

宅配からのお知らせ

今月第3回は **ポイント2倍!**

8月3回注文書で注文された商品が2倍ポイント対象になります!

ポイントのご利用はこちらに記入

ポイント欄	ポイントご利用の際は、「今回ご利用ポイント」欄にポイント数(100ポイント単位)をご記入ください。
ご利用可能ポイント	今回ご利用ポイント
7687ポイント	2200

この機会にポイントがたくさんためてね!

注文書表面

貯まったポイントの使い方を掲載していますので、詳しくは今週配布の別チラシをご覧ください。

! 本当は危険なドライアイス

ペットボトルにドライアイスを入れて放置していたところ破裂し、子どもさんが手を7針も縫う大怪我を負ったというニュースがありました。ドライアイスは便利なものですが、取り扱いを間違えると大変な事故につながります。ドライアイスの取り扱いには十分ご注意ください。



①素手でさわらない



ドライアイスは-79℃の超低温です。素手でさわるとやけど(凍傷)します。

②ビンやペットボトルなどの密封容器に入れない

ドライアイスは二酸化炭素を超低温で固めたものです。放置すると気体となって膨張し、ビンやペットボトルなら簡単に破裂します。破片やフタが目にあたると失明の危険も!



③車内では換気に注意する

ドライアイスは気化すると二酸化炭素になります。閉めきった空間で二酸化炭素が増えると酸欠を起こす危険が! 購入した商品の保冷用などで車の中に持ち込む場合は、窓を開けるなど換気に心がけてください。

お店からのお知らせ

お盆の営業時間のお知らせ

8/12(土)~8/14(月)の3日間は全店 あさ9時より営業いたします

8/6(日)はポイント5倍! 冷凍食品4割引!

お盆のごちそうや手土産等、ぜひコープのお店をご利用ください。

8/12(土)・8/13(日)は連続ポイント5倍!

2日連続

チラシのお知らせ

8/4(金)~8/7(月)	「夏休みのごちそう」
8/8(火)~8/10(木)	「涼味」「お盆準備」

(公財)おかやま環境ネットワーク・市民のための環境講座

『大野川・水質調査』のご案内

自然豊かな御津大野川流域は、自然の宝庫です。自然と触れ合うことを通し、自然環境の大切さを実感しましょう。

日時 **9月10日(日) 9:00~13:00**

内容 大野川の水質調査と家庭排水浄化炭の交換作業 (水のパックテストと、網袋に粉炭を詰め汚れを吸収した古い炭袋を回収し、畑に打ち込み堆肥化する体験です)

会場 大野公会堂前(岡山市北区御津虎倉大野) ※汚れてもよい服装でお越しください。

講師 大野川いい川づくり代表・河太勝子氏

定員 30名 ※定員を超過し参加いただけない場合のみ連絡します。中学生以下は保護者同伴。

受講料 無料 ※昼食:事前に申し込みれば煮込みご飯(1人500円)を用意します。

申込 「9/10講座参加希望」とご記入の上、郵送、FAX、Eメールのいずれかで、①氏名 ②年齢 ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 ⑥携帯電話番号 ⑦煮込みご飯(必要か不要、必要の場合個数も)をご連絡ください。

●お申し込み/公益財団法人おかやま環境ネットワーク
 〒700-0026 岡山市北区奉還町1-7-7(オルガ6階)
 Fax:086-256-2565 E-mail:kankyounet@okayama.coop

10月はAMDA募金月間!

~おもいやり地球市民のパスポート~

AMDAとの協定締結10周年を迎えます。

10月23日(月)「10周年のつどい」を開催

「岡山にはAMDAというすばらしい組織がある。岡山からの国際貢献をおかやまコープで応援してほしい」という組合員の声をきっかけに、2007年10月に岡山市に本部を置くAMDAと協定を結びました。

10年間に組合員さんから寄せられた募金は…

募金額	4,180万504円 (~2016年3月末)
緊急支援への拠出	2,555万円 (国内・海外へ54回)

※その他、開発途上国での社会開発事業、AMDAとの共催事業などに使用。

AMDAの活動を知り、私たちにできる国際協力を広げていきましょう。

AMDA 救える命があればどこへでも

1984年、岡山市に設立された国際医療ボランティア団体で、災害や紛争が発生した時、医療・保健を中心とした緊急支援・復興支援をしています。「困ったときはお互いさま」という相互扶助の精神に基づいて活動しています。

海外への緊急医療支援

東日本大震災への支援



おすすめ・お気に入り商品教えます!

