



# おこしやす♪京通信

### 【キャンセルポリシー】

申込後のキャンセルは必ずご連絡をお願いいたします。  
無断キャンセルの場合は参加費を頂戴いたします。

※平日のご連絡はサービスセンターへ。

※土日のイベントは金曜16時までにサービスセンターへ。

それ以降は当日朝に緊急連絡先の携帯番号までお電話ください。

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

★お問い合わせ前に…★ 皆さんより多くいただくご質問と回答を、ホームページの「よくあるご質問」にまとめています。困ったことあれば気軽に検索してみてくださいね！ こちらのQRコードから>>>



## ポイント交換をお忘れなく！



### ●ご利用100円につき0.1ポイント獲得！

毎週のご利用高の総額に応じて、100円単位でポイントがつきます。

### ●使用期限3月末までのポイントを確認しよう！

ポイントは請求書の下段に表記されています。

2025年3月末で無効になるポイントも表記されています。

ポイントには使用期限がありますので、期限内に使い切るようにしましょう。

### ●自然派オンラインからも確認できます！

自然派オンライン内で「オンライン請求書」のオンライン照会にお申し込みいただくと、毎月18日に請求書の情報は反映され、確認することができます。

44号で「ポイント交換BOOK」を配布しています。



### ポイントの使用方法

- ポイント商品との交換
- 増資(出資金を増やす)
- 商品代金ポイント支払い
- 子ども笑顔基金プロジェクトへ寄付

子ども笑顔基金プロジェクトの詳細はこちら→



シャプラニール  
= 市民による海外協力の会

シャプラニールのもったいないキャンペーン  
～捨てない生活～

### お家に余っているハガキなどを寄付していただいただけませんか？

国際協力NGOシャプラニールでは国内最大級のはがき寄付キャンペーン

「あなたのはがきが、だれかのために。」を実施しています。

届いたはがきは日本で換金したあと、バングラデシュの家事使用人として

働く少女たちへの支援、ネパールの洪水の多い地域での防災・減災の取り

組みや、日本国内で在住外国人の方に向けた多文化共生への

取り組みなどのシャプラニールの支援活動に役立てられます。



配布されている茶色い封筒に入れて、支援をお願いします。



## New 主催：ビジョン暮らすこと

イベントID：06244848

### 最近ニュースで話題になっているPFASのお話し会

最近ニュースで話題になっているPFAS(有機フッ素化合物)。水道水や地下水の汚染が全国に広がり、人の健康や動植物の生息・生育に影響を及ぼす可能性が懸念されています。

コープ自然派事業連合副理事長の辰巳さんからPFASについてお話を聞き、その後は座談会をします。自然派の美味しいおやつを食べながら、不安に思うことなど話し合い、みんなで一緒に何ができるか考えてみませんか？

■日時：3月17日(月) 10:00~11:50

■会場：京都テルサ 第9会議室(京都市南区東九条下殿田町70)

■講師：辰巳千嘉子さん

プロフィール：コープ自然派奈良理事長を経て、現在はコープ自然派事業連合副理事長。子どもケミネット(有害化学物質から子どもを守るネットワーク)世話人。

■参加費：組合員300円 組合員外450円

■定員：20名

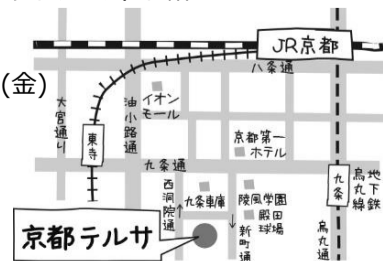
■託児：あり(5名)。500円/人 託児締切：3/7(金)

