



コープ自然派しこく機関紙
vol.785 news
カルテット
コープ自然派
2026.1.19 (月) ~ 1.23 (金) 配布

集めて送って国際協力！
書損じハガキ回収キャンペーン

5月
月末まで



飢えに直面する人は世界で7億人を超え、高止まりしています。世界とつながる私たちの食卓も影響を受けています。ハンガー・フリー・ワールドは、書損じハガキなどを集めて換金し、飢餓に直面する人々の自立を支援する活動にあてています。世界中の食卓が笑顔で満たされるよう、みなさまのご協力をお願いします。

◀家庭菜園で育てた野菜や果物が、子どもたちの栄養源になっています

みなさんの支援で
こんなことができました

ハガキ 3枚
養鶏1羽分

ハガキ 50枚
野菜栽培開始
1世帯分

hunger free world

食べる、生きる、明日を育む。

認定NPO法人ハンガー・フリー・ワールドは、飢餓のない世界を創るために活動する民間の国際協力団体です。バングラデシュなど5カ国で活動しています。

封筒が必要な方は組合員サービスセンターまでお問い合わせください

- 未投函 年賀ハガキ
- 使用済み切手
- 未使用切手
- 郵便ハガキ
- 外国紙幣
- 商品券
- ブルーチップ
- 中古音楽 CD・映画
- グリーンスタンプ
- DVD・ゲームソフト
- 未使用テレホンカード
- ダイア・金・銀
- プリペイドカード
- プラチナ製の貴金属品

えひめ
2025
10/12

宮西みんなの食堂さん



長崎発おつま鯨、純国産芋けんぴ

2025年10月12日実施の無料弁当と子どもへの支援品に利用。今回お弁当を利用した方は131名。そのうち子どもは28名。高齢者世帯16世帯、ひとり親家庭6家庭、独居高齢者24名。経済面若しくは健康面で困りの世帯16世帯の方々に、「長崎発おつま鯨」はお弁当のおかずとして、純国産芋けんぴは子どもたちのお菓子セットとして提供されました。

message

費用面からお魚のおかずを入れることはなかなかできないのですが、今回ご提供いただいた「長崎発おつま鯨」は17個あたり450円しないので130食を超えるお弁当の分をまかなえることができました。また調理もとても簡単でした。食べてみると鯨の身をそのまま感じられ、骨もないので高齢者にも子どもたちにも安心して提供できました。芋けんぴは子どもたちのお菓子セットのなかに加えられました。

いつも食材の費用捻出や調理に頭を悩ませていますが、今回おかげさまで栄養のある安心できる食材を使わせていただくことができました。とても感謝しています。ありがとうございます。



組合員の皆さん、
子ども笑顔基金
プロジェクトに
ご協力よろしく
お願いします。

組合員のみなさんの
ご協力によって進められている
子ども笑顔基金
プロジェクト
のご報告

徳島
2025
10/10

クレール子ども食堂さん



3種のチーズパン、ブリオッシュのたまご、メロンパン、無添加フランクドッグ、マフィン、蒸しパン、パン・オ・レ、フォカッチャ、もちもちあんこナン、ゆめちから使用りんごベーク

翌日10/11土曜日に開催される、クレール子ども食堂サックスチャリティコンサートに来てくれる子どもたちに提供する食事の一部としてパンを提供させていただきました。コープ自然派のパンはいつも大人気で、喜んでいただけるとのことです。当日は他には、田んぼでとれた新米のおにぎりをみんなで作ったり、畑でとれたサツマイモのカップケーキにデコレーションしたりと、楽しいイベントを企画しています。

message



いつもご支援くださりほんとうにありがとうございます。スタッフさんも購入して食べてくださっているようで、神戸のと徳島ので味が違いますよね？とコアな質問をいただきました。

コープ自然派しこくの産直セレクト

45号2月1回



産直コーナーの商品は翌週お届けです

★カタログには載っていないコープ自然派しこくオリジナル商品です★
6桁の注文番号をご記入・ご入力ください。ぜひお試しください

愛媛 田中屋

田中屋・純正さしみ醤油
(150ml) 要冷蔵
原材料：国産大豆
国産小麦、原塩、三河みりん
540円(税込)

