



ホームページ <https://www.osaka.shizenha.net/>

【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

- 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。

Table with 2 columns: 販売場所の名称及び所在地, コープ自然派おおさか本部

【組合員サービスセンター】フリーダイヤル 0120-408-300



【申込受付フォーム】必要事項を入力していただくと、自動返信にて申し込み内容が入力したメールアドレスに届きます。



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。

New イベントID: 6082 主催: 商品委員会 春休み親子企画♪ おいしくなる! そうめんの湯がき方講座

実は、そうめんって「湯がき方」ひとつで、びっくりするほど味が変わるんです!

日時: 4月2日(木) 10:30~13:00

場所: クレオ大阪西 2階 クラフト調理室

講師: 横山製粉株式会社 営業部 次長 新井勝さん 株式会社岡上食品 代表取締役 岡上博さん

- 参加費: 組合員(中学生以上)400円 組合員以外600円
子ども(1歳~小学生で試食あり)200円
託児: あり(1歳~小学生未満)
持ち物: 筆記用具、飲み物、ふきん、エプロン、三角巾
定員: 15名 切: 3/26(木)



フレンドショップ紹介

フレンドショップに新しく登録されました!

にじいろこめばん

大阪府八尾市にある土曜日だけの米粉パンとお菓子の店がフレンドショップになりました!



屋外ですがカウンターとイスもあるので、イートインも可能です。素材の良さを大切に土曜日だけの店、ぜひ一度訪れてみてくださいね。

Access: 大阪府八尾市恩智南町2丁目47 営業時間 11:00~18:00 駐車場(工房横7番)

Instagramはこちら



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ひろがっています。

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(特徴: 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(特徴: 葉にしっかりとしたギザギザがある、葉が茎を抱かない)を採取する。
[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、本部・組織企画室」と明記して配送スタッフに渡す。



子ども笑顔基金プロジェクト

「子ども笑顔基金プロジェクト」は、組合員の皆さんからポイントを寄付していただく形で2021年春よりスタートした、組合員同士の助け合いの力で子どもの未来を守る取り組みです。

「あなたの想いが倍になって届くキャンペーン」実施中

みなさんからいただいた寄付に応じてコープ自然派おおさかからも同額のポイントを追加し、寄付額を倍にして基金を積み立てます。

ポイント寄付の方法

保有されているポイントは100ポイント単位で使用可能です。その使用可能ポイントをすべて寄付できます。

【注文番号】 999717 ポイント寄付 / すべて使用可能ポイント

数量1(ポイント数に関係なく「1」)

◎100円単位の現金チャージで寄付をする方法もあります◎

保有しているポイントの寄付だけでなく、現金チャージとして100円で100ポイントを寄付することもできます。

【注文番号】 999816 ポイント寄付/現金チャージ

※現金チャージはポイント対象外です。※寄付金控除の対象外です。

ポイント交換交換は52号のご注文まで

お手元の3月請求書の下部に記載されている「2026年3月で無効になるポイント」は使用されていますか?今週配布の52号のご注文までに商品に交換、増資、商品代金に交換、「子ども笑顔基金プロジェクト」へのポイント寄付のいずれかでご使用ください。

読書カフェ

本は好きなんだけど・・・読みたい本もあるんだけど・・・でも、なかなか家では本を読む時間がない日々。たまにはそんな忙しい日常から少し離れて、お気に入りの一冊や、今読んでいる本など、おすすめの本を持ち寄り、自由に気軽に楽しくお話しませんか。新たな本との出会い、久々に読書をするキッカケ作りになるかもしれませんよ。オーガニックコーヒー、紅茶、ハーブティーなどカフェの飲み物1杯付きです。

■日時: 3月17日(火) 13:00~14:30

■場所: からふる フリースペース した

(大阪市中央区谷町6丁目15-20) 大阪メトロ谷町線 谷町六丁目駅

■参加費: 200円(小5以上)

