祉だより3 福祉アンケート結果報告

先日実施した福祉事業(サ高住)についてのアンケートでは、皆さんから375件の回答が寄せられました。ご協力ありがとうございました。結果について簡単にご報告します。(詳細は別紙をご覧ください。)

「サ高住」を建てることについては、「作ってほしい」「あったらいいな」の回答が合わせて94%と、多くの方が肯定的に受け止めてくださいました。心配事としては、「入居料」「人材確保」「資金繰り」が上位でした。重視するキーワードでも「入居料」がトップ、続いて「食事」「スタッフの人数・対応」「医療・介護サービス」が上位で、入居料やサービスの充実度が利用する上での判断材料になり、大事であると感じます。

希望のエリアは北東和:北西和:中南和が4:3:3と、北東和が若干多いものの、おおむね均等に分かれました。

老後の暮らしで大切にしたいキーワードは、「健康」がトップ。他、「オーガニックな食」や「社会とのつながり」「自然環境が豊か」などの回答も多く、自然派の組合員らしい志向が表れている印象です。

自由記述では「自然派の理念に沿ったサ高住を楽しみにしています」という期待の声もある一方、資金繰りや入居料に対する不安の声もありました。組合員の皆様のご意見をしっかり受け止め、丁寧に事業の進捗をお伝えしながら今後も取り組んでいきたいと思ひます。

子ども笑顔基金は、組合員から「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) 142,223(2/17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1,069,568p-使用済927,345p

累計100万ポイントを超えました。ご協力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。

「尊厳」を大切にしたいサービス付き高齢者向け住宅(サ高住)から幸せを届けよう

オンレンジコープの取組を知ろう!

ケアを中心としたコミュニティ 一人ひとりに寄り添った暮らし

生協 社会福祉法人

コープ自然派・オンレンジコープが提供するサービス付き高齢者向け住宅(サ高住)は「その人らしく暮らしたい」です。

## 報告 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」

■開催日:2025年12月16日  
■場所:奈良県吉野郡下北山村  
■主催:理事会(環境ミーティング)

雲ひとつない晴天のもと、総勢16名がバスで出発。片道2時間半の道のりで、奈良県吉野郡の秘境、下北山村に無事到着。役場の北さんが出迎えてくださいました。

お弁当の後、いよいよ山へ。地域おこし協力隊OBの谷内さんが管理されている森林です。森の中は深呼吸したくなる木々の香り。予想を超える急勾配に、へっぴり腰で進む一行に北さんから出題が。「自分だったらどの木を伐りますか?その理由もどうぞ。」



「選木」は森づくりで最も大切な仕事だそうです。林立する中から、残す木と伐る木を決めます。枝が重なり合う間木を間伐することで光が射し、下草が育ちます。他の木の成長を妨げている木、動物が傷つけた木、樹齢や曲がりなど色々な事情で伐ることがあります。また周りの木に極力傷がつかないように配慮し、何十年先のその場の育成環境まで見通して間伐します。考えて考えて森を育てていく。巨大な重機で、なぎ倒していく林業のイメージが一転しました。とはいえ危険なお仕事です。持ち主不明の山が多いこと、遠方の山主さんとのやりとりなど苦労は尽きません。まして今育てている木が使われるのは次の世代です。自然の摂理を守り、森の事情に合わせ、木の声を聴いて繋いでいく大切な役割に、頭が下がります。

生きている木の後は、それが木製品になっていくところを見学しました。村にただ一つの製材所を、スカイウッドの本田夫妻が受託して、製材されています。巨大な機械で大きな丸太を挽くのは大迫力で、断面からは清涼感のある瑞々しい香りが広がりました。そんな大きな一本の木から生まれる様々な製品は、ひとつひとつ表情があり繊細な美しさです。改めて木の魅力を知りました。川のせせらぎ、薪の香り、緑豊かな景色…下北山村には、自然を敬い、森と生きる人たちの温かい暮らしと、林業を守っていくとする真摯な挑戦があります。また必ず訪れたいと思ひました。

## 事務局NEWS

### キッチンカー出店情報

※3/2(月)~3/6(金)の出店情報に関してはInstagramにてご確認ください。



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くなりつつあります。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。



### プチパーティ半額キャンペーン中

1開催2000円のところ1000円で開催いただけます♪  
2月28日お申込み分まで絶賛受付中♪詳細はQRコードからご確認ください。お申込み後、コープ自然派よりお電話いたします。その際に「クーポンを利用」とお伝えください。



