

ホームページでもご覧になれます

おかやまコープ

検索

http://okayama.coop/

平和とよりよい暮らしのために

〒700-0026

岡山県岡山市北区奉還町1丁目7番7号
 機関運営・広報室

本紙は、毎週、おかやまコープの組合員さんに、一部ずつお配りしております

宅配からのお知らせ

生活スタイルに合わせて選べる3つのコース!

たべてん便

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(5日間・月～金)

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。



人気 No.1
 Tabeten-Bin

おかずコース

塩分3～4g
 約400キロカロリー

1人様分 1日1食 **561円**

2人様分 1日1食 **520円**

(税込価格605円)

(税込価格561円)

御弁当コース

塩分3g以下
 約500キロカロリー

1人様分 1日1食 **533円**

2人様分 1日1食 **492円**

(税込価格575円)

(税込価格531円)

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**

2人様分 1日1食 **597円**

(税込価格689円)

(税込価格644円)

こんな方に
 喜ばれて
 います

- 高齢の方で毎日のお食事にお困りの方。
- お仕事をされてお忙しい方
- 普段のお食事で栄養バランスが気になる方。

※写真はおかずコースの一例です。

★18:00ごろまでにお届けします。お届け時間の指定はできません。★お留守の場合は、専用の「留守用ボックス」に入れてお届けします。

〈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

今週は登録受付週!

利用登録商品とは?



ふだんよく使われる商品を

ご登録いただくことによって毎週お届けします。

※詳しくは今週配布のチラシをご覧ください。

注文書
 うら面



オトクな
 利用登録

「オトクな」利用登録商品は、いつでも一番お得な価格です。

新規登録はここで

ペリリな
 利用登録

「ペリリな」利用登録商品は、その週のデリコ(食品カタログ)と同じ価格です。

新規登録はここで

お店からのお知らせ

5月28日(日)は
コープの日 組合員感謝デー
ポイント5倍! 冷凍食品4割引!

コープ大野辻 コープ西大寺 コープ福富 コープ倉敷北
 コープ鴨方 コープ林田 コープ山陽 の7店舗においては

がっつり肉祭り開催!

超目玉品が目白押し!! お肉のお買得セールを行います(^o^)/

チラシの
 お知らせ

5/26(金)～5/30(火) 「大生鮮市」

6/1(木)～6/4(日) 「得得の市」「沖縄フェア」

主催:御津の「緑」と「清流」を守る会、大野川いい川づくり

『大野川ホテル調査会』のご案内

～自然豊かな御津の清流・大野川流域でのホテル調査会です!～

- 日時 6月17日(土) 19:00～21:00 ※雨天決行、警報発令時等は中止。
- 会場 大野公会堂(岡山市北区御津大野)周辺河川敷 ※現地集合
- 内容 ホテル観察・調査 駐車場は現地で案内します。
- 講師 岩城孝志氏(岡山野生生物調査会)
- 定員 30名 ※応募者多数の場合は抽選、おかやま環境ネットワーク個人会員を優先します。抽選の結果、及び当選者には詳細案内・地図を郵送します。
- 参加費 無料 ※別途「いのししカレー」(1個500円)を注文できます。
- 申込 6月2日(金)までに①参加者氏名、②年齢、③電話番号、④携帯電話番号、⑤郵便番号・住所、⑥おかやま環境ネットワーク2017年度個人会員か非会員か、⑦「いのししカレー」注文(1個500円、キャンセル不可)必要個数が不要か、を郵送、FAX、Eメールのいずれかでお申込ください。
 ★カレーを注文された方は18:00に集合し、先に食事をすませてください。

●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)
 Tel/Fax:086-256-2565 携帯:070-2355-1420
 E-mail:kankyounet@okayama.coop



