



3月 第2週

2026年3月9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共済ニュース]

100周年 CO-OP  
**プレゼント もりだくさん**  
**共済**  
**キャンペーン**

対象商品  
 《たすけあい》  
 《あいぶらす》  
 《ずっとあい》

すでに生協に加入されている方がCO-OP共済に店舗または宅配で新規加入1件につき

**選べるプレゼント!**

または  
**A コアノロールセット**  
 ●コアノロール(6ロール)  
 ●コーすけボックスティッシュ(3個組)

または  
**B キッチンセット**  
 ●キッチンタオル●ハンドソープ●アルミホイール  
 ●コーすけボックスティッシュ(3個組)

または  
**C 子育て応援セット**  
 ●赤ちゃんのおしりふき(80枚入×3パック)  
 ●あんかけ豆腐の素●顆粒片栗粉

キャンペーン期間  
**2月21日(土)~5月20日(水)まで**

※こちらの特典は、コープの店舗または宅配でご加入を受付した場合のみの特典です。インターネットでの申し込みは対象外です。※プレゼントは予告なく変更する場合があります。ご了承ください。※写真はイメージです。

CO-OP 共済

お問い合わせは



0120-50-9431

●コープ共済センター

受付時間: 月~土曜(祝日含む) 9:00~18:00 年末年始休業

契約引受団体/日本コープ共済生活協同組合連合会

K-88756-2602

(たすけあい)はご加入の生協によっては、その生協の加盟する連合会との共同引受になります)

<CO-OP共済に加入するには>出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。CO-OP共済は個人情報を大切に、個人情報保護法を守ります。

3/15(日)は 合計10倍!

**ポイント5倍!** コプカ払い分で  
さらにポイント5倍!

**コプカ特典2倍チャージデー!**

今ついている価格よりさらにお得な **冷凍食品2割引!**

**コープ総社東 建設状況に関するお知らせ**

2023年8月の火災以降、コープ総社東の営業休止により、組合員の皆様には長期間にわたり多大なご不便とご心配をおかけしておりますことを、深くお詫び申し上げます。  
 コープ総社東は、1月13日(火)より基礎工事および鉄骨の組み立てを開始し、建物本体の工事は、計画通り順調に進行しております。  
 しかしながら、2026年4月の省エネ法改正に伴い、店舗営業に不可欠な受変電設備の手配が極めて困難な状況となり、3月末の新規オープンを断念せざるを得ない状況となりました。オープンをお待ちにしていた皆様、今日まであたたかく見守っていただいている皆様に心よりお詫び申し上げます。  
 新たなオープン予定日については、受変電設備の手配が整った後、改めて工程の見直しを行い、ご案内いたします。  
 今後の営業再開等の情報は、ホームページや機関誌「くらしとながま」等でお知らせしてまいります。  
 また、工事の進捗状況は、右記のコープ総社東の公式Instagramでご覧いただけます。

コープ総社東の公式Instagramはこちらから▼

**(公財)おかやま環境ネットワーク 部会・交流会メンバー募集中**

(公財)おかやま環境ネットワークでは、一緒に活動していただけるメンバーさんを募集しています。

**おかやまの豊かな自然とくらしを  
考える部会(略:自然とくらし部会)**  
 ●隔月開催

**ホテル団体交流会**  
 ●年3~4回開催

県内には自然とくらしが密接に結びついた里山・里地・里海とともに、貴重な自然が残されているエリアがいくつもあり、各地で保全活動も活発に行われています。部会では、現地に向かい保全活動の内容をお伺いしたり、講師を招いた学習会を主催するとともに、メンバー間での情報交換を行い、岡山の自然についての知見を深めることを目指しています。

**参加条件** 弊財団の環境団体登録会員のメンバーの方、もしくは個人会員  
 ※団体会員・個人会員ともに年会費をご納入ください。

●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 岡山市北区奉還町一丁目7-7(オルガ6階)  
 E-mail:kankyounet@okayama.coop 携帯電話:070-2355-1420  
 ※お寄せいただく個人情報は当財団の事業案内以外での使用や第三者への開示などは行いません。

**お庭のお手入れ おまかせください**

岡山県全域が対象地域です!  
**お庭のお困り事など お気軽にご相談ください!**

お見積り、現地調査はすべて無料!

