

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

http://okayama.coop/

平和とよりよい暮らしのために

おかやまコープ

〒700-0026

岡山市北区奉還町1丁目7番7号
 機関運営・広報室

本紙は、毎週、おかやまコープの組合員さんに、一部ずつお配りしております

CO-OP 宅配からのお知らせ

生活スタイルに合わせて選べる3つのコース!

たべてん便

便利でうれしい、おいしいをお届けします。

お申し込みは1週間単位(5日間・月～金)

配達料はかかりません。

まずは1週間の「おためし」で

ご利用ください。

人気 No.1
 Tabeten-Bin

おかずコース 塩分3～4g
 約400キロカロリー

1人様分
 1日1食

561円

2人様分
 1日1食

520円

(税込価格605円)

(税込価格561円)

御弁当コース 塩分3g以下
 約500キロカロリー

1人様分
 1日1食

533円

2人様分
 1日1食

492円

(税込価格575円)

(税込価格531円)

なごみおかずコース 塩分4g以下
 約500キロカロリー

1人様分
 1日1食

638円

2人様分
 1日1食

597円

(税込価格689円)

(税込価格644円)

こんな方に
 喜ばれて
 います

- 高齢の方で毎日のお食事にお困りの方。
- お仕事をされてお忙しい方
- 普段のお食事で栄養バランスが気になる方。

※写真はおかずコースの一例です。

★18:00ごろまでにお届けします。お届け時間の指定はできません。★お留守の場合は、専用の「留守用ボックス」に入れてお届けします。

〈販売エリアのご質問や商品のお問い合わせは〉たべてん便受注センター

☎0120-014-899 (月～金曜 9:00～17:00) E-mail: tabetenbin@okayama.coop

生協の夏ギフト

おすすめ商品が最大30%OFFになる早期割引期間中!!

おすすめ
 早割

「早割」は、来週までで受付締切です!!
 お早目にご注文ください。

早割締切日

班配・個配……7月7日(金)

店舗……7月9日(日)

カタログ掲載全品

配送料・クール代込み

「お中元」のしに他に
 「御供」や「御祝」
 などのしもお付け
 できます。

保存版カタログ
 無料配布中

カタログは配送担当者または
 サービスカウンターまでお申し付けください。
 ※夏ギフト専用の注文書でご注文ください。

CO-OP お店からのお知らせ

7/1(土)も冷凍食品4割引!

7/2(日)はポイント5倍/冷凍食品4割引!

※カタログギフト「生協の夏ギフト」、店内ギフト、うなぎの予約もポイント5倍の対象です。

7/25(火)は
 土用の丑の日

こだわりの国産うなぎ
 ご予約承り中

ご予約特典
 1尾につき
 50ポイント
 プレゼント!

おかやまコープ 店内ギフト 昨年のベスト3

- | | | | |
|----|----|---------------------|--|
| 食品 | 1位 | 石丸製麺 半生讃岐うどん T-30 | 7/16(日)まで
本体価格
2,500円以上
お買い上げで
全国送料無料!
(但し、クール便の場合
クール代金は実費いただきます) |
| | 2位 | カネス 揖保の糸ギフト T-30 | |
| | 3位 | かも川手延べそうめん KS-30 | |
| 菓子 | 1位 | 井村屋 水ようかん C-10 | |
| | 2位 | 森白製菓 微風のように | |
| | 3位 | ちばりチボン もえぎ野とあじし野 紫苑 | |

チラシのお知らせ
 7/1(土)～7/3(月)「得得の市」「アジア料理でスタミナ満点」
 7/4(火)～7/6(木)「涼味」

かしこく暮らす 処方せん保障の 個人相談会

わが家にあった
 保障に、見直し
 してませんか?

相談無料

要予約

相談の時間 一人あたり50分

お申し込み 相談日の1週間前
 までにご予約ください。(受付は
 先着順です)

おかやまコープ 共済グループLPA(ライフプランアドバイザー)の会事務局

☎086-256-2522(月～金曜 9:00～17:00) [CO-OP共済ニュース]

会場	日程	
オルガ	7/19(水)	8/16(水)
コープ大野辻	7/8(土)	7/27(木)
コープ西大寺	7/24(月)	8/5(土)
コープ北畝	7/8(土)	7/25(火)
コープ東川原	7/21(金)	8/18(金)
コープ福富	7/12(水)	7/15(土)
コープ大福	7/14(金)	7/22(土)
コープ総社東	7/13(木)	7/15(土)
コープ倉敷北	7/8(土)	7/18(火)
コープ鴨方	7/13(木)	7/15(土)
コープ林田	7/8(土)	7/10(月)
コープ山陽	7/12(水)	8/5(土)
真庭センター	7/10(月)	8/21(月)
井原センター	7/25(火)	8/22(火)
新見センター	7/11(火)	8/8(火)

妊婦さんや0歳、1歳、2歳のお子さんをお持ちの組合員さんへ

子育てくらぶ
「にこにこ」 会員募集中!
 入会金&年会費ともに無料

1万人を
 超えています♪

小さな子どもを育てる毎日を
 もっと楽しくしたい、心強い味方になりたい、
 という気持ちから誕生した
 “子育てくらぶ「にこにこ」”。
 ご登録はお済みですか。

♥こんないいこと
 あります♪

お誕生プレゼントを
 お届け!

情報紙を
 年4回発行!

仲間とつながる
 会員交流サイト!