夏休みのお昼ごはんにおすすめです

冷凍讃岐うどん 5食入り(200g×5)



中学生の娘が自分で
サラダうどんを作って食べるので
すが、他の店のものよりコシが
強く、水洗いするときには切れ
ないのでいいです。

糸社西
コープ委員会

中華丼の具 冷凍・2食入り



味が濃すぎず、
具たくさん!! 電子レンジでも
OKなので、火を使わずにで
きます。ラーメンの上のせたら
あんかけ五目そばのできあが
りです。

エリア
委員会

サーモンたたき丼 冷凍・2食入り(4人份)



ブツ切りのサーモン
がとてもおいしいです。タレの
味もいいので家族にも大好評
です。手巻き寿司のネタにもなり
便利です。

くらしを守る
委員会

暑い日の
炭酸は
最高です!!

ただの炭酸水 500ml



甘すぎずさわやかなのど
ごしです。レモン・グレープフルーツ・
もものフレーバーもあります。ジュース
よりも糖分分量が低いので、カロリー
が気になる方や炭酸ジュースが好き
な子におすすめです

中央コープ委員会

炭酸水を使って クッキング♪

ホットケーキを
つくる時、牛乳
のかわりに
炭酸水を使う
と、ふっくらと
焼きあがります。

耳よりな情報

炭酸水が残ってしまったら...

ペットボトルを逆さまにして、
冷蔵庫で保存するといいですよ。

逆さまに保存しておくことでフタの方が液体部分
で満たされ、気体部分は完全密封のペットボトル
の底の方に位置するようになります。
こうすることでフタの隙間から空気がもれることを
防ぎ、液体中の二酸化炭素が気体になってしまう
量を最小限に抑えることができます。

《予告》「きのこのこと聞いてみよう!」

馬場さんの生いたけの料理提案や試食もあるよ。

8月12日(水) 13:00～15:00 コープ総社東2F
1,100円
15程度
詳しくは8月3週のワークリープをご覧ください。

《再掲》「子どもクッキング教室」

幅広い参加範囲を
めざす委員会

夏休みの思い出にみんなでスイーツを作ろう!!

8月17日(木) 10:00～12:00 コープ総社東調理室
8/4(金) 参加費 300円 詳しくは7月4週のワークリープをご覧ください。

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



どんな料理にも使いやすいバランスのとれたオリーブオイル

商品ものがたり vol.137



CO-OP
エキストラバージン
オリーブオイル

クセが強すぎずフルーティーでバランスの取れた風味
は、どんな料理にも相性良好。揚げ物や炒め物にたっ
ぷりと使ったり、料理の仕上げ時にそのまま生でふりか
けてもおいしく召し上がれます。

おすすめポイント

- 世界で1,000品種以上あるといわれるオリーブの果実の中から、“甘いフルーティの香りが楽しめ、比較的スパイシーさを抑えた風味”のものを採用。バランスのとれた風味は、どんな料理にも使いやすいと好評です。
- スペイン産オリーブの搾りたてのフレッシュな風味をお届けするため、しっかり窒素を充填した容器で空気に触れない状態にして日本へ運んだあと、国内の工場ですべて詰めています。
- 炒め物はもちろん、ドレッシングやマリネなどのお料理におすすめです。



おすすめレシピ

きのこのアヒージョ

アヒージョは、オリーブオイルとんにくで食材を煮込むスペインの代表的な小皿料理。えびやたこなどの魚介でもおいしくできます。

- ★材料(2人分)
お好みのきのこ.....200g
にんにくのみじん切り・大さじ1
赤唐辛子.....1本
塩.....小さじ1
オリーブオイル.....カップ1/2

★作り方
フライパンに材料を入れ、
中火で火が通るまで煮ます。

組合員さんの おすすめの声

普段使いにと
てもいいです。
火の強い料理に
使っています。

加熱してもそ
のままでも美
味いです。



岡山市
伊賀典子さん



総社市
林 なつみさん