

# まほろば元気通信

2024  
Vol.52  
NARA

co-op shizenha nara official newsletter vol.1279 2025.3.10

**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

## 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



### 【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. ヤマキ醸造のお醤油がすごくやわらかい甘さがありおいしいです。ステーキや焼肉にもよく合います。取扱いをお願いしたいです。**

**A. 国産有機醤油 御用蔵150mlは月1で企画しています。別の商品でしたらぜひ教えてください。企画したいと思います。**

**Q. お醤油全般に卓上用サイズを企画してほしい。**

**A. ほかでも同じ意見をいただきました。導入するようにします。**

**Q. 大人用のおむつを企画してほしい。**

**A. ご要望として承ります。検討いたします。**

**Q. 【砂丘らっきょう甘酢漬(創社社):110g】の次回企画が未定と聞いた。38号で10個購入したがもうなくなってしまった。40号以降休止と聞いたが、早期にカタログに載せてもらえるように要望伝えて欲しい。**

**A. いつもご利用ありがとうございます。該当商品につきまして原料都合により一時企画を休止しておりますが、原料確保が出来次第再開予定しております。ご迷惑をおかけし申し訳ありません。**

## <NPO国産材住宅推進協会からのお知らせ>

### 3/22(土)23(日)完成見学会「暖炉と焼杉の家」~オープンハウス~

高知県構原町での伐採式から始まったSさんの家づくりがついに完成しました。焼杉の外壁に暖炉の煙突が伸びるシンプルな外観と、内部は庭と一体になる大きな土間、柱の無い大空間の中にスキップフロアの浮かぶ印象的な空間に仕上がりました。焼杉、杉板など無垢の自然素材はもちろん、セメント板やアイアンを組み合わせて、素材の対比で見せる内装も見どころです。ピックアップトラックで暖炉の薪を運び、週末は土間でバイクを眺める。家庭菜園で採れた野菜を土間と一体で使えるキッチンと暖炉でお料理。一つながりの大きな空間にそれぞれの小さな居場所が集まって、ラフにアウトドアな暮らしのできる家になりました。コロナ禍を経て、ライフスタイルから考えるこれからの家の形を是非見に来てください。

**■日時:3月22日(土)23(日)10:00~16:00**

**※10時、11時、13時、14時、15時の内からご希望の時間をお選びください。**

**■場所:北葛城郡王寺町明神(JR和歌山線「畠田」駅より徒歩約30分)**

※お申込みの方に詳細をお知らせします

**■参加費:無料 ■持ち物:靴下 ■各時間先着順にて定員になり次第締め切らせていただきます**

**■詳細・申込:NPO 国産材住宅推進協会(06-6395-3332)【メール】info@kokusanzai.org**



## ◇自然派の野菜セット

<52号> 注文番号297 1,080円(税込)

ぜーんぶ奈良県産!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、無農薬小松菜、無農薬わさびな、無農薬小かぶ、無農薬ぶなしめじです。



## ◇谷農園の野菜セット

<52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らくなってきております。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



お友だちを誘って是非お越しください

3月17日(月)11:00-14:00@みのりの里しらにわ  
3月18日(火)10:00-15:00@道の駅大和路へぐり  
3月19日(水)10:00-15:00@トドロキボウル  
3月20日(木)10:00-15:00@DCM広陵  
3月21日(金)10:00-15:00@グリーンヒルいこま  
最新情報はInstagramにてご確認ください

## 配送スタッフ紹介

こんにちは、西村一希です。暑い日や寒い日と寒暖差が激しい日が続くので体調管理に気をつけて配送頑張りたいと思いますので宜しくお願いいたします。

## 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:2024年10月31日  
■場所:生駒市北コミュニティセンターISTAはばたき  
■主催:北西和地区くらぶ準備会

毎年恒例!自然派がおすすめするクリスマスケーキの試食会を行いました。今回は「クリスマススノードーム」「キャラメルナッツ・ムースショコラ」「森のベリークリスマス米粉ロールケーキ」「生クリームの上層仕立てのチーズケーキ」の4種類を準備し、一つ一つじっくり味わいながら試食をすすめました。ひと通り試食して参加者のみなさんにお気に入りのケーキを発表してもらくと、いちばん人気があったのは「キャラメルナッツ・ムースショコラ」そして次には「森のベリークリスマス米粉ロールケーキ」でした。

お子さんはいちごののったケーキを喜ぶそうですが、試食してみると大人の好きなケーキは違うので、クリスマスにはお子さんの好きなケーキを用意して、後日ママ友で大人好みのケーキを楽しむことができるように2種類のケーキを注文しようという声もあり、いろいろなケーキを試食することでクリスマス以外にも楽しみが増えそうです。



## 報告

### 第16回大和ひみこ米収穫祭 田んぼで運動会

■開催日:2024年11月3日  
■場所:南檜垣営農組合の田んぼ  
■主催:理事会(地域連携ボード)