一歳6か月未満のお子さま会場同伴可

■持ち物：筆記用具、飲み物

■申込み切：3/7(金) 17:00

近鉄東寺駅から徒歩5分、地下鉄九条駅4番出口から徒歩5分、市バス九条車庫南へすぐ



## ◇谷農園の野菜セット



<46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。

季節のお野菜を5~6種類セットしてお届け致します。

\*2024年32号より値上げとなっております。

## New

主催：ナチュラル食育チーム

イベントID：1部ID 06244841

2部ID 06244842

### 前回大好評だった米粉ケーキ企画！第2弾！！ 今回は2部制で開催！

### カラダに優しい♪親子で米粉ブラウニーづくり

米粉のケーキに挑戦してみませんか？米粉で作ったパンやお菓子作り・・・パサついたり、膨らまなかったり、失敗した経験はないでしょうか？

せっかく作っても子どもから不評だったり・・・。簡単においしく作る方法をプロから学びましょう！ぐるぐるかき混ぜるだけであっという間に完成します♪米農家の支援にもつながり、子どもにも米粉を好きになってもらいたいという思いで企画しました。

★一組でホールのケーキを作っていました♪

※グルテンフリー、ヴィーガン対応

※アーモンドを使用しますのでアレルギーのある方はご注意ください。

■日時：2月23日(日) 1部/10:00~12:00  
2部/14:00~16:00

■会場：永守重信市民会館 調理室

(京都府向日市寺戸町中野20番地)

■講師：Chocoandchinamon チョコシナ 上野直子さん

プロフィール：長岡京市役所前にてカフェを経営。主にお米のパンと米粉の焼き菓子販売。体に優しく、地球にも優しいのに美味しい!!を目指して日々勉強中。小さなお子様連れもたくさん来店されますので、お気軽にお越しください。

■参加費：組合員/一組2200円 組合員以外/一組2500円

■定員：1部2部とも10組ずつ(計20組) ■託児：なし。

■持ち物：エプロン、三角巾、タオル、茶こし、はさみ、ボールペン

■申込み締切：2/12(水) 17:00

## New

主催：ビジョン食べること

イベントID：06244835

### Neoベジタリアン料理研究家ericoさんに学ぶ！ 自分にあげたいホワイトデースイーツ♪

春が待ち遠しいこの季節、動物性(乳、卵)の材料を使わない安心おやつを学びましょう♪とても楽しいerico先生のデモンストレーションと試食を体験して、一足早く春を感じませんか？

■日時：3月11日(火) 11:00~14:00

■会場：ウイングス京都 2F調理コーナー

(京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地) 地下鉄烏丸御池駅(5番出口)

または地下鉄四条駅・阪急烏丸駅(20番出口)下車徒歩約5分

■講師：Neoベジタリアン料理研究家ericoさん

プロフィール：京都在住で自然派の組合員でもあるericoさんは若いころから食に関心を持たれ、現在はプラントベース(植物性)&ホールフーズ(丸ごと戴く全体食)を基本とした食事を実践されています。垣根のない「食」を共有するために日々活動をされています。



■参加費：組合員1600円 / 組合員以外2000円

※今回は大人のみの参加になります。

※ウイングス京都は改装中ですので「北入り口」よりお入りください。

■定員：15名

■持ち物：筆記用具、飲み物

■託児：あり(5名)。500円/人 託児締切：3/3(月)

一歳6か月未満のお子さま会場同伴可

※託児が13時までですので必要な方は軽くつまめるものをご用意ください。

■申込み締切：3/3(月) 12時



NEOVEG\_ERICO

### GMOフリーゾーン全国集会inえひめプレ企画 「希望の給食～食と農がつむぐ自治と民主主義」 オンライン上映会

有機農業や食の安全について、みんなで考える機会として映画上映会を開催します。学校給食は、子どもたちの健康と成長を支えるだけでなく、食について学ぶ生きた教材の役割も担っています。近年、日本各地では、給食に地産地消や有機の農産物が導入され、給食を軸にした地域の再生が始まっています。生産者の育成、環境保全、子どもの貧困といった課題への取り組みの中で、給食の役割が改めて注目されているのです。また、韓国では、学校給食の改善を求める市民運動をきっかけに、有機食材を用いた給食を無償で実施する「親環境無償給食」が定着しつつあります。

子どもたちの健康と成長を担い、地域の食と農をつなぐ給食。そこに私たちはどのような未来を描き、実現していくのか——？(制作：NPO法人アジア太平洋資料センター (PARC) 2022年/上映時間42分)  
※視聴方法についての詳細は、申し込みされた方に後日メールでご案内します。