■定員: 5名

■託児: なし

■持ち物: お好きな本

■お切: 3/13(金)

※準備の都合上、お申し込みをお願いします



Googleマップで見る



[報告] ■さかい古墳ブロック

9/29 オーガニックアロマの貴重なお話が聞ける！ ナチュラル口紅作り(カフェ交流タイム付！)



講師より、オーガニックアロマの魅力についてお話を伺いました。たとえば、アロマオイルの瓶の色には品質を守るための工夫があることや、原料のこだわりや製造方法があることなどを紹介していただきました。



さらに、アロマをお掃除やリフレッシュなど日常のさまざまな場面で活用できる方法や、知っておくと役立つ豆知識もたくさん教えていただき、参加者は興味深く耳を傾けていました。

その後は、自分の好みに合わせた色や香りを選んでナチュラル口紅作りを体験。口紅をシリコン型から取り出すような難しい作業もありましたが、楽しみながら取り組まれ、出来上がった作品にとても満足された様子でした。口紅が冷えて固まる間にカフェ交流タイムを設け、講師への質問や参加者同士の感想を共有し合い、和やかに学びを深めることができました。



<参加者の声> ※一部抜粋

- ・生活に必要なものが自分で作れることにびっくりで、次回アイシャドウなどコスメグッズなどしていただけたら嬉しいです。
- ・口紅作り楽しかったです。スタッフの皆様がよくしていただいて、嬉しかったです。
- ・まさか口紅を作れるとは思っていませんでしたので、びっくり感動です。とても賢気にエッセンスも材料も安全で自然なもので嬉しいです。スタッフ皆様も優しくてのびのびと作業できました。
- ・綺麗な色のマイカが沢山あって、とても楽しかったです。素敵企画をありがとうございます。
- ・化学の実験をしてみたいので、すごく楽しかったです。アロマのお話もわかりやすく、勉強になりました。あつという間の2時間半でした。紅茶もお菓子も美味しかったです。
- ・アットホームな感じで楽しかったです。素敵な色が出来上がりました。
- ・アロマテラピー参考になる情報が盛りだくさんでした。もっと聞きたい内容でした。口紅作りは、色の配合が難しく、楽しく、種類がありすぎて驚きました。内容の濃い講座で参加して良かったです。

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、気軽に見に来てください。

3月の委員会カレンダー

日	曜日	時間	会議名	会場
17	火	10:00~12:00	吹田ブロック	山田夢つながり未来館
17	火	10:00~12:00	京阪ブロック	さだ生産学習センター
18	水	10:00~12:00	桜ブロック	クロスハル高槻
23	月	10:00~12:00	商品委員会	からふるフリースペースうえ
24	火	13:00~15:00	和泉みかんブロック	和泉シティプラザ

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または下記メールアドレスにて mail: kikaku07@shizenha.co.jp

【自然派オンラインで所属生協のイベント申込ができるようになりました】
毎週注文中で利用している自然派オンラインから、この紙面に掲載しているイベントが申し込み可能です。ぜひご利用ください！

- スマートフォンの場合
マイページ内、右上のメニューの中「イベント」から進んでください。
- パソコンの場合
マイページ内、左サイド内の「イベント」から進んでください。

※オンラインからのイベント申し込みについてはホームページ内にある以下のページに詳細が掲載されています。
<https://www.shizenha.net/news/56544/>

[報告] ■おやこねっこそでて

9/25 身体と心を整える、東洋医学にふれてみよう

東洋医学を基本的なことからわかりやすく教えていただきました。体の不調を感じると、腰が痛いから整体に行く、頭が痛いから内科に行く、というようにそれぞれの部位だけを捉えて治そうとしますが、東洋医学の考えでは、「気」が調和することや心のバランスが大切という内容で、痛い部分だけでなく、身体と心のつながりを考えることが大切だと教えていただき、とても興味深い内容でした。