前日、警報級の大雨でしたが、当日は気持ちのよい晴天で、参加者、スタッフ、農家さんあわせて100人近い人数で、運動会を開催できました。雨の水がはげずに田んぼに水がたまり、そちらは泥んこ覚悟で自由に虫取りなどお楽しみスペースに。

運動会の会場は田んぼ横のいつもの駐車場に使っているスペースを使い、農家さんたちの協力のもと、一風変わった運動会のスタート!一輪車でタイヤ運びをしたり、コープ自然派のパンがうれしいパンとり競争、お野菜の名前が書いた札をとってお野菜をもらったり、トラクターと綱引したり、大人も子どもも体を動かしながら楽しみました。天候が悪い中、草刈りをして会場を整え、朝から採れたてのお野菜を用意して下さった農家さんたちのおかげで、みんなの笑顔がたくさん見られました。

今年は気候の変化が激しく作物への影響も甚大です。運動会あいさつで、お米の状況のお話もありましたが、農作物への感謝を一層感じます。お米作りにはたくさん苦労があることも実感でき、農家さんと田んぼを通じて交流できる貴重な一日でした。大和ひみこ米の年間登録をしていない方からも、単発で販売時に購入したいというお声がありました。買い支えつつ、買わせてもらえるありがたさも感じながら、美味しいお米を味わいたと思います。



## 報告

### グリーンライダー記念 『グリーン・ライ ~エコの嘘~』映画上映会

■開催日:2024年11月4日  
■場所:コープ自然派奈良 2F活動室  
■主催:NARAtive CINEMA

日頃から環境問題に意識を向けて買う物、着るものを選んでる組合員の参加者の方が多かったです。上映会のあと、食材セットを使って皆さんでランチを作り、食べながら感想をシェアしました。感想の一部を紹介します。

・フェアトレードに興味があって、イギリスにある世界初のフェアトレードの村ガースタン町に行ったこともある。しかしこの映画をみると10年前から企業の体制は変わってない。  
・身体に影響で買う物を考えていたけれど、買うことで自然破壊にもつながっていると思うと、そういう背景も考慮して、買う物を選ばなければならぬと考えさせられた映画だった。  
・環境問題、とくに動物に興味あり、動物からの観点で全てのものを買う時に考えている。そうしたらお肉は食べられなくなった。  
・贅沢の裏側は犠牲がすごいことがわかった。  
・自分たちの選ぶもので自然が破壊されたり、不当な労働が起こっていることにぜひ目を向けて欲しい。  
・一人一人声をあげるの大事だとおもった。今日から、できることはしよう!まずは買う物を選ぶ。不必要なものは買わない。





## 報告

### きぼうの光☆光食品さんのこともっと知りたい!

光食品の島田社長さんをお招きしてお話を伺いました。やわらかい語り口で、有機への熱い思いを語っていただき、今まで以上に光食品さんの食材がありがたく、おいしく感じられるようになりました。「社会に貢献できる会社でありたい」、「子育て世帯でも購入できるような商品価格にしたい」というお気持ちがとてもうれしく、これからはファンとして支えていきたいと思いを新たにしたいと時でした。

参加された方のアンケートからも、「オーガニックを徹底するのはとても大変だと思うけど社長さんの熱い思いに感動した」というような応援メッセージが多数見受けられました。今回、普段購入させていただいている以外の商品も試食できたことで、新たなおいしさを発見!! 生産者学習会をさせてもらい、とても有意義でした。

ちなみに、今回試食させていただいた光食品さんの食材は次の通りです。

・自然派スタイル有機お好みソース ・焼きそばソース ・浅漬けの素 ・有機じんわりしょうが ・オーガニックレモンスカッシュソースの味がはっきりわかるように、シンプルなお好み焼きと焼きそばでいただきました。浅漬けの素でキャベツとモヤシを漬けて付け合わせに。そして、有機じんわりしょうがを5倍希釈したのをウェルカムドリンクに、新発売のオーガニックレモンスカッシュを食後のドリンクにいただき、お腹も心も大満足でした。

## 報告

### バスに乗って行こう!おせんべいのアリモトさん工場見学と手焼き体験

学習会といえば普段は奈良の会場で行いますが、今回は奈良を飛び出しバスに乗って兵庫にあるアリモトさんの工場へ見学に行ってきました。

2時間ほどで到着したアリモト加西工場は自然に囲まれた静かな丘にありましたが、併設されている直売所には次々と人が出入りしていて、人気の様子が伺えました。最初に有元誠次朗さんからせんべいの作り方、特に自然派で取り扱いのある玄米を使ったせんべいの製造方法についてお話を伺いました。