020978

田中屋・純正濃口醤油
(720ml) 夏は要冷蔵
原材料：愛媛県産小麦、佐賀県産大豆(フクユタカ)、
メキシコ産原塩(天日干し)を木樽で発酵
1,242円(税込)

021005

愛媛 八坂石けん

八坂 粉石けん(1kg)
洗濯用の粉石けんです。
酵素系漂白剤入りで溶けやすく
臭いありません
526円(税込)

020916

八坂 液体石けん(4ℓ)
洗濯用の液体石けんです
3,319円(税込)

020909

台所固形石けん(約280g)
洗浄力抜群です。普通の家庭
なら1ヶ月は充分持ちます
365円(税込)

020992

愛媛 徳田さん

合鴨農法の黒米(150g)
※黒米は玄米なので一晩水に
漬けておくとうまいです
306円(税込) お届けは翌々週になります

020985

愛媛 明芳園

くき茶(100g)
779円(税込)

020930

高知 かおり園

土佐 山茶ほうじ
(100g)
745円(税込)

020411

イベント報告

あんこの山清さんの
おいしい工場見学ツアー第2弾

コープ

開催日 10月28日(火) 参加 大人8名



あんこの山清さんで工場見学ツアー第2弾を開催しました。あんこの製造工場では職人さんたちのお仕事の様子を見学し、作業の内容や機械の役割などについて詳しいお話をお聞きすることができました。「工場見学って楽しいですね」とみなさん興味津々で見学されていました。試食では、浪越さんから製造や生産についてのお話を聞きながら、辛いもの、甘いもの、粉もの、気になる商品などをお腹いっぱいになるまで試食させていただきました。山清さんの商品づくりへのこだわりや熱意が感じられ、「これからも利用したいです」、「もっと周りに知ってもらいたいです」という声が多数聞こえました。来年度も開催予定ですので、山清さんのファンの皆様はご期待ください。

参加者さんの声

- ＊安心安全がよくわかりました。今後も利用させていただきます。
- ＊色々な製品が知れて試してみたい商品が見つかり楽しかったです。
- ＊食べたことがないものを食べられてうれしかった。
- ＊工場内でテキパキ働く職人さん達がとても格好良かったです。大変な過程で出来上がった商品なのだと思います。有難く大事に食べていきたいです。



受付時間 月～金 8:30～20:00

注文専用ダイヤル 組合員サービスセンター

固定電話 フリーダイヤル

0120-408-154

0120-408-300

携帯(無料通話プランなし)

0570-050-154

0570-063-008

携帯・IPフォン(無料通話プランあり)

088-666-3321

088-603-0080

生活協同組合コープ自然派しこく 〒779-0102 徳島県板野郡板野町川端字川敷田11番1



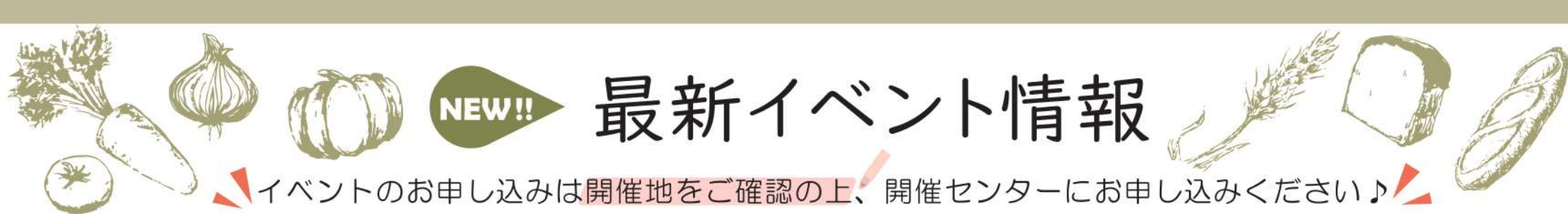
コープ自然派の公式HP・SNSです。
くらしに役立つ情報をタイムリーにお届けします。

<https://www.shikoku.shizenha.net/>

デザイン
労働者協同組合



カルテット 〒791-0244 愛媛県松山市水戸町85
MAIL:quartet.workers@gmail.com



NEW!!

