

# まほろば元気通信

2024  
Vol.51  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1278 2025.3.3

**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

**子ども笑顔基金プロジェクトへのポイント寄付にご協力をお願いします。** **999717**  
2025年度の子ども笑顔基金寄付先が「おてらおやつクラブ」さんに決まりました。  
寄付額は、3月末までのみなさんからの寄付額で決まります。ご協力よろしくお願いします。 **すべてのポイントを寄付する**


## 子ども笑顔基金プロジェクト 報告38

### イベント報告 2/22気軽にボランティア体験 ~おてらおやつクラブのこをこを知ろう

2013年大阪で「最後におなかいっぱい食べさせられなくてごめんね」という遺書を残して母子が餓死した事件をきっかけに生まれたおてらおやつクラブ。おてらおやつクラブの支援先は直接支援だけで1万4千世帯を超えましたが、まだまだ足りていません。

物価高騰で企業からの支援や、特にお米の寄付が減っているとのこと。

コープ自然派奈良は2025年度の子ども笑顔基金プロジェクトの寄付先もおてらおやつクラブに決定しました。ぜひ引き続きのご協力をよろしくお願いいたします。(2025.2.25)



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送付」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願いします。

**寄付ポイント数(奈良) 100,068(1/13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821,973ポイント-使用済721,905ポイント

**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 **999724**  
(例) 注文数量「5」→500ポイントを寄付となります
- ③現金チャージで寄付：注文番号 **999816**  
(例) 注文数量「2」→200ポイントを寄付となります

※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願いいたします。

## 今年も遺伝子組み換え(GM)ナタネ自生調査にご協力ください

コープ自然派は毎年GMナタネ自生調査全国活動に参加しています。食用油や飼料用に大量輸入されているGMナタネ(GMセイヨウナタネ)は、港から工場へ輸送中にこぼれ落ち自生し、知らないうちに雑草などと交雑して汚染が広がっています。全国の汚染状況を調査してその結果を公表し、行政や関係事業者に対して汚染を止める対策を求めています。市民による全国調査は2005年から継続して行っています。また、2019年には神戸港にてたくさんのGMナタネが見つかった事をきっかけに、製油会社から調査への協力を得ています。過去には香川県の坂出港、大阪では堺、高槻、東大阪、また、奈良県内でも発見されています。2020年には北海道と青森で初めてGMナタネが確認され、2021年は小麦に混ざっていた事が原因でナタネの荷揚げのない港での自生も確認されました。GMナタネ自生調査は、市民がGMIに反対できる手段の一つです。反対の声を大きくしていくためにも、ぜひ近辺に咲くナタネの採取にご協力をお願いします。

**採取方法**


- ①輸送トラックが往来するような幹線道路や沿道、隣接する駐車場や空き地などに自生しているセイヨウナタネ(茎や葉が白い粉を吹いたようなものが多く、葉が少し茎を抱く)やセイヨウカラシナ(葉にしっかりとしたギザギザがある、葉が茎を抱かない)の葉を採取する。素手でふれないよう、袋をかぶせて取る。ぱらぱらと咲いたり、群生することもある。
- ②採取日、採取した住所、目印(道路脇、空き地など)をジップロック等の袋に記載し、採取した葉を数枚入れて冷凍保存する。
- ③「GMナタネ自生調査」と封筒などに明記して配送スタッフに渡す。 **締切:5/2(金)**

◆この活動は皆さんからの支援により継続できています。組合員さんからのカンパ金により、検査キットを購入しています。

### 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らくなってきています。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

3月10日(月)11:00-14:00@みのりの里しらにわ  
3月11日(火)10:00-15:00@道の駅ステイ唐古・鍵  
3月14日(金)10:00-13:00@旬の里  
最新情報はInstagramにてご確認ください♪

**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。

**私のおすすめ商品 『紅しょうが(きざみ)』**  
国産のしょうがを無添加で漬け込んでいる紅しょうが。しょうが本来のピリッとスッパリとした辛味を楽しめます。梅酢由来の紅色で華やかさがプラスされて、お弁当にもオススメ。もう一般の紅しょうがは食べられません。(拡大スタッフ 中辻泉)

**配送スタッフ紹介**  
こんにちは、廣畑一貴です。まだ雪が降る中寒いですが体調崩さないよう気を付けて配送頑張りますので宜しくお願いします。(1679コース 廣畑一貴)



## 報告 身の回りにある化学物質 有害なものってどんなもの?


元コープ自然派奈良理事長、現コープ自然派事業連合副理事長で子どもケミネットのメンバーであられる辰巳千嘉子さんをお迎えし、私たちの生活の中のすぐ身の回りにある有害化学物質について、またいま子どもたちに起きていることなどのお話しをお伺いしました。

