

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/

平和とよりよいくらしのために

〒700-0026

岡山県北區奉還町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

# 生協の夏ギフト

おすすめ  
**早割**

おすすめ商品が  
**最大30%OFFになる**  
 早期割引期間中!!

早割締切日

班配・個配・・・7月7日(金)  
 店舗・・・・・・・7月9日(日)

カタログ掲載全品

配送料・クール代込み

「お中元」  
 のし他に  
 「御供」や「御祝」  
 などののしも  
 お付け  
 できます。

保存版カタログ  
 無料配布中

カタログは配送担当者または  
 サービスカウンターまで  
 お申し付けください。  
 ※夏ギフト専用の注文書で  
 ご注文ください。

お店からの  
 お知らせ

## 6月18日(日)は ポイント5倍! 冷凍食品4割引!

※カタログギフト「生協の夏ギフト」・店内ギフトもポイント5倍の対象です。

### 父の日大抽選会 開催

只今コープ各店では1回のお買物金額1,000円ごとに抽選補助券を  
 1枚配布しています。6/18(日)は抽選補助券5枚で1回抽選が可能です。

開店～  
 夕方6時まで

特等景品は コープの商品券10,000円分 各店2本

チラシの  
 お知らせ

6/16(金)～6/18(日) 「まんなかの市」 「お父さんありがとう」  
 6/20(火)～6/22(木) 「簡単お手軽メニュー」

(公財)おかやま環境ネットワーク

### 「市民のための環境講座」のご案内 『紙はゴミじゃない』

暮らしの中で紙ゴミの減量の工夫や  
 リサイクルについて学び、紙すき体験をします。

日時 7月27日(木) 10:00～12:00

会場 コープ総社東(総社市総社1370-3)

講師 湯場俊一氏(明和製紙株式会社)

定員 40名 ※定員を超過し参加いただけない場合のみ連絡します。

受講料 無料

申込 ①「7/27講座参加希望」、②参加者氏名、③電話番号、④携帯電話番号、  
 ⑤郵便番号・住所、⑥小・中学生の場合学年を、  
 FAX・E-mail・郵便にてご連絡ください。

●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 岡山市北區奉還町1-7-7(オルガ6階)  
 Tel/Fax:086-256-2565 携帯:070-2355-1420  
 E-mail:kankyounet@okayama.coop



親子企画

2017

## 「子どもたち!バスに乗ってヒロシマへ行こう」参加者募集

72年前の8月6日と9日に広島と長崎に落とされた原子爆弾は一瞬にして、赤ちゃんからお年寄りまで十数万人の大切な命を奪いました。被爆地「ヒロシマ」へ行き、平和の大切さや平和をつくるために一人ひとりができることを家族で考えてみませんか?

日時 8月5日(土)

募集人数 40名

参加対象 組合員の親子(祖父母も可)。  
 子どもは小中学生を対象とします。

参加費 大人(中学生以上)2,000円  
 小学生1,000円  
※資料代・入館料・ガイド料等

内容・スケジュール

- 集合場所/出発時間  
 JR岡山駅西口出発8:10⇒コープ倉敷北9:10出発⇒広島到着11:30(昼食)
- 内容/平和記念資料館、平和記念公園内の「原爆の子の像」「原爆ドーム」などの見学
- 帰リ/広島出発15:00⇒コープ倉敷北出発17:30⇒岡山駅西口18:30頃 帰着予定

- 昼食は各自持参。(途中サービスエリアでも購入できます)
- 応募者多数の場合は抽選とし、参加の可否は、7月14日(金)までにハガキでお知らせします。

応募方法 参加申込書、ホームページ、メール:kumikatu@okayama.coop

お問い合わせ 組合員活動グループ ☎086-256-2570 (月～金曜 9:00～17:00)

応募期間

6月30日(金)  
 まで

お名前		「子どもたち!バスに乗ってヒロシマへ行こう」 参加申込書	
お名前	学年	電話番号 (携帯電話)	
子どもの 名前と学年	お名前 学年	組合員コード	
集合場所 ※どちらかに○印を つけてください。		6月30日(金)締切 配送担当者・店舗サービスカウンター⇒組合員活動グループ行き	
JR岡山駅西口		コープ倉敷北	