「にこにこ」会員の声♪を
 紹介します

誕生日祝いのお菓子を受け取りました。ありがとうございます。
 何か頼んだっけ…?と開けたらお菓子がたくさんで、ビックリ&
 嬉しかったです! (しみじみしみさんより)

お申し込みは、配送担当者または
 店舗サービスカウンターへ。

お申し込み、
 お待ちしています♪

PC・スマホから、
 みてみてね!

おかやまコープにこにこ 検索

産直 コープおかやま若鶏

食料自給率UP!!
飼料用米
20%
配合
年間配合量
約1950トン
予定

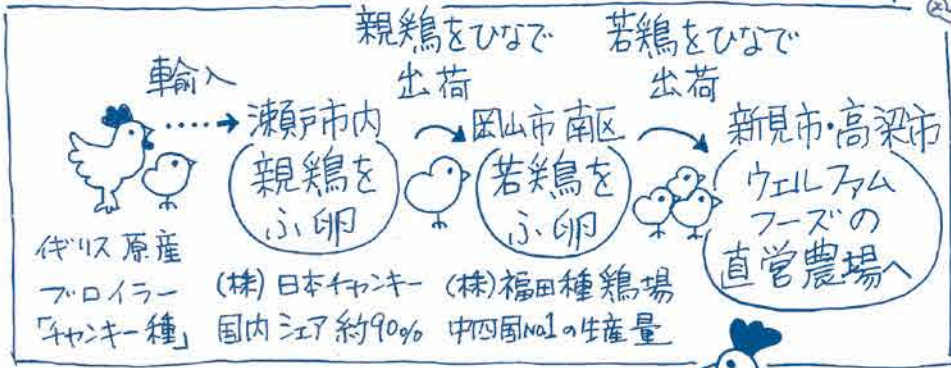
おかやま生まれ・おかやま育ち、安全で安心な「産直商品」です。

POINT I 地産地消 産直3原則①生産者と生産地が明確
自慢の若鶏です!

POINT II 飼料が明らか 安全・安心
産直3原則②飼料・肥育方法が明確

新見市・高梁市の18カ所の直営農場で肥育。農場と加工場が近く、エサの調達・肥育から加工出荷まで「(株)ウェルカムフーズ」が一貫管理で行っています。

親鶏のふり卵から
産・出荷まで
県内でできるのは
岡山だけ!



- 西配合飼料のポイントは…
1. 木酢酸炭素末吸着飼料(粉にした木炭に木酢を染み込ませたもの)
 - ・腸内環境が良好で健康
 - ・肉特有の臭いを抑える効果
 2. ビタミンE
 - ・抗酸化作用・魚肝油維持、ヘルシーなチキン
 3. 飼料用米(20%配合)
 - ・食料自給率の向上

産直3原則③組合員と生産者が交流できる

POINT III 顔が見える声が聞ける
産地とつながる

おいしいきれいな
空気で大切に育てた鶏
衛生管理に重点をおき
仕事に取り組んでいます。

鶏肉のおいしい選び方 部位の特徴

- ・むね肉… 脂肪が少なく低カロリー。高タンパク。淡白な味なので、唐揚げやフライに向いています。
- ・ささみ… 最も脂肪が少なく、カロリーが低い。やわらか食感で、酒蒸しやサラダに向いています。
- ・手羽… セラミン質や脂肪が多く、中でも手羽元は肉付きがよいのが特徴です。
- ・もも肉… ほどよい脂肪があるので、固くなりにくく、うま味が強いのが特徴。人気の部位です。

POINT 4 むね肉をやわらかく調理する

- ・とりむね肉(1枚ぐらい)
 - ・塩(ひとつまみ)
 - ・水(大スプーン1)
 - ・肉は竹串で穴をあける。
 - ・袋に塩・水を入れて、しっかりもみ、10分位おく。
- さまざまな料理に使えます。(塩分ひかえめに調理してね!)
- 〔とりハム、天ぷら、蒸し煮など〕

再掲 聞いてみよう 「食品ロスの活用について」 7月5日(水)10時～12時 コープ総社東2階
参加費…無料 託見…あり(1,100円) 締切6/30(金) 詳しくは6月3週のワークリコップをご覧ください。

このページに関してのお問い合わせは エリア事務局 TEL (086) 256-2677 FAX (086) 256-2585

CO-OP さっぱり、まるやか梅酢仕立ての人気の酢だこ

商品ものがたり vol.132



CO-OP 梅酢たこ

20年以上変わらない味が人気の「梅酢たこ」。真だこを使い、蒸し製法でたこ本来のおいしさを引き出しました。さっぱりまるやかな梅酢仕立てで、子どもさんや酸っぱさが苦手な方にもおすすめです。

おすすめポイント

- モロッコ、モーリタニア、スペイン産の身質がやわらかく食べやすい真だこを使用。樽でじっくり塩もみをして身を締め、スチーム加熱。ポイルではなく「蒸し製法」なので、真だこ本来のうま味やシコシコとした食感を損ないません。
- 調味液のベースとなる梅酢は、醸造酢に梅エキスを加えることで酸味をやわらげ、梅の風味と香りを生かしています。さらに、隠し味にりんご果汁を加えて醸造酢のコクを引き出し、酸味がツンとこない、上品な味わいに仕上げられています。

組合員さんのおすすめの声

きゅうりを混ぜるだけでおいしい一品に!!

さっぱりして美味しいです。酢もそのまま使っています。



和気郡 宇野好江さん 赤磐市 近江幸恵さん