



ホームページ <https://www.osaka.shizenha.net/>
フェイスブック <https://www.facebook.com/coop.shizenha.osaka>



【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 ②～⑤8:00～21:00 ⑥8:00～10:10

- ① イベントID
- ② 組合員名
- ③ 組合員コード(一般の方は一般)
- ④ 参加人数・参加者氏名
- ⑤ 連絡先
- ⑥ 託児の有/無(託児を設けているイベントのみ)、
お子様の氏名・年齢(月齢)・性別

※応募多数の場合は抽選とさせていただきます。抽選後、落選者のみ【⑤連絡先】へご連絡いたします。
※イベント開始3時間前に気象警報が出ていた場合、中止となります。詳しくはHPをご覧ください。

【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 ①～⑤ 8:30～20:00

✉ 件名に「コープ自然派イベント申込」と入力ください。
kodama07@shizenha.co.jp

※お申し込みのメールを受信後、いただいたメールアドレス宛てに確認のメールを送信いたします。(携帯電話で送受信をされる方は、パソコンからのメールも受信されるよう設定をお願いします。)
※お申込み後、2営業日を過ぎて返信がない場合は、組合員サービスセンターへお問合せください。

イベント情報
ホームページからも
閲覧・お申込みできます。



メール作成
QRコード



イベントに参加できなくなった場合は、イベント開始までに必ず組合員サービスセンターへご連絡ください。
ご連絡いただけない場合は、イベント参加費・材料費・託児費を商品代金と一緒ににお支払いいただきます。

2024年3月1日

生活協同組合コープ自然派おおさか
総代選挙管理委員 枝元雅子

公 示

第26回総代決定のお知らせ

第26回総代選挙において250名の立候補がありました。立候補者数は定数内のため全員の当選が理事会で承認されました。これにより総代250名が確定しました。

大阪北部選挙区(池田市・箕面市・豊中市・吹田市・茨木市・摂津市・高槻市・島本町)
大阪東部選挙区(枚方市・寝屋川市・交野市・四條畷市・守口市・門真市・大東市・
東大阪市・八尾市・柏原市・大阪狭山市・河内長野市・富田林市・
羽曳野市・藤井寺市・松原市・太子町・河南町・千早赤阪村)
大阪市選挙区 (大阪市)
大阪南部選挙区(堺市・忠岡町・高石市・和泉市・泉大津市・岸和田市・貝塚市・熊取町・
泉佐野市・田尻町・阪南市・泉南市・岬町)
和歌山選挙区 (和歌山県)

