



7月 第2週

2025年7月7日発行

本紙はおかやまコープの
組合員さんにお配りしております

おかやまコープ 検索

CO-OP 宅配からのお知らせ

おかやまコープの
夕食宅配 **たべてん便** に

新メニューが登場!!
 週3日間から
利用できます!

安全・安心、栄養バランスの取れた
お弁当を、日替わり献立でお届けします!

管理栄養士
監修のメニュー

ご飯は岡山県産
こしひかりを使用

安心の
アレルギー表示

少量規格のおかずコース



新登場

おかず4品コース

1人様
1日1食
あたり 550円
税込8% 594円 ◆塩分3g以下 ◆約380kcal

人気
No.1



おかず7品コース

1人様
1日1食
あたり 580円
税込8% 626円 ◆塩分3~4g以下 ◆約400kcal

なごみおかずコース

1人様
1日1食
あたり 660円
税込8% 712円 ◆塩分4g以下 ◆約500kcal



御弁当コース

1人様
1日1食
あたり 550円
税込8% 594円 ◆塩分3g以下 ◆約500kcal

お問い合わせ・
お申し込みは

たべてん便受注センター

●受付時間/月~金曜9:00~17:00
〒701-0296 岡山市南区藤田564-178

0120-014-899

FAX:086-296-6481

E-mail: tabetenbin@okayama.coop

配達無料
18時ごろまでにお届け

詳細は
こちら



たべてん便

検索

CO-OP お店からのお知らせ

7/13(日)は

「生協の夏ギフト」「店内ギフト」
「うなぎの予約」も対象!

今ついている価格よりさらにお得な

ポイント5倍! 冷凍食品2割引!

ハッピーナンバーくじ開催!!

商品券最大10,000円分が当たる!

当日のお買物金額2,000円(税込)ごとに1枚配布 ※詳しくは店頭のポップ、またはホームページをご覧ください。

土用のうなぎ
予約受付
7/13(日)まで
お店でご予約いただくと
1点につき
各ポイントプレゼント!

7/13(日)は
コプカ特典
2倍チャージデー!

コープ総社東休業に関するお知らせ

コープ総社東およびコープ総社東に入店しているテナント各店は、2023年8月の火災以降、休業しております。あわせて、会議室などの店舗施設やサービスのご利用も中止しております。
 長期間にわたり皆さまにご不便とご心配をおかけしておりますことを、心よりお詫言申し上げます。
 コープ総社東は、建物解体工事が終了し、各種申請及び建物建設の準備をすすめており、2025年度下期中の営業再開を目指しております。
 新店となるコープ総社東は皆さまのご期待に応えるべく、くらしに欠かせない生鮮食品の品揃えをさらに充実させ、人気のコープ商品や地域産品を積極的に取り入れ、地域に密着したより快適にお買い物を楽しんでいただける店舗を目指します。
 今後の営業再開等の情報は、ホームページや機関誌「くらしとなかま」等でお知らせしてまいります。

かしこく暮らす
処方せん保障の
個人相談

わが家にあった保障に、
見直ししてみませんか?

コープ総社東の個人相談は当面の間、
コープ倉敷北で開催となります。

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)

●会議室でのご相談になります

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

☎086-296-9911(月~金曜 9:00~17:00)

[CO-OP共済ニュース]

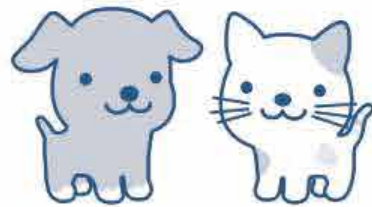
会 場	日 程	
オルガ	8/20(水)	9/17(水)
コープ大野辻	7/24(木)	8/2(土)
コープ西大寺	7/28(月)	8/2(土)
コープ北畝	8/9(土)	8/20(水)
コープ東川原	8/22(金)	9/19(金)
コープ大福	7/26(土)	8/23(土)
コープ総社東	8/16(土)	8/19(火)
コープ倉敷北	8/9(土)	8/19(火)
コープ鴨方	8/14(木)	8/16(土)
コープ林田	7/28(月)	8/10(日)
コープ山陽	8/2(土)	8/6(水)
真庭センター	7/22(火)	8/26(火)
井原センター	7/22(火)	8/26(火)
新見センター	7/22(火)	8/26(火)
津山センター	7/22(火)	8/26(火)

GOOD DESIGN
AWARD 2024

アニコム損保のどうぶつ健保は、
「入って健康になる保険」としてペット保険で初めて
グッドデザイン賞を受賞しました。 ※受賞者調べ

ペットのケガ・病気でかかる診療費の負担を軽減!

**アニコム損保の
ペット保険**



*3
何歳でも
お申込み
可能!!

原則
ご継続は
終身OK!!

*3 引受時の審査によっては、お引受できない場合がございます。

一般契約に比べて保険料が割安です

年払 3%割安*1 月払 約10%割安*2

*1 一括割引適用のため *2 保険料の分割割増がかららないため

7歳11ヶ月まで	8歳以上
ふあみりい どうぶつ健保	しにあ どうぶつ健保
通院 入院 手術	入院 手術



詳しい資料をお送りします!