### 私のおすすめ商品

『阿波すだち鶏肉だんご』  
生姜の風味が効いた鶏肉だんごです。徳島県産のすだちを飼料に育てた阿波すだち鶏のおむね肉ミンチをふんだんに使用しています。生姜のやさしい風味が味のアクセントになり、コクがありつつ後はスッキリ。お鍋に入れると鶏の旨みがスープに溶け出し、野菜までおいしく味わえます。加工食品に多い添加物を使用していないため、毎日の食卓にも安心して取り入れられる逸品です!(藤原星奈)



## 報告 異度側の集い~多世代交流(工作と体験)~

■開催日:2025年12月17日  
■場所:コープ自然派奈良2F活動室  
■主催:笑々

チーム初回となる『工作と体験』親子2組と大人1名(参加者の祖母)6名に参加していただきました。親子で完成させる工作ツリーは、お子さんには自由にシールを貼ってもらい、お母さんには画用紙をツリー型に切ってもらい完成させる物を準備し親子で体験してもらいました。3歳の女の子は「私もやる」とハサミ体験もしてくれましたが、とても使いづらそうだったので子供用ハサミを購入したいと思います。



大人の方にはメンバーとブーツ作りを体験していただき、作られたブーツをお孫さんが選ばれ微笑ましかったです。机に並べたオヤツを各自で選んでもらい皆さん嬉しそうに選ばれていました。その後、メンバーでラッピングしクリスマスプレゼントとして皆さんにお渡しさせていただきました。正月飾りは3本編みの1本だけですが稲穂を叩き藁を編むところから体験してもらいました。皆さん楽しそうに作ってくださり素敵な正月飾りに仕上がりました。

アンケート用紙に「子供も見てもらえ贅沢な時間を過ごせリフレッシュできました」と書いていただけました。初回にして、すでに想いが報われる言葉をいただけ初心を忘れず楽しいと思ってもらえる場をこれから作っていきたく思ひます。

## 報告 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。

■開催日:2025年12月25日  
■場所:コープ自然派奈良 2F活動室  
■主催:理事会(活動ミーティング)

モノを大切に使い続けていく、みんなでシェアリングしあおう、そんな想いを少しでも形にしていきたい12月25日クリスマスの日、活動室でぐるぐるマーケットを開催しました。

開始時間まもなくすると、大きな段ボールを抱えて来られた方がおられました。「ほとんど使っていない孫のチャイルドシートでして、どなたか使ってもらえたら。」と話され段ボールを開け、「本当にきれいなチャイルドシートですね。」など談笑していると、一人の参加者の方が「もうすぐ二人目の孫が誕生する予定なので、ぜひ頂けるのであれば嬉しいです。」と。なんともタイミングの良いクリスマスプレゼントとなりました。(後日、頂いたチャイルドシートに座って笑顔のお孫さんのお写真を送って下さいました。)そして、居合わせた参加者さんたちと美味しいクリスマスケーキを食べながら、それぞれ活動話などをして楽しいひとときを過ごしました。



交流の場として活動室を楽しく活用し、廃棄物削減へ取り組むことができました。種の交換会も人気だったり、食べ物のことなど生活の色々な話もできるなど、来てる人同士でお話ししながら息抜き感覚や情報交換の場となると良いなど感じています。1月~3月も最終木曜日に開催していますので、お気軽に遊びに来て下さい。

## ◆自然派の野菜セット

ぜんぶ奈良県産 <50号> 注文番号 **383** 1,296円(税込)



直近のお届けは、有機ほうれん草、チンゲン菜 無農薬→にんじん、紫大根、生なめこ 省農薬→アイスプラントです。

## ◆谷農園の野菜セット

<50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!



● 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営業日を過ぎてご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。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。

## 報告

### 「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

「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」の上映会を開催しました。この作品は、アメリカ・カリフォルニアのレストラン「シェ・パニーズ」の創設者であり、「食べることは生きること」というシンプルで力強いメッセージを伝えてきたアリス・ウォータースの歩みと思いを描いたドキュメンタリー映画です。

映画の中では、「おいしいものを、誰と、どんなふうに食べるのか」が、私たちの暮らしや社会、そして未来の子どもたちにつながっていることが、丁寧な言葉と自然豊かな美しい映像で語られていました。自然を大切にしていくことは良いものを食べていくことにつながり、しいては戦争もおこらない平和へ繋がっていくというシンプルなメッセージに共感しました。農家とのつながり、旬の食材、学校での食育、みんなで食卓を囲む時間など、どれも決して特別なことではなく日常の中にある大切な営みだと改めて気づかされました。

当日は土曜日で、平日はお仕事をされている方や農に携わっている方などの参加があり、映画上映後に感想をシェアしました。アリスの話す言葉に感動し、「近くのマルシェに行ってみようと思った」「地元の農産物をもっと食べたいと思った」などの声が聞かれ、これからのそれぞれの生活の中に映画で受け取った思いを少しずつ形にしていけたらと思いました。