最新イベント情報

イベントのお申し込みは開催地をご確認の上、開催センターにお申し込みください♪

オーリーブ

春休み親子企画
親子でわくわくピザ作り

日時 4月3日(金) 11:00▶13:00

場所 オリーブセンター
高松市前田東町440-1

参加費 1家族: 組合員 1,500円 組合員外 2,250円

主催 東エリア 締切り 3月20日(金) 17:30 定員 7家族

持ち物 エプロン・三角巾・手拭きタオル・水筒



春休みに親子でピザ作りをしてみませんか。お子様との素敵な思い出作りと、食育にも繋がるピザ作りイベント。コープ自然派の冷凍小麦ピザ生地を伸ばして生地を作るので、お子様でも簡単にピザ作りができます。有機ビザソースとよつ葉シュレッドチーズを使った定番のおかず系のピザと、バナナとはちみつを使った甘いおやつ系のピザを作ります。出来上がったピザは、その場ですぐ親子で楽しくいただきます。春休みの思い出作りに、是非ご参加下さい。(一家族2〜3人前の分量になります。)

イベントID 5955

このイベント申し込み専用メール QR▶



オーリーブ

自然派 de 子どもクッキング
— supported by 子ども笑顔基金 —

日時 3月20日(金・祝) 11:00▶12:30

場所 オリーブセンター
高松市前田東町440-1

参加費 こども: 組合員 100円 組合員外 100円

主催 センター企画 締切り 3月6日(金) 17:30 定員 16名

持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル、飲み物



お料理好きな子、大集合！子ども笑顔基金のポイントを利用し、参加費100円(保険料)でクッキングをします。食材セットを利用した、おいしいランチ作りにチャレンジ！自然派の食材をいっぱい使った栄養たっぷりのメニューです。参加できるのは、小学生3年生から中学生の子どもです。保護者の方は、送り迎えをお願いします。

イベントID 5957

このイベント申し込み専用メール QR▶



徳島

竹林整備は自分でできる！
里山再生活動はじめます

日時 2月24日(火) 10:30▶14:30

場所 阿南市長生町 詳細は当確者へメールでお知らせします。

参加費 組合員 300円 組合員外 450円
※外部保険料 各500円

主催 くらす委員会・北西エリア

締切り 2月13日(金) 17:30 定員 10名

持ち物 長靴か地下足袋または運動靴 軍手
竹引きのこぎり(なければ貸します)

講師 林宏通さん

普段は林業を生業としている。有志による里山再生グループさとねっこを立ちあげ、里山再生活動に取り組み、毎月一度は誰もが関われる活動を目指している。

自然派のお米の生産者阿南市の近藤さんの竹林で、竹林の片づけから、生えている竹の切り倒し、枝払いなど竹を活用することを前提に竹林を整備してみます。土地おこしを志すさとねっこのメンバーがサポートします。放置竹林をどうしたらよいかお悩みの方、自分でできることを増やしてみませんか？

イベントID 5961

このイベント申し込み専用メール QR▶



オーリーブ

手仕事カフェ

場所 オリーブセンター2階活動室

高松市前田東町440-1

参加費 組合員 200円 組合員外 300円

※別途材料費 100〜500円

仕事のタネをお持ちでない場合及び草木染め染料代

主催 NPO コープ自然派プラス 持ち物 裁縫道具・仕事のタネ 定員 10名

日時 2月12日(木) 10:00▶12:00

締切り 2月6日(金) 17:30

イベントID 5897

日時 3月12日(木) 10:00▶12:00

締切り 3月6日(金) 17:30

イベントID 5898

このイベント申し込み専用メール 共通QR▶



お忙しい日々の中に、ちょっとひと息。パッチワークや袋ものをつくらたり、編み物や刺し子、ミシン仕事やちくちく手縫い…。おしゃべりしながら手を動かし、心もほぐれるひとときを一緒にしませんか？生協のおすすめ商品や子どもや孫のこと身近な話題を気軽に語り合いながら、ふと心が軽くなったり、新しい気づきがあったりするかもしれません。11月の手仕事カフェでは、着物リメイクのブラウスが出来上がっていました。残った襟を使ってお揃いのストールを作り始めています。あらかじめ申し出ていただければ、草木染めることも出来ます。めだかの学校のように「だ〜れが生徒か先生か」というようなゆる〜い『手仕事カフェ』です。

