



イベント報告
秋の田んぼの生きものたんけんたい！
こうち

開催日 10月19日(日) 参加 大人10名 ども16名



高知県の山間部、土佐町溜井地区にて開催しました。薄曇りの空の下、講師の谷川徹さんから生きもの採取の方法や、稲刈り体験の注意点等の説明を受けた後、各々鎌や虫取り網を手に取りあぜ道や田んぼに入っていました。採取した生きものは図鑑で調べ、谷川さんと一緒に細かな特徴の違いなどをみる観察会を行いました。

松ヶ丘集会所では、刈り取った稲を足踏み脱穀機や千歯扱ぎで脱穀し、すり鉢と野球ボールを使って“もみすり”をする作業を体験しました。お昼には、田主の長野さんたちと羽釜で炊いた新米をコープ自然派のご飯のお供と豚汁でいただきました。最後に谷川さんから採取した生きもの振り返りと、田んぼの食物連鎖とわたしたちの食とのつながりについてお話がありました。

参加者さんの声

- * 生きものから食についてまで学ぶことができ、親子共々楽しかったです。
- * 稲刈りむずかしかったけど楽しかったです。
- * 夏とは違って空を飛ぶ生き物が多くて驚いた。お米おいしかった！



自然派おためし倶楽部カフェ
こうち

開催日 11月5日(水) 参加 大人14名 ども1名



高知市保健福祉センターにて、おためし倶楽部カフェを開催しました。恒例のクリスマスケーキの食べ比べと食材セットの試食を行い、食材セットは野菜ハンバーグと豆乳チャウダー、お米は「ツルをよぶお米」を使用しました。少量のお肉でも食べ応えのあるハンバーグに仕上がりに、チャウダーとの相性もよく好評でした。クリスマスケーキが4種類並ぶ様子はおためし倶楽部ならではの光景で、美味しく食べながら来年に繋がる感想を沢山いただきました。

参加者さんの声

- * 初めての参加でしたが、皆さんと情報交換しながら、調理と試食ができてとても楽しかったです。
- * 食材セットの手軽さがよく分かりました。ケーキ選びの参考にしたいと思います。
- * 注文したことがなかった商品を試せるのが嬉しいです。



生産者さんへのお手紙プロジェクト 2026

生産者さんに
手紙を書こう

手紙はすべて
生産者さんに
お届けします

応募期間
1/26(月)~3/15(日)

食べる人と作る人の、心がつながるコープ自然派の産直。お気に入り商品の生産者さんに手紙を書きませんか？商品の好きなお知らせや生産者さんへのメッセージなど、「ありがとう」の気持ちを届けましょう。生産者さんは届いた手紙を読んだり壁に貼りだしたりと、楽しみに待っています。



お手紙受付中！
詳しくはこちら

大切なお知らせ

配送の遅延や急なお知らせは、メールやSMSでお届けいたします。

0005408300

からの発信は、コープ自然派しこくが正式にお送りするSMSです。安心してご確認ください。

なお、ご不明な点がございましたら、下記窓口までお問い合わせください。
組合員サービスセンター フリーダイヤル 0120-408-300

訂正とお詫び

カルテット vol.787 に掲載しました「連載企画① オリーブセンター」の記事につきまして、本来は徳島センターの内容であるところ、誤ってオリーブセンターとして掲載しておりました。誤りがありましたこと、お詫び申し上げます。本号では、改めてオリーブセンターの報告を掲載いたします。



連載企画②
オリーブセンター

イベント報告

4県同時開催

ぽむぽむりポート
～津軽でりんごの樹を植えてみた～

2025年12月4日、4県同時開催で行った「ぽむぽむりポート～津軽でりんごの樹を植えてみた～」の報告会の様子を、お届けします。今回はオリーブセンターの報告です。



参加 大人12名

Zoomで津軽産直組合の斉藤さんと4センターを繋いで、お話をうかがいました。



「自分が食べたい物を売る」という信念をお話されました。熊やかめむし、鳥の被害に対しても、果たして彼らは悪なのだろうか。被害者は果たしてどちらなのだろうか。生産者として苦勞されながらも、自然との共存を考えている想い、次世代へ渡すための後継者についてのお考えなど、直接でないといけない内容を伺える貴重な時間でした。顔の見える関係をもちたい。そこに安心・安全があるということも、その通りだと感じます。