■開催日:2026年1月17日

■場 所:コープ自然派奈良2F活動室

■主 催:理事会(産直/農ミーティング)



## 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

■会場:コープ自然派奈良 2F活動室 (田原本町西竹田33-1)



■進行:平野宏子さん

■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

## 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り組みました。どんな思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 (田原本町西竹田33-1)



■参加費:無料 ※組合員のみ参加可 ■定員:30名 ■イベントID:16250679

■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

## もっと知りたい!ニッポンの小麦のコト～畑からお家に届くまで～

コープ自然派は「国産派宣言」を掲げ、日本の農業を守り、食料自給率の向上を掲げています。小麦に関しても、国産小麦・国産有機小麦での商品開発をすすめています。日本全体では小麦の自給率は15%程度にとどまっています。国内で、小麦がどんなふうに育てられ、どんなふうに製粉されて、商品となって手元に届くのか。その上流から下流までの流れを改めて学んでみませんか。国産小麦を支えるために、まずは知ることから。

■日時:3/25(水)10:00～12:00 ■会場:オンライン(アーカイブあり)

■講師:JAこしみず、横山製粉、岡上食品

■参加費:無料 ■定員:なし ■イベントID:16250700 ■主催:コープ自然派連合商品委員会

■申込締メ切:3月18日(水) ※申込フォームまたはメールでお申込みください。



WEBで申込

## New

### 【調理・試食】濱さんチャレンジ料理企画!

濱さんでお馴染みの濱醤油さんを徳島県から講師にお招きし、「濱さんチャレンジ料理企画!」を開催します。濱醤油さんの塩麴・お味噌、自然派野菜セットなどを使って何品作れるか、チャレンジします!今回はなんと、濱醤油さんもどんな食材があるかは知らず、当日になって分かるというホンモノのチャレンジ企画。シンプルな食材で一体どのような料理ができあがるかは当日のお楽しみ…♪濱さんの商品の魅力を感じながら、参加者の皆様にも1品程度お作りいただき、試食をします。※調理室内はいろいろな道具がありますので、保護者の皆様の責任の下での同伴をお願い致します。※同伴のお子様の試食は、取り分けてお願い致します。

■日時:3月27日(金)10:00～13:00

■会場:生駒南コミュニティセンター せせらぎ 2階 調理室 (生駒市小瀬町18)

■講師:濱醤油醸造場 濱真理子さん

■参加費:(組合員)大人1000円 子ども50円 (一般)大人1200円 子ども50円 ※子ども=中学生以下

■定員:20名 ■主催:daisy ■イベントID:16250714 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可

■持ち物:エプロン、三角巾、タオル、食器用布巾、飲み物 ■申込メ切:3/15(月) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込

## New

### 春休み!太陽油脂さんと実験しよう

太陽油脂さんをお招きして、石けんや製品についてのお話をさせていただきます。石けんの特徴を知ってうまく使いこなしたいですね!後半は実験タイム!大人も子どももこねこね石けん作りで好きな形を作ったり、油や酢を使って乳化の原理を学びましょう。自然派のおやつを食べながら、何でも気軽に質問してください!当日はテスターもご用意していますので、使い心地や香りなどもお試しください。※お子さまのおやつは取り分けとなりますが、追加したい場合は申し込み時お伝えください。1皿100円。

■日時:3月27日(金)10:30～12:30 ■講師:太陽油脂さん

■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:15名 ■主催:オリーブの木 ■イベントID:16250713 ■持ち物:手を拭くタオル

■託児:あり(1人500円)。1才未満の同伴:不可、子どもの同伴:可 ■申込メ切:3/20(金) ※定員に達し次第、受付終了



WEBで申込

## 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。

※申込不要/時間内出入り自由

□景品ありのお楽しみ ・〇×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 ・種プローチづくり ・ぐるぐるマーケット など

□出店生産者(予定) ・南松垣宮農組合 ・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 ・菌興椎茸 ・京山城屋

・かねこみそ ・ハイネリー ・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

・みえぎょれん販売 ・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

## 資源回収にご協力おねがいします

※きれいに洗って乾かしてください

### ●ポリ袋 (回収できるものは2種類)

・お届け箱の中で、商品を梱包している内袋

・食材セットの外袋

※シールは必ずはがして(ちぎって)ください。

### ●容器・包装

・リユースびん

・よつ葉乳業の紙パック

・たまごの紙パックの箱

・食材セットのトレイ

### ●商品案内(カタログ)

※提出物をはさまない

※個人情報が含まれるものは出さない

※濡らさない、汚さない

※コープ自然派以外のものは出さない

詳しくはこちら