■日時：2月11日(火・祝) ①10:00~11:00  
②14:00~15:00

■会場：オンライン ※メールでお申込ください

■参加費：組合員300円 組合員外500円

■定員：100名 ■申込み締切日：2/4(火)

※組合員のキャンセル受付は2/10(月)12:00まで。

以降のキャンセルについては返金いたしません。

一般の方は入金後の返金できません。ご了承ください。 予告編のQRコード



### 味噌作り

コープ自然派の事務所にてお味噌作りご一緒しませんか？  
手前味噌…自分の手に在る常在菌たち、自分の手をつかってつくる事で自分の菌も融合した手前味噌が出来上がります。それぞれ造り手によって味が変わるのはその為です。ぜひあなただけの手前味噌つくってみませんか？

■日時：2月17日(月) 10:00~12:00

■会場：コープ自然派京都 久御山事務所 2F

(久世郡久御山町市田新珠城9) 京都京阪バス「野村口」下車徒歩5分以内  
■講師：橋本基さん(有限会社やさか共同農場 商品企画)

■参加費：組合員100円 子ども50円(小学生まで)

組合員以外150円 子ども80円(小学生まで)

■定員：15名 ※定員に達した場合 抽選

■託児：あり(3名) 500円/人 託児切：2/7(金)

■申込み締切：2/7(金) 15時

■持ち物：

・筆記具とノート(レシピの配布はありません)

・ふきん2枚

・2kgのお味噌を入れる樽

・ヘラ又はスパチュラ・あればすりこ木

・エプロン、三角巾

【味噌作りセット：容器は含まれません】はイベント当日会場でお渡しいたします。

\*なるべくつり銭のないようにお願い致します。

\*材料以外の持ち物が多いので、忘れ物にご注意ください。

\*材料発注の都合上、申し込み締め切り後にキャンセルされた場合は材料をお買い取りいただくこととなりますのでご了承ください。

【味噌作りセット代金】  
白米糀セット(タルなし)：  
¥3316円(税込み)

セット内容(出来上がり量約2kg)  
麴 800g、煮大豆 1kg、  
食塩 200g(天海の塩)  
【有機煮大豆産地】  
青森県・島根県・北海道

### チョコレートの裏側で起こっていること 映画『バレンタイン一揆』

バレンタイン商戦の裏側で、児童労働と言う現実があることをご存知ですか？甘くて美味しいチョコレート。でもそのカカオ農場につらい現実があります。ガーナへ行った日本の女の子が見たものは…  
皆さんで映画を観て、その後対話の時間をもちます。

■日時：2月14日(金) 10:30~12:00

■会場：room nano

(京都市中京区木屋町二条下上樵木町500番地木屋町のほりビル4階)

駐車・駐輪スペースはありません。近隣のパーキングをご利用ください。

■参加費：組合員500円 / 子ども300円(小学生~高校生)

組合員以外750円 / 子ども450円

■定員：10名

■託児：なし。お子さまの会場同伴不可。1歳6か月未満のお子さま会場同伴可

※お子様が泣かれたりした場合のご配慮をお願いしております。

■申込み締切：2/7(金) 17時

### おこしやす交流カフェ♪~組合員活動発表~♪

活動組合員の皆さんと1年間活動してきた報告会を行います。組合員活動ってどんな風に企画しているの？誰でも出来るの？何が出来るの？なんてことに興味ある方、是非聞きに来て下さい。今回のお楽しみ企画は冬のパン祭り♡コープブレッドファーム・西尾さんによる自然派styleのパンが出来るまでのお話&新商品の試食も有りますので、是非おこしやす(^\_^)

■日時：2月26日(水) 10:00~12:00

■場所：経済センター 6階 6-F

■参加費：組合員100円 子ども50円

■定員：15名

■託児：あり。(1歳半~未就学児)

定員5名 500円/人 託児申込切日：2/19(水)

一歳6か月未満のお子さま会場同伴可

■持ち物：筆記用具、マイドリンク ■申込み締切日：2/19(水) 17:00

(京都市下京区四条通室町東入函谷鉾町78番地)  
京都市営地下鉄烏丸線「四条駅」北改札出てすぐ  
阪急電車京都線「烏丸駅」26番出口直結  
京都市営バス「四条烏丸」徒歩すぐ