は〜と♡ふるネットできることを できるときに

応援者
 募集中

「ちょっとたすけてほしい」という声に応じて「困ったときはお互いさま」の気持ちでふだんの家事を応援しています



自分の空き時間を有効に使えて何か役に立つ事がないかなと思って登録しました。特別な資格や技術は持っていませんが、ふだんの暮らしの中で『困った!』『出来なくなった!』という方のマイナスの気持ちをプラスに変えられるような、かゆいところに手が届く“まごの手”のような手助けが出来たらいいなと思っています!掃除・食事づくり・買物代行など、自分に出来る事で活動しています。 応援者Aさん

- 応援者は組合員で健康な方・資格はいりません。
- 応援すると、活動費650円/時間と交通費がです。

お問い合わせ・登録は / おかやまコープ 生活支援サービス 総合窓口

みんなハッピー コープ

☎0120-378-502

月～金曜 9:00～17:00

利用のご相談はこちらにどうぞ!

おかやまコープ 生活支援サービス

検索

個人情報について

この紙面を通じてお寄せいただく個人情報は、おかやまコープで定める利用目的、規則などに準じて適切に管理、運用いたします。利用目的以外の使用や第三者への開示などは一切行いません。



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

見つけよう! 暮らしと地球

未来・つながるプロジェクト 2016年度活動報告

親子バス企画

『ホロコーストを知ろう』

*7月20日(水)福山市にある『ホロコースト記念館』にバスに乗って行きました。
記念館では、初めに副館長さんから「ホロコーストとは何か?」「アンネのお話」を分かりやすく説明していただき、次に館内を2グループに分かれてガイドさんの説明を聞きながらめぐりました。皆さんガイドさんのお話に耳を傾け、館内を真剣に見て回りました。実際に自分で見て・知ることで、平和について考えるきっかけになりました。



今日は CO-OP で、もずくづくし

10月31日(月)コープ西大寺にて井ゲタ竹内さんをお呼びしもずくについて教えていただきました。糸もずく・太もずく・恩納村もずくの食べ比べや他社のもずくの量の違いも比較しました。その後はもずくのワンプレートランチを美味しくいただきました。



産地・収穫方法・加工について
教えていただきました



もずく入りポテトサラダ・蒸しパン
COOP 淡塩さば・COOP もずくスープ

もずく基金についても
お知らせしました!

もずく基金とは
お買い上げ対象1商品につき
1円から2円がもずく基金に

安心安全にこだわって
作られているんだ

参加者のアンケートから

もずく入りポテトサラダは
サッパリしておいしかった

レシピをいただいたので
家でも作ります!



きてみよう 東北の今



2月27日コープ山陽で
AMDAの竹谷さんに来ていただき
現在の東北の様子と熊本の現状に
ついてお話を聞きました。

東北訪問の報告をエリア理事の
山崎さんから聞き、復興にまだ
まだ時間がかかり、6年たっても
色々な問題がある事を改めて
感じさせられました。



「アマタケ」さんのかも鍋を試食しな
がら、自分達に何が出来るか参加し
ていただいた皆さんと一緒に話をしながら
交流しました。



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



やわらかな若鶏のモモ肉をつかったあっさり醤油味の竜田揚げ

商品ものがたり vol.127



CO-OP
和風若鶏竜田揚げ

商品特徴

- 若鶏のやわらかなモモ肉(チルド原料限定)の切り身を使用し、冷めてもやわらかい和風醤油味の竜田揚げです。
- 原料鶏肉は、タイ産の生産履歴の明らかな原料を使用しています。
- 使い勝手の良いチャックシール袋入りの大容量規格です。
- お弁当やおつまみ、つけ合わせなどに便利です。
- 電子レンジで手軽に調理できます。



組合員さんの おすすめの声

子どもが大好きで
ご飯に一品足すのに
使ったり、これで親子
丼を作っても美味い
です。

初めて食べた時以来、
我が家には欠かせない
一品になるほど大好き
です。揚げると最高!!



美作市
浜本克苗子さん



真庭市
小川佐知子さん