

おかやまコフは、西日本豪雨で被災された方に寄り添い、一日も早い復旧・復興に向けて支援を続けてまいります。

宅配からのお知らせ

たべてん便をご利用されませんか？

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(月~金・5日間)
 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。

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** (税込参考価格689円)
 2人様分 1日1食 **597円** (税込参考価格644円)

おかず・御弁当・なごみおかずコースをご利用の方におすすめ!

※月~金5日間毎日ご利用の方のみ。

お味噌汁セット
 野菜がたっぷりの
 フリーズドライの
 お味噌汁

1セット (4種8食) **741円** 常温
 (税込参考価格800円)

毎週月曜日お届け

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

2/10(日)はポイント5倍! 冷凍食品4割引!

おうちで作ろう!! バレンタイン

ザクザクナッツのチョコサラミ

バレンタインにぴったり、ちょっと大人のチョコ。

材料
 (1本分:直径3センチ、長さ15センチ)
 ●ミックスナッツ...50g
 ●ファミリーチョコレート...150g (約27~28個分)
 ●生クリーム...大さじ3
 ●バター...大さじ1
 ●オーツ麦たっぷりフルーツグラノーラ...30g
 ●粉糖...少々

下準備
 ●ミックスナッツは包丁で粗く刻む。
 ●ファミリーチョコレートをボールに入れて湯せんで溶かし、生クリームとバターを加えてよく混ぜる。

作り方
 ①チョコレート液にミックスナッツとオーツ麦たっぷりフルーツグラノーラを加えて混ぜる。
 ②①を冷蔵庫に入れ、粘土状の固さになるまで冷やす。(約10分)
 ③クッキングシートとアルミホイルを30センチ程の長さに切り、クッキングシートを上にして重ねる。
 ④②を③に流し入れ、直径3センチ、長さ15センチ程の筒状になる様に包み、両端をねじって止める。
 ⑤④を冷蔵庫に入れ、一晩冷やす。
 ⑥⑤を包みから外し、粉糖をかけ、好みの厚さに切る。

チラシのお知らせ
 2/8(金)~2/12(火) 「バレンタイン準備」
 2/13(水)~2/14(木) 「今年のバレンタインに!!」

コープピーアンドエスの
 暮らし応援サービスをご利用ください

洋服の青山 スーツのはるやま

ご存知ですか? **割引クーポンご使用後、さらに10%の組合員割引**があります。

青山・はるやま割引クーポンご請求 注文番号 **002546**

- 2月3回または2月4回OCR注文書「4~6ケタ商品注文欄」にご記入ください。(注文書提出期間 2019年2月11日~2月22日)
- お申込みより10日前後で生協ご登録住所に郵送でお届けします。
- 詳しいご利用方法はお届けするクーポン付きチラシをご覧ください。
- 一部組合員割引と併用できないセール等があります。
- お急ぎの場合は、下記まで電話でご請求ください。

コープピーアンドエス ☎086-256-7244 (月~金曜9:00~18:00)

We Support **unicef**

ユニセフお年玉募金にご協力ください

おかやまコフはユニセフを応援しています

世界の子どもたちの命と健康を守るために

世界では、5歳の誕生日を迎える前に、年間540万人の子どもが命を落としています。その原因の多くは、安全な水やワクチンがあれば簡単に防ぐことができるものです。あなたの募金が子どもたちの支援に役立ちます。

募金方法

- 注文用紙で募金**
 募金受付期間 2月2回、3回、4回の注文用紙
 OCR注文書の裏面 注文番号 **1520** 番に「口数」をご記入ください。
- eふれんずで募金**
 注文番号 **1520** と「口数」をご入力ください。
- 店舗で募金**
 店舗に募金箱を設置しています(2月末まで)

例)5口で500円になります。
 注文用紙裏面のこのあたりです!