りんごの試食では4種類の食べ比べをしました。好みのりんごについての話題や、ネオニコの話、学校給食の話題まで広がり、実のある時間となりました。

参加者さんの声

- * 海外へ国産りんごを輸出し安く安全性不透明な海外産りんごを輸入している矛盾の話が印象に残った。
- * 「おいしい！」だけでなく背景や農家さんの想いを知る事が大切で、私達にできる事だと感じた。
- * 農家さんの将来に夢を持てる農業対策になる様、食べて応援したいと感じた。



そのせ日記

今年も穏やかなお正月を迎えることができました。年明けは皆さんでかるたをしたり、福笑いを楽しみました。福笑いは、目隠しをすると皆さん一気に真剣な表情になり、完成した顔を見ては大笑い。その様子に周りもつられて笑顔になりました。上手にできても、少しズレていても、それぞれが味わい深く、場の空気が一層和やかにになりました。晴れ間ののぞく日に、護国神社へ初詣にも出かけました。冷たい空気の中、手を合わせて一年の健康と幸せを願い、それぞれのペースでゆっくりと参拝しました。

見学・1日体験も受付中！詳しくは右下のQRから

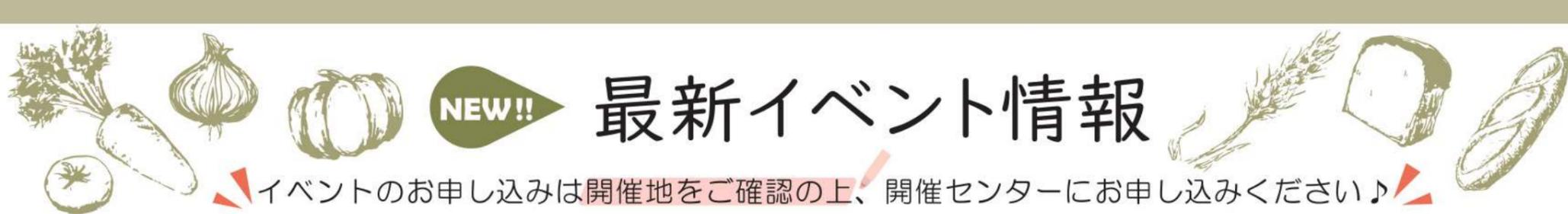
福祉ステーション
グループホーム・デイサービス
徳島県徳島市八万町下長谷259-1
TEL (088) 667-1336 担当(島田・田中)
そのせメールアドレス: sonose@shizenha.co.jp

デイサービス
利用者募集中



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 Quartet 〒791-0244 愛媛県松山市水泥町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♪

こうち

自然派♡運動会

日時 4月2日(木) 13:00▶15:00

場所 土佐市立市民体育館
土佐市高岡町甲2165番地1

参加費 小学生以上: 組合員 400円 組合員外 600円
未就学児: 200円

主催 センター企画 定員 60名

締切り 3月20日(金) 17:30

持ち物 動きやすい服装、室内履き、飲み物

昨年の様子



楽しみにして下さっていた皆さま、おまたせしました!
今回は春休みに開催です。自然派商品を景品に小さいお子さんも参加できる競技や玉投げ、パン食い競争、リレーなどを行います。
楽しく身体を動かして交流しましょう。
当日は動きやすい装いでお越しください。

イベントID 6030

このイベント申し込み専用メール QR▶



えひめ

メディアリテラシー学習会

～SNS時代にメディアや情報と上手につきあっていくには～

日時 3月12日(木) 10:00▶12:00

場所 えひめセンター 活動室
松山市水産町85

参加費 組合員 300円 組合員外 450円
※おやつ付き

主催 くらす委員会

定員 10名

締切り 3月2日(月) 17:30

持ち物 お持ちの方は参考書籍

ソーシャルメディアの活用によって個人の思想だけでなく、政治や生活が大きく揺さぶられる出来事が顕著になってきました。メディアや情報と上手につきあって自分の人生に活かせる人になる「メディアリテラシー」の身につけ方について参考書籍を題材に考えてみましょう。
書籍:「SNS時代のメディアリテラシー」(山脇岳志)