大阪北部(66名)		大阪東部(49名)		大阪市(74名)		大阪南部(35名)	和歌山(26名)
宮本安美	橋本光志	吉田牧	江川英吏子	梅原志保	赤木佳恵	谷友恵	広瀬久代
松川園子	原田しのぶ	新谷弥生	千代田まさほ	堀井尚子	杉山恵	中野小百合	岡田千明
赤山あかね	矢嶋和美	山本志保	山田洋子	篠原三恵	平松万紀子	安田絵利	織戸奈緒美
山口人代	岩井美根子	岡田美樹	西川朱未	うるしざきみちよ	松尾翔	品田祐加子	森下珠美
瀬戸永子	永峯和美	村田孝子	和田滯	下村祐美	中谷祐実	細井葉子	木下由季
和田洋子	大西雅香	辻岡登美	殿井貴久美	宮浦功一	竹中慶子	外山佳織	河原多恵子
中田泰博	清水玲子	浜町由美	西山陽子	吉田緑	文原英仁	小川直子	平田千鶴
篤田ひとみ	近藤美由紀	白川静子	太田富美栄	山口智津子	長瀬和恵	松下麻理	坂口多美子
米澤友奈子	四ノ宮智子	小山民恵	阪上綾子	森田絵美	香西真希子	西尾真喜子	森下佐知子
筒井宏子	東昌子	池田朗子	山田あかり	下島薫	宮武亜希子	森谷美絵子	堀切美央
清藤あゆみ	岩原彩加	柿沼菜穂	今井庸子	村木沙弥香	阪部香織	藪内恵子	岡本香奈
槌野美由	富川瞳	山田幸枝	上田豊美	東来香	福元典子	植木明子	岡本真帆
八田さなえ	坂野秀樹	岡本力也		黒田節子	平山沙亜斜	山口理恵	加藤理菜
高橋優子	齋藤公嗣	田中雅代		原田京子	道崎エリカ	大泉晶子	大平喜代
植あゆみ	小柴大作	山岸佐香子		平尾康浩	羽方永遠	土居セツ子	富村佳子
宮崎梢	高田仁	小玉恵子		鈴木初恵	山本友香	川元俊明	山崎綾
堀真喜子	大西めぐみ	青木美紗		雪本幸子	川口忍	吉村八重子	山本津夏沙
牧野一子	古田磨樹	馬場聡子		高橋龍一	大原智美	那須佳奈	高木沙也佳
藤末真希子	山村曜子	平田真理子		遠藤郁子	古屋美夢	奥野幸子	中谷敦子
清水紗弥香	長谷川真結子	濱内寛子		福永法子	笠井由紀奈	南埜節子	芹生亜紀
宮田美穂	神宮江里佳	井上桂子		大城戸佳子	秋元裕美子	田倉純子	長谷川庸子
田所陽子	杉野真代	寺嶋恵弥		伊香さつき	儀理百合子	武森友美	菊庵愛
江藤由紀	中山美香	山田千紗子		中村絵美	梶本靖子	辻野一	坂本仁美
野上洋乃	西尾滋子	山本典子		森本有美	山西祐輝	北川美穂	中嶋悦子
村上さおり	田澤裕美	簀戸由美子		岩田乃理子	小野泰子	菊早苗	福島伊津美
元目佳江	奥村真紀	北口綾子		岡田恵	青木弘子	中井光世	保田美砂子
尾村祐巳子	久米友美	高崎由佳		宮本圭以子	久保綾子	南美春	
中村巡圭	本田リサ	野田あゆみ		西典子	松原とよ子	竹内真美	
水木千代美	福田俊太	増田薫		池田由美子	工藤福美	渡邊有子	
大石正美		岡田美穂		内田真美	成奈美	野中翠	
坂本真理		秋山庸子		庄野彩乃	片岡恵美	豊島由香	
田坂恵美子		市村京子		小川京子	松井麻耶	金井寛子	
後藤江里		橋本朋子		小谷晴美	奈須夏菜	木岡恭子	
米山美津子		川上尚子		中尾さか枝	阪本啓香	河合哲子	
高崎佳菜		向園ひとみ		升尾理沙	桧作有紀	丸橋陽一	
川上恭子		前川美和子		橋本笑美子	浅松幸子		
西門美代子		山中友美		岡本友美	永谷知代		

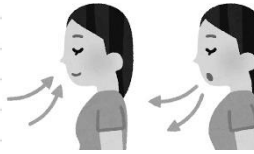
【報告】 ■蛍ブロック

11/23 呼吸法を学んで元気な毎日を

自然派の理事としてお世話になった酒井さんより、丹田呼吸法の中でも初心者にも覚えやすい簡単な体操を教えてくださいました。呼吸を意識して行う方法と呼吸の種類、丹田（おへその下2～3cm内側へ2～3cmの場所、想像上の器官）の場所を呼吸と共に意識し、徹底して吐ききることの繰り返しにより身体、血流の循環を良くし、精神面にも落ち着いた状態になるなどの良い効果を目指して皆で体を動かししました。

<参加者の声>

- ・気軽にできそう教えてもらえて良かった。
- ・家で座っている時間にやってみようと思う。
- ・面白かった。続けてやっていきたい。
- ・覚えれた内容を自宅で続けたい。
- ・精神面にも良いと思う。リセットされるような時間、続けていきたい。
- ・久しぶりの参加、楽しかった。