辰巳さんは、奈良で長らく「農」に関する活動をされており、その中で「農業」について関わられてこられたということから、2023年に発足した「有害化学物質から子どもを守るネットワーク」(通称:子どもケミネット)のメンバーとして現在ご活動をされているそうです。

私たちの暮らしの中には、農業・殺虫剤・プラスチックの添加剤・化粧品の添加剤・抗菌剤など、とてもたくさんの、そして従来の毒性では安全基準以下のごく微量でもホルモンの働きを混乱させ生命活動に異常を引き起こす環境ホルモンと呼ばれる内分泌かく乱物質である有害化学物質が溢れています。そしてそれに最も影響を受けやすいのは、発達期の子どもの中枢神経系、免疫系、内分泌系ということで、実際に子どもたちへの影響が既に出てきているようでとても心配です。また現世代よりも子や孫の世代により影響が出てくるものもあるということに大変な衝撃を受けました。

辰巳さんは、『有害な化学物質は、私たちの生活の中にあまりに溢れすぎており全てを避けることは不可能ですが、私たちが選択することにより減らすことは可能です。ちっちゃいことでええねん、毎日すこしずつみんなですすめばOK!生協は、ウェルビーイングな明日を選ぶ運動体&教育機関。コープ自然派ならできるよね!』と話されました。

開催日:2024年10月21日  
場所:コープ自然派奈良2F活動室  
主催:理事会(環境平和ボード)




## 報告 無添加の口紅を作ってみよう!

8月に満席で申し込みなかったという方も参加者の中にいらっしゃいました。まずは参加者の皆さんで自己紹介をし、その後日用品を見直すことの大切さについて座学をしました。講師の食や日用品を見直すきっかけ(息子さんのアトピーと小児鍼の先生のアドバイス)を伺い、皆さん大きく頷きながらお話を聞いておられました。

今回テーマとしている「口紅」についても女性は一生で20本の口紅を食べているという話に皆さん驚いておられました。今回のクラフトでは無添加で自然でできたものにこだわっているということで材料についてご紹介。続いて作り方をお伝えしてクラフトをしました。色を選ぶ段階ではどんな色になるだろう・・・と楽しみと不安が入り混じった緊張感のある表情を皆さんされていました。材料をピーカーに入れてプレートで温めながら混ぜていくにつれ、こんな色になるのか!!と嬉しそうな様子が伝わりました。型に流し込む前から「定期開催してほしい」「自分のため、プレゼントにも・・・と欲張って作りたい」と早くも嬉しい声があがっていました。

最後に固まるのを待つ間、お茶菓子を提供しながら今日の振り返りやスタッフを交えての談笑をお楽しみいただきました。いよいよ固まった頃、1名の方が早速お手洗いで塗ってきたらいい感じ!!つけていて安心感が全然違う、気分があがるね!!と周りの方も含めて大盛り上がりでした。

開催日:2024年10月22日  
場所:生駒市図書館  
主催:daisy



### ◆自然派の野菜セット

<51号> 注文番号294 1,080円(税込)

ゼーンぶ奈良県産!鮮度バツグン!直近のお届けは、有機みずな、無農薬ほうれん草、無農薬赤きくいも、無農薬味まるみ大根、無農薬ブナシメジ、省農薬ミニ白菜です。

### ◆谷農園の野菜セット

<51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です。出せるときに、出せるものを。何が届くかお楽しみに!







### ● イベントのお申込み方法

<24時間受付> mail : [eventnara@shizenha.co.jp](mailto: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。

【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るためです。ご協力お願いします。

【お願い③】 参加費はおつりのいらぬ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。

## 報告

### 和田萬さんにごま油搾り体験!

■開催日:2024年10月29日

■場 所:コープ自然派奈良2F活動室

■主 催:オリーブの木

和田萬さんのごま油搾り体験のイベントをしました。19人という予想よりも多くの方にご参加いただきました。重さ30kgの手動の搾り機を活動室にお持ち込みいただき、和田萬さんの金ごまを中に入れて、交代でカー杯ハンドルを回して圧をかけていくと、ポタリポタリと黄金色のごま油が受け皿に。部屋中にごまのさわやかな香りが広がりました。しばらくたてのごま油は、無濾過のまま試食しました。