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



## 防災を考える新聞

発行  
防災を考えよう  
実行委員会  
2016



### 忘れない3.11 いっしょに学ぼう！防災・減災

「あつ！地震だ！」その時あなたは…



△いっしょに学ぼう！防災・減災 知恵ぶくろ 参加者のみなさん

災害が少なく、暮らしやすい岡山では災害時の備えや心構えをしている家庭が少ないと言われています。東日本大震災より6年が経過し震災の記憶が風化しつつある中、改めて学ぶことで防災意識を高め、自らの備えにつなげようと三月十日、岡山市東消防署で防災・減災を考える企画を開催し、親子26人が参加されました。

震災発生時の映像を見て、その恐ろしさを痛感し、実際に救援に行かれた消防士さんのお話を聴き、大きな家具の固定や消火器の準備、水、非常食、消火薬などの日常のちょっとした備えが、家族の命を守ることに繋がることが学びました。その後の救急法や地震体験車での経験で、防災知識を持ってまわりに声をかける大切さも知りました。



△防災手帳作ったよ

また、家庭での備えを考え、話し合うきっかけ作りのツールとして、実行委員会オリジナルの防災手帳を作りました。参加者の方からは、「家族で話し合っただけでいいと思った。」と声がありました。

### まずは『水』

～防災食の試食から～

備えの必要性について学んだ「防災を考えるよう実行委員会」で日常食を非常食として備蓄にできないかと考えて、市販の即席食品を水のみで調理して、試食してみました。油分の多くないものは不向きであることや、規定より多めに水を入れ、途中で混ぜた方がよいことなどがわかりました。ただ、温もりのない食事は楽しくなく、煮炊きできる準備が必要な事や、「水」がなければ何とできないので、水の備蓄の必要性を強く感じました。

- フリーズドライスープ
- ・ たまごスープ ○ (40分)
  - ・ 味噌汁 △ (20分)
- 即席カップめん (45分)
- ・ ラーメン(醤油・塩) ○
  - ・ うどん ○
  - ・ 焼きそば ○
- アルファ米 △ (60分)
- 独特の味と香がするので、きなこ、ふりかけなどがあると食べやすい。

### 振り返り

「あ！地震だ！」その時素早く落ちる行動ができるように、普段からの備えが必要で、家族できちんと話し合い「生き抜く」ための知恵や、行動ができるように考えられる防災手帳も作成しました。普段からの準備が進めばうれしいです(ト)

## 平和セタまつり

「岡山空襲で犠牲になられた方の鎮魂と、21世紀を平和な世紀に」との願いを込めて、毎年表町商店街にたくさんの団体が折り鶴を飾ります。岡山東エリアは、この取り組みに賛同し、今年も折り鶴を吹き流しにして参加します。コープ委員さんやくらし応援委員会のみなさんに折り鶴を折ってもらいました。ぜひご賛同ください。

折り鶴作成にご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

### コープ委員会♡

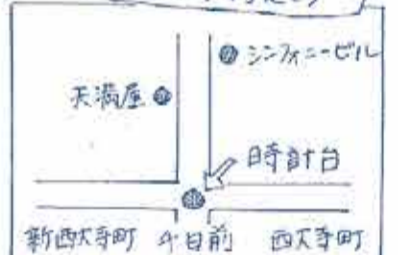


### 東エリアで♡



### 昨年の様子♡

開催期間は6月中旬～7月中旬の予定です



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



氷温域での加工が素材の旨みを引き出しています

### 商品特長

- 原料のシルバーは天然物。魚体に脂がのるといわれる2月から5月頃にかけて漁獲された魚を主に使用しています。骨を取り除きやすく身ばなれがよいので、ご年配の方や小さなお子様にも食べやすい魚です。原料原産国はニュージーランド、チリ、アルゼンチンの3カ国。
- 原料の解凍から調味液への漬け込みを -1℃から-4℃の氷温域で時間をかけて行う「氷温製法(氷温透り)」により、素材の鮮度を保つだけでなく、素材本来の「美味しさ」や「甘み」を引き出しています。
- より多くの方の嗜好に合うよう、少し甘めの味付けに仕上げています。化学調味料、保存料、着色料は使用していません。
- 味付け済みですので調理は簡単。グリルだけでなく、フライパンでも調理していただけます。

### 簡単調理のポイント

フライパンにクッキングシートを敷いて、弱火で焼きます。焦げにくいので、後片付けも簡単です。

### 商品ものがたり vol.130

### 組合員さんのおすすめの声

化学調味料を使っていないので安心！味がしっかりみみて甘過ぎず辛過ぎずでとても美味しいです。



員山市 平塚佐知子さん



神戸市 山本小知代さん



シルバー  
しょう油みりん漬け