



8月 第1週

2025年8月4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火災共済で お住まいの被害に備えましょう!

CO・OP
火災共済

自然災害
共済
プラスして付けられます!
d90d24055

明日の暮らし、ささえあう

CO・OP共済

詳しくは商品パンフレットなどをご覧ください。

取扱団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

契約引受団体/全国労働者共済生活協同組合連合会

CO・OP火災共済に加入するには出資金をお支払いいただき、お近くの生協および都道府県共済の組合員になることが必要です。

●お問い合わせ 詳しく聞きたい方やお急ぎの方はお電話で

☎ 0120-6031-43

受付時間/月~土曜(祝日営業)/9:00~18:00 年末年始は休み

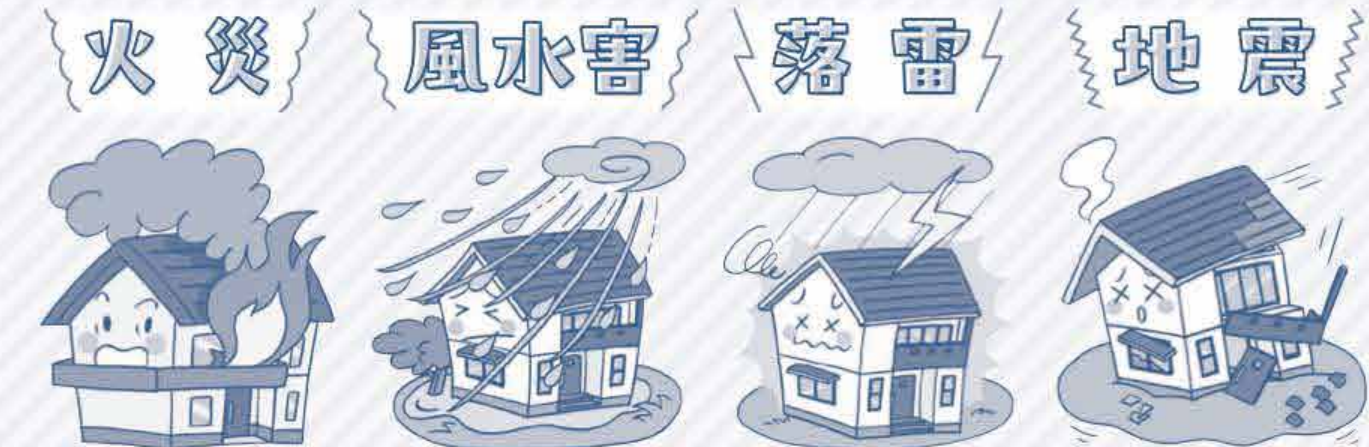
●ご用件番号【1】をご選択ください

お気軽に
WEBで
アクセス!

資料請求
はこちら



掛金試算
はこちら



【CO・OP共済ニュース】

CO・OP
お店からの
お知らせ

8/10(日)は

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!

8/13(水)は
特別ポイント
5倍デー!

8/15(金)はコプカ特典
4倍チャージデー!
コプカ払い分で
さらにポイント5倍!

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。



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、暮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「暮らしとなかま」等でお知らせしてまいります。

調律は経験豊富な調律師がお伺いします!

ピアノ調律
買取り・移動
サービス

お申し込みは
お電話で!

県内全域
対応



提携先:ピアノハウス調律リフレッシュセンター

おかやまコープ組合員調律料金

アップライト
ピアノ

1台 11,000円
(税込12,100円)

グランド
ピアノ

1台 13,000円
(税込14,300円)

組合員特典

調律の際に、ピアノ内部の簡易清掃をさせていただきます。
(ご自宅の掃除機をお借りします。)

※ピアノ発表会やコンサートの調律、また、アクション調整や部品交換などの修理は、別途のお見積りとなります。

お申し込みはお電話で
コープピーアンドエスまで

Tel.086-256-7244 (月~金曜 9:00~18:00)
〒700-0026 岡山市北区幸違町一丁目7-7 オルガ1階

くらしの見直し講演会

今からはじめる

終活
準備

— 家族が困らないために —

日時 10月4日(土)

10:00~12:00 • 開場は9:30

親の終活
私の終活

我が家の終活
これで
大丈夫?

相続の問題を
回避する

相続で困らないために
残して
おきたい情報



講師 明石 久美

先着100名様
無料
ご招待

会場 オルガホール

岡山市北区幸違町一丁目7番7号 オルガビル 地下1階
※駐車場(有料)には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

参加
資格

おかやまコープの
組合員と
そのご家族様
※託児をご用意しておりません。

お申し込みは
こちら
必要事項をご入力の上
お申し込みください。



応募受付期間

8月8日(金)~9月5日(金)