参加者さんからは、「貴重な体験が出来て感動した」「楽しかった」「市販のごま油とは香りも味も全然違い、あっさりとしていてこくがあり、パンや野菜によく合う。ごま油への思いが変わった」お子さんの食が細いために、食に興味を持ってほしくて一緒に参加したという方からは、「子どものごまというものにとても興味をもち、試食ももりもりしてくれました」とのご感想いただき、私達もうれしくなりました。



現在自然派では、和田萬さんのごま油の取り扱いはないのですが、取り扱ってほしいとお声が多くありました。お話をうかがい、和田萬さんの美味しさの秘密が、他社とは違う焙煎などのこだわりがあることを知ることができました。質問にも丁寧に分かりやすくお答えいただき、みんなますます和田萬さんのファンになりました。

## 家は暮らしの宝石箱 『人生フルーツ』映画上映会

「家は、暮らしの宝石箱でなくてはいけない」とある建築家の言葉。もう一度里山を回復するにはどうしたらいいんだろう?土を次の世代に。そんな想いから、キッチンガーデンを彩る70種の野菜、50種の果実など半自給自足生活を営む、風と雑木林と建築家夫妻の物語。ナレーションを樹木希林が担当。参加者交流もあります。※託児は、1名500円(税込)、定員あり。(上映時91分)

■日 時: 3月9日(日) 10:00~12:30

■会 場: 橿原ミグランス 4F コンベンションルーム (橿原市内膳町1-1-60)

■参加費:(組合員)大人1500円 子ども100円 (一般)大人1600円 子ども100円 ※子ども=中学生以下

■イベントID: 16244852 ■定員:80名 ■主催:NARative CINEMA、共催:飛鳥・藤原DAO

■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:3/9日(日) ※当日まで、託児は一週間前まで



## NO NUKES!原発ゼロ・被災者支援奈良のつどい

東日本大震災・福島原発事故から14年の月日が流れようとしています。原発事故のために失われた「いのち」や「日常」は被災者だけではなく多くの人を感じ続けています。能登半島地震では、かつて珠洲原発立地だった予定地が4メートル近く隆起しました。珠洲に原発を作ることを阻止した人々への感謝の声が聞こえます。私たちの思いは「脱原発」です。その思いが叶わないのはなぜでしょうか。「3.9 原発ゼロ・被災者支援奈良のつどい」にぜひご参加ください。※コープ自然派奈良も協力しています。

■日 時: 3月9日(日) 12:30~15:00 ■会 場: JR奈良駅前広場 (奈良市三条本町1-1)

■内容:福島敦子さんのお話、リレートーク、うたごえコンサート、マルシェ、パレード

■主催:原発ゼロ・被災者支援奈良のつどい実行委員会 ■問合せ:溝川悠介090-7968-2491 榎本恭一郎090-4281-6847

## 子どもたちが教えてくれる対話の本質 子育てお茶会

森のようちえん、プレーパーク、子育てに関わる保護者はじめ、子どもを中心にした子育てに取り組まれる方々をゲストに交え、『こどもかいぎ』や日頃の子育て含めたカジュアルトーク会を開催します。子どもたちが「かいぎ」をする保育園のドキュメンタリー映画『こどもかいぎ』を事前にオンラインで3月2日(日)~8日(土)にご視聴の上、ご参加いただけるとより有意義です。軽食付き。※託児は、1名500円(税込)、定員あり。



■日 時: 3月10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)

■参加費:(組合員)大人500円 子ども100円 (一般)大人600円 子ども100円 ※子ども=中学生以下

■イベントID: 16244850 ■定員:20名 ■主催:にいじろ ■託児:あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴:可

■申し込みメ切:3/10日(月) ※当日まで、託児希望は一週間前まで



## 平城宮跡を歩いてみよう!~心身を育む自然の中で身体活動の可能性~

自然栽培や無農薬で育つ食べ物の生命力を感じたことはありますか?それを人間に置きかえてみると...私達自身も自然の環境に身を置くことが大切です。心も身体も、本来の自分に還る時間を一緒に過ごしませんか?一人で過ごすもよし、親子や仲間と子育て、食、健康、運動についてざっくばらんに話しをしながら歩いてもよし。歩く距離は1~3km参加者の皆さんと相談してきめます。

■日 時: ③3/12(水) 10:00-12:00 ■会 場: 平城宮跡(集合:奈良文化財研究所)

■講師:妹尾 秀美さん (一般社団法人kakeHashi代表 / ぶくぶく亭) (奈良市二条町2丁目9-1)



■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=小学生以下

■主催:tenTEN ■定員:7組 ■イベントID: ③16244774 ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可