2024年 カタログ53号

提出日... 3月25日 (月) ～ 3月29日 (金)

配達日... 4月 1日 (月) ～ 4月 5日 (金)

021135

谷農園の野菜セット 1000円

(税込1080円)

谷農園の野菜セット

おおさかの組合員の皆さまの食卓へ、三重県の大自然から土の香りとともに美味しい旬の野菜をセットにしてお届けします。

- * 農薬は使っていません。
- * 内容は変更になることがあります。

■ 3月3回 (3/11～3/15お届け) 野菜セット予定

ホウレン草2束・アレッタ・菊菜・ねぎ・菜の花

酒類販売管理者標識

販売場の名称及び所在地	コープ自然派おおさか
	大阪府茨木市島1丁目12番37号
酒類販売管理者の氏名	藤原 康成(フジワラヤスナリ)
酒類販売管理研修受講年月日	令和5年4月21日
次回研修の受講期限	令和8年4月20日
研修実施団体名	門真小売酒販組合

イベントは私たち組合員が企画しています。

イベントと一緒に考える仲間を募集しています。月に1度のペースで話し合いをしているので、気軽に見にきてください。

● 3月の委員会カレンダー

日	曜日	時間	会議名	会場
25	月	10:00～12:00	吹田ブロック	山田夢つながり未来館
29	金	13:00～15:00	せんしゅうブロック	貝塚市立山手地区公民館

● 4月の委員会カレンダー

日	曜日	時間	会議名	会場
12	金	10:00～12:00	うめ星ブロック	和歌山センター
18	木	10:00～12:00	吹田ブロック	山田夢つながり未来館
18	木	9:30～11:30	ひょうたんブロック	若江岩田駅前市民プラザ

日時が変更になる場合もありますので、見学希望の方は、事前に組織企画へ、お問い合わせください。組合員サービスセンターへTELまたは
右記メールアドレスにて mail : kikaku07@shizenha.co.jp

ワークショップ「杉板張りにチャレンジしませんか」

国産材のスギを張った床は優しい足触りと調湿性がよく快適です。もっとたくさんの方にスギを身近に感じて頂きたいと、定期的に板張り教室を開催しています。一部屋だけでもスギを張りたいとお考えの方、この機会に作業手順や寸法の取り方、釘の選び方、金槌の使い方などのコツを学びませんか。大工経験のある建築士事務所民家の現場監督がわかりやすく指導します。

■日時：3月30日(土) 13:30～

■会場：協会事務所1階 (阪急宝塚線「三国」駅南出口を西へ徒歩約3分)

■講師：川崎滝夫 (建築士事務所民家・現場監督)

■参加費：500円 (協会会員は無料)

■申込締切：定員になり次第 (先着10名様)

■詳細・申込：NPO 国産材住宅推進協会 (06-6395-3332)

【メール】info@kokusanzai.org



詳細・お申し込みはこちら

堺セミナー「古民家を活かすリノベーション」

日本の風土にあった地域材を使い、永く住み続けられている古民家。住みにくい間取りや断熱性、耐震性能やメンテナンスなど気になることもあります。今の家がない良さがたくさんあります。今までにリノベーションした古民家の事例を紹介しながら、わかりやすくお話しします。

■日時：4月6日(土) 13:30～

■会場：堺市産業振興センター (大阪メトロ御堂筋線「なかもず」駅、南海高野線「中百舌鳥」駅より約300m)

■講師：細江由理子 (建築士・ライフオーガナイザー1級)

■参加費：500円 (協会会員は無料)

■申込締切：4月5日(金)

■詳細・申込：NPO 国産材住宅推進協会 (06-6395-3332)

【メール】info@kokusanzai.org



詳細・お申し込みはこちら

【報告】 ■免疫力自然派club

11/18 コロナワクチンとは？そして被害者の声をきこう！

ワクチン専門家の井上正康先生は、世界中の研究者達の情報や論文を調べていくうちに、このmRNAのワクチンは遺伝子を操作し打てば打つほど免疫力が下がり、特に生殖器官に悪影響を及ぼすなど、とにかく「打つものではない!」と強く語られてました。