9月26日(金)までに招待状(ハガキ)を郵送いたします。
当日ご持参ください。

お問い合わせ LPA事務局 TEL.086-296-9911

※いただいた個人情報は、生協からの資料の発送やご連絡のみに利用し、その他の目的に利用したり第三者に提供することはありません。

【プロフィール】明石シニアコンサルティング代表 明石行政書士事務所代表。相続・終活コンサルタント、行政書士、CFP®、1級FP技能士、葬祭アドバイザー、消費生活アドバイザー、消費生活相談員など45の資格を持つ。遺言書の作成、家族信託契約書の作成、おひとりさま対策(見守り・財産管理・後見・死後事務)、相続手続きなどの実務を17年行っているため、机上ではなく実務面からの対策や注意点が分かる強みがある。講師歴は19年。親族が葬祭業のため葬儀や墓、遺品整理にも詳しく、「終活が話題になる前からエンディングノートや生前や死後の対策を含めたセミナーや研修を全国で行っており、「わかりやすい」「具体的にできた」「やるのが明確になった」などのアンケートを多く頂いている。また、テレビやラジオ出演、新聞・雑誌等でのコラム執筆や監修も多く行っており、金融機関や葬祭業向けの相続・終活教材のほか、著書として、「障がいのある子が親亡き後に困らないために今できること」(PHP研究所)、「読んで使えるあなたのエンディングノート」(水玉舎)など計17冊ある。

まだまだ

暑い夏!! お手軽レシピで楽しもう!!

みなさん今年もとても暑さが厳しいですが元気にお過ごしですか
季節の野菜をしっかりと食べて暑さに負けず過ごしましょう!!



夏野菜のピラフサラダ

材料(4人分)



- ・CO-OP 朝日米を使ったエビピラフ 2袋
- ・A (・マヨネーズ … 大さじ2
・オリーブオイル … 大さじ1)
- ・パプリカ(黄) … 1/2個
- ・CO-OP 北海道のむき枝豆 100g
- ・トマト … 1個
- ・リーフレタス … 2枚
- ・レモン … 1/4個

- ① 「CO-OP 朝日米を使ったエビピラフ」「CO-OP 北海道のむき枝豆」をレンジで解凍し粗熱を取り、Aと混ぜ合わせる
- ② パプリカは、ヘタと種をとり除いて約2センチ角に切る
トマトは、ヘタをとり一口大の食べやすい大きさに切る
- ③ ①・②をさっと混ぜる
- ④ リーフレタスを食べやすい大きさにちぎって器に盛り③をのせてレモンをそえて完成!!

※ 野菜はお好みでトッピングしてね(とうもろこし・アスパラ・きゅうりなど)

CO-OP植物性ゼリーの素コープアガーを使って!!

さっぱり しゅわ しゅわ レモンゼリー

材料(プリンカップ3個分)



- ・CO-OP 瀬戸内レモネード 3袋
- ・コープアガー … 2袋(16g) ・水 … 200cc
- ・ただの炭酸水 … 200cc ・お好みのフルーツ (キウイ・グレープフルーツなど)

- ① CO-OP 瀬戸内レモネード・コープアガーをよく混ぜる
- ② フルーツは、食べやすい大きさに切ってカップに入れておく
- ③ 鍋に水を入れ①の粉をダマにならないように入れ強火で温める炭酸水も入れて混ぜる
- ④ 沸騰したら 1~2分よく煮溶かし火をとめる
- ⑤ フルーツの入ったカップに流し入れ冷やし固める

あまくな〜いカボチャプリン

材料(プリンカップ4個分)



- ・CO-OP 日本のかぼちゃスープ … 1袋
- ・コープアガー … 1袋(8g)
- ・牛乳 … 250ml

国産素材
全国の農業を応援しています

- ① 日本のかぼちゃスープに牛乳 250ml を加え温める
- ② 牛乳が沸騰する前にいったん火を止めてアガーを入れて完全に溶かし再度火をつけ 1~2分かき混ぜながら弱火で加熱する
- ③ カップに流し入れ冷やし固める

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)



国産大豆「フクユタカ」を100%使用した風味豊かな“とうふ”です!

オトクな利用登録をおすすめします!

商品ものがたり



CO-OP(国産素材)
国産フクユタカ100%
木綿とうふ350g
しっかりした食感と食べやすい
固さに仕上げました。

CO-OP(国産素材)
国産フクユタカ100%
絹とうふ350g
なめらかな食感と食べやすい
固さに仕上げました。



商品特長

- 原料の大豆は、福岡県や岐阜県を中心にした国産のフクユタカを100%使用。良質な植物性たんぱく質を多く含むフクユタカは、豆腐用の品種として定評があり、他品種と比べてもハリとツヤのよさが際立っています。
- 凝固剤には乳化にがりを使用し、消泡剤は使用していません。

木綿・絹の違い

木綿

豆乳ににがり(凝固剤)を加え、一度固めたものを手作業で崩してから、木綿模様のシートを被せ、圧力をかけて水分を除き、押し固めたものです。崩しの回数によって、豆腐の固さが変わります。

絹

豆乳ににがり(凝固剤)を加え、そのまま型箱で固めて作ったものです。崩し→プレス工程を経ていないため、なめらかでつるつとした食感になります。