4県同時

太陽光発電って実際どうなの？
みんなで学ぼうエネルギーのおはなしこうち会場
& online

日時 2月23日(月・祝) 14:00▶16:00

参加費 組合員 300円 組合員外 450円
高校生以下 200円 組合員外 300円

主催 理事会

締切り 2月13日(金) 17:30

太陽光パネルのメリット・デメリットは？仕組みについてなどもわかりやすくお話しいたします。



講師 プロフィール

木村俊雄さん

1964年生まれ。元東電原子力発電所エンジニア。原子炉の設計やプラントの運転管理を担当する。原発の危険性に気づき、2000年に退職。高知県に移住し独立型太陽光発電の設置を生業としている。著書に「原発亡国論」(駒草出版)「みんなの減電生活」(自由国民社)がある。

場所 ちより街テラス

高知市知寄町2丁1番37号

定員 40名 イベントID 5858

こうち申し込み専用メールQR▶



こうち

自宅 online

徳島

定員 40名



イベントID 5856

オーリーブ

定員 40名



イベントID 5863

えひめ

定員 40名



イベントID 5870

こうち

親子で楽しくバレンタイン♡

日時 2月11日(水・祝) 10:00▶13:00

場所 土佐市複合文化施設つな一で

土佐市高岡町乙3451-1

参加費 おとな: 組合員 500円 組合員外 750円

こども: 組合員 300円 組合員外 450円

主催 西エリア 定員 10組 締切り 1月30日(金) 17:30

持ち物 エプロン、三角巾、タオル ※アレルギー等は、申し込みの際にお伝え下さい。

今年のバレンタインは手作りにしてみませんか？チョコレートと米粉を使ってバレンタインにピッタリなグルテンフリーのカワイイお菓子を作ります。出来上がったお菓子は皆さんと一緒に試食します。是非、子どもさんと一緒にご参加下さい。

イベントID 5772

このイベント申し込み専用メール QR▶



まだまだ 参加募集中!!



募集一覧ページはこちら

4県同時 ▶2/5(木) 食育?地産地消? オーガニック給食についてみんなで話してみませんか

自然派 ▶2/17(火) 森を活かし、森と生きる ~これからの林業私たちにできることを一緒に話しましょう♪~

こうち ▶2/18(水) 押し本を語るティータイム

イベント申し込み方法

- ① メールまたはお電話で
- ② イベント名
- ③ イベントID
- ④ 組合員コード/組合員外
- ⑤ お名前(組合員名)・年齢
- ⑥ 複数参加の場合、申込者以外のお名前・年齢
- ⑦ 日中連絡可能な電話番号
- ⑧ 託児希望の方(託児を設けている企画のみ)
※6ヶ月以上のお子様を対象です。
お子様の氏名・年齢(月齢)・性別
組合員300円 組合員外500円/1人



メール申込先は開催センターへ
件名は「イベント申し込み」と入力ください

徳島

katsudou.tokushima01@shizenha.co.jp

オーリーブ

katsudou.olive02@shizenha.co.jp

こうち

katsudou.kouchi03@shizenha.co.jp

えひめ

katsudou.ehime09@shizenha.co.jp



※応募多数の場合は抽選になります。抽選の結果(当選・落選)はお申込みいただいた全ての方へ開催日5日前までにご連絡いたします。
※活動の様子を写真撮影し、ニュース・商品案内カタログなどの掲載に使用させていただきます。
※予定変更・中止となる場合があります。ご了承ください。
※キャンセルの場合はお早めにご連絡ください。託児のみキャンセルの場合も開催の1時間前までにご連絡ください。



組合員サービスセンター
受付時間 月~金 8:30~20:00

フリーダイヤル(固定電話)

0120-408-300

携帯電話(無料通話プランなし)

0570-063-008

携帯電話・IPフォン

088-603-0080

(無料プランあり)