樹木医ならではの **樹木を熟知した剪定**

**Before** **After**

●正式な金額はお見積りの際にお伝えします。お見積り以上の作業が発生する場合には事前にお伝えし、無断でお見積り以上の金額を請求することはいたしません。●除草剤・消毒薬の使用量は、お庭や木の状態・害虫の発生状況によって変わりますが、目安として参考にしてください。●松は別途お見積りとなります。伐採、樹木植え替えに関しては、樹種、幹周によって料金変動いたしますのでご了承ください。※伐根、人工芝、植栽もご相談ください。  
 【個人情報取り扱いについて】この紙面でご案内する商品・サービス・資料・催事等をお申し込みされた方の個人情報は、コープピーアンドエスおよび提携や業務委託する企業・団体によるお申込内容の提供、アフターサービスの提供、商品の案内・募集、緊急の連絡等に使用します。

お申し込み・お問い合わせは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 岡山市北区奉還町一丁目7-7 オルガ1階



## 報告 作って食べよう! 年末おすすめ商品

年末おすすめ商品のお知らせと試食を総社・高梁・新見の3会場で行いました。どの会場でも和気あいあいとした雰囲気の中で楽しく調理・試食ができました。



11/13 (木)  
総社会場  
参加者: 19名



11/19 (水)  
高梁会場  
参加者: 15名



11/25 (火)  
新見会場  
参加者: 9名

### 参加された方の声

- ・ 初対面の方とも協力して楽しく調理できました
- ・ コープ商品の説明もあり良かったです
- ・ 学校の調理実習を思い出しました
- ・ ぶりのトマト煮が美味しかったのでまた作りたいです
- ・ 話はずんで楽しかったです

当日のレシピを紹介します

### うどんすき

〈材料〉

- ・ コープおかやま牛 90g
- ・ うどん 2玉
- ・ 人参 1/2本
- ・ 白ねぎ 1本
- ・ 白菜 1~2枚
- ・ 春菊 1~2本
- ・ 牛脂 適量
- A (・ 水 4カップ)
- ・ 生協だし入り醤油これ1本 大さじ3
- ・ みりん 大さじ1
- ・ 塩 小さじ1



〈作り方〉

- ① コープおかやま牛、人参、白ねぎ、白菜、春菊を食べやすい大きさに切る
- ② 鍋を火にかけて牛脂を入れて牛肉をさっと炒め、お皿に取り出す
- ③ 牛肉を炒めた鍋にAを入れてひと煮立ちさせ、人参と白菜を入れる
- ④ 野菜に火が通ったらうどん、白ねぎを入れて味をととのえ、最後に牛肉、春菊を入れて火が通ればできあがり

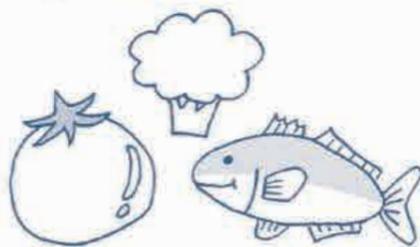
### ぶりのトマト煮

〈材料〉

- ・ ぶり 2切れ
- ・ 小麦粉 大さじ1
- ・ 白ワイン 大さじ2
- ・ ブロッコリー お好みで
- ・ あらごしトマト 150g
- ・ おろしにんにく 適量
- ・ 水 大さじ4
- ・ 塩・こしょう・砂糖 適量
- ・ オリーブ油

〈作り方〉

- ① ぶりに塩をふって10~15分おく
- ② ①の水気をふき取り、こしょうをふいて小麦粉をまぶす
- ③ 熱したフライパンにオリーブ油(大さじ1/2)、②を入れ、焼き目がつくまで両面を焼く
- ④ フライパンの油をふいて白ワインを加え、煮立ったらぶりを取り出す
- ⑤ フライパンをふいてオリーブ油(大さじ1)、おろしにんにくを入れ、香りが立ってきたらブロッコリーを炒める
- ⑥ トマト、水、ぶりを入れ、煮立ったら中火にして3~4分煮る
- ⑦ 塩、こしょう、砂糖で味をととのえる



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)



オトクな利用登録を  
おすすめします!

1978年、おかやまコープ商品開発第1号として誕生!!

商品ものがたり

オトクな  
利用登録



生協食パン

商品特長

地元岡山県の  
小麦「せときらら」を使用

国産小麦50% (山口県産・岡山県産「せときらら」35%と北海道産15%)を使用しています。

※「せときらら」はパンを作るのに適した小麦でボリュームが出て弾力のあるソフトなパンになります。

地元の小麦だから、地産地消、食料自給率の向上、フードマイレージの短縮にもつながる食パンに生まれ変わりました。

湯種と発酵風調味料で  
さらにおいしく

● 素材の甘みを高める湯種生地を加えることで、もちり感としっとり感が味わえます。

● 発酵風調味料を加えることでパン生地が発酵するときに出る酸味が消え、風味と旨味が増してトーストした時に香りが際立ちます。