●生協にご登録いただいているご住所にお届けします。
●お電話でも承ります。以下に記載のフリーダイヤルにお申し出ください。

フリーダイヤル 0120-743-786 受付時間 9:00~17:00(月~金)

7月4日注文書の「4~6ケタ商品注文欄」にご記入ください。

注文番号

002518

数量

1

〈代理店〉保険契約の締結の媒介を行います。
株式会社コープピーアンドエス
〒700-0026 岡山県岡山市北区泰連町1-7-7 オルガ1階
フリーダイヤル 0120-743-786 受付時間/9:00~17:00(月~金)
〈引受保険会社〉アニコム損害保険株式会社
〒160-8352 東京都新宿区西新宿8-17-1 住友不動産新宿グランドタワー 39階

P2412-001046



このチラシは環境にやさしい
植物油インキを使用しています





今年を中心商品



CO-OP おかやま若鶏

飼料自給率^{UP}
飼料用米
20%配合

みなさまに
愛されて
産直提携
10周年

産直3原則

① 地産地消 自慢の若鶏

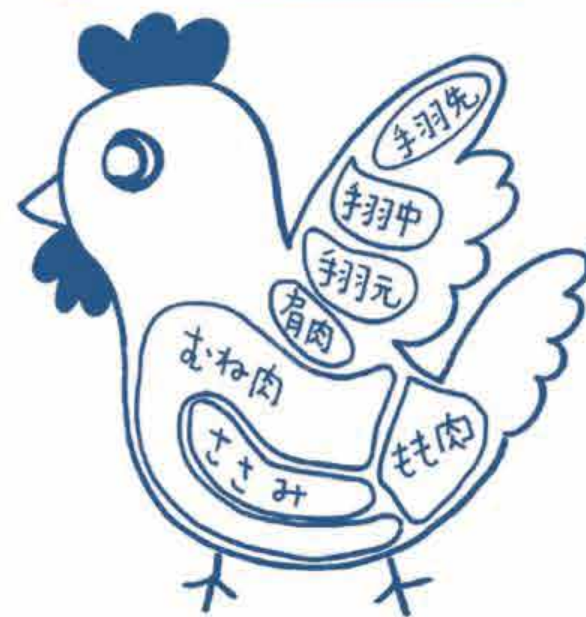
新見市・高梁市の24カ所の直営農場で肥育。新見市で加工された鶏肉。農場と加工場が近く、餌の調達・肥育から加工・出荷まで「(株)ウェルファームフーズ」が一貫管理で行っています。

③ 顔が見える 声が聞ける 産地とつながる

自然豊かな岡山備中高原でブロイラーの肥育を始めて43年。徹底した衛生管理のもとで肥育管理を行っています。



ビ・ホックマの
オススメ
鶏肉部位



むね肉

もも肉と比べると脂肪が少なく、低カロリー・高タンパク。唐揚げやフライ、蒸し鶏に向いてるよ。

肩肉 (別名 手羽トロ・ぶりそど)
希少部位で1羽から50gしかとれない。(むね肉・もも肉は1羽から200g～350gとれる)
焼いても揚げてもOK!
ジューシーで食感が良いヨ!
宅配で探してみね!

おいしく食べるコツ

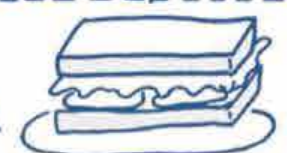


- ・繊維の方向を確かめる
- ・3等分してからひと口大にカット→繊維の方向が同じパツごとに
- ・繊維を断ち切るように斜め切り→よりやわらかい食感に仕上がる
- ・大きさはなるべく均等にカット→焼きムラを少なくすることができる
- ・弱火から中火でじっくりと→表面が乾きにくい

とりむね肉の繊維はこんな流れになってるんだね!!

☆塩こうじを使ったとりハム☆

ポリ袋に観音開きにしたり肉1枚と塩こうじ大さじ2を入れて600wで3分。上下を返して2分加熱して、そのままあとは余熱で火を通す。
とりハムは上に書いてある「コツ」を見て切ってみよう! 生協カ食パンを使ってサンドイッチを作ってみね!
とーってもおいしかったヨ



ポリ袋は耐熱性のあるものを使ってね!



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 (月～金曜9:00～17:00)



C-1グランプリ 2024年度

宅配部門では殿堂入り! 店舗部門第1位! 不動の人気商品。

商品ものがたり



CO・OP淡塩さば

みそ煮にしても
おいしい!

原料の鮮度にこだわり原料はノルウェー沖で、8～11月に漁獲されたものの中から、品質を確認し使用しています。また、加工工程での鮮度管理は「手早さ」と「低温度」にあります。三枚おろしや切身に加工する際にも常に温度管理に注意して作業をしています。

グレーズで乾燥や酸化から守る「淡塩さば」の表面には「グレーズ」と呼ばれる氷の被膜を付けています。これにより、空気との接触を遮断し、脂の酸化と魚の乾燥を防ぎます。

素材が引き立つ「天日塩」海水を太陽熱で蒸発させた「天日塩」を使用しています。塩加減は約0.9%で仕上げていますので、焼物はもちろん、揚げ物・煮物・炒め物などいろいろな料理にご利用いただけます。

腹骨・カマ・ヒレを除去魚の骨取りが苦手な方でも食べやすいように腹骨・カマ・ヒレを取り除きました。(注:「骨取り」ではありませんので小骨は残っています。)