講師 近藤優依さん
移動本屋「書肆 六固」店主。子ども向け絵本から、環境・政治・民俗学など幅広い書籍を取り揃えている。



イベントID 6036

このイベント申し込み専用メール QR▶



コープ自然派しこく組合員のみなさまへ

カーライフを応援する、頼れる補償

マイカー共済

自動車総合補償共済

こくみん共済 NEWS

7725A013

生協(コープ・COOP)組合員の方!
自動車補償を見直しませんか?

団体割引12.5%で
家計を応援します!

他にも、みなさまにピッタリの割引制度をご紹介します!

優良ドライバーの旦那様は無事故が続けば
最大22等級・65%割引となります!

親子で運転するなら
子供特約を付けて掛金を抑えましょう!

家計も安心ね! すぐに見積もりしなかつちゃ!

舞川家 私たちにピッタリな割引!?



おお! あい! ありがとう!

早くドライブに行きたいな!

安心

安心

※記載の団体割引率は、当該団体に対する割引率です。(車種や補償内容により契約単々の割引率は異なります)。また、適用される割引率は、毎年11月末時点の実績(契約件数・損害率)で決まるため、変動することがあります。団体割引は、多くの組合員の利用と安全運転に支えられています。

資料請求・お見積もりについては

お電話の場合

0120-6031-60

受付時間

月～土(祝日営業) 9:00～18:00/日曜・年末年始休み
※電話のかけ間違いにご注意ください。

ご加入生協、生協組合員番号、氏名の情報が必要になりますので、これらの情報が確認できる書類をお手元にご用意ください。

まずはここからアクセス

Webの場合



車検証や
保険証券の画像を
アップロードするだけ

本チラシは効力開始日が2025年3月1日以降の商品内容をご説明したものととなります。(継続契約を除く)

本チラシは「生協(コープ・COOP)組合員」向けのものです。

●ご加入時や生協異動時には、生協、生協組合員番号、氏名など組合員資格を証明する書類が必要になります。

●組合員以外の方が契約される場合は、団体割引を適用できません。また、組合員資格を満たさなくなった場合は、団体割引が適用されなくなり、掛金が変更になります。

●こくみん共済coopの共済ショップで手続きを希望する場合は、本チラシを持参いただくか、組合員であることをお申し出いただき、生協、生協組合員番号、氏名の情報をご確認できる書類をお持ちください。

「こくみん共済coop」は営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、相互扶助の精神にもとづき、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしに貢献することを目的としています。この趣旨に賛同いただき、出資金を払い込んで居住地または勤務地の共済生協の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。



たすけあいの輪をむすぶ
こくみん共済
徳島推進本部
(徳島県共済生活協同組合)

取扱団体/日本コープ共済生活協同組合連合会(コープ共済連) 契約引受団体/全国労働者共済生活協同組合連合会(こくみん共済coop)

まだまだ

参加募集中!!

募集一覧ページはこちら▶



オリーブ ▶ 3/12(木)「手仕事カフェ3月」

オリーブ ▶ 3/20(金・祝)「自然派 de 子どもクッキング
— supported by 子ども笑顔基金 —」

オリーブ ▶ 4/3(金)「春休み親子企画 親子でわくわくピザ作り」

コープ自然派しこくの産直セレクト

49号3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) 台所固形石けん(約280g)

洗濯用の液体石けんです

3,319円(税込)

020909

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
漬けておくとうま味いけます

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

イベント申し込み方法

- ① イベント名
- ② イベントID
- ③ 組合員コード/組合員外
- ④ お名前(組合員名)・年齢
- ⑤ 複数参加の場合、申込者以外のお名前・年齢
- ⑥ 日中連絡可能な電話番号
- ⑦ 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)