又、ワクチンで命を落とされた方のご遺族の声を綴った「真実を教えて下さい(短縮版)」の上映会は、今までもチーム活動でやってきましたが、ご遺族の行き場のない心痛な思いに、これを進めてる国や製薬会社、医者達への憤りを感じました。そして、そして今現在ワクチン後遺症に苦しめられてる新型コロナワクチン後遺症近畿患者の会の3人には、それぞれの体験を語ってもらいました。

その中で医療従事者のMさんは、5回目の接種で車椅子生活に余儀なくされ、現在は近畿患者の会の代表として、勢力的に街宣活動をされてます。Bさんは、見る限りはお元気ですが、接種後、重症筋無力症という難病にかかれました。



Cさんは、娘さんが接種後体調を崩して歩行がしづらくなされたけど、色々な工夫をしているうちに、身体をあっためたことが、かなり回復してきたと話されてました。

岡西かず美さんのピアノ演奏は、会場の始まりに参加者を迎えるようにピアノを弾いて頂いた後、深刻なテーマの中盤で、又、気持ちが安らぐピアノを弾いて頂きました。

アンケートでは、参加された方々から、こういう集いをもっとやってほしいという声が多かったです。その中で、「私達一人一人がそれぞれの立場で真実を発信していけば少しずつ変わっていくと思います。そう期待して、自分なりの実践をしていこうと思いました。」という感想を頂きました。これからもっとこのワクチン被害の声が出てくる未来を想像すると、気づいた私達が接種した8割の日本人をどれだけ受け止められるか、まだまだこれからですね。

<参加者の声> (一部抜粋)

- ・改めてコロナワクチンの怖さを思い知った気がしました。映画の中で「医師は死亡のリスクがあることは言わないとか、テレビは報道しない。被害者遺族が訴えていかなあかんとか聞き、その通りやなと思いました。国と製薬会社はなんとしても自分たちの非を認めて欲しい。
- ・コープ自然派でパンデミック条約や強制接種を止める声を国会に届ける団体を作ってください。
- ・ワクチンも2年前とは違い、情報も取り入れ過ぎて、興味も薄れてきたが、やっぱりワクチンは怖いと再認識しました。ワクチンのことを知らない人に伝えることの重要性を想いました。
- ・自分のみは自分で守らなければいけない時代であるのだと思います。元々国民のことを考えている政府ではありませんでしたが、ここ数年、医療、経済、食、教育、文化、すべての面で日本を潰しにかかっていると思います。今、妊娠5ヶ月です。子どもを守るために知識を広げ、現実を知りたいと思います。
- ・本当に無知であることを自覚しました。知りえない現実、内容、とても勉強になりました。

【報告】 ■ひょうたんブロック

11/28 ほっこりランチお手軽和風だしカレーづくりヘルシードリンクデザートつき

会場へのアクセスがよく来やすかったという声もあり、前回イベントからのリピーターの方にも来ていただきました。また、当日搬入便も早めに届けていただけたこともあり、準備や段取り・調理の進行もスムーズに行え、2時間という限られた時間内でも参加者とゆっくりお話することもでき、有意義な時間となった。2グループに分かれて調理し、出汁をとって煮込む段階から各々味見をし合っカレーの味付けの調整はグループ毎にお好みで仕上げられたので、お互いのだしカレーを食べ比べもでき、出汁や調味料の話も弾んだ。当イベントのねらいでもあった、自然派スタイルの定番商品(カレー、酢等)の紹介とこだわりの再共有、員外の方への案内・加入お誘いや、近所の方もいらっしまったので、ブロック加入のお誘いもできた。