\*乳児同伴の場合抱っこ紐での森歩きとなります。体力等に自信がない場合にご遠慮下さい。\*雨天中止です。その場合は前日に連絡します。

■持ち物:動きやすい服装、歩きやすい靴、飲み物(必要であれば昼食) ■申込メ切:開催日の1日前12:00※定員に達し次第、受付終了

## 組合員活動presents~みんなでランチバイキング♪

自然派のカタログと一緒に届く「まほろば元気通信」に載っている学習会や試食会は組合員が企画&運営しているって知ってましたか?つまり、組合員だったら誰でもイベントを企画できるのです!「組合員同士で交流したい」「こんなイベントをしたい」という思いを持って、すでに活躍している組合員の1年間の活動報告を聞いて、その後会場参加の方はランチバイキング♪自然派の美味しいごはんとおやつを食べながら、みんなで交流しましょう。※1週間後を目途にYouTubeで配信します。当日参加できない方は、「コープ自然派奈良」のYouTubeチャンネルをチェックしてみてくださいね。

■日 時: 3月13日(木) 10:30~12:30



■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)

■参加費:無料 ※組合員のみ参加可 ■イベントID: 16244853 ■定員:会場30名、オンライン30名

■主催:ビジョン推進会議 ■託児:あり(1人500円)。1才未満・子どもの同伴:可

■申し込みメ切:3/7日(金) ※応募多数の場合、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。

※オンラインの場合はメールでお申込みください。



## 毎月第三月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット

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てみませんか?無料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!)や種の交換会も開催しています。組合員同士の交流、人とながかり社会とのつながる。あなた自身もこの空間をつくるひとりです。※最終月曜日ではありませんのでご注意ください。

■日 時: ③3月17日(月) 10:00~13:00 ※申込不要/時間内出入り自由



■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)

■参加費:無料 ■イベントID: ③16244765 ■託児:なし ■主催:理事会(環境平和ボード)

## 【組合員限定】奈良初開催!!濱醤油さんの麴を使った味噌づくり



“濱さん”の愛称でお馴染みの濱醤油さんを徳島よりお招きし、お味噌の作り方を教えて頂きます!明治30年の創業以来「ほんまもの味」にこだわり続けてこられた濱醤油さん。そんな濱醤油さんの想いもお聞きしながら、皆で楽しく味噌づくりしませんか?今回は、濱醤油さんこだわりの無農薬大豆を使用。麴は「濱さんとこの生麴」お塩は「海はいのち」と、自然派でも購入可能な材料のみを使用。今回の最大の特徴は、大豆を茹でるところから自分でチャレンジできる!という所。大豆の茹で方の説明書は、無農薬大豆を配達時に同封しますので初めての方もご安心ください!!当日は濱さん特製の塩麴野菜スープの試飲もありますので、是非お楽しみに♪

■日 時: 3月25日(火) 10:30~12:30 ■講 師:濱醤油さん

■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)



■参加費:大人100円+材料費2000円 子ども50円 ※組合員のみ参加可 ■イベントID: 16244894

■定員:会場15名 ■主催:daisy ■託児:なし。1才未満・子どもの同伴:可

■持ち物:茹でた大豆・お味噌を入れる容器(5ℓ程が入る容器)・持ち帰り用袋・エプロン・三角巾・布巾

※豆は3日前までに配達でお届けします。各自で茹でて頂き煮汁ごと当日ご持参ください。

※大豆お届け後のキャンセルは大豆代金864円をいただきます。

■申し込みメ切:3/13日(木) ※応募多数の場合、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。



## オーガニック天平マルシェ~奈良の食と農を考える2日間~



奈良県は農業生産高が全国ワースト3位。高齢化も深刻で10年後には農家が全滅してしまうかもしれないという危機的な状況です。このままでは地産地消や食料自給率の向上といったところで、足元から崩れかねないのでは?!そんな危機感をたくさんの方を共有したいと考え、今年のオーガニック天平マルシェでは、マルシェに加え、トークセッションや講演会を開催。マルシェでは初の試みとして、奈良県内の協同組合が合同で出展!コープ自然派の生産者さんも多数出展してまいります。ぜひ会いに来てくださいね♪

■日 時: 3月22日(土) 10:00~15:00 / 23日(日) 10:00~14:00

■会 場: 奈良県コンベンションセンター (奈良市三条大路1丁目691-1)

■参加費無料(3/23鈴木直弘さん講演会のみ要予約) ■持ち物:マイバッグなど ■詳細はWEBサイトでご確認ください