そしていよいよ工場へ!中は大きな音と香ばしい香り、じりじりとした熱を帯びていました。焼きあがったせんべいは味付け、乾燥を経て包装されます。包装は大きな機械と手作業の両方で作業が行われていました。機械は効率がいいけれど割れが多いのに対して、人の手で行うと割れが少なく製造の無駄がないそうです。今後は手作業だけで行うことも考えているそうで、丁寧な商品作りに感心しました。工場見学の後は手焼きせんべいの体験をしました。みるみるうちに香ばしく焼きあがったせんべいに好みの味付けをしてその場でいただくと、いつもの味に温かさが加わって特別な美味しさでした。

【参加者の感想】

・工場見学ツアー楽しかったです!素材へのこだわりやおせんべいができるまでの工程、思ったより手作業が多いことなど現場を見て学ぶ良さを実感しました。工場長さんの「人が一番」のスタンスがいいですね。  
・「大人の遠足」めっちゃ楽しかったです。作る工程が手の届く距離で見られ五感で楽しめたので大満足です!!生産者さんの大変さをほんの一部ですが実感し、感謝でいっぱいです。

## 報告

### 道長さんに聞く!ぬか漬けと発酵と遺伝子組み換えのお話

お漬物や地粉を使ったかりんとうでおなじみの「漬物本舗道長」の石川さんをお迎えし、ぬか漬けのコツ、本物のお漬物についてや道長さんの商品づくりへのこだわり、発酵食品のことなどについてお伺いすると共に、ご希望の方は、コツを教わりながら実際につけ太郎に季節のお野菜を漬けました。

参加者さんからは、ぬか床のお手入れ方法などについてたくさんの質問をいただき、石川さんが一つ一つ丁寧に答えくださいました。また、石川さんが長年取り組んでいる遺伝子組み換え食品問題や、食品表示のことなどについてもお話しいただきました。

・初めてのぬか漬け、色々教えていただけてとても良かった。・ぬか床を使ったレシピも教えていただけて楽しみが増えました。  
・道長さんは、安全性にこだわられたとても良い商品を作って下さっていることがわかりました。  
・生きるために大切な「食」が想像以上に危険にさらされていることを知り、恐怖を感じました。消費者から声をあげることの大切さを改めて感じました。  
など、参加者さんからは嬉しい感想をたくさんいただきました。

## 報告

### 毎月最終月曜日は!活動室開放&ぐるぐるマーケット

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活動室でぐるぐるマーケットを開催しています。イベントに参加するのは少しハードルが高いけど、出入り自由なこういうスタイルだと来やすいです。と何度も足を運んで下さる方がいらっしやったり、居合わせた組合員さん同士の交流の場にもなるなど活動室を楽しく活用しながら、廃棄物削減や種をつなげる取り組みへの小さな一歩となれたのではないかと思います。ぐるぐるマーケット(リユースコーナー)は、活動室に常設していますので、イベント参加などで活動室に来られた際には、是非ご活用下さい。

■開催日:2024年11月4日  
■場 所:橿原市立中央公民館  
■主 催:結う



■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)



■開催日:2024年11月13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)



■開催日:2024年10/28、11/25、12/23  
■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)



## イベント情報

ホームページから簡単に申し込みができます。



●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ご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らるためです。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、**切日の17:00まで**です

託児の**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。

## 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、人とつなが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: **③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)

## 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いただきます。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



## 香料自粛にご協力おねがいます

香害とは、合成洗剤、柔軟剤などの強い香りを伴う製品による健康被害のことです(体臭は含まれない)。

コープ自然派の配送では、香害対策に取り組んでいます。組合員みんなで使いまわす箱や、カタログを入れる袋などに匂いが付着し、配達されたカタログや商品に匂いが移って苦しんでいる方がいます。それだけでなく、このような化学物質を日常的に使用している人自身の健康を害することにもなります。ご家庭でこのような製品を使用されないよう、ご協力をお願いいたします。



## 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:2024年11月14日  
■場 所:コープ自然派奈良 2F活動室  
■主 催:理事会(利用拡大ボード)

自然派がおすすめするクリスマスケーキの試食会の2回目を活動室で行いました。

前回と同じ「クリスマス・スノードーム」「キャラメルナッツ・ムースショコラ」「森のベリークリスマス米粉ロールケーキ」「生クリームの二層仕立てのチーズケーキ」の4種類を試食しました。今回も試食した参加者のみなさんにお気に入りのケーキを発表してもらおうと、今回人気があったのは「クリスマス・スノードーム」と「森のベリークリスマス米粉ロールケーキ」の2種類がダントツ人気でした。

クリスマス・スノードームはココア風味のスポンジ生地と生クリームの調和が良いという点で人気でした。森のベリークリスマス米粉ロールケーキは小麦粉を使っていないのでアレルギーのある方だけでなく、グルテンフリーの食事を実践されている方にも罪悪感なく食べられるというところが良いという声がありました。また、米粉のスポンジ生地のしっとり感が美味しいという声がありました。

アンケートには「どのケーキもおいしかったので迷います…」とあるくらい試食したケーキはどれも好評でした。今年も無添加でバラエティー豊かな自然派のケーキで楽しいクリスマスを過ごしてくださいね。