### 五感が研ぎ澄まされるヒーリングの世界 クリスタルボウルコンサート

クリスタルボウルとは、その名の通りの「水晶」で出来た楽器でケイ素が含まれています。私たち人間の体もケイ素が含まれており、クリスタルボウルを鳴らすことでお互い共鳴し、身体によいと言われてます。

50分ほどのコンサートなので健康の効果をすぐに期待するのは難しいですが、癒しの効果は十分に感じていただけることでしょう。コンサートの後はクリスタルボウルの知識を深めたりみなさんと交流できたらと思います。

■日時：2月16日(日) 10:00~12:00

■会場：京田辺市立北部住民センター 和室

(京田辺市大住木下シ1-1) 最寄り駅：JR大住

■講師：オトノシズク 優羽さん

プロフィール：クリスタルボウル奏者としてはもちろん、最近では京都、大阪を、中心にフラワーアレンジメントとクリスタルボウルのコラボ演奏も行っている。

■参加費：組合員500円 子ども100円

組合員外700円 組合員外子ども150円

■定員：15名 ※先着順

■託児：なし。お子さまの会場同伴可

■持ち物：ブランケット(なくても可) ■申込み締切：2/7(金) 17時

春の  
総代学習会

### 坂田昌子さん講演会 「食と生物多様性のお話」

人間が食べる為だけではなく、生き物の生息場所として機能している田んぼや畑、海や川での取り組みは、豊かな生物多様性を育むうえでとても大切な場所になっています。生き物との共生を考えた農業、漁業のあり方をお話いただきます。また摘み草、山菜、きのこ、木の実などを狩猟採集してきた日本の伝統的な食文化の再生についてもお話いただきます。これからの時代、私たちはどんな暮らしを目指すのか、一緒に考える時間になればと思います。

■日時：3月5日(水) 10:00~12:00

■会場：梅小路公園みどりの館 1階イベント室

(下京区観音寺町56-3) 最寄り駅：JR嵯峨野線 梅小路京都西

■講師：坂田昌子さん

プロフィール：一般社団法人コモンフォレストジャパン理事。度十の会代表。

前国連生物多様性の10年市民ネットワーク代表。生物多様性条約や地球サミット

など国際会議にも継続的に参加。

■参加費：総代：参加費無料、交通費支給

組合員：大人500円 子ども200円(中学生、高校生、大学生) 小学生以下無料

組合員外：大人750円 子ども300円(中学生、高校生、大学生) 小学生以下無料

■定員：50名 ■託児：なし。1歳6か月未満のお子さま会場同伴可。

■持ち物：筆記用具など ■申込み締切：2/25(火) 17:00

### イベントのお申し込み方法

<24時間受付> mail:

shizenha\_kyoto@shizenha.co.jp

<月~金8:30~20:00> FAX: 0774-74-8402

フリーダイヤル: 0120-408-300 (携帯・IPフォン: 088-603-0080)

▼お申し込み時①~⑥をお伝えください。

- ①イベントID ③組合員名 ⑤参加人数(大人、子どもなど内訳)
- ②イベントタイトル ④組合員コード(一般の方は一般) ⑥当日連絡のつく連絡先



お申込みフォーム

※Eメールをご利用の場合は件名に「イベント申込み(月/日 イベント名)」と明記して下さい。

※Eメール、FAXの事務局への着信後、申込確認のご連絡(返信)を致します。

2営業日を過ぎても連絡がない場合は組合員サービスセンターへお問い合わせ下さい。

※応募者多数につき抽選となった場合は、平日開催のイベントは落選者のみに、土日開催のイベントは当日連絡のため当選者と落選者の両方に、左記⑥にご連絡します。⑥にメールアドレスを入力された方はshizenha.co.jpを受信できるように設定をお願い致します。

※お申込み後の、キャンセルの場合は必ずご連絡をお願い致します。

※無断欠席の場合は参加費を頂戴致します。予めご理解とご協力をお願い致します。

※先着順のイベントに関して、通信配布2週間目(金)の時点で定員以上のお申込みがあった場合は、配送曜日の公平を期すため抽選にて対応させていただきます。