1520 ユニセフ募金 5

©UNICEF_UN0160503_Soares
 巡回診察で
 発育観測を受ける
 東ティモールの女の子

第40回 ユニセフ ハンドインハンド 募金活動 報告



〈新見会場〉
12月15日(土)
サンパーク新見

テーマ「すべての子どもに5歳の誕生日を」

募金額
49,875円

バルーン配布やチャリティバザー(売上げは全額募金)、ユニセフカフェでユニセフのお知らせもしながら、募金を呼びかけました。

皆さまから寄せられた募金はユニセフ協会へ送り、支援が必要な子どもたちに届けられます。

ご協力ありがとうございました



〈総社会場〉
12月23日(日)
コープ 総社東

まず知ろう スマホやネットトラブルの学習会の報告

10月10日コープ総社東において、講師に消費生活センターの荒木相談員をむかえて、スマホやネットの最新トラブルなどについて学習しました。(参加者21名)

最近の相談事例
その①

インターネット通販トラブル

「頼んだものが届かない。業者と連絡がとれない。」

・通販は、クーリングオフができないので十分考えておこなおう。

・『一般の流通価格よりも大幅に安すぎる』
→ 怪しいと気付こう!

・ネット注文するときは...
会社の電話番号や、住所が当地までしっかり明記されているかを確認しよう!

最近の相談事例
その②

スマホで1回だけ注文のつもりが
定期購入契約だった...

例) 『ダイエット用サプリメント 初回980円!!』
の広告を見て、一回限りの注文のつもりで申込み。...しかし実際は、2回目以降5,000円の5回定期購入契約だった。

・これも通販なので、クーリングオフできない。
・スマホ画面の下までスクロールして契約をしっかりとれよう!

困ったら

一人で悩まずまず相談
岡山県消費生活センター
TEL 086-226-0999

「参加者の感想」

・スマホや通販では、クーリングオフができないことを知らなかった。夫にも、よく伝えたいと思った。
・初心者にも分かりやすかった。オンラインゲームでのトラブルについても知る事ができてよかった。

・スマホは便利だけど怖い。事前にいろんなトラブルと対処法が学べてよかった。

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



宅配部門第2位・店舗部門第3位!

商品ものがたり vol.189



CO-OP
冷凍讃岐うどん

のどごしが良く、コシの感じられるゆでたてのうどんを急速凍結しました。ゆでたての美味しさをそのままお届けします。

いつでも打ちたてのおいしさ

うどんのおいしさは、噛んだ瞬間のもちもち感と、その後が続くコシとコシのある歯ごたえ、なめらかなのどごしで決まります。打ちたて・ゆでたてを急速凍結しているから、強いコシと、なめらかなのどごしのうどんが、ご家庭でいつでも手軽に召し上がれます。

レンジで簡単調理

内袋のまま電子レンジで調理できるので簡単・便利! すぐにおいしいうどんのできあがり。手軽で簡単、アレンジメニューもいろいろ楽しめます。

釜玉うどん

①器に卵を割り入れ、かるくかき混ぜます。
②ゆでたうどんを①の器に入れ、うどんと卵をすばやくかき混ぜます。
③卵が半熟状態になりましたら、だし醤油と薬味をかけてお召し上がりください。

肉うどん

①豚肉または牛肉を、砂糖、しょうゆ、酒、みりんで甘辛く煮ておきます。
②ゆでたうどんをつゆの入った器に入れ、①の肉、かまぼこ、ねぎ、ごまなどをのせてお召し上がりください。

調理例

組合員さんのおすすめの声

食べる度にこのうどん、おいしいなあ〜どこか?と聞かれます(笑)。『冷凍讃岐うどんよ』と私。無言で食べる様子が、おいしくて何も言わずに食べてごめんなさい!と食べ終ってか言います。本当においしいです。

毎度うどんのもちもちさに胸がきゅんとします。おいしい!

岡山市
森美津子さん



苫田郡
小竹美穂さん