鍼灸師である講師の熊本さんは、問診に1時間半ほど時間をかけて一人一人のお話をしっかり聞かれるそうで、その人に合った箇所1本だけ針を打って治療されるということには、興味を持たれた方も多かったと思います。今回の講座では体質診断シートを使って皆さんに回答していただき、その結果からどの部分に不調があらわれやすいのかを知ることができました。また、舌診という舌を見て心身の健康状態を知る方法も教えていただき、参加者全員が鏡で自分の舌を見ながら自分の心身の状態に気付くことも出来ました。自分では気付かないうちに頑張りすぎていたり、考えすぎたり不安に思ったりすることで抱えるストレスなどから体は不調を表し始めます。その前に心身をゆるめることが大切だと教えていただいたので、教えていただいた養生方法を実践して、自分の身体と心に向き合う時間を大切にしたいと思いました。

<参加者の声> ※一部抜粋

- ・自分の舌をよく見るのがあまりなかったので、これからはもっと自分の身体に興味を持って、身体の声聞くことを大切にしたいと思いました。
- ・心と身体がつながっていることは良く分かってはいるつもりでしたが、今日のお話を聞いて再確認できました。イライラして子供に叱ってしまうことで自己嫌悪にもなり悪循環の日々です。おすすめの3つの養生法を実践したいと思います。東洋医学についてもっと知識を深めたいと思います。有難うございました。
- ・わかりやすい解説でどの臓器が弱ってるかまで体質診断できて参加して良かったです。

[報告] ■うめ星ブロック

10/16 わたしの未来の選び方 未来をえらぶおしゃべりカフェ

わかむすびのメンバーに来ていただき、普段気になるけど具体的によくわからないと思っていた政治や選挙のことを分かりやすくお話していただきました。政党の違いや政治資金について、また話題の裏金問題などニュース番組でよく聞くだけでは難しく感じるテーマも、初心者にも分かりやすい言葉で面白く丁寧に解説していただきました。「そういう仕組みだったんだ!」「初め理解できた気がする」といった声も多く、まだまだ学びたい、知りたい、第二回目開催を希望します!といった前向きな声も沢山あがりました。政治をぐっと身近に感じられるとても学びある有意義な時間となりました。

<参加者の声> ※一部抜粋

- ・政治について今まで興味がなく、最近知りたい、知らない、という思いが出てきたので参加できて、ニュースで見る内容が分かりやすく知ることができて良かったです。本など見たり、もっと自分自身が知る!ことを今後もっとやっていきたいと思いました。
- ・政治の違いや政治資金等、今まで詳しい中身を知らなかったが、わかりやすく聞くことが出来ました。第二弾も聞いてほしい!
- ・政治の事は、ほんとに分らなくて、分かりやすく説明してくれる会みたいなのないかなあ〜って書いたらとこでの開催でした。裏金のお話とか、とても分かりやすく、おもしろおかしく聞けて楽しかったです。まだまだ分からない言葉や意味もあったので、勉強していきたいと思いました。また企画して下さい。
- ・もっと話をききたいので、次のもよろしくお願いします。市議会に興味があり毎日傍聴に行ってます。お仕事などはみなで本議会にきてほしいです。傍聴者が少ないと議員の態度が悪すぎ。
- ・政治とくらしについてよくわかりました。市民の声がとても大切だと感じました。
- ・移民のこと裏金のこと、税金の使われ方、わかりやすく説明していただきました。現役の市議さんのリアルなお話が聞けてよかったです。

2025年 カタログ52号

提出日...3月16日(月)~3月20日(金)

配達日...3月23日(月)~3月27日(金)

021135 谷農園の野菜セット 1430円

* 農薬は使っていません。(税込1544円)
* 内容変更になることがあります。



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てお届けします。

■ 3月2回(3/9~3/13お届け)野菜セット予定
・人参・こまつな・ほうれん草・ねぎ・大根・リーフレタス等

「小さな農家の野菜セット」はお休みします

販売再開までの様子と日々の活動はこちらから!
よろしければフォローをお願いします!