<参加者の声>

- ・作り方を少し変えるだけで、いつもと違うカレーが作れて嬉しいです。
- ・だしをとったカレーを食べるのははじめてで、とても簡単でおいしくつくれました。
- ・だしの味がしっかりしていてとても美味しいカレーでした。お酢ドリンクも、さっぱりして飲みやすかったです。
- ・おだしがきいていてとてもおいしいカレーでした。是非作ってみたいと思います。中性脂肪も気になるので、お酢ドリンクも試してみたいと思います。
- ・楽しかったです和風だしカレー、簡単でおいしく体にも良さそうで、良いレシピを教えてくださいありがとうございます。
- ・出汁カレー初めていただきました。とてもおいしかったです。商品も、色々試せて楽しかったしました参加したいです。
- ・自然派は興味があつたので、今日は参加させてもらってとても勉強になりました。気になる調味料もありました。本日は、ありがとうございました。

【報告】 ■みんなでオーガニックくらぶ

12/5 稲わらで遊ぼう ミニしめ縄作り

昨年に引き続き、お米作りの締めくくりとして、稲わらを利用したミニしめ縄リース作りを行いました。初めての体験という方がほとんどでしたが、やってみると案外カンタンと思われたのではないのでしょうか。作業をしながらの会話はずみ、賑やかなひとときとなりました。



<参加者の声>

- ・自分で作れることに感動しました。うれしくてうれしくてハッピーな気持ちです。スタッフの方々もやさしくて普段言葉づかいでリラックスしてできました。
- ・楽しく作ることができました。
- ・年に一回の特別な機会なので参加できてよかった。説明はわかりやすく、イラスト付きの案内図も有難い。短時間で太め・細めの2種類のくると巻いたしめ縄飾りが出来て満足感が高い。お土産の藁も貰ったし、家のバケツ稲の藁もあるので、また子供達としたいしめ縄飾りを作りたいと思う。
- ・お正月に飾るのが楽しみです！少しアレンジして飾りをたそうかとか考えるもたのしいです。また明日いただいた藁で第二弾作りしたいと思います。
- ・去年、話を聞いていて、参加したかったので、体験嬉しいです。藁でこんな簡単に制作できるなんて嬉しい思います。また作ってみると、コツやアレンジもできそうで、そのあたりも楽しみです！素敵なしめ縄、教えていただきありがとうございました。開催時期もちょうど良いかと思いました。藁貰えたので、また作ってみます。



連合商品委員会から

組合員の声を生かした商品づくりの為、コープ自然派各生協から組合員理事と職員が参加して月に1度会議を行っています。

組合員さんからの要望

生協からの回答

今後、宅配弁当の取り扱いも検討してほしい。

ご要望として承ります。

砂糖をできるだけ取らないようにしている。原材料表示を確認しなくても一目でわかるように「砂糖不使用」お菓子コーナーなど作ってほしい。

ご意見ありがとうございます。紙面やオンラインのコーナーの参考にさせていただきます。

【さんまチーズサンド:125g(5〜7個)】→企画休止。また企画して欲しいです

いつもご利用ありがとうございます。原料変更して企画可能か検討中です。また再開できましたらご利用いただけますと幸いです。

【ごぼうサラダ:140g】→休売と聞きました。また企画して欲しいです

原料不足によりやむなく休売しております。また企画が再開した際はぜひご利用ください。

くるみが入ったバケットを作りたい

ご要望として承ります。

【北海道オーガニック小麦パン1.5斤:1.5斤】を又企画して欲しい。値段が上がっても月に1回の企画でも良い

ご意見ありがとうございます。供給があまり芳しくないなか、価格が異常に上がる見込みとなったため一旦企画を休止させていただいております。改良含め、類似商品を出せる要検討させていただきます。

梅茶漬け:39.0g(6.5g×6食) 【さけ茶漬け:36.6g(6.1g×6食)】 【のり茶漬け:36.0g(6g×6食)】を家族みんな好きなので企画してほしい。

こちらの商品ですが現在生産者より原料価格の高騰を受け生産が困難と連絡をいただいております。販売休止しております。ご不便おかけし申